



保良局  
PO LEUNG KUK



# 保良局曹金霖夫人耆暉中心

## 2023年4月份

消費券計劃  
Consumption Voucher Scheme

2023



2023-24年度《財政預算案》提出推行2023年消費券計劃，向合資格市民分期發放總額5,000元。

需要重新申請嗎？

- ◆ 已成功登記2022年消費券計劃的市民，會在**4月16日**透過已登記儲值支付工具帳戶直接獲發消費券。**毋須再次登記**

- ◆ 已成功登記2022年消費券計劃的市民，會於**4月16日**在已登記的儲值支付工具帳戶直接收到第一期券額為 \$3,000消費券
- ◆ 第一期消費券有效期為2023年10月31日

第一期消費券幾時有？  
有效期限到幾時？

新申請了樂悠咭，有關消費券會唔會無左？

- ◆ 使用八達通登記2022年消費券計劃的樂悠咭持有人，如其已登記的八達通卡仍然有效，便可繼續使用已登記的八達通卡收取消費券，**毋須再次登記或刻意更改以其他八達通卡（包括樂悠咭）**收取2023年消費券計劃發放的第一期消費券

樂悠咭用戶如已退回其用作收取去年消費券的八達通卡，可致電到**八達通熱線：2969 5588 辦理更改手續**，舊的八達通卡將會被註銷。

資料來源：消費券計劃網站

中心開放時間：

星期一至五 上午8時45分至下午5時正  
星期六 上午9時至下午4時正

【星期日及公眾假期休息】

服務質素標準—標準—

服務單位確保製備說明資料，清楚陳述其宗旨、目標和提供服務的形式，隨時讓公眾索閱。

下次例會日期

日期：5月2日(星期二)  
時間：下午3:00 - 4:00  
地點：敬發樓地下及  
ZOOM 視像進行

中心職員：高麗玲 盧芷微 彭曦桐 盧凱怡 王純潔 鄧兆芬 朱倩瑩 伍英鳳 張瑞英 梁結英

地址：青衣長發邨敬發樓地下102室 電話：2433 7300 傳真：2433 6078

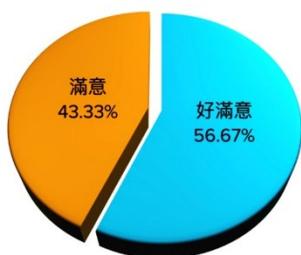
地址：青衣長發邨長發社區中心一樓 電話：2433 5822 傳真：2435 5078 電郵：chaokinglin.nec@poleungkuk.org.hk

# 中心服務滿意調查

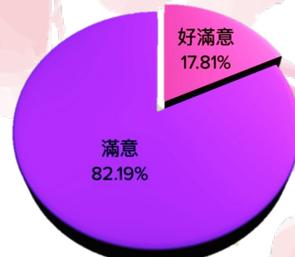
中心於2023年1月至3月期間以隨機抽樣方式訪問160位會員、60位長者義工及73位護老者會員；個別訪問所有有需要的護老者及曾參與認知障礙症小組護老者。

綜合各問卷的結果，長者對中心服務的滿意程度達100%。問卷調查得以順利完成實在有賴各位會員的合作與支持，在此向各位表示感謝！

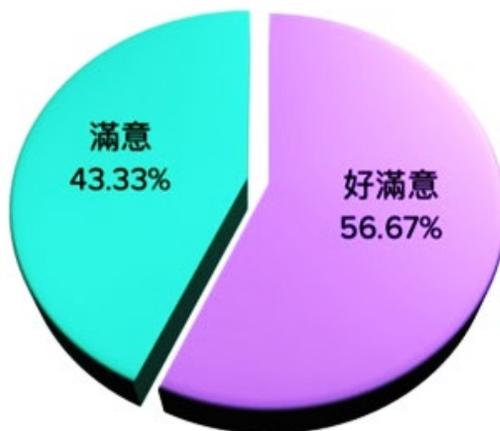
現刊登有關問卷調查結果供各位會員閱覽 (以小數點後2個位為準)



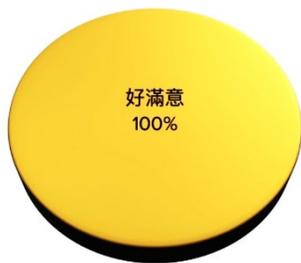
長者義工對義工服務的滿意程度



護老者對中心提供的護老者服務滿意程度



長者對中心服務的滿意程度



護老者對認知障礙症小組支援和訓練服務的滿意程度



舒緩照顧長者的壓力

## 生命號計劃

保良局華永會「生命號」五感人生體驗計劃藉著多元化活動，向社會大眾傳遞正向的生命信念。計劃鼓勵參加者由善待自己開始，紓解心中壓力，緩和情緒。再推展與他人復和，活在當下，擁抱希望，以積極態度面對前路！



歡迎讚好本中心「生命號」Facebook及Instagram在專頁中，將會分享正向訊息及活動花絮，讓大家了解「生命號」的最新動向！



Facebook



Instagram

# 職員動向

各位老友記、同事們：

不經不覺我加入中心已有9年多的時間，多謝老友記的支持與愛錫，同事們照顧、陪伴與包容。

我將於4月離開這個大家庭，在此祝福各位老友記，身體健康，每日都開開心心。



社工 - 高麗玲



保健員-王純潔

大家好呀！我喺新來嘅保健員王姑娘，好開心加入咗呢個「大家庭」！

祝大家身體健康，開開心心！

## 社區飯堂服務計劃

取飯時間

膳食類別

星期一至五 (由惜食堂提供)

午餐：中午12:30

晚餐：下午4:30

熱餐：

包括飯、餅

星期六 (由保良局樂安居提供)

午餐：上午11:30-下午1:00

費用：12元

熱餐：包括白飯、

餅及湯水

日期：4月11日(星期二)

→ 售賣4月17日至4月29日飯票

日期：4月24日(星期一)

→ 售賣5月1日至5月13日飯票

取飯地點：敬發樓地下

☆ 有意購買飯餐會員可與職員聯絡

☆ 購買飯餐請攜帶有效的會員證

## 認知障礙症服務

認知障礙症小組 地點：社區中心一樓

認知玩具日(1)

日期：4月24日(星期一)

時間：下午3:00 - 4:00

內容：透過遊戲訓練大腦

腦友同樂

日期：4月20日及27日(星期四)

時間：上午10:00 - 11:00

內容：者透過不同類型的活動，包括玩芬蘭木棋與飛鏢、製作手工等訓練認知能力



地點：敬發樓地下

智醒「腦」朋友

日期：4月12日至6月28日

(逢星期三)

時間：下午3:00 - 4:00

地點：敬發樓地下

對象：患有認知障礙症會員

內容：透過不同的感官刺激，加強認知障礙症長者的認知能力

如有興趣報名認知障礙症活動，請與盧芷微姑娘查詢。

## 衛生署健康講座(1)

日期：4月11日(星期二)

時間：上午10:00 - 11:00

地點：敬發樓地下

名額：24位 費用：免費

內容：長者皮膚問題

報名日期：4月6日 上午9:00 敬發樓地下

負責職員：鄧兆芬姑娘 活動編號：031



## 健康檢查(1)

日期：4月25日(星期二)

時間：上午9:00 - 11:00

地點：敬發樓地下

名額：20位 費用：10元

內容：進行血糖檢測，檢查前2小時禁食

☆ 帶備水及餅乾等，以備不時之需

報名日期：4月6日 上午9:00 敬發樓地下

負責職員：鄧兆芬姑娘 活動編號：033



## 護心操齊齊做(1)

日期：5月10日至31日(逢星期三)

時間：上午9:30 - 10:30

地點：敬發樓地下

名額：20位 費用：免費

內容：與會員一同做護心操

報名日期：4月6日 上午9:00 敬發樓地下

負責職員：朱倩瑩姑娘 活動編號：005



## 有需要護老者

### 護老者樂園

日期：4月15日(星期六)

時間：下午2:30 - 3:30

地點：敬發樓地下

對象：有需要護老者及被照顧長者

名額：10位 費用：免費

內容：培訓有需要護老者護老技巧及聚會

報名日期：4月6日 上午9:00 敬發樓地下

負責職員：彭曦桐姑娘 活動編號：018



## 健康教育及生活推廣

### 長壽拍打功

日期：4月17日及24日(星期一)

時間：上午9:30 - 10:15

地點：敬發樓地下

名額：15位 費用：免費

內容：拍走身體廢物抗衰老退化

☆ 請參加者修剪指甲

報名日期：4月6日 上午9:00 敬發樓地下

負責職員：王純潔姑娘 活動編號：029



### 我要健康(1)

日期：5月1日至31日

時間：上午9:00 - 下午4:30

地點：社區中心一樓

名額：20位 費用：20元 / 每月

內容：使用中心運動器材，每次20分鐘

負責職員：朱倩瑩姑娘 活動編號：006

☆ 報名日期：4月25日 上午9:00

社區中心一樓

☆ 報名當日即可預約下一個月運動時間

☆ 每人每次只可預約一款運動器材及時間

☆ 請到社區中心一樓預約，不設電話預約

☆ 請會員準時出席，逾時不設補時



## 教育及發展

### 生活寶庫(1)

日期：4月27日(星期四)

時間：上午9:00 - 下午5:00

形式：透過WhatsApp傳送資訊

名額：25位 費用：免費

內容：教授長者學習生活冷知識

☆ 參加者需預備智能手機

報名日期：4月6日 上午9:00 敬發樓地下

負責職員：鄧兆芬姑娘 活動編號：032



## ● 社交及康樂

### 開心星期五(1)

日期：4月21日(星期五)

時間：下午2:30 - 3:30

地點：敬發樓地下

名額：12位 費用：10元

內容：玩食品配對遊戲

☆ 活動中派發的茶點請帶回家中享用

報名日期：4月6日上午9:00 敬發樓地下

負責職員：鄧兆芬姑娘 活動編號：027



### 週六鬆一鬆(1)

日期：4月22日(星期六)

時間：下午2:00 - 4:00

地點：敬發樓地下

名額：10位 費用：10元

內容：製作兔型UV滴膠鎖匙扣

報名日期：4月6日上午9:00 敬發樓地下

負責職員：朱倩瑩姑娘 活動編號：013



### 懷舊映畫戲(1)

日期：4月29日(星期六)

時間：下午2:15 - 4:00

地點：敬發樓地下

名額：10位 費用：10元

內容：欣賞懷舊電影 - 戲迷公主

報名日期：4月6日上午9:00 敬發樓地下

負責職員：鄧兆芬姑娘 活動編號：028



## ● 義工發展

### 電話慰問

日期：4月1日至29日

時間：上午9:00-11:30 或

下午2:00-4:30

內容：致電關懷獨居或體弱長者的生活情況

對象：義工隊會員

活動編號：039



### 「園」途有你-園藝義工小組

日期：4月14日及28日(星期五)

時間：下午3:00 - 4:00

地點：敬發樓地下

名額：8位 費用：免費

內容：透過園藝訓練分享園藝心得，擴闊社交

☆ 小組訓練後成為義工，協助中心園藝閣

報名日期：4月6日上午9:00 敬發樓地下

負責職員：盧凱怡姑娘 活動編號：008



### 眼睛去旅行(1)

日期：4月20日(星期四)

時間：下午2:30 - 3:30

地點：敬發樓地下

名額：20位 費用：免費

內容：用眼睛環遊世界，認識文化、歷史

報名日期：4月6日上午9:00 敬發樓地下

活動編號：038



### 太極十八式

日期：4月21日及28日(星期五)

5月5日(星期五)

時間：上午9:00 - 9:45

地點：敬發樓地下

名額：10位 費用：免費

內容：由長者義工教授太極十八式

報名日期：4月6日上午9:00 敬發樓地下

活動編號：030



中心WhatsApp：

6142 1454

「長者電話支援服務系統」

來電號碼：3701 7878

## 護你我叻

日期：4月15日及29日(星期六)

時間：下午2:30 - 3:30

地點：敬發樓地下

名額：8位 費用：免費

對象：護老者

內容：護老常用技巧及注意事項

報名日期：4月6日 上午9:00 敬發樓地下

負責職員：王純潔姑娘 活動編號：036



## 護老者支援

### 園藝天地 (1)/(2)

日期：4月18日及25日(星期二)

時間：下午3:00 - 4:00

地點：敬發樓地下

名額：每節8位 費用：10元

對象：護老者

內容：透過不同園藝活動，讓護老者達到減壓放鬆，以滿足心靈

☆ 請參加者只選其中一日報名

報名日期：4月6日 上午9:00 敬發樓地下

負責職員：盧凱怡姑娘

活動編號：003/004



### 和諧粉彩體驗工作坊

日期：4月19日(星期三)

時間：下午2:30 - 3:30

地點：社區中心一樓

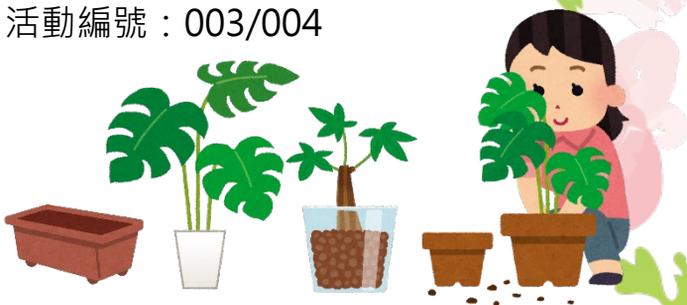
名額：8位 費用：10元

對象：護老者

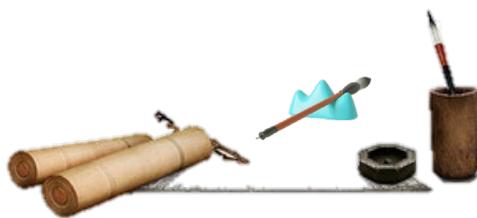
內容：使用簡單的手指繪畫技巧，來表達自己的情感而得到治癒效果。

報名日期：4月6日 上午9:00 敬發樓地下

負責職員：盧凱怡姑娘 活動編號：009



## 中心活動預告



### 長者學苑~書法班

日期：4月26日至6月14日(逢星期三)

時間：下午2:30 - 4:00

地點：社區中心一樓

名額：10位 費用：100元

內容：學習中文書法技巧

負責職員：朱倩瑩姑娘 活動編號：014

### 長者學苑~國畫班

日期：4月27日至6月15日(逢星期四)

時間：下午3:00 - 4:30

地點：社區中心一樓

名額：10位 費用：120元

內容：學習工筆畫花、鳥繪畫技巧

負責職員：朱倩瑩姑娘 活動編號：015

有興趣報名之會員，請於4月6日於上午9:00，敬發樓地下  
留名報名，待朱姑娘通知！

星期日	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六
活動舉行地點： (敬):敬發樓地下 (社):社區中心 一樓						1 9:00 我要健康(社) 12:30 社區飯堂(敬)
2	3 9:00 我要健康(社) 12:30 社區飯堂(社/敬) 4:30 社區飯堂(敬)	4 9:00 我要健康(社) 12:30 社區飯堂(社/敬) 3:00 例會 4:30 社區飯堂(敬)	5  清明節	6 9:00 我要健康(社) 12:30 社區飯堂(社/敬) 4:30 社區飯堂(敬)	7  復活節	8  復活節
9  復活節	10 復活節	11 9:00 我要健康(社) 10:00 衛生署健康講座(敬) 12:30 社區飯堂(社/敬) 4:30 社區飯堂(敬)	12 9:00 我要健康(社) 12:30 社區飯堂(社/敬) 3:00 智醒「腦」朋友(敬) 4:30 社區飯堂(敬) 	13 9:00 我要健康(社) 12:30 社區飯堂(社/敬) 4:30 社區飯堂(敬)	14 9:00 我要健康(社) 12:30 社區飯堂(社/敬) 3:00 「園」途有你 園藝義工小組(敬) 4:30 社區飯堂(敬) 4:30 社區飯堂(敬)	15 9:00 我要健康(社) 11:30 社區飯堂(敬) 2:30 護老耆樂園(敬) 2:30 護你我叻(敬)
16	17 9:00 我要健康(社) 9:30 長壽拍打功(敬) 12:30 社區飯堂(社/敬) 4:30 社區飯堂(敬)	18 9:00 我要健康(社) 12:30 社區飯堂(社/敬) 3:00 園藝天地(敬) 4:30 社區飯堂(敬) 	19 9:00 我要健康(社) 9:30 護心操齊齊做(敬) 12:30 社區飯堂(社/敬) 2:30 和諧粉彩體驗 工作坊(敬) 3:00 智醒「腦」朋友(敬) 4:30 社區飯堂(敬)	20 9:00 我要健康(社) 10:00 腦友同樂(社) 12:30 社區飯堂(社/敬) 2:30 眼睛去旅行(敬) 4:30 社區飯堂(敬)	21 9:00 我要健康(社) 9:00 太極十八式(敬) 12:30 社區飯堂(社/敬) 2:30 開心星期五(敬) 4:30 社區飯堂(敬) 	22 9:00 我要健康(社) 11:30 社區飯堂(敬) 2:00 週六鬆一鬆(敬)
23 30	24 9:00 我要健康(社) 9:30 長壽拍打功(敬) 12:30 社區飯堂(社/敬) 3:00 認知玩具日(社) 4:30 社區飯堂(敬)	25 9:00 我要健康(社) 9:00 健康檢查(敬) 12:30 社區飯堂(社/敬) 3:00 園藝天地(敬) 4:30 社區飯堂(敬)	26 9:00 我要健康(社) 9:30 護心操齊齊做(敬) 12:30 社區飯堂(社/敬) 3:00 智醒「腦」朋友(敬) 4:30 社區飯堂(敬)	27 9:00 生活寶庫 9:00 我要健康(社) 10:00 腦友同樂(社) 12:30 社區飯堂(社/敬) 4:30 社區飯堂(敬)	28 9:00 我要健康(社) 9:00 太極十八式(敬) 12:30 社區飯堂(社/敬) 3:00 「園」途有你 園藝義工小組(敬) 4:30 社區飯堂(敬)	29 9:00 我要健康(社) 11:30 社區飯堂(敬) 2:15 懷舊映畫戲(敬) 2:30 護你我叻(敬) 