



光愛中心— 光愛葵芳長者服務中心

地址：葵芳葵芳邨葵明樓地下C翼
電話：2422 8526
電郵地址：LLhkfnec@LLhome.org
中心網址：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
午膳時間：照常開放
星期日及公眾假期休息

2018 年 7 月 中心通訊

給親愛的老友記：

認識及小心選擇「平安鐘」服務

面對人口老化，為支援社區生活的長者，「平安鐘」服務的需求越來越大。現時社署、房署或房協均有為長者提供資助使用「平安鐘」服務如下：

	由社署資助	由房署或房協資助
申請資格	➢ 年 65 歲或以上 ➢ 獨居或同住兩老 ➢ 綜援受惠者	➢ 年 65 歲或以上 ➢ 獨居或同住兩老 ➢ 須經入息及資產審查（限額與申請「長津」同）
資助金額	室內平安鐘服務資助： ➢ 每月服務費\$100 ➢ 每月電話費\$110 戶外平安手機或智能手機服務資助： ➢ 每月服務費\$210	室內平安鐘安裝津貼金額最高\$2500，一次過發放。 沒有提供平安手機或智能手機資助
資助方式	由社署每月直接付款予平安鐘供應商	➢ 安裝平安鐘後，攜同正式收據，交回屋邨辦事處辦理退回費用；或 ➢ 安裝平安鐘後，由平安鐘供應商將正式發票寄交屋邨辦事處，由房署或房協直接支付安裝費用。
資助時限	持續資助，免費享用服務。	資助 25 個月，之後有可能需要每月由長者付款，要視乎長者使用那一間平安鐘供應商服務，而「長者安居協會」則會持續免費提供服務。

據工聯會在 2012 年於記者招待會上公佈，過去三年，政府合共資助一億四千多萬，替符合資格長者支付平安鐘服務費。由於收入穩定、可觀，「平安鐘」服務便成了一門有利可圖的生意，不少商業團體亦加入營辦「平安鐘」服務。只可惜政府對營辦商缺乏質素規管的措施，例如電話支援中心的熱線工作人員人數、接應召援的時間速度、機件質素和穩定性、推銷的手法等，都沒有指標，導致部分供應商質素參差。當服務質素不符合理想，長者亦追究無門。

綜合報章報導，有不少長者接受「平安鐘」服務後，對服務供應商有如下的投訴：

- 只顧牟利，但提供不到相應的支援，長者致電熱線時沒有人接聽，或等候長時間才有人接聽等；
- 有長者在安裝平安鐘後認為質素欠佳，欲取消服務，被要求賠償 400 多元安裝費；



- 服務供應商主動致電，說上門提供免費身體檢查，最後竟在長者醫療券戶口扣除了 1600 元，相關的體檢報告資料不詳，更沒有醫生解釋或跟進；
- 派人上門拍門，向長者自稱平安鐘職員，要求進屋「試機」，或以 cold call 手法自稱平安鐘職員，從而騙取長者個人資料或金錢...

現時「平安鐘」服務供應商良莠不齊，最為人熟悉的志願團體是「長者安居協會」，其提供的服務類別較多，除室內平安鐘服務外，亦有戶外平安手機、智能手機、「隨身寶」等服務，其他應該屬於商業團體，如香港平安鐘協會有限公司「安心通」、長者家「長者鐘」、銀髮社「小管家」、集寶香港有限公司「事事寧」等；所以，當長者選擇「平安鐘」服務時，宜多作了解和比較，如提供服務的機構性質、服務包括的內容、是否需簽訂固定期限的合約及收費等，即使面對平安鐘職員大力的遊說，亦不要急於簽訂任何合約或辦理任何手續。我們需要再次強調，無論中心或社署絕對不會安排職員推銷「平安鐘」服務，長者在接受服務前，最好先諮詢子女或中心職員的意見。在此，祝願各位長者事事平安稱心、身體健康，能做一個精明的消費者！

有關颱風及暴雨警告訊號懸掛時，
中心安排如下：

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	✓	✓	✓
三號風球	✓	×	×
八號風球或以上	×	×	×
黃色暴雨	✓	✓	✓
紅色暴雨	✓	×	×
黑色暴雨	×	×	×
✓ 表示開放或如期舉行 × 表示停止或延期服務			

職員：彭秀蘭（中心主任）
黎潔心（社工）
梁美慧（社工）
張巧嫻（社工）
林大妹（高級活動幹事）
陸文樂（活動幹事）
古明發（活動幹事）
關鳳青（助理文員）
周繼蘭（工友）

關愛基金長者牙科服務資助申請

日期：7月4日、11日、18日及25日（星期三）

時間：上午 9:30-中午 12:00

地點：面談室

申請資格：

1. 年滿 70 歲或以上；
2. 於最近連續三個月正領取「長者生活津貼」（「長津」）；
3. 從未受惠於關愛基金「長者牙科服務資助」項目；
4. 已失去全部或部分牙齒或患有牙疾，而在日常進食或咀嚼食物時遇到困難；
5. 據香港牙醫學會制訂的指引，初步評估該長者需要並適合接受鑲活動假牙及其他與鑲活動假牙有關的牙科服務。

申請辦法：中心辦公時間內到詢問處登記預約 或 致電預約

負責職員：古明發



長者福利資訊

如有任何疑問，歡迎預約本中心社工諮詢！

長者醫療券計劃 ~ 增撥一次性金額及上調累積上限增至五千元

計劃目的	資助合資格長者使用私營市場提供的基層醫療服務。
申請資格	1. 每名合資格長者 6月8日獲發一次性額外 1,000元長者醫療券金額；醫療券的累積金額上限同日起提高至 5,000元，成為恆常措施。 2. 年滿 65歲(即 1953年或以前出生)但在 6月8日仍未開設戶口的長者，其可享有的醫療券金額，將於戶口開設當日發放，包括額外的 1,000元，並以 5,000元為累積金額上限。
申請方法	1. 醫療券透過電子平台發放及使用，長者無須預先登記，亦無須領取或攜帶醫療券。 2. 長者如欲使用醫療券，只需向參與計劃的服務提供者出示有效香港身份證或申入境處發出的《豁免登記證明書》，並在親身接受醫療服務後簽署同意書確認要使用的醫療券金額。 3. 未有醫健通(資助)戶口的長者，服務提供者會同時為他們免費開設戶口。
查詢電話	可致電 2838 2311 或 預約本中心社工諮詢
資料來源	1. 政府新聞網： https://www.news.gov.hk/chi/2018/05/20180528/20180528_150228_395.html 2. 香港特別行政區新聞公報： http://www.info.gov.hk/gia/general/201805/28/P2018052800261.htm

開放式活動

歡迎各老友記即場參加，不需報名！

編號	名稱	日期	時間	內容
-	粵語場片	7月3日至31日 (逢星期一至五) 7月7日至28日 (逢星期六)	上午 9:15-10:45 下午 2:30-4:00 上午 10:00-11:30	播放 MyTV Super 的粵語片台的懷舊粵語長片或粵劇。
-	經典劇場	7月3日至31日 (逢星期一至五)	下午 4:00-5:00	播放 MyTV Super 經典劇集台劇集
	新聞天地	7月9日至30日 (逢星期一)	下午 2:00-2:30	講述一周新聞、長者資訊 (負責職員：古明發)
-	生命見證	7月7日至28日 (逢星期六)	上午 9:30-10:00	播放見證影片 (負責職員：關鳳青)
-	健康知多少	7月7日至28日 (逢星期六)	上午 11:30-12:15	播放健康資訊影片 (負責職員：關鳳青)
A029/19	健體運動	7月7日至28日 (逢星期六)	上午 9:15-10:15	由職員帶領做「長者簡易保健運動」(負責職員：周繼蘭)
A030/19	快樂人生 齊分享	7月10日至31日 (逢星期二)	上午 9:30-11:30	唱詩歌、玩遊戲、聖經分享 (負責職員：關鳳青)
A034/19	伸展運動	7月9日至30日 (逢星期一)	早上 8:45-9:45	透過伸展運動，促進血液循環，有效令肌肉放鬆，提高活動幅度。此活動會預留 14 個名額給「先知先覺計劃」參加者。(負責職員：梁美慧)
B045/19	歡樂天地之 「搵波拿」	7月12日(星期四)	下午 2:30-4:00	詩歌、見證分享、玩遊戲「搵波拿」，遊戲禮物...由香港神的教會義工負責主持。 (負責職員：古明發)

身心健康活動

◎「肩周炎」健康講座 B063/19

日期：7月31日（星期二）
時間：下午2:30至3:30
地點：活動室1及2
內容：由衛生署長者健康服務外展隊派專人到中心講解肩部的護理及減低關節僵硬的方法，示範肩部運動，並找出肩周炎高危患者以便提供適當的輔導。

對象：長者及護老者（會員/非會員）
費用：全免
名額：40人
負責職員：陸文樂



◎飲靚湯 B036/19

日期：7月10日（星期二）
時間：下午3:00至3:30
地點：活動室1及2
內容：為長者提供健康湯水，使長者有機會相聚一起，享用一碗靚湯，是月靚湯為「粉葛土伏苓赤小豆扁豆豬骨湯」。

對象：長者（會員 / 非會員）
費用：會員\$3 / 非會員\$10
名額：40人
備註：本活動由「昌哥哥食店」免費協助煲靚湯，特此致謝！

負責職員：林大妹



◎量血壓+驗血糖服務 B058/19

由彩虹義工為各參加者量血壓及脈搏，並由香港公開大學李嘉誠專業進修學院「健康及科學學部」學生為參加者驗血糖，並由資深退休護士提供健康諮詢；如有需要，會轉介關護長者協會「銀鈴護士站」跟進。

日期：7月11日（星期三）
時間：上午9:30至11:00
地點：活動室1及2
對象：長者（會員/非會員）
費用：\$2（獲發一張血壓檢查記錄咭） / \$10（獲發一張血糖檢查記錄咭）
備註：1. 當天派籌時間至上午10:45截止；
2. 為確保血糖檢查準確，請於檢查2小時前禁食。

合辦機構：香港公開大學李嘉誠專業進修學院

負責職員：陸文樂



◎「銀鈴護士站」健康檢查及跟進服務 C019/19

由「銀鈴護士站」註冊護士為參加者提供健康生活指導、健康評估及訓練，以提升長者自理能力；透過藥物諮詢及護理支援，以穩定病情，再加上心理輔導、情緒紓緩服務，全面照顧長者的身、心、靈健康，以減少進出診所及醫院的次數，使長者安老在家。

日期：7月9日至7月30日（逢星期一）
時間：下上午2:00至4:30
地點：面談室
對象：糖尿、高血壓、高血脂、曾中風、心臟病、長期痛症、腦退化長者（會員/非會員）
費用：全免
名額：每次只限4名（每人約30分鐘）

合辦機構：關護長者協會

備註：有需要申請此服務的長者須先登記，後由負責職員再作了解，安排面見時間。

負責職員：陸文樂



◎ 惜食堂午膳服務 C015/19

日期：7月3日至31日(星期一至五 / 共21餐)

時間：上午11:50

地點：活動室1、2及電視室

內容：由「惜食堂」提供飯盒給有需要的長者；
中心一星期會提供2餐水果或加餸。

對象：1. 60歲或以上長者；及
2. 中心會員；及
3. 欠缺自我照顧能力；及
4. 欠缺家屬或社區照顧服務支援；或
5. 低收入及經濟有困難。

收費：堂食~會員/非會員 \$3 / 外帶~免費

名額：堂食~48人 / 外帶~6人(按申請人數而定)



審核資格：

1. 為配合「惜食堂」供應飯盒的目的，讓低收入及經濟有困難的長者或缺乏家人或社區照顧服務支援的長者優先得到服務，凡參加者須填寫個人資料及經濟調查表，並提供相關的證明(如銀行存摺、醫療豁免紙、覆診資料、公屋租約等)；
2. 如不欲填寫及提供個人的資料及經濟證明，中心會將參加者列作非優先報名處理；
3. 未符合資格的長者亦可以報名參加此服務，但會列作非優先報名處理。

注意事項：

1. 為確保衛生，飯盒於每天開餐前半小時由「惜食堂」送到本中心；
2. 由於食材乃由不同的團體捐贈，難以預計食材的種類；所以，飯盒款式每天不同，中心亦無法將菜單預告給服務對象；
3. 參加者報名繳費後，不設退票手續；如需安排替位，必須於飯餐前3日辦理；參加者只能享用1次性安排替位服務；
4. 為實踐環保，省減開支，請參加者自行帶備餐用具膳。多謝合作！
5. 因「惜食堂」預備飯盒需時，如當天早上八時正天文台懸掛紅雨或以上訊號、三號風球訊號或以上訊號，當天午膳服務將會取消，請各參加者注意！

增設外帶飯盒服務：

1. 有鑒「惜食堂」服務需求日增，中心會於報名當日(26/7)待售罄食堂飯票後，才會向未能購買飯票者提供外帶飯盒服務；
2. 參加者需繳交\$30元飯盒按金，飯盒必須清洗乾淨後，於當天或第二天11時或之前交回中心；逾時交回，\$30按金會作罰款繳交給「惜食堂」，中心不會發還參加者。\$30按金會待參加者享用完該月整個外帶服務後發還；
3. 外帶飯盒必須於2小時內食用，以確保衛生。

8月份購買食飯票的程序及日期：

1. 7月18日至20日(星期三至五)，非優先報名的參加者須到詢問處辦理服務報名抽籤手續，由於優先報名的參加者人數不多，無需要辦理服務報名抽籤手續；
2. 7月20日(星期五)，下午4:00截止辦理服務報名抽籤手續，並由兩位職員監察下進行抽籤；
3. 7月23日(星期一)，公佈抽籤結果，報名先後次序名單會張貼在中心當眼處；
4. 7月25日(星期三)，為優先參加者之報名日期，時間由上午9:00開始；7月26日(星期四)，為非優先參加者之報名日期，時間由上午9:00開始。

負責職員：林大妹

教育及發展性活動

▲「男人世界」小組 A032/19

日期：7月18日、8月22日及9月19日(星期三)

時間：下午 1:30 分至 3:00

地點：活動室 1 及 2

內容：探討如何在葵芳邨建設「長者友善社區」；
促進各位男士社區的參與，豐富退休生活，達至「老有所為」。

對象：只要您是 60 歲或以上男士便可加入成為組員

費用：全免

參加方法：歡迎有興趣男士加入，請先到詢問處登記，後由負責職員作跟進聯絡。

負責職員：陸文樂、古明發



▲小結他練習表演班 A021/19

日期：6月11、25日；7月9、16、23、30日(星期一/共6堂)

時間：上午 10:00 至 11:00

地點：活動室 1 及 2

內容：學習彈奏新歌、練習、公開表演、學員分享及聯誼活動……

對象：曾學習小結他初班/對小結他有基本掌握的長者

費用：會員\$30/非會員\$60

名額：25 人

備註：由「香港神的教會」義工協助。

負責職員：古明發

現已接受登記



▲懷舊金曲組 A018/19

日期：7月4日至7月25日(逢星期三 / 共4堂)

時間：下午 3:00 至 4:15

地點：活動室 1 及 2

內容：由專業資深導師鄧慧賢任教，以電子琴及卡拉 OK 碟伴奏，
教授長者國語懷舊金曲，第八堂乃溫習堂。

對象：長者(會員 / 非會員) / 「先知先覺計劃」參加者

費用：會員\$80 / 非會員\$100

名額：20 人

備註：因報名及預備教材需時，不接受上課前報名，敬請提早報名！

負責職員：林大妹

現已接受登記



▲「平安鐘」講座 B035/19

日期：7月6日(星期五)

時間：下午 2:30 至 3:30

地點：活動室 1 及 2

內容：介紹長者安居服務協會「平安鐘」多元化服務
及各項津貼資格。

對象：長者及護老者(會員/非會員)

費用：全免

名額：80 人

負責職員：陸文樂

現已接受登記



社交及康樂性活動

☆ 時代曲卡拉 OK B061/19

日期：7月5日（星期四）

時間：第1節-下午2:00至3:30/第2節-下午3:30至5:00

地點：活動室1

內容：由職員或義工協助打碟，輪流唱時代曲卡拉OK。

對象：長者（會員/非會員）

費用：每位\$2

名額：每節8人（參加者可組隊或以個人形式報名，報名時需提供所有參加者姓名。）

備註：1. 每節參加者不能重覆；如活動當天，尚有活動餘額，中心才會考慮給參加者重覆報名參加；

2. 如該節人數未滿，中心職員可安排其他參加者加入；

3. 歡迎非報名長者在旁欣賞收聽。

負責職員：陸文樂



☆ 粵曲卡拉 OK B062/19

日期：7月24日（星期二）

時間：下午2:30至4:30

地點：活動室1

內容：由職員或義工協助打碟，輪流唱粵曲卡拉OK。

對象：長者（會員/非會員）

費用：每位\$2

名額：每節6人（參加者可組隊或以個人形式報名，報名時需提供所有參加者姓名。）

備註：1. 如該節人數未滿，中心職員可安排其他參加者加入；

2. 每首粵曲限唱20分鐘；

3. 歡迎非報名長者在旁欣賞收聽。

負責職員：陸文樂



☆ 光愛歡樂生日會 B057/19

日期：8月31日（星期五）

時間：下午2:30至4:00

地點：活動室1、2及電視室

內容：為2018年8及9月份生日的會員慶祝生日，節目包括：唱歌、遊戲、拍攝生日照片、享用壽包及茶點、派發生日禮物等。

對象：長者（會員/非會員）

費用：會員\$10 非會員\$20

名額：30人

備註：此活動歡迎生日會員帶同一位家屬報名參加。

負責職員：林大妹



產品銷售

▲三花奶粉銷售日 C021/19

日期：8月14日（星期二）

時間：下午 2:30 至 3:30 <逾時不候>

地點：電視室

內容：即場購買各款(800 克)三花奶粉

對象：長者/護老者會員

費用：三花柏齡高鈣健心奶粉 → 長者/護老者會員\$90

三花高鈣健骨低脂奶粉 → 長者/護老者會員\$90

三花雙效降酵素 → 長者/護老者會員\$125

備註：已登記者必須於當天指定時間內到達中心輪候；

請自備購物袋；逾時不候，售完即止！

負責職員：陸文樂

請自備輔幣！

★截止登記日期 7月31日★

★敬請留意！★



腦退化症支援服務

◎ 健腦鬆一鬆 ~ 健腦八式 A031/19

日期：8月6日至8月27日（逢星期一/共4堂）

時間：下午 2:30 至 3:30

地點：活動室 1、2 及電視室

目的：讓有認知障礙的長者得到適切的運動訓練，從而改善他們的身心健康，有助身體各方面的協調。

內容：1. 透過學習及訓練健腦八式，訓練參加者的手脚協調、手眼協調及動動腦筋；
2. 讓參加者學習到一個健康的健腦運動，從而改善他們的日常生活。

對象：1. 「先知先覺計劃」參加者
2. 輕度或已確診認知障礙症的長者(會員/非會員)

費用：全免

名額：10 人（公開報名）

備註：曾參加「健腦鬆一鬆 - 認知小組義工訓練」的長者義工協助

負責職員：林大妹



隱蔽或極需要照顧長者外展服務

☆ 關懷隱蔽長者

如果大家發現身邊有年滿 60 歲或以上的長者居住葵芳邨或下葵涌村，而他們可能是：

1. 獨居或兩老同住 及
2. 缺乏照顧 或
3. 體弱 或
4. 欠缺社交支援 或
4. 不懂得或欠缺動機尋求協助

請大家告知中心，讓有待關懷的長者得到支援！



社會福利資源諮詢、轉介及輔導服務

- 日期：7月3日至31日（逢星期二、四、五）
 時間：上午9:15至12:00、下午2:00至4:00
 地點：面談室
 內容：1. 任何社會福利諮詢及協助申請，如：中電優惠、煤氣優惠、院舍照顧服務、社區照顧及支援服務、電器贈長者計劃、家居維修及改善計劃、經濟支援……
 2. 個人困擾、情緒及心理輔導
 對象：長者/護老者（會員/非會員）
 當值社工：張巧嬋、黎潔心、梁美慧
 申請辦法：中心辦公時間內到詢問處登記預約 或 致電預約

護老者支援服務

只要你現在正照顧至少一名年滿60歲長者的起居生活，歡迎你到中心詢問處登記成為「護老者會員」，費用全免！

▲護老者曲奇製作班 B065/19

- 日期：7月20日（星期五）
 時間：下午2:30至4:00
 地點：電視室
 內容：1. 主題分享：愛與體諒；
 2. 曲奇製作：燕麥提子乾曲奇。
 對象：護老者會員及其照顧的長者
 費用：全免
 名額：30人
 負責職員：張巧嬋、林君霽（實習社工）



▲護老者講座：長者常見疾病 B064/19

- 日期：7月26日（星期四）
 時間：下午2:30至4:00
 地點：電視室
 內容：長者常見疾病及健康資訊
 對象：護老者會員及中心義工
 費用：免費
 名額：25位
 講者：由關護長者協會「銀鈴護士站」護士主講
 負責職員：張巧嬋、陸文樂



▲7月份護老者愛心關懷行動 B066/19

目的：協助及支援護老者在家庭中照顧長者，加強照顧長者的知識和技巧，舒緩護老者的壓力，表達對護老者及體弱長者的關懷。

- | | | |
|-----|-----------------------|--------------------|
| 內容： | 1. 電話問候、關懷； | 5. 家居安全； |
| | 2. 家訪； | 6. 健康、情緒、腦退化症初步評估； |
| | 3. 諮詢或輔導； | 7. 提供最新的護老者資訊。 |
| | 4. 協助申請或轉介合適的長者福利及服務； | |

- 費用：全免
 報名：如有需要接受或查詢此服務，請親臨中心或致電負責職員。
 負責職員：張巧嬋、陸文樂



護老者支援服務

▲ 借用輪椅 / 助行架 / 四腳叉 / 書籍服務 C020/19

責職員：張巧嬋、陸文樂

借用人士	借用時間	費用	備註
中心會員 / 護老者會員	一個月	免費	*不設續借
非會員 【60 歲或以上人士】	2 星期	\$40 另須繳交\$100 按金 (交還借用物品時退回)	只可續借 1 次

*備註： 1. 過期交還每天罰款\$10；
2. 如有需要，必須歸還 7 天後才可再次借用；
3. 如有特殊需要，可聯絡負責社工張巧嬋姑娘。

▲ 復康器材義賣及捐贈服務 C020/19

負責職員：張巧嬋、陸文樂

歡迎購買！

中心不定期會收到由社區人士捐贈之二手復康器材作**義賣**，歡迎有興趣購買人士先登記，中心如有存貨，可直接購買。



助行架

費用：\$20



四腳叉/拐杖

費用：\$10



輪椅

費用：\$100

歡迎捐贈！

本中心歡迎社區人士捐贈性能良好的二手復康器材，如輪椅、拐杖、助行架等，以轉贈或廉價售賣給有需要的長者。謝謝！

義工發展及服務

☆免費義工剪靚髮 C016/19

日期：7 月 13 日（星期五）

時間：上午 9:15 開始（逾時不候）

地點：電視室

內容：1. 由「樂剪會」派義務理髮師為區內長者修剪頭髮；
2. 為體弱及行動不便的長者，提供上門剪髮服務。

對象：長者（會員 / 非會員）

費用：全免

名額：35 人（中心服務） / 5 人（上門服務）

溫馨提示：1. 因衛生緣故，請參加者於剪髮前先洗頭；

2. 參加者必須預先報名，當天不接受即時報名；

3. 參加到戶剪髮服務的長者，必須為體弱長者及行動不便的長者，由中心職員評估後，才聯絡義工上門剪髮。

負責職員：林大妹



義工發展及服務

活動	彩虹義工小組 B059/19
日期	7月25日(星期三)
時間	上午9:30至11:00
地點	活動室1
主題	量血壓重點訓練
對象	中心彩虹義工
費用	全免
負責職員	黎潔心



☆ 身心加油站-手工串珠樂 B067/19

日期：7月26日(星期四)
 時間：下午2:30至4:00
 地點：活動室1及2
 內容：1. 製作串珠、心意卡等小手工，讓長者送給想感謝的人；
 2. 互相分享創作過程的體會。
 對象：行動不便、自我能力欠佳之長者(會員或非會員)
 費用：全免
 名額：16人
 報名方法：有意參加之長者請先登記，後由負責社工評估，符合資格才安排報名
 負責職員：何翠雯(實習社工)、黎潔心



寶馬會社區守望相助課程 義工畢業禮暨社區健康日 B047/19

	畢業禮	社區健康日
日期	7月21日(星期六)	
集合時間	上午11:45	
集合地點	活動室1及2	
活動時間	下午1:00至2:00	下午2:00至4:00
活動地點	香港公開大學寶馬會銀禧學院2樓 寶馬會綜藝廳(九龍何文田忠孝街81號)	香港公開大學寶馬會銀禧學院1樓 多用途禮堂(九龍何文田忠孝街81號)
活動內容	頒發獎狀、領取畢業證書及紀念品	健康攤位遊戲、健康檢查站、拍照區，更設有豐富紀念品
對象	報名優先次序如下： 1. 已參加此課程之義工及家屬； 2. 中心義工會員； 3. 長者會員 (參加者必須便於行動)	
費用	全免	
名額	45人	
報名方法	有意參加之長者請先登記，待確定資格後，才安排報名。	
備註	如已參加義工獎勵計劃的義工，請於6月8日或之前將「獎勵紀錄冊」交回黎姑娘或林姑娘。	
負責職員	黎潔心、林大妹	
主辦團體	香港公開大學	

義工發展及服務

☆陪診/護送服務 C017/19

歡迎登記成為中心「義工陪診護送員」！

招募對象：有意服務長者的人士均歡迎參加（中心會定期為陪診 / 護送義工提供訓練）

目的：為區內有需要的長者提供陪診或護送服務，如陪伴外出散步、購物、去銀行等

義工津貼：中心按義工陪診及護送時數給予義工津貼，車費由服務使用者提供。



歡迎有需要陪診或陪送外出服務的長者參加！

服務對象：60 歲以上長者

收費：1. 義工津貼每小時\$25，起首以一小時計算，接續以每半小時計算收費；
2. 另須支付陪診義工交通費。

備註：1. 綜援或低收入長者，同時缺乏家人支援，經審核後可獲豁免收費。
2. 請申請陪診/護送的長者，預早最少兩個星期，帶備覆診紙或所需文件到中心辦理手續。



負責職員：林大妹

愛鄰舍網絡 ~ 關愛長者配對服務 B060/19

日期	2018 年 7 月 1 日至 7 月 31 日
時間	由義工及長者自行安排
內容	1. 上門探訪； 2. 電話慰問。
關懷對象	區內獨居長者、同住兩老或需要支援的長者 (由中心社工轉介，不設公開報名。)
費用	全免
合辦團體	香港神的教會
負責職員	黎潔心



☆耆青義工組服務 A028/19

由常務義工、陪務義工、認知小組義工組成的「耆青義工組」，協助中心日常事務工作：

日期：3/7/2018 至 29/9/2018 (逢星期一至五)

時間：上午 9:00 至 11:00 及 下午 2:00 至 4:00

內容：當值中心詢問處、負責簡單查詢、接待新會員、協助當值職員處理中心日常事務等工作。

地點：中心正門入口處

備註：1. 當值表會張貼在詢問處牆壁上；
2. 負責當值的義工需帶上義工證；
3. 如有任何人士想加入成為本中心義工，可向詢問處或負責職員查詢。

負責職員：林大妹



額滿活動提示：請已報名的老友記，記緊按時出席以下活動！

活動名稱	編號	日期	時間
加營素及怡保康奶粉售賣日	C014/19	7月17日(星期二)	下午 2:30-3:45
讚美操	A019/19	7月19日、8月2日、16日及30日 (逢星期四)	上午 10:00-11:00
「今天話當年」小組	A025/19	7月5日、12日、19日及26日 (逢星期四)	上午 10:00-11:00 (7月5日) 下午 2:30-4:00
開心拍掌 之 與眾同樂	A027/19	7月13日(星期五)	下午 2:30-4:00
長者簡易踏步操	A020/19	7月23日及30日(逢星期一)	下午 2:30-3:30
腦退化藝術治療小組	A024/19	7月10日、17日、24日及31日 (逢星期二)	下午 2:30-4:00

中心消息

- 2017-2018 年度曾參與義工服務的中心義工會員，請於 7 月 17 日（星期二）前，到中心領取義工嘉許狀及禮物，逾期由中心自行處理。
- 溫馨提示：
凡未續証之會員，請盡快於中心辦公時間內，攜同舊會員証及會費\$35，到中心辦理手續；個別會員可能有需要補拍攝個人照片，以製作會員証；如會員未能於報名日前辦理續証手續，中心將以非會員費收取相關收費活動，敬請留意！
- 本中心現正招收新會員，歡迎年滿 60 歲的長者加入，請帶備身份証、港幣\$35 元，親臨中心辦理入會手續，屆時中心會替新入會會員拍照，以製作會員證及中心存檔。

報名日期：

凡有興趣報名參加中心活動的會員，記緊於月會當日下午 4 時前，帶備「會員証」親臨或委託家屬或另一位會員到中心，申請辦理活動抽籤手續，而凡有直屬關係的會員只須由其中一位登記辦理即可；詳情請參考「活動抽籤報名程序及注意事項」，已張貼於中心告示板上。

長者會員 / 護老者會員 / 義工會員	7月5日(星期四) 上午 9:00 開始報名	額滿即止
非會員： 必須年滿 60 歲，護老者或義工活動除外，報名時必須出示身份證。	7月6日(星期五) 上午 9:00 開始報名	

下月月會日期：2018 年 8 月 7 日（星期二）上午 9:15 / 下午 2:15

2018 年 7 月中心服務/活動一覽表

星期日	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六
1 十八	2 十九 香港特別行政區 成立紀念日翌日	3 二十 9:15 會員月會 2:30 會員月會 4:00 社工諮詢	4 廿一 9:30 長者牙科資助申請 3:00 懷舊金曲組	5 廿二 9:00 報名日 2:00 社工諮詢 2:00 時代曲卡拉 OK 2:30 今天話當年小組 3:30 時代曲卡拉 OK	6 廿三 9:15 社工諮詢 2:00 社工諮詢 2:30 平安鐘講座	7 小暑 9:15 健體運動 10:30 敲擊樂班 10:30 小結他初班
8 廿五	9 廿六 8:45 伸展運動 10:00 小結他練習表演班 2:00 新聞天地 2:00 銀鈴護士站 2:30 認知訓練小組	10 廿七 9:15 社工諮詢 9:30 快樂人生齊分享 2:00 社工諮詢 2:30 藝術治療小組 3:00 飲靚湯	11 廿八 9:30 量血壓+驗血糖服務 9:30 長者牙科資助申請 2:30 職員會議 3:00 懷舊金曲組	12 廿九 9:30 今天話當年小組 2:00 社工諮詢 2:30 歡樂天地	13 六月 9:15 社工諮詢 9:15 免費義工剪靚髮 2:30 與眾同樂	14 初二 9:15 健體運動 1:30 扶輪青年探訪在中心
15 初三	16 初四 8:45 伸展運動 10:00 小結他練習表演班 2:00 新聞天地 2:00 銀鈴護士站 2:30 認知訓練小組	17 初五 9:15 社工諮詢 9:30 快樂人生齊分享 2:30 藝術治療小組 2:30 加營養及怡保康 奶粉售賣日	18 初六 9:15 社工諮詢 9:30 長者牙科資助申請 1:30 男人世界小組 3:00 懷舊金曲組	19 初七 9:15 社工諮詢 9:30 今天話當年小組 10:00 讚美操 2:00 社工諮詢	20 初八 9:15 社工諮詢 2:00 社工諮詢 2:30 護老者曲奇製作班	21 初九 9:15 健體運動 10:30 小結他初班 10:30 敲擊樂班 11:45 社區守望相課程~ 畢業禮/社區健康日
22 初十 父親節	23 大暑 8:45 伸展運動 10:00 小結他練習表演班 2:00 新聞天地 2:00 銀鈴護士站 2:30 長者簡易踏步操	24 十二 9:30 快樂人生齊分享 2:00 社工諮詢 2:30 藝術治療小組 2:30 粵曲卡拉 OK	25 十三 9:30 長者牙科資助申請 9:30 彩虹義工小組 3:00 懷舊金曲組	26 十四 9:15 社工諮詢 9:30 今天話當年小組 2:00 社工諮詢 2:30 護老者講座： 「長者常見疾病」 2:30 身心加油站： 「手工串珠樂」	27 十五 9:15 社工諮詢 2:00 社工諮詢	28 十六 9:15 健體運動
29 十七	30 十八 8:45 健體運動 10:00 小結他練習表演班 2:00 新聞天地 2:00 銀鈴護士站 2:30 長者簡易踏步操	31 十九 (截止訂購三花) 9:15 社工諮詢 9:30 快樂人生齊分享 2:00 社工諮詢 2:30 「肩周炎」健康講座 2:30 藝術治療小組	1/8 二十 9:30 長者牙科資助申請	2/8 廿一 10:00 讚美操 2:00 社工諮詢	3/8 廿二	4/8 廿三 9:15 健體運動

備註：逢星期一至五，中午 11：50 均有「惜食堂」午膳服務，歡迎報名參加！

印刷日期：6 月 29 日 (370 份) 14