



保良局
PO LEUNG KUK



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

張惠萍皇后山喜悅薈 2025年1月通訊

2025

謹賀
新年

喜悅薈全體全人祝大家：

龍馬精神，身體健康，如意吉祥！

新一年中心會繼續為大家舉辦各種不同的精彩活動，感謝各會員對中心的支持，未來大家一同綻放喜悅，繼續創造更多美好時刻！

老友記新年喜樂日 (483)

日期：17/1/2025 (五)
時間：下午2時45分至4時15分
地點：中心活動室1
對象：中心會員
名額：50位
收費：免費
內容：一起慶祝農曆新年佳節，
為長者送上關愛和祝福

合辦機構：土木工程拓展署、艾奕康有限公司、
捷章建築有限公司 及
救世軍中原慈善基金皇后山學校

參加方法：例會後向職員報名登記
負責同工：顏詠茹姑娘

新春嘉年華

日期：4/2/2025 (二)
時間：上午10時至中午12時 - A隊 (473)
下午3時至下午5時 - B隊 (474)
地點：中心活動室1及2
對象：中心會員
名額：各隊30位
收費：\$10
內容：參加攤位遊戲，共同慶祝新春佳節
參加方法：例會後向職員報名登記
負責同工：蔣宇星姑娘

下次例會日期：5/2/2025 下午2:00

睡得好, 生活少煩惱?

導致失眠的原因有很多種, 女性比男性更容易失眠, 高達30%的人也有此問題。至於本港, 根據香港中文大學近年一項調查發現, 每10名港人就有6.8人有失眠問題。本港衛生署指, 失眠是一系列夜間症狀, 包括無法入睡或熟睡等。醫管局資料顯示, 失眠可分為4大類型, 其特徵及診斷標準如下:

1. 難以入睡型

患者通常會焦慮緊張、胡思亂想、坐立不安, 以焦慮症的患者最常見。

2. 不能持續沉睡型

患者時睡時醒, 無法進入沉睡階段。

3. 睡醒後自覺不能恢復疲勞型

患者在起床後自覺不能恢復疲勞, 就像沒有睡過似的。

4. 過早覺醒型

半夜或凌晨醒來, 輾轉反側, 難以成眠, 臨床上以內因性「憂鬱症」患者最常見。

長者在生活習慣上可以怎樣預防睡眠問題?

- 維持有規律的睡眠, 按時睡覺及起床
- 不要強迫自己睡覺, 如果用了20分鐘也無法入睡, 就建議暫時離開床鋪
- 日間多做運動, 可以消耗體力, 幫助晚上增加睡意
- 睡前兩小時避免喝太多水, 減低夜尿或尿頻的機會

3種食物有效改善失眠 兼降血糖血壓



奇異果

- 富含維他命C、E、鉀和葉酸
- 具有抗氧化特性
- 有研究發現, 睡前吃1-2個可改善入睡時間及提升睡眠品質



牛奶

- 富含色胺酸, 可改善睡眠和情緒障礙
- 色胺酸對於血液中的血清素和褪黑激素的濃度十分關鍵



三文魚

- 含豐富Omega-3脂肪酸及維他命D
- 這些成分有助調節血清素, 因而對睡眠質素有重要影響



中心資訊



介紹人計劃！

過去一個月，很多會員介紹了朋友加入本中心，在此感謝各位的努力！我們將繼續誠邀各會員介紹合資格人士成為本中心會員，參與中心活動，與大家一起綻放喜悅。成功介紹朋友入會的會員可獲中心禮物一份！

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

請於中心開放時間內親臨辦理入會手續，並請攜帶身份證、半身正面近照一張和會員年費。

會員證

凡報名任何中心活動、派發禮物等都需要親臨中心及攜有效之會員證。如有任何爭議，本中心保留最終決定權。

會員續會事宜

如會員卡**有效期為31/1/2025**之會員，請在本月期間親臨本中心辦理續會手續，並請攜帶會員證和會員年費。

惜食堂速凍餐服務

由服務使用者領取速凍餐回家翻熱

2月份售票日期：1月23日（星期四）

時間：上午10:00-10:10（安排報名次序）

午餐： 每份 \$ 10

晚餐： 每份 \$ 10

* 每次需連續購買3日份量 *

逢星期二及五上午10:00派發速凍餐，每次派發3日份量(共6盒)

認知遊戲你我玩

有日本的研究指出，在選色填色的同時，大腦已全面啟動運轉！
隨著你的喜好和心情來塗上顏色，享受一下繪畫時間！



數年前，杏林大學醫學院的神經科教授古賀良彥說明了著色圖遊戲的功效，解說活化腦部機能的關係。著色圖適度地刺激大腦運轉，活化腦細胞，減少罹患失智症的風險，而且具有集中注意力舒解壓力的效果。

喜悅薈聚兩周年

2月1日是中心開幕兩周年的日子，感謝大家對中心的支持，令我們一直進步！
以下是職員對大家的一些話語，期望能繼續與大家創造更多美好時刻！



眨下眼，中心兩周年啦！多謝大家呢兩年來嘅支持同愛護。希望之後大家亦多多支持，繼續一齊悠然薈萃，喜悅薈聚。

吳穎芝姑娘



話咁快中心兩週年啦，上次一週年我參與唔到，今次兩週年我在場啦！呢兩年都多謝大家支持，未來都需要大家繼續支持我地，等我地有更多既週年可以慶祝！！

陳善銘先生



兩週年！兩週年！！兩週年!!! 時期過得太快，唔經唔覺，喺皇后山呢個大家庭一齊經歷兩年。多謝各位朋友嘅支持同包容。我地會繼續努力為大家帶來歡樂及喜悅。

許德杰先生

中心兩周年，曾生都係到做左兩周年喇！多謝大家好支持我地！希望可以同大家一齊經歷更多！

曾焯謙先生



中心兩週年快樂，期待有不同的新臉孔加入中心大家庭！

施諾澄姑娘



話咁快就兩周年，希望可以繼續同大家喺中心創造更多歡樂嘅時刻！

陳朗希先生

兩周年，感謝各位朋友嘅支持同包容，新一年希望大家健健康康，繼續喺中心創造更多歡樂嘅時刻！

何偉明先生



相聚即是緣，好感激有大家的陪伴，希望新的一年我們會繼續享受當下每一刻的美好！

蔣宇星姑娘



日月如梭，已經認識大家兩周年！感謝大家支持及鼓勵，未來的日子繼續同各位綻放喜悅！

顏詠茹姑娘



中心兩周年啦！雖然我喺中心都未滿1年，但完全感受到嚟個大家庭嘅歡樂。多得大家嘅支持，令歡樂可以延續落去，希望日後會更多人感受到。多謝大家！

陳慧賢姑娘



感謝大家的陪伴及支持，新一年我們繼續創造更多回憶！

張靜雯姑娘



中心兩周年啦，感謝大家一直以來支持與信任，讓我哋在新的一年更好為大家服務！

陳靜婷姑娘



喜悅健康

樂活健康

日期：每日（星期一至六）
時間：上午9時30分至10時
地點：中心活動室1
對象：中心會員
名額：40位
收費：免費
內容：每天早上會透過職員帶領進行伸展運動
負責同工：顏詠茹姑娘

身體檢查C (452)

日期：22/1/2025（三）
時間：上午10時15分至中午12時
下午2時15分至4時30分
地點：中心面談室
對象：中心會員
名額：14位
收費：\$20
內容：檢查包括血糖、血壓、血含氧量、身高體重，體內肌肉脂肪比例及分佈
參加方法：例會後向職員報名登記
負責同工：何偉明先生

8:30 空腹先驗血糖，之後按預約時段到中心面談室做其他檢查

身體檢查A (453)

日期：14/1/2025（二）
時間：上午10時15分至中午12時
下午2時15分至4時30分
地點：中心面談室
對象：中心會員
名額：14位
收費：免費
內容：檢查包括血壓、血含氧量、身高體重，體內肌肉脂肪比例及分佈
參加方法：例會後向職員報名登記
負責同工：何偉明先生



「每日度血壓，記錄在表格，覆診帶住佢，醫生都嘉許。」

衛生署活動-郁得健康 (455)

日期：23/1/2025（四）
時間：上午10時至11時
地點：中心活動室1
對象：中心會員
名額：30位
收費：免費
內容：由衛生署講解體能活動的重要性及其益處、實踐「少呆坐、多活動」
參加方法：例會後向職員報名登記
負責同工：何偉明先生

睇非肌 - QH011航班 (454)

日期：15/1/2025（三）
時間：上午10時15分至中午12時
下午2時15分至4時30分
地點：中心面談室
對象：中心會員
名額：14位
收費：免費
內容：利用「身體成份分析儀」檢測體內水份肌肉脂肪量，體型判定，體內年齡，透過報告睇一睇四肢肌肉、脂肪分佈及平衡力
參加方法：例會後向職員報名登記
負責同工：何偉明先生

「誠意邀請不肌的你，於自由自在的空間進行非肌檢查，名額有限，勿失良機！」



「膠」質新玩法二 (296)

日期：13,20,27/1/2025 及 10/2/2025 (一)

時間：上午10時至中午12時

地點：中心活動室2

對象：中心會員(極有需要護老者/護老者優先)

名額：10位

收費：\$200

內容：用AB膠或UV膠配合各種材料製作不同飾品

參加方法：例會後向職員報名登記

負責同工：許德杰先生

雕版印刷新春畫工作坊 (462)

日期：18/1/2025 (六)

時間：下午3時至下午4時

地點：中心活動室2

對象：中心會員

名額：6位

收費：\$20

內容：體驗非遺文化雕版印刷術，製作新春萬福圖，傳遞新春祝福

參加方法：例會後向職員報名登記

負責同工：蔣宇星姑娘

25年1月喜悅藝廊 (482)

日期：21/1/2025 (二)

時間：下午2時30分至4時30分

地點：中心活動室2

對象：中心會員

名額：6位

收費：\$20

內容：與會員一同創作新春油畫

參加方法：例會後向職員報名登記

負責同工：顏詠茹姑娘

老有所為「耆」趣后山仔－第三期

日期：11,18/1/2025 (六)

及

14,28/1/2025 (二)

時間：下午3時至5時

地點：中心活動室2

對象：中心會員

名額：10位

收費：免費

內容：綜合藝術，用不同色彩、不同材質進行畫作，與區內的小朋友一齊發揮創意

參加方法：例會後向職員報名登記

負責同工：許德杰先生、顏詠茹姑娘



2025年1月份

保良局張惠萍皇后山喜悅薈 - 1月活動時間



星期日	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六
29/12	9:30 樂活健康 10:00 可遇不可求之一山紅葉	9:30 樂活健康 10:00 認知訓練小組A(12月) 12:00 認知訓練小組B(12月) 2:30 皇后也升呢之益智手機game	一月一日	9:30 樂活健康 10:15 飛,我又再飛(12月) 3:30 喜悅派對1月	9:30 樂活健康	9:30 樂活健康 10:00 WAKUWAKU 啦啦隊(4)
5	9:30 樂活健康	9:30 樂活健康 10:00 認知訓練小組A(1月) 12:00 認知訓練小組B(1月)	9:30 樂活健康 2:00 1月例會	9:30 樂活健康 10:30 1月義工搜尋器 2:30 新春篇!皇后山美術部企劃!	9:30 樂活健康 10:00 1月Agogo 11:45 魔力橋大賽-簡介會 2:00 泰健康A班(1月)	9:30 樂活健康 10:00 WAKUWAKU 啦啦隊(4) 3:00 老有所為「耆」趣后山仔
12	9:30 樂活健康 3:00 剪紙賀新春工作坊 10:00 「膠」質新玩法二	9:30 樂活健康 10:00 花花世界1 10:00 認知訓練小組A(1月) 10:15 身體檢查A 12:00 認知訓練小組B(1月) 2:00 泰健康B班(1月) 2:15 身體檢查A	8:30 喜悅暢遊大嶼山 9:30 樂活健康 10:15 睇非肌 - QH011航班 2:15 睇非肌 - QH011航班	9:30 樂活健康 3:00 「好運蓮蓮」新年花燈工作坊	9:30 樂活健康 2:45 老友記新年喜樂日	9:30 樂活健康 10:00 WAKUWAKU 啦啦隊(4) 11:00 認知義工訓練日(12月) 3:00 雕版印刷新春畫工作坊 3:00 老有所為「耆」趣后山仔
19	9:30 樂活健康 10:00 花花世界1 10:00 「膠」質新玩法二 2:30 1月義工電話關顧日 3:30 長幼共融送愛心	9:30 樂活健康 10:00 皇后單車隊新年行大運 10:00 認知訓練小組A(1月) 10:00 芬蘭木柱初體驗 12:00 認知玩具日(1月) 2:00 泰健康B班(1月) 2:30 25年1月喜悅藝廊	9:30 樂活健康 10:15 身體檢查C 10:00 魔力橋大賽-初賽 10:30 1月義工探訪訓練日 2:15 身體檢查C 2:30 水母小夜燈工作坊 2:30 1月義工探訪訓練日	9:30 樂活健康 10:00 衛生署活動-郁得健康	9:30 樂活健康 10:00 1月Agogo 10:00 魔力橋大賽-複賽 2:00 泰健康A班(1月) 2:30 玩轉后花園蛇年新春篇	9:30 樂活健康 10:00 WAKUWAKU 啦啦隊(4) 10:00 評估家居安全知多D 2:00 1月護老廚房
26	9:30 樂活健康 10:00 花花世界1 10:00 「膠」質新玩法二 2:00 QUEENS CAFE 休閒茶座	9:30 樂活健康 10:00 認知訓練小組A(1月) 12:00 認知訓練小組B(1月) 2:30 皇后也升呢之益智手機game 3:00 老有所為「耆」趣后山仔	年初一	年初二	年初三	9:30 樂活健康 1:00 喜悅薈聚兩周年之初四圍餐 3:00 魔力橋大賽-決賽
	27	28	29	30	31	1/2

花花世界 1 (467)

日期：14,20,27/1/2025 及 11/2/2025 (一、二)
時間：上午10時至11時
地點：中心活動室2
對象：中心會員(極有需要護老者/護老者優先)
名額：6位
收費：\$40
內容：透過園藝活動, 讓護老者能放鬆
參加方法：例會後向職員報名登記
負責同工：陳朗希先生

水母小夜燈工作坊 (470)

日期：22/1/2025 (三)
時間：下午2時30分至4時30分
地點：中心活動室2
對象：中心會員(極有需要護老者/護老者優先)
名額：8位
收費：\$20
內容：一同製作水母小夜燈, 及提供護老資源分享
參加方法：例會後向職員報名登記
負責同工：陳朗希先生

「好運蓮蓮」新年花燈工作坊 (451)

日期：16/1/2025 (四)
時間：下午3時至下午4時
地點：中心活動室1
對象：中心會員(極有需要護老者/護老者優先)
名額：6位
收費：\$20
內容：製作手提蓮花燈，增添節日氣氛，
感受東方美學
參加方法：例會後向職員報名登記
負責同工：蔣宇星姑娘

1月護老廚房 (468)

日期：25/1/2025 (六)
時間：下午2時至3時
地點：中心活動室2
對象：中心會員(極有需要護老者/護老者優先)
名額：8位
收費：\$10
內容：一起製作餃子, 讓護老者一們起放鬆
參加方法：例會後向職員報名登記
負責同工：陳朗希先生

剪紙賀新春工作坊 (461)

日期：13/1/2025 (一)
時間：下午3時至下午4時
地點：中心活動室2
對象：中心會員(極有需要護老者/護老者優先)
名額：8位
收費：\$10
內容：體驗剪紙技藝，為家和中心製作新年裝飾
參加方法：例會後向職員報名登記
負責同工：蔣宇星姑娘

資訊與科技

皇后也升呢之益智手機game (489)

日期：28/1/2025 (二)
時間：中午2時30分至3時30分
地點：中心活動室2
對象：中心會員
名額：8位
收費：免費
內容：增加大家對使用智能手機的認識
參加方法：例會後向職員報名登記
負責同工：施諾澄姑娘

1月Agogo (469)

日期：10,24/1/2025 (五)
時間：上午10時至11時
地點：中心活動室1
對象：中心會員
名額：12位
收費：免費
內容：一起享受跳舞帶來的快樂
參加方法：例會後向職員報名登記
負責同工：陳朗希先生

QUEENS CAFE休閒茶座－新年篇 (456)

日期：27/1/2025 (一)
時間：下午2時至4時
地點：中心活動室1
對象：中心會員
名額：15位
收費：\$20
內容：體驗手沖咖啡的樂趣，閒談生活
參加方法：例會後向職員報名登記
負責同工：許德杰先生

長幼共融送愛心 (450)

日期：20/1/2025 (一)
時間：下午3時30分至4時30分
地點：中心活動室1
對象：中心會員
名額：28位
收費：免費
內容：與學生互動玩游戏，
享受長幼共融的快樂
合辦機構：香港青年勵行會
救世軍中原慈善基金皇后山學校學生
參加方法：例會後向職員報名登記
負責同工：蔣宇星姑娘

皇后單車隊新年行大運 (457)

日期：21/1/2025 (五)
時間：上午10時至下午2時
地點：中心活動室1
對象：中心會員
名額：6位
收費：免費
內容：一起出走，用單車遊社區
參加方法：例會後向職員報名登記
負責同工：陳善銘先生、許德杰先生

玩轉「后」花園 蛇年新春篇 (458)

日期：24/1/2025 (五)
時間：下午2時30分至4時
地點：中心活動室1
對象：中心會員
名額：10位
收費：免費
內容：為中心園藝治療閣進行佈置及整理
參加方法：例會後向職員報名登記
負責同工：許德杰先生

喜悅暢遊大嶼山 (391)

日期：15/1/2025 (三)
時間：上午8時30分至下午4時40分
地點：中心活動室1集合
對象：中心會員
名額：58位
收費：中心會員 \$200 / 非會員 \$300
內容：參觀寶蓮寺，於寶蓮寺享用美味齋宴午餐，
遊覽昂坪市集及到大澳參觀
參加方法：例會後向職員報名登記
負責同工：施諾澄姑娘、許德杰先生

泰健康A班(1月) (477)

日期：10,24/1/2025 (五)
時間：下午2時至5時
地點：青聯康體會 (先於中心活動室2集合)
對象：曾參加泰健康的會員
名額：10位
收費：免費
內容：一同體驗打泰拳的樂趣
參加方法：例會後向職員報名登記
負責同工：曾焯謙先生

泰健康B班(1月) (478)

日期：14,21/1/2025 (二)
時間：下午2時至5時
地點：青聯康體會 (先於中心活動室2集合)
對象：曾參加泰健康的會員
名額：10位
收費：免費
內容：一同體驗打泰拳的樂趣
參加方法：例會後向職員報名登記
負責同工：曾焯謙先生



喜悅薈聚兩周年之初四圍餐暨魔力橋決賽 (484)

日期：1/2/2025 (六)
時間：下午1時至4時30分
地點：中心活動室1
對象：中心會員
名額：50位
收費：\$ 20
內容：2025年2月1日是中心成立兩周年，為感謝大家支持，當天中心會一同享用盆菜宴、欣賞表演及魔力橋決賽
參加方法：例會後向職員報名登記
負責同工：曾焯謙先生

芬蘭木柱初體驗 (490)

日期：21/1/2025 (二)
時間：上午10時至11時
地點：中心活動室2
對象：中心會員
名額：8位
收費：免費
內容：透過投擲時的動作，可鍛鍊手部肌肉、
參加方法：例會後向職員報名登記
負責同工：施諾澄姑娘

喜悅薈聚兩周年之魔力橋大賽 (485)

日期：簡介會－ 10/1/2025 (五) 上午11時45分至中午12時45分
初賽及複賽－ 22,24/1/2025 (三、五) 上午10時至中午12時
決賽－ 1/2/2025 (六) 下午3時至4時30分

地點：中心活動室1
對象：中心會員
名額：32位
收費：免費
內容：中心兩周年特別活動！讓會員進行魔力橋大賽，勝出者可獲豐富獎品，請預留以上時間參加比賽！
參加方法：例會後向職員報名登記
負責同工：曾焯謙先生



新春篇!皇后山美術部企劃! (480)

日期：9/1/2025 (四)
時間：下午2時30至4時30分
地點：中心活動室2
對象：中心義工會員
名額：10位
收費：免費
內容：與義工會員一同佈置中心
參加方法：例會後向職員報名登記
負責同工：顏詠茹姑娘

1月義工搜尋器 (491)

日期：9/1/2025 (四)
時間：上午10時30分至11時30分
地點：中心活動室1
對象：中心義工會員
名額：20位
收費：免費
內容：義工聚會，遊戲、健康生活講座
參加方法：例會後向職員報名登記
負責同工：施諾澄姑娘

1月義工探訪訓練日 (493)

日期：22/1/2025 (三)
時間：上午10時30分至12時30分
及
下午2時30分至4時30分
地點：中心活動室1
對象：中心義工會員
名額：20位
收費：免費
內容：訓練本中心義工，為區內有需要長者進行探訪
參加方法：須於「義工搜尋器」內報名
負責同工：施諾澄姑娘

1月義工電話關顧日 (492)

日期：20/1/2025 (一)
時間：下午2時30分至3時30分
地點：中心義工房
對象：中心義工會員
名額：20位
收費：免費
內容：中心義工致電問候獨居或體弱長者個案
關懷他們的生活情況
參加方法：須於「義工搜尋器」內報名
負責同工：施諾澄姑娘

WAKUWAKU 啦啦隊(4) (486)

日期：4,11,18,25/1/2025 (六)
時間：上午10時至11時
地點：中心活動室2
對象：中心會員(義工會員優先)
名額：9位
收費：\$40
內容：組成QHD88啦啦隊，學習輕快的舞蹈，
為社區注入正能量，提升精神健康關注
參加方法：須於「義工搜尋器」內報名
負責同工：施諾澄姑娘





認知障礙症服務

認知訓練小組A(1月) (475)

日期：7,14,21,28/1/2025 (二)
 時間：上午10時至11時
 地點：中心活動室1
 對象：懷疑或患有認知障礙症的會員
 名額：8位
 收費：免費
 內容：一同訓練認知能力，保持認知水平
 參加方法：經負責同工篩選
 負責同工：曾焯謙先生

認知訓練小組B(1月) (476)

日期：7,14,28/1/2025 (二)
 時間：中午12時至下午1時
 地點：中心活動室2
 對象：懷疑或患有認知障礙症的會員
 名額：6位
 收費：免費
 內容：一同訓練認知能力，保持認知水平
 參加方法：經負責同工篩選
 負責同工：曾焯謙先生

認知義工訓練日(12月) (479)

日期：18/1/2025 (六)
 時間：上午11時至中午12時
 地點：中心活動室1
 對象：中心義工
 名額：10位
 收費：免費
 內容：學習透過認知訓練玩具，協助懷疑或患有認知障礙症長者進行認知訓練
 參加方法：經負責同工篩選
 負責同工：曾焯謙先生

認知玩具日(1月) (481)

日期：21/1/2025 (二)
 時間：中午12時至下午1時
 地點：中心活動室2
 對象：懷疑或患有認知障礙症的會員
 名額：10位
 收費：免費
 內容：由中心義工陪同懷疑或患有認知障礙症長者進行認知訓練
 參加方法：經負責同工篩選
 負責同工：曾焯謙先生

賽馬會齡活城市計劃 - 友善安「居」在北區

「齡活」包含靈活、積極的意思。賽馬會希望透過計劃，提倡長者及年齡友善文化，鼓勵大眾關注不同年齡人士的需要，改變對「年老」的固有觀念，並與社區不同持份者共建「齡活城市」，讓香港成為適合不同年齡人士生活的地方。

項目主要元素：

- 培訓家居大使，推廣長者友善家居設計的概念。
- 上門為區內長者進行家居友善評估，以及簡單的家務改善工程。

今年長者友善大使活動有4節的課堂：1.長者友善概念 2.家居安全 3.家居維修 4.家居收納

長者友善大使-評估家居安全知多D (487)

日期：25/1/2025 (六)

時間：上午10時至11時

地點：中心活動室1 名額：20位 收費：免費

內容：招募及教授區內長者有關長者友善社區概念，和義工總結課堂內容及完成課程後安排

參加方法：例會後向職員報名

如有任何疑問，對家居安全維修有興趣或家居需要小維修的會員，歡迎向施姑娘查詢。

今期介紹 SQS :

標準 15 : 申訴

每一位服務使用者及職員均有自由申訴其對機構或服務單位的不滿,而毋須憂慮遭受責罰,所提出的申訴亦應得到處理。

SQS

服務質素標準

「服務質素標準」訂明服務單位在管理和提供服務方面應達到的質素水平。現時共有十六項「服務質素標準」,當中每項均有一套「準則」及「評估指標」說明。這些「準則」及「評估指標」均為一般性基本要求,服務營辦者可根據各要求,以合適的方法應用於個別服務類別或服務單位中,以符合所有「服務質素標準」的要求。有關服務質素標準的詳細內容檔亦可向中心職員索取閱覽。

惡劣天氣安排

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
 L3	 照常	 取消
 8	 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

如會籍過期,可親身到中心進行續會手續。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。

長者電話支援服務系統

目的:

1. 以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

服務對象:

中心個案、隱蔽長者及中心已登記參與本服務的會員

各位會員,中心現時新增了WhatsApp服務,我們會定時向大家發放中心資訊和最新活動動態,亦歡迎各位老友記透過WhatsApp和我們進行互動!



保良局張惠萍皇后山喜悅善例會 宣傳
WhatsApp 群組



「2555 0890」

「2555 0306」

「2555 0015」

「3701 7988」

儲存我們電話,突發資訊即時收聽!



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

地址：新界粉嶺龍峻路6號皇后山社區綜合大樓一樓

電郵：queenshill.nec@poleungkuk.org.hk

電話：2555 0890

職員：

吳穎芝、陳善銘、許德杰、曾焯謙、陳朗希、施諾澄、
蔣宇星、何偉明、顏詠茹、陳慧賢、張靜雯、陳靜婷

督印人員： 吳穎芝 主任

編輯及設計：顏詠茹 福利工作員

印刷數目： 300份

日期： 2025年1月