



保良局
PO LEUNG KUK

劉漢宣紀念長幼天地

2024年4月通訊



環保小知識

3月份會訊分享了「一般垃圾」和「大型垃圾」的定義，及該如何棄置。說時遲那時快，因社會反對聲音和設備未完善足夠應付徵費後的吞吐量，政府因此宣佈垃圾徵費延期到8月1日實施，大家彷彿鬆一口氣，可以慢慢適應新措施。

雖然措施暫緩，但管制即棄膠餐具和其他塑膠產品的《2023年產品環保責任（修訂）條例草案》（《環保法》）如期將於4月22日(世界地球日)開始分階段實施，首階禁止食肆提供或銷售9類即棄塑膠餐具，日後買外賣或日常用品亦會受到影響，本期會訊除承接分享上期內容，更會詳盡分享首階的「走塑」新措施！



獲授權零售點 (提供一袋兩用*)



7-Eleven



Circle K



惠康



3hreesixty



Market Place



APITA



UNY



日本城



百佳超級市場



華潤萬家



AEON



HKTvmall



谷辰



千色



pandamart



實惠



一田百貨



永安百貨



city'super



藥房

環保小知識



點買指定袋/標籤?



獲授權零售點 (未能提供一袋兩用)



759阿信屋



豐澤



屈臣氏

獲授權網上平台



永安百貨
開售日期: 稍後更新



豐澤
開售日期: 稍後更新



屈臣氏
開售日期: 稍後更新



實惠



Circle K



pandamart



HKTVmall



city'super



百佳超級市場



惠康
開售日期: 稍後更新



日本城
開售日期: 稍後更新



AEON
開售日期: 稍後更新



一田百貨
開售日期: 稍後更新

環保小知識

首階段管制即棄膠餐具

禁止情況	即棄膠餐具
禁止向堂食顧客提供	杯、杯蓋、食物容器、食物容器蓋
禁止向堂食及外賣顧客提供	發泡膠餐具、飲管、攪拌棒、進食用具（叉刀匙）、碟
禁止銷售予最終消費者	

首階段管制即棄塑膠產品

禁止情況	即棄塑膠產品
禁止銷售和免費供應	<ul style="list-style-type: none">· 棉花棒· 氣球棒· 充氣打氣棒· 熒光棒· 派對帽· 氧化式可分解塑膠產品（不論是否即棄性質）· 雨傘袋· 食物膠籤· 膠牙籤
禁止免費供應	<p>酒店洗滌梳妝用品：</p> <ul style="list-style-type: none">· 膠柄牙刷· 塑膠包裝牙膏· 浴帽· 塑膠容器的身體· 房間內提供的即棄膠樽裝水 <p>酒店洗滌梳妝用品：</p> <ul style="list-style-type: none">· 剃刀· 指甲銼· 梳 <p>其他：</p> <ul style="list-style-type: none">· 宣傳用塑膠包裝紙巾· 非醫療用透明即棄膠手套

豁免情況

- 預先包裝的食品/飲品，例如紙包飲品、雪糕杯內附的即棄膠餐具
- 醫療原因，例如零售及餐飲處所，向有醫療需要的顧客，例如病人或殘障人士，提供即棄膠飲管
- 進食藥物、科學研究或實驗或用於法證科學化驗

職員資訊

不知不覺加入宣長工作咗已經九個月，連埋上年實習，就剛剛好滿一年。時間真係過得好快，由實習社工，變成正職社工，身份有變，但大家仍然一樣咁友善、踴躍去參與同支持我負責嘅每一個活動。返工當日精神啲、劫啲、肥啲、瘦啲、皮膚好返啲又或者差啲等等，大家都會留意到，亦會噓寒問暖，最深刻當然就係你哋每一句嘅稱讚同答謝，一切盡在不言中。但老土啲都要講，天下無不散之筵席，我即將離職了，4月5日將會係最後一個工作天，慶幸可以睇埋一年遇到大家，共同渡過疫情、實習、復常、工作嘅不同階段。嚟緊大家要繼續多多支持中心各項活動，錫住每個同事啊！祝福大家日日都係咁精靈，活潑健康！



社工
蘇Sir 承恩

重要通知

通知(一)

4月份所有活動，於4月2日早上9時半才開始接受報名

通知(二)

CLP 中電 有營飯堂於新年度將調整收費：

項目	價目
早餐	\$4 → \$5
午餐	\$12 → \$15
晚餐	\$12 → \$15

中電有『營』飯堂 - 飯堂義工招募

計劃目的：推廣義工服務，宣揚關愛精神

服務內容：協助中心派發早/午/晚餐

服務時間：早9:00 - 10:00 午11:00 - 12:30

晚4:00 - 5:30

飯堂地點：有營飯堂 如有查詢，請與陳姑娘聯絡。

CLP 中電 中電有『營』飯堂

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：提供早、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：9:30-13:00及14:00至17:00

地點：中心正門接待處

如有任何查詢，請親臨本中心或與陳姑娘聯絡

	飯餐時段		飯餐內容	價錢
早餐	上午	9:15 - 9:45	各類中式早點	\$5
午餐	中午	11:20 - 12:20	兩款餸菜、白飯及湯	\$15
晚餐	下午	4:20 - 5:20	兩款餸菜、白飯及生果	\$15

活動報名及參加須知

1. **所有活動**請於中心開放時間內**親臨**接待處報名/繳費，額滿則會截止報名。**不設電話預留名額**。
2. 會員報名時，須出示**有效會員證**。
3. 會員繳交款項時，請與職員當面**點算金額**，中心亦會即時列**印收據予會員**。
4. 所有收費小組/活動**一經繳費**，費用**恕不退回**。（因天雨關係或特別情況取消活動除外）。
5. 有名額限制的活動會以「**先到先得**」形式進行報名
6. 抽籤活動：負責職員會於指定日期進行抽籤，並致電通知中籤者。如會員沒有收到負責職員的電話通知，則表示未能中籤，本中心**恕不另行通知**。
7. 被抽中之會員需於**指定時段**內到中心登記，否則名額會由後備名單上的參加者補上。
8. 如會員成功報名後而未能出席活動，請於活動前盡快通知負責職員，如無故缺席活動而沒有通知中心兩次，中心有可能暫停該會員下次參與活動的權利。
9. 會員需親身出席已確認報名的活動，**不可自行轉讓**予其他會員或替代。
10. 活動舉行期間，本中心有機會拍攝活動相片，日後用於機構刊物、網頁、中心播放或作服務推廣之用。如會員不願意被拍攝或不同意相片用途，請於報名時或即時向活動負責職員提出。
11. 除活動註明外，不可帶同非參加者出席活動。
12. 有關活動的詳細內容及報名細則，以**中心最後公佈為準**。中心亦會保留修改任何活動細則的權利，請會員留意最新公布。
13. 若想接收到本中心的資訊，首先請儲存中心電話(59991355)，然後**Whatsapp**通知本中心想接收月訊。完成以上步驟，中心便會將您加入到廣播名單，日後便可接收到本中心的資訊。

如有任何查詢，歡迎與中心職員聯絡
了解更多詳情。

2024年4月

星期日	星期一	星期二	星期三
	1	2	3
			1400-1500 長幼扭氣球(第一節)
7	8	9	10
1330-1645健康舞(棉紡會) 1000-1100 愛笑瑜珈(第一節) 1230-1400 水墨畫班(第一節)	1600-1715中文班 (棉紡會) 0930-1030長幼理髮廳 1430-1600 鈎織工作坊(第一節)	1430-1530 家居安全知多少	
14	15	16	17
1330-1645 健康舞(棉紡會) 1000-1100 愛笑瑜珈(第二節) 1230-1400 水墨畫班(第二節)	1600-1715中文班 (棉紡會) 1430-1600 鈎織工作坊(第二節)	1430-1530 健康之道(一)-認識春季食療湯水	
21	22	23	24
1330-1645 健康舞(棉紡會) 1000-1100 愛笑瑜珈(第三節) 1230-1400 水墨畫班(第三節)	1600-1715中文班 (棉紡會) 1000-1100衛生署講座 1430-1600 鈎織工作坊(第三節)	0930-1030護士站 1430-1530 健康之道(二)-學習保健穴位按摩法	
28	29	30	
1330-1645 健康舞(棉紡會) 1000-1100 愛笑瑜珈(第四節) 1230-1400 水墨畫班(第四節)	1430-1600 鈎織工作坊(第四節)		

活動一覽表

星期四	星期五	星期六
4	5	6
	1450-1620 長者義工訓練(獅子會) 1000-1200 復活節玩樂"糕" 1400-1600魔玩復活節	1300-1430 功課輔導班 1430-1600 兒童創意畫(第一節)
11	12	13
	1330-1500 愉快小手作(第四節)	1300-1430 功課輔導班 1430-1600 兒童創意畫(第二節)
18	19	20
	1450-1620 長者義工訓練(獅子會) 1330-1500 愉快小手作(第一節)	1300-1430 功課輔導班 1430-1600 兒童創意畫(第三節)
25	26	27
1400-1500 長幼扭氣球(第二節)	1450-1620 長者義工訓練(獅子會) 1000-1130 4月例會 1330-1500 愉快小手作(第二節)	0930-1030長幼理髮廳 1300-1430功課輔導班 1430-1600 兒童創意畫(第四節)
		

長·幼活動資訊

長幼扭氣球班

日期：4月3日、4月25日、5月8及22日(星期三/四)
時間：下午2:00 - 3:00 地點：中心鏡房
對象：K2-小五小童及長者會員 名額：6名
費用：會員\$30/3堂 \$10/堂；非會員\$60/3堂 \$20/堂
導師：莫捷 負責職員：陳麗萍(福利工作人員)

復活節玩樂”糕”

內容：一同製作杯子蛋糕、木糠布甸杯及抽獎
(*成品可以帶走與家人分享)
日期：4月5日(星期五)
時間：上午10:00 - 12:00 地點：中心鏡房
對象：K2-小五小童及長者會員 名額：8名
費用：\$50 負責職員：賴佩怡(福利工作人員)
備註：6歲以下參加者須由家長陪同參與

魔玩復活節

內容：進行園藝及手工活動、魔術師表演及抽獎
日期：4月5日(星期五)
時間：下午2:00 - 4:00 地點：中心活動室
對象：K2-小五小童及家庭會員 名額：20名
費用：\$60 負責職員：賴佩怡(福利工作人員)
備註：6歲以下參加者須由家長陪同參與

愛笑瑜伽

日期：4月8、15、22及29日(星期一)
時間：上午10:00 - 11:00 地點：中心鏡房
對象：中心會員 名額：8名
費用：\$10
導師：羅潤金 負責職員：陳麗萍(福利工作人員)

長·幼活動資訊

長幼理髮廳

日期：4月9及27日(星期二及星期六)
時間：上午9:30 - 10:30 地點：中心鏡房
對象：本會會員 名額：15名
費用：\$15 負責職員：陳麗萍(福利工作人員)
備註：1.使用服務前，請先清洗頭髮，確保衛生整潔
2.剪髮不設特定造型，以整潔及清爽為主

水墨畫班

日期：4月8、15、22及29日(星期一)
時間：下午12:30 - 2:00 地點：中心鏡房
對象：長者會員 名額：12名
費用：\$180 負責職員：陳麗萍(福利工作人員)

鉤織工作坊

日期：4月9、16、23及30日(星期二)
時間：下午2:30 - 4:00 地點：中心鏡房
對象：中心會員 名額：15名
費用：\$20
導師：鄧惠玲 負責職員：陳麗萍(福利工作人員)

家居安全知多少(講座)

內容：由職業治療師講解家居安全的注意事項，並介紹合適的輔助設施，避免家中發生危險。
日期：4月10日(星期三) 講者：陳淦坤先生
時間：下午2:30 - 3:30 地點：中心鏡房
對象：長者會員 名額：20名
費用：\$10 負責職員：牛泳賢(社工)

長·幼活動資訊

愉快小手作

內容：學習製作不同類型的手工藝

日期：4月19、26日及5月3、10日(星期五)

時間：下午1:30 - 3:00

地點：中心鏡房

對象：K2-小六小童及長者會員

名額：10名

費用：\$20

導師：洪玉珍

負責職員：陳麗萍(福利工作人員)

健康之道(一)-認識春季食療湯水

內容：由中醫藥博士分享春季的保健食療湯水

日期：4月17日(星期三)

時間：下午2:30 - 3:30

地點：中心鏡房

對象：中心會員

名額：20名

費用：\$10

負責職員：牛泳賢(社工)

健康之道(二)-學習保健穴位按摩法

內容：由中醫藥博士分享常見的穴位按摩技巧，並即場進行指導，提升長者的保健知識

日期：4月24日(星期三)

時間：下午2:30 - 3:30

地點：中心鏡房

對象：中心會員

名額：20名

費用：\$10

負責職員：牛泳賢(社工)

衛生署講座

主題：安全使用藥物

日期：4月23日(星期二)

時間：上午10:00 - 11:00

地點：中心鏡房

對象：長者會員

名額：20名

費用：全免

講者：衛生署護士

負責職員：陳麗萍(福利工作人員)

長·幼活動資訊

護士站

內容：由中心護士為長者量血壓血糖，作藥物查詢
日期：4月24日(星期三)
時間：上午9:30 - 10:30 地點：中心鏡房
對象：長者會員 名額：10名
費用：量血壓，藥物查詢 - \$15；驗血糖，藥物查詢 - \$20
負責職員：蘇姑娘(護士)

4月例會

內容：簡介5月活動及分享長者相關的最新生活及健康資訊
日期：4月26日(星期五)
時間：上午10:00 - 11:30 地點：中心鏡房
對象：中心會員 名額：30名
費用：全免 負責職員：蘇承恩(社工)

長者學苑

健康舞班－棉紡會中學

日期：4月8、15、22、29日、5月6、13、20及27日(星期一)
時間：下午3:30 - 4:45 地點：133室
對象：長者會員 名額：20名
費用：全免
講者：謝潔雯老師 負責職員：何諾瑤(福利工作人員)

中文班－棉紡會中學

日期：4月9、16、23、5月7、14、21、28及6月4日(星期二)
時間：下午4:00 - 5:15 地點：417室
對象：長者會員 名額：20名
費用：全免
講者：陳家賢老師 負責職員：何諾瑤(福利工作人員)

保良局劉漢宣紀念長幼天地

學童優惠

兒童專區

kinghealth

不設試穿及退換

只限會員

白球鞋 \$200 一對

SIZE: 25-32

如有興趣請到中心訂購
需提早預訂
訂購時間約一星期

(ABK-23001)



(LBN-775)



(LCK-8329)



黑皮鞋(女) \$200 一對

黑皮鞋(男) \$250/\$280 一對

SIZE: 24-30

SIZE: 25-30 / 30-37



HOMEWORK TUTORIAL CLASS

CHILD

功課輔導班

為有需要基層家庭學童提供有限度功課支援

日期：4月6、13、20及27日(星期六)

時間：下午1:00 - 2:30

地點：中心鏡房/日間中心

對象：K1-小五小童

名額：6名

費用：\$180/4堂

負責職員：陳麗萍(福利工作人員)

兒童創意畫班

日期：4月6、13、20及27日(星期六)

時間：下午2:30 - 4:00

地點：中心鏡房

對象：K2-小五小童

名額：5名

費用：會員\$160/4堂 \$40/堂；非會員\$240/4堂 \$60/堂

負責職員：陳麗萍(福利工作人員)

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: 有意入會人士請於辦公時間內致電 3998 4550和中心職員預約辦理入會手續

所需文件:

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

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，如有效期為2023年12月31日之會員，請於2023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: 2023/12/31



如欲接收中心
WhatsApp
廣播訊息



步驟

1

儲存中心

手提電話號碼

59991355

步驟

2

以WhatsApp

通知中心

想接收訊息



如有疑問，歡迎向中心職員查詢。

暴風雨訊號下服務安排

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
T1  Amber 黃			
L3  Red 紅			
 8 8 8 8 SW 西南 SE 東南 NE 東北 NW 西北 Black 黑			



總「友」您鼓勵



如對本中心服務或員工感到滿意，期望表達欣賞、肯定或鼓勵；或有任何意見或建議，可填妥以下回條並交回本中心。您的鼓勵和意見有助我們持續改善及提升服務質素，臻於美善，多謝。

意見反映

歡迎您對本中心服務及員工表示欣賞和肯定，或提出其他意見，填妥後可親身交回、郵寄或傳真至本中心。請留下聯絡資料，以便跟進及回覆，感謝。

姓名:

聯絡電話:

捐款支持

本人_____ (善長姓名) 為會員/護老者，現樂意透過以下方式捐款予貴中心，以表支持：

劃線支票，金額：港幣_____

支票抬頭請註明「保良局」，並寄回本中心。

親臨本中心以現金進行捐款

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)



掃描二維碼
參閱電子版月訊

非賣品 編制人: 蘇承恩 督印人: 魏宇玲