



保良局  
PO LEUNG KUK

# 保良局張麥珍耆樂中心 中心月訊2022年12月號

聖誕佳節又到啦！先祝各位會員聖誕快樂，身體健康，同時臨近新一年嘅到來，預祝大家2023年新年快樂，新嘅一年順順利利！

## 「抱」天同慶賀聖誕

聖誕佳節，我們準備了不同的活動同遊戲，一齊嚟中心玩遊戲，認識下新朋友，預先慶祝一個快樂嘅聖誕節啦！每位參加者仲會有一份聖誕小禮物！將聖誕節嘅幸福同暖意送贈俾大家！

日期：2022年12月23日（星期五）

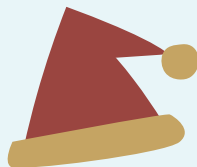
時間：下午2:00 - 3:00

地點：中心活動室

費用：\$50

名額：20名

負責職員：陳Sir



ATTENTION

ATTENTION

ATTENTION

ATTENTION

### ！重要通知！

本中心於11月16日至12月17日進行天花改善工程，工程期間中心只維持有限度服務，所有活動及班組會暫停直至工程完成。期望中心於工程後可提供一個更舒適的環境供大家活動，如有不便，敬請原諒。


ATTENTION

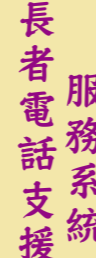
ATTENTION

ATTENTION

ATTENTION

星期日	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六
<b>十二月活動日程表</b> *(日)：日間托管服務活動	 <b>奶粉售賣</b> 加營素：定價：\$178 低糖加營素：定價：\$185 怡保康：定價：\$222			<b>天花改善工程 中心維持有限度服務</b> 1 2 3		
 <b>天花改善工程 中心維持有限度服務</b>						
4	5	6	7	8	9	10
<b>天花改善工程 中心維持有限度服務</b> 						
11	12	13	14	15	16	17
<b>中心休息</b>	09:00 足底按摩 10:00 保良局服飾日活動 10:30 早晨運動 11:00 新聞暢談 2:00 保良局服飾日活動 2:00 流行科技營(日)	10:00 飛鏢練習場 10:30 早晨運動 11:00 新聞暢談 2:00 懷緬治療(日)	10:30 早晨運動 11:00 新聞暢談 2:00 芳療&認知訓練(日)	09:00 美容坊 10:30 早晨運動 11:00 新聞暢談 2:00 勁歌金曲(日) 2:30 科技體驗同樂日	09:00 美容坊 09:30 英文班初班 10:30 英文班高班 10:30 早晨運動 11:00 新聞暢談 2:00 活力運動會(日) 2:00 抱天同慶賀聖誕	09:00 足底按摩 12:30 水墨樂油油(1) 2:00 桌上遊戲(日) 2:30 水墨樂油油(2)
	18	19	20	21	22	23
 <b>中心休息</b>	<b>公眾假期 中心休息</b>		<b>公眾假期 中心休息</b>		09:00 美容坊 10:30 早晨運動 11:00 新聞暢談 2:00 勁歌金曲(日)	09:00 美容坊 09:30 英文班初班 10:30 英文班高班 10:30 早晨運動 11:00 新聞暢談 2:00 活力運動會(日)
	25	26	27	28	29	30


**社區飯堂**  
 逢星期一至五 中午 12:00-下午1:00  
 (逢星期一上午11:00 開始購買飯票)  
 中心向區內長者提供價廉而營養豐原的飯餐，熱餐由借食堂 提供。如有需要或疑問，歡迎向職員查詢。


**長者電話支援服務系統**  
 系統會以電話錄音形式致電給大家，號碼為 3701 7910，如有疑問，請即致電中心。大家可以先行儲存此號碼，以茲識別。設立目的：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


**中心廣播平台 會員大招募**  
 中心會透過 WhatsApp 向會員發放重要資訊，如月訊等。為確保會員能順利地接收廣播訊息，請：  
 1)將中心流動電話號碼(9153 3285) 加為聯絡人  
 2)確保電話已安裝 WhatsApp及能接收訊息  
 3)如同意接收訊息，請發放訊息至中心WhatsApp

# 社區照顧服務券計劃活動回顧

## 服務券創藝同行活動

創藝同行計畫於11月下旬開始，今次有義工導師一妙清老師教導服務券長者做不同款式的手工，第一堂老師教導長者將一塊白布化身成為發光發亮的白兔，每位長者在製作過程中非常投入，更成功地做出一隻獨一無二的小白兔。

## 外遊活動-啟德空中花園

秋高氣爽的日子，中心同事帶同長者出外遊樂，曬太陽、呼吸新鮮空氣，我們到了啟德郵輪碼頭內的空中花園與長者一同吹海風、賞花，長者們都非常投入，而且非常高興，過程中更拍了多張照片與大家分享快樂！



## 「長者社區照顧服務券」試驗計劃係咩嚟？

一個由社會福利署推行的試驗計劃，為中央輪候冊中尚未接受任何院舍照顧服務或資助社區照顧服務的長者提供支援，讓合資格長者因應個人需要，透過使用社區券選擇合適的社區照顧服務，以支援他們居家安老。而社署會按持券人負擔能力資助60%至95%不等。

本中心為「長者社區照顧服務券」認可服務單位之一，持券人士可於本中心使用服務。

## 服務券服務項目包括

- 日間中心照顧
- 個人護理(膳食、沐浴)
- 到戶陪診
- 家居清潔
- 復康服務(運動、痛症治療)
- 社康服務(興趣班小組、康樂活動)
- 專業服務(物理、職業、言語治療)

## 服務券點申請？

1. 申請人或其照顧者可到鄰近的綜合家庭服務中心或長者服務單位申請進行安老服務統一評估
2. 被評定為合資格的申請人會收到由社署發出的邀請信，申請人需把文件填妥並交回社署
3. 待審批完成後，申請人將收到「社區券證明書」，並可以開始尋找合適的服務

我哋中心有為服務券使用者提供日間中心照顧服務同埋家居為本嘅服務，服務項目可以參考以上內容，如有興趣歡迎向社工陶姑娘查詢！

# 中心班組及活動

**書法班** 一同持續地學習書法技巧，如不同的字體、筆法技巧及認識中文書法的歷史等，陶冶性情。

日期：暫定2023年1月3日開始新一期(逢星期二)  
時間：下午2:00 – 3:30 地點：中心活動室  
費用：\$80@4堂 名額：12名  
義工老師：曾俊浩老師 負責同事：陳Sir

**水墨樂油** 持續學習新知識，學習基本水墨畫畫法，學習如何調色，運筆，構圖等技巧；藉學習水墨畫作媒介，抒發感受，加強社交，提高生活滿意感。

日期：暫定12月24日開始新一期(逢星期六)  
時間：第一班：下午12:30 – 2:00  
第二班：下午 2:30 – 4:00  
地點：中心活動室 費用：\$120@10堂  
名額：12名 老師：鄭素萍老師  
負責同事：陳Sir

**英文班** 初班：教授簡易詞彙，日常短句、淺易會話及簡單英語歌曲教學，培養對英文的興趣。  
高班：用英文故事深入教授詞彙、進階英語歌曲及集中訓練溝通能力與英語應用技巧。

日期：暫定於12月23日回復課堂(逢星期五)  
時間：初班：上午 9:30 – 10:30  
高班：上午 10:30 – 11:30  
地點：中心活動室 費用：\$120@10堂  
名額：12名 老師：陳懿娟老師  
負責同事：黃姑娘(Happy)

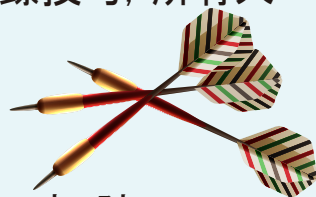
## 飛鏢練習場(12月)

與一班同好學習電子飛鏢的各種遊戲模式及計分方法，一起練習飛鏢技巧，所有人都可以成為飛鏢神射手！

日期：12月20日(星期二)  
時間：上午10:00 – 11:00  
對象：中心會員

名額：最多8名  
費用：\$10  
地點：中心活動室

負責同事：陳Sir



如對上列班組有興趣，歡迎向負責同事查詢名額及班組詳情。

## 「擁抱健康」計劃

目的：為貧困長者安排全身檢查，辨識他們的健康問題，提供適切治療，盡早改善健康狀況。  
檢查內容：包括基本體格、維生指標、全血計數、空腹血糖、肝功能、腎功能、大小便化驗及肺部X光等。

申請資格：

- 1.中心會員，及
- 2.正領取綜援/長者生活津貼的長者，及
- 3.能夠不用輔助器材自行站立的長者，及
- 4.從未參與「擁抱健康」計劃的人士

第三場：  
身體檢查日期：2023年2月20日  
領取報告日期：待定

名額：12名  
報名日期：  
即日起至2023年1月31日

**費用：全免**

協辦者：信德集團有限公司  
負責職員：保健員廖姑娘



備註：1. 報告領取日有在場醫生作講解

2. 檢查日及領取報告日會由同事陪同前往，於中心集合後一同乘搭地鐵，請自備車費

# 保良局服飾日2022 - 回到60年代

一年一度的保良局服飾日又嚟啦！今年度中心職員將化身為60年代人物，並帶領大家回到過去，與各位老友記同樂話當年，同時，亦有一系列攤位遊戲，讓會員懷緬過去。

日期：2022年12月19日(星期一)

時間：上午10:00 - 中午12:00 及 下午2:00 - 4:00

費用：\$50 (將全數捐助予保良局多元化服務經費)

\*費用包括一張遊戲券，暢玩4個攤位活動，與張麥珍明星合照，完成攤位活動後更會有紀念品一份以及可以參加幸運大抽獎！

攤位活動：懷舊小食對對碰、情人冧歌處處唱、  
童年時光樂趣多、回憶當時遊戲時

## 2022年冬季義工聚會

各位義工大家好，天氣開始轉涼，今次義工聚會都選擇了外遊活動，大家一同到中心聚會約一小時後，再一同出發去元朗大棠睇紅葉、影靚相。

日期：2022年12月15日（星期四）

集合時間：上午9:00

活動時間：上午9:00 - 下午5:00

集合地點：中心活動室



\* 備註：

1. 大棠車站到楓香林需步行約一小時的山徑，需要一定體力，請自行判斷自身體力，量力而為；
2. 如不參與外遊部分，亦歡迎早上前來中心參與聚會；
3. 請自備車費及午餐費用

## 足底按摩保健樂報名安排

每節收費: \$100(會員) \$110(非會員)  
每節均為45分鐘

\*備註:1月足底按摩報名安排\*

日期:12月12日(星期一)

對象:恒常參與足按服務之中心會員

日期:12月13日(星期二)

對象:本中心會員

日期:12月14日(星期三)

對象:非中心會員

導師:李國明先生

備註:報名時間以月訊刊登時間為準。

於中心交費作實報名。



## 美容坊安排

曾經購買美容坊套票的人士可致電中心  
報名美容服務,亦接受購買新套票。

費用:\$70(單次服務)

\$600(10次服務套票)

\*新套票有效期至2023年3月31日

12月份

服務日期:12月22、29日(星期四)

服務時間:上午9:00 - 下午2:00

服務日期:12月23、30日(星期五)

服務時間:上午9:00 - 下午5:00

美容大使:黃美和女士

足底按摩保健樂及美容坊於工程期間將會暫停,已購買服務的會員將會安排於工程後補服務,如有不便,敬請原諒。

## 義工招募大行動!!!

想善用閒暇時間?

想交新朋友?

想善用自己能力關懷社區上其他長者?

想充實自己?

歡迎你加入我們的義工團隊!!!



義務工作內容包括:上門送飯服務、上門探訪服務、  
康樂活動小幫手、賣旗 / 籌款活動、  
社區服務... 等等

參與方法:親身或致電本中心登記成為義工即可  
負責同事:社工陶姑娘、黃姑娘(Happy)

不問出身,只要有心!



# 恢復例會安排

本中心將於2023年1月份恢復實體例會，屆時會由同事向大家講解中心活動安排，以及可以即時報名參加活動，期待您嘅出席！

1月份例會日期：2023年1月3日（星期二）  
時間：上午9:30 - 10:15（上午場）  
下午2:15 - 3:00（下午場）

同時，我們亦會安排讓會員可以Zoom的形式參與例會，有關安排請向職員查詢

\*備註：

因疫情原因，為配合社交距離措施，參與例會需提前報名，以便安排座位



大家可用手機掃描二維碼進入本中心網頁以獲取更多資訊。如有疑問或特殊需要，請致電中心查詢。



## 意見反映

如對本中心服務有任何意見或建議，可即時向當值職員提出或聯絡單位主任。你的意見有助我們持續改善，提升服務質素，多謝支持。

負責人  
中心主任  
孫嘉毅

電話：  
2242 2827  
傳真：  
2242 2961

電郵：[mariacheung.lc@poleungkuk.org.hk](mailto:mariacheung.lc@poleungkuk.org.hk)  
地址：九龍鑽石山龍蟠街1號悅庭軒地下  
網址：<http://www.poleungkuk.org.hk/>

中心開放時間：  
逢星期一至六上午9:00 - 下午5:00

下次中心例會：  
日期：2023年1月3日 星期二  
時間：上午9:30 - 10:15 下午2:15 - 3:00

非賣品 印刷數量 200 份 督印人：孫嘉毅 編輯：黃菀靖  
職員：孫嘉毅、陶依彤、黃菀靖、陳天朗、廖媛姿、  
吳佩珍、楊瑞英、戴振金、譚麗珍

