


地址：九龍荔枝角道 168 號萬盛閣一樓

電話：2390 6574  5561 0584

電郵：mknec@bokss.org.hk

中心開放時間：星期一至六上午 9 時至下午 5 時

(星期日及公眾假期休息)

印刷日期：2024 年 12 月 18 日 印刷份數：1000



浸信會愛羣社會服務處長者服務 Elderly Service Of Baptist Oi Kwan Social Service – BOKSS

2025 年 1 月份活動表

照顧者支援服務

為居於社區的長者提供短期日間照顧或住宿暫託，讓照顧者在有需要時能獲得短暫的休息或處理其他事務，現介紹長者暫託住宿及日間暫託服務。

1 長者住宿暫託服務

申請資格

- A. 年齡達 60 歲或以上；
- B. 體格及精神上適合群體生活；
- C. 無傳染病；
- D. 健康及自我照顧能力符合提供暫託服務院舍的入住要求；以及
- E. 住宿暫託期滿後，家人必須接回長者照顧。

此類服務提供短暫住宿照顧，即 42 天的暫住期。最早可在需要入住前六個月提出申請。



2 長者日間暫託服務

申請資格

- A. 60 歲或以上；
- B. 需要一般起居照顧及／或有限度的護理服務；
- C. 適合過羣體生活，例如沒有侵略或暴力行為；
- D. 以及沒有或患傳染病。

長者日間暫託服務由受資助的長者日間護理中心/單位提供服務（星期一至六，早上八時至下午六時）

由部份私營安老院提供服務（星期一至日，早上八時至下午六時）

長期社區照顧服務計劃下之服務中心。



申請方法如下：

1. 直接向提供長者日間暫託服務的院舍/中心/單位申請
2. 透過綜合家庭服務中心/綜合服務中心、醫務社會服務部或長者地區中心/長者鄰舍中心轉介
3. 或致電照顧者支援專線 182 183，由社工協助安排配對暫託服務

閣下亦可查閱以下社署網站查詢空缺名額 <http://www.ves.swd.gov.hk/>

更新中心手機 WhatsApp 電話號碼事項

由 2024 年 8 月起，中心服務資訊將透過新 WhatsApp 號碼發放。

為確保會員能順利地接收廣播訊息，請：

第一步：

掃描 QR code 將中心 WhatsApp 電話號碼 -

5561 0584 儲存為聯絡人



儲存為聯絡人

第二步：

掃描 QR code 開始傳送訊息。如你希望接收廣播訊息，請透過 WhatsApp 傳送「同意」/「Okay」/「👉」。



開始傳送訊息



此號碼只供 WhatsApp 訊息發放，如需電話聯絡，請致電 2390 6574 與當值職員聯絡。

2025 年 2 月活動表派發事項

2025 年 2 月活動表會於 1 月 20 日開始派發。

有關中心及活動在颱風及暴雨警告下之安排

暴雨警告信號	中心開放	室內課程/活動	戶外活動	飯堂服務
一號戒備訊號 或 黃色暴雨訊號	✓	✓	視乎情況	✓
三號風球 或 紅色暴雨訊號	✓	X	X	X
八號風球 或 黑色暴雨訊號	X(註 1)	X	X	X

備註：「✓」活動照常；「X」活動取消

註 1：若在班組及活動開始前 2 小時已懸掛三號風球、八號風球、紅色暴雨訊號或黑色暴雨訊號，將會暫停；安排另行通知。若中心已開放或活動已開始，則鼓勵參加者留在中心，直至室外環境安全才離開。

*所有安排由本中心作最後決定。如有查詢，歡迎致電本中心

(電話：2390 6574)。

中心一般活動 (如免費活動、講座等) 報名流程圖

12月23日(一)

派發 1 月活動表及開始提交活動報名表

12月28日(六)

上午 9:15 截止提交活動報名表

上午 9:20 於大堂進行「報名次序」抽籤，隨即按抽籤次序為會員報名

12月30日(一)起

會員可到中心領取**成功報名**之免費活動票及繳交活動費用作實報名。

12月31日(二)起

開放接受所有會員，以親身及電話形式報名(不設 whatsapp 報名)

提交活動報名表，請注意下列事項：

1. 只接受紙本親身提交活動報名表，不設 whatsapp 或電話提交
2. 每張活動報名表只接受一位會員報名及提交，不設共用使用活動報名表及提交。
3. 為使更多會員能參加本中心活動，每張活動報名表，可為成功及留後備合共最多 5 項活動，請以數字顯示選擇次序，1 為第一個選擇，2 為第二個選擇，如此類推。
4. 所有已成功報名之會員，需於 **1月2日(四)**前繳交費用及領取活動票，如 1 月 2 日未領取活動票，將視為放棄論，由後備名單補上。

特別活動(如生日會、旅行節日性活動及其他指定活動/小組)將於活動表註明報名日期、時間及方式。敬請留意。

出席活動注意事項：

- 基於互相尊重原則，請準時出席活動，如活動開始 10 分鐘後才抵達，將被視作缺席，並會安排後補參加者出席活動。
- 如活動有禮物派發，必須出席整個活動時段，安排領取禮物。如活動未完結但參加者提早離開 (不論任何原因)，將作放棄領取禮物論，不會獲發禮物。

活動退款安排：

如有任何爭議，本中心將保留最終決定權。

所有收費活動，除因病入院、有後備者補上或活動取消等情況外，將不設退款。如辦理退款手續，需交回正本收據。 <活動票不能私自轉讓>

健康活動

1S V-Health 互動負重運動計劃 (2024 年 12 月) MK/P0002020

活動日期：1 月 2 至 28 日 地點：中心大堂

對象：中心會員 名額：36 人

費用：\$60 (每月收費，一星期使用 3 次)

內容：長者使用運動儀，預防及改善骨質疏鬆，改善血液循環，提昇肌肉功能及減輕背痛。

備註：(1)活動會為參加者進行骨質密度測試，由護士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

負責職員：何先生



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 有骨枯 X 孕婦 X 不能站立人士

參加者使用時間：

A 組：每月逢一、三、五 (每日每次 20 分鐘)

B 組：每月逢二、四、六 (每日每次 20 分鐘)
(上午 9:30 - 12:30 / 下午 1:30 - 4:30)

1S 護士診所 - 中心實體會診 MK/P0002021

透過資深護士專業會診及早介入，與長者進行血壓、血糖及專項檢查和個別諮詢服務，包括病歷評估、藥物管理及膳食營養意見等。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。

本月活動日期及內容：<參加者可連續 6 個月，每月參加**個別諮詢**及**滋味廚房**各一次>

日期：1 月 7 日(二) (個別諮詢)

日期：1 月 17 日(五) (滋味廚房)

專項檢查：手握力測試

及 護士個別諮詢



內容：認識膽固醇、烹調低膽固醇食物

及 滋味廚房美食分享

活動時間：下午 2:00 - 5:00

地點：中心信實、良善及和平房

名額：12 人

費用：會員\$80 / 6 個月、

負責職員：何先生 / 鄺姑娘

非會員\$110/ 6 個月



1S-單車遊世界 (2025 年 1 月) MK/P0002034

活動日期：1 月 2 至 28 日 時間：上午 9:30-12:15 / 下午 2:00- 4:45

地點：中心健身區 活動對象：中心會員

名額：30 人 費用：\$20(每月)

內容：用運動單車遊覽世界各地

報名方法：致電中心聯絡祝姑娘查詢和預約時段，預約成功後於第一堂收費。

備註：如會員想體驗運動單車系統，

可以致電中心聯絡祝姑娘預約時段。

體驗時間為 10 分鐘。試玩後如有興趣可報名參加單車遊世界。

負責職員：祝姑娘

單車運動獎勵計劃

由 2024 年 9 月份開始，中心將會推行單車獎勵計劃，鼓勵各位老友記參與車遊世界多做運動，計劃詳情如下：
累計每月參加次數，若個人每月出席率有 90%，可獲得禮物 1 份。

2S-我和物理治療師的約會 (1月)

MK/P0002022

活動日期：1月2至28日(獨立預約面見時間)

費用：會員\$30(領取長生津或綜援會員\$5)

活動對象：有痛症/曾跌倒的會員 名額：12人

內容：物理治療師一對一與參加者網上見面，提供痛症評估，並因應參加者的健康狀況，建議合適的方法或運動，改善長者活動能力和身體痛症

備註：***活動以實體或 zoom 形式進行**

***如有興趣，請先留名以預留名額，不需預先繳費。**

***負責職員會聯絡留名會員，通知約見日期和時間。**

負責職員：何先生



售賣奶粉 (請先致電查詢存貨量)

活動日期：1月2日至28日

時間：上午9:00 - 下午5:00

負責職員：祝姑娘

***9月份起，雅培怡保康費用已上調，敬請留意。**

***現貨售完即止。**

奶粉類別	每罐售價
雅培怡保康 (關注血糖人士適用)	\$246/850克
雅培金裝加營素 (雲呢啡味)	\$192/900克

1S-運動體能測試 暨 樂齡科技體驗日(2025年1月)

MK/P0002031

活動日期：1月9日(四)

時間：下午2:30 - 5:00(每節20分鐘)

對象：中心會員

費用：全免

名額：20人

內容：
- 運動體能測試了解你的身體機能
- 體驗中心樂齡科技用品

負責職員：何先生 / 祝姑娘



普及健體運動操(1月)

MK/P0002047

活動日期：1月10日(五)

活動時間：下午2:00 - 4:00

地點：中心喜樂及福樂房

活動對象：中心會員

名額：20人

費用：全免

內容：由康文署合資格健體教練帶領會員進行健體操

備註：參加者需活動前填寫體適能問卷，評估結果顯示身體狀況合適後，可參加此活動。

負責職員：祝姑娘



健康講座(1月) - 睡眠健康

MK/P0002042

活動日期：1月13日(一)

時間：上午10:00 - 11:00

地點：中心喜樂及福樂房

費用：\$2(會員)、\$5(非會員)

名額：20人

內容：由衛生署職員講解長期失眠的成因、影響及一些不適當的處理方法及如何建立健康的睡眠習慣。

負責職員：祝姑娘



教育及發展類活動

愛羣學苑-方型踏步運動班

活動日期：2025年1月8日至3月26日(三)

活動時間：下午2:00至3:30

名額：12人(12人才開班，故先登記)

費用：\$60(10堂)

地點：中心喜樂及福樂房

對象：中心會員

內容：教授一種源於日本的防跌運動，經臨床試驗方型踏步運動可鍛練及增強下肢力，減少長者跌倒風險。

備註：(1)如有興趣，請先留名以預留名額，不需預先繳費。

(2)負責職員會聯絡留名會員。

導師：合資格指導員

負責職員：梁姑娘、曾先生



資訊科技 - 智能手機應用 (1月)

MK/P0002033

活動日期：1月9日(四)及14日(二)(共兩堂)

時間：下午2:30 - 4:00

地點：中心喜樂福樂房

活動對象：中心會員

名額：15人

內容：防騙視伏 app、HKSOS 及相片儲存方式

備註：會員需自備有足夠電量的智能手機

負責職員：卓姑娘



飛鏢體驗日

MK/P0002044

活動日期：1月18日(六)

時間：下午2:00 - 3:00

地點：中心恩慈房(廚房)

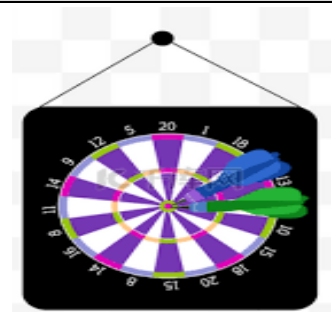
對象：中心會員

名額：8人

費用：全免

內容：飛鏢遊戲與競技

負責職員：祝姑娘



繡繞畫布袋工作坊

MK/P0002040

活動日期：1月16日(四)

時間：下午2:00至3:30

名額：8人

費用：全免

地點：喜樂、福樂

對象：中心會員

內容：由盧明德義工教授參加者學習繡繞畫，並運用簡單巧具製作一個屬於自己的繡繞畫小布袋。

負責職員：曾先生



1 月份例會

MK/P0002038

活動日期：1月20日(一)
時間：上午9:15 - 10:15
名額：30人
地點：中心喜樂及福樂房
對象：中心會員
負責職員：曾先生



<道路安全非一般問答比賽>話劇演出

MK/P0001991

活動日期：1月21日(二)
活動時間：下午2:00至3:00
名額：40人
費用：全免
地點：中心喜樂及福樂房
對象：中心會員
內容：道路安全訊息話劇。
負責職員：曾先生



<活動由大細路劇團演出>

義工類活動

義織-新年玩偶

MK/P0002026

活動日期：1月8、15、22日(逢三，共三堂)
活動時間：上午10:00 - 11:30
活動對象：中心義工優先
名額：8人
地點：中心恩慈房
內容：義工秀梅教參加者鈎織掛飾/飾物
負責職員：梁姑娘



義織-入門班

MK/P0002026

活動日期：1月8、15、22日(逢三，共三堂)
活動時間：下午2:00 - 3:30
活動對象：中心義工優先
名額：8人
地點：中心恩慈房
內容：義工秀梅教參加者鈎織掛飾/飾物
負責職員：梁姑娘



新春揮筆送祝福 2025

MK/P0002029

活動日期：1月13日(一)
活動時間：上午10:30 - 12:00
活動對象：中心會員
名額：20人
地點：中心恩慈房
內容：由義工書寫揮春為大家預備新年，送上祝福。
備註：
(1)每位會員可獲得一對揮春字帖
(2)會員可自行準備揮春內容
負責職員：梁姑娘



2025年1月份

星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六
		初二 1	初三 2	初四 3	初五 4
		元旦	12:15 德生飯堂	9:30 愛羣學苑~粵曲小曲班(1) 11:15 集體舞蹈進階(1) 12:15 德生飯堂	8:45 義能綻放創新機飛躍者 年躍社羣義工嘉許慶團 年 24-25
初七 6	初八 7	初九 8	初十 9	十一 10	十二 11
12:15 德生飯堂 3:45 小童群益會探訪活動	9:30 愛羣學苑~粵語流行曲班(1) 10:00 愛羣學苑~中國語文班(1) 12:15 德生飯堂 2:00 護士診所 (1) 2:30 玩轉腦朋友(1)	10:00 義織-新年玩偶(1) 12:15 德生飯堂 2:00 義織-入門班(1) 2:00 愛羣學苑-方型踏步運動(1)	9:30 護老兄弟組 12:15 德生飯堂 2:00 1S-運動體能測試 暨 樂齡科技體驗日 2:30 智能手機應用(1)	9:30 愛羣學苑~粵曲小曲班(暫停) 11:15 集體舞蹈進階(2) 12:15 德生飯堂 2:00 護老喘息空間-愛心福到掛飾 2:00 普及健體運動操(1月)	9:30 健康檢查 10:15 愛羣學苑~粵曲班(1) 10:30 香薰體驗 2:00 國畫入門工作坊(1) 3:30 共融茶館劇場體驗活動
十四 13	十五 14	十六 15	十七 16	十八 17	十九 18
10:00 健康講座(1月)-睡眠健康 10:30 新春揮筆送祝福 2025 12:15 德生飯堂 2:30 玩轉腦朋友(2)	9:30 愛羣學苑~粵語流行曲班(2) 10:00 愛羣學苑~中國語文班(2) 12:15 德生飯堂 2:30 智能手機應用(2)	9:30 愛羣學苑~太極班(1) 10:00 義織-新年玩偶(2) 11:00 簡易易筋十二式(1) 12:15 德生飯堂 2:00 義織-入門班(2) 2:00 愛羣學苑-方型踏步運動(2)	9:30 愛羣學苑~強身健體八段錦(1) 11:00 愛羣學苑~拉筋運動班(1) 12:15 德生飯堂 2:00 繙繞畫布袋工作坊	9:30 愛羣學苑~粵曲小曲班(2) 10:00 護老喘息空間-大吉串串掛飾 11:15 集體舞蹈進階(3) 12:15 德生飯堂 2:00 護士診所(2)	10:15 愛羣學苑~粵曲班(2) 2:00 國畫入門工作坊(2) 2:00 飛鏢體驗日
大寒 20	廿二 21	廿三 22	廿四 23	廿五 24	廿六 25
9:15 1月份例會 10:00 護老者講座—準備退休系列(二):健康與飲食迷思 11:00 新春探訪日 12:15 德生飯堂 2:00 腦伴師友-遊戲師 2:30 護老者鬆一鬆 2:30 認知障礙症教育街站及管理員訓練	9:30 愛羣學苑~粵語流行曲班(3) 10:00 愛羣學苑~中國語文班(3) 12:15 德生飯堂 2:00 <道路安全非一般問答比賽>話劇演出 2:30 友善社區推廣大使聚會	9:30 德生速「剪」 9:30 愛羣學苑~太極班(2) 9:30 松柏義工組 10:00 義織-新年玩偶(3) 11:00 簡易易筋十二式(2) 12:15 德生飯堂 2:00 義織-入門班(3) 2:00 愛羣學苑-方型踏步(3) 4:00 新春探訪日	9:30 愛羣學苑~強身健體八段錦(2) 10:00 關心大使組 11:00 愛羣學苑~拉筋運動班(2) 12:15 德生飯堂 2:00 塘尾道小學探訪日	9:30 愛羣學苑~粵曲小曲班(3) 10:00 關愛探訪日 11:15 集體舞蹈進階(4) 12:15 德生飯堂	10:15 愛羣學苑~粵曲班(3) 2:00 國畫入門工作坊(3)
廿八 27	廿九 28	初一 29	初二 30	初三 31	
12:15 德生飯堂	9:30 愛羣學苑~粵語流行曲班(暫停) 10:00 愛羣學苑~中國語文班(暫停) 12:15 德生飯堂	農曆年初一	農曆年初二	農曆年初三	

中心於公眾假期暫停開放，敬請留意：

1月1日 (三) 元旦
 1月29日 (三) 農曆年初一
 1月30日 (四) 農曆年初二
 1月31日 (五) 農曆年初三



離職感言—社工馮嘉安姑娘

各位好，我是馮姑娘，將於1月10日離職。多謝大家一直的支持，有緣再見，預祝大家聖誕快樂，新年進步，最重要是身體健康，拜拜。



聖經金句

因有一子在賽
 一子他妙的亞
 嬰賜的策父書
 孩給肩士、和
 為我頭、和
 我們上全平
 們。；能的
 而政他的君
 生權名神。
 ；必稱、



腦伴師友-遊戲師

MK/P0002052

活動日期：1月20日(一)
活動時間：下午2:00 - 3:00
地點：頤蒼綜合健康服務中心
活動對象：中心遊戲師義工
內容：與長者玩桌上遊戲/IPAD
負責職員：梁姑娘



松柏義工組

MK/P0002027

活動日期：1月22日(三)
活動時間：上午9:30 - 10:00
活動對象：松柏義工
地點：中心恩慈房
內容：透過聚會訓練長者增加義工技巧
負責職員：梁姑娘



關心大使組

MK/P0002028

活動日期：1月23日(四)
活動時間：上午10:00 - 10:30
活動對象：關心義工
地點：中心恩慈房
內容：向有需要關心的會員提供電話慰問服務
負責職員：梁姑娘



關愛探訪日(2025年1月)

MK/P0002035

活動日期：1月24日(五)
活動時間：上午10:00 - 11:30
地點：會員家中
名額：5人
活動對象：參加關愛探訪-義工訓練的義工
內容：到長者家中進行探訪及關顧
負責職員：卓姑娘



護老者服務

中心護老者招募

2024年4月至2025年3月是「護老者」新一年登記及續會的年度，誠邀新護老者及未續「護老者」身份的護老者到中心辦理延續「護老者」身份手續，手續簡單，可享用各種護老者支援服務，包括：以優惠價錢購買奶粉及復康用品、租借輪椅、優先報名護老者活動及旅行、認知訓練工作紙及照顧資訊發放等。

對象：護老者—現正照顧60歲或以上長者的人士

負責職員：卓姑娘

復康用品借用(1-3/2025)

MK/P0002048

活動日期：1月2至28日 對象：護老者及會員

費用：每項用品，需要收取按金100元，交還用品後可取回按金。

內容：中心借出輪椅、助行架、拐杖等復康用品，借用時限為2星期，2星期後需要再辦續借手續。

備註：請先致電中心與職員預留需借用的復康用品

負責職員：祝姑娘

會員資源閣代購 (2024-2025)**MK/P0001812**

活動日期：1月2至28日
 活動對象：護老者及會員
 內容：以優惠的價錢訂購復康用品，貨到後於中心取，非常方便
 備註：訂購復康產品時，先繳付購買所需金額。
 負責職員：祝姑娘

護老兄弟組**MK/P0001976**

活動日期：1月9日(四)
 時間：上午9:30 - 11:00
 對象：男性護老者
 名額：12人
 地點：待定
 內容：讓男士們在小組中彼此分享交流。
 備註：歡迎未參加本聚會的男士加入
 負責職員：卓姑娘

**護老者講座—準備退休系列(二)：健康與飲食迷思****MK/P0002049**

活動日期：1月20日(一)
 時間：上午10:00 - 11:00
 名額：18人
 對象：護老者及會員
 地點：中心喜樂及福樂房
 費用：全免
 內容：由衛生署職員講解向即將退休人士或其家人介紹正確的飲食概念,解釋常見的飲食謬誤;以改善退休人士的飲食習慣及健康。
 備註：本活動與衛生署健康外展隊合辦
 負責職員：祝姑娘

**護老者鬆一鬆****MK/P0002032**

活動日期：1月20日(一) 時間：下午2:30 - 3:30
 對象：護老者優先 名額：15人
 地點：中心恩慈房
 內容：齊來玩桌上遊戲，放鬆身心。
 負責職員：羅先生

**護老者及認知障礙症社區支援隊服務—認知障礙症服務****玩轉腦朋友(2025年1月)****MKP0002023**

活動日期：1月7日(二)及13日(一) 時間：下午2:30 - 3:30
 地點：中心喜樂及福樂房 對象：懷疑/確診認知障礙症患者
 名額：12人
 內容：透過健腦遊戲及運動，齊來鍛煉腦筋
 備註：請先登記，由職員再作篩選
 負責職員：羅先生



護老喘息空間 (1月)

MKP0002046

活動日期：1月10日(五)－愛心福到掛飾 時間：下午2:00 - 3:30
1月17日(五)－大吉串串掛飾 時間：上午10:00 - 11:30

地點：中心恩慈房
對象：有支援需要護老者優先
名額：12人
內容：向護老者提供喘息空間，放鬆身心；護老者憑易達卡會員，
可享用一杯咖啡，以紓緩日常照顧壓力
負責職員：卓姑娘

香薰體驗

MKP0002051

活動日期：1月11日(六) 時間：上午10:30 - 12:00

地點：中心恩慈房
對象：有支援需要護老者優先
名額：12人
內容：由香薰治療師帶領大家體驗香薰的氣味，
達致舒壓的效果。
負責職員：卓姑娘



認知障礙症教育街站及管理員訓練 (2025年1月)

MKP00001974

活動日期：1月20日(一) 時間：下午2:30 - 4:30

地點：油尖旺區
內容：透過街站宣傳，向社區人士推廣認知障礙症的知識
備註：歡迎友善社區推廣大使報名
負責職員：何先生 / 祝姑娘



「友善社區推廣大使」聚會

MKP0002025

活動日期：1月21日(二) 時間：下午2:30 - 3:30

地點：中心恩慈房 費用：全免
內容：讓義工學習有關認知障礙症及照顧者的知識，加強成為「友善社區
推廣大使」的信心，共同構建照顧者及認知障礙友善社區。
備註：歡迎「友善社區推廣大使」報名
負責職員：羅先生

社交及康樂類活動

小童群益會探訪活動

MK/P0002041

活動日期：1月6日(一) 活動時間：下午3:45 - 5:15

對象：中心會員 名額：15人
地點：中心喜樂及福樂房 費用：全免
內容：遊戲、表演等
負責職員：曾先生

新春探訪日

MK/P0002030

活動日期：	時間：
時段一：1月20日(一)	上午11:00-12:00
時段二：1月22日(三)	下午4:00 - 5:00

地點：中心喜樂及福樂房 費用：全免
名額：每時段30人
內容：由幼兒家庭義工到中心一同做手工及互相慰問，傳遞滿滿關心。
合辦單位：李伯忠一片天國際啟育中心
備註：不能同時參加兩個時段
負責職員：梁姑娘

德生速「剪」(1月)

MK/P0002039

活動日期：1月22日(三) 活動時間：上午9:30(按時段進行)
對象：中心會員 名額：8人
地點：中心信實及良善房 費用：\$5
內容：由義工協助修剪頭髮
備註：基於衛生問題，請於剪髮前先自行清洗頭髮
負責職員：曾先生

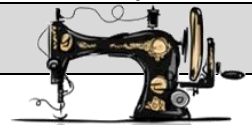
塘尾道小學探訪活動

MK/P0002043

活動日期：1月23日(四) 活動時間：下午2:00 - 3:30
對象：中心會員 名額：18人
地點：中心喜樂及福樂房
費用：全免
內容：遊戲、表演等
負責職員：曾先生

「耆妙展翅」服務 (詳情請參閱「耆妙展翅」義工服務計劃單張)

「縫補師」衣物縫補服務 (暫停)



中心暫停縫補衣物服,敬請各位會員留意!




中心儲印大行動

大家於1月份親臨中心(辦公時間內),就會獲得印花一個,每人每日可最多兩個,儲夠20個印仔可獲得細獎乙份,儲夠30個印仔可獲得大獎乙份。請大家踴躍參加!

愛羣頻道 O.K. Channel

浸信會愛羣社會服務處長者綜合服務,精心製作多段精彩的短片,為大家提供身心健康有用資訊,題材包括:運動、認知、健康、心靈等,新片段會上載於YouTube網頁,輕點訂閱,您可收到我們最新發放的精彩片段。

如會員希望收到最新發放的精彩片段,方法如下:

- 1.於youtube網頁內,搜尋「愛羣頻道」
- 2.用 whatsapp 發訊息通知中心  55610584



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9、標準10、標準11及標準12內容如下:

- 標準 9: 服務單位採取一切合理步驟,以確保職員和服務使用者處身於安全的環境。
- 標準 10: 服務單位確保服務使用者獲得清楚明確的資料,知道如何申請接受和退出服務。
- 標準 11: 服務單位運用有計劃的方法以評估和滿足服務使用者的需要(不論服務對象是個人、家庭、團體或社區)。
- 標準 12: 服務單位盡量尊重服務使用者知情下作出服務選擇的權利。

頤養綜合健康服務

頤養以「持續照顧」的理念及「以人為本」的服務宗旨，由護士、物理治療師及註冊社工組成跨專業團隊，攜手為體弱長者及護老者提供優質的長者日間看顧及物理治療服務。

日間護理暨認知訓練中心 (歡迎使用長者社區照顧服務券)

目的：

- 保持體弱長者的健康狀況，減慢衰退速度
- 減輕照顧者的壓力

對象：需長期照顧的長者，如行動不便、長期病患、中風、認知障礙症、認知能力缺損等患者，以及現居住安老院而期望改善社交生活及增強機能訓練的長者。

內容：認知訓練、物理治療、方型踏步訓練、護理服務、自理訓練、緬懷治療、感官訓練、護老者支援服務等。

時間：上午 9:00 至下午 5:00

費用：

服務時段	收費
每日	\$400

以上收費包括：早點、午餐、下午茶
復康巴士接送：按接送地區，另行收費

*持有長者社區照顧服務券之長者，使用服務可享優惠，詳情請向中心職員查詢。

服務前評估費：

每次\$400，由本中心專業團隊提供評估。是次費用可於成功申請服務後作支付部份看顧服務費之用。

<歡迎向職員查詢服務內容及細節>

物理治療服務

目的：

- 為痛症患者提供物理治療，減輕病患
- 重拾及保持長者的自我照顧能力
- 提升長者的體能，從而提升活動能力

對象：50歲或以上

- 剛出院的體弱人士
- 中風人士
- 患痛症人士
- 認知障礙症患者

日期：1月2、9、16、23及28日(逢四)

時間：上午 9:00 - 正午 12:00

(公眾假期除外)

繳費方法：現金

	會員	非會員
單次收費	\$400	\$450
4次療程	\$1360	\$1620
6次療程	\$1920	\$2300

繳費方法：現金

*所有接受物理治療服務者必須出示註冊西醫轉介信。(如有需要，本處可提供協助)

*治療前需先接受評估，費用全免。

<歡迎向職員查詢服務內容及細節>

數獨系列遊戲

MK/P0002050

數獨作為一個智力遊戲具有多重作用。它不僅可以提升邏輯思考和問題解決能力，還能夠改善專注力和注意力，並在放鬆和娛樂中帶來樂趣。無論是年輕人還是成年人，數獨都是一個受歡迎且有益的益智遊戲。

我們的目標是根據遊戲的規則填入數字並完成 4 條題目，使得每一行、每一列和每個 2x2 或 3x3 的區塊中的數字都是 1 到 4 或 1 至 6，且沒有重複出現。換句話說，每一個數字在同一行、同一列和同一個區塊中都只能出現一次。請您將答案填於橫線上，完成後，於 1 月 20 日或以前交回中心，於 2 月 1 日公佈得獎名額，經核對後全對及抽籤中籤者可獲禮物乙份，名額只有 120 位，請各位老友記積極參與。

*獎品兌換時間只限到 2 月 7 日，請各位老友記留意。

姓名： _____

會員號碼： _____

4	1	2	
	3	4	
			4
1	4		

1		2	
2	4	1	
	1		
3		4	

	5		2		6
2	4	6			3
1	2	4		6	5
5	6		4	2	1
4			6	3	2
6		2		1	

1	3		2	5	6
	6		3		4
	5	6	1		2
3		2	4	6	
5		1		4	
6	4	3		2	1

2025年1月會員續會安排

以下表格顯示的會員編號的會員為到期續會會員，煩請在表格上看到自己會員編號的會員，請於2025年1月內到中心續會，續會費用為\$21。

1. MK/M0000001	2. MK/M0000003	3. MK/M0000032	4. MK/M0000043	5. MK/M0000076
6. MK/M0000077	7. MK/M0000078	8. MK/M0000081	9. MK/M0000099	10. MK/M0000143
11. MK/M0000146	12. MK/M0000148	13. MK/M0000149	14. MK/M0000154	15. MK/M0000185
16. MK/M0000193	17. MK/M0000246	18. MK/M0000247	19. MK/M0000249	20. MK/M0000253
21. MK/M0000255	22. MK/M0000256	23. MK/M0000280	24. MK/M0000285	25. MK/M0000286
26. MK/M0000287	27. MK/M0000379	28. MK/M0000381	29. MK/M0000387	30. MK/M0000388
31. MK/M0000409	32. MK/M0000427	33. MK/M0000433	34. MK/M0000437	35. MK/M0000441
36. MK/M0000463	37. MK/M0000464	38. MK/M0000478	39. MK/M0000480	40. MK/M0000487
41. MK/M0000494	42. MK/M0000496	43. MK/M0000497	44. MK/M0000555	45. MK/M0000616
46. MK/M0000643	47. MK/M0000879	48. MK/M0000883	49. MK/M0000903	50. MK/M0000904
51. MK/M0000905	52. MK/M0000951	53. MK/M0001132	54. MK/M0001255	55. MK/M0001273
56. MK/M0001281	57. MK/M0001284	58. MK/M0001287	59. MK/M0001291	60. MK/M0001292
61. MK/M0001542	62. MK/M0001543	63. MK/M0001545	64. MK/M0001546	65. MK/M0001547
66. MK/M0001548	67. MK/M0001549	68. MK/M0001550	69. MK/M0001551	70. MKIHS0000023
71. MKIHS0000037				

編製：祝璟婷 督印人：廖慧詩

浸信會愛羣社會服務處 陳德生紀念長者鄰舍中心
意見表

我的意見： _____

姓名： _____ 聯絡電話： _____ 填寫日期： _____

歡迎將意見以郵遞、電郵或親身交予本中心