

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5，6內容供各位會員及社區人士了解：

- 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、職員及其他關注人士就服務單位的表現提出意見。

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: 梳打餅 (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：

方塊數字

使各行的數字不論橫向
或直向相加均等於10

歡迎成功挑戰的會員，請
於*9月1日至15日*，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9月份中心通訊



「足」「理」健康講座

日期	2025年9月18日(星期四)
時間	上午10:00 - 中午12:30
費用	全免
對象	20位會員
地點	梁顯利油麻地社區中心1/F禮堂
內容	嘉賓分享舒緩偏平足/腳趾外翻的足部運動， 如何選擇合適的鞋及灰甲護理

彭先生(足部治療師) 主講嘉賓
請與社工廖生聯絡 查詢及報名

參加者可享
免費簡易足部檢查
及禮物乙份

合辦機構 (排名不分先後):



救世軍油麻地長者社區服務中心 楊震 循道衛理楊震社會服務處悠逸軒
保良局盧邱玉霜書暉中心 亞洲婦女協進會油麻地頤老中心
尖沙咀坊會松柏鄰舍活動中心 舊色園主辦可旺耆英鄰舍中心
浸信會愛羣社會服務處 浸信會愛羣社會服務處 佐敦家庭支援及服務中心 國際婦女會長者鄰舍中心

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 9 月)

日期：2025年9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9月)

日期：2025年9月1、8、15、22、29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：張姑娘



食環署講座- 蔬果天然毒素與營養標籤

日期：2025年9月10日(星期三)

時間：上午10:00 - 10:45

內容：認識食品中常見的天然毒素，對人體健康的影響。講解預先包裝食物的營養標籤，掌握閱讀營養標籤的技巧。

地點：本中心

對象：中心會員 名額：15名

費用：全免



9月例會

日期：2025年9月24日(星期三)

時間：上午9:30 - 10:00

內容：介紹2025年10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：張姑娘



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：張嘉雯

印製數量：200

督印人：王衛康

印刷日期：26/8/2025

2025-2026 愛羣學苑 - 太極班 (第三期)

日期：2025年9月8、15、22、29日；10月6、13、20、27日
11月3、10日(逢星期一，共10節)

時間：上午10:00 - 11:00

內容：由導師教授傳統太極門派的部分基本招式，增加長者對太極的了解和身體的平衡力。

會員：\$110 非會員：\$140
對象：中心會員 名額：8名
地點：本中心 負責職員：張姑娘



2025-2026 愛羣學苑 - 方型踏步 (第二期)

日期：2025年10月2、9、16、23、30日
11月6、13、20、27日；12月4日
(逢星期四，共10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：\$60 非會員：\$90
對象：中心會員 名額：6名
地點：本中心 負責職員：曉澄姑娘



2025-2026 愛羣學苑 - 八段錦(第三期)

日期：2025年8月29日；9月5、12、19、26日
(逢星期五，共5節)

時間：上午10:00 - 11:00

內容：由導師教授八段錦，建立良好的運動習慣。

會員：\$55 非會員：\$70
對象：中心會員 名額：8名
地點：本中心 負責職員：張姑娘



鉤織手工班 (2025年9月)

日期：2025年9月13、20、27日(星期六，共3節)

時間：上午10:00 - 11:00

內容：讓大家織出實用又美觀的作品，包括吊飾，散紙包提升專注力和眼力，訓練耐性，陶冶性情。

會員：\$90 非會員\$120 (已包括三堂材料費)
對象：中心會員 名額：8名
地點：本中心 負責職員：張姑娘



賽馬會老友運動計劃 - 「靜觀動樂」(第二期)

日期：2025年10月10、17、24、31日
2025年11月7、14、21、28日
2025年12月5、12日
(逢星期五，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：體適能運動、靜觀體驗、物理治療講座、藝術活動，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9月29(星期一)，並在以下時段內進行(下午2:00-5:00)，時長約45分鐘

以勒基金 浸信會愛羣社會服務處
BAPTIST CHUKWAN SOCIAL SERVICE
長者社區支援及護理服務
Community Support and Care Services for the Elderly 合辦

人可以向上帝禱告-
長者佛道會

講員：陳歐陽桂芬女士(以勒基金總幹事)

日期：2025年9月13日(星期六)
時間：上午10:30 - 下午1:30
地點：沙田麗豪酒店1樓(麗豪廳)
活動內容：詩歌、福音信息、表演、中式午膳
招募對象：獨居長者及雙老長者
名額：10
費用：\$20 (交通費-旅遊巴/復康巴接送參加者
來往中心與活動場地)

如有興趣參與可聯絡負責職員查詢，謝謝！

我的幫助從何而來?

活動介紹



9月活動月曆



星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六
1 9:30 以色列麻雀 10:00 愛羣學苑 - 太極班(第二期) 1:00 「靜觀動樂」計劃	2 10:30 愛羣學苑 - 粵曲訓練班(第二期)	3 11:00 愛羣學苑 - 毛筆書法班(第一期)	4 10:00 愛羣學苑 - 方型踏步 (第二期)	5 10:00 愛羣學苑 - 八段錦(第三期)	6
8 9:30 以色列麻雀 10:00 愛羣學苑 - 太極班(第三期) 1:00 「靜觀動樂」計劃	9 10:30 愛羣學苑 - 粵曲訓練班(第二期)	10 10:00 食環署講座- 蔬果天然毒素與營養標籤 11:00 愛羣學苑 - 毛筆書法班(第一期) 11:00 瑜樂伽-生命正向繪本工作坊(個別會員參加)	11 10:00 愛羣學苑 - 方型踏步 (第二期)	12 10:00 愛羣學苑 - 八段錦(第三期) 1:00 「靜觀動樂」計劃(補堂)	13 10:00 鉤織手工班 10:30 人可以向上帝禱告 - 長者佈道會
15 9:30 以色列麻雀 10:00 愛羣學苑 - 太極班(第三期) 1:00 「靜觀動樂」計劃	16 10:30 愛羣學苑 - 粵曲訓練班(第二期)	17 11:00 愛羣學苑 - 毛筆書法班(第一期)	18 10:00 愛羣學苑 - 方型踏步 (第二期) 10:00 「足」 「理」健康講座	19 10:00 愛羣學苑 - 八段錦(第三期)	20 10:00 鉤織手工班
22 9:30 以色列麻雀 10:00 愛羣學苑 - 太極班(第三期) 2:30 「靜觀動樂」計劃(第一期, 事後評估日)	23 10:30 愛羣學苑 - 粵曲訓練班(第二期)	24 9:30 中心例會 11:00 愛羣學苑 - 毛筆書法班(第一期)	25	26 10:00 愛羣學苑 - 八段錦(第三期)	27 10:00 鉤織手工班 11:00 OEP - 中秋軟在心
29 9:30 以色列麻雀 10:00 愛羣學苑 - 太極班(第三期) 2:30 「靜觀動樂」計劃(第二期, 事前評估日)	30				