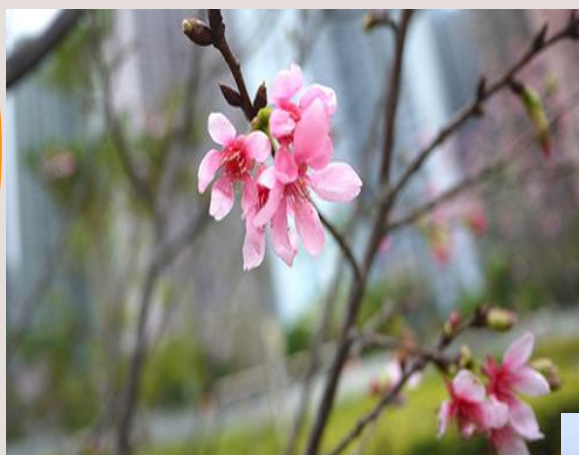




保良局
PO LEUNG KUK

劉漢宣紀念長幼天地

2023年3月通訊



香港春季賞花趣

春天是百花盛放的季節，留在香港都可以欣賞到七彩繽紛的花卉！3月為大家介紹一下賞花的資訊

鐘花櫻桃



又名**山櫻花**，花朵呈鐘形，鮮豔的粉紅及桃紅色。

建議觀賞地點：香港單車館公園

黃花風鈴木



又名**黃鐘木**，花朵鮮黃色，原產自中南美洲，不耐寒，是巴西國花

建議觀賞地點：啓德郵輪碼頭公園、南昌公園、北區公園、屯門公園

藍花楹



藍花楹原生於南美洲，花朵是紫藍色。它被列入世界自然保護聯盟瀕危物種紅色名錄「易危」分類。

建議觀賞地點：香港單車館公園

荷花玉蘭



荷花玉蘭原生於北美洲東南部，花瓣**6至12**枚，白色，花很大，因遠看像荷花而得名。

建議觀賞地點：香港動植物公園、九龍寨城公園、沙田公園

火焰樹



火焰樹是香港常見的常綠喬木，火焰樹花生長在樹頂，鮮紅色的花朵有如火焰燃燒一樣，故名火焰樹。

建議觀賞地點：鴨脷洲海濱長廊、文東路公園、維多利亞公園

樹頭菜



樹頭菜又稱「魚木」或「蜘蛛樹」，樹頭菜剛開花時是白色，幾天後會慢慢變成黃色。

建議觀賞地點：文東路路旁市容地帶、摩士公園、太子道西行道樹、大埔海濱公園、天水圍公園

職員資訊



主任
魏宇玲

大家好啊.我是魏姑娘.很榮幸可以在本中心為大家服務3年,現做為中心主任我會繼續為長者.縱然能力有限,亦會竭盡所能和大家共建長幼共融的友愛社區.

各位老友記，大家好！我是新加入的實習社工蘇承恩，大家可以叫我蘇先生或者阿恩。三年疫情終現曙光，社會逐漸復常，希望半年的實習期能夠有機會舉辦不同類型的小組和活動，與大家交流學習，多多指教。



實習社工
蘇承恩



實習社工
黃嘉文

各位長幼天地的會員，你們好！
大家近日可能又在中心發現兩個新面孔。我是實習社工黃姑娘，好開心來到這裡，認識同服務葵涌區的長者。
隨著疫情減退，歡迎各位多些來中心坐，聊聊天，我亦期待為大家舉辦不同類型的活動，兔年祝老友記們身心健康，歲歲平安。

職員資訊



實習社工伍凱琳

大家好，我是伍姑娘，時間過得很快，由上年10月到今日原來已經和大家相處了約5個月的時間，我們的實習就這樣到了尾聲，3月10日就是我們最後一日在中心的日子了...

多謝大家在這段時間的照顧，與大家相處的時間總是過得很快，感恩可以有機會與大家一起經歷、一起體驗、一起成長，很開心有這個緣份與大家相遇，祝大家身體健康，生活愉快，有緣再會~

大家好！我係李姑娘，不經不覺我和伍姑娘的實習也將要在3月10日結束。這段時間，雖然與街坊及會員之間均需戴上口罩相處，彼此看不見面容，但亦無阻我們彼此建立友好關係！很高興認識你們，祝各位身體健康，有緣再會！



實習社工李潔馨

《腦友學堂》活動花絮:



中文班(2023年3月)

日期：3月6、13、20、27日(一)

時間：下午16:00 - 17:15

地點：棉紡會中學

名額：15名

費用：免費



健康舞班(2023年3月)

日期：3月7、14、21、28日(二)

時間：下午 15:30 - 16:45

地點：棉紡會中學

名額：15名

費用：免費



伸展運動班(2023年3月)

日期：3月8、15、22、29日(三)

時間：下午15:30 - 16:45

地點：棉紡會中學

名額：15名

費用：免費



八段錦進階班(2023年3月)

內容：教導八段錦的健身功法。

日期：3月4、11、18日(六)

時間：上午10:00 – 11:00

地點：獅子會中學

名額：20人

費用：免費



手機攝影技巧班(2023年3月)

內容：教導長者基本手機攝影技巧。

日期：3月4、11、18日(六)

時間：上午11:30 - 12:30

地點：獅子會中學

名額：20名

費用：免費



Rummikub動動腦(2023年3月)

內容：骨牌遊戲，讓長者多動動腦動動手

日期：3月2、9、16、23、30日(四)

時間：下午14:30 - 16:00

地點：中心鏡房

名額：12名

費用：免費



鉤織工場(2023年3月)

內容：製作鉤織成品及交流鉤織技巧

日期：3月7、14、21、28日(二)

時間：下午2:30 - 4:00

地點：中心鏡房

名額：8名 費用：\$20



水墨畫班(2023年3月)

內容：由淺入深學習繪畫水墨畫，陶冶性情。

日期：3月13、20、27日(一)

時間：上午11:30 - 下午1:00

地點：中心鏡房

名額：8名 費用：\$150



護士站(2023年3月)

內容：由中心護士為長者量血壓血糖，作藥物查詢

日期：3月15日(三)

時間：上午9:30 - 10:30

地點：中心鏡房

名額：10名

費用：量血壓，藥物查詢\$15，驗血糖，藥物查詢\$20



衛生署講座(2023年3月)

[長者常見眼疾及護眼之道]

內容：由衛生署姑娘講解各種健康知識

日期：3月21日(二)

時間：上午10:00 - 11:00

地點：中心鏡房

名額：10名 費用：免費



3月例會

內容：介紹中心4月活動

日期：3月24日(五)

時間：上午10:00 - 11:30

地點：中心鏡房

名額：10人 費用：免費



收集會員運用 Whatsapp 廣播資料庫

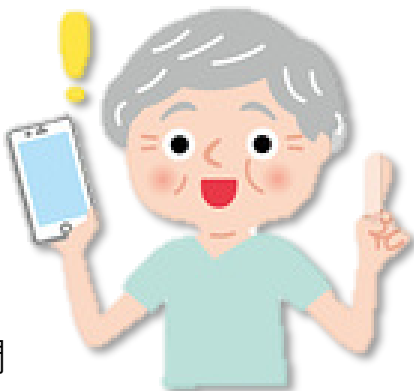
為讓中心會員能更便利接收中心消息或活動宣傳資訊，中心會透過 Whatsapp 廣播功能向會員不定期發放中心訊息，內容包括：
中心月訊/個別活動宣傳/特別消息/通告

會員只需：

1. 使用智能電話並已安裝 Whatsapp
2. 將中心Whatsapp號碼加為聯絡人並向該號碼發訊息

注意事項：

1. 中心Whatsapp廣播服務只供發放消息或活動宣傳，會員無須回覆或致電。
2. Whatsapp 不設專人接聽電話或回覆訊息，如有疑問或查詢，請致電 39984550 與職員聯絡。



Whatsapp 號碼
5999 1355



掃描QR code，將中心號碼
加到Whatsapp聯絡人

「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！里個電話係由保良局 劉漢宣紀念長幼天地 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



電話錄音來電號碼:37017800

如有任何查詢，
歡迎與中心職員聯絡了解更多詳情。

計劃目的：提供廉價、健康及有營養的熱餐服務

服務對象：獨居、雙老或 有需要的社區人士

服務內容：提供午、晚餐，憑「飯票」用膳

『有營飯堂』登記及賣飯票詳情

日期：逢星期二

時間：上午9:15-12:00及下午2:00至5:00

地點：中心正門接待處

如有任何查詢，請親臨本中心或與孫姑娘聯絡

	飯餐時段		飯餐內容	價錢
早餐	中午	9:15 – 9:45	各類中式早點	\$4
午餐	中午	11:30 - 12:30	兩款餸菜、白飯及湯	\$12
晚餐	下午	4:30 - 5:30	兩款餸菜、白飯及生果	\$12

關愛基金牙科資助申請

申請資格

- ✓ 65 歲或以上並領取「長者生活津貼」；
- ✓ 從未受惠於關愛基金資助及衛生署的「長者牙科外展服務計劃」；
- ✓ 已失去全部或部分牙齒，願意接受資助項目的牙科服務診療；
- ✓ 以獲指定牙醫，適合接受鑲活動假牙
- ✓ 移除牙橋或牙冠及杜牙根
- ✓ 75歲或以上於5年前或更早以前，在項目下曾接受牙科服務的長者，提供第二次免費鑲配活動假牙及相關診療服務。

申請方法

合資格的人士 **請於本中心辦公時間內跟職員預約登記**

準備文件:

1. 香港身份證正本
2. 「紅簿仔」最近三個月存入長生津金額紀錄
3. 中文住址文件



入會 / 續會事項

關於入會: (會籍有效期由入會日起計1年內有效)

個人會籍: 50歲或以上 年費\$21

家庭會籍: 2人或以上家庭 年費\$50

入會手續:

有意入會人士請於星期五辦公時間親臨本中心辦理入會手續, 並請攜帶:

1. 身份證
2. 住址證明文件
3. 帶備半身正面近照1張
4. 會員年費

****請先致電中心電話39984550預約入會登記, 職員會通知辦理手續安排****

關於續會:

請會員留意會員証上之**有效期**, 並於到期當月到中心辦理續會, 如有有效期為2022年12月31日之會員, 請於2022年12月內到中心辦理。



保良局劉漢宣紀念長幼天地

會員証 (個人)

姓名: 常歡笑

會員號碼: 2250-01234

有效期: 2022/12/31



天文台惡劣天氣訊號

中心服務

室內服務 / 活動

戶外服務 / 活動

1號風球/黃色暴雨警告

✓

✓

✓

3號風球/紅雨暴雨警告

✓

✓

X

8號或以上風球/黑雨暴雨警告

X

X

X

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。您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
魏宇玲

電郵: kcfjc@poleungkuk.org.hk
地址: 新界葵涌邨合葵樓地下1-4及18-19號
網址: <https://www.poleungkuk.org.hk/>

電話
39984550
傳真
39984551

中心開放時間:
星期一至六 上午9:00-下午5:00
(星期日及公眾假期休息)

