

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 13、14 內容供各位會員及社區人士了解：

- 標準 13: 服務單位備有確保服務使用者的私人財產權利得到尊重的政策及程序，並可供服務使用者、職員及其他關注人士閱覽。
- 標準 14: 在可行的情況下，服務單位備有確保個別服務使用者私隱與尊嚴得到尊重的政策及程序，並可供服務使用者、職員及其他關注人士閱覽。

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(\$21) **

本月禮物: 米 (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(\$21)到中心辦理手續

中心將保留最終決定權

「一帶一會員招募」
現有會員邀請一位親友到
中心成為新會員，即可雙
方都獲得專屬福袋！

動腦小遊戲

一口中連上一豎直

(打一字)

二禾苗旁邊一把火

(打一字)

三草字頭下竹子節

(打一字)

四喜笑顏開無憂愁
佳節團圓心歡喜

(打二字)

遊戲日期: 1/9-10/9

答對者可獲得迷你小零食1包 有得食有得玩 🍪

姓名:

會員編號:

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

2026年9月份中心通訊

「六藝創耆蹟」北歐健步行興趣班



利用專用健走杖進行的全身性有氧運動，能同時達到鍛鍊與保護關節的效果，掌握基礎知識、步行技巧以及健走杖的正確使用方法。

- 日期: 2026年9月7、14、21、28日(逢星期一)
- 時間: 上午9:15 - 10:15
- 費用: 全免
- 對象: 中心會員 名額: 10名
- 地點: 九龍公園 負責職員: 王sir/何姑娘



同你跳「佳」舞



逢星期一至五 早上9:10 - 9:30到中心參加，每次可獲印仔1個

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 (2026年9月)

日期：2026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，提升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)
X 使用心臟起搏器或其他正在使用電子醫療設備
X 患有惡性腫瘤或癌症
X 有骨折 X 孕婦 X 不能站立人士

鉤織手工班 (2026年9月)

日期：2026年 9月 12、19日 (星期六)

時間：第一節 上午 10:00 - 12:00

第二節 上午 10:00 - 11:00

內容：讓大家織出實用又美觀的作品，提升專注力和眼力，訓練耐性，陶冶性情。

會員：\$ 90 非會員\$120 (已包括材料費)

對象：中心會員 名額：6 名

地點：本中心 負責職員：劉生



中秋義工小組

日期：2026年 9月 15日 (星期二)

時間：上午 11:15 - 12:00

內容：義工相聚討論未來的義工活動方向、實踐所學並分享成果

地點：本中心

對象：中心義工 名額：8名

費用：全免 負責職員：佳sir



9月例會

日期：2026年 9月 30日 (星期三)

時間：上午 9:30 - 10:00

內容：介紹2026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：劉生

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 聯絡人



編製：劉錦源

印製數量：200

督印人：王衛康

印刷日期：25/8/2026

坊間活動推介

精靈「腦」友記「認知障礙症關注日」

齊來關注腦健康！現場特設互動體驗攤位與專業專題講座。費用全免，到場更可獲贈精美紀念品（送完即止），歡迎大家踴躍參與！



日期：2026年9月19日（星期六）

時間：上午10時 - 下午6時

地點：油尖旺地區康健中心主中心（九龍旺角廣東道1047號）

[1樓展覽廳]

互動體驗與諮詢攤位

（開放時間：10:00 - 18:00）

[U1樓多用途活動室]

精選專題講座與專業分享

（節目時段：14:00 - 15:30）

病類護理推廣活動 - 參觀油尖旺地區康健中心

日期：2026年9月14日（星期一）

時間：上午（時間待定）

內容：想了解油尖旺地區康健中心的服務與設施？中心職員將親自帶隊參觀，一齊認識社區健康資源！

費用：全免 對象：中心會員

名額：15名 負責職員：佳Sir

地點：於中心集合，由中心職員帶隊乘車出發。

道路安全講座

日期：2026年9月16日（星期三）

時間：上午10:00 - 11:00

內容：香港警務處交通部道路安全組人員將以生動有趣的方式，配合真實案例與互動問答，深入淺出地講解日常出行的安全守則。

地點：本中心

對象：中心會員 名額：10名

費用：全免 負責職員：劉生

花好月圓 人月兩團圓

中秋快樂

月圓人團圓，情暖在心間
祝願各位老友記及家人
身體健康，笑口常開，幸福安康！

中秋小知識
中秋節是中國傳統節日之一，是家人團聚、賞月和分享月餅的日子，寓意團圓和圓滿。

開心身邊人 保持身體健康 積極參與活動

樂享晚年，活出精彩

老有所為活動計劃「六藝創耆蹟」- 軟式飛鏢興趣班

日期：2026年7月24、31日

8月7、14、21、28日

9月4、11、18、25日

（逢星期五，共10節）

時間：下午2:30 - 3:30

內容：透過飛鏢活動，訓練參加者專注力及手眼協調能力，讓參加者有放鬆身心機會，建立良好的社交生活。

費用：全免

對象：中心會員 名額：8名

地點：本中心 負責職員：劉生



2026-2027 愛羣學苑

課程介紹

愛羣學苑以「自發、自學、自教、自管」為宗旨，鼓勵50歲或以上人士持續學習、發揮潛能及服務社區。課程涵蓋藝術、健康、文學、商學、社會科學及資訊科技等範疇，學員出席率達80%可獲學分，實踐「活到老、學到老」。



2026-2027 愛羣學苑 - 粵曲訓練班 (第三期)

日期：2026年9月1、8日、15、22、29日；10月6、13、20、27日；11月3日
(逢星期二，共10節)

時間：上午10:30 - 12:00

內容：由蘭軒粵劇研藝社社長親授學員粵曲演唱技巧，以卡拉OK形式授課，由淺入深，即使初學人士都不會感到艱難，慢慢體會粵曲的美學藝術。

會員：\$250 非會員：\$280

對象：中心會員 名額：12名

地點：本中心 負責職員：劉生



2026-2027 愛羣學苑 - 太極班(第三期)

日期：2026年8月3、10、17、24、31日
9月7、14、21、28日；10月5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：劉生



照顧者活動推介



老有所為活動計劃「六藝創耆蹟」- 茶藝工作坊

日期：2026年9月8及22日(隔週星期二)

時間：下午2:30 - 3:30

內容：透過品茶、泡茶及茶藝體驗，認識中國茶文化，學習健康飲茶知識，享受悠閒時光，促進身心放鬆。

費用：全免

對象：中心會員(照顧者優先) 名額：6名

地點：本中心 負責職員：何姑娘



老有所為活動計劃「六藝創耆蹟」- 忘憂鼓

日期：2026年9月23、30日(星期三)

時間：下午2:30 - 3:30

內容：透過忘憂鼓節奏訓練及音樂律動，提升手眼協調、專注力，結識新朋友，樂享積極晚年生活。

費用：全免

對象：中心會員(照顧者優先) 名額：8名

地點：本中心 負責職員：劉生



照顧者資訊站



長者日間暫託

- 為居於社區的長者提供短期日間照顧
- 舒緩照顧者的照顧壓力
- 有需要時能得到短暫的休息或能處理其他事務，

服務對象

- 60歲或以上，居於社區
- 需要一般起居照顧及／有限度護理的服務
- 體格及精神適合群居生活環境

服務範圍

- 護理服務
- 個人照顧
- 護送服務
- 社交
- 車輛接送
- 復康運動
- 康樂活動
- 膳食

收費

每節 \$21

**收費可能每年調整

**不包括額外護理用品及／或消耗性用品

全日\$42

服務時間

星期一至五
上午八時至下午六時
(公眾假期除外)

服務日數

由申請日開始計算，
長者在之前12個月內最多
可累積使用42天服務，
可分期使用

服務查詢

佐敦長者中心
九龍佐敦德輔道中11-12號興富中心401至404室
電話：23773230 傳真：23773309

2026-2027 愛羣學苑 - 書法班 (第二期)

日期：2026年 8月26； 9月2、9、16、23、30日
10月7、14、21、28日 (逢星期三，共10節)

時間：上午11:00-12:00

內容：由導師講解基本書法知識及技巧，從基本筆劃（例如永字八法）、字型臨摹、多字聯成篇的章法，到最後創作一篇書法作品。

會員：免費

對象：中心會員 名額：10名
地點：本中心 負責職員：劉生



2026-2027 愛羣學苑 - 方型踏步 (第二期)

日期：2026年 8月27日； 9月3、10、17、24日
10月8、15、22、29日
11月5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



2026-2027 愛羣學苑 - 八段錦 (第二期)

日期：2026年 8月28日； 9月4、11、18、25日
10月2、9、16、23、30日；
(逢星期五，共10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：\$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



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 09:10 同你跳「佳」舞 10:30 愛羣學苑-粵曲訓練班(第三期)	2 09:10 同你跳「佳」舞 10:30 愛羣學苑-粵曲訓練班(第三期)	3 11:00 愛羣學苑-書法班(第二期)	4 09:10 同你跳「佳」舞 10:00 愛羣學苑-方型踏步(第一期) 14:30 軟式飛鏢興趣班	5 09:10 同你跳「佳」舞 10:00 愛羣學苑-八段錦(第二期) 14:30 軟式飛鏢興趣班	
7 09:10 同你跳「佳」舞 09:15 北歐式健步行興趣班 10:00 愛羣學苑-太極班(第三期)	8 09:10 同你跳「佳」舞 10:30 愛羣學苑-粵曲訓練班(第三期) 14:30 茶藝工作坊	9 09:10 同你跳「佳」舞 11:00 愛羣學苑-書法班(第二期)	10 09:10 同你跳「佳」舞 10:00 愛羣學苑-方型踏步(第一期)	11 09:10 同你跳「佳」舞 10:00 愛羣學苑-八段錦(第二期) 14:30 軟式飛鏢興趣班	12 10:00 鉤織手工班
14 09:15 北歐式健步行興趣班 10:00 愛羣學苑-太極班(第三期) (上午)參觀油尖旺地區康健中心	15 09:10 同你跳「佳」舞 10:30 愛羣學苑-粵曲訓練班(第三期)	16 10:00 道路安全講座 11:00 愛羣學苑-書法班(第二期)	17 09:10 同你跳「佳」舞 10:00 愛羣學苑-方型踏步(第二期)	18 09:10 同你跳「佳」舞 10:00 愛羣學苑-八段錦(第二期) 14:30 軟式飛鏢興趣班	19 10:00 鉤織手工班
21 09:10 同你跳「佳」舞 9:15 北歐式健步行興趣班 10:00 愛羣學苑-太極班(第三期)	22 09:10 同你跳「佳」舞 10:30 愛羣學苑-粵曲訓練班(第三期) 14:30 茶藝工作坊	23 09:10 同你跳「佳」舞 11:00 愛羣學苑-書法班(第二期) 14:30 忘憂鼓體驗	24 09:10 同你跳「佳」舞 10:00 愛羣學苑-方型踏步(第二期)	25 09:10 同你跳「佳」舞 10:00 愛羣學苑-八段錦(第二期) 14:30 軟式飛鏢興趣班 中秋節快樂	26 中秋節翌日 (中心暫停開放)
28 09:10 同你跳「佳」舞 09:15 北歐式健步行興趣班 10:00 愛羣學苑-太極班(第三期)	29 09:10 同你跳「佳」舞 10:30 愛羣學苑-粵曲訓練班(第三期)	30 9:30 中心例會 11:00 愛羣學苑-書法班(第二期) 14:30 忘憂鼓體驗			

