



**專題月聚天 – 新同工介紹**

各位老友記好，我是新入職的副主任，我叫黃錦康，祝大家身體健康，請大家多多指教。

我喜歡企鵝和貓，相片中有我養的貓，牠叫「妹妹」，請大家認住我和牠的「貓樣」。

最後，我作了一首詩贈送給各位作為見面禮。

本人剛入保良局，見多幾次會面熟；

不論你穿紅或綠，歡迎樂聚保良局！



**【SQS「服務質素標準」話您知】**

**標準 10：申請和退出服務**

◇ 服務單位確保服務使用者獲得清楚明確的資料，知道如何申請接受和退出服務。

**6 月份月會**

日期	時間	內容	地點
5 月 28 日(三)	上午 9 時	介紹 6 月份活動及售票	景林鄰里社區中心（禮堂）

**保良局莊啟程耆暉中心同工：**

洪佩華、黃錦康、黃瀟瑩、陳穎然、楊敏慧、劉詠詩、鄭妙旋、鄭麗紅、劉麗君、譚美儀

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：www.plkesp.hk

**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

**提提你：每月壽星\_溫馨獻禮**

- 4-6 月份壽星，請於 2014 年 6-8 月期間，帶同會員證到中心領取生日禮物一份及生日卡一張。
- 會員可自行到取或請親友代領，但必須帶同有效會員證。
- 4-6 月份壽星最遲可於 2014 年 8 月 10 日前取回禮物及生日卡，逾期作自動放棄論。

# 【收費班組 / 活動】有興趣報名請 ✓ (\*名額將平均分配)

**無痛耆蹟\_痛症管理 D 組**  
日期 5月23日至6月27日  
(星期二及星期五)  
堂數 10堂  
時間 上午9時30分至12時30分及  
下午2時至4時  
地點 保良局景林宿舍  
內容 為患長期痛症長者進行紓緩治療。  
名額 12人  
費用 會員\$100 (針灸費用)  
職員 黃瀟瑩 姑娘  
備註 1.此活動由攜手扶弱基金贊助。  
2.參加者必須已接受痛症評估。  
3.職員會個別通知合資格的參加者。



**羅氏春季普通話**  
日期 5月5日至5月26日 (逢星期一)  
時間 下午3時15分至4時15分  
地點 景林宿舍(景林邨景榕樓地下)  
日期 5月28日 (星期三)  
時間 上午10時至11時  
地點 景林宿舍(景林邨景榕樓地下)  
日期 6月9日至6月30日 (逢星期一)  
時間 下午3時15分至4時15分  
地點 本中心(預計裝修完成)  
堂數 9堂  
內容 透過歌曲、遊戲、角色扮演,以輕鬆有趣的方法學習日常普通話。  
名額 18人  
費用 會員\$45  
導師 陳青楊 老師  
職員 劉詠詩 姑娘  
備註 舊生優先(新生請留名登記)。

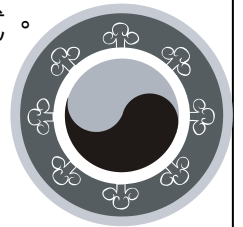
**趣味手語班**  
日期 5月5日至5月26日 (逢星期一)  
地點 景林宿舍(景林邨景榕樓地下)

日期 6月9日至6月30日 (逢星期一)  
地點 本中心(預計裝修完成)

時間 下午2時至3時  
堂數 8堂  
內容 資深導師教授手語。  
名額 18人  
費用 會員\$40  
導師 陳青楊 老師  
職員 黃瀟瑩 姑娘  
備註 舊生優先(新生請留名登記)。



**春季太極班**  
日期 6月4日至6月25日(逢星期三)  
時間 上午9時至10時  
地點 本中心(預計裝修完成)  
堂數 4堂  
內容 義工導師教授太極十式。  
名額 10人  
費用 會員\$4  
導師 黃愛兒、林秀蓮  
職員 劉詠詩 姑娘  
備註 舊生優先(新生請留名登記)。



# 【免費活動】\*名額有限\*，有興趣報名請 ✓ (\*名額將平均分配)

**先知先覺\_認知小組**  
日期 5月2、16及23日(逢星期五)  
時間 上午10時至11時  
地點 景林鄰里社區中心(會議室)  
日期 5月7日(星期三)  
時間 上午11時至12時  
地點 景林鄰里社區中心(禮堂)  
堂數 4堂  
內容 由職員及義工與參加者一同玩認知遊戲,增強認知能力。  
名額 21人  
(已接受評估,被評為合資格的長者)  
職員 陳穎然 姑娘  
備註 參加者必須出席全部課堂。



**「同言無忌」計劃**  
日期 5月2日 (星期五)  
時間 下午2時00分至3時00分  
日期 5月9日至5月16日 (逢星期五)  
時間 下午2時30分至3時30分  
地點 景林宿舍(景林邨景榕樓地下)  
堂數 3堂  
內容 透過生命教育,讓長者明白到生命的意義,達到完滿人生。  
名額 20名  
費用 免費  
職員 蘇宗湜 先生(實習社工)



# 【免費活動】\*名額有限\*，有興趣報名請✓(\*名額將平均分配)

## 認「腦」計劃



- 日期 5月2日(星期五)  
時間 下午3時至4時  
內容 認識腦退化症健康講座
- 日期 5月13日(星期二)  
時間 下午2時30分至3時30分  
內容 一個關於腦退化症患者故事的影片分享
- 日期 5月20日(星期二)  
時間 下午2時30分至3時30分  
內容 提升參加者對照顧腦退化症長者的知識
- 地點 景林宿舍(景林邨景榕樓地下)  
名額 20名  
費用 免費  
職員 陳銘康 先生(實習社工)

## 先知先覺\_運動小組



- 日期 5月7日(星期三)  
時間 上午10時至11時  
地點 景林鄰里社區中心(禮堂)  
內容 由導師教導參加者八段錦運動，強健身體及訓練記憶力。
- 名額 21人  
(已接受評估，被評為合資格的長者)
- 職員 陳穎然 姑娘  
備註 參加者必須出席全部課堂。

## 耆暉義軍-義工訓練

- 日期 5月24、31日及6月14、21日(星期六)  
時間 上午10時至12時  
地點 劉陳小寶長者地區中心(藍田德田邨藍田社區綜合大樓一樓)  
集合時間 上午9時15分  
集合地點 茵怡花園地下大快活側  
堂數 4堂  
內容 由社工、護士及物理治療師/職業治療師講解家訪長者時技巧及注意事項。  
名額 30人(早前已報名參加耆暉義工之義工)  
職員 楊敏慧 姑娘  
備註 1.參加者必須出席全部課堂。 2.此活動由攜手扶弱基金贊助。

## 同行有「晴」天

- 日期 5月10日至6月14日(逢星期六)  
時間 上午10時30分至11時30分  
地點 景林鄰里社區中心(會議室)  
堂數 6堂  
內容 透過遊戲、分享及歌曲認識自己不同的情緒，讓參加者重新認識自己的生命；學習運用情緒來輔助思維，從而提昇正面思想及生活質素。
- 名額 6人  
職員 周明潔 姑娘(實習社工)  
備註 參加者需接受評估，符合資格者方可成為小組組員。



## 先知先覺\_認知遊戲運用訓練(2)

- 日期 5月30日(星期五)  
時間 上午10時至11時  
地點 景林鄰里社區中心(會議室)  
內容 教導義工如何使用認知遊戲工具。
- 名額 21人(先知先覺義工)  
職員 陳穎然 姑娘  
備註 21名義工必須出席訓練。



## 先知先覺\_分享會

- 日期 5月30日(星期五)  
時間 上午11時至12時  
地點 景林鄰里社區中心(會議室)  
內容 總結第一期小組的服務經驗，分享推行小組時的得著及彼此欣賞的地方。
- 名額 21人(先知先覺義工)  
職員 陳穎然 姑娘  
備註 21名義工必須出席。



# 【護老者專頁】〈名額不限〉·歡迎即日參與

## 衛生署講座\_關注虐老-護老者篇



日期 5月7日(星期三)  
時間 上午10時15分至11時15分  
地點 景林宿舍(景林邨景榕樓地下)  
內容 由衛生署註冊護士潘姑娘講解預防虐老關注及識別方法。

職員 楊敏慧 姑娘  
備註 所有參加者需留名登記。



# 【護老者專頁】\*名額有限\*，有興趣報名請✓(\*名額將平均分配)



## 春季水墨畫

日期 5月5日至5月26日(逢星期一)  
地點 景林宿舍(景林邨景榕樓地下)

日期 6月9日至6月30日(逢星期一)  
及6月24日(星期二)

地點 本中心(預計裝修完成)

時間 上午10時至11時30分

堂數 9堂

內容 資深導師教授水墨畫。

名額 23人

費用 會員\$63

導師 梁啟儉 老師

職員 劉詠詩 姑娘

備註 舊生優先(新生請留名登記)。



## 春季書法班

日期 6月3日至6月24日(逢星期二)

時間 上午9時30分至10時30分

地點 景林宿舍(景林邨景榕樓地下)

堂數 4堂

內容 資深導師教授書法技巧。

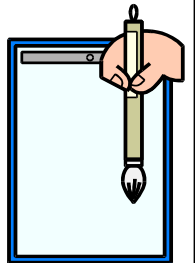
名額 15人

費用 會員\$20

導師 高麗明 老師

職員 黃瀟瑩 姑娘

備註 1. 學員需自備畫紙、畫筆及顏料  
2. 舊生優先(新生請留名)。



## 春季素描班

日期 6月3日至6月24日(逢星期二)

時間 上午10時30分至11時30分

地點 景林宿舍(景林邨景榕樓地下)

堂數 4堂

內容 資深導師教授素描畫技巧。

名額 15人

費用 會員\$20

導師 高麗明 老師

職員 黃瀟瑩 姑娘

備註 1. 學員需自備畫紙、畫筆及顏料  
2. 舊生優先(新生請留名)。



## 春季保健按摩

日期 5月7日至5月28日(逢星期三)

時間 上午9時30分至12時30分  
(每節45分鐘)

地點 景林宿舍(景林邨景榕樓地下)

名額 4人

內容 按摩師提供足底或肩頸按摩服務。

費用 會員\$75/ 非會員\$85

職員 劉詠詩 姑娘

備註 足底按摩參加者請在活動前先清潔腳部。



# 【特別報告／活動】

## 1. 社區飯堂報告

- 5月8日(四)上午9時至10時30分於茵怡花園7座互委會活動室售賣5月19日至5月31日的早、午、晚餐飯票。
- 5月22日(四)上午9時至10時30分於茵怡花園7座互委會活動室售賣6月3日至6月14日的早、午、晚餐飯票。

2. 5月13日(二)(全日)的護士上門探訪，職員將個別與相關會員聯絡。