



「HA GO」 APP 介紹

醫院管理局(醫管局)流動應用程式「HA GO」為單一流動平台，讓病人更有效管理就醫安排及護理健康。透過「HA GO」，病人可查閱個人預約紀錄，支付賬單及藥物費用，預約普通科門診及專科新症，查閱藥物資料或按照處方進行復康練習。管理預約更方便

管理預約更方便

- 可以查閱過去一年和未來的覆診期。現階段範圍覆蓋專科門診、普通科門診、放射檢查、專職醫療、護士診所及藥劑師診所。亦可取消專科門診新症預約，接收預約及候診提示。
- 將來，更可申請延期覆診及辦理門診登記。

預約門診更輕鬆

- 透過此程式遞交專科門診新症的預約申請及預約、查詢、取消普通科門診診症時間。

流動繳費免排隊

- 市民透過流動繳費應用程式即可輕鬆支付賬單、藥物費用，及指定醫院部份專科門診之費用。另可查閱透過應用程式繳費之紀錄。繳費服務稍後將會逐步擴展至其他費用。

個人化健康管理

- 治療師透過程式，以影片、遊戲等多媒體功能，為不同疾患設計最合適的康復訓練方案，協助他們有系統地在家中或社區進行康復練習。
- 日後程式更可記錄血壓、血糖等個人健康指數，成為電子醫療護理日誌。

隨時查閱醫療紀錄及藥物資訊

- 現階段可查詢其過敏紀錄及兩年內的配藥紀錄和藥物資訊。
- 稍後，可建立個人藥物紀錄，亦可加入在醫管局以外配的藥物資料。
- 將來，更可查閱自己的病歷，化驗報告、放射報告等。



幫助病人管理健康

- 可以用自助模式在 HA Go 內邀請家人或其看護者成為「照顧者」，幫助管理健康。
- 現階段，照顧者可透過 HA Go 查閱病人的紀錄，包括門診預約、賬單、配藥及過敏紀錄、及康復資訊等資料。
- 日後，照顧者更可為病人繳付費用、管理門診預約等。



特別報告 1

由於疫情續漸緩和，由下月開始(8 月月訊)，本中心將會暫停以郵寄/入信箱方式將月訊給大家，因此請會員於 7 月 22 日 (四) 起，自行或請親友到中心代領 8 月月訊一份，或歡迎瀏覽本中心網頁閱覽相關資訊。謝謝！

特別報告 2

中心由 6 月起，中心手提號碼轉為：
52270446，ZOOM/活動資訊將透過此號碼以 WhatsApp 形式與會員聯絡。



活動報名方法

1. 於 6 月 24 日(四)上午 9 時起帶同有效會員証親臨本中心登記
2. 於 6 月 24 日(四)上午 9 時起致電 2997 0206 到本中心登記

* 注意 *

- 不接受 電話留言 及 WhatsApp 方式登記。
- 免費活動前一天，職員會致電會員確認出席活動。
- 收費活動請按收據上列明的日期時間準時出席，職員不會另行通知。
- 如活動已額滿，職員將不會個別通知後備會員。

收費活動 名額有限

於 6 月 24 日(四)上午 9 時起帶同有效會員証親臨本中心登記 / 致電 2997 0206 到本中心登記，並於 6 月 28 日(一)前到本中心繳費，逾期當棄權論。

保健按摩- 7 月

MACS: 000107

<input type="checkbox"/>	日期	7 月 7 日至 28 日(逢星期三)
	時間	上午 9 時 45 分至 12 時 (每節 45 分鐘)
	地點	本中心
	節數	4 節
	內容	按摩師提供足底或肩頸按摩服務。
	名額	3 人
	費用	會員\$360

職員 葉春儀 姑娘
備註

1. 護老者優先報名。
2. 名額有限，先報先得。
3. 參加者請在活動前先清潔腳部。
4. 參加者必須購買整個月之節數，如有特別情況，請向葉姑娘查詢。




收費活動 名額有限

於 6 月 24 日(四)上午 9 時起帶同有效會員証親臨
本中心登記 / 致電 2997 0206 到本中心登記，並
於 6 月 28 日(一)前到本中心繳費，逾期當棄權論。


健康檢查 MACS: 000088

日期 7 月 22 日(星期四)
時間 上午 9 時至 10 時 30 分
地點 本中心
內容 驗血糖、驗膽固醇。
名額 15 人
費用 驗血糖：會員\$10
驗膽固醇：會員\$35
職員 曾觀梅 姑娘
備註 活動當天，檢查內容不作更改。




7 月開心下午茶 MACS: 000094

日期 7 月 22 日(星期四)
時間 下午 3 時至 3 時 30 分
地點 到中心取外賣
內容 製作香草果皮綠豆沙，讓會員以外賣形式取回家中享用。
名額 30 人
費用 會員\$8
職員 陳穎然 姑娘
備註 參加者請準時到達中心，活動開始 30 分鐘後將不會派發食物。




和諧粉彩初體驗 MACS: 000108

日期 7 月 26 日(星期一)
時間 下午 2 時至 3 時 30 分
地點 本中心
內容 由中心職員陳姑娘及王姑娘帶領參加者一同體驗繪製和諧粉彩來紓緩壓力，以達至放鬆的效果。
名額 6 人
費用 會員\$20
職員 葉春儀 姑娘
備註 護老者優先報名。




護老俱樂部 MACS: 000109

日期 7 月 27 日(星期二)
時間 下午 2 時至 3 時
地點 本中心
內容 與護老者一同分享如何好好照顧自己的資訊。同場會與參加者一同體驗製作小手工來放鬆，以紓緩照顧壓力。
名額 6 人
費用 會員\$20
職員 葉春儀 姑娘
備註 護老者優先報名。



綠綠小組 MACS: 000104

日期 7 月 29 日至 9 月 2 日(逢星期四)
時間 下午 3 時至 4 時
地點 本中心
節數 6 節
內容 與參加者一同透過園藝的活動來刺激五感及建立正面情緒感受。
名額 8 人
費用 會員\$35
職員 王穎恩 姑娘
備註 1. 護老者優先報名。
2. 有興趣者先進行登記，王姑娘再個別通知。



免費活動 名額有限

於 6 月 24 日(四)上午 9 時起帶同有效會員証親臨本中心登記 / 致電 2997 0206 到本中心登記，先到先得，每名會員只限參加免費活動 4 個，其餘有興趣免費活動先留名登記。



耆暉量血壓

日期 7 月 3 日至 31 日(逢星期三及六)
時間 下午 2 時至 3 時
地點 本中心
內容 透過 e 體健系統，為長者提供磅重、量血壓及血氧量服務，持續監察各項情況。
名額 15 人
職員 曾觀梅 姑娘



小丑教你扭波波

日期 7 月 6 日及 13 日(星期二)
時間 下午 2 時 30 分至 3 時 30 分
地點 本中心
內容 由耆暉小丑隊員教授基礎扭氣球技巧。
名額 12 人
職員 張創裕 先生



衛生署講座_改善家居環境

日期 7 月 8 日(星期四)
時間 上午 10 時 15 分至 11 時 15 分
地點 本中心
內容 由衛生署護士講解一些常用的改善環境方案，利用簡單的方法改善認知障礙症患者的家居環境。
名額 15 人
職員 曾觀梅 姑娘



認識腦退化症及預防方法

日期 7 月 8 日(星期四)
時間 下午 2 時至 3 時
地點 本中心
內容 與聖雅各福群會賽馬會高錕腦伴同行流動車合辦，派員講解腦退化症及預防方法。
名額 30 人
職員 陳穎然 姑娘



認知檢測

日期 7 月 8 日(星期四)
時間 下午 3 時 15 分至 4 時 15 分
地點 本中心
內容 與聖雅各福群會賽馬會高錕腦伴同行流動車合辦，派員為長者進行認知測試，讓長者初步了解自己認知能力。
名額 10 人
職員 陳穎然 姑娘
備註 1. 為免聚集，會作分流，職員會個別聯絡參加者確定出席時間。
2. 未曾參加 6 月份此活動之長者優先報名。



賽馬會動感社區計劃- 功夫扇體驗班

日期 7 月 9 日至 30 日(逢星期五)
時間 下午 3 時至 4 時
地點 本中心
節數 4 節
內容 由傑青武術暨音樂藝術中心專業運動員教授功夫扇，與參加者一起做運動舒展筋骨，體驗功夫扇的樂趣。
名額 8 人
職員 廖雅芳 姑娘
備註 1. 參加者必須出席所有節數，如有特別情況，請向廖姑娘查詢。
2. 未曾參與 5 月份開心體能活動的會員優先報名。



免費活動 名額有限

於 6 月 24 日(四)上午 9 時起帶同有效會員証親臨本中心登記 / 致電 2997 0206 到本中心登記，先到先得，每名會員只限參加免費活動 4 個，其餘有興趣免費活動先留名登記。

精明智能生活：GOOGLE 篇

日期 7 月 15 日(星期四)
時間 下午 1 時 30 分至 3 時
地點 本中心
內容 集中講授地圖、翻譯程式的應用。
名額 12 人
職員 張創裕 先生
備註 參加者須自備具有網絡功能的手提電話或平板電腦。



7 月義工小聚

日期 7 月 15 日(星期四)
時間 下午 3 時至 4 時
地點 本中心
內容 認識義務工作，並與義工歡樂共聚。
名額 8 人
職員 王穎恩 姑娘



認識食物中的天然毒素

日期 7 月 16 日(星期五)
時間 上午 10 時至 11 時
地點 本中心
內容 由食環署外展隊講解食物中的天然毒素，讓大家可以食得更放心。
名額 15 人
職員 曾觀梅 姑娘



五感活動_視覺大挑戰

日期 7 月 17 日(星期六)
時間 上午 10 時至 11 時
地點 本中心
內容 與會員玩測試眼力的遊戲。
名額 12 人
職員 陳穎然 姑娘



耆樂卜卜齋

日期 7 月 19 日(星期一)
時間 下午 3 時至 4 時
形式 本中心
內容 分享正面訊息及大玩歇後語。
名額 8 人
職員 廖雅芳 姑娘



「耆樂·童遊」工作坊

日期 7 月 20 日(星期二)
時間 下午 2 時 30 分至 4 時
地點 本中心
內容 與嶺南大學義工團隊一同瞭解長者友善和年齡友善的概念及一起玩遊戲。
名額 12 人
職員 王穎恩 姑娘



玩轉腦朋友

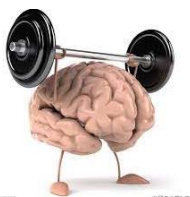
日期 7 月 22 日(星期四)
時間 下午 3 時至 4 時
形式 本中心
內容 與參加者大玩各類型遊戲，讓大家動動腦筋，開開心心。
名額 8 人
職員 廖雅芳 姑娘



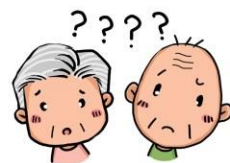
免費活動 名額有限

於 6 月 24 日(四)上午 9 時起帶同有效會員証親臨本中心登記 / 致電 2997 0206 到本中心登記，先到先得，每名會員只限參加免費活動 4 個，其餘有興趣免費活動先留名登記。

○	靈實-健腦方法一齊做
日期	7 月 22 日(星期四)
時間	上午 10 時至 11 時
地點	本中心
內容	由靈實家居照顧隊的職業治療師向護老者講解有關預防認知障礙症的方法及帶領參加者學做健腦操，一同體驗健腦的方法。
名額	15 人
職員	葉春儀 姑娘
備註	護老者優先報名。



○	預防長者走失講座
日期	7 月 24 日(星期六)
時間	下午 2 時至 4 時
地點	本中心
內容	由耆智園職員講解長者走失的情況以及介紹防走失裝置，另外可即時配對守護蹤。
名額	24 人
職員	王穎恩 姑娘
備註	護老者/夫婦優先報名。



護老自修室

七月的「每月之書」是由豐宜年有限公司出版的《神奇檸檬按摩療法》。書中主要將內功按摩治療溶合檸檬的手法，讓讀者可以透過檸檬按摩享受到「內功按摩療法」的好處。

【每月之書】

《神奇檸檬按摩療法》豐宜年有限公司出版(2011)

特別報告

實習社工

周卓峰



大家好，我是明愛專上學院的實習社工-周卓峰，大家可以叫我阿峰或者 Alex。我是一個好動和喜歡大自然的人，不知道各位的喜好是什麼呢？在接着下來的兩個月（六月頭至八月頭）都會在中心進行實習，希望到時可以見到大家，和認識大家，請多多指教。

李子譽



大家好，我是明愛專上學院的實習社工-李子譽，大家可以叫我子譽或者李 Sir，很高興能在未來兩個月在中心為大家服務！我喜歡與人聊天和聆聽別人的話語，歡迎大家平時來和我聊聊天。另外我也很喜歡跳舞，不知道有沒有老友記也喜歡跳舞呢？期望接着這段時間能夠與大家一起同行。請多多指教，謝謝！

更新會員個人資料

電話 / 地址

緊急聯絡人資料

居住狀況：獨居、雙老、與子女共住...

經濟狀況：綜援、高齡津貼、普通/高齡長者生活津貼...

各位會員，如閣下個人資料有所變更，請及早通知中心職員，謝謝！



義工資訊通

義工對工作態度及責任

義務工作是指任何人自願貢獻個人時間及精神，在不為任何物質報酬的情況下提供的服務。

義工對工作態度及責任：

- 認識機構宗旨，以及了解服務目的與自己期望的配合
- 富耐性並具責任心，盡力完成工作及堅守工作崗位
- 有恆心履行服務承諾
- 主動學習及發揮所長參與服務
- 積極提供具建設性的建議，以改善服務

可見，義工對人們來說，是重要的「資產」。因此，歡迎大家登記成為義工，與「莊老」一起將愛心溫暖帶給有需要的人！

如果想知多 D 義工活動，歡迎與中心職員王姑娘聯絡。

提提你：每月壽星_溫馨獻禮

7-9 月份壽星，請於 7-9 月期間，帶同會員證到中心領取生日禮物。最遲可於 2021 年 9 月 30 日(四)前取回禮物，逾期作自動放棄論。會員可自行到取或請親友代領，但必須帶同有效會員證。



SQS
服務質素標準
話您知

標準 13：私人財產

服務單位尊重服務使用者的私人財產權利。

「長者電話支援服務系統」計劃

- 目的：
1. 增設電話報平安系統服務，加強中心個案管理及電話慰問服務
 2. 協助中心推行活動、資訊發放

服務對象：中心個案、隱蔽長者 及 中心已登記參與本服務的會員

① 每天定時慰問 – 長者必須回應 與長者一同協定每天的致電時間

例子：「您好！呢個電話係由保良局莊啟程耆暉中心撥出，每日定時慰問你的情況，請按 1 字表示您已經聽到里個錄音，但如果有其他協助，需要支援，請即按 9 字，我地會盡快聯絡返您，多謝！拜拜！」

② 中心活動、特別資訊發放或祝賀 – 長者不需回應

- 酷熱天氣警告
- 農曆新年、端午節、中秋節、長者日、冬至等特別節慶
- 溫馨提提您 - 提示出席已報名活動



如有任何查詢，歡迎與中心職員聯絡了解更多詳情。

惡劣天氣安排

中心以會員安全為首要考慮，會員亦應按自己所在地區的天氣、路面交通及安全情況，自行決定是否前往中心接受服務。如有疑問，請致電 2997 0206 與本中心職員聯絡。



懸掛訊號

雷暴警告/
黃色暴雨警告/
一號風球



中心
開放

✓

室內活動
/班組

✓

戶外活動
/班組

✓

紅色暴雨警告/
三號風球



✓

✓

✗

黑色暴雨警告/
八號或以上風球



✗

✗

✗

地址：將軍澳貿泰路八號茵怡花園第一座平台一樓
電話：2997 0206 傳真：2997 0236
電郵：vicwoodchong.nec@poleungkuk.org.hk
保良局安老服務網：
<http://elderly.poleungkuk.org.hk/tc/index.aspx>

中心開放時間：

星期一至五：上午 8 時 45 分至下午 5 時
星期六：上午 9 時至下午 4 時
星期日及公眾假期休息

保良局莊啟程耆暉中心同工：

林新慧、陳穎然、張創裕、郝彩霞、王穎恩、葉春儀、曾觀梅、廖雅芳、
彭燕萍、劉麗君、譚美儀

☆入會須知☆

歡迎瀏覽本中心網頁

服務對象	年費	備註
金咭會員 - 60 歲或以上	\$21	請於中心開放時間內親臨辦理入會手續，並請攜帶： 1. 身份證 2. 半身正面近照 1 張 3. 會員年費
銀咭會員 - 50-59 歲社區人士	\$50	
護老者會員 - 年滿 18 歲而需要照顧長者之人士	免費	

