

## 服務質素標準(SQS)簡介

本服務制定處理投訴程序，鼓勵服務使用者、職員或有關人士如對本服務有不滿或意見(包括服務標準、服務政策、程序、決策或個別職員的行動或態度等)，可向服務單位提出。同時訂明了福利服務單位應具備的質素水平，共 16 項。

現簡介標準15，16內容供各位會員及社區人士了解：

- 標準15: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。
- 標準16:服務單位採取一切合理步驟，確保服務使用者免受侵犯。

## 續會禮物

中心職員會致電聯絡需於本月續會的會員，安排辦理續會

**\*\* 於當月入會/續會可獲小禮物一份，本年度續會年費(\$40) \*\***

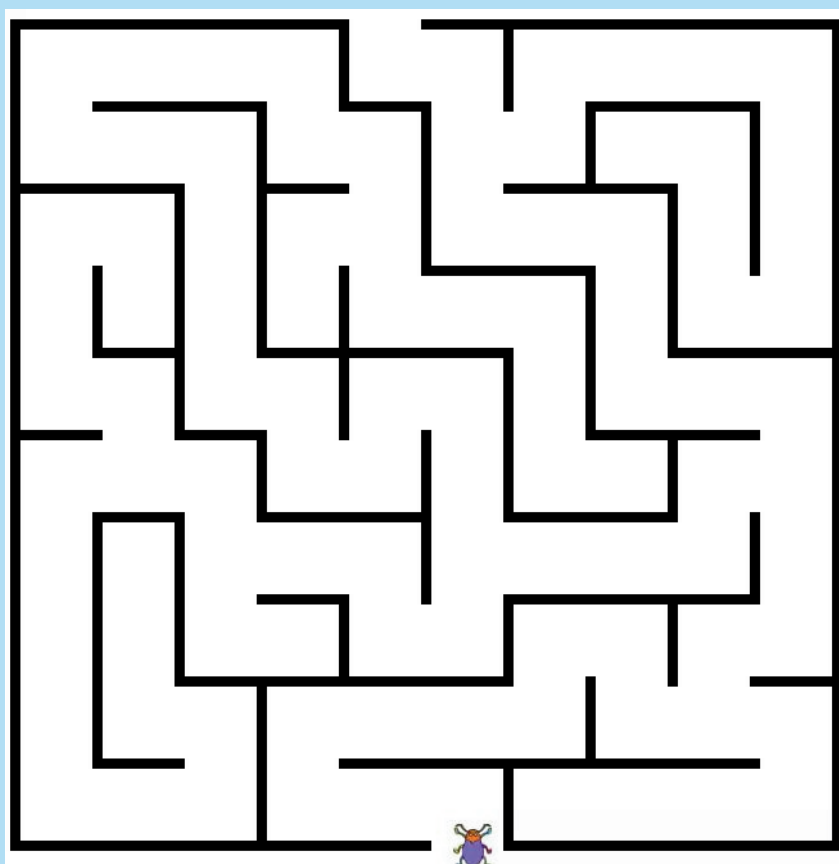
**本月禮物: 握力器 (如派領完畢會以其他禮物代替，恕不另行通知)**

欲加入本會之新會員，請致電中心2377 3230向職員預約辦理入會日期及時間。

屆時申請人請帶同身份證、會員年費(\$40)到中心辦理手續。

**\*\*中心將保留最終決定權\*\***

## 動腦小遊戲



姓名：

會員編號：

協助小甲蟲找到出口的方法，挑戰成功，可獲得抽獎機會一次。

歡迎成功挑戰的會員，請於**\*6月2日至14日期間\***，將本頁剪下並交回單位職員換領獎賞。



## 佐敦長者中心

地址：九龍佐敦德興街11-12號興富中心401-404室

電話：2377 3230 電郵：jdec@bokss.org.hk

## 2025年6月份中心通訊

社區音樂計劃  
**COMMUNITY MUSIC PROJECT**

主辦機構  
Presented by 音樂兒童基金會  
MUSIC CHILDREN FOUNDATION

Jean CK Ho  
Family Foundation 何嘉樂家族基金

贊助  
Sponsored 何 何嘉樂慈善基金會  
HO CHEUNG SHUK YUEN CHARITABLE FOUNDATION

浸信會愛羣社會服務處  
BAPTIST OI KWAN SOCIAL SERVICE  
長者社區支援服務處  
Community Support and Care Service for the Elderly

活到老 學到老  
Co-organized 合作夥伴  
Partnership

### 樂齡同行唱動工作坊

透過身體學習音樂，同時讓音樂帶動身體，成為創作、交流和情緒抒發的工具

日期: 2025年6月22日 (星期日)  
時間: 下午2:00-3:15  
地點: 美孚社區會堂 (美孚政府綜合大樓一樓)  
對象: 護老者與被照顧長者  
費用: 免費  
負責職員: 廖德佳先生

主持Host  
龐倩濤 Monique Pong

嘉賓Guest  
羅寶欣 Bobo Lo

嘉賓Guest  
陳允祈 Melody Chan

中心開放時間： (星期日及公眾假期休息)

星期一至星期五 上午9時至下午5時

星期五 下午5時至下午9時

星期六 上午9時至下午1時

## V-Health 互動負重運動計劃 (2025 年 6 月)

日期：6月1至30日

地點：本中心

對象：中心會員 名額：10人

費用：\$30/1個月 (一星期使用3次)

內容：使用運動儀，預防及改善骨質疏鬆，血液循環，提昇肌肉功能及減輕背痛

備註：

(1) 活動會為參加者進行測試，由職員評估身體情況是否適合參加活動

(2) 使用時，請穿著薄底運動鞋或襪，保持衛生

注意：(下列人士不適合使用運動儀)

✗ 使用心臟起搏器或其他正在使用電子醫療設備

✗ 患有惡性腫瘤或癌症

✗ 有骨枯 ✗ 孕婦 ✗ 不能站立人士

## 以色列麻雀(2025年6月)

日期：2025年6月2、9、16、23、30日(逢星期一，共5節)

時間：上午9:30 - 12:00

內容：自由組隊形式參與，適合任何年齡層玩的一項以數字為主的桌上遊戲，從中鍛鍊老友記的邏輯、數學及反應能力

地點：本中心

對象：中心會員 名額：8名

費用：全免 負責職員：曉澄姑娘

## 骨質密度測試日 (2025年6月)

日期：2025年6月20日

時間：上午10:00 - 11:00 (每位會員約5分鐘)

內容：利用骨質密度測驗儀，檢測大家會否有骨質疏鬆風險。

(每位約5分鐘，請參加者預先準備問題查詢)

地點：本中心 名額：12名

費用：全免 負責職員：曉澄姑娘



## 6月例會

日期：2025年6月25日(星期三)

時間：上午9:30 - 10:00

內容：介紹2025年6月份的中心活動給老友記，以及分享中心資訊，讓老友記緊貼中心最新消息

地點：本中心/ZOOM

對象：中心會員 名額：不限

費用：全免 負責職員：廖生



## 佐敦家庭支援及服務中心

義

工

招

募

你想善用閒暇嗎？

你想充實自己嗎？

如果你致力於關顧區內基層或長者的需求，促進社交互動和身心健康

歡迎加入中心義工團隊，如欲報名可致電

2377 3230聯絡中心職員

## 服務預約安排

如你想了解更多社區服務資訊，或需要中心同事提供協助

歡迎致電2377 3230或透過右手邊的QR code WhatsApp我們預約服務



佐敦家庭支援及服務中心  
WhatsApp 商業帳戶

編製：張曉澄

印製數量：200

督印人：王衛康

印刷日期：29/4/2025

## 賽馬會老友運動計劃 - 「靜觀動樂」

日期：2025年7月14、21、28日

2025年8月4、11、18、25日

2025年9月1、8、15日

(逢星期一，共10節)

時間：下午1:00 - 3:00

內容：計劃將舉辦一系列活動及工作坊，包括：靜觀小組、體適能運動、物理治療工作坊、靜觀藝術工作坊，讓參加者建立良好的身心舒展習慣。

地點：本中心

費用：全免

對象：55歲或以上的長者及照顧者

名額：12

合作機構：YMCA

負責職員：何姑娘

\*參加者均需接受事前評估和事後評估\*

\*事前評估日期為2025年7月7(星期一)，並在以下時段內進行(下午2:30-5:30)，時長約45分鐘\*

[此活動已經截止報名  
感謝各位會員支持!]

### 職員動向

各位中心會員大家好！我係實習社工Wing，滿滿活力同熱情！5月到7月，我會喺長者中心頻頻現身，同大家一齊參加活動、互動交流，共同享受開心又難忘嘅時光！期待同你哋見面~

實習社工 - 李榮超

Hello 各位中心組員大家好！我係實習社工湯姑娘，嚟緊我有兩個月嘅時間會喺中心實習，喺呢段期間會為大家提供支援服務及進行一些小組活動等，歡迎大家一齊互相交流分享，愉快地渡過這段時光，期待同你哋一齊見面。

實習社工 - 湯嘉琪

大家好，我係實習社工李姑娘，好開心嚟緊三個月可以加入浸信會愛羣大家庭，雖然時間唔長，但係好感恩有機會可以同大家一齊同行。如果大家見到我可以傾吓偈，互相認識下。

實習社工 - 李謙

各位老友記大家好呀！我係實習社工阿輝呀！嚟緊呢段時間我都會喺中心實習同大家見面，歡迎大家隨時搵我傾下計呀！

實習社工 - 馬景輝

## 方型踏步體驗班 (2025年6月)

日期：2025年6月5、12、19、26日(逢星期四，共4節)

時間：上午10:00 - 11:00

內容：透過遊戲形式運動，有助提升平衡力、訓練思考及促進身心健康，促社交生活

會員：\$20

非會員：\$50

對象：中心會員

名額：6名

地點：本中心

負責職員：曉澄姑娘



## 銀齡活力共慶回歸

日期：2025年6月11日(星期三)

時間：上午10:00 - 12:00

內容：由物理治療師講解中風的成因及先兆，並教授預防中風的運動，降低中風的風險。

地點：本中心

對象：中心會員

名額：15名

費用：全免

合辦機構：微笑共行 (Smile N Go Welfare)



## 衛生署講座 - 正視肩膊痛

日期：2025年6月18日(星期三)

時間：上午10:00 - 11:00

內容：長者經常面對痛症問題，常見的有肩頸膊痛。講座會為大家拆解導致肩膊痛的原因，提供預防肩膊痛的小貼士，讓長者正視問題。

地點：本中心

對象：中心會員

名額：15名

費用：全免



## 競技活動初體驗

日期：2025年6月13日及27日

時間：上午10:00 - 11:00

內容：讓大家嘗試布袋球、芬蘭木柱及硬地滾球等團體競技運動。

地點：本中心

對象：中心會員

名額：15名

費用：全免





# 6月活動月曆



| 星期一                                       | 星期二                           | 星期三                       | 星期四                 | 星期五                        | 星期六                  |
|-------------------------------------------|-------------------------------|---------------------------|---------------------|----------------------------|----------------------|
| 2<br>9:30 以色列麻雀<br>10:00 愛羣學苑 - 太極班(第一期)  | 3<br>10:30 愛羣學院 - 粵曲訓練班(第一期)  | 4                         | 5<br>10:00 方型踏步體驗班  | 6<br>10:00 愛羣學苑 - 八段錦(第一期) | 7<br>10:30 「靜觀瑜癒」計劃  |
| 9<br>9:30 以色列麻雀<br>10:00 愛羣學苑 - 太極班(第一期)  | 10<br>10:30 愛羣學院 - 粵曲訓練班(第一期) | 11<br>10:00 銀齡活力共慶回歸      | 12<br>10:00 方型踏步體驗班 | 13<br>10:00 競技活動初體驗        | 14<br>10:30 「靜觀瑜癒」計劃 |
| 16<br>9:30 以色列麻雀<br>10:00 愛羣學苑 - 太極班(第一期) | 17<br>10:30 愛羣學院 - 粵曲訓練班(第一期) | 18<br>10:00 衛生署講座 - 正視肩膊痛 | 19<br>10:00 方型踏步體驗班 | 20<br>10:00 骨質密度測試         | 21<br>10:30 「靜觀瑜癒」計劃 |
| 23<br>9:30 以色列麻雀<br>10:00 愛羣學苑 - 太極班(第一期) | 24                            | 25<br>9:30 中心例會           | 26<br>10:00 方型踏步體驗班 | 27<br>10:00 競技活動初體驗        | 28<br>10:30 「靜觀瑜癒」計劃 |
| 30<br>9:30 以色列麻雀                          |                               |                           |                     |                            |                      |