



榮儀喜悅薈

長者醫療券計劃 – 配偶共用醫療券



QR code連結



長者醫療券計劃已進行優化，在配偶雙方同意下並完成連結其醫療券戶口程序後可共用對方的醫療券。長者無需預先申請，並只需登記一次，將雙方戶口連結後，當其中一方的醫療券戶口內的餘額耗盡，即可以使用配偶戶口內的醫療券餘額。

條件：

- 年滿 65 歲並持有有效香港身份證或由入境事務處簽發的《豁免登記證明書》的長者。
- 就長者醫療券計劃而言，兩名醫療券使用者如經香港法律所認可的一夫一妻制婚姻締結為夫妻，則屬於配偶關係。

長者可親身前往醫療服務提供者執業處理連結申請。

中心資訊發放方式

中心WhatsApp廣播功能

中心
WhatsApp:
5595 9664

為讓中心會員能更便利接收中心消息或活動宣傳資訊，中心會透過WhatsApp廣播功能向會員不定期發放中心訊息，內容包括：

中心月訊 / 個別活動宣傳 / 特別消息 / 通告

會員只需：

- 1) 使用智能電話並已安裝WhatsApp；
- 2) 將中心手提號碼加為聯絡人，並向該號碼發訊息，
如：姓名+會員編號。

注意事項：

- 1) WhatsApp廣播服務只供發放消息或活動宣傳。
- 2) WhatsApp不會接聽或回覆電話，如有疑問，
請致電2743 8466。



活動報名及參加須知：

- 1) 會員可於中心開放時間親臨接待處或致電報名。
- 2) 會員繳交款項時，請即時當面點算清楚金額。
- 3) 所有收費小組/活動一經繳費，所有費用恕不退回 (因天雨關係或特別情況取消活動除外)。
- 4) 所有活動名額上，都會加上『先到先得』或『抽籤活動』。
- 5) 抽籤活動：職員會於活動前特定日子抽籤及通知中籤者。如會員未能於指定日期收到職員電話，則表示未能中籤，本中心恕不另行通知。
- 6) 被抽中之會員，需於指定時段到中心繳交所需活動費用，否則名額預留後備名單。
- 7) 如會員成功報名後而未能出席活動，須於活動前通知職員，否則有可能暫停下次參與活動的權利，如遲到有機會由後補補上。
- 8) 活動需親身出席，不可自行轉讓予其他會員或替代。
- 9) 活動舉行期間，本中心會拍攝活動相片用於機構刊物、網頁、中心播放及服務推廣之用。如不願意被拍攝或不同意相片用途，請於報名時提出。
- 10) 除活動註明，否則不可帶非參加者出席活動。
- 11) 有關活動的詳細內容及報名細則，以中心最後公佈為準。中心亦會保留修改任何活動細則的權利。

如有任何查詢，歡迎與中心職員聯絡了解更多詳情。

人事變動



李嘉峰 Kyle

大家好，我係中心社工阿峰。由16/8起調升到莊啟程耆暉中心工作擔任副主任一職。好高興可以係榮儀喜悅薈同一眾會員體驗各式各樣的新玩意，而且很高興大家陪伴我於工作中成長。感謝大家一直對中心嘅支持，日後都會喺保良局協作活動再見到大家！

何志豐 Dan



大家好我係中心保健員啊Dan，因另有發展方向，將於8月尾離職，係呢段短暫既日子好高興認識到大家，祝大家身體健康～身心開朗～日日都係GoodDay！！～

謝謝你

譚綺文 Joanna



各位會員大家好呀!!我係實習同學文文(Joanna)，10個禮拜過得好快，眨吓眼就過。多謝大家嘅鼓勵、關心，令我係今次實習留低咗好多美好嘅回憶，我會好好記住的。開心嘅時間過得特別快，我都完成左今次嘅實習。但總相信我哋會再見到的，之後我都會繼續努力!!最後，多謝中心同事和所有會員的包容和照顧!!祝大家身體健康，一直開開心心！

劉嘉慧 Hazel



各位會員大家好，我係實習社工阿嘉(Hazel)。時間過得很快，轉眼間十星期的實習已經完成了，謝謝每一位對我的照顧及關懷，給予我機會去嘗試及學習，讓我這次實習獲益良多，同時亦留下了很多美好的時光。我會帶著這些經驗，繼續努力完成餘下的學業。最後，感謝中心同事和所有會員的照顧和信任。祝願各位身體健康，開開心心。有緣再相聚！



何美萱 Janice

大家好，我是酸梅姑娘 (Janice)。光陰似箭，日月如梭，轉眼回首已經過去兩個半月時間。感謝大家的相伴，讓我在實習的時間以來收穫滿滿。能認識大家，感受到大家的喜悅和活力，實屬是我一段十分難忘的回憶。我會將當中相處時光及大家的祝福放於心中，徐徐細味。最後，祝福各位身體健康，生活如意！

各位會員大家好！我係實習社工亞敏 (Tracy)。話咁快就過咗十個星期，好開心係中心同大家共渡咗好多嘅歡樂時光。大家真誠嘅相處，無私嘅分享，確實令我獲益良多。在此再次多謝大家嘅關照，祝大家身體健康，生活愉快！



吳敏蕊 Tracy

1 季節性流感疫苗 注射服務

採用四價流感疫苗並由註冊護士注射

日期：2023年10月12日(星期四)

時間：下午2:00開始(各參加者請依照提示紙的時間到達)

地點：本中心

名額：68名

收費：免費 (受資助組別)

協作單位：一站照護

負責職員：陳姑娘

注射疫苗時：

- 1.請依照提示紙的時間到達中心注射疫苗；
- 2.必須出示身份證正本及會員證；
- 3.如有藥物敏感紀錄卡及針卡，請一同出示；
- 4.當天，如有參加者退出，才有後備名額。



注射疫苗之人士，需注意以下事項：

- 1.疫苗數量有限，額滿即止；
- 2.以下人士不宜接受疫苗注射：
 - a)對雞蛋、新霉素或流感疫苗有過敏反應的人
 - b)在注射當日身體不適或有發燒症狀的人
- 3.流感疫苗的保護可維持一年，每年只需注射一次。
- 4.建議服用薄血丸或亞士匹靈人士在醫院注射疫苗。
- 5.根據香港疫苗可預防疾病委員會(SCVPD)建議，
接種新冠疫苗與其他疫苗之間應最少相隔14天。

健康運動知識

喜閱。樂動

體適能教練：
馮家傑先生(Derek)



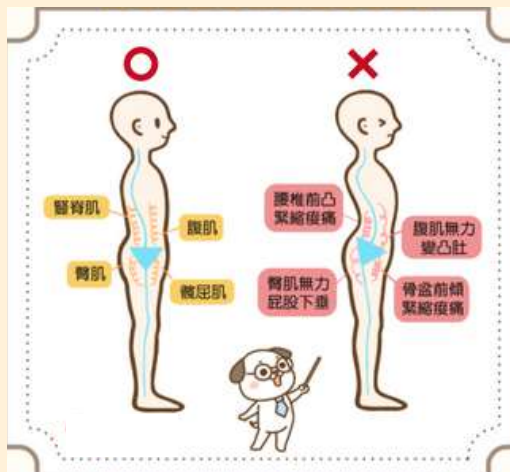
盆骨前傾

常常感到腰痠的朋友仔要留意下了，趕快去照鏡子看看，站立時是否會不知不覺地把「屁股」給翹起來了！

尤其是女孩們穿著跟鞋或是久坐時，常會將重心放在身體前方，導致骨盆向前過度傾斜，久而久之就會導致臀部後翹、腰腹前推的狀態。

雖然乍看好像擁有令人稱羨的翹臀，事實上長時間「盆骨前傾」容易造成腰部緊繃、痠痛或是膝蓋疼痛，最糟糕的是小腹習慣性外凸！

若想避免此狀況，建議大家平常可以自己練習「收腹夾臀」的動作，讓身體維持正確站姿唷！



參考資料:i-fit

Stay*
active

喜躍運動

容易 ★★★★★ 困難 2023年10-12月

2 墊上普拉提伸展班

日期：10月11、18、25日；
11月1、8、15、22、29日；
12月6、13日(逢星期三)

時間：上午10:30-11:30

地點：活動室2

對象：中心會員

費用：\$600/10堂

名額：12名(先到先得)

內容：可以加強肌肉力量、提高身體柔韌性和協調能力、並改善姿態及促進整體健康的運動。

備註：曾參加者可作優先報名

導師：周Sir(體適能教練)

負責職員：馮家傑先生(Derek)

Time to
stretch

運動強度
你要知

容易



困難

運動強度
你要知

2023年10-12月

3 太極X體適能運動班

日期：10月12、19、26日；
11月2、9、16、23、30日；
12月7、14(逢星期四)

時間：

(A)上午10:00-11:00(導引養生十二法)

(B)上午11:00-12:00(太極功夫扇)

地點：活動室2

對象：中心會員

費用：\$200/10堂

名額：12名/每班(先到先得)

內容：透過學習太極及氣功改善血液循環，提升呼吸效率，促進身體代謝，也可強化身體機能，改善關節靈活、平衡力及肌耐力。

導師：中心義工麥月好女士

負責職員：馮家傑先生(Derek)



B班參加者需自備/購買太極扇

喜躍運動



容易  困難

 運動強度
你要知

4 晨早健康喜動

日期：9月1日開始 (星期一至五)

時間：上午9:15-9:45

地點：活動室1

對象：中心會員

費用：免費

名額：20名 (名單需每星期抽籤)

內容：每天早上會透過職員帶領
或不同影片進行伸展運動，
促進會員身體健康及
改善心理健康。

負責職員：馮家傑先生(Derek)

5 血壓要CHECK CHECK

日期：9月1、8、15、22及29日
(逢星期五)

時間：下午2:15-3:00

地點：本中心

對象：中心會員

費用：免費

名額：10名(先到先得)

內容：會員可在預約時段到中心
進行量度血壓服務，了解
自己的健康水平。

負責職員：陳姑娘 (Sam Sam)



容易  困難

 運動強度
你要知

6 下午鬆一鬆之 伸展自療班

日期：9月5、12、19、26日(星期二)

時間：(A)下午2:00-3:00

(B)下午3:00-4:00

地點：活動室2

對象：中心會員

費用：\$100 /4堂

名額：8名/每班 (先到先得)

內容：透過伸展拉筋方法，紓緩痛症
部位和減低肌肉過份繃緊，
並利用運動訓練強化肌肉，
預防受傷。

導師及負責職員：馮家傑先生(Derek)



容易  困難

 運動強度
你要知

7 Mobility Stick 棒棒堂

日期：9月7日、21日(星期四)

時間：下午2:00-3:00

地點：活動室2

對象：中心會員

費用：\$80 /2堂

名額：8名 (抽籤活動)

內容：Mobility Stick筋膜伸展，
利用槓桿原理深層伸展到平
日難以伸展的筋膜，同時亦
可配合等長收縮強化訓練，
達到提升關節靈活性、穩定
性和核心肌肉力量的效果。

導師及負責職員：馮家傑先生(Derek)



*以上所有抽籤活動由即日起至8月31日截止報名，如人數過多，將於9月1日抽籤
並以WhatsApp聯絡中籤者，會員亦可致電中心查詢。(先到先得活動可留後備名單)



8 舞動"喜悅"*Funky Dance*

運動強度
你要知

容易  困難

2023年10-12月

日期：10月6、13、20、27日；
11月3、10、17日；
12月1、8、15日(逢星期五)

時間：上午10:45 - 11:45

地點：活動室2

對象：中心會員

費用：\$600/10堂

名額：10名(先到先得)

內容：透過跟隨導師舞步，享受音樂，運動及舞蹈融為一體的樂趣。
Funky dance屬健體、減肥、修身舞蹈，學生毋須有舞蹈底子。

備註：曾參加者可優先報名

導師：潘芷賢小姐(Shella)(具有專業舞台經驗)

負責職員：李麗貞姑娘(Peon)



剩餘少量名額，
如有興趣，
請從速報名。

9 "喜悅"瑜伽



容易  困難

運動強度
你要知

日期：9月4、11、18、25日(逢星期一)

時間：上午9:45- 10:45

地點：活動室2

對象：中心會員

費用：\$400/4堂

名額：10名(先到先得)

內容：學習瑜伽基礎式子及呼吸練習，
透過練習「伸展」及「基礎動作」，
可改善身體平衡、初級力量鍛鍊，
增加柔韌度及放鬆身心。

導師：朱倩嫻小姐

負責職員：李麗貞姑娘(Peon)



剩餘少量名額，
如有興趣，
請從速報名。

2023年

Sep

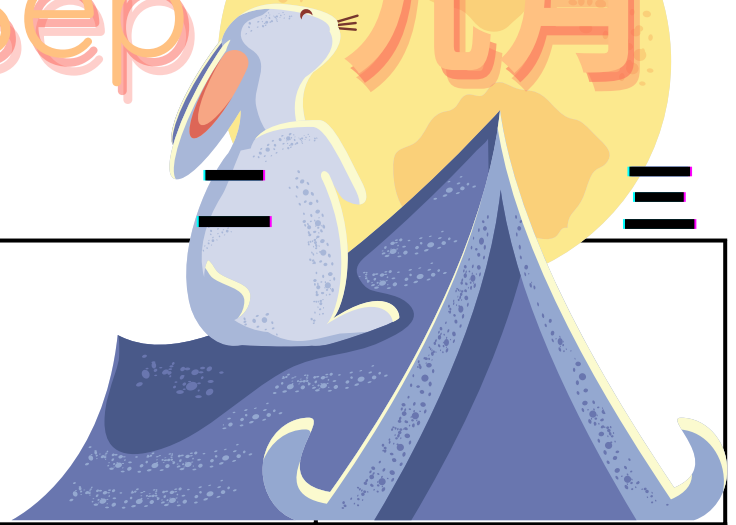
九月

日

一

二

三



3	<p>09:15 晨早健康喜動 09:45 "喜悦"瑜伽 14:00 喜悦鏢局1 15:30 喜悦鏢局2</p>	<p>09:15 晨早健康喜動 10:00 Sing Club喜悦(6A) 11:15 Sing Club喜悦(6B) 14:00 伸展自療班9A 15:00 伸展自療班9B 14:30 義工聚薈</p>	<p>09:15 晨早健康喜動 10:00 園組給喜悦 10:30 墊上普拉提伸展班 13:30 J.N.B樂隊恆常練習</p>
10	<p>09:15 晨早健康喜動 09:45 "喜悦"瑜伽 14:00 喜悦鏢局1 14:30 左攝右攝 15:30 喜悦鏢局2</p>	<p>09:15 晨早健康喜動 10:00 Sing Club喜悦(6A) 11:15 Sing Club喜悦(6B) 14:00 伸展自療班9A 15:00 伸展自療班9B</p>	<p>09:15 晨早健康喜動 10:00 園組給喜悦 10:30 墊上普拉提伸展班 13:30 "潮州水晶包"學習坊 14:00 護老賽車薈(A) 15:30 護老賽車薈(B)</p>
17	<p>09:15 晨早健康喜動 09:45 "喜悦"瑜伽 14:00 喜悦鏢局1 15:30 喜悦鏢局2</p>	<p>09:15 晨早健康喜動 10:00 "立體掛月燈"工作坊 10:00 Sing Club喜悦(6A) 11:15 Sing Club喜悦(6B) 14:00 伸展自療班9A 14:30 "立體掛月燈"工作坊 15:00 伸展自療班9B</p>	<p>09:15 晨早健康喜動 10:00 園組給喜悦 10:30 悦冰移式 13:30 J.N.B樂隊恆常練習 14:00 護老賽車薈(A) 15:30 護老賽車薈(B)</p>
24		<p>09:15 晨早健康喜動 10:00 Sing Club喜悦(7A) 11:15 Sing Club喜悦(7B) 14:00 伸展自療班9A 14:30 衛生署講座 15:00 伸展自療班9B</p>	<p>09:15 晨早健康喜動 10:00 園組給喜悦 13:30 J.N.B樂隊恆常練習 14:00 護老賽車薈(A) 15:30 護老賽車薈(B) 16:00 擁抱健康B組領取報告</p>

榮儀喜悅薈

每月班組/活動時間表



四

五

六

	09:15 晨早健康喜動 10:45 舞動"喜悅" 14:15 血壓要 CHECK CHECK	09:30 智腦友俱樂部 14:30 動腦《魔力橋》實戰坊
	1	2
09:15 晨早健康喜動 10:00 太極x體適能運動班(A) 11:00 太極x體適能運動班(B) 14:00 棒棒堂 14:30 棋義博士	09:15 晨早健康喜動 10:45 舞動"喜悅" 14:15 血壓要 CHECK CHECK	09:30 智腦友俱樂部 14:30 動腦《魔力橋》實戰坊
7	8	9
09:15 晨早健康喜動 10:00 太極x體適能運動班(A) 11:00 太極x體適能運動班(B)	09:15 晨早健康喜動 10:45 舞動"喜悅" 14:15 週五好"戲"悅 14:15 血壓要 CHECK CHECK	10:00 地區安老探訪(中秋) 14:30 動腦《魔力橋》實戰坊
14	15	16
09:00 擁抱健康體檢計B組 09:15 晨早健康喜動 14:00 棒棒堂 14:30 棋義博士 15:00 7至9月生日之星派對	09:15 晨早健康喜動 14:15 血壓要 CHECK CHECK	09:30 智腦友俱樂部 14:30 動腦《魔力橋》實戰坊
21	22	23
09:15 晨早健康喜動 10:00 喜悅會(例會) 14:30 桌上護老行	09:15 晨早健康喜動 14:15 血壓要 CHECK CHECK	 <p>Angel 方加! 星期二繪奶!</p> <p>中秋節 翌日假期</p>
28	 29	30

護老者活動

如對護老者資訊有任何疑問，
歡迎與中心職員
馮鈞堂先生(Marcus)聯絡

中心提供復康用品(輪椅及助行架)
歡迎會員或社區人士借用。



10 衛生署健康講座 - 認識認知障礙症

日期：9月26日(星期二)
時間：下午2:30-3:30
地點：本中心
費用：免費
對象：中心護老者優先

名額：25名(先到先得)
內容：由註冊護士講解認知障礙症
成因及減緩衰退方法。
負責職員：馮鈞堂先生(Marcus)

11 護老賽車薈

日期：9月13、20及27日(星期三)
時間：A班) 下午2:00-3:00
B班) 下午3:30-4:30
地點：本中心
費用：免費



對象：中心護老者優先
名額：每節3人(先到先得)
內容：體驗最新的電子科技及設備-
電競賽車。
負責職員：馮鈞堂先生(Marcus)

12 布捉喜悅 (布袋球)

日期：9月25日(星期一)
時間：下午2:30-3:30
地點：本中心
費用：免費
對象：中心護老者優先
名額：8名(抽籤活動)
內容：體驗新興運動-布袋球。
負責職員：馮鈞堂先生(Marcus)

13 桌上護老行 印加寶藏

日期：9月28日(星期四)
時間：下午2:30-4:00
地點：本中心
費用：免費
對象：中心護老者優先
名額：8名(抽籤活動)
內容：透過體驗不同類型的桌上
遊戲以減輕護老者壓力。
負責職員：馮鈞堂先生(Marcus)

*以上所有抽籤活動由即日起至9月7日截止報名，如人數過多，將於9月8日抽籤
並以WhatsApp聯絡中籤者，會員亦可致電中心查詢。(先到先得活動可留後備名單)

J.N.B. 成員大招募!

現誠邀懂得音樂/有樂器基礎的各位加入中心樂隊(JOLLY NET BUSKING TEAM)



J.N.B. 與外間機構協作活動花絮



J.N.B. 與香港青年協會黃寬洋青年空間於16/8進行了音樂交流，
體驗長幼共融，證明音樂無分年齡，現準備了當日相片花絮予大家欣賞：



14 J.N.B樂隊恆常練習

日期：9月6、20、27日

(逢星期三)

時間：下午1:30- 4:30

地點：本中心

費用：免費

對象：已入選中心會員

內容：早前通過甄選的團員
一同排練表演歌曲。



15 「Sing Club」喜悅(7)

日期：9月26；10月3、10、17、24、
31日；11月7日 (逢星期二、共6節)

時間：A班 上午10:00-11:00 或
B班 上午11:15-下午12:15

地點：本中心

費用：\$240/6堂

地點：本中心

對象：中心會員

名額：每班20名(先到先得)

內容：由歌唱導師潘世華先生
Stanley教授歌唱技巧

備註：參加者請先留名，會再通知繳費



義工兵團大招募!

現誠邀各位加入中心義工兵團，
發揮大家愛心，貢獻所長，關愛社會。
如有意加入成為義工，可向中心職員聯絡。

16 義工聚"薈"

日期：9月5日(星期二)

名額：20名(先到先得)

時間：下午2:30- 3:30

內容：薈聚一班有心服務社區的
會員，互相認識及了解
本月義工活動。

地點：本中心

費用：免費

對象：中心會員

負責職員：馮建曦先生(Hei)



☺ 集合吧！棋義博士！

日期：9月7及21日(星期四)

對象：棋義博士義工

時間：下午2:30- 3:30

內容：讓義工們為智腦友

地點：本中心

俱樂部作準備及分享。

費用：免費

負責職員：馮建曦先生(Hei)



☺ 左攝右攝義工隊聚薈

日期：9月11日(星期一)

對象：左攝右攝義工

時間：下午2:30- 3:30

內容：集合中心攝影義工，

地點：本中心

並交流活動心得。

費用：免費

負責職員：陳卓賢先生(Dickey)



認知障礙症服務

智腦友俱樂部

日期：9月2、9及23日（星期六）

時間：上午9:30 - 11:30

地點：本中心

只供組員參與，提醒按時出席。

負責同事：陳卓賢先生(Dickey)



潮玩遊戲

17 動腦《魔力橋》實戰坊

日期：9月2、9、16、23日
(星期六)

時間：下午2:30 - 4:30

地點：本中心

費用：免費

對象：中心會員

對象：中心會員

名額：每節6名 (名單需每星期抽籤)

內容：會員透過遊玩《魔力橋》，
鍛鍊邏輯思維，過程既刺激又好玩。

負責職員：李麗貞姑娘(Peon)及
馮家傑先生(Derek)



18 喜悅鏢局

日期：9月4、11、18及25日
(逢星期一)

時間：第一節下午2:00 - 3:00及
第二節下午3:30 - 4:30

地點：本中心

費用：每次每節\$5

對象：中心會員

名額：每節最多4名

(本月只可參加3節、先到先得)

內容：為會員提供飛鏢活動，
鍛練手眼協調。

負責職員：馮建曦先生 (Hei)



休閒活動

19 『立體掛月燈』工作坊

中秋節要搞個中秋節工作坊！
DIY手作中秋燈籠既溫馨又窩心！
精心設計，細緻演繹。

日期：9月19日(星期二)

時間：A班) 上午10:00-11:00

B班) 下午2:30-3:30

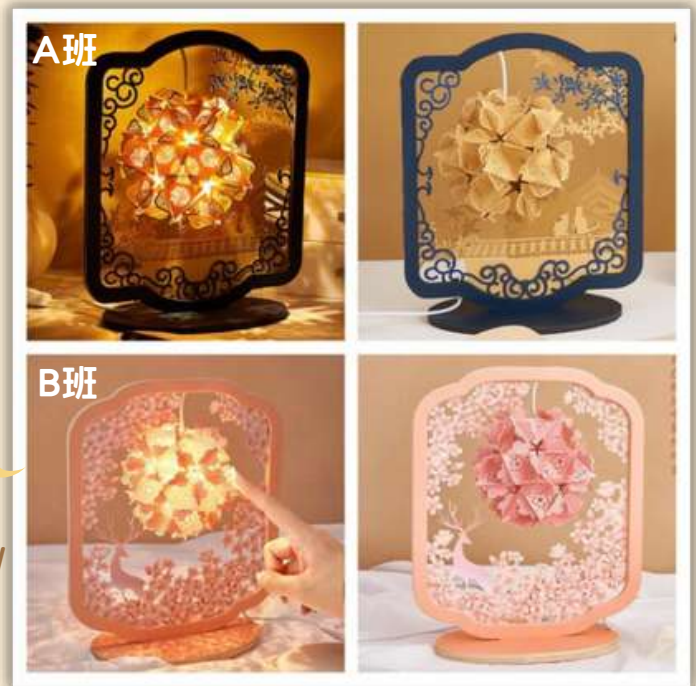
地點：本中心

費用：\$100

對象：中心會員

名額：每班14名(先到先得)

負責職員：陳卓賢先生 (Dickey)/
李麗貞姑娘 (Peon)



剩餘少量名額，
如有興趣，
請從速報名。

品味優閒

20 "潮州"水晶包學習坊(甜點)

日期：9月13日(星期三)

時間：下午1:30-3:30

地點：本中心

費用：\$80

對象：中心會員(抽籤活動)

名額：8名

導師：中心義工王樹貴先生(前酒店及酒樓大廚)

負責職員：李麗貞姑娘 (Peon)

備註：活動二人一組，請帶備食物盒帶走製成品。



*以上抽籤活動由即日起至9月1日中午12點截止報名，如人數過多，將於9月1日下午抽籤並以WhatsApp聯絡中籤者，會員亦可致電中心查詢。



有需要護老者

21 減壓活動 - 悅冰移式 (迷你桌上冰壺)



日期：9月20日(星期三)

時間：上午10:30-11:30

地點：本中心

費用：免費



對象：有需要護老者及中心護老者

名額：8名(抽籤活動)

內容：以分組形式，體驗新興運動
鍛煉手眼協調。

負責職員：馮建曦先生 (Hei)

社交及康樂

22 7至9月生日之星派對

日期：9月21日(星期五)

時間：下午3:00-4:00

地點：本中心

費用：\$50

對象：中心會員

名額：24名(先到先得)

內容：為7至9月份出生的會員慶祝生日，與參加者一起玩遊戲，亦為壽星們拍照及贈送小禮物，為生日的會員留下美好快樂的回憶。

負責職員：沈愉姑娘(Joyce)、李麗貞姑娘(Peon)



23 週五好『戲』悅

日期：9月15日(星期五)

時間：下午2:15- 4:30

地點：本中心

費用：免費

對象：中心會員

名額：30名(先到先得)

內容：為會員提供電影觀賞活動。

負責職員：李麗貞姑娘(Peon)



詳情可向中心
職員查詢

其他活動

24 喜悅會(例會)

日期：9月28日(星期四)

時間：上午10:00- 11:45

地點：本中心

費用：免費

對象：中心會員

名額：35名(先到先得)

內容：向會員簡介新一期活動及資訊。

負責職員：陳卓賢先生(Dickey)、
馮鈞堂先生(Marcus)



*以上抽籤活動由即日起至9月12日中午12點截止報名，如人數過多，將於9月13日下午抽籤，並以WhatsApp聯絡中籤者，會員亦可致電中心查詢。

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
 Amber 黃 水浸部份黃雨	✓ 照常	✓ 照常
 Red 紅	✓ 照常	✗ 取消
 Black 黑	✗ 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。

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 6 計劃、評估及收集意見：

『標準 6：服務單位定期計劃、檢討及評估本身的表現，並制定有效的機制，讓服務使用者、職員及其他關注人士就服務單位的表現提出意見。』
為達到上述標準，中心已存備有關政策及程式並切實執行。

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1張
3. 會員年費

地址：將軍澳至善街5號將軍澳南服務設施大樓1樓

電郵：jollynet@poleungkuk.org.hk

電話：2743 8466 傳真：2743 8468

職員：張銘森、陳卓賢、沈愉、馮鈞堂、馮建曦
馮家傑、李麗貞、陳鳳萍、林月嫦

督印人員：張銘森 主任
印刷數目：300份
日期：2023年9月



保良局
PO LEUNG KUK

榮儀喜悅薈
Kai Yee Jolly Net

2週年活動 喜悅好「Sing」音 歌唱比賽

9月開始接受報名

10月初賽

11月1日(星期三)決賽



報名方法：

1分鐘演唱片段或錄音連同曲目

傳送到中心Whatsapp

或提供YouTube/Google

Drive/Dropbox連結

不接受即場試音！

職員個別通知入選者進行初賽。

只限本中心會員參與！

如有查詢，請與陳先生聯絡。