



<尾期\$1000 消費券 – 八達通篇>

自消費券計劃推行至今，成功登記的合資格人士已於 8 月 1 日開始分批及分期獲發消費券。根據消費券的發放安排，選用八達通收取消費券的人士，在首期消費券發放後的 4 至 7 個月，只要其「合資格消費」達到\$4,000，尾期\$1,000 消費券便會在達標後的下一個月 16 日發放。換言之，於 8 月 1 日透過八達通獲發首期消費券的人士，必須於 2022 年 2 月 28 日或之前(即首期消費券發放後的七個月)累積滿\$4,000「合資格消費」，才可於 2022 年 3 月 16 日獲發尾期\$1,000 消費券。

提提大家，曾使用八達通卡作「合資格消費」以外用途並因此造成餘額不足，需在消費前先進行增值。此外，下列用途不屬於「合資格消費」，因此有關交易金額不會計算入「合資格消費」累積總額：



- ✧ 政府收費(例如：稅款、罰款、牌照費、隧道費、停車咪錶)
- ✧ 公用事業收費(即水、電、煤氣)
- ✧ 公共機構收費(例如：醫院管理局、香港房屋委員會、香港房屋協會)
- ✧ 教育開支(即提供本地及非本地課程的中小學，以及大學教育資助委員會資助的大學的收費)
- ✧ 購買金融產品或服務(例如：保險)
- ✧ 捐款(包括：慈善、宗教及政治組織)
- ✧ 直接向非本地商戶購物(包括：於本地透過非本地網上平台購物)
- ✧ 個人對個人(P2P)支付
- ✧ 兌換現金



如想查詢其「合資格消費」總額，除八達通 App 外，亦可透過八達通網站 (voucher.octopus.com.hk) 或八達通客戶服務熱線(2969 5500)了解。

活動報名方法

因應新型冠狀病毒感染情況，本中心3月份之實體月會將會取消。中心將以電話形式進行3月月會活動報名，因此請會員於2月24日(四)上午9時起致電2997 0206予本中心報名活動，敬請留意。

* 注意 *

1. 不接受電話留言及 WhatsApp  方式登記。
2. 職員會致電通知成功報名免費活動的會員出席活動。
3. 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。
4. 如活動已額滿，職員將不會個別通知後備會員。

會議提醒



項目	內容	日期/時間/地點	對象
冬季長者友善社區關注組	商討寶林區內長者友善設施的建議。	3月24日(四) 下午3時 (本中心) (視乎疫情情況而定)	長者友善社區關注組成員

即場登記活動 (不需預先報名)

項目	內容	日期/時間/地點	對象
耆暉量血壓	透過e體健系統，為長者提供量血壓服務，持續監察血壓情況。	3月2、9、16、23及30日(三) 3月5、12、19及26日(六) 下午2時 (本中心) (視乎疫情情況而定)	會員 / 非會員

護老自修室

三月的「每月之書」是由好優文化出版有限公司出版的《BYE BYE 失眠人生》。書中主要教導讀者了解失眠的情況及介紹如何睡得好的方法。



【每月之書】
《BYE BYE 失眠人生》
好優文化出版有限公司出版(2014)





快樂毛巾操

- 日期 3月2、9、16及23日(逢星期三)
- 時間 上午10時至11時
- 地點 本中心(視乎疫情情況而定)
- 節數 4節
- 內容 職員與參加者一齊做毛巾操運動，
提升肌力強度和平衡力，舒緩身體酸痛。
- 名額 7人
- 費用 會員\$10
- 職員 曾觀梅 姑娘
- 備註 參加者需經過評估，先留名登記，曾姑娘再個別通知有興趣者。



抗疫資訊_自助快速測試

- 日期 3月7日(星期一)
- 時間 上午10時
- 形式 WhatsApp形式
- 內容 讓參加者清晰了解如何正確自助進行鼻咽拭子採樣快速測試。
- 名額 不限
- 費用 免費
- 職員 曾觀梅 姑娘
- 備註 1. 參加者需有智能手提電話及可以下載Whatsapp。
2. 職員將會Whatsapp相關資訊給參加者。



衛生署講座_長者常見眼疾及護眼之道

- 日期 3月18日(星期五)
- 時間 上午10時15分至11時15分
- 形式 本中心(視乎疫情情況而定)
- 內容 由衛生署護士講解長者常見眼疾的徵兆和處理方法及護眼之道。
- 名額 15人
- 費用 免費
- 職員 曾觀梅 姑娘



於 2 月 24 日(四)上午 9 時起致電 2997 0206 向本中心登記，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。此外，收費活動需於 2 月 28 日(一)前到本中心繳費，逾期當棄權論。

教育發展

IPP-關愛自己多一點

日期 3 月 1、8、15、22 及 29 日(逢星期二)

時間 下午 3 時至 5 時

形式 IPP 系統

內容 發放關愛小法寶音訊，教授參加者如何愛錫自己。

名額 不限

費用 免費

職員 林婉汶 姑娘



耆樂卜卜齋

日期 3 月 15 日(星期二)

時間 下午 3 時至 4 時

地點 本中心(視乎疫情情況而定)

內容 分享正面訊息及大玩歇後語。

名額 12 人

費用 免費

職員 廖雅芳 姑娘



義工服務

義工聚會

日期 3 月 3 日(星期四)

時間 下午 3 時至 4 時

形式 本中心(視乎疫情情況而定)

內容 認識義務工作，並與義工歡樂共聚。

名額 12 人

費用 免費

職員 王穎恩 姑娘



護老/有需要護老者支援

護老法寶-給自己一個讚

日期 3 月 10 日(星期四)

時間 下午 2 時 30 分至 3 時 30 分

地點 本中心(視乎疫情情況而定)

內容 透過「愛自己的 30 天」的護老法寶，向護老者發放護老者資訊，學習欣賞自己，讓護老者學習如何關懷自己。

名額 10 人(護老者優先)

費用 免費

職員 林婉汶 姑娘



護老/有需要護老者支援

○ 護老俱樂部_保健小冊子分享

日期 3月11日(星期五)
時間 上午9時至10時/下午2時至3時
地點 本中心(視乎疫情情況而定)
內容 向護老者派發有關頸椎的相關保健資訊小冊子。
名額 20人(護老者優先)
費用 免費
職員 廖雅芳 姑娘
備註 參加者需於指定日子及時間到中心取小冊子。



○ 健腦訓練站

日期 3月14、21及28日(逢星期一)
時間 中心開放時間
地點 在家中(到中心領取工作紙)
內容 透過認知訓練工作紙，讓護老者與被照顧長者一同動腦筋。
名額 30人(護老者優先)
費用 免費
職員 林婉汶 姑娘
備註 完成活動可獲小禮物乙份。



社交康樂

輕輕鬆鬆手指畫

○
日期 3月10日(星期四)
時間 上午10時
形式 WhatsApp形式
內容 以WhatsApp影片方式教授大家手指畫，輕輕鬆鬆減壓。
名額 6人
費用 免費
職員 郝彩霞 姑娘
備註 1. 參加者需已安裝WhatsApp程式。
2. 參加者需於活動前到中心領取活動物資。



所有活動會因應疫情情況轉為以網上形式(WhatsApp /Zoom)進行，
參加者請先在智能電話下載程式！



Apple iOS



Google Play



Apple iOS





3 月開心下午茶

MACS: 000380

日期 3 月 17 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 製作腐竹白果雞蛋糖水，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 郝彩霞 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。



好玩星期六

日期 3 月 12 日(星期六)
 時間 上午 10 時至 11 時
 地點 本中心(視乎疫情情況而定)
 內容 與參加者進行精彩遊戲，共聚快樂時光。
 名額 20 人
 費用 免費
 職員 廖雅芳 姑娘



中心生日會_1-3 月

日期 3 月 17 日(星期四)
 時間 第一場：下午 2 時 15 分至 3 時 15 分
 第二場：下午 3 時 30 分至 4 時 30 分
 地點 本中心(視乎疫情情況而定)
 內容 與 1-3 月生日會員慶祝生日，開開心心慶祝。
 名額 15 人(每場)
 費用 會員\$15
 職員 廖雅芳 姑娘
 備註 1. 1-3 月生日會員可優先報名。
 2. 由於疫情關係，是次活動沒有生日蛋糕拍照及現場進食環節。
 3. 若疫情嚴重而取消實體活動，會轉為以精美禮物包形式派發。



摺紙樂-彈彈吊飾

日期 3 月 29 日(星期二)
 時間 上午 10 時至 11 時
 形式 本中心(視乎疫情情況而定)
 內容 與參加者用紙張製作可愛彈彈吊飾。
 名額 12 人
 費用 免費
 職員 廖雅芳 姑娘



和你 ZOOM — ZOOM 2

日期 3 月 31 日(星期四)
 時間 上午 10 時至 11 時
 形式 ZOOM
 內容 介紹視像通訊軟件 ZOOM 使用。
 名額 6 人
 費用 全免
 職員 郝彩霞 姑娘
 備註 如需協助安裝 ZOOM 程式，請於活動前到中心向職員查詢。



《長者友善社區關注組-最新資訊》

在 2006 年世界衛生組織訂立《全球老年友好城市建設指南》，向世界各國提出八大指標建設長者友善社區，包括：室外空間和建築、交通、住所、社會參與、尊重和社會包容、社區參與和就業、信息交流、社區支持和健康服務。

本中心亦設有長者友善社區關注組，關注寶琳附近的環境、設施等，冀寶琳可成為一個長者友善的社區。

關注組成員 2017 年初發現長者多使用寶豐路到達長者中心、院舍和賽馬會普通科門診。然而由新都城至欣明苑一段較長路程未有座椅設施，以致長者中途未有休息地方，長者表示長途步行會感吃力，減低他們到區內設施的意慾。故此關注組成員就建議於寶豐路近欣明苑一段加設座椅，讓長者來往長者中心、院舍和賽馬會普通科門診時，可作中途休息，減低疲累。



經關注組成員於區議會長者友善社區工作小組提出加設座椅的建議、持續爭取及跟進，日前已成功於寶豐路近欣明苑一段加設座椅。



歡迎大家登記成為長者友善社區關注組成員，一同商討寶林區內長者友善設施的建議。如果想瞭解長者友善社區資訊，歡迎與中心職員王姑娘聯絡。



特別報告

有關 2022 年 4 月月訊，請會員於 3 月 17(四)起，自行或請親友到中心代領 4 月月訊一份，或歡迎瀏覽本中心網頁閱覽相關資訊。謝謝！



義工資訊通

鑑於新型冠狀病毒疫情影響，中心維持有限度服務，保障會員、義工、職員及大眾的安全。

但在疫情下，莊老義工亦繼續行義，致電慰問有需要關顧的長者及向其提供抗疫資訊。

歡迎大家登記成為「莊老」義工，一起將愛心溫暖帶給有需要的人！如果想知道多 D 義工活動，歡迎與中心職員王姑娘聯絡。



SQS 服務質素標準

標準 5：人力資源

服務單位/機構實施有效的職員招聘、簽訂職員合約、發展、訓練、評估、調派及紀律處分守則。

「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。

提提你：每月壽星 溫馨獻禮

1-3 月份壽星，請於 1-3 月期間，帶同會員證到中心領取生日禮物。
最遲可於 2022 年 3 月 31 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。



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！



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、林婉汶、郝彩霞、王穎恩、曾觀梅、廖雅芳、林潔萍
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	

