



保良局溫林美賢耆暉中心

2024年6月通訊



今個流感季節，甲型及乙型流感已造成多宗成人嚴重或死亡個案，故此提醒社會各界需要提高警覺，預防流感，對高危人士而言，流感可引致嚴重疾病，而健康人士亦會受影響。接種流感疫苗是其中一種最有效預防季節性流感及其併發症的方法，亦可減低因流感而入院留醫和死亡的個案。

同時患上流感與2019冠狀病毒病的患者有較大可能出現嚴重併發症和死亡，接種流感疫苗與新冠疫苗同樣重要，尤以兒童、社區安老及居於院舍的長者更應盡快接種。市民亦應注意良好個人和環境衛生，以防感染流感及其他呼吸道疾病：

1. 出現病徵 (即使症狀輕微) 的人士佩戴外科口罩十分重要及高危人士 (如本身有健康問題或免疫力低的人士) 到訪公眾地方時應佩戴外科口罩；
2. 佩戴口罩前及脫下口罩後保持手部衛生；
3. 避免觸摸眼睛、口和鼻；
4. 雙手一旦染污，應使用梘液和清水以正確方法洗手；
5. 當雙手沒有明顯污垢時，用含70%至80%的酒精搓手液潔淨雙手；
6. 打噴嚏或咳嗽時應用紙巾掩着口鼻，把用過的紙巾棄置於有蓋垃圾箱內，其後應徹底洗手；
7. 保持室內空氣流通；
8. 當出現呼吸道感染病徵，應戴上外科口罩，避免前往人多擠迫的地方，並盡早向醫生求診；及
9. 保持均衡飲食、恆常做體能活動及充足休息；
10. 不要吸煙和避免過大的生活壓力。



重要資訊



除了驗血糖服務或特別列明的活動外，所有中心活動將在例會後，透過實體方式登記，如超過登記名額，將抽籤處理。會員可於該活動截止日期翌日，在中心活動資訊欄查閱抽籤結果。

名稱	內容	負責職員
驗血糖服務 	日期： 6月11日(星期二) 時間： 上午 8:15 – 9:00 地點： 樂融天地 名額： 50位 費用： \$10 截止日期： 6月10日截止登記 程序安排： 當日參與驗血糖的會員需帶同驗血糖票到中心，並按票上的號碼有秩序輪候，若遲了三個號碼，需重新由最尾輪候，敬請各位準時。謝謝。 <u>*請於活動開始前至少空腹兩小時，請按身體情況決定是否適合參加*</u>	
衛生署_健康講座 	主題： 長者安全路路通 日期： 6月11日(星期二) 時間： 上午 10:00 – 11:00 地點： 樂居天地 名額： 20位 內容： 讓長者認識身體老化與在道路及乘坐交通工具時遇上意外的關係，從而增強他們的道路安全及乘坐交通工具的安全意識，遵守「使用道路者守則」 協作機構： 衛生署九龍城區長者健康外展隊 截止日期： 6月9日截止登記	梁煥兒 姑娘
衛生署_健康講座 	主題： 長者選擇鞋履的方法 日期： 6月19日(星期三) 時間： 下午 3:00- 4:00 地點： 樂舞天地 名額： 15位 內容： 衛生署職員向會員講解選適合鞋的小知識。 截止日期： 6月18日截止登記	

例會後，透過實體方式登記，如超過登記名額，將抽籤處理。會員可於該活動截止日期翌日，在中心活動資訊欄查閱抽籤結果。

名稱	內容	負責職員
「賢老」畫廊	<p>日期： 6月4、11、18及25日(星期二)</p> <p>時間： 上午11:00-下午1:00</p> <p>地點： 樂舞天地</p> <p>名額： 8位</p> <p>內容： 志同道合，交流畫畫心得。</p> <p>備註： 請自備畫筆及油畫顏料。</p> 	龔詩明 姑娘
編織講場	<p>日期： 6月5、12、19及26日(星期三)</p> <p>時間： 上午10:00-11:00</p> <p>地點： 樂舞天地</p> <p>名額： 20位</p> <p>內容： 透過編織的技巧及享受編織樂趣。</p> <p>備註： 請自備織針及毛冷。</p> 	
穿珠交流班 (A班)	<p>日期： 6月6、13、20及27日(逢星期四)</p> <p>時間： 上午10:00-12:00</p> <p>地點： 樂融天地</p> <p>名額： 10位</p> <p>內容： 分享穿珠技巧及享受穿珠樂趣。</p> <p>備註： 需自行購買穿珠用品。</p> 	
穿珠交流班 (B班)	<p>日期： 6月7、14、21及28日(逢星期四)</p> <p>時間： 上午10:00-12:00</p> <p>地點： 樂融天地</p> <p>名額： 10位</p> <p>內容： 分享穿珠技巧及享受穿珠樂趣。</p> <p>備註： 需自行購買穿珠用品。</p> 	

例會後，透過實體方式登記，如超過登記名額，將抽籤處理。會員可於該活動截止日期後，在中心活動資訊欄查閱抽籤結果。

名稱	內容	負責職員
長者學苑		
		
手機拍攝運用課程 	日期： 5月29日(逢星期三) 6月12、19及26日(共4堂) 時間： 下午2:30-3:45 名額： 10位(保良局慈敬長者學苑學員優先) 地點： 慈敬小學 內容： 運用電話內相機功能，如何拍攝一張滿意相片。 截止日期： 5月22日截止登記	 龔詩明 姑娘
玻璃創意工作坊 	日期： 5月29日(逢星期三) 6月12、19日(共3堂) 時間： 下午2:30-3:45 名額： 10位(保良局慈敬長者學苑學員優先) 地點： 慈敬小學 內容： 透過手工藝術製作過程讓參加者發揮創意，耐性及自主性製作獨一無異的作品，完成後可以分享作品及互相欣賞。 截止日期： 5月22日截止登記	
中心活動		
樂聚賀端午 	日期： 6月6日(星期四) 時間： 上午9:30 - 10:30 地點： 樂居天地 內容： 與參加者一同遊玩，同賀端午 截止日期： 5月31日截止登記	黃浩然 先生
飯聚賀端午 	日期： 6月6日(星期四) 時間： 上午10:30-11:30 地點： 樂居天地 內容： 與參加者一同遊玩，同賀端午 截止日期： 5月31日截止登記	

例會後，透過實體方式登記，如超過登記名額，將抽籤處理。會員可於該活動截止日期後，在中心活動資訊欄查閱抽籤結果。

中心活動(四)

05

名稱	內容	負責職員
4-6 月生日會 	日期： 6月7日(星期五) 時間： 上午 10:00 – 11:00 名額： 30 位 費用： \$10 地點： 樂居天地 內容： 與 4-6 月份生日會員一同慶賀生日！ 截止日期： 5月31日截止登記	張美華 姑娘
塑中杯 	日期： 6月12日(星期三) 時間： 下午 2:30-4:30 名額： 10 位 對象： 中心會員 費用： \$20 地點： 樂居天地 內容： 使用石塑黏土制作物品，發揮無限創意。 截止日期： 6月5日截止登記	梁煥兒 姑娘
頌雙親 	日期： 6月13日(星期四) 時間： 上午 10:00-11:00 名額： 30 位 地點： 樂居天地 內容： 透過遊戲活動一同慶祝雙親節。 截止日期： 6月7日截止登記	黃浩然 先生
眼睛想旅行 	主題： 東方快車虛擬之旅 日期： 6月17日(星期一) 時間： 上午 10:00 - 11:00 名額： 20 位 地點： 樂居天地 費用： 免費 內容： 透過 IT 技術，恍如乘坐自 1883 年開始營運的列車，體驗一敞土耳其奇至巴黎的歐洲奇幻旅程！ 截止日期： 6月8日截止登記	 錢浩暘 先生

例會後，透過實體方式登記，如超過登記名額，將抽籤處理。會員可於該活動截止日期翌日，在中心活動資訊欄查閱抽籤結果。

名稱	內容	負責職員
捨得放放手 斷捨離講座 丟?送?賣? 	日期： 6月20日(星期四) 名額： 20位 時間： 上午10:00-11:00 地點： 樂居天地 對象： 中心會員 內容： 在家中正確收納，清理雜物等，同時養成日常收納小習慣，充分利用空間。 截止日期： 6月13日截止登記 協作機構：長者安居協會	黃曼菲 姑娘
佛青歌舞星期天 	日期： 6月23日(星期日) 時間： 下午2:30-4:30 名額： 40位 地點： 樂居天地 對象： 金咭會員 內容： 佛青義工載歌載舞，與中心會員共度愉快週末！ 截止日期： 6月17日 截止登記 協作機構：佛教青年協會	謝以恆 先生
快樂的色彩 	日期： 6月24日(星期一) 時間： 下午2:30-4:30 名額： 10位 地點： 樂舞天地 內容： 透過和諧粉彩，讓自己抒發的同時，培養藝術興趣。 截止日期：6月14日截止登記	龔詩明 姑娘
蓆上肌肉運動班 (7月-8月) 	日期： 6月26日(逢星期三) 7月3、10、17、24、31日 8月7、14、21、28日 時間： 下午3:15-4:15 費用：300元(10堂) 地點： 樂居天地 名額： 15位 內容： 強化核心肌群保護脊椎，改善姿勢，提升活動及協調能力，幫助增強身體的動態核心穩定性。 截止日期： 6月13日截止登記	張美華 姑娘

所有護老者活動均於 **本月護老天地** 優先登記
護老天地前一律不能登記所有護老者的活動。

名稱	內容	負責職員
認知障礙知多 D 	主題： 與認知障礙症患者的溝通方法 日期： 6月24日(星期一) 地點： 樂居天地 時間： 下午2:30 - 3:30 名額： 40位 內容： 透過公眾教育活動，讓參加者認識認知障礙症和與患者的溝通方法。 截止日期：6月23日截止登記	陳超冠先生
	主題： 認知障礙症患者的社區支援 日期： 6月26日(星期三) 地點： 樂居天地 時間： 上午10:00 - 11:00 名額： 40位 內容： 透過公眾教育活動，讓參加者了解支援認知障礙症患者及其家屬的社區資源。 截止日期：6月23日截止登記	
護老者活動 全城齊撐照顧者 24小時照顧者支援專線：182183		
護老天地 	主題： 愛在父親節暨端午節慶祝 日期： 6月4日(星期二) 地點： 樂居天地 時間： 下午2:30- 3:30 對象： 護老者 內容： 適逢父親節及端午節，借此機會和護老者聚首一齊慶祝。	麥穗琪姑娘
護老鬆一鬆 	主題： 雙手塑造雙親情 日期： 6月14日(星期五) 時間： 下午2:30- 4:00 地點： 樂融天地 對象： 護老者 名額： 10位 內容： 與護老者一同玩藝術手造花，讓護老者停下來輕鬆一下，放鬆長時間的照顧壓力，愉快度過雙親節。 截止日期：6月7日截止登記	黃曼菲姑娘

護老者活動在護老天地優先登記，透過實體方式登記，如超過登記名額，將抽籤處理。會員可於該活動截止日期翌日，在中心護老者活動欄查閱抽籤結果。

名稱	內容	負責職員
<p>捨得放放手 斷捨離講座</p> 	<p>日期： 6月20日(星期四) 名額： 20位 時間： 上午10:00-11:00 地點： 樂居天地 對象： 護老者 內容： 在家中正確收納，清理雜物等，同時養成日常收納小習慣，充分利用空間。 截止日期： 6月13日截止登記 協作機構： 長者安居協會</p>	黃曼菲 姑娘
<p>護老鬆一鬆</p> 	<p>主題： 長者同樂日 日期： 6月27日(星期四) 名額： 20位 時間： 下午2:30-4:00 地點： 樂居天地 對象： 護老者 內容： 由中學生籌劃活動，讓護老者停下來輕鬆一下。 截止日期： 6月20日截止登記 協作機構： 遊樂場協會</p>	麥穗琪 姑娘
<p>護老塑中杯</p> 	<p>日期： 6月26日(星期三) 時間： 下午2:30-4:30 費用： \$20 對象： 極有需要護老者 名額： 10位 地點： 樂居天地 內容： 使用石塑黏土制作物品，發揮無限創意。 參與方式： 符合資格的護老者會被邀請參與活動。</p>	梁煥兒 姑娘
<p>與你同行</p> 	<p>日期： 6月6、13及20日 (逢星期四) 時間： 下午2:30-3:30 名額： 6位 地點： 樂融天地 費用： 免費 對象： 極有需要護老者 內容： 透過教育及多元化活動，教育參加者合適的照顧方法，為她們提供支援，減輕照顧者的壓力及提升正面情緒。 參與方式： 在中心職員評估後，符合資格的護老者會被邀請參與活動。</p>	陳超冠 先生

如對義工活動有興趣，歡迎直接參與義工會或向恆仔查詢了解更多，所有義工服務均會在義工會內進行登

名稱	內容	負責職員
認知障礙症服務		
腦友加油站 	日期： 6月5、12及19日(逢星期三) 時間： 下午2:30 - 3:30 地點： 樂融天地 名額： 6位(歡迎照顧者一起參加) 對象： 懷疑/患有初級至中級認知障礙症之會員 內容： 透過遊戲訓練長者記憶、反應、手眼協調等， 延緩腦退化的速度。 參與方式： 在中心職員評估後，符合資格的中心會員會 被邀請參與活動。	陳超冠 先生
反轉「腦」朋友 	日期： 6月4、11、18及25日(逢星期二) 時間： 下午3:00 - 4:00 名額： 4位 地點： 樂融天地 對象： 懷疑/患有初級至中級認知障礙者 內容： 透過與對象進行不同互動式小組，恆常訓練對象腦 部靈活性以及放鬆自我。 參與方式： 在中心職員評估後，符合資格的中心會員 會被邀請參與活動。	
義工活動		
義工會 	日期： 6月5日(星期三) 時間： 下午2:00 - 3:00 名額： 20位 地點： 樂居天地 內容： 義工定期見面，報名義工活動及分享。	謝以恆 先生
配對探訪顯愛心 	日期： 6月19日(星期三) 名額： 2人1組 時間： 上午10:00 - 12:00 / 下午2:30-3:30 活動內容： 每月定期上門探訪區內有需要長者	
義言有信- 入信箱服務	日期： 6月26、27日(星期三、四) 時間： 上午10:00 - 12:00 / 下午2:30-3:30 名額： 啟晴邨6位、德朗邨8位 活動內容： 協助將中心資訊、心意投入啟晴、德朗長者信箱 	

健康角落：手部退化性關節炎

退化性關節炎是因長年累月的關節勞損而引致的疾病，在長者十分常見，影響的部位可包括膝蓋和手指。

手部的退化性關節炎

除了因關節老化，關節液分泌減少和軟骨損耗變薄之外，不正確的姿勢和活動，如攜帶過重的物件，令關節受到太大的壓力及磨損，都會令情況惡化，容易引起痛楚。

徵狀

包括痛楚、紅腫發熱和關節僵硬。長期關節發炎會令手指活動減少，引致肌肉萎縮、無力，倘若加上手指長期處於不正確的活動及姿勢，便可能導致永久性關節變形。

治療

退化性關節炎並無根治之法，痛楚時應盡量休息，也可用止痛藥減低痛楚，但應由醫生指示，以免導致不良副作用。

在日常生活中，應注意保護手部關節，以便減低痛楚、減低關節發炎、避免惡化以致永久性的變形；應學習採用一些對手關節傷害較少的方法去解決日常生活的工作要求。

退化性手關節炎的護理

正確的手部擺放位置
手部在急性炎症時會有腫脹發熱及痛楚的情況，可在睡覺及休息時，把手部放置在略高於手肘位置的地方，以助消腫。

足夠休息
減少使用患手工作，必要時可使用壓力繃帶使關節固定於正確位置。

溫和運動
握拳運動：輕輕的握住拳頭和盡量張開手，可加速血液循環和防止關節僵硬；每天一至二次，每次二十下。

按摩

對於慢性炎症，按摩可有助血液循環，使患手消腫。先把患手承高，用好手沿患手手指及手腕輕力推向手肘方向，每天二至三次，每次十五至二十分鐘。

冰敷或熱敷

急性炎症時可用冰敷；慢性炎症時則宜用熱敷，每天二至三次，每次十五至二十分鐘，有助加速手部血液循環，從而達致消炎止痛和去腫的功效。如有任何疑問，應請教醫護人員或物理治療師。

手關節保護守則

留意及正視關節痛楚

當手指活動時感到關節痛楚，便應立即停止，避免不必要的損害及加深痛楚。

避免關節長時間保持一固定的動作或位置

應常轉換手指位置或動作，以免因長時間保持固定動作或位置，而令手指關節僵硬及引起痛楚，宜久不久伸展及鬆弛疲倦的關節。

避免關節處於變形位置及保持正確姿勢

避免手指長時間屈曲，也不要使手指指節承受過大壓力；特別是手腕或手指向尾指方向屈曲的動作，例如：扭水喉及扭毛巾。

使用較大和較有力的關節

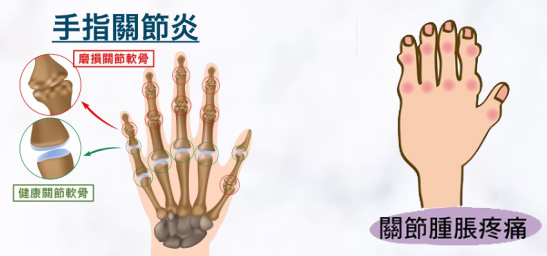
工作時應多使用較大和較有力的關節，如前臂和肩膀等，以減少手指小關節所受的壓力；不應用手指長時間提取重物，例如：不用手挽袋而改用肩掛袋或背囊。

減少工作時過分消耗體力

妥善安排工作的地方、程序，以便在工作過程中有適量的休息，可交替做不同活動的工作。另外，可使用適當的協助器具以節省手部關節工作，例如購買已攪碎的肉、使用洗衣機或選擇非綁帶或利用魔術貼的鞋等。

注意工作與休息的平衡

轉換工作或活動時的姿勢，交替工作性質(將輕巧和笨重的交替進行)，休息尤為重要，當關節發炎時，更要將休息時間延長。



保良局溫林美賢耆暉中心

每月班/組/活動時間表

星期日	星期一	星期二	星期三
2	3	4	5
15:00 午間健樂站(棋)	15:00 午間健樂站(棋)	11:00 「賢老」畫廊(舞) 14:30 護老天地(居) 15:00 反轉「腦」朋友(融) 15:00 午間健樂站(棋)	10:00 編織講場(舞) 14:00 義工會(居) 14:30 腦友加油站(融) 15:00 午間健樂站(棋) 15:30 蓆上運動班(居)
9	10	11	12
15:00 午間健樂站(棋)	公眾假期	08:15 驗血糖服務(融) 10:00 衛生署講座(居) 11:00 「賢老」畫廊(舞) 15:00 反轉「腦」朋友(融) 15:00 午間健樂站(棋)	10:00 編織講場(舞) 14:30 手機拍攝班 14:30 玻璃創意工作坊 14:30 塑中杯(居) 14:30 腦友加油站(融) 15:00 午間健樂站(棋) 15:30 蓆上運動班(居)
16	17	18	19
15:00 午間健樂站(棋)	10:00 眼睛想旅行(居) 15:00 午間健樂站(棋)	11:00 「賢老」畫廊(舞) 15:00 反轉「腦」朋友(融) 15:00 午間健樂站(棋)	10:00 配對探訪顯愛心 10:00 編織講場(舞) 14:30 手機拍攝班 14:30 玻璃創意工作坊 14:30 腦友加油站(融) 15:00 衛生署講座(舞) 15:00 午間健樂站(棋) 15:30 蓆上運動班(居)
23	24	25	26
14:30 佛青歌舞星期天(居) 15:00 午間健樂站(棋)	14:30 快樂的色彩(居) 14:30 認知障礙講座(居) 15:00 午間健樂站(棋)	11:00 「賢老」畫廊(舞) 15:00 反轉「腦」朋友(融) 15:00 午間健樂站(棋)	10:00 義言有信 10:00 認知障礙講座(居) 10:00 編織講場(舞) 14:30 手機拍攝班 14:30 護老塑中杯(居) 15:00 午間健樂站(棋) 15:15 蓆上運動班(居)
30			
15:00 午間健樂站(棋)			

保良局溫林美賢耆暉中心

每月班/組/活動時間表

星期四	星期五	星期六
		1
		15:00 午間健樂站(棋)
6	7	8
09:30 樂聚端午(居) 10:00 穿珠交流班 A(融) 10:30 飯聚端午(居) 14:30 與你同行(融) 15:00 午間健樂站(棋)	10:00 4-6月生日會 10:00 穿珠交流班 B(融) 15:00 午間健樂站(棋)	15:00 午間健樂站(棋)
13	14	15
10:00 頌雙親(居) 10:00 穿珠交流班 A(融) 14:30 與你同行(融) 15:00 午間健樂站(棋)	10:00 穿珠交流班 B(融) 14:30 雙手塑造雙親情(融) 15:00 午間健樂站(棋)	15:00 午間健樂站(棋)
20	21	22
10:00 斷捨離講座(居) 10:00 穿珠交流班 A(融) 14:30 與你同行(融) 15:00 午間健樂站(棋)	10:00 穿珠交流班 B(融) 15:00 午間健樂站(棋)	15:00 午間健樂站(棋)
27	28	29
09:30 7月例會(居) 10:00 義言有信 10:00 穿珠交流班 A(融) 14:30 護老鬆一鬆(居) 15:00 午間健樂站(棋)	10:00 穿珠交流班 B(融) 15:00 午間健樂站(棋)	15:00 午間健樂站(棋)
		

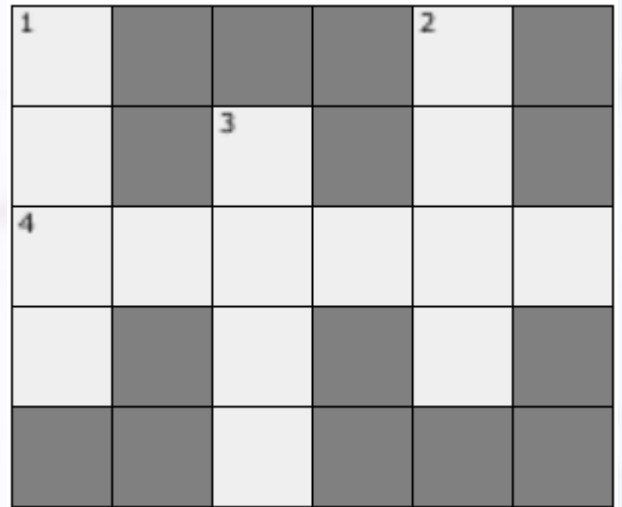
填字遊戲的魅力在於玩法簡單有趣，不僅適合打發時間，也因寓教於樂的學習效果而深受注目，可說是大人小孩皆宜的經典遊戲類型。

由左至右

4. 比喻自己和別人有同樣的缺點或錯誤，卻自以為是而譏笑別人。

由上至下

1. 形容人書讀很多，學識廣博。
2. 費盡心機，想盡一切辦法、計謀。
3. 安於現狀，不求進取。貶義。



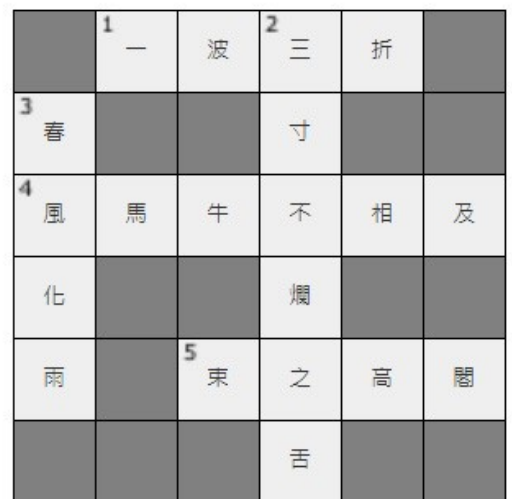
上期填字樂答案

由左至右

1. 比喻事情進行曲折多變。
4. 比喻事物之間彼此毫不相干。

由上至下

2. 形容人口才極佳，能言善道。
3. 指適合草木生長的和風及雨水。比喻師長和藹親切的教導。



負責職員：張美華姑娘

今個月為各位介紹幸活七錦囊，7種方法積極正面的心態應對挑戰，建構幸福生活社區。

方法三 - 創生活

- 創生活是指在日常生活中，通過創新的思考和行動，讓生活變得美妙和豐富。
 - 創生活可以從家居裝飾、娛樂、食譜、旅遊期間進行富創意的消費(聽音樂、看戲劇和參觀美術館)、美術(例如繪畫、素描和雕塑)、家庭品味生活和手工藝(園藝、烹飪/烘焙和編織)、音樂和表演藝術等活動展現出來。
- 若能把這些活動培養為規律的習慣，便能提升我們的生活品質及幸福感。



復康用品借用服務

時間：中心開放時間內

對象：中心會員、護老者及社區上有需要人士（使用者必需年滿 50 歲或以上）

內容：中心提供完備及高質素的復康用品借用服務。

其中包括手動輪椅、助行架、拐杖、復康單車、健腦遊戲。

時限：免費借用兩星期，如有需要可以延長兩星期。

備註：借用服務會以先到先得原則處理，不設預留。

若非本中心會員須向中心提供借用者身份證明文件、聯絡電話及住址證明

維修工具借用服務

時間：中心開放時間內

對象：中心會員

費用：免費

內容：電鑽及其他維修工具可供會員借用。

米蘭牌/平板電腦借用

日期：逢星期一至六

時間：上午 9:30 – 11:00 及
下午 2:30 – 4:00

內容：出示會員證登記，借用米蘭牌/IPAD 供會員玩樂，需遵守借用規則。

備註：使用後需自己消毒清潔相關物品。

舒筋活絡按摩椅

費用：\$10 (1 次)

套票：買 5 次送 5 次

時間：每次可使用 15 分鐘

備註：1) 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；
2) 患有嚴重骨質疏鬆症及有關節問題者不適宜使用。

聲波振動儀

費用：\$10 (1 次)

套票：買 5 次送 5 次

時間：每次可使用 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



※ 報紙暫停開放至另行通知。

※ 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** 等可聯絡職員更新。

中心會員活動

每月例會

日期：6 月例會 - 5 月 30 日 (星期四)

7 月例會 - 6 月 27 日 (星期四)

時間：上午 9:30 – 10:30

地點：樂居天地

名額：50 位

內容：講解每月活動及服務。

麥穗琪
姑娘

暴風雨訊號下中心服務安排

懸掛訊號	中心服務 /戶內活動	戶外活動
 T1	照常	照常
 T3	照常	取消
 T8	取消	取消

中心開放時間

星期一至六：

上午 8 時至下午 6 時

公眾假期休息

延展時段：

星期二：下午 6 時至 9 時

星期日：下午 2 時至 6 時

申請入會手續：

請於辦公時間內，親臨辦理入會手續並攜帶：身份證、證件近照一張。

年費：銀咭會員(50-59 歲) - \$50

金咭會員(60 歲或以上) - \$21

想接收中心月訊

只須簡單 2 步驟

就可以接收

Whatsapp 廣播

步驟 1：
儲存中心電話
(6411 6975)



步驟 2：
Whatsapp
通知中心
想接收月訊。

完成以上兩步，中心
就會加你入Whatsapp
廣播名單，日後接收
資訊更方便。

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 11：評估服務者的需要

『標準 11：服務單位運用有計劃的方法以評估和滿足服務使用者的需要
(不論服務對象是個人、家庭、團體或社區)

為達到上述標準，中心已存備有關政策及程式並切實執行。

地址：九龍九龍城沐虹街 12 號晴朗商場二樓 A206 舖

電話：2897 6608

傳真：2896 5878

電話錄音號碼：3701 7855

Whatsapp：6411 6975

電郵：shirleywan.nec@poleungkuk.org.hk

職員：蔡國輝(主任)、麥穗琪(副主任)、
謝以恆、黃浩然、謝恩桐、陳超冠、
龔詩明、張美華、黃曼菲、岑玉燕、
梁煥兒、李詩明、王金蓮

督印人員：蔡國輝 主任

編輯人員：張美華 福利工作員

印刷數目：500 份

日期：2024 年 6 月



啟德得
Facebook



電子
通訊