



保良局
PO LEUNG KUK

保良局溫林美賢耆暉中心

2023年9月通訊

世界認知障礙症月

每年的九月是世界認知障礙症月，目的是提升公眾對認知障礙症的關注。為配合該主題，中心將會在九月舉辦一系列與認知障礙症有關的活動。





認知障礙症是一種因腦部功能喪失而出現的疾病。由於患者的思考能力、記憶及語言能力降低，容易令他們和護老者之間的溝通出現困難。

以下是可供參考的溝通技巧：

1. 保持環境寧靜，減低噪音的干擾，有需要時可先關掉電視機或收音機；
2. 應與患者面對面，保持眼神接觸，確定取得患者注意，有需要時，替患者配備合適的眼鏡；
3. 說話時語調要平穩及緩慢，不宜高聲或急促說話；
4. 說話要精簡，每句話只帶有一個訊息。避免用代名詞如「他們」、「他」、「這裡」、「那個」等，應以人名、地名或物件名稱作直接溝通；
5. 問題要簡單，每次只提出一個問題，答案不宜多於兩個，避免讓患者有過多選擇，例如：「你吃蘋果或橙？」比「你喜歡什麼水果？」較為好；
6. 留心觀察患者的表情、音調及動作，例如：開心、痛楚等，以便作出合適的反應及提示。適當時，用微笑和點頭給予患者鼓勵和認同；
7. 當患者忘記整句句子時，可以重複句子最後部份，以作提示；
談話時間不宜太長，因患者的集中能力較低；
8. 切忌和患者爭論，可嘗試轉移話題分散患者的專注力以緩和情緒；



名稱	內容	負責職員
健康及生活推廣活動		
驗血糖服務	<p>日期：9月12日(星期二) 時間：上午8:15 – 9:00</p> <p>地點：樂融天地 費用：\$10</p> <p>名額：50位</p> <p>報名方法：可於例會後向職員報名。</p> <p>程序安排：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，敬請準時，謝謝。</p> <p><u>*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*</u></p>	
「擁抱健康」計劃	<p>A組 - 檢查日期9月11日(一) 報告日期9月20日(三)</p> <p>B組 - 檢查日期9月28日(四) 報告日期10月4日(三)</p> <p>名額：每組10位 集合時間：上午8:00</p> <p>費用：全免 回程時間：下午1:00</p> <p>地點：尖沙咀 (由職員帶領一同乘搭公共交通工具前往)</p> <p>對象：1) 過往沒有參加過「擁抱健康」計劃及 2) 領取綜援或長者生活津貼之有效會員</p> <p>內容：資助到時代醫療服務中心作一次全身體格檢查，包括：肺部X-光、驗血、大小便化驗。</p> <p>報名方法：即日起向職員查詢/報名，再由負責職員致電安排登記及簡介計劃內容。</p>	梁煥兒 姑娘
衛生署健康講座	<p>主題：認識認知障礙症 日期：9月5日(星期二)</p> <p>時間：上午10:00 – 11:00 名額：20位</p> <p>地點：樂居天地 費用：全免</p> <p>內容：向長者簡介認知障礙症成因、徵狀及應對方法。</p> <p>協作機構：衛生署九龍城區長者健康外展隊</p>	
健身室簡介會	<p>日期：9月13、27日(星期三) 時間：下午2:00 – 4:00</p> <p>地點：樂融天地 費用：\$10 名額：6位</p> <p>對象：欲使用健身室服務及學習運動器械人士</p> <p>備註：因報名參與簡介會的會員眾多，報名會員需耐心輪候，負責職員將個別聯絡上課日子。</p>	龔詩明 姑娘

除了驗血糖服務或特別列明的活動外，所有中心活動將在本月的首個報名日透過**實體方式**報名，月訊亦會列明首個

報名日的日期。9月份的首個報名日為：**9月4日 星期一 上午10時開始**

名稱	內容	負責職員
蓆上肌肉運動班 (10月-12月) 	日期：10月18、25日，11月1、8、15、22、29日， 12月6、13、20日(逢星期三) 時間：下午3:30-4:30 費用：10堂280元 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。 報名方法：報名日後開始登記， 9月30日 截止， 如超過登記名額，將抽籤處理。	張美華 姑娘
教育及發展活動		
手沖咖啡體驗班 	日期：9月29日(星期五) 時間：下午2:00-4:00 地點：樂居天地 費用：\$50 名額：15名 內容：教授手沖咖啡特色及基礎 報名方法：報名日後開始登記， 9月15日 截止， 如超過登記名額，將抽籤處理。	
品酒初體驗 	日期：9月23日(星期六) 時間：下午2:00-4:00 地點：樂居天地 費用：\$10 名額：30名 內容：分享對酒認知及基礎，令一眾對品酒有興趣人仕 相聚一起，分享其自己對酒之興趣。 報名方法：報名日後開始登記， 9月8日 截止， 如超過登記名額，將抽籤處理。	龔詩明 姑娘
長者乘車安全 推廣活動 	主題：安全乘車 關愛同行 日期：9月8日(星期五) 時間：上午10:30-12:00 名額：30位 活動地點：港鐵公司總部8樓會堂 集合時間：上午9:45 費用：全免 內容：由中心職員帶隊乘搭旅遊巴來回，出席宣傳片首影 推廣活動，長者乘車安全及自動體外心臟除顫器 (AED)。 主辦機構：港鐵 受邀機構：長者學苑 報名方法： 例會 後開始登記， 9月4日 截止，長者學苑 學員優先，如超過登記名額，將抽籤處理。	

名稱	內容	負責職員
教育及發展活動		
法式滾球	日期：9月4、11、18及25日(星期一) 時間：下午2:00-3:00及3:00-4:00 地點：樂居天地 名額：8位 內容：透過體驗法式滾球，訓練手眼協調及四肢運動。	謝以恆先生
「賢老」畫廊	日期：9月5、12、19及26日(星期二) 時間：上午10:00-下午12:00 地點：樂舞天地 名額：8位 內容：志同道合，交流畫畫心得。 備註：請自備畫筆及油畫顏料。	
編織講場	日期：9月6、13、20及27日(星期三) 時間：上午10:00-11:00 地點：樂融天地 名額：20位 對象：中心會員/護老者 內容：透過編織的技巧及享受編織樂趣。 備註：請自備織針及毛冷。	
穿珠交流班 (A班)	日期：7月至9月(逢星期四) 時間：上午10:00-12:00 地點：樂融天地 材料費：\$120/季 名額：10位 堂數：共12堂 內容：分享穿珠技巧和可制作一件完成品。	
穿珠交流班 (B班)	日期：7月至9月(逢星期五) 時間：上午10:00-12:00 地點：樂融天地 材料費：\$120/季 名額：10位 堂數：共12堂 內容：分享穿珠技巧和可制作一件完成品。	

龔詩明
姑娘

名稱	內容	負責職員
社交康樂活動		
 <p>Pad Pad 動腦筋</p>	<p>日期：9月14日(星期四) 時間：下午3:00 – 4:00 地點：樂舞天地 費用：全免 名額：8位 內容：透過學習平板電腦小遊戲，有互動可增進溝通。 報名方法：例會後開始登記，9月8日截止， 如超過登記名額，將以抽籤處理。</p>	<p>張美華 姑娘</p>
<p>美麗人生週日樂</p>	<p>日期：9月17日(星期日) 時間：下午3:00 – 4:00 地點：樂居天地 費用：全免 名額：30位 內容：美麗人生義工團載歌載舞，與會員共度愉快週末！ 報名方法：9月12日(二) 下午2時放證 3時抽籤 協作機構：美麗人生義工團</p>	<p>謝以恆 先生</p>
 <p>會員中秋樂悠悠</p>	<p>日期：9月21日(星期四) 時間：上午9:30 - 10:30 地點：樂居天地 費用：\$10 名額：30位 內容：與中心會員齊齊玩遊戲，同賀中秋！ 報名方法：報名日後開始登記，9月18日截止， 如超過登記名額，將抽籤處理。</p>	
 <p>飯聚中秋樂悠悠</p>	<p>日期：9月21日(星期四) 時間：上午10:30 - 11:30 地點：樂居天地 費用：\$10 名額：30位 內容：與飯堂朋友齊齊玩遊戲，同賀中秋！ 報名方法：報名日後開始登記，9月18日截止， 如超過登記名額，將抽籤處理。</p>	<p>黃浩然 先生</p>
<p>7-9月生日會</p>	<p>日期：9月22日(星期五) 時間：上午10:00 - 11:00 地點：樂居天地 費用：\$10 名額：30位 內容：與7-9月生日之會員一同慶祝！ 報名方法：報名日後開始登記，先到先得額滿即止</p>	

所有護老者活動均於 **本月護老天地** 優先報名
護老天地前一律不能報名所有護老者的活動。

名稱

內容

負責職員

護老者及被護者活動

護老天地	主題：護老者傾吓偈 日期：9月5日(星期二) 地點：樂居天地 內容：與護老者每月定期聚會，彼此交流照顧心得， 分享社區資訊。 備註：參加者可優先報名本月護老者活動。	時間：下午 2:30 - 3:30 費用：免費 對象：中心護老者
護老鬆一鬆	主題：護老者中秋聚下舊 (共 2 場) 日期：9月7日(星期四)及9月22日(星期五) 時間：下午 2:30 - 3:30 地點：樂居天地 對象：中心護老者及被護者 內容：開心頻道義工與各位護老者一齊開心玩遊戲，尋找 快樂元素，共慶中秋佳節。	
	主題：生前身後財務事 日期：9月26日(星期二) 地點：樂居天地 對象：中心護老者及被護者 內容：預先作出安排，讓信任的人，遵照自己的指示 來處理財務。保障自己或家人，免除一些憂慮。 協作機構：投資者及理財教育委員會	麥穗琪 姑娘
護老 好生活	主題：智齒保健講座 日期：9月12日(星期二) 地點：樂居天地 對象：中心護老者及被護者 內容：提升護老者及被護者對牙齒保健的認識，包括： <ol style="list-style-type: none"> 1. 口腔健康對認知障礙者的重要性 2. 長者常見的口腔問題 3. 預防口腔問題的方法 4. 照顧者怎樣幫助認知障礙者保持口腔健康 	時間：下午 2:30 - 3:30 費用：免費 名額：20 位

名稱	內容	負責職員
護老 好生活	<p>主題：五感園藝治療小組</p> <p>日期：9月14日(星期四) 時間：下午 2:30- 3:30</p> <p>地點：樂居天地 費用：免費</p> <p>對象：中心護老者 名額：8位</p> <p>內容：通過園藝治療活動，包括植物的感官刺激、植物感悟分享等方式，緩解壓力，管理自己的情緒。</p> <p>報名方法：於護老天地登記，9月10日截止，如超過登記名額，將抽籤處理。</p>	黃曼菲 姑娘
護老 伴著你走	<p>日期：9月11日(星期一) 時間：下午 3:00- 4:00</p> <p>地點：樂舞天地 名額：10位</p> <p>對象：中心護老者</p> <p>內容：暫時放下照顧者角色，以觀賞電影放鬆心情。</p> <p>報名方法：於護老天地登記，9月8日截止，如超過登記名額，將抽籤處理。</p>	
極有需要護老者及被護者活動		
血糖 小學堂	<p>日期：9月14、21、28日(星期四)</p> <p>時間：下午 3:00 - 4:00 名額：15位</p> <p>地點：樂舞天地 費用：免費</p> <p>對象：極有需要護老者及被護者</p> <p>內容：了解血糖的重要性及學習血糖的管理。</p>	梁煥兒 姑娘
長者常見 皮膚問題的護理	<p>日期：9月20日(星期三)</p> <p>時間：下午 3:00 - 4:00 名額：15位</p> <p>地點：樂舞天地 費用：免費</p> <p>對象：極有需要護老者及被護者</p> <p>內容：衛生署職員向參加者分享有關皮膚問題的小知識。</p>	
認知障礙症服務		
反轉【腦】朋友	<p>日期：9月5、12、19及26日(逢星期二)</p> <p>時間：下午 3:00 - 4:00 地點：樂融天地 名額：6位</p> <p>對象：懷疑/患有初級至中級認知障礙者優先</p> <p>內容：透過互動小組，訓練長者腦部靈活性及放鬆自我。</p> <p>報名方法：例會後開始登記，9月4日截止，如超過登記名額，將抽籤處理。</p>	黃曼菲 姑娘

認知障礙活動，可於例會後報名。

名稱	內容	負責職員
認知障礙症服務		
認知障礙知多啲	主題：認知障礙症不同階段的症狀講座 日期：9月6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，讓參加者認識認知障礙症，提升預防認知障礙症的意識。	陳超冠先生
	主題：認知障礙症患者的行為及與患者的溝通方法講座 日期：9月14日(星期四) 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，讓參加者認識認知障礙症和與患者的溝通方法。	
	主題：認知障礙症患者及其家屬的社區支援講座 日期：9月20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。	
	主題：認知障礙症患者的照顧方法講座 日期：9月27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，讓參加者認識認知障礙症和了解照顧認知障礙症患者的方法。	



社工 陳超冠



大家好！我是新入職的社工陳超冠先生。除了叫我陳生外，也可以叫我冠仔。我主要負責認知障礙症的相關服務，例如定期舉辦有關的公眾及教育活動和為相關長者及其護老者提供支援及訓練活動。祝福各位老友記身體健康，萬事如意。

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記。

名稱	內容	負責職員
義工活動		
義工會	日期：9月6日(星期三) 時間：下午 2:00 - 3:00 地點：樂居天地 名額：20位 內容：義工定期見面，報名義工活動及分享。	謝以恆 先生
自助·靜觀·空間	日期：9月12、26日(星期二) 時間：下午 2:00 - 3:00 地點：樂融天地 名額：6位 內容：提供空間、靜觀錄音讓參加者複習靜觀訓練，學習專注當下，照顧自己情緒及身體，關注精神健康。	
配對探訪顯愛心	日期：9月13日(星期三) 時間：上午 10:00 - 12:00 名額：2人1組 內容：每月定期上門探訪區內有需要長者。	
義工中秋慶團圓	日期：9月28日(星期四) 時間：下午 2:30 - 3:30 名額：20位 內容：與中心義工同撈同煲，同賀中秋！	



義工活動花絮



健康角落：

骨質疏鬆可以預防嗎？四大關鍵缺一不可！

害怕隨著年紀增長，骨質也越容易流失？近年來，許多維生素 D 保健食品翻倍增長，不少人以為補充維生素 D 就可以存健康骨本。但真的只要吃維生素 D 能存骨本嗎？如何預防骨質疏鬆？

骨質疏鬆是無聲殺手！預防勝於治療才更重要！

骨質流失沒有明顯的症狀，總是等到骨頭斷掉或裂掉那瞬間，才發現有骨質疏鬆。脊椎或是髖關節骨折等重大骨折事件發生後，最好去做骨密度檢查，高風險族群也不要等骨折後才開始注重保養。

一、蛋白質

臨床上發現，肌少症患者有較高的風險罹患骨質疏鬆症。蛋白質是合成肌肉的原料，成人每日蛋白質攝取量為「每公斤體重 X 1.1 克」，高齡長者則為「每公斤體重 X 1.2 克」，可預防衰弱和肌少症發生。

二、維生素 D

維生素 D 在人體扮演的角色類似固醇類賀爾蒙，主要調節鈣質在小腸的吸收，維持骨骼健康。身體需要維生素 D 才能吸收鈣，但有超過 98% 的國人維生素 D 都處於缺乏和不足的狀態。

營養師建議可以多吃富含維生素 D 的食物，像是鮭魚、秋刀魚、蛋黃、牛奶、香菇、木耳。學者建議，所有骨質疏鬆患者，每日維生素 D 攝取量至少要達到 800 IU，同時補充足量的鈣質，才能有效降低骨折風險。

三、鈣質

30 歲以前是骨骼的成長期，想預防骨鬆，應趁年輕時存骨本。鈣質是骨骼的原料，飲食中長期缺鈣，會加速骨質流失。成年人每天要補充 1000 毫克的鈣，才能滿足一天的需求。每天早晚喝一杯牛奶，飲食中多吃高鈣食物，如深綠色蔬菜、傳統豆腐、黑芝麻等，就能輕鬆補鈣。

四、運動

沒有運動會增加骨折風險，適度的戶外運動是必要的，曬太陽還能幫助身體合成維生素 D，加強腸道吸收鈣質。但並不是所有的運動都能幫助骨骼變強壯，想預防骨鬆，最好的運動就是「負重運動」，包括慢跑、爬樓梯、跳繩、爬山等。

預防骨質疏鬆 四大關鍵不能少!

LINE Heho健康

蛋白質

肌少症患者有較高骨質疏鬆症風險
· 每日蛋白質攝取量
成人：每公斤體重 X 1.1 克
高齡長者：每公斤體重 X 1.2 克

維生素 D

身體需要維生素D才能吸收鈣，
但有超過98%的國人維生素D都
處於缺乏和不足的狀態。

鈣質

鈣質是骨骼的原料，飲食長期
缺乏鈣，會加速骨質流失速度。
成年人每天要補充1000毫克的
鈣，才能滿足一天的需求。

運動

想要防止骨鬆，最好的運動就
是「負重運動」，包括慢跑、爬
樓梯、跳繩、爬山等。

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
3	4	5	6
15:00 午間健樂站 (棋)	10:00 活動報名日 14:00 法式滾球 (居) 15:00 午間健樂站 (棋)	10:00 衛生署講座 (居) 10:00 「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 (融) 10:00 認知障礙講座 (居) 14:00 義工會 (居) 15:00 午間健樂站 (棋) 15:45 蓆上運動班 (居)
10	11	12	13
15:00 午間健樂站 (棋)	08:00 擁抱健康 14:00 法式滾球 (居) 15:00 護老伴著你走 (舞) 15:00 午間健樂站 (棋)	08:15 驗血糖服務 (融) 10:00 「賢老」畫廊 (舞) 14:00 自助 靜觀 空間 (融) 14:30 護老好生活 (居) 15:00 Pad Pad 動腦筋 (舞) 15:00 反轉【腦】朋友 (融) 15:00 午間健樂站 (棋)	10:00 編織講場 (融) 10:00 配對探訪顯愛心 14:00 健身室簡介會 (融) 15:00 午間健樂站 (棋) 15:45 蓆上運動班 (居)
17	18	19	20
15:00 美麗人生週日樂 15:00 午間健樂站 (棋)	14:00 法式滾球 (居) 15:00 午間健樂站 (棋)	10:00 「賢老」畫廊 (舞) 15:00 反轉【腦】朋友 (融) 15:00 午間健樂站 (棋)	08:00 擁抱健康 10:00 編織講場 (融) 10:00 認知障礙講座 (居) 15:00 常見皮膚問題 (舞) 15:00 午間健樂站 (棋) 15:45 蓆上運動班 (居)
24	25	26	27
15:00 午間健樂站 (棋)	14:00 法式滾球 (居) 15:00 午間健樂站 (棋)	10:00 「賢老」畫廊 (舞) 14:00 自助 靜觀 空間 (融) 14:30 護老鬆一鬆 (居) 15:00 反轉【腦】朋友 (融) 15:00 午間健樂站 (棋)	10:00 編織講場 (融) 10:00 認知障礙講座 (居) 14:00 健身室簡介會 (融) 15:00 午間健樂站 (棋) 15:45 蓆上運動班 (居)

保良局溫林美賢耆暉中心

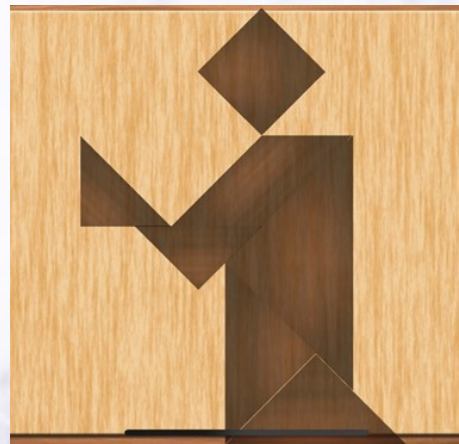
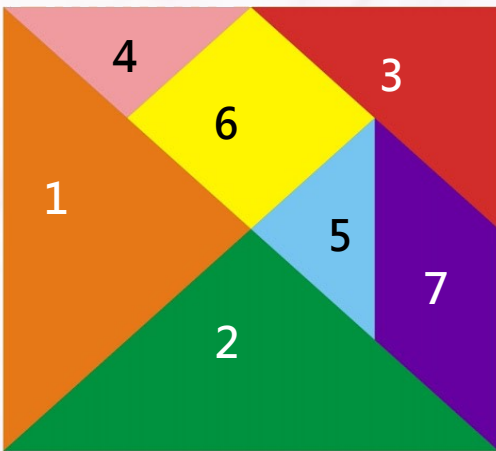
每月班/組/活動時間表

星期四	星期五	星期六
	1	2
	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)
7	8	9
10:00 穿珠交流班 A (融) 14:30 護老者中秋聚下舊 (居) 15:00 午間健樂站 (棋)	09:45 長者乘車安全推廣活動 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)
14	15	16
10:00 穿珠交流班 A (融) 10:00 認知障礙講座 (居) 14:30 護老 好生活 (居) 15:00 血糖小學堂 (舞) 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)
21	22	23
09:30 會員中秋樂悠悠 (居) 10:30 飯聚中秋樂悠悠 (居) 10:00 穿珠交流班 A (融) 15:00 血糖小學堂 (舞) 15:00 午間健樂站 (棋)	10:00 7-9 月生日會 (居) 10:00 穿珠交流班 B (融) 14:30 護老者中秋聚下舊 (居) 15:00 午間健樂站 (棋)	14:00 品酒初體驗(居) 15:00 午間健樂站 (棋)
28	29	30
08:00 擁抱健康 10:00 穿珠交流班 A (融) 10:00 10 月例會 (居) 14:30 義工中秋慶團圓 (居) 15:00 血糖小學堂 (舞) 15:00 午間健樂站 (棋)	10:00 穿珠交流班 B (融) 14:00 手沖咖啡體驗班(居) 15:00 午間健樂站 (棋)	<p>公眾假期</p> <p>中秋節翌日</p>

七巧板是一種智力遊戲，是由七個不同形狀的塊板組成，包括：
兩件大等腰直角三角形、兩件小等腰直角三角形、一件平行四邊形、
一件中等腰直角三角形、一件正方形。

由於等積變換，所以這七塊板可拼成許多圖形（千種以上），例如：

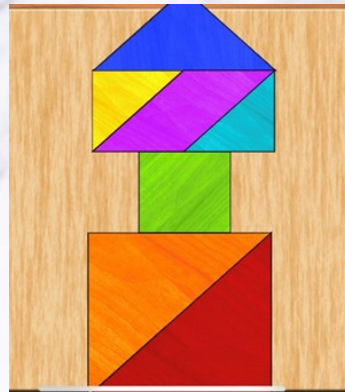
- ◆ 三角形、四邊形、不規則多邊形；
- ◆ 中、英文字母、阿拉伯數字（0-9）；
- ◆ 各種人物、形狀、動物等等...



考考大家，一起來動動腦筋吧！

請利用以上左圖的七巧板，為右圖填上數字完成圖案吧！

上月齊動腦活動答案：



今個月繼續為各位介紹長者護心法五式的元素，希望各位都在困難時候都有快樂人生！



第四式 - 求助總有法：

※ 主動找幫手，分擔有辦法，接受、分擔也是付出；



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 55 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、柺杖、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：9 月例會 - 8 月 31 日 (星期四)

10 月例會 - 9 月 28 日 (星期四)

時間：上午 10:00 – 10:45

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

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 2：檢討及修訂政策和程序

『標準 2：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。

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、鍾秀鳳

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：

550 份

日期：

2023 年 9 月



啟德得
Facebook



電子
通訊