



2026年5月中心通訊

地址：大埔富亨邨富亨鄰里社區中心地下
電話：2666 0761 傳真：2664 2603
電郵：tpnec@bokss.org.hk
網站：http://elderly.bokss.org/

開放時間：星期一至星期六
上午 9:00-下午 5:00
(星期日及公眾假期休息)
督印人：李家宜 編輯：文浩天

*如不欲本處使用你的個人資料作此通訊用途，請以書面郵寄或電郵至 tpnec@bokss.org.hk 通知本處。

浸信會愛羣社會服務處長者社區支援及護理服務已設有 Facebook，歡迎各位會員於 Facebook 搜尋「浸信會愛羣社會服務處長者社區支援及護理服務」參閱最新消息。

如對服務質素標準或中心服務有任何意見，歡迎透過電話、郵寄、約見中心職員、或親臨中心，到接待處領取意見表(S6-06)，投放在接待處旁的意見箱內。

編印數量：800 份

印刷日期：2026 年 4 月 22 日

派發中心通訊安排

有關 2026 年 6 月中心通訊，會員可於 2026 年 5 月 21 日起到中心提取。如有任何改動，以當日例會公佈為準。

如有需要，會員可以致電中心通知職員，透過 Whatsapp 收取電子版通訊。

續會安排

謝謝會員持續參與中心服務，續會安排如下：

- 1) 查看例會咭，如例會咭顯示有效日期至2026年4月30日，代表會員可於2026年5月中心開放時間內到中心辦理續會手續。
- 2) 請會員到中心辦理續會手續，以及繳交會員費。
- 3) 會員可先致電中心預約辦理續會手續的日期和時間。
(備註：中心不會以電話形式續會。如對續會事宜有任何查詢，歡迎與中心職員聯絡。)

WhatsApp 專線：6381 3357

會員如有意接收中心通過 WhatsApp 發出的資訊，請通知中心職員，並請輸入電話：6381 3357 到閣下智能電話的通訊錄內，才可以有效接收資訊。

備註：(1) 此服務只限發佈中心最新資訊，並不以任何回覆。

(2) 此服務只提供予使用智能電話的會員，會員若不願意透過 WhatsApp 接收中心資訊，可通知中心職員。

(3) 此 WhatsApp 未能支援緊急需要。如有緊急情況，請勿使用 WhatsApp 聯繫。

偶到服務

偶到服務內容	位置	使用服務 / 設施時段	每個時段名額	備註
閱讀報章	健腦區	上午 9:30 至下午 5:00	2	/
使用座地式腳踏單車	中心大堂	第一場 上午 9:15-10:15	1	1) 請於前一個工作天上午 9 時至 10 時期間致電中心登記出席場次，如該場次有意參與人數超過限額，將於登記當日上午 10 時 30 分進行抽籤，歡迎會員到中心觀看抽籤過程。 2) 為平均分配名額，每人每日只限登記一個場次。 3) 如即日個別場次無人登記，每人可以出席多於一個場次，即最多每日登記兩個場次。 4) 使用蘭米骨牌，個別日子會增加名額，詳情請向職員查詢。 5) 例會當日暫停第一場及第二場使用蘭米骨牌。
使用手部訓練拉繩	健腦區	第二場 上午 10:30-11:30	1	
使用電腦	健腦區	第三場 下午 1:00-2:00	2	
使用蘭米骨牌	中心大堂	第四場 下午 2:15-3:15	8	
		第五場 下午 3:30-4:30		

心理及社交健康類

福樂組

日期	時間	名額
2026 年 5 月 8 日 (星期五)	上午 9:05-9:50	12 人
2026 年 5 月 15 日 (星期五)	上午 9:05-9:50	12 人
2026 年 5 月 22 日 (星期五)	上午 9:05-9:50	12 人
2026 年 5 月 29 日 (星期五)	上午 9:05-9:50	12 人

地點：富亨中心活動室

內容：詩歌、福音信息、祈禱。

對象：中心會員

費用：全免

負責職員：何先生

開始報名日期：2026 年 5 月 4 日 (星期一)

報名方式：(1) 致電中心報名。

(2) 名額有限，先到先得。

音樂治療工作坊

日期：2026年4月30日(星期四)
時間：上午10:00-中午12:00
地點：浸信會愛羣社會服務處 - 大埔長者日間護理中心
內容：由註冊音樂治療師帶領，透過音樂抒緩情緒。
對象：受大埔宏福苑火災影響的居民
名額：6人
費用：全免
負責職員：何先生

開始報名日期：2026年4月1日(星期三)

報名方式：(1) 致電中心報名。
(2) 名額有限，先到先得。

備註：(1) 參加者無需音樂經驗。
(2) 參加者需要經過甄選以核實參加資格。

合辦機構：香港整全普及精神健康協會

項目由<<全心同行>>災後精神復元支援計劃推動 鳴謝:東亞銀行員工 捐助

2026年5月-6月喜樂同行小組

日期：2026年5月11日、5月18日、6月1日、6月8日、6月15日、6月22日
(逢星期一，共6節，5月25日除外)

時間：下午3:00-4:00

地點：富亨中心活動室1及2

內容：透過正念、藝術創作、互相分享等活動，讓長者一同接納生活中的痛與無常，學習痛而不苦的精神，更靈活地應對負面情緒。

對象：因生活事情/痛症困擾，希望提升心靈健康的會員

名額：8人

費用：全免

負責職員：仇姑娘

報名方式：(1) 於2026年4月1日(星期三)至4月30日(星期四)致電中心登記。
(2) 經中心職員評估以核實參加資格。

備註：所有報名會員需經過篩選。

如何處理抑鬱情緒講座

日期：2026年5月19日(星期二)

時間：下午2:30-4:00

地點：富亨中心活動室

講員：臨床心理學家邱遠強博士

內容：透過講座幫助會員認識抑鬱情緒，並學習如何面對及處理。

對象：中心會員

名額：40人

費用：全免

負責職員：何先生

開始報名日期：2026年5月4日(星期一)

報名方式：(1) 致電中心報名。
(2) 名額有限，先到先得。

合辦機構：香港整全普及精神健康協會

項目由<<全心同行>>災後精神復元支援計劃推動 鳴謝:東亞銀行員工 捐助

2026 年 6 月衛生署講座-規劃圓滿人生(一)

日期：2026 年 6 月 24 日(星期三)
時間：上午 10:30-11:30
地點：富亨中心活動室 1 及 2
內容：1. 放下對死亡的忌諱
2. 認識「遺囑」及殯葬安排
3. 認識與家人談生說死的技巧
4. 珍惜生命、活在當下
對象：中心會員
名額：40 人 費用：全免 負責職員：琳姑娘
開始報名日期：2026 年 5 月 4 日(星期一)。
報名方式：(1) 致電中心報名。
(2) 名額有限，先到先得。
合辦機構：衛生署長者健康服務北區及大埔長者健康外展分隊

教育及發展類

2026 年 6 月至 8 月愛羣學苑-粵曲班

日期：2026 年 6 月 1 日至 8 月 3 日(逢星期一)(共 10 堂)
時間：上午 11:30 - 下午 1:00
地點：富亨中心活動室 1 及 2
內容：粵曲研習(包括：叮板、粵曲唱腔)
導師：鄒鳳儀 女士
對象：(1) 新生：2025 年 12 月至 2026 年 2 月或之前報讀學員或從未報讀課程。
(2) 舊生：2026 年 3 月至 5 月報讀之學員。
名額：35 人 費用：會員 \$180，非會員 \$210 負責職員：馮姑娘
報名方式：(1) 舊生於 2026 年 5 月 4 日(星期一) 至 5 月 11 日(星期一) 優先報名並繳費。
(2) 新生於 2026 年 5 月 12 日(星期二) 至 5 月 20 日(星期三) 致電中心登記抽籤。
(3) 新生抽籤日期：2026 年 5 月 21 日(星期四)下午 2:00，中心職員會安排中籤會員預約時間到中心繳費及出席活動。
備註：課程及學分：學員每完成一個課程及出席率達 80% 或以上，可取得 3 個學分。

社交及康樂類

會員迎新會

日期：2026 年 4 月 29 日(星期三)
時間：下午 1:30 至 2:30
地點：富亨中心活動室 1 及 2
內容：歡迎 2026 年 1 月至 2026 年 4 月入會的新會員、介紹中心服務。
對象：2026 年 1 月至 2026 年 4 月入會的新會員
名額：30 人
費用：全免
負責職員：李姑娘
開始報名日期：2026 年 4 月 1 日(星期三)
報名方式：(1) 致電中心報名。
(2) 名額有限，先到先得。

長者到校 x 中二級學生交流活動

日期：2026年5月8日(星期五)
時間：下午 3:25-4:45
地點：大埔三育中學(大埔頭徑 2 號)
集合時間：下午 2:30
集合地點：頌真會所活動室 1 及 2
內容：互動小遊戲、小手工/表演、送贈小禮物、大合照及總結。
對象：中心會員
名額：30 人
費用：全免
負責職員：馮姑娘
報名方式：(1) 於 2026 年 4 月 1 日(星期三) 至 4 月 25 日(星期六)致電中心登記抽籤。
(2) 抽籤日期：2026 年 4 月 27 日(星期一)上午 9:30。
(3) 中心職員會致電通知中籤會員出席活動。
備註：1) 此活動安排旅遊巴接送參加者往返中心及學校出席活動
2) 參加者請衡量自己的身體情況。

友伴開懷聚

日期：2026年5月19日(星期二)
時間：下午 4:00 至 5:00
地點：頌真中心活動室
內容：長者一同玩遊戲、互相交流
對象：中心獨居會員
名額：10 人
費用：全免
負責職員：蔡姑娘
報名方式：(1) 於 2026 年 5 月 4 日(星期一) 至 5 月 13 日(星期三)致電中心登記抽籤。
(2) 抽籤日期：2026 年 5 月 14 日(星期四)下午 3:00。
(3) 中心職員會致電通知中籤及合資格會員出席活動。

2026 年 5 月學生到戶探訪

日期：2026年5月21日(星期四)
時間：下午 3:30-4:30
地點：被探訪長者家庭
內容：學生分組到戶探訪長者表達關懷。
對象：中心會員(居於富亨邨/頌雅苑 及 獨居/雙老家庭)
名額：8 戶長者家庭
費用：全免
負責職員：馮姑娘
報名方式：(1) 於 2026 年 4 月 24 日(星期五) 至 5 月 18 日(星期一)致電中心登記抽籤。
(2) 抽籤日期：2026 年 5 月 19 日(星期二)上午 9:30。
(3) 中心職員會致電通知合資格中籤會員出席活動。
合辦學校：港九街坊婦女會孫方中小學。
合辦機構：香港青年協會青苗計劃。

香港賽馬會呈獻系列：長安萬象—陝西隋唐文明展

日期：2026年6月8日(星期一)

時間：下午2:30 - 下午5:30 (下午4:30 回程)

地點：香港歷史博物館

集合時間：下午1:15

集合地點：頌真會所活動室1及2

內容：香港歷史博物館舉辦展覽精選陝西及香港文物逾165件(套)，讓觀眾透過珍貴文物感受隋唐兩代的璀璨。

對象：中心會員 名額：26人 費用：免費 負責職員：蔡姑娘

報名方式：(1) 於2026年5月4日(星期一)至5月23日(星期六)，致電或親臨中心登記抽籤。

(2) 抽籤日期：2026年5月26日(星期二)上午9:30，中籤者會有職員聯絡。

備註：1) 此活動安排旅遊巴接送參加者往返中心與活動場地。

2) 此乃戶外活動，參加者請衡量自己的身體情況。

健康類

2026年5月至10月：護士診所及「嚐」「動」樂

透過護士的專業會診，及早介入和協助長者建立健康生活模式、預防疾病及減低併發症的風險。

- 內容：1) 由護士提供三次健康諮詢及檢查，包括驗血糖(3次)、膽固醇測試(1次)、量血壓、磅重、營養管理、藥物及健康諮詢。
- 2) 由資深指導員隔月提供運動體驗活動(方型踏步運動/核心肌肉膠帶操)，合共三次運動。
- 3) 運動後派送時令生果，參加者外携回家品嚐。

健康諮詢及檢查

次數	日期	時間	地點	約見時間
第一次	2026年5月13日 (星期三)	上午9:00-下午1:00 或 下午1:45-5:00	富亨中心 公共閱讀室	30分鐘(新參加者) 15分鐘(舊參加者)
第二次	2026年7月22日 (星期三)	上午9:00-下午1:00 或 下午1:45-5:00	富亨中心 公共閱讀室	15分鐘(舊參加者)
第三次	2026年9月16日 (星期三)	上午9:00-下午1:00 或 下午1:45-5:00	富亨中心 公共閱讀室	15分鐘(舊參加者)

備註：實際約見日期及時間，視乎輪候次序而定。

「嚐」「動」樂

次數	日期	時間	地點	品「嚐」健康飲食	運「動」
第一次	2026年6月17日 (星期三)	上午10:00- 上午11:00	富亨中心 活動室 一及二	派送時令生果 參加者外携 回家品嚐	方型踏步運動
第二次	2026年8月19日 (星期三)	上午10:00- 上午11:00		同上	核心肌肉膠帶操
第三次	2026年10月7日 (星期三)	下午1:30- 下午2:30		同上	方型踏步運動

費用：\$80/半年 (包括上述單數月份的健康諮詢及檢查，以及雙數月份的運動飲食)

對象：關心身體狀況的會員

名額：7人

負責職員：琳姑娘

開始報名日期：2026年5月4日(星期一)。

報名方式：(1) 致電中心報名。

(2) 名額有限，先到先得。

2026年6月至2026年8月核心肌肉膠帶操 2C 班

日期：2026年6月2日至2026年8月4日(逢星期二)

班別	時間	地點	名額
2C 班	上午 10:30-11:30	富亨中心活動室 1 及 2	18 人

內容：由資深導師教授，專為長者設計的膠帶操，除了訓練手腳力量外，課堂中會教授訓練核心肌肉(core muscles)如背肌和腹肌等，去保持和改善姿勢，以減少因姿勢差而導致的痛症。

對象：中心會員

費用：\$200

負責職員：馮姑娘

報名階段	報名對象	報名期	報名方式/ 備註
第一階段	*2C 班舊生	2026年5月12日(星期二)至 2026年5月19日(星期二)報名	致電中心報名，中心職員會安排參加者預約時間到中心繳費。
第二階段	新生 (現時未有參與任何核心肌肉膠帶操)	2026年5月20日(星期三)至 2026年5月27日(星期三) 致電中心登記抽籤	致電中心登記抽籤 (抽籤日期： 2026年5月28日(星期四)， 上午 9:30 中心職員會安排中籤會員預約時間到中心繳費及出席活動。

導師：徐婉媚女士

備註：(1) 課程合共 10 堂

(2) 出席率超過 70% (7 堂)可於下期優先以舊生身份報名。

(3) 學員不可自行調動上課時間。

(4) 參加者必須穿著運動鞋出席活動。

(5) 此乃運動性質活動，參加者請衝量自己的身體情況。

(6) 請參加者自備膠帶或預先到本中心購買膠帶。

(7) 每位參加者只能參加一班膠帶操班。

(8) 課程滿額才開班。

(9) *2C 班舊生指曾參加「2026年3月至2026年5月核心肌肉膠帶操 2C 班」，以及出席率超過 70%的學員。

2026年6月至2026年8月核心肌肉膠帶操 2D 班

日期：2026年6月2日至2026年8月4日(逢星期二)

班別	時間	地點	名額
2D 班	上午 11:45-12:45	富亨中心活動室 1 及 2	18 人

內容：由資深導師教授，專為長者設計的膠帶操，除了訓練手腳力量外，課堂中會教授訓練核心肌肉(core muscles)如背肌和腹肌等，去保持和改善姿勢，以減少因姿勢差而導致的痛症。

對象：中心會員

費用：\$200

負責職員：馮姑娘

報名階段	報名對象	報名期	報名方式/ 備註
第一階段	*2D 班舊生	2026 年 5 月 12 日(星期二)至 2026 年 5 月 19 日(星期二)報名	致電中心報名，中心職員會安排參加者預約時間到中心繳費。
第二階段	新生 (現時未有參與任何核心肌肉膠帶操)	2026 年 5 月 20 日(星期三)至 2026 年 5 月 27 日(星期三) 致電中心登記抽籤	致電中心登記抽籤 (抽籤日期： 2026 年 5 月 28 日(星期四)， 上午 9:30 中心職員會安排中籤會員預約時間到中心繳費及出席活動。

導師：徐婉媚女士

- 備註：(1) 課程合共 10 堂
(2) 出席率超過 70% (7 堂)可於下期優先以舊生身份報名。
(3) 學員不可自行調動上課時間。
(4) 參加者必須穿著運動鞋出席活動。
(5) 此乃運動性質活動，參加者請衡量自己的身體情況。
(6) 請參加者自備膠帶或預先到本中心購買膠帶。
(7) 每位參加者只能參加一班膠帶操班。
(8) 課程滿額才開班。
(9) *2D 班舊生指曾參加「2026 年 3 月至 2026 年 5 月核心肌肉膠帶操 2D 班」，以及出席率超過 70%的學員。

2026 年 6 月至 2026 年 8 月核心肌肉膠帶操 5C 班

日期：2026 年 6 月 12 日至 2026 年 8 月 28 日 (逢星期五) (2026 年 6 月 19 日~端午節公眾假期除外)

班別	時間	地點	名額
5C 班	上午 10:00-11:00	富亨中心活動室 1 及 2	18 人

內容：由資深導師教授，專為長者設計的膠帶操，除了訓練手腳力量外，課堂中會教授訓練核心肌肉(core muscles)如背肌和腹肌等，去保持和改善姿勢，以減少因姿勢差而導致的痛症。

對象：中心會員

費用：\$200 負責職員：馮姑娘

報名階段	報名對象	報名期	報名方式/ 備註
第一階段	*5C 班舊生	2026 年 5 月 22 日(星期五)至 2026 年 5 月 29 日(星期五)報名	致電中心報名，中心職員會安排參加者預約時間到中心繳費。
第二階段	新生 (現時未有參與任何核心肌肉膠帶操)	2026 年 5 月 30 日(星期六)至 2026 年 6 月 8 日(星期一) 致電中心登記抽籤	致電中心登記抽籤 抽籤日期： 2026 年 6 月 9 日(星期二)， 上午 9:30。 中心職員會安排中籤會員預約時間到中心繳費及出席活動。

導師：張應明先生

- 備註：(1) 課程合共 10 堂
(2) 出席率超過 70% (7 堂)可於下期優先以舊生身份報名。
(3) 學員不可自行調動上課時間。
(4) 參加者必須穿著運動鞋出席活動。
(5) 此乃運動性質活動，參加者請衡量自己的身體情況。
(6) 請參加者自備膠帶或預先到本中心購買膠帶。
(7) 每位參加者只能參加一班膠帶操班。
(8) 課程滿額才開班。
(9) *5C 班舊生指曾參加「2026 年 3 月-2026 年 5 月核心肌肉膠帶操 5C 班」，以及出席率超過 70%的學員。

2026 年 6 月至 2026 年 8 月核心肌肉膠帶操 5D 班

日期：2026 年 6 月 12 日至 2026 年 8 月 28 日 (逢星期五) (2026 年 6 月 19 日~端午節公眾假期除外)

班別	時間	地點	名額
5D 班	上午 11:15-中午 12:15	富亨中心活動室 1 及 2	18 人

內容：由資深導師教授，專為長者設計的膠帶操，除了訓練手腳力量外，課堂中會教授訓練核心肌肉(core muscles)如背肌和腹肌等，去保持和改善姿勢，以減少因姿勢差而導致的痛症。

對象：中心會員 費用：\$200 負責職員：馮姑娘

報名階段	報名對象	報名期	報名方式/ 備註
第一階段	*5D 班舊生	2026 年 5 月 22 日(星期五)至 2026 年 5 月 29 日(星期五)報名	致電中心報名，中心職員會安排參加者預約時間到中心繳費。
第二階段	新生 (現時未有參與任何核心肌肉膠帶操)	2026 年 5 月 30 日(星期六)至 2026 年 6 月 8 日(星期一) 致電中心登記抽籤	致電中心登記抽籤 抽籤日期： 2026 年 6 月 9 日(星期二)， 上午 9:30。 中心職員會安排中籤會員預約時間到中心繳費及出席活動。

導師：張應明先生

- 備註：
- (1) 課程合共 10 堂
 - (2) 出席率超過 70% (7 堂)可於下期優先以舊生身份報名。
 - (3) 學員不可自行調動上課時間。
 - (4) 參加者必須穿著運動鞋出席活動。
 - (5) 此乃運動性質活動，參加者請衝量自己的身體情況。
 - (6) 請參加者自備膠帶或預先到本中心購買膠帶。
 - (7) 每位參加者只能參加一班膠帶操班。
 - (8) 課程滿額才開班。
 - (9) *5D 班舊生指曾參加「2026 年 3 月-2026 年 5 月核心肌肉膠帶操 5D 班」，以及出席率超過 70%的學員。

樂齡科技類

樂齡科技體驗日(互動按鈕)

場次	日期	時間	名額
A	2026 年 5 月 20 日(星期三)	下午 2:00-2:30	4 人
B	2026 年 5 月 20 日(星期三)	下午 2:30-3:00	4 人
C	2026 年 5 月 20 日(星期三)	下午 3:00-3:30	4 人
D	2026 年 5 月 20 日(星期三)	下午 3:30-4:00	4 人

地點：富亨中心活動室 1 及 2

內容：體驗樂齡科技產品互動按鈕系統 BUTTONS，展開認知與感覺統合訓練之旅。

對象：中心會員

費用：全免

負責職員：曾姑娘

開始報名日期：2026 年 5 月 4 日(星期一)。

報名方式：(1) 致電中心報名。

(2) 名額有限，先到先得。

備註：(1) 每位參加者只可報其中一場

(2) 未曾參與 4 月樂齡科技體驗日的會員優先參與

樂齡科技體驗日(踏單車看世界)

場次	日期	時間	名額
A	2026年5月26日(星期二)	下午 2:00-2:30	4人
B	2026年5月26日(星期二)	下午 2:30-3:00	4人
C	2026年5月26日(星期二)	下午 3:00-3:30	4人
D	2026年5月26日(星期二)	下午 3:30-4:00	4人

地點：富亨中心活動室 1 及 2

內容：體驗樂齡科技產品互動復康訓練系統 SilverFit Mile，透過視覺回饋，於訓練時與老友記互動。

對象：中心會員

費用：全免

負責職員：曾姑娘

開始報名日期：2026年5月4日(星期一)。

報名方式：(1) 致電中心報名。

(2) 名額有限，先到先得。

備註：(1) 每位參加者只可報其中一場

(2) 未曾參與 4 月樂齡科技體驗日的會員優先參與

使用互動負重運動儀計劃

日期：2026年5月2日至2026年5月30日(公眾假期除外)

(註：實際日期請聯絡負責職員)

時間：每次 20 分鐘

地點：富亨中心(大堂)或頌真會所(大堂)

內容：透過使用互動負重運動儀的高頻率低振幅的互動負重運動科技，提供全身振動刺激、幫助預防及改善骨質疏鬆、改善血液循環、提升肌肉功能及減輕背痛。

對象：中心會員 名額：6人

費用：每次報名\$8 / 月費報名\$60 (共 13 次) / 半年計劃\$298 (共 78 次)

負責職員：琳姑娘

備註：(1) V-Health 互動負重運動儀適合下列情況使用：骨質減少或骨質疏鬆、肌肉減少、低平衡力、缺乏運動、肌肉和協調問題、腰背痛、早期膝關節和髖關節退化(經醫生指導)、下肢骨折(經醫生指導)。

(2) 如有以下狀況，不適宜使用互動負重運動儀：孕婦、使用心臟起搏器或其他正在使用電子醫療設備人士、曾經或正在患有癌症或惡性腫瘤、急性骨骼系統的感染患者。

(3) 參加者應穿較淺色的衣服 及 請穿襪子出席活動。

(4) 參加者請於餐後最少相隔 30 分鐘使用互動負重運動儀。

(5) 此計劃設有骨質密度評估(半年評估一次)。(註：若首次進行骨質密度評估之後的半年期間，中途長時間退出使用互動負重運動儀，則有機會取消在半年後作出骨質密度評估)。

(6) 參加者須先經護士評估，由負責職員安排評估時間。

開始報名日期：2026年5月4日(星期一)。

報名方式：(1) 致電中心報名。

(2) 名額有限，經評估合資格者，先到先得。



義務工作類

探訪組

日期：2026年5月18日(星期一)
時間：下午2:00-3:30
地點：長者家中
集合地點：富亨中心活動室1及2
內容：探訪組義工簡介及上門探訪
對象：探訪義工
名額：10人
費用：全免
負責職員：李先生
開始報名日期：2026年5月4日(星期一)
報名方式：(1) 致電中心報名。
(2) 經甄選核實參加資格。

2026年5月活動表義工 - 義工招募

日期：2026年5月25日至5月30日期間
時間：上午9:30-中午12:30
地點：富亨中心活動室1及2
內容：招募義工摺中心活動表。
對象：中心會員
名額：7位
費用：全免
負責職員：曾姑娘
開始報名日期：2026年5月4日(星期一)
報名方式：(1) 致電中心報名。
(2) 名額有限，先到先得。
備註：確定日期時間會再通知

長者委員會

日期：2026年5月27日(星期三)
時間：下午2:00至3:00
地點：富亨中心活動室1及2
內容：報告、諮詢和討論中心事宜。
對象：所有長者委員
名額：12位
費用：全免
負責職員：李姑娘
報名方式：致電中心聯絡負責職員報名。

支援護老者類

護老者專題講座:傷口的護理

日期：2026年4月29日(星期三)
時間：上午10:00-11:00
地點：富亨中心活動室
內容：學習處理傷口的不同方法、清洗傷口的技巧、及傷口受感染的徵狀及和處理的方法。
對象：護老者
名額：20人
費用：全免
負責職員：胡姑娘
開始報名日期：2026年4月1日(星期三)
報名方式：(1)致電中心報名。
(2)名額有限，先到先得。
合辦機構：東華三院離院長者綜合支援計劃(大埔)

護老者坐一坐

日期：2026年4月29日(星期三)
時間：下午4:30-5:30
地點：富亨中心活動室
內容：護老者一同認識有關照顧的話題，互相支援及分享經驗，舒緩照顧者壓力。
對象：護老者
名額：10人
費用：全免
負責職員：胡姑娘
開始報名日期：2026年4月1日(星期三)
報名方式：(1)致電中心報名。
(2)名額有限，先到先得。

居安思「耆」防火防災互動工作坊

日期：2026年5月4日(星期一)
時間：上午10:00-11:30
地點：浸信會愛羣社會服務處大埔長者日間護理中心活動室
(地址：大埔頌雅路11號富蝶邨社會服務大樓地下)
內容：針對長者及照顧者群體，由香港紅十字會講解及裝備樓宇防災知識，現場互動教學。
對象：1) 護老者及長者一同出席；
2) 護老者
名額：25人
費用：全免
負責職員：何先生
開始報名日期：2026年4月1日(星期三)
報名方式：(1) 致電中心報名。
(2) 名額有限，先到先得。
備註：浸信會愛羣社會服務處 - 大埔長者日間護理中心，可提供免費長者日間暫託服務。
合辦機構：浸信會愛羣社會服務處 - LINK 得喜 照顧者網絡連線計劃

有口「男」言 (2026年5月)

日期：2026年5月13日(星期三)
時間：下午3:00-4:00
地點：富亨中心活動室
內容：男士護老者聚首一堂，一同交流分享護老經驗。社工分享社區資源及最新安老服務資訊。
對象：男士護老者
名額：12人 費用：全免 負責職員：何先生
開始報名日期：2026年5月4日(星期一)
報名方式：(1) 致電中心報名。
(2) 名額有限，先到先得。
(3) 職員會個別聯絡參加者確認成功報名。

護老者專題講座:簡易保健運動

日期：2026年5月13日(星期三)
時間：上午10:00-11:00
地點：富亨中心活動室
內容：護老者學習簡易保健運動，在家和長者一齊做運動，以延緩長者機能退化的速度。
對象：護老者
名額：20人
費用：全免 負責職員：胡姑娘
開始報名日期：2026年5月4日(星期一)
報名方式：(1) 致電中心報名。
(2) 名額有限，先到先得。
合辦機構：東華三院離院長者綜合支援計劃(大埔)

護老者坐一坐

日期：2026年5月26日(星期三)
時間：下午4:30-5:30
地點：富亨中心活動室
內容：護老者一同認識有關照顧的話題，互相支援及分享經驗，舒緩照顧者壓力。
對象：護老者
名額：10人
費用：全免 負責職員：胡姑娘
開始報名日期：2026年5月4日(星期一)
報名方式：(1) 致電中心報名。
(2) 名額有限，先到先得。

護老者休息站(2026年5月)

日期：2026年5月27日(星期三)
時間：下午3:00-4:00
地點：富亨中心活動室
內容：提供一個輕鬆環境予護老者，讓護老者輕鬆享受不同減壓服務，如音樂欣賞、手工製作、品嚐花茶咖啡等不同活動(註：每次主題不同，詳情請向職員查詢)，從而得到喘息空間。同時提供護老資訊，增加護老者的護老知識。
對象：護老者
名額：6人
費用：全免
負責職員：胡姑娘
開始報名日期：2026年5月4日(星期一)
報名方式：(1) 致電中心報名。
(2) 名額有限，先到先得。

高支援需要護老者專題活動

鬆一鬆 - 護老者朋輩同行小組

日期：2026年4月23日、30日、5月7、14、21、28日 (逢星期四，共六節)
時間：下午 2:00 - 3:30
地點：浸信會愛羣社會服務處大埔長者日間護理中心
地址：大埔頌雅路 11 號富蝶邨社會服務大樓地下
內容：社工及資深護老者會與參加者一同分享「照顧者故事」、欣賞「獨特的我」、學習「回到自在」，通過互相聆聽、勉勵，提升自我關懷，重塑「照顧」的意義。
對象：高支援需要護老者
名額：10 人
費用：全免 負責職員：馮姑娘
報名方式：致電中心報名
備註：為關顧護老者的需要，活動期間浸信會愛羣社會服務處大埔長者日間護理中心可提供免費長者暫託服務予參加者 (需經社工評估作實)，名額有限，先到先得。

健體強腦工作坊

日期：2026年5月13日、20日、27日 (逢星期三，共三節)
時間：下午 3:00-4:00
地點：浸信會愛羣社會服務處-大埔長者日間護理中心
內容：由香港教育大學運動導師教授健腦動作與體能訓練，舒展筋骨之餘亦鍛鍊認知能力，同時加入心理健康小貼士分享，讓護老者從多方面關顧自身健康，包括一次由香港教育大學職員負責的認知障礙篩查。
第一節 - 肌力訓練；
第二節 - 柔軟度訓練；
第三節 - 平衡力訓練。
對象：高支援需要護老者 (註：須 55 歲或以上及居於大埔區)
名額：10 人
費用：全免 負責職員：馮姑娘
開始報名日期：2026年5月4日(星期一)
報名方式：(1)致電中心報名。
(2)名額有限，先到先得。
備註：為關顧護老者的需要，活動期間浸信會愛羣社會服務處大埔長者日間護理中心可提供免費長者暫託服務予參加者 (需經社工評估作實)，名額有限，先到先得。
合辦機構：浸信會愛羣社會服務處 - LINK 得喜 照顧者網絡連線計劃。

護老者喘息站(2026年5月)

日期：2026年5月27日(星期三)
時間：下午 4:15-5:15
地點：富亨中心活動室
內容：提供一個輕鬆環境予護老者，讓護老者輕鬆享受不同減壓服務，如音樂欣賞、手工製作、品嚐花茶咖啡等不同活動(註：每次主題不同，詳情請向職員查詢)，從而得到喘息空間。同時提供護老資訊，增加護老者的護老知識。
對象：高支援需要護老者
費用：全免 負責職員：胡姑娘
開始報名日期：2026年5月4日(星期一)
報名方式：(1) 致電中心報名。
(2) 名額有限，先到先得。
(3) 報名後，職員會個別聯絡參加者。
備註：此活動可安排長者於中心進行暫託服務，讓護老者放心參與活動，可向胡姑娘查詢。

耆護有里大行動(2026年5月)

日期：2026年5月18日(星期一)
時間：下午2:00-3:30
地點：高支援需要護老者家中
內容：由中心義工進行家訪關顧，介紹護老資訊，讓護老家庭感到社區的關懷。
對象：高支援需要護老者
名額：6人
費用：全免
負責職員：馮姑娘
開始報名日期：2026年5月4日(星期一)
報名方式：(1)致電中心報名。
(2)名額有限，先到先得。

認知健康專題活動

腦力再培訓計劃(2026年5月至7月)

日期：2026年5月8日至2026年7月3日(逢星期五，公眾假期除外)(共8堂)
時間：下午3:30-4:30
地點：富亨中心活動室1,2
內容：1. 社工設計/提供多元化的認知訓練，以維持或減慢認知功能衰退
2. 應用樂齡科技產品輔助認知訓練
對象：60歲或以上及懷疑或確診患有認知障礙症的長者
名額：10人
費用：\$80
負責職員：馮姑娘
報名方式：(1)於2026年4月1日(星期三)至4月24日(星期五)，致電中心登記抽籤。
(2)中心職員會安排中籤會員4月27日或之後到中心繳費及出席活動。
備註：參加者須先經評估以核實參加資格。

認知障礙症 (三) 生活之道講座

日期：2026年5月20日(星期四)
時間：上午10:30-11:30
地點：富亨中心活動室
內容：由衛生署職員向護老者講解與認知障礙症患者溝通之道
對象：中心會員
名額：20人
費用：全免
負責職員：胡姑娘
開始報名日期：2026年5月4日(星期一)。
報名方式：(1)致電中心報名。
(2)名額有限，先到先得。
合辦機構：衛生署長者健康服務北區及大埔長者健康外展分隊。

「智友生活」- 認知障礙症家居照顧實務講座

日期：	2026年5月28日(星期四)
時間：	上午10:30-11:30
地點：	浸信會愛羣社會服務處-大埔長者日間護理中心
內容：	由職業治療師從專業角度分享，認知障礙症初、中、晚期的病徵變化，以及相應的照顧技巧，有助照顧者家庭規劃長期照顧方案，舒緩照顧者壓力。
對象：	居於大埔區的護老者並需要照顧懷疑/確診患認知障礙症的長者
名額：	10人
費用：	全免
負責職員：	馮姑娘
開始報名日期：	2026年5月4日(星期一)。
報名方式：	(1)致電中心報名。 (2)名額有限，先到先得。
備註：	為關顧護老者的需要，活動期間浸信會愛羣社會服務處大埔長者日間護理中心可提供免費長者暫託服務予參加者(需經社工評估作實)，名額有限，先到先得。
合辦機構：	浸信會愛羣社會服務處 - LINK 得喜 照顧者網絡連線計劃。

慈愛長者學苑

慈愛長者學苑-(2026年5月)英語班

日期：	2026年5月8日(星期五)
時間：	下午4:00-5:00
地點：	香港紅卍字會大埔卍慈中學 306 課室
集合時間：	下午3:45
集合地點：	富亨中心活動室或大堂
內容：	教授長者日常生活英用語
對象：	1) 學歷需有小學三年班或以上 2) 60歲或以上中心會員 3) 如有餘額，55歲或以上中心會員可以報讀
名額：	10人
費用：	全免
負責職員：	馮姑娘
報名方式：	(1) 於2026年4月24日(星期五)至5月6日(星期三)，致電中心登記抽籤。 (2) 抽籤日期：2026年5月7日(星期四)下午2:00。 (3) 中心職員會致電通知中籤會員出席活動。
合作學校：	香港紅卍字會大埔卍慈中學
備註：	活動由「長者學苑發展基金」及長者學苑支持機構贊助。

慈愛長者學苑-(2026年5月)長者精神健康同樂日

日期：	2026年5月16日(星期六)
時間：	上午9:45-11:30
地點：	香港紅卍字會大埔卍慈中學-禮堂及兩天操場
集合時間：	上午9:30
集合地點：	富亨中心活動室或大堂
內容：	攤位活動。
對象：	1) 60歲或以上中心會員 2) 如有餘額，55歲或以上中心會員可以報讀
名額：	25人
費用：	全免
負責職員：	馮姑娘
報名方式：	(1) 於2026年4月24日(星期五)至5月13日(星期三)，致電中心登記抽籤。 (2) 抽籤日期：2026年5月14日(星期四)下午2:00。 (3) 中心職員會致電通知中籤會員出席活動。
合作學校：	香港紅卍字會大埔卍慈中學
備註：	活動由「長者學苑發展基金」及長者學苑支持機構贊助。

其他類別服務

熱餐關愛計劃

計劃內容：為年滿 60 歲或以上獨居或兩老共住之有需要長者提供免費熱餐服務，熱餐由「惜食堂」提供。經核實資格之長者可於中午時間到中心領取熱餐(午餐)1 份。

參加資格：(1) 缺乏家庭或社區支援 (例如上門送飯服務) 或
(2) 自我照顧困難 (例如未能煮食、外出買餸買飯有困難) 或
(3) 經濟困難 (例如依靠長者生活津貼/傷殘津貼生活，並沒有其他支援；依靠綜援生活而有額外支出如醫療費用)

日期：2026 年 5 月 4 日至 2026 年 5 月 29 日(逢星期一、三、五)(公眾假期除外)

時間：上午 11:45 到達中心

對象：中心會員

名額：36 人

費用：免費

負責職員：曾姑娘

報名方式：致電/親臨中心，中心職員向參加者評估核實參與資格。

~歡迎會員出席 2026 年 5 月例會~

日期	2026 年 5 月 7 日 (星期四)	2026 年 5 月 21 日 (星期四)
時間	第一場：上午 10:00 - 11:00 第二場：中午 12:00 - 下午 1:00	第一場：上午 10:00 - 11:00 第二場：中午 12:00 - 下午 1:00
地點	富亨鄰里社區中心社區會堂	
主題	廣東院舍照顧服務計劃、 中心服務報告、 最新活動推介、服務質素標準介紹	中心服務報告、 最新活動推介、 服務質素標準介紹
名額	100 人	100 人
對象	(第一場) 居住富亨邨：亨耀、亨裕、亨盛、亨泰、亨隆之會員、 非居住富亨邨/頌雅苑 之會員 (第二場) 居住富亨邨：亨榮、亨翠、亨昌、 居住頌雅苑：頌真、頌善、頌美 之會員	

負責職員：馮姑娘

5 月代購奶粉 (敬請電話預約)

代購日期：2026 年 5 月 2 日至 2026 年 5 月 30 日(售完即止)

1. 請自備購物袋
2. 會員每月只限購買 5 罐

	900 克	850 克	750 克	400 克
雅培金裝加營養 (佻呢嗰味)	\$215	/	/	\$104
雅培低糖加營養 (佻呢嗰味)	/	\$223	/	/
雅培怡保康 (供關注血糖人士服用)	/	\$248	/	\$113
三花柏齡健心三清高高鈣較低脂奶粉	/	/	\$105	/

5 月腦地方

今次的腦地方問題將於 5 月份張貼在富亨中心的壁報板上，請於 2026 年 5 月 30 日(星期六)或之前，到中心領取答題紙回答問題，並將填妥的答題紙投進腦地方答案箱或交給中心職員，全對的會員可獲贈禮物乙份，答案正確的會員名單將於每月 15 日公佈，參加者可向接待處職員查詢。

其他服務資訊

服務質素標準(Service Quality Standards, 簡稱 SQS)知多少?

各位老友記，大家對「服務質素標準」有多少了解呢？「服務質素標準」訂明了福利服務單位應具備的質素水平，共 16 項，本月會介紹標準 5、標準 6、標準 7 及標準 8 內容如下：

標準 5 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。

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、職員及其他關注的人士就服務單位的表現提出意見。





標準 7 服務單位實行政策及程序以確保有效的財政管理。

標準 8 服務單位遵守一切有關的法律責任。

以上的服務質素標準亦張貼在中心，歡迎各會員隨時參閱！

如有需要，各會員及社區人士可以聯絡中心職員借閱服務質素標準手冊。

颱風/暴雨指引

颱風/暴雨	中心開放	室內活動	戶外活動
一號風球/黃色暴雨 	✓	✓	視乎天氣情況再決定
現正或活動舉行前兩小時仍然懸掛三號風球/紅色暴雨 	✓	×	×
現正或活動舉行前兩小時或預告即將懸掛八號風球或以上 	×	×	×
黑色暴雨 	上午 9:00 前發出	×	×
	上午 9:00 後發出	✓	×

「極端情況」指引

如政府現正作出「極端情況」公布或取消「極端情況」的兩小時內，中心暫停開放，室內活動及戶外活動取消。

備註：如在下午 3 時前除下八號風球/黑色暴雨，而且沒有「極端情況」，中心將於除下八號風球/黑色暴雨後兩小時開放。