



## 五感活動分享之花花奇遇記

透過園藝工作坊及製作手工和種植，刺激五感和體驗大自然所賜予的力量和生命的成長。參加者的分享：

人類的生命像花兒慢慢地成長和開花結果。體會耐心的栽培。有感，它每天都在成長中和每天都在期望中。

會員 (黃女士)



本以種什麼死什麼的心態去看(水培植物)的成長，當中有得著和驚喜，感受到植物是有生命力的。首次接觸拼合花花燈，發現自己是可以做到，並且效果也很美。

會員 (駱女士)



將花花合併時自己已全神貫注，感覺是愉悅的，要專心和小心，不要把花弄破，漸漸已走入了花花的世界!

會員 (陳女士)

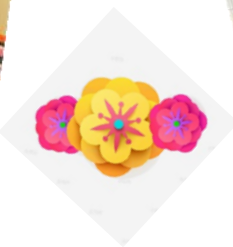


內容豐富，能令人放鬆心情。其中拼花枱墊及花燈令參加者發揮設計天份。而栽種植物則訓練耐性及後又有成功感。這活動不錯。

會員 (吳女士)

植物的生長令我充滿期望，專注及愛心。從製作乾花手工令我成功感及無限喜悅。

會員 (田女士)



# 報告事項

## 2023 年 7 月月會

場次	日期	時間
第一場	6 月 15 日(星期四)	上午 9 時
第二場	6 月 16 日(星期五)	上午 9 時
第三場	6 月 16 日(星期五)	下午 2 時

請會員於 6 月 1 日(四)起，致電或親臨中心報名月會。此外，會員可於 6 月 8 日(四)起，自行或請親友到中心領取 7 月份月訊乙份，亦歡迎瀏覽本中心網頁閱覽相關資訊，謝謝！

## 活動提醒

活動名稱	內容	日期/時間/地點	對象
耆暉量血壓	透過 e 體健系統，為長者提供量血壓服務，持續監察血壓情況。	6 月 3、10、17 及 24 日(六) 6 月 7、14、21 及 28 日(三) 下午 2 時(本中心)	會員 / 非會員
義工電話關懷	到中心致電慰問有需要長者。	6 月 5、12、19 及 26 日(一) 上午 10 時(本中心)	電話義工
五感認知樂小組	透過五感遊戲及認知訓練工具，訓練認知。	6 月 5 及 19 日(一) 6 月 28 日(三) 下午 2 時 30 分(本中心)	五感認知樂小組組員
老有所為-無伴奏合唱小組	學習無伴奏合唱，成為義工，外出探訪。	6 月 7、14 及 21 日(三) 下午 2 時 30 分(本中心)	無伴奏合唱小組組員
痛症有辦法	邀請樂齡同行計劃的職員講解痛症與情緒之間的互相影響，學習放鬆心情，活在當下。	6 月 7、14、21、28 日及 7 月 5 日(三) 上午 9 時 30 分至 11 時(本中心)	曾參加痛症有辦法(評估)並受邀請的會員
中心委員會	提供平台予會員參與及商討中心事務。	6 月 15 日(四) 下午 2 時(本中心)	中心委員會成員
社區飯堂會議	商討飯堂事宜	6 月 29 日(四) 下午 12 時 30 分(本中心)	飯堂使用者

### 提提你：每月壽星\_溫馨獻禮

- 4-6 月份壽星，請於 4-6 月期間，帶同會員證到中心領取生日禮物。最遲可於 2023 年 6 月 30 日(五)前取回禮物，逾期作自動放棄論。
- 會員可自行到取或請親友代領，但必須帶同有效會員證。



## 快樂毛巾操-6月

MACS: 000062

日期 6月6、13、20及27日(逢星期二)  
時間 下午3時至4時  
地點 本中心  
節數 4節  
內容 職員與參加者一齊做毛巾操運動，提升肌力強度和平衡力，舒緩身體酸痛。  
名額 8人  
費用 會員\$10  
職員 曾觀梅 姑娘  
備註 未參加5月份此活動者優先。參加者需經過評估，曾姑娘再個別通知。



## 保健按摩-6月

MACS: 000060

日期 6月7、14、21及28日(逢星期三)  
時間 上午9時至12時45分(每節45分鐘)  
地點 本中心  
節數 4節  
內容 按摩師提供足底及肩頸按摩服務。  
名額 5人  
費用 會員\$380  
職員 曾觀梅 姑娘  
備註 1.參加者請在活動前先清潔腳部。  
2.參加者必須購買整個月之節數，如有特別情況，請向曾姑娘查詢。



## 健康檢查-6月

MACS:000061

日期 6月26日(星期一)  
時間 上午9時至10時30分  
地點 本中心  
內容 驗血糖、驗膽固醇。  
名額 20人  
費用 驗血糖：會員\$10  
驗膽固醇：會員\$40  
職員 曾觀梅 姑娘  
備註 活動當天，檢查內容不作更改。



## 衛生署講座\_急救常識

日期 6月27日(星期二)  
時間 上午10時15分至11時15分  
地點 本中心  
內容 由衛生署護士講解一般危急情況時該採取的處理方法，提高長者及護老者的基本急救知識。  
名額 20人  
費用 免費  
職員 曾觀梅 姑娘



## 教育發展



### 羅氏長者學苑-長者詠春班

MACS: 000077

- 日期 6月3、10、17、24日及7月8、15日(逢星期六)
- 時間 下午2時30分至4時
- 地點 保良局羅氏基金中學
- 節數 6節
- 內容 透過體適能教練教授詠春基本練習，培養學員進行持續運動鍛鍊和舒展筋骨。
- 名額 10人
- 費用 會員\$30
- 職員 黃發龍 先生
- 備註 1. 欲一同前往學校的參加者請於2時準時到達本中心，逾時不候。  
2. 參加者需經評估及甄選，能正常站立，有興趣者先留名登記，職員再個別通知。



### IT 支援站

- 日期 6月9日(星期五) -A 班  
6月30日(星期五) -B 班
- 時間 上午9時30分至10時30分
- 地點 本中心
- 內容 為有需要的會員，解答操作智能電話、平板電腦時遇到的問題。
- 名額 4人(每節1人)
- 費用 免費
- 職員 黃發龍 先生
- 備註 參加者只可選一場參與。



## 護老/有需要護老者支援



### 營養 DIY

- 日期 6月2日(星期五)
- 時間 上午10時至11時
- 地點 本中心
- 內容 由一線通平安鐘職員講解如何從食物吸收各種人體所需的營養素，以及講解營養補充劑的作用。
- 名額 20人(護老者優先)
- 費用 免費
- 職員 王華鑫 先生



### 靈實\_家居智力訓練

- 日期 6月8日(星期四)
- 時間 下午2時至3時
- 地點 本中心
- 內容 由靈實職業治療師講解護老者如何輕鬆做認知障礙症的訓練。
- 名額 20人(護老者優先)
- 費用 免費
- 職員 王華鑫 先生



## 社交康樂

### 「植」得一賞



日期 6月1日(星期四)  
時間 上午10時至11時  
地點 本中心  
內容 向參加者派發香草株和介紹香草。  
名額 8人  
費用 免費  
職員 王華鑫 先生



### 中心生日會\_4-6月

MACS:000065  
MACS:000066

日期 6月9日(星期五)  
時間 第一場：下午2時15分至3時15分  
第二場：下午3時30分至4時30分  
地點 本中心  
內容 與4-6月生日會員開心慶祝生日。  
名額 15人(每場)  
費用 會員\$15  
職員 廖雅芳 姑娘  
備註 1. 4-6月生日會員可優先報名。  
2. 每位參加者可獲精美禮物一份。



### 去片!睇電影(6月)

日期 6月10及24日(星期六)  
時間 上午10時至11時  
地點 本中心  
內容 讓會員透過電影得到正能量、歡樂和輕輕鬆鬆度過快樂時光。  
名額 15人(每場)  
費用 免費  
職員 廖雅芳 姑娘  
備註 10/6 電影:點只捉賊咁簡單  
24/6 電影:雞同鴨講 1988




### 芬蘭木棋

日期 6月12及19日(星期一)  
時間 上午10時至11時  
地點 本中心  
內容 介紹芬蘭木棋玩法，讓會員感受訓練運算力、專注力及手眼協調等及樂趣。  
名額 10人  
費用 免費  
職員 廖雅芳 姑娘  
備註 1. 未曾參與5月份芬蘭木棋之會員可優先報名。  
2. 參加者必須出席所有節數，如有特別情況，請向廖姑娘查詢。



## 社交康樂

<input type="checkbox"/>	<b>6月開心下午茶</b> MACS:000086	<input type="checkbox"/>	<b>歡慶父親節</b> MACS: 000071
日期	6月26日(星期一)	日期	6月29日(星期四)
時間	下午3時至3時30分	時間	第一場:下午2時至2時30分 第二場:下午2時30分至3時 第三場:下午3時至3時30分
地點	本中心	地點	本中心
內容	製作臭草綠豆沙供會員享用。	內容	與參加者一同玩遊戲，一同歡度父親節。
名額	30人	名額	15人(每場)
費用	會員\$8	費用	會員\$10
職員	張創裕 先生	職員	王華鑫 先生
備註	參加者請準時到達中心，活動開始30分鐘後將不會派發食物。		

## 義工服務


<input type="radio"/>	<b>端午節「關懷長者」義工探訪</b>	<input type="checkbox"/>	<b>義工和諧粉彩訓練班</b>
日期	6月12至21日	日期	6月23日(星期五) MACS: 000067
時間	上午9時至11時 或 下午2時至4時	時間	下午2時30分至4時
地點	戶外	地點	本中心
內容	招募義工探訪獨居、雙老長者關懷長者。	內容	教授和諧粉彩技巧，並成為義工，協助和諧粉彩活動。
名額	不限	名額	6人
費用	免費	費用	會員\$10
職員	王穎恩 姑娘	職員	王穎恩 姑娘
備註	有興趣者請直接向王姑娘登記。	備註	參加者需在6月28日(星期三)下午協助活動。

<input type="checkbox"/>	<b>騷哥利_6月</b> MACS: 000073	<input type="radio"/>	<b>春季長者友善社區關注組</b>
日期	6月30日(星期五)	日期	6月30日(星期五)
時間	上午9時30分至11時	時間	下午3時至4時
地點	本中心	地點	本中心
內容	端午佳節將至，與老友記一齊DIY製作香囊吊飾。	內容	一同商討寶林區內長者友善設施的建議。
名額	10人	費用	免費
費用	會員\$15	職員	王穎恩 姑娘
職員	曾觀梅 姑娘	備註	有興趣成為長者友善社區關注組成員請直接向王姑娘登記。
備註	1.如有需要，請自備眼鏡。 2.每位參加者可獲自製香囊2個。 3.製作布色隨機派發。		


## 認知障礙長者支援服務


<input type="radio"/>	<b>「樂齡科技」體驗日</b>		<input type="radio"/>	<b>認知障礙你要知</b>	
日期	6月1日(星期四)		日期	6月12日(星期一)	
時間	第一場:下午3時至3時30分 第二場:下午3時30分至4時		時間	下午2時至3時	
地點	本中心		地點	本中心	
內容	由職員分享2款有助訓練認知的樂齡科技產品遊戲，並帶給參加者全新遊戲體驗。		內容	由香港老年學會職員講述如何處理認知障礙症長者的個人壓力。	
名額	8人(每場)		名額	15人	
費用	免費		費用	免費	
職員	曾觀梅 姑娘		職員	陳穎然 姑娘	

<input type="radio"/>	<b>護腦資源知多點</b>	
日期	6月23日(星期五)	
時間	上午10時至11時	
地點	本中心	
內容	介紹認知障礙症及其相關資源、處理方法。	
名額	20人	
費用	免費	
職員	張創裕 先生	

## 持分活動

## 五感活動專欄

<input type="radio"/>	<b>茵怡花園友里樂齡 資訊速遞 6月</b>	
日期	6月2日(星期五)	
時間	下午2時至3時30分	
地點	本中心	
內容	與茵怡房協友里以活動形式，介紹及分享與參加者息息相關的「安老資訊」。	
名額	15人	
費用	免費	
職員	黃發龍 先生	
備註	是次活動開放予 <u>房協友里成員</u> 參加。	

<input type="checkbox"/>	<b>生活品味-與你啡聊</b>	MACS: 000018
日期	6月6、13及27日(星期二)	
時間	上午9時15分至10時	
地點	本中心	
名額	10人	
費用	會員\$8(每節)	
內容	藉著沖調咖啡過程，與參加休閒聊天，並一同感受咖啡香氣，擴闊社交生活。	
職員	廖雅芳 姑娘	
備註	參加者可選購不同節數。	

# 護老自修室

六月的「每月之書」是由大銀出版的《大人照顧者-求醫篇》。書中詳細介紹如何判決患上認知障礙症還是一般退化、如何善用公私營醫療系統和香港求醫的不同途徑。

【每月之書】：《大人照顧者-求醫篇》 - 大銀力量有限公司(2022 年出版)



標準5: 人力資源  
服務單位/機構實施有效的職員招聘、簽訂職員合約、發展、訓練、評估、調派及紀律處分守則。



## 義工資訊通

### 義工對服務機構的態度及責任

義務工作是指在不為任何物質報酬的情況下自願貢獻個人時間及精神，提供服務。

義工對服務機構的態度及責任：

- 尊重機構的服務模式；
- 遵守機構的工作指引及規則，不擅作主張；
- 虛心接納批評，以及主動反映有建設性的意見；
- 積極參與工作交流、研討及訓練等活動，並客觀檢討及反省。



義工是重要的「資產」。因此，歡迎大家登記成為義工，與「莊老」一起將愛心溫暖帶給有需要的人！如果想知多 D 義工活動，歡迎與中心職員王姑娘聯絡。

### 特別報告

## 人事動向



常務助理  
陳淑英

我是文員陳姑娘於 5 月 12 日離職，在莊啟程耆暉中心工作期間對長者個人的需要，增長了各方面認識，對日後再加入長者相關工作非常有幫助。在此，多謝各同事的幫助及包容。





# 二十五周年誌慶-慶祝活動浪接浪



## 米蘭牌大賽事前簡介會



日期 6月13日(星期二)  
 時間 上午9時30分至10時30分  
 地點 本中心  
 內容 介紹米蘭棋的遊戲規則以及講解米蘭牌大賽的流程及細則。  
 名額 20人  
 費用 免費  
 職員 黃發龍 先生  
 備註 米蘭牌大賽參加者必須參與大賽事前簡介會。



## 25周年慶活動-米蘭牌大賽

日期 6月20日(星期二)  
 時間 上午9時至11時30分  
 地點 本中心  
 內容 以米蘭牌進行比賽，一同競逐莊老的米蘭牌王者地位。  
 名額 20人  
 費用 免費  
 職員 黃發龍 先生  
 備註 米蘭棋大賽參加者必須參與6月13日(星期二)舉行的簡介會。



## 25周年話當年(徵文分享)

日期 6月29日(星期四) 收集日期 6月1日至17日  
 內容 邀請會員以相片或文字形式，分享在中心感動、深刻和難忘的事情/感受。  
 職員 廖雅芳 姑娘  
 備註 1. 成功投稿之會員，可獲精美禮物乙份。  
 2. 如有任何疑問，可找廖姑娘查詢。



## 通告

## 桌遊俱樂部

中心現開放星期一至星期六進行桌上遊戲借用時間，強化認知能力，會員只需出示「有效會員證」向職員登記，便可於中心內進行活動。

日期	地點	節數	時間	人數
逢星期一至六	本中心	第一節	上午9時15分至10時	45分鐘/節 8人
		第二節	上午10時15分至11時	
		第三節	下午2時至2時45分	
		第四節	下午3時至3時45分	

注意：1. 活動場地有機會作出調整，請會員留意中心活動表提示。  
 2. 中心保留一切安排及最終決定的權利。

# 「長者電話支援服務系統」計劃

- 目的：
1. 增設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

## ① 每天定時慰問 – 長者必須回應 與長者一同協定每天的致電時間

例子：「您好！呢個電話係由保良局莊啟程耆暉中心撥出，每日定時慰問你的情況，請按 1 字表示您已經聽到里個錄音，但如果有其他協助，需要支援，請即按 9 字，我地會盡快聯絡返您，多謝！拜拜！」

## ② 中心活動、特別資訊發放或祝賀 – 長者不需回應

- 酷熱天氣警告
- 農曆新年、端午節、中秋節、長者日、冬至等特別節慶
- 溫馨提提您-提示出席已報名活動

## 溫馨提示

### 惡劣天氣安排

中心以會員安全為首要考慮，會員亦應按自己所在地區的天氣、路面交通及安全情況，自行決定是否前往中心接受服務。如有疑問，請致電 2997 0206 與本中心職員聯絡。



### 懸掛訊號

懸掛訊號	中心開放	室內活動 / 班組	戶外活動 / 班組
雷暴警告 / 黃色暴雨警告 / 一號風球   	✓	✓	✓
紅色暴雨警告 / 三號風球  	✓	✓	✗
黑色暴雨警告 / 八號或以上風球  	✗	✗	✗

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：  
<http://elderly.poleungkuk.org.hk/tc/index.aspx>

### 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

### 保良局莊啟程耆暉中心同工：

林婉汶、王穎恩、王華鑫、黃發龍、張創裕、曾觀梅、廖雅芳、  
彭燕萍、劉麗君、譚美儀

### ☆入會須知☆

### 歡迎瀏覽本中心網頁

服務對象	年費	備註
金咭會員 - 60 歲或以上	\$21	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 1 張 3. 會員年費
銀咭會員 - 50-59 歲社區人士	\$50	
護老者會員 - 年滿 18 歲而需要照顧長者之人士	免費	

