



保良局溫林美賢耆暉中心

「晴」報

2018年5月號

高額長者生活津貼知多 D

高額長者生活津貼今年 6 月實施，合資格長者每月可獲 3,485 元，預計約 37.6 萬名正領取長生津的長者符合「加人工」資格。為了讓合資格的長者能盡早領取津貼，社署已分階段安排長者透過不同的程序申領「高額長者生活津貼」。詳情如下：

		注意事項
第一階段 自動轉換	如收到社署發出綠色通知書，有關人士無須回覆函件，亦無須另行提出申請，便會自動轉換為領取高額長者生活津貼。	◇ 如收到綠色通知書。 ◇ 無須另行申請及回覆函件。
第二階段 郵遞提交申請	社署會於 5 至 6 月期間向未被包括在「自動轉換」安排中的普通長者生活津貼受惠人及 65 歲或以上的高額傷殘津貼受惠人發出黃色通知書。有關人士須自行填妥隨函夾附的「郵遞提交申請表格」寄回社署。	◇ 如收到黃色通知書。 ◇ 須自行填妥隨函夾附的「郵遞提交申請表格」寄回社署。 ◇ 如有需要，歡迎向中心職員求助。
第三階段 新申請	其他沒有領取普通長者生活津貼 / 高齡津貼 / 傷殘津貼的 65 歲或以上長者，可以由本年六月起提交高額長者生活津貼的申請。	◇ 可以透過其他政府部門 / 非政府機構轉介，或到區內的社會保障辦事處遞交申請。

(資料來源:社會福利署提供)

- ◎ 高額長者生活津貼生效日期追溯至去年 5 月 1 日，本身已領取長生津並符合申領高額津貼，最多可補發 13 個月差額連同該月發放的津貼，部份人可一次過領取達 1.4 萬元。
- ◎ 若新申請人去年 5 月已年滿 65 歲，沒領取任何現金福利，其資產和收入也符合上限，最多可補發 13 個月高額長生津，連同申領該月的金額，可一次過領取逾 4.8 萬元。
- ◎ 如有任何疑問，歡迎向中心當值職員查詢。

中心地址：九龍城沐虹街 12 號啟晴邨晴朗商場 2 樓 A206

電話：2897 6608 傳真：2896 5878 電郵：shirleywan.nec@poleungkuk.org.hk

「長者社區照顧服務卷試驗計劃」

服務理念

由「心」出發，因應長者個人需要，自由選擇服務組合，同時獲得日間護理及家居照顧服務，從而維持長者健康及活動能力，又可減低照顧者照顧壓力。實現長者安在社區，樂在家中。

服務種類

中心為本服務

日間中心服務

- 醫護
- 體適能教練
- 物理/職業治療
- 康樂活動
- 免費車輛接送

家居為本服務

家居照顧服務

- 到戶復康服務
- 到戶護理服務
- 到戶個人照顧服

家居支援服務

- 到戶看顧
- 到戶照顧培訓
- 家居清潔服務
- 護送服務
- 送飯服務
- 家居環境安全評估及改善建議

免費服務

- 每年 4 節護理及照顧技巧訓練
- 營養師、藥劑師個別諮詢
- 租借復康用品 (醫院床/移位機/輪椅)
- 24 小時電話熱線緊急支援

腦退化症服務

- 智能及認知評估
- 生活化訓練 (陪同購物、備餐)
- 記憶力訓練
- 音樂/香薰/園藝治療

其他服務

- 住宿暫託服務 (經由局方轄下 10 間安老院舍提供相關服務)

智「NET」長者外展 數碼計劃

義工招募!!!!

本局安老服務獲香港特別行政區政府 政府資訊科技總監辦公室贊助，讓居住於院舍及使用日間護理中心、家居照顧服務及隱蔽長者服務的長者，體驗資訊科技融入生活的樂趣及便利，充實長者在身、心、社、靈四大層面得到全方位關顧，包括健康關注、社交溝通、舒緩情緒、心靈滿足等方面去提升長者的生活質素，建構一個智能友善長者生活化的社區環境。

推行日期

2017年11月至2018年10月

活動包括：

- **第一炮**：義工培訓
- **第二炮**：親善家訪
- **第三炮**：安老院探訪
- **第四炮**：智「NET」長者社區數碼體驗日



義工培訓		
	日期	課程內容
第一堂	9/5/2018 (三)	認識體弱長者
第二堂	16/5/2018 (三)	智能手機教學
第三堂	23/5/2018 (三)	介紹智能機械人
上課時間：下午 2:30-3:30		

有關報名及查詢可向昌渭雯姑娘或黃浩然先生聯絡。

識「碳」大使招募簡介會

日期：5月30日(星期三)

時間：下午 2:30-3:30

地點：樂舞天地

內容：中心培訓 20 名長者「識碳大使」，並為大使提供低碳生活訓練及布偶話劇道具及舞台製作工作坊，同時會培訓 5 名「識碳大使」，為他們提供互動布偶話劇訓練；於區內學校、機構進行巡迴演出，推廣低碳生活；透過長者經驗傳承促進長幼共融交流。

環保基金 - 長幼齊識「碳」

推行期：2018年4月 - 2019年9月

※ 網上分享

透過網上平台，分享衣、食、住、行四方面的低碳生活經驗

※ 識碳大使

由長者擔任「識碳大使」推廣低碳生活：協助於網上分享、發佈環保資訊、參與低碳生活訓練及布偶劇工作坊、社區巡迴演出

※ 布偶話劇

巡迴布偶話劇，向社區傳遞低碳訊息

※ 綠趣耆想

捕捉「綠趣耆想」，透過攝影比賽及搜集生活點子，讓社區人士互相分享及互動體驗

有關報名及查詢可向盧宇薇姑娘聯絡。

第五期「先知先覺®」認知障礙預防計劃



好「義」事一欄

成為第五期「先知先覺」義工，對我有莫大的改變。有別於恆常的義工服務，「先知先覺」義工主要協助 MCI 參加者平日的訓練，配合恆常的運動、認知活動及自己的興趣，藉以延緩退化的情況。雖然付出的服務時間較以往的活動多，但得到的快樂及滿足感亦無可替代。

令我改變最大的是最近一個課程－扭氣球班，扭氣球對我而言是一項極大的挑戰。因為童年時發生不幸的事令我對此有陰影，對會爆破的東西，包括氣球都充滿恐懼；連我兒子從小都沒有讓他玩氣球。

回想第一堂當日，我拿着氣球心跳加速，驚惶失措，甚至一度想離開現場，深感挫敗。後來聽到老師的分享，得悉他嘗試不同的方法，努力克服扭氣球的困難，對我有很大的啟示。

於老師及姑娘鼓勵下，我用了一星期的時間，逐步嘗試衝破心理障礙。現在的我可以放膽協助有需要的參加者扭氣球，亦慢慢享受扭氣球帶來的樂趣。

十分感激中心有此項活動，讓我有所轉變，甚至突破自己。同時，參加者的正面回應，亦肯定我的付出。

其實沒有想到做義工竟然幫我從幾十年的童年陰影走過來，原來助人助己是這麼不知不覺地產生效果。最後想跟大家說：「只要有決心，凡事都有可能！」

想知道我怎樣用一星期改變幾十年的心魔？再問我啦！哈哈！

義工：徐桂淇



社區外展服務

「晴」報站

活動時間：啟晴邨 – 5月9日 (星期三) 下午2:30至3:30
德朗邨 – 5月16日 (星期三) 下午2:30至3:30
活動地點：啟晴邨 – 晴朗商場地下(759阿信屋對出空地)
德朗邨 – 太極場(麥當勞對出空地)
活動費用：免費 活動對象：啟晴、德朗邨居民
活動內容：為地區長者及社區人士介紹與長者相關的資訊及服務
負責職員：黃文傑先生、謝以恆先生

LEGO起「義」！

活動日期：5月10日(星期四)
活動時間：上午10:00至11:00
活動地點：樂融天地 活動費用：免費
活動對象：中心會員 活動名額：6名
活動內容：訓練義工利用LEGO砌出不同字樣或模型，成為LEGO義工
報名方法：於5月義工會登記
負責職員：謝以恆先生

有「里」心探訪隊

活動日期：5-7月內每月探訪配對長者至少1次，
活動時間：時間由職員與義工洽談
活動地點：啟晴及德朗邨 活動費用：免費
活動對象：中心義工 名額：3人1組
活動內容：為邨內有需要的長者進行配對探訪，建立鄰里關係
報名方法：於5月義工會登記
負責職員：謝以恆先生

衛生署健康講座

活動日期： 5月11日(星期五)
活動時間： 上午10:00至11:00
活動地點： 樂居天地 活動對象： 中心會員
活動費用： 免費 名額： 60名
講座題目： 四季健康食譜
協作機構： 衛生署 九龍城區長者健康外展隊伍
負責職員： 謝以恆先生



何壽南長幼同樂日

活動日期： 5月11日(星期五)
活動時間： 下午2:30-3:30
集合地點： 中心 活動對象： 中心會員
活動費用： 免費 名額： 30位
協作機構： 保良局何壽南小學
活動內容： 小學生到中心與老友記大玩遊戲、及有才藝表演
參加辦法： 5月4日(星期五) 上午9時放證，10時抽籤
負責職員： 謝以恆先生



長幼歡聚在耆暉

活動日期： 5月20日(星期日)
活動時間： 下午2:00-4:00
集合地點： 中心 活動對象： 中心會員
活動費用： 免費 名額： 60位
協作機構： 香港樂活關愛之友會、香港傳統技藝拓展協會、
東區警民關係少年警訊。
活動內容： 歌唱、遊戲、樂器演奏(鋸琴、葫蘆絲)及魔術表演
參加辦法： 5月14日(星期一) 下午2時放證，3時抽籤
負責職員： 謝以恆先生



世上只有媽媽好



活動日期：5月12日(星期六)

活動時間：上午10:00-11:00

活動地點：樂居天地

活動費用：\$10

活動對象：中心會員

活動名額：60人

活動內容：職員與長者一起玩歡樂遊戲、幸運抽獎，一起歡渡佳節。

報名方法：5月3日(四)以抽籤方式進行

上午9:00放證、上午10:00抽籤

負責同事：陳依敏姑娘、黃浩然先生

社工資訊多鑼鑼

活動日期：5月15日(星期二)

活動時間：下午2:30-3:30

活動地點：樂居天地

活動費用：免費 名額：60位

活動對象：中心會員

活動內容：中心社工為你提供社區資訊及消閒娛樂

參加辦法：無需登記，活動當日等候職員安排入場

負責職員：黃文傑先生、昌渭雯姑娘、盧宇薇姑娘及湯歷驊先生



中心飯堂服務

中心自開幕已有飯堂服務為區內長者提供價廉而營養豐富的飯餐，
詳細資料如下：

	價錢	開飯時間
早餐	\$2	08:45 - 09:05
午餐	\$10	11:45 - 12:15
晚餐	\$10	16:45 - 17:15

逢星期一上午進行抽籤安排賣飯次序，
上午九時放證，十時抽籤。



如就中心飯堂服務有任何疑問，歡迎向中心職員查詢。



保良局溫林美賢耆暉中心

越行悅友營



活動日期:2018年5月21日(一)

活動時間:上午9:00-下午4:30

集合地點:本中心

活動名額:47名

活動對象:中心會員

報名方法:

2018年4月27日(五)例會後

即時以抽籤方式決定買票次序,

每人**最多可買兩張飛**

活動費用:中心會員\$130, 非會員\$150

負責職員:湯歷驊先生, 蘇志雄先生

行程安排:

於麥理浩夫人度假村內進行運動性遊戲,

午膳及使用村內康樂設施

(因是次活動以運動性質為主題, 參加者需衡量自身能力後才決定報名參與)

餐單: 京都骨、粟米魚塊、西檸雞、

三色水蛋、北菇時蔬、紅燒玉子豆腐、

是日湯水

星期日	星期一	星期二	星期三
		1 十六	2 十七
		<h1>勞動節</h1>	上午 9:15 早晨健樂站 (樂居) 上午 9:30 護士諮詢 (樂護) 下午 2:30 相約在啟晴 (樂舞)
6 廿一	7 廿二	8 廿三	9 廿四
	上午 9:15 早晨健樂站 (樂居) 上午 9:30 護士諮詢 (樂護) 上午 10:00 太極鬆一鬆(樂居) 下午 2:30 先知先覺班 (樂居)	上午 9:15 早晨健樂站 (樂居) 上午 10:00 編織講場 (樂護) 上午 10:00 阿胡畫.畫 (樂舞) 下午 12:00 樂油油畫室(樂舞) 下午 2:30 社工資訊多鑼鑼(樂居) 下午 2:30 很想和你玩玩棋(樂舞)	上午 9:15 早晨健樂站 (樂居) 上午 9:30 護士諮詢 (樂護) 下午 2:30 啟晴邨情報站 下午 2:30 智 NET 長者(樂舞) 外展數碼計劃之義工培訓班
13 廿八	14 廿九	15 四月	16 初二
	上午 9:15 早晨健樂站 (樂居) 上午 9:30 護士諮詢 (樂護) 上午 10:00 太極鬆一鬆(樂居) 下午 2:00 ^{Phone} 中見情真(樂心) 下午 2:30 先知先覺班 (樂居)	上午 9:15 早晨健樂站 (樂居) 上午 9:30 鄰里探訪顯愛心 上午 10:00 編織講場 (樂護) 上午 10:00 阿胡畫.畫 (樂舞) 下午 12:00 樂油油畫室(樂舞) 下午 2:30 賢老親善大使培訓班(樂舞)	上午 9:15 早晨健樂站 (樂居) 上午 9:30 護士諮詢 (樂護) 上午 10:30 型格舞動班(樂舞) 下午 2:30 ^{Phone} 中見情真(樂心) 下午 2:30 猜猜兵兵樂 下午 2:30 德朗邨情報站 下午 2:30 智 NET 長者(樂舞) 外展數碼計劃之義工培訓班
20 初六	21 小滿	22 初八	23 初九
下午 2:00 長幼歡聚 再者暉	上午 9:00 中心旅行 上午 9:15 早晨健樂站 (樂居) 上午 9:30 護士諮詢 (樂護) 上午 10:00 太極鬆一鬆(樂居) 下午 2:30 先知先覺班 (樂居)	<h1>佛誕</h1>	上午 9:15 早晨健樂站 (樂居) 上午 9:30 護士諮詢 (樂護) 上午 10:30 型格舞動班(樂舞) 下午 2:30 猜猜兵兵樂 下午 2:30 智 NET 長者(樂舞) 外展數碼計劃之義工培訓班
27 十三	28 十四	29 十五	30 十六
	上午 9:15 早晨健樂站 (樂居) 上午 9:30 護士諮詢 (樂護) 上午 10:00 太極鬆一鬆(樂居) 上午 10:00 健身室簡介(樂動) 下午 2:30 先知先覺班 (樂居)	上午 9:15 早晨健樂站 (樂居) 上午 10:00 編織講場 (樂護) 上午 10:00 阿胡畫.畫 (樂舞) 下午 12:00 樂油油畫室(樂舞)	上午 9:15 早晨健樂站 (樂居) 上午 9:30 護士諮詢 (樂護) 上午 10:30 型格舞動班(樂舞) 下午 2:30 猜猜兵兵樂

星期四	星期五	星期六
3 十八	4 十九	5 立夏
上午 9:15 早晨健樂站 (樂居) 上午 9:30 義工量血壓 (樂護) 上午 10:00 LEGO 起義(樂融) 下午 2:30 5月義工會 (樂舞) 下午 3:15 下午茶-湯水 (樂居)	上午 8:30 驗血糖服務 (樂護) 上午 9:15 早晨健樂站 (樂居) 上午 10:00 穿珠班 (樂融) 上午 10:00 傭心經營 (樂舞) 下午 2:30 先知先覺班 (樂居)	上午 9:15 早晨健樂站 (樂居) 下午 2:30 以歌會友 (樂居)
10 廿五	11 廿六	12 廿七
上午 9:15 早晨健樂站 (樂居) 上午 9:30 義工量血壓 (樂護) 上午 9:30 舞出健康 (樂舞) 上午 10:00 LEGO 起義(樂融) 下午 3:15 下午茶-糖水 (樂居)	上午 8:30 驗血糖服務 (樂護) 上午 9:15 早晨健樂站 (樂居) 上午 10:00 健康講座 (樂居) 上午 10:00 穿珠班 (樂融) 下午 2:30 先知先覺班 (樂居) 下午 2:30 何壽南長幼同樂日	上午 9:15 早晨健樂站 (樂居) 上午 10:00 世上只有媽媽好 下午 2:30 以歌會友 (樂居)
17 初三	18 初四	19 初五
上午 9:15 早晨健樂站 (樂居) 上午 9:30 義工量血壓 (樂護) 下午 2:00 舒痛伸展班 A(樂舞) 下午 3:00 舒痛伸展班 B(樂舞)	上午 8:30 驗血糖服務 (樂護) 上午 9:15 早晨健樂站 (樂居) 上午 10:00 穿珠班 (樂融) 上午 10:00 越食越有營(樂舞) 下午 1:30 羣策羣力去探訪 下午 2:00Phone 中見情真(樂心) 下午 2:30 先知先覺班 (樂居)	上午 9:15 早晨健樂站 (樂居) 下午 2:30 以歌會友 (樂居)
24 初十	25 十一	26 十二
上午 9:15 早晨健樂站 (樂居) 上午 9:30 義工量血壓 (樂護) 上午 9:30 舞出健康 (樂舞) 上午 10:00 6月例會 (樂居) 下午 2:00 舒痛伸展班 A(樂舞) 下午 3:00 舒痛伸展班 B(樂舞) 下午 3:15 下午茶-湯水 (樂居)	上午 8:30 驗血糖服務 (樂護) 上午 9:15 早晨健樂站 (樂居) 上午 10:00 6月例會 (樂居) 上午 10:00 穿珠班 (樂融) 下午 2:30 玩具反斗星 (樂舞) 下午 2:30 先知先覺班 (樂居)	上午 9:15 早晨健樂站 (樂居) 下午 2:30 以歌會友 (樂居)
31 十七		
上午 9:15 早晨健樂站 (樂居) 上午 9:30 義工量血壓 (樂護) 下午 2:00 舒痛伸展班 A(樂舞) 下午 3:00 舒痛伸展班 B(樂舞) 下午 3:15 下午茶-糖水 (樂居)		

2017-18 年度領展「愛·匯聚」計劃

耆青小丑-快樂速遞之彩排及典禮日

活動內容：為典禮日進行彩排活動，

另於典禮日展示學習成果及頒授證書

活動日期：2018年5月2日(彩排日)；

2018年5月19日(典禮日)

活動時間：上午9:00-下午1:00(彩排日)

下午2:00-下午4:00(典禮日)

集合時間：於本中心集合，時間有待通知

活動地點：藍田社區會堂(彩排日)/樂富廣場(典禮日)

活動費用：免費

參加名額：10位 活動對象：小丑班參加者

負責職員：湯歷驊先生，黃浩然先生

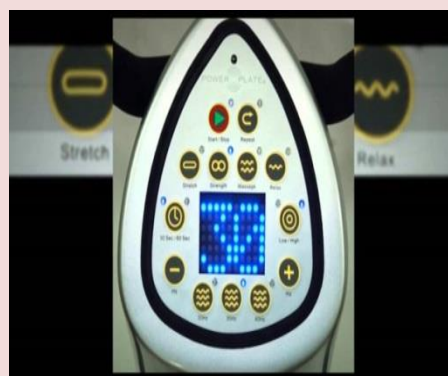


已參加耆青小丑班的會員請預留時間按日期出席活動

聲波振動儀

功能：

- 1.減少體脂肪，增強肌力
- 2.改善平衡力，加強身體協調性
- 3.提高肌肉耐力及爆發力
- 4.改善柔軟度及關節活動能力
- 5.減輕肌肉及關節疼痛，促進康復
- 6.加強血液循環，增強心血管系統



**5-9月期間限定
大優惠 買1送1**

地點：本中心

費用：\$10(1次)

時間：每節可使用10分鐘

備註：使用前請先聯絡體適能教練及中心職員查詢是否適合使用





[班組活動]



健身室簡介會(5月)

活動日期：5月28日(星期一)
活動時間：上午10:30-11:30
活動地點：樂動天地
活動費用：\$10
名額：每班8名
活動對象：中心會員
登記方法：如有興趣可於即日向
職員查詢/報名
負責職員：蘇志雄先生

銀老師系列：編織講場

活動日期：5月8、15及29日
(逢星期二)
活動時間：上午10:00-11:00
活動地點：樂護天地
活動費用：免費 名額：不限
活動對象：中心會員
活動內容：透過教授編織的技巧及享受
編織樂趣
報名方法：於即日向劉姑娘查詢/報名
負責導師：殷佩麗女士及周錦萍女士
負責職員：岑玉燕姑娘
備註：請自備織針及毛冷

樂「油油」畫室

活動日期：5月8、15及29日
(逢星期二)
活動時間：中午12:00-下午1:00
活動地點：樂舞天地
活動費用：\$20 名額：6名
活動對象：中心會員
活動內容：教授油畫技巧讓參加者享受
當中的樂趣。
報名方法：於即日向劉姑娘查詢/報名
負責職員：黃浩然先生
負責導師：林子賢女士
備註：請自備畫筆及油畫顏料

5月份太極鬆一鬆

活動日期：5月7、14、21及28日
(逢星期一)
活動時間：上午10:00-11:00
活動地點：樂居天地
活動費用：\$10 名額：25名
活動對象：中心會員
活動內容：教授太極
登記方法：如有興趣可於即日向
謝以恆先生查詢/報名
(上期參加者可以優先報名)
負責導師：區轉有師父
負責職員：岑玉燕姑娘

銀老師系列：阿胡畫·畫

活動日期：5月8、15及29日
(逢星期二)
活動時間：上午10:00-11:00
活動地點：樂舞天地
活動費用：免費 名額：10名
活動對象：中心會員
活動內容：教授畫畫技巧讓參加者享受
畫畫的樂趣
報名方法：可即日向劉姑娘查詢/報名
負責導師：胡炳慶先生
負責職員：黃浩然先生
備註：請自備畫筆及顏料

先知先覺訓練班

活動日期：5月1至31日(逢星期一及五)
活動時間：下午2:30至3:30(逢星期一)
下午2:30至3:30(逢星期五)
活動地點：樂居天地
活動費用：免費 活動名額：25名
活動對象：已登記之參加者
活動內容：認知訓練及運動班
負責職員：盧宇薇姑娘

型格舞動班

活動日期：5月16、23及30日(逢星期三)
活動時間：上午10:30-11:30
活動地點：樂舞天地
活動費用：\$20 名額：10名
活動對象：中心會員
活動內容：以流行音樂配合型格舞步節奏的帶氧運動
負責職員：蘇志雄先生

猜猜乒乓球樂

活動日期：5月16、23及30日(逢星期三)
活動時間：下午2:30-3:30
活動地點：樂居天地
活動費用：免費 名額：10個
活動對象：中心會員
活動內容：參加者可使用乒乓球設施
參加辦法：於例會後向蘇志雄先生登記
負責職員：蘇志雄先生



舒痛伸展班

活動日期：5月17、24及31日(逢星期四)
活動時間：(A班)下午2:00-3:00
(B班)下午3:00-4:00
活動地點：樂居天地
活動費用：\$60 名額：每班10人
活動內容：教授不同的伸展動作，讓參加者舒緩身體上不同位置繃緊、疼痛的肌肉，促使肌肉放鬆壓力之效果。(課程需要在地墊上進行)
參加方法：可向蘇志雄先生查詢/報名

5月穿珠班

活動日期：5月4、11、18及25日
(逢星期五)
活動時間：上午10:00-12:00
活動地點：樂融天地 名額：10名
活動費用：按材料收費 對象：中心會員
活動內容：教授各式各樣穿珠手工
登記方法：可即日向謝以恆先生查詢/
報名(上期參加者優先報名)
負責導師：曹瑞萍女士
負責職員：黃浩然先生

玩具反斗星

活動日期：5月25日(星期五)
活動時間：下午2:30-4:00
活動地點：樂舞天地
活動費用：免費
名額：不限
活動對象：中心會員
活動內容：齊玩益智健腦遊戲，助提升
記憶力及專注能力。
報名方法：於即日向職員查詢/報名
負責職員：岑玉燕姑娘



【中心保健服務】



義工量血壓

活動日期：5月3、10、17、24及31
(逢星期四)

活動時間：上午9:30-10:30

活動地點：樂居天地

活動費用：免費 名額：不限

活動對象：中心會員

活動內容：量血壓

報名方法：名額有限，先到先得

負責職員：湯歷驊先生、黃浩然先生

驗血糖服務

活動日期：5月4、11、18及25日
(逢星期五)

活動時間：上午8:30-10:30

活動地點：樂護天地

活動費用：免費

活動對象：中心會員

活動名額：每次10名

報名方法：可於例會後向黃浩然先生登記

負責職員：黃浩然先生、謝麗婉姑娘

****備註****：驗血糖需於餐後兩小時後進行，
請按身體情況決定是否適合參加

復康器材借用服務

活動日期：逢星期一至星期六

活動時間：上午9:00-下午5:00

活動地點：到中心櫃位借用

活動內容：為有需要人士提供復康用品
的外借服務；如有疑問請向職
員查詢

活動對象：會員/護老者及區內公眾人士
(使用者必需年滿55歲或以上)

借用安排：租用者須持有效之會員証
正本或副本

***若非本中心會員須向中心提供
住址證明、受顧長者姓名及年齡***





【會員康樂活動】



6 月份會員例會

活動日期：5 月 24 日(四)、25 日(五)
活動時間：上午 10:00-11:00
活動地點：樂居天地
活動內容：介紹中心 6 月份精彩活動
及節目
負責職員：陳依敏姑娘

護老下午茶

活動日期：5 月 3、24 日(湯水)
5 月 10、31 日(糖水)
(逢星期四)
****5 月 17 日暫停一次****
活動時間：下午 3:15 - 3:45
活動地點：樂居天地
活動費用：\$5 名額：每次 20 名
活動對象：中心會員
活動內容：時令湯水/糖水
會員即場享用
負責職員：陳依敏姑娘
****備註**：活動前一天開始售票，
名額有限，先到先得**

<資訊科技講場>

日期：5 月 9 日(星期三)
時間：上午 10:00-11:00
地點：樂融天地
內容：盡量解答你對智能電話/上網
/使用科技產品的問題
對象：中心會員 名額：10 名
負責職員：岑玉燕姑娘
**留意：查詢時請攜帶個人的科技產品，
以便了解及解答。**

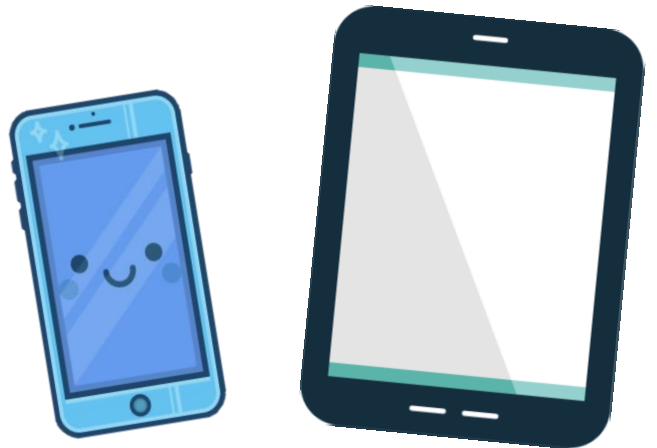
以歌會友

活動日期：5 月 5、19 日(粵曲)
5 月 12、26 日(時代曲)
(逢星期六)
活動時間：下午 2:30-4:30
活動地點：樂居天地 活動費用：免費
活動對象：中心會員
活動內容：會員獻唱歌曲
登記方法：有興趣參加者可於當日
下午 2:00 開始放證登記
負責職員：黃文傑先生、謝以恆先生

<Ipad 多樂趣>

日期：逢星期一至星期五
時間：上午 9:30 - 12:30 及
下午 2:30 - 4:30
地點：到中心櫃位借用
內容：為中心會員提供 Ipad 的借用
服務；享受當中樂趣
對象：中心會員 名額：4 名
借用安排：出示會員證作登記
負責職員：當值同事

**留意：借用服務只可在中心使用，
每次最多可借用一小時。**





【 義工發展活動 】



「義」營 5 月義工會

活動日期：5 月 3 日 (星期四)
 活動時間：下午 2:30 - 3:30
 活動地點：樂舞天地
 活動費用：免費 名額：不限
 活動對象：中心義工
 活動內容：宣傳及登記 5 月份義工活動
 負責職員：湯歷驊先生，黃浩然先生



「羣」策「羣」力去探訪

活動日期：5 月 11 及 18 日 (星期五)
 活動時間：下午 1:30 至下午 3:00
 活動地點：本中心
 活動費用：免費
 活動名額：每節 10 名
 活動對象：中心義工
 活動內容：與浸信會愛羣中心的小學生組隊探訪獨居長者
 登記日期：於「義」營 5 月義工會登記
 負責職員：黃文傑先生，謝以恆先生



Phone 中見情真

活動日期：5 月 14、16、18 日 (星期一、三、五)
 活動時間：下午 2:00 至下午 4:00
 活動地點：樂護天地
 活動費用：免費
 活動名額：6 名
 活動對象：中心義工
 活動內容：電話問候獨居及兩老同住長者
 登記日期：於「義」營 5 月義工會登記
 負責職員：湯歷驊先生，黃浩然先生



鄰里探訪顯愛心

活動日期：5 月 15 日 (星期二)
 活動時間：上午 9:30 至 11:00
 活動地點：啟晴或德朗邨
 活動費用：免費
 活動名額：20 名
 活動對象：中心義工
 集合地點：中心樂融天地
 活動內容：探訪區內獨居及兩老同住長者
 登記日期：於「義」營 5 月義工會登記
 負責職員：湯歷驊先生，黃浩然先生



智「NET」長者外展數碼計劃之義工培訓班

活動日期：5 月 9, 16, 23 日 (星期三)
 活動時間：下午 2:30 至 3:30
 活動地點：樂舞天地
 活動費用：免費
 活動名額：13 名
 活動對象：中心會員
 活動內容：認識體弱長者、智能手機、教學及介紹智能機械人
 登記日期：於例會後向昌姑娘登記，或於「義」營 5 月義工會登記
 負責職員：昌渭雯姑娘，黃浩然先生



賢老親善大使培訓班

活動日期：5 月 15 日 (星期二)
 活動時間：下午 2:30 至下午 3:30
 活動地點：樂舞天地
 活動費用：免費
 活動名額：不限
 活動對象：中心義工
 活動內容：學習中心當值相關知識及工作
 登記日期：於「義」營 5 月義工會登記
 負責職員：湯歷驊先生，黃浩然先生





【 護老者情報站 】



相約在啟晴

活動日期：5月2日(星期三)
活動時間：下午2:30至3:30
活動地點：樂舞天地
活動費用：免費
活動名額：40名
活動對象：被護者及護老者
活動內容：透過遊戲及派發護老者活動飛，讓護老者獲悉護老資訊。
負責職員：劉小玲姑娘，盧宇薇姑娘

傭心經營

活動日期：5月4日(星期五)
活動時間：上午10:00至11:00
活動地點：樂舞天地
活動費用：免費
活動對象：被護者及外傭
活動名額：20名(10名長者及其外傭)
活動內容：透過遊戲活動，讓外傭及長者增加認識及溝通。
負責職員：盧宇薇姑娘

越食越有營

活動日期：5月18日(星期五)
活動時間：上午10:00至11:00
活動地點：樂舞天地
活動費用：免費
活動對象：護老者及被護者
活動名額：20名
活動內容：講解如何實踐健康飲食。
負責職員：盧宇薇姑娘

很想和你玩玩棋

活動日期：5月8日(星期二)
活動時間：下午2:30至3:30
活動地點：樂舞天地
活動費用：免費
活動名額：8名
活動對象：護老者及被護者
活動內容：教授桌上遊戲，讓護老者及被護者透過遊戲增加互動及了解。
負責職員：盧宇薇姑娘、岑玉燕姑娘

健腦遊戲外借服務

活動日期：星期二至星期六
早上9:30-12:30
下午2:30至5:00
活動費用：免費
活動對象：護老者及被護者
遊戲類別：個別遊戲及群體遊戲(藉著遊戲與家中長者進行認知訓練，同時促進家人關係)。
負責職員：盧宇薇姑娘





【常務資訊】



SQS 服務質素標準

為確保公眾獲得優質的社會福利服務，貫徹「以客為本」的精神及加強福利服務的問責性，社會福利署及受資助機構推行一套服務表現監察制度——服務質素標準(SQS)。

SQS 共有 16 項，在各項標準之下共有 79 條具體的準則，明確界定了管理及控制服務質素水準所需的程式和指引。有關服務質素標準的詳細內容檔亦可向同事索取閱覽。

今期介紹 SQS 2：標準二：政策與程序

『服務單位應檢討及修訂有關服務提供方面的政策和程序。』

為達到上述標準，中心已存備有關政策及程式並切實執行。

各位老友記如有任何意見及查詢，歡迎大家與以下職員聯絡：

呂秀麗主任、陳依敏副主任、

黃文傑社工、昌渭雯社工、劉小玲社工、湯歷驊社工、盧宇薇社工、

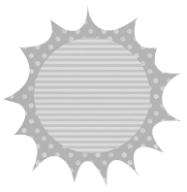
謝以恆福利員、黃浩然福利員、蘇志雄福利員

郭燕玲常務助理、岑玉燕常務助理



各位老友記大家好,我是中心主任呂秀麗姑娘
很高興來到溫林美賢耆暉中心這個大家庭。

啟晴邨是個充滿活力與人情味的地方,長者與
同事們待我這位新朋友既主動又親切,每天與我
細訴中心大小事,短短日子已經深深感受到各位對我的關顧,
也讓我快速地投入崗位。希望未來的日子,大家也繼續支持中
心,開開心心渡過每一天!



暴風雨訊號下中心服務安排



	中心服務		戶內活動		戶外活動	
	開放	取消	照常	取消	照常	取消
1 號風球/黃雨	✓		✓		✓	
3 號風球/紅雨	✓		✓			✓
8 號風球/黑雨		✓		✓		✓

中心開放時間	恆常服務	延展服務
星期一至六	8:00am-6:00pm	
星期二	8:00am-6:00pm	6:00pm-9:00pm
星期日(假期服務)		2:00pm-6:00pm

會員續證

如老友記會員證上顯示有效期至日期為 2018 年 5 月或之前，歡迎到中心續會，以繼續參與中心活動。

*** 溫馨提示 ***

會員個人資料如有更改，請與職員聯絡。



督印人員：	陳依敏 副主任
編輯人員：	岑玉燕 常務助理
印刷數目：	550 份
日期：	2018 年 4 月