

地址：葵涌葵芳邨葵明樓地下C翼
葵涌葵芳邨葵喜樓地下108-110室(大喜)
葵涌葵芳邨葵喜樓地下104室(細喜)
電話號碼：2422 8526 (葵明樓) / 2416 7238 (大喜)
電郵地址：LLHkfnc@LLHome.org
機構網址：www.LLHome.org

中心開放時間

星期一至五：上午8:45 - 下午5:30

星期六：上午8:45 - 下午1:00

星期日及公眾假期休息

*收費截止時間：星期一至五至下午5:00

星期六至中午12:30

臉書QR Code



2026年4月

中心通訊

給親愛的會員

大灣區安老「精明眼」



隨著內地安老配套日趨成熟，不少長者考慮到大灣區養老，除了居住的環境設施外，以下四點也值得留意：

1. 醫療費用資助

首先，長者可使用「醫療券」，適用範圍已擴展至大灣區多間指定醫療機構，例如香港大學深圳醫院。其次，如在內地居住滿半年，並辦理好港澳台居民居住證，長者有機會參與到城鄉居民基本醫療保險（每年資助上限為：門診約一萬人民幣，住院約三萬人民幣）。此外，原本正透過「受資助長期照顧服務計劃」輪候香港資助宿位的長者，可以改為揀選輪候廣東省的院舍，其基本護理費用全免。

2. 交通接駁與探訪便利

大灣區各地均有舍院，例如深圳、東莞、中山、佛山和肇慶。即使院舍環境理想，但若交通太過偏遠，探訪便會變得困難，可留意院舍是否鄰近高鐵站或跨境巴士站。保持親友的聯繫，對不少長者的心理健康是相當重要。

3. 生活習慣與社交圈子

兩地生活細節略有不同，入住前應了解院舍的康樂設施、作息安排，以及是否有其他港人入住。與志趣相投的人一起參加棋藝、書畫或體操活動，能令人更快融入新環境，建立快樂的社交生活。

4. 綜援及長生津的額外支援

政府現正推行為期三年的「綜合社會保障援助長者入住廣東院舍試驗計劃」，合資格的綜援受助長者，可選擇入住「廣東院舍照顧服務計劃」下的指定院舍。基本住宿費用豁免之外，更可獲發每月5000港元資助，名額共1000個。

至於長者生活津貼的受惠人，如成功申請「廣東計劃」，則無須每年返港，只要在每一個付款年度內居住在廣東滿60天，便可領取全年津貼。

總結

上文只列舉眾多考慮因素的其中幾項，如想取得更詳盡的資訊，不妨留意坊間展覽，或參與內地院舍的實地考察團，歡迎大家到本中心諮詢。

最後，附上參考資料的網頁，供各位查閱：



明報：內地港人買社保
享醫療及養老保障



社署：「廣東院舍照顧服務計劃」



社署：「廣東計劃」



社署：「綜合社會保障援助長者
入住廣東院舍試驗計劃」

颱風及暴雨警告訊號安排

颱風及暴雨警告	中心服務	中心內活動	中心外活動
一號風球／黃色暴雨	✓	✓	✓
預計兩小時內／正懸掛三號風球／紅色暴雨	✓	✗	✗
八號風球或以上	✗	✗	✗
黑色暴雨	✗	✗	✗
✓ 開放或如期舉行 / ✗ 停止或延期服務			

中心消息



1. 中心將由4月1日開始為新年度4月至9月會籍到期之會員續會，請帶同會員證及年費\$21到葵明樓詢問處辦理手續。
2. 由4月1日開始，凡入會及續會的長者會員均可於當日玩夾公仔活動一次，惟必須於當日進行遊戲。



服務質素標準9 - 安全的環境

中心備有安全的措施及程序，以確保職員和服務使用者處身於安全的環境，包括：

- 提供和有效地保養所有消防設備、其他安全設備及確保所有器材得到適當維修；
- 讓職員和服務使用者認識緊急事故應變程序，並定期進行火警演習；
- 定期查察中心環境及鄰近環境，以鑑定是否有安全問題。



如服務使用者對「服務質素標準」有任何意見，歡迎與中心職員聯絡。

4月份中心活動及服務報名安排

內容	詳情
會員樂聚安排	4月1日（星期三） 上午9:15-10:00 或 下午2:15-3:00
會員活動登記時段	派發即日起至4月9日（星期四）中午12時正
活動抽籤安排	如超出名額，活動於登記期後進行抽籤
活動抽籤公佈	抽籤結果將張貼於葵明樓資源室玻璃位置或致電中心查詢
領取活動票及繳費時段	抽籤後一星期內帶同實體會員證到中心辦理，逾時作放棄論

5月份通訊發放及會員樂聚報名安排

內容	詳情
通訊發放	實體版及電子版：4月30日（星期四）
下次會員樂聚時間	5月5日（星期二） 上午9:15-10:00 或 下午2:15-3:00

職員名單：

- 鄭永生 (總幹事)
- 鄭欣欣 (中心主任)
- 林永賢 (中心副主任)
- 黃思雅 (社工3)
- 葉育全 (社工3)
- 胡家雯 (社工3)
- 鄔鎮楓 (社工3)
- 邱秀文 (活動幹事)
- 張翠儀 (活動幹事)
- 郭海欣 (活動幹事)
- 葉善恒 (活動幹事)
- 古明發 (半職活動幹事)
- 陸文樂 (護理員)
- 關鳳青 (助理文員)
- 蕭詠珊 (活動助理)
- 周繼蘭 (工友)



活動及報名注意事項

1. 會員獲中心通訊後可致電或親臨中心作活動登記，登記不代表成功報名，因登記人數眾多，中籤者將獲發該活動票確認完成報名流程
2. 活動中籤者需自行致電查詢或親臨中心查閱名單，不作個別通知
3. 公佈名單可於抽籤日翌日下午1時張貼壁佈或在中心Facebook(面書)閱覽
4. 會員報名活動時，可最多替1位會員報名及繳費，須出示要代報名者之會員證正本、副本或照片
5. 活動繳費後須保留收據，如未能參與活動，須盡快通知中心及活動票不能自行轉讓或送贈他人
6. 因天氣、特別事故或中心的問題需要取消活動或改期舉行，會員可選擇繼續參與或退款安排
7. 戶外活動需準時在指定地點集合，逾時不等候，有需要可自行到下一站匯合

夾公仔慶典(生日/入會/續會)

玩法：在詢問處出示有效會員証，免費換領代幣1枚，公仔機投入代幣後用操控杆夾公仔，每1個代幣有6次操作機會，成功將機內公仔夾出，即可換領公仔所指定贈送的禮物乙份，如抽獲多於1個公仔，限選1個公仔指定禮物，如6次後仍未能夾取公仔，獲特選禮物乙份。

2026年4月1日至4月30日生日之會員，可於4月期間中心辦公時間內參加此活動，如人數眾多需要排隊輪候，獲得之禮物不能更換，祝各位會員身體健康、心想事成!!



葵喜樓(大喜)服務

預約自助健體計劃

請致電大喜登記

運動器械使用：(星期一至五)早上9:00-下午5:00；(星期六) 早上9:00-中午12:40

可供預約之器材包括：負重震動治療機、按摩椅、胸背平推機及橢圓機

不需預約之器材包括：拉手器、腳踏單車及復康單車



**凡使用運動器械者需參與「運動區使用培訓」，包括已恆常使用者，由職員教授器械使用方法及評估會員適合使用的器械，須填寫體能健康申報表。

預約器械須知

1. 每位會員每星期可預約使用每項運動器械各兩次；
2. 可於辦公時間內致電或親臨葵喜樓自行填寫「運動器材借用登記表」預約，每次可預約未來一個星期內的使用時間，如需協助可與當值職員聯絡；
3. 「運動器材借用登記表」將於每星期六更新；
4. 如器械有空缺時，接受即場登記。(不計算在一星期兩次使用次數)

備註：凡有興趣或查詢可致電2416 7238與陸文樂先生聯絡。



親愛的義工們：

生活中的美好，往往藏在那些日常的細節裡，義工們在中心各處發光發亮，令社區增添活力，中心服務的順利推行，有賴各方義工好友的鼎力支持。

下列為本年度各義工獎項得獎名單，在此，衷心感謝您願意把自己寶貴的時光，愛心傾注在中心服務，讓關愛在葵芳邨傳遞。

來年讓我們繼續同行，把這份助人的喜悅延續，讓有需要長者得到關顧。

請致電登記

光愛義樂聚

日期：4月28日(星期二)
時間：下午2:30 - 3:45
地點：葵明樓

對象：義工會員優先
費用：全免
名額：40人



內容：回顧過去一年服務，義工組別嘉許及簡介來年義工發展方向。

備註：獲得金、銀及銅獎義工可優先參與活動。如報名人數過多，將按服務時數較高者優先。

負責職員：鄔鎮楓



義工嘉許名單



年度最高時數獎

鄭金鑾



金獎(達到150小時服務時數)

鄭金鑾

廖國勝

張靄文

陳佩珍

呂麗英



銀獎(達到100小時服務時數)

陳雪鳳

曾和弟



銅獎(達到50小時服務時數)

葉仿兒

朱裕娣

利志強

劉見好

吳鳳雯

陳賽琴

霍胤昌

余瑞娣

陳水勤

文蓮鳳

王美琼

劉碧君

譚笑金

周潔儀

楊燕中

馬雪芳

劉美芳

黃家強

麥秀珍

林倩英

劉月霞

吳笑芳

單慧梅

馬春鴻

徐曉容

吳慧英

廖志良



義工嘉許名單



服務獎 (達到10小時服務時數)

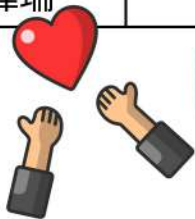
廖惠嫦	許育龍	許伯立	詹志乾	曾俊祺	田賢濃
劉鳳儀	潘柏泉	廖錦萍	周淑妍	周樂遙	潘源淋
葉慧君	黃艷琼	張凱琳	盧文興	梁愛玉	黃佩群
孔慧芬	陳麗嫦	顏偉珊	黃麗嫦	徐玉英	黃家慧
雷紅梅	譚翠妍	張小文	黃志強	黃瑞蓮	陳妙群
方鳳嫻	吳文禮	林秀玉	袁佩荷	姚玉雲	梁桂荷
賴裕文	夏婉玲	周錦玲	龔樂怡	鄭美霞	羅初八
袁柳青	羅應安	卓小玲	莫桂芝	劉保榮	董佩珍
伍煥玲	陳婉瑩	奚長寶	林巧珍	馬萍君	梁佩姬
梁華英	吳清	陳珠	潘愛麗	楊妙鸞	袁偉新
池燧嬌	梁見好	曹敬聰	賴秀蘭	潘靜儀	黃翠雲
陳群好	梁達民	潘依麗			

「光愛生力軍」(2025年加入中心義工行列及完成一次或以上服務)

賴裕文	李成富	單慧梅	陳婉瑩	徐昊賢	黃家慧
朱秋蘭	黃家強	廖錦萍	周樂遙	陳麗嫦	周錦玲
林霓儀	曾俊祺	潘靜儀	袁佩荷	周淑妍	梁細
李宇玲	吳文禮	龔樂怡	雷紅梅	袁柳青	古卓晞
黃秋蘭	阮立強	林巧珍	梁華英	黃翠雲	章子傑
梁權鳳	陳樹基	楊麗儀	莫桂芝	朱瑞玲	溫孝峰
黃碧玉	曹敬聰	許伯立	劉碧君	梁佩姬	梁桂荷
何艷	林浩藍	梁達民	楊妙鸞	陳婉筠	劉淑興
彭佩玲	劉敬威	張凱琳	袁偉新	顏偉珊	王寧

*備註：

1. 實際服務時數可與鄔SIR查詢。
2. 會員如有興趣參與義工服務，聯絡當值社工了解更多詳情。



BIG THANKS

葵明樓劇場



★ 劇集內容不定期更新 ★

名稱	日期	時間	內容
經典劇場	逢星期一至五	上午9:15開始	播放經典無線劇集 "雪山飛狐"
綜藝/粵語長片	逢星期一、五	下午2:30開始	播放MyTV Super的綜藝節目
	逢星期二、三、四	下午2:30開始	播放MyTV Super的懷舊粵語長片/ 粵劇
	逢星期六	上午9:30開始	
其餘時間：播放無線新聞台			

卡牌大聯盟



桌上遊戲是一個充滿歡樂又能健腦的活動。長者若能在日常生活中加入適合自己年齡、興趣、認知能力及體能活動量的遊戲，自然能保持頭腦活躍。更可約三五知己同行，歡聚一刻，擴闊生活圈。中心將設有指定時間予會員即場享用桌遊活動，包括有層層疊、UNO卡牌和魔力木橋等，歡迎會員到場參與及借用房間。

地點	時間	日期	活動安排	每次人數
葵明樓-資源室	約3:30-5:00 (視乎房間的使用情況而定)	星期二和四	時間表每月月頭更新張貼在資源室門外，在指定時間開放。	10-12人
葵喜樓(大喜)-資源閣	下午3:30-5:00	星期一和三	需要預約，會員致電中心預訂時間，完結後方可再次預約。	8人

中心Whatsapp消息發放方法更新



因中心近日發現Whatsapp的廣播群組發放消息有所限制，為使中心消息能盡快發放予中心會員，於去年11月開啟「公告板」，增設另一方式繼續向會員發放中心消息及活動宣傳。如會員想繼續接收中心消息，請用智能電話掃瞄右側的二維碼及加入中心公告板。

如在操作上有困難，可帶同智能手機到詢問處尋求協助。

*留意：公告板只作發放中心消息之用，中心不會在公告板內作任何回覆。



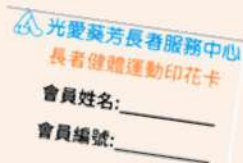
中心公告板
二維碼

恆常活動及服務

長者健體運動4-6月(B014/27)

即場登記，額滿即止

- 日期：逢星期二（每月第一個星期二除外） 時間：上午8:50 - 9:30
地點：葵明樓 對象：體健長者會員
費用：全免 名額：24人
內容：1. 播放「長者簡易保健運動」片段，由至叻義工協助。
2. 每期參與者獲得印花卡一張，9:00前出席活動由義工給予印花，集齊8個印花則換取禮物乙份。
- 備註：1. 體弱長者不適合參與此項運動班。
2. 此活動不需預先登記，於當天8:50到場參加，額滿即止。



負責職員：張翠儀

惜食堂午膳服務5月(C003/27)

與負責職員聯絡

- 日期：5月4日至5月29日 時間：上午10:30 - 下午1:00
(逢星期一至五；公眾假期除外)
- 地點：葵明樓 對象：長者會員
費用：\$76 名額：60人
內容：1. 為有需要長者提供午膳外帶服務；
2. 為未有任何社區照顧支援服務及缺乏家人支援的長者提供過渡性社區支援服務。
- 備註：1. 截止登記日期4月17日（星期五），於4月18日（星期六）公佈抽籤結果，現正參加者不須登記，中籤者可於4月20日至4月24日繳費報名。
2. 如參加者經常性缺席，職員將會取消其參與資格，甄選優先給予有需要人士。
3. 如早上8時仍懸掛黑色暴雨或懸掛8號或以上強風信號或極端天氣警告，當天惜食堂服務取消，不設退款或補餐。



負責職員：郭海欣

衣補坊縫補服務第一期(B009/27)

請致電登記

- 日期：4月15日（星期三） 時間：上午9:30 - 中午12:00（按時段）
地點：葵喜樓地下108-110室（大喜） 對象：會員
費用：\$5 名額：12人
內容：由「衣補坊」車縫義工為有需要會員縫補衣物一件，當月內完成。
- 備註：1. 服務範圍：衫褲裙爆線、破損、橡筋鬆脫、長改短或闊改窄；
2. 不會處理的狀況(包括但不限於)：床單、窗簾、羽絨、手袋、大褸、棉被、改短位置涉及拉鏈、挑線、膊頭位改窄…；
3. 如縫補的地方需使用額外材料，請自備材料；
4. 會員需先登記，未曾使用服務者優先，負責職員會主動聯絡參加者安排服務。



負責職員：鄔鎮楓

身心健康及社交康樂活動

活力動起來(A001/27)

與負責職員聯絡

日期：4月9日至5月28日（逢星期四 / 共8堂） 時間：上午9:00 – 10:00
地點：葵明樓 對象：體弱長者會員
費用：全免 名額：27人
內容：由職員帶領進行健體運動。
備註：上期參加會員無需登記，未曾參加者可直接向負責職員登記。
負責職員：陸文樂



光愛飛鏢團(第1季)(A015/27)

與負責職員聯絡

日期：4月15日、5月20日、6月10日(星期三) 時間：下午3:30 - 5:00
地點：葵明樓 對象：會員
費用：\$60
目的：聚集一班對飛鏢運動有興趣的人仕，各團員能定期於中心練習飛鏢及技術交流，透過專業訓練提昇技術，並有機會參加各項比賽及外出交流觀摩。
內容：由職員帶領於中心練習飛鏢及技術交流，透過有系統的訓練提昇技術。
備註：參加者需完成「飛鏢基礎班」或對飛鏢運動有基礎認識；團員可於逢星期四下午1時至4時使用細喜場地練習飛鏢。(詳情可向陸sir查詢)
負責職員：陸文樂



歡樂遊戲王(B007/27)

請致電登記

日期：4月16日(星期四) 時間：下午2:30 – 3:30
地點：葵明樓 對象：長者會員 / 護老者會員
費用：\$15 名額：30人
內容：由職員與參加者一起分組玩遊戲，歡度愉快的下午。
負責職員：邱秀文



耆樂無窮(B005/27)

請致電登記

日期：4月23日(星期四) 時間：下午2:30 – 3:30
地點：葵明樓 對象：長者會員 / 護老者會員
費用：\$15 名額：30人
內容：由職員與參加者一起做運動、玩遊戲。
負責職員：古明發 / 葉善恒



身心健康及社交康樂活動

急救常識講座(B001/27)

請致電登記

日期：4月21日(星期二) 時間：下午2:30 - 3:30
地點：葵明樓 對象：會員
費用：全免 名額：50人
內容：教授一般危急情況需採取的處理方法，能及早察穩定傷患者身體情況、迅速評估傷勢，作出合適急救和轉介
講者：荃灣及葵青區長者健康外展隊註冊護士
負責職員：張翠儀



飛鏢基礎班(第1期)(A014/27)

請致電登記

日期：4月22日至5月13日(逢星期三/共4堂) 時間：下午2:00 - 4:00
地點：葵喜樓地下104室(細喜) 對象：會員
費用：\$80 (參加者可獲軟式飛鏢1套) 名額：16人
目的：讓初次接觸飛鏢的會員，從訓練中學習不同飛鏢遊戲和知識，增加參加者對飛鏢的興趣，提升個人思維，身體協調，集中力等。
內容：介紹飛鏢運動歷史及禮儀；認識飛鏢種類及配件介紹；教授飛鏢基礎企位、持鏢方法、出手等基礎動作；學習不同種類飛鏢遊戲模式(01,Cricket,COUNT-UP)及比賽規則；於堂上練習飛鏢及進行比賽。
備註：完成後參加者可登記加入「光愛飛鏢團」；適合提昇基礎技術及對飛鏢運動有興趣之人士參加。
負責職員：陸文樂



勁唱樂一番(第一期)(B002/27)

請致電登記

日期：5月4、11、18日(星期一) 時間：下午3:00 - 5:00
地點：葵信樓(請注意場地更改) 對象：長者會員/護老者會員
費用：每節\$5 (每人最多可登記2節) 唱歌名額：每次10人
內容：大家一同唱唱K，歡渡愉快時光。
備註：1. 參加者需自備咪套，即場購買需付\$2。
2. 如因天氣因素取消活動，將不設補堂或退款。
負責職員：郭海欣



長青共融樂(B011/27)

請致電登記

日期：5月5日(星期二) 時間：下午3:30 - 4:45
地點：葵明樓 對象：體健長者會員
費用：全免 名額：15人
內容：由迦密愛禮信中學中二級學生與長者進行集體遊戲及交流活動。
負責職員：邱秀文



身心健康及社交康樂活動

奇妙雜耍坊第二期(B003/27)

請致電登記

日期：4月17、24、5月8、15、22日(逢星期五) 時間：上午9:00 – 10:00
地點：葵明樓 對象：會員
費用：\$300 (5堂) 名額：10人
內容：透過五節雜耍課堂訓練，讓長者學習基本雜耍技巧，
從中得到更多不同體驗及學習。
負責職員：鄔鎮楓



耆趣時光之抗阻運動(B006/27)

請致電登記

日期：4月14日至5月26日(星期二) 時間：上午10:15至 11:30
地點：葵明樓 對象：長者會員
費用：全免 名額：12人
內容：由義工教授「抗阻運動」—在運動中認識如何增加肌肉量與骨密度，
預防肌少症及改善關節穩定性。每次活動完結前由義工與參加者分
組交流，分享經驗和愉快時光。
負責職員：邱秀文



義工發展及服務

義工剪靚髮4-6月(B013/27)

請致電登記

日期：4月17日(星期五) 時間：上午9:00 – 11:30 (分時段)
地點：葵明樓 對象：長者會員
費用：全免 名額：28人
內容：由『樂剪會』義工理髮師為會員修剪頭髮。
上門服務：行動不便或外出有困難者，可向職員登記並指定時間安排上門剪髮。
備註：參加者於剪髮前必須先洗頭；照顧者必須陪同體弱長者參與。
負責職員：葉善恒



「購物好義送」代購服務

請致電登記

日期：每星期提供一次服務 時間：長者與義工彈性商議
對象：會員 費用：全免
名額：6人
內容：協助長者於中心指定購物地點購買日用品或食物，
即日送至長者家中。
備註：1.服務對象為居住於葵芳邨年滿六十歲的獨居／雙老／行動不便長者
2.由護老者或長者登記，再由社工跟進
負責職員：鄔鎮楓



「購物好義送」代購義工



中心現正招募義工加入「購物好義送」代購服務，一齊幫助區內獨居長者、雙老家庭或有需要的長者代買日用品同食物，減輕他們日常生活上的不便，係社區當中得到幫助。

參與服務的時間十分彈性，不需要固定進行集會，義工可以與受助長者夾時間，靈活安排，幾時得閒幾時幫，方便又貼心。

中心亦會提供服務指引，讓大家安心又順利進行服務。

如果你有興趣了解更多，可聯絡鄔SIR查詢。用行動送出關懷，齊建和諧社區！

認知障礙症支援服務



智腦探索小組(A016/27)

請致電登記

日期：4月15日至6月17日(逢星期三)

時間：上午9:15 - 10:30

地點：葵明樓

對象：有認知缺損之會員及其護老者

費用：長者會員\$75 / 陪同之護老者全免 名額：16人

內容：透過持續的認知訓練，包括認知運動、不同的認知訓練、分享生活點滴等，維持參加者的認知功能，擴闊社交圈子。

備註：1. 有興趣參加者請先登記，由負責職員甄選合適參加者

2. 如獲取錄，負責職員會個別通知繳費日期，所繳的費用將不獲退還。

負責職員：林永賢

護老者支援服務

賽馬會護老導航計劃 — 照顧者支援計劃 合辦活動

賽馬會護老導航計劃 - 照顧者中心(葵芳)

服務簡介：由香港聖公會麥理浩夫人中心營運，提供一系列照顧者支援服務

服務對象：區內護老者及被照顧長者

地點：葵芳新都會廣場一座21樓2115至2116室 / 電話：35951918

注意事項：首次參加合辦活動者，照顧者中心免費送贈該中心會籍予參加者，參加者必須同意接受照顧者中心會籍和登記資料，否則無法成功報名。

輕輕鬆鬆雪花酥(B010/27)

請致電登記

日期：4月25日(星期六)

時間：上午11:30 - 中午12:30

地點：葵明樓

對象：只限護老者會員

費用：全免

名額：8人

內容：在煩重的照顧工作之中，尋找一個放輕鬆的空間，齊齊動手創作香脆可口的雪花酥，讓甜蜜滋味療癒身心，找到生活中的小確幸。

負責職員：葉育全



護老者支援服務

復康器材檢查及維修第1期(B008/27)

請致電登記



- 日期：4月23日(星期四) 時間：上午9:30 - 中午12:30
地點：葵喜樓地下104室(細喜) 對象：護老者會員/長者會員
費用：全免 名額：10人
目的：為有需要使用復康器材(輪椅/拐杖/助行架)長者提供簡單檢查和維修服務，預防因復康器材損壞而帶來的危機。
內容：資深輪椅維修義工為長者提供(免費)復康器材簡單檢查和維修服務，避免長者使用慣常復康器材，忽略老化和損壞的安全問題。
備註：如需更換零件，費用將另外報價。
負責職員：胡家雯



輪椅/助行器借用服務

借用人士	借用時間	費用	借用守則
會員 *須出示 有效會員證	一星期	全免	1.借出以先到先得方式，不設預約及續借； 2.每月最多借用兩次，每次借用以同住家庭為單位； 3.歸還日若是公眾假期，延至首日工作天為日期； 4.過期交還每天罰款\$10(星期日及公眾假期亦計算)； 5.限於香港境內使用，不設長期借用服務； 6.在借用期內，器材如遺失損壞，應盡早通知中心，並須繳付有關修理或購置費用。

「三花及加營素奶粉」銷售服務(C005/27)

(護老者會員獲優惠價)

- 日期：逢星期一至星期六 時間：中心詢問處收費時間
地點：葵明樓詢問處 對象：護老者會員/長者會員
內容：售賣加營素、怡保康及三花奶粉，種類及售賣請親臨或致電查詢。
售價：

**由於供應商調整收費，本中心低糖加營素奶粉售價會於4月1日起相應調整。 **

**由於需求逐漸減少，雀巢三花系列奶粉存貨售完後，將暫停售賣。 **

雅培	護老者會員	長者會員
A. 加營素奶粉900克	\$200	\$202
B. 怡保康奶粉850克	\$233	\$235
C. 低糖加營素奶粉850克	\$216	\$218
D. 活力加營素奶粉850克	\$228	\$230

雀巢	護老者會員	長者會員
X. 三花柏齡健心	\$110	\$115
Y. 三花高鈣健骨	\$110	\$115



備註：因貨量有限，可致電查詢，須自備購物袋。

負責職員：葉善恒



護老者支援服務

「學與樂」三小時



活動為有需要長者提供三小時的照顧及多元化體驗活動，包括健體及運動、陽光遊、桌上棋牌、趣味問答、集體遊戲、節日慶祝、樂齡科技、認知訓練、水果畫、扎染、柔和粉彩等，期望做到快樂學習之餘，同時讓照顧者享受 Me Time 休閒休息時光～



日期：4月13、20日；5月4、11、18日
(星期一)(可選擇最少一次服務)

時間：上午9時至12時

地點：葵明樓

名額：5名

費用：全免

服務對象：年滿60歲體弱或有照顧需要的長者

登記手續：由護老者或長者登記，再由社工跟進

負責職員：葉育全先生



***如有迫切照顧的需要，

可致電2422 8526 與葉先生聯絡**

地址：葵芳邨葵明樓地下C翼 電話：2422 8526

惜食堂：逢星期一至五上午 10:30-下午 1:00

2026 年 4 月中心服務/活動一覽表

印刷日期：3 月 30 日（共 400 份）

星期日	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六
29/3 十一	30/3 十二	31/3 十三 10:15 耆趣學堂	1/4 十四 9:15 會員樂聚 2:15 會員樂聚	2/4 十五 10:15 光愛樂使團	3/4 十六 耶穌受難節	4/4 十七 耶穌受難節翌日
5/4 十八	6/4 十九 清明節翌日	7/4 二十 復活節 星期一翌日	8/4 廿一	9/4 廿二 9:00 活力動起來 10:15 光愛樂使團	10/4 廿三 9:00 自我推拿按壓評估	11/4 廿四 9:00 拉伸運動班 10:00 活力健身舞
12/4 廿五	13/4 廿六 9:00 學與樂三小時 10:00 小結他音樂坊 11:15 療癒油粉彩	14/4 廿七 8:50 長者健體運動 10:15 耆趣時光	15/4 廿八 9:15 智腦探索小組 9:30 衣補坊服務(大喜) 10:45 桌遊樂園	16/4 廿九 9:00 活力動起來 10:15 光愛樂使團	17/4 三月 9:00 奇妙雜耍坊 9:00 義工剪頭髮	18/4 初二 9:00 拉伸運動班 10:00 活力健身舞
	3:00 勁唱樂一番(葵信) 3:30 按摩球舒壓班 4:15 Kick Boxing 學堂	1:00 筋膜鬆一鬆 2:00 口琴夢工坊(細喜)	1:30 水墨畫入門 3:30 光愛飛鏢團	2:30 歡樂遊戲王	1:00 理工大學合作活動	
19/4 初三	20/4 鞍雨 9:00 學與樂三小時 10:00 小結他音樂坊 11:15 療癒油粉彩	21/4 初五 8:50 長者健體運動 10:15 耆趣時光	22/4 初六 9:15 智腦探索小組 10:45 桌遊樂園	23/4 初七 9:00 活力動起來 9:30 輪椅維修(細喜) 10:15 光愛樂使團	24/4 初八 9:00 奇妙雜耍坊	25/4 初九 9:00 拉伸運動班 10:00 活力健身舞 11:30 輕輕鬆鬆雪花酥
	3:00 勁唱樂一番(葵信) 3:30 按摩球舒壓班 4:15 Kick Boxing 學堂	1:00 筋膜鬆一鬆 2:00 口琴夢工坊(細喜) 2:30 健康講座 3:30 關長隊集會	1:30 水墨畫入門 2:00 飛鏢基礎班(細喜) 2:00 社交舞初探(林士德)	2:30 耆樂無窮	1:00 理工大學合作活動 2:15 關長隊探訪(細喜)	
26/4 初十	27/4 十一 10:00 小結他音樂坊 11:15 療癒油粉彩	28/4 十二 8:50 長者健體運動 10:15 耆趣時光	29/4 十三 9:15 智腦探索小組 10:45 桌遊樂園	30/4 十四 9:00 活力動起來 10:15 光愛樂使團	1/5 十五 勞動節	2/5 十六 9:00 拉伸運動班 10:00 活力健身舞
	3:00 勁唱樂一番(葵信) 3:30 按摩球舒壓班 4:15 Kick Boxing 學堂	1:00 筋膜鬆一鬆 2:00 口琴夢工坊(細喜) 2:30 光愛義樂聚	1:30 水墨畫入門 2:00 飛鏢基礎班(細喜) 2:00 社交舞初探(林士德)			