



保良局
PO LEUNG KUK

青富喜悅薈 中心月訊2025年8月號

啟動喜悅!!!

各位親愛嘅會員，期待已久嘅「保良局青富喜悅薈」終於喺2025年7月14日正式投入服務啦，係經歷咗足足3個月嘅施工期，相信大家都十分期待欣賞中心嘅蛻變，事不宜遲馬上去相～



最後，期待將來咁多位會員，繼續支持青富喜悅薈嘅活動，有大家嘅參與，先可以讓我們繼續保持喜悅，我哋中心見啦！

我哋歡迎你！



喜悅快訊

★ 芳療簡介會 ★

日期：8月4日 (星期一)

時間：下午2:30

名額：20人



★ 護老加油站 ★ 日間護理中心服務簡介

日期：8月6日 (星期三)

時間：上午10:00

名額：30人



★ 長期照顧服務 ★ 申請方式簡介

日期：8月6日 (星期三)

時間：下午2:30

名額：30人



★ 體適能講座 ★

日期：8月7日 (星期四)

時間：下午2:30

名額：30人



★ 藥物及非藥物治療 ★

日期：8月11日 (星期一)

時間：下午2:30

名額：30人



★ 淺談快樂人生 ★

日期：8月12日 (星期二)

時間：下午2:30

名額：30人



★ 活出喜悅人生 ★

日期：8月15日 (星期五)

時間：下午2:30

名額：30人



★ 如何與家人 ★ 進行良好溝通

日期：8月18日 (星期一)

時間：下午2:30

名額：30人



★ 牙科街症小知識 ★

日期：8月19日 (星期二)

時間：上午10:00

名額：30人



★ 認識認知障礙症 ★

日期：8月20日 (星期三)

時間：上午10:00

名額：30人



★ 長者防跌小貼士 ★

日期：8月20日 (星期三)

時間：下午2:30

名額：30人



★ 奇趣都市傳說分享 ★

日期：8月23日 (星期六)

時間：上午10:00

名額：15人



★ 手機防騙你智醒 ★

日期：8月25日 (星期一)

時間：上午10:00

名額：30人



★ 美善生命 ★

日期：8月27日 (星期三)

時間：上午10:00

名額：30人



★ 樂觀從轉念開始 ★

日期：8月27日 (星期三)

時間：下午2:30

名額：30人



★ 老友通通識 ★ 有備無蟲患

日期：8月29日 (星期五)

時間：上午10:00

名額：30人



★ 生命教育講座 ★

日期：8月30日 (星期六)

時間：下午2:30

名額：30人



喜悅Train肌健體班

樂活健體操

日期：8月1日 (星期五)

時間：上午10:00

名額：30人



樂活健體操

日期：8月2日 (星期六)

時間：上午10:00

名額：30人



伸展運動 阻力帶運動

日期：8月8日 (星期五)

時間：上午9:15, 10:00

名額：20人



伸展運動 阻力帶運動

日期：8月11日 (星期一)

時間：上午9:15, 10:00

名額：20人



伸展運動 阻力帶運動

日期：8月12日 (星期二)

時間：上午9:15, 10:00

名額：20人



泰拳體驗

日期：8月14日 (星期四)

時間：上午10:00

名額：10人



椅子瑜伽操

日期：8月14日 (星期四)

時間：下午2:30

名額：20人



徒手操

日期：8月15日 (星期五)

時間：上午10:00

名額：20人



樂活健體操

日期：8月16日 (星期六)

時間：上午10:00

名額：30人



伸展運動 阻力帶運動

日期：8月18日 (星期一)

時間：上午9:15, 10:00

名額：20人



簡易運動班

日期：8月19日 (星期二)

時間：下午2:30

名額：20人



毛巾操

日期：8月21日 (星期四)

時間：下午2:30

名額：20人



輕鬆做運動

日期：8月22日 (星期五)

時間：上午10:00

名額：20人



運動穿雲箭

日期：8月26日 (星期四)

時間：下午2:30

名額：8人



伸展運動 阻力帶運動

日期：8月28日 (星期四)

時間：上午9:15, 10:00

名額：20人



齊齊跳A-GO-GO

日期：8月28日 (星期四)

時間：下午2:30

名額：12人



舒筋活絡運動小組

日期：8月30日 (星期六)

時間：上午10:00

名額：15人



八月活動 日程表	中心廣播社群會員大招募 中心會透過 WhatsApp 向會員發放中心重要資訊，如月訊等。 為確保會員能順利地接收廣播訊 息，請： 1) 確保電話已安裝 WhatsApp 及能接收訊息 2) 掃描右方的二維碼以加入社群 					10:00 樂活健體操 2:30 「無憂有計」 靜觀知多少 3:30 輕鬆玩轉WhatsApp 1	10:00 樂活健體操 2:30 繽紛後花園 2
中心休息 3	10:00 耆趣天地 2:30 芳療簡介會 4	10:00 和諧粉彩工作坊 2:30 量血壓服務 5	10:00 護老加油站 日間護理中心簡介 2:30 長期照顧服務 申請方式簡介講座 6	10:00 製作曼陀羅繪畫 2:30 體適能講座 7	9:15 伸展運動 10:00 阻力帶運動 2:30 摺紙班 8	10:00 廣東歷史小課堂 中文班 2:30 快樂「棋」遇記 9	
中心休息 10	9:15 伸展運動 10:00 阻力帶運動 2:30 藥物及非藥物 治療講座 11	9:15 伸展運動 10:00 阻力帶運動 2:30 「淺談快樂人生」 講座 12	10:00 DIY泡泡雲石感謝卡 2:30 心靈拼貼 13	10:00 泰拳體驗 2:30 椅子瑜伽操 14	10:00 徒手操 2:30 活出喜悅人生講座 15	10:00 樂活健體操 2:30 與你輕鬆畫 軟粉彩體驗 16	
中心休息 17	9:15 伸展運動 10:00 阻力帶運動 2:30 如何與家人進行 良好溝通講座 18	10:00 牙科街症小知識 2:30 簡易運動班 19	10:00 認識認知障礙症講座 2:30 長者防跌小貼士 20	10:00 桌遊體驗日 2:30 毛巾操 21	10:00 輕鬆做運動 2:30 社交多面睇 22	10:00 奇趣都市傳說分享 2:30 色彩協奏曲 23	
中心休息 24	10:00 手機防騙你智醒 2:30 桌上遊戲 25	10:00 量血壓服務 2:30 運動穿雲箭 26	10:00 美善生命講座 2:30 樂觀從轉念開始 27	9:15 伸展運動 10:00 阻力帶運動 2:30 齊齊跳A-Go-Go 28	10:00 禪繞畫體驗 2:30 老友通通識 有備無患 29	10:00 舒筋活絡運動小組 2:30 生命教育講座 30	
中心休息 31	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，電話號碼為 3701 7999， 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						

喜悦藝術

繽紛後花園

日期：8月2日 (星期六)

時間：下午2:30

名額：8人



「和你鬆一鬆」 和諧粉彩工作坊

日期：8月5日 (星期二)

時間：上午10:00

名額：8人



製作曼陀羅繪畫

日期：8月7日 (星期四)

時間：上午10:00

名額：10人



摺紙班

日期：8月8日 (星期五)

時間：下午2:30

名額：6人



DIY泡泡雲石感謝卡

日期：8月13日 (星期三)

時間：上午10:00

名額：8人



心靈拼貼

日期：8月13日 (星期三)

時間：下午2:30

名額：8人



與你輕鬆畫 軟粉彩體驗

日期：8月16日 (星期六)

時間：下午2:30

名額：8人



色彩協奏曲

日期：8月23日 (星期六)

時間：上午10:00

名額：6人



禪繞畫

日期：8月29日 (星期三)

時間：下午2:30

名額：8人



喜悦健康站

量血壓服務

日期：8月5日 (星期二)

時間：下午2:30

名額：20人



量血壓服務

日期：8月26日 (星期二)

時間：下午2:30

名額：20人

喜悦Play



耆趣天地



日期：8月4日 (星期一)

時間：上午10:00

名額：8人



快樂「棋」遇記



日期：8月9日 (星期六)

時間：下午2:30

名額：10人



桌遊體驗日



日期：8月21日 (星期四)

時間：上午10:00

名額：8人



社交多面睇



日期：8月22日 (星期五)

時間：下午2:30

名額：15人



桌上遊戲



日期：8月25日 (星期一)

時間：下午2:30

名額：6人



喜悦心靈



「無憂有計」

靜觀知多少



日期：8月1日 (星期五)

時間：下午2:30

名額：8人



喜悦智能



輕鬆玩轉WhatsApp



日期：8月1日 (星期五)

時間：下午3:30

名額：8人

喜悦文化



廣東歷史小課堂

中文班



日期：8月9日 (星期六)

時間：上午10:00

名額：10人



喜悅入會方法

服務對象：

金咭會員：60歲或以上，年費\$21

銀咭會員：50-59歲，年費\$50

護老者會員：年滿18歲而需要照顧長者之人士，年費全免

入會手續：

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. 半身正面近照一張
3. 會員年費

服務質素標準

服務質素標準1

服務資料

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。

服務質素標準2

檢討及修訂政策和程序

服務單位應檢討及修訂有關服務提供方面的政策和程序。

惡劣天氣安排

暴風雨訊號下中心服務安排

天氣訊號	室內活動	戶外活動
 T1 Amber 黃	✓ 如常	✓ 如常
 13 Red 紅	✓ 如常	✗ 取消
 8 Black 黑	✗ 取消	✗ 取消

中心開放時間

星期一至六：

上午8:30-下午5:30

星期日及公眾假期休息

如有任何個人資料更改，包括電話號碼、地址、經濟狀況、居住狀況等，可聯絡中心職員更新。

聯絡我們

地址：青衣青衣路18號青富苑青隆閣地下低層3樓

電郵：chingfu.jollynet@poleungkuk.org.hk

電話：2120 1688



社會福利署資助服務
Subsidised Service by
the Social Welfare Department

如對本中心服務有任何意見或建議，歡迎向本中心職員提出。
你的意見有助我們持續改善及提升服務質素，多謝支持。

喜悅飯堂會員大召集!!!

唔知大家會唔會成日都唔知食咩好?

出街食飯又貴又唔健康?

自己煮又麻煩又預唔啱份量?

如果中心有飯堂提供膳食，你覺得好唔好呢?

覺得好嘅話，你又會唔會想報名參加呢?

中心未來會向*區內有需要人士*提供價廉而營養豐富的飯餐，飯餐由惜食堂免費提供，行政費用由保良局收取，收益會用作增繕中心飯堂服務。

*需經中心社工評估。



如果你有需要或者有興趣，歡迎向職員查詢。

