



浸信會愛羣社會服務處
BAPTIST OI KWAN SOCIAL SERVICE

陳德生紀念長者鄰舍中心



社會福利署資助服務
Subsidised Service by
the Social Welfare Department

地址：九龍荔枝角道 168 號萬盛閣一樓

中心開放時間：星期一至六上午 9 時至下午 5 時

電話：2390 6574  5561 0584

(星期日及公眾假期休息)

電郵：mknec@bokss.org.hk

印刷日期：2025 年 5 月 16 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 6 月份活動表

新一份《政府財政預算案》於 2025 年 2 月 26 日公布「二元優惠計劃」及「公共交通費用補貼計劃」調整方案，財政司司長陳茂波預料落實有關調整方案後，政府可於未來 5 年減省共約 62 億元開支。

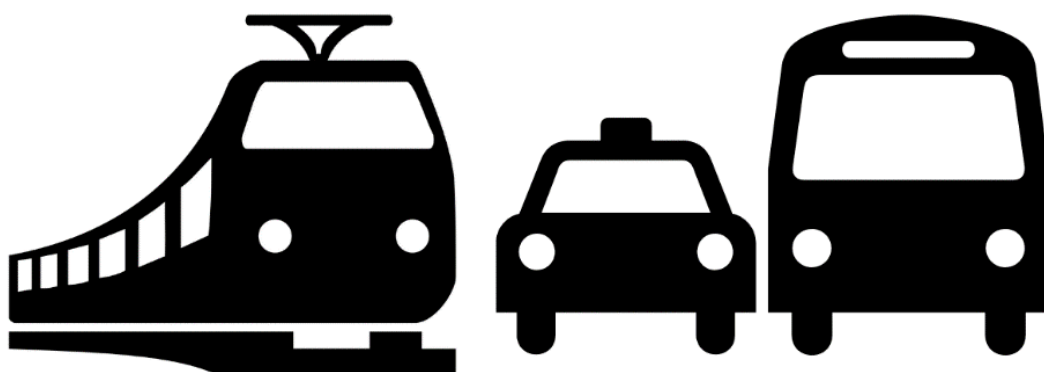
「公共交通費用補貼計劃」：

1. 2025 年 6 月起，補貼領取門檻由 400 元提升到 500 元
2. 門檻以上開支繼續補貼三分之一，維持補貼上限 400 元

針對「二元優惠計劃」調整：

(政府預計於 2026 年 4 月實施)

1. 受惠對象維持 60 歲或以上人士以及合資格殘疾人士，
2. 優惠程數為每月 240 程
3. 推行「兩蚊兩折」(即當票價高於 10 元，須付全額車費的 2 折)



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，不設職員接聽來電，
敬請留意。

如需電話聯絡，請致電 2390 6574 與當值職員聯絡。

2025 年 7 月活動表派發事項

2025 年 7 月活動表會於 6 月 23 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

5月19日(一)

派發 6 月活動表及開始提交活動報名表

5月22日(四)

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

5月26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。

5月27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 **5月30日(五)** 前繳交費用及領取活動票，如 5 月 30 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。

如有任何爭議，本中心將保留最終決定權。

活動退款安排：

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 (2025 年 6 月) MK/P0002111

活動日期：6 月 2 至 30 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/P0002216

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： 6 月 9 日(一) (個別諮詢)	日期：6 月 16 日(一) (滋味廚房)
專項檢查：隨機血糖測驗、量血壓(坐/立)量度 及 護士個別諮詢	內容：認識高血壓、烹調低鹽飲食及 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 / 鄭姑娘	非會員\$110/ 6 個月

1S-單車遊世界 (2025 年 6 月) MK/P0002148

活動日期：6 月 2 至 30 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%，可獲得禮物乙份。

2S-我和物理治療師的約會 (6 月)

MK/P0002113

活動日期：6 月 2 至 30 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：6 月 2 日至 30 日
時間：上午 9:00 - 下午 5:00
負責職員：祝姑娘
*6 月份起，雅培金裝加營養費用已上調，敬請留意。

奶粉類別	每罐售價
雅培怡保康 (關注血糖人士適用)	\$246/850 克
雅培金裝加營養 (雲呢啡味)	\$203/900 克

「舒緩上肢痛症你有計」

MK/P0002218

活動日期：6 月 4 日(三) 時間：下午 2:30 - 4:00
地點：中心喜樂及福樂房 費用：全免
名額：30 人 對象：中心會員
(曾出席 4/6/2024「醫健運動一站通」參加者優先報名)
內容：由職業治療師講解有關上肢痛症症狀及教授以按摩、器具及運動舒緩痛症方法
負責職員：祝姑娘
協辦機構：救世軍海嵐長者中心
備註：參加者於活動期間，由協辦機構職員進行獨立長者健康質素問卷完成問卷，可獲禮物乙份

健康檢查

活動日期：6 月 7 日(六)
時間：上午 9:30 - 10:30
名額：20 人
地點：中心恩慈房
對象：中心會員
內容：由松柏義工協助量度血壓，血氧及度高磅重
負責職員：梁姑娘



健康講座(6 月) - 膽固醇睇真 D

MK/P0002220

活動日期：6 月 9 日(一)
時間：上午 10:00 - 11:00
地點：中心喜樂及福樂房
費用：全免
名額：20 人
對象：中心會員
內容：由衛生署職員講解膽固醇和健康的關係、如何採用健康的生活模式維持膽固醇於理想水平。
負責職員：祝姑娘

健康樂同「行」－將軍澳小夏威夷

MK/P0002186

活動日期：6月30日(一)
時間：上午 9:15
地點：將軍澳小夏威夷
名額：30 人
費用：自費活動
難度：1.5 星(全程約 4 公里，約 2.5 小時行程)
行程：井欄樹>心朗>小夏威夷徑>將軍澳村>寶琳解散
負責職員：曾先生及考獲一級山藝證書之義工



教育及發展類活動

高智爾球體驗

MK/P0002189

活動日期：6月9日(一) 時間：下午 2:00 - 4:00
地點：大坑東運動場 活動對象：中心會員
名額：14 人
內容：認識高智爾球的玩法
備註：戶外活動，請帶備足夠飲用水、防曬、防蚊等用品、穿運動鞋
負責職員：曾先生



<高智爾球 wiser ball 源於美洲古時候的皇室運動，

2013 年由美國推廣及復興的新興運動，是一項策略性的運動，體力勞動性低適合男女老幼。>

資訊科技－電子錢包知多少

MK/P0002199

活動日期：6月17日(二) 時間：下午 2:30 - 3:30
地點：中心喜樂福樂房 活動對象：中心會員
名額：15 人 費用：全免
內容：介紹電子錢包的優劣之處；以支付寶(香港)作為實例，教授如何增值、付款等操作投巧。
註：此講座由一線通平安鐘職員提供
負責職員：卓姑娘



自助按摩

MK/P0002190

活動日期：6月17日(二) 時間：下午 2:30 至 4:30
名額：12 人 地點：福樂
費用：全免 對象：中心會員
內容：認識一些簡單的按摩技巧及手法
負責職員：曾先生



<活動由 50+義工推廣計劃提供>
<活動會以 2 人一組進行按摩活動>

6 月份例會

MK/P0002188

活動日期：6月23日(一) 時間：上午 9:15 - 10:00
名額：20 人
地點：喜樂、福樂房
對象：中心會員
內容：派發 7 月份活動表
負責職員：曾先生



參觀<國家安全展覽廳>

MK/P0002156

活動日期：6月21日(六)

活動時間：上午11:15至中午12:15

名額：19人 費用：全免

地點：香港歷史博物館2樓(尖沙咀漆咸道南100號)

對象：中心會員

內容：目的是讓參觀者認識國家安全的積極意義，包括全民維護國家安全的重要性，加強市民對國家安全的認知和理解；介紹總體國家安全觀；弘揚愛國主義精神，激發市民的愛國情懷；鼓勵市民積極參與國家安全建設，提高責任感和主人翁意識；帶出香港安全、社會穩定的現況，展示香港背靠祖國、聯通世界的獨特優勢。

負責職員：曾先生

<活動不設旅遊巴接載，參加者須自行往返活動場地，
成功報名人士會於活動前一星期收到通知集合時間及地點>



招募「退休與未來照護規劃」研究活動受訪者 MK/P0002226

面對人口老化及長壽趨勢，提前規劃退休生活是實現「積極樂齡」的關鍵！現誠邀大家參與由香港理工大學樂齡與家庭研究中心開展的「退休與未來照護規劃」研究活動，共同探索更安心的退休生活，讓社會了解退休人士的需求。

活動對象：55歲或以上，獨居或與伴侶同住的會員，能聽、講及閱讀中文
內容：參加者需於6-7月期間自行填寫3次與退休生活有關的簡單問卷，及後出席1次退休規劃講座，即可獲得\$350超市禮券答謝！

名額：20人

備註：退休規劃講座預計於7月後舉行

負責職員：尹姑娘

義工類活動

綠「惜」、綠「識」

MK/P0002192

活動日期：6月2日(一)

活動時間：上午9:30

對象：中心會員

名額：8人

內容：利用重用物品，裝飾成為環保花瓶

負責職員：曾先生及義工菊儀

活動日期：6月4日(三)

活動時間：下午2:15

對象：中心會員

名額：8人

內容：利用重用物品，製作成環保花瓶

負責職員：曾先生及義工潔芬

義織-泡泡玩偶

MK/P0002162

活動日期：6月4、11、18、25日(逢三，共四堂)

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：義工秀梅教參加者鉤織拉布布
備註：只供有參加5月舉行義織-泡泡玩偶的參加者報名

負責職員：梁姑娘



義織-入門班

MK/P0002162

活動日期：6月4、11、18、25日(逢三，共四堂)

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：義工秀梅教參加者鉤織掛飾/飾物

負責職員：梁姑娘

天空海闊任你「飛」 ~ 粵港澳大灣區長者紙飛機大賽

中心參加了粵港澳大灣區長者紙飛機大賽，歡迎老友記到場支持。
 比賽日期：6月11(三) 比賽時間：上午10:00-下午1:30
 比賽地點：小西灣體育館 負責職員：曾先生

德生速「剪」(6月)

MK/P0002116

活動日期：6月18日(三)
 活動時間：上午9:30(按時段進行)
 活動對象：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，請於剪髮前自行清洗頭髮
 負責職員：曾先生



關心大使組

MK/P0002109

活動日期：6月19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

方型踏步指導員體適能訓練

MK/P0002193

活動日期：6月23日(一) 活動時間：上午10:15
 對象：方型踏步指導員 名額：10人
 地點：中心信實及良善房 費用：全免
 內容：教授簡單、安全的體適能運動，日後協助中心帶領活動
 負責職員：曾先生



全港長者硬地滾球大賽 2025

中心將參加10月份全港長者硬地滾球大賽2025，稍後會安排練習及選出2隊代表中心參加比賽，如有興趣會員，可留意日後消息!

「FUN」蘭木柱教室

MK/P0002191

活動日期：6月23日(一)
 活動時間：下午2:00-3:30
 對象：中心會員 名額：12人
 地點：大坑東運動場 費用：全免
 內容：由考獲芬蘭木柱指導員帶參加者一同認識木芬蘭木柱的規則及玩法。
 備註：戶外活動，請帶備足夠飲用水、防曬、防蚊等用品、穿運動鞋
 負責職員：曾先生及芬蘭木柱指導員

松柏義工組

MK/P0002108

活動日期：6月25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

腦伴師友-遊戲師

MK/P0002107

活動日期：6月30日(一)
 活動時間：下午2:00 - 3:00
 地點：頤薈綜合健康服務中心
 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

護老者服務

中心護老者招募

2025 年 4 月至 2026 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：羅先生

復康用品借用(4-6/2025)

MK/P0002122

活動日期：6 月 2 至 30 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 (2025-2026)

MK/P0002123

活動日期：6 月 2 至 30 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

護老者講座—吞嚥知多少

MK/P0002223

活動日期：6 月 16 日(一)

時間：上午 10:00 - 11:00

名額：18 人

對象：護老者及會員

地點：中心恩慈房

費用：全免

內容：由衛生署職員講解常見吞嚥困難的成因、徵狀、危險、預防及處理方法、強化口部肌肉的運動及預防哽嚥的方法、急救哽嚥者的方法。

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/P0002194

活動日期：6 月 23 日 (一)

時間：下午 2:30 - 3:30

對象：護老者優先

名額：12 人

地點：中心喜樂及福樂房

內容：齊來玩遊戲，讓身心放鬆

負責職員：羅先生



護老兄弟組**MK/P0002200**

活動日期：6月27日(五) 時間：上午10:00 - 11:00
對象：男性護老者 名額：10人
地點：本中心
內容：男士們到區內新開酒樓品茗及暢談近況
備註：歡迎未曾參與本聚會的男士加入
負責職員：卓姑娘

**護老者及認知障礙症社區支援隊服務—認知障礙症服務****護老者傾一傾小組****MKP0002195**

活動日期：6月2、9、16日(逢星期一)
時間：下午2:00 - 3:30
地點：中心喜樂及福樂房
費用：全免
名額：15人
對象：護老者優先
內容：護老者一起傾傾計，同時一起完成「照顧者之星」自我關懷規劃
負責職員：羅先生及照顧者支援導航服務的同事

玩轉腦朋友(2025年6月)**MKP0002198**

活動日期：6月18日(三)、30日(一)
時間：下午2:30 - 3:30
地點：本中心
對象：懷疑/確診認知障礙症患者
名額：10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 (6月)****MKP0002201**

活動日期：6月20日(五)－水果匙扣
時間：下午2:00 - 3:30
地點：中心恩慈房
對象：有支援需要護老者優先
名額：15人
內容：透過手工製作，向護老者提供喘息空間，放鬆身心，以紓緩日常照顧壓力。
備註：此活動由李國賢長者基金會贊助
負責職員：卓姑娘

認知障礙症社區教育街站暨商舖教育外展服務(2025年6月)**MKP00002165**

活動日期：6月23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



社交及康樂類活動

德生飯堂(6月)

MK/P0002187

用餐日期：逢星期一、二、四、五 用餐日期：中午 12:15
內 容：兩菜、一湯及白飯 費 用：會員(每餐\$27)/非會員(每餐\$37)
名額有限，購票請早!額滿即止! <另備德生湯水，\$5/碗，歡迎購買!>
* 下午 1:00 後仍未出席者，作棄權論，本中心有權處理該膳食之安排，不作補餐。
<5月21日開始售買6月份飯餐，額滿即止>
<基於衛生安全問題，飯餐只限堂食，不設外賣/帶走>
<報名時可於接待處查詢餐單>

路德會@中學探訪

MK/P0002224

活動日期：6月19日(星期四) 時 間：下午 2:15 - 3:15
地 點：中心喜樂及福樂房 費 用：全免
名 額：20 人 對 象：中心會員
內 容：與中學生一同玩遊戲/活動，互相關心
協辦機構：香港路德會社會服務處
負責職員：梁姑娘

飛鏢體驗日

MK/P0002221

活動日期：6月21日(六) 時 間：下午 2:00 - 3:00
地 點：中心恩慈房 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



路德會@小學探訪

MK/P0002225

活動日期：6月26日(星期四) 時 間：上午 10:00 - 11:00
地 點：中心喜樂及福樂房 費 用：全免
名 額：25 人 對 象：中心會員
內 容：與小學生一同玩遊戲/活動，互相關心
協辦機構：香港路德會社會服務處
負責職員：梁姑娘



中心儲印大行動

於6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!

續會有「獎」

由2025年4月開始，凡續會會員均可獲續會禮物一份(禮物款式會不定期更換，並請於續會時領取，不設補領)!

溫馨提示

各中心會員留意，請勿將雜物或不能溶解的物品掉入坐廁內，以免淤塞渠道!

2025 年 6 月份

星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六
初七2	初八3	初九4	芒種5	十一6	十二7
9:30 綠「惜」(1) 12:15 德生飯堂 2:00 護老者傾一傾小組(1)	9:30 愛羣學苑~粵語流行曲班(10) 10:00 愛羣學苑~中國語文班(10) 12:15 德生飯堂	9:30 愛羣學苑~太極班(8) 10:00 義織-泡泡玩偶(1) 11:00 簡易易筋十二式(8) 12:15 德生飯堂 2:00 義織-入門班(1) 2:00 綠「惜」(2) 2:30 舒緩上肢痛症你有計	9:30 愛羣學苑~強身健體八段錦(7) 10:00 愛羣學苑~生活基礎英語班(9) 11:00 愛羣學苑~拉筋運動班(7) 11:15 愛羣學苑~旅遊基礎英語班(9) 12:15 德生飯堂	9:30 愛羣學苑~粵曲小曲班(8) 11:15 愛羣學苑~集體舞蹈進階(8) 12:15 德生飯堂	9:30 健康檢查 10:15 愛羣學苑~粵曲班(暫停) 2:00 愛羣學苑~國畫入門班(暫停)
十四9	十五10	十六11	十七12	十八13	十九14
10:00 健康講座(6月)-膽固醇睇真D 12:15 德生飯堂 2:00 高智爾球體驗 2:00 護老者傾一傾小組(2) 2:00 護士診所(1)	12:15 德生飯堂	9:30 愛羣學苑~太極班(9) 10:00 天空海闊任你「飛」- 粵港澳大灣區長者紙飛機大賽 10:00 義織-泡泡玩偶(2) 11:00 簡易易筋十二式(9) 12:15 德生飯堂 2:00 義織-入門班(2)	9:30 愛羣學苑~強身健體八段錦(8) 10:00 愛羣學苑~生活基礎英語班(10) 11:00 愛羣學苑~拉筋運動班(8) 11:15 愛羣學苑~旅遊基礎英語班(10) 12:15 德生飯堂	9:30 愛羣學苑~粵曲小曲班(9) 11:15 愛羣學苑~集體舞蹈進階(9) 12:15 德生飯堂	10:15 愛羣學苑~粵曲班(8) 2:00 愛羣學苑~國畫入門班(6)
廿一16	廿二17	廿三18	廿四19	廿五20	夏至21
10:00 護老者講座—吞嚥知多少 12:15 德生飯堂 2:00 護老者傾一傾小組(3) 2:00 護士診所(2)	12:30 德生飯堂 2:30 自助按摩 2:30 資訊科技 — 電子錢包知多少	9:30 德生速「剪」 9:30 愛羣學苑~太極班(10) 10:00 義織-泡泡玩偶(3) 11:00 簡易易筋十二式(10) 12:15 德生飯堂 2:00 義織-入門班(3) 2:30 玩轉腦朋友(1)	9:30 愛羣學苑~強身健體八段錦(9) 10:00 關心大使組 11:00 愛羣學苑~拉筋運動班(9) 12:15 德生飯堂 2:15 路德會@中學探訪	9:30 愛羣學苑~粵曲小曲班(10) 11:15 集體舞蹈進階(10) 12:15 德生飯堂 2:00 護老喘息空間 — 水果匙扣	10:15 愛羣學苑~粵曲班(9) 11:15 參觀國家安全展覽廳 2:00 飛鏢體驗日 2:00 愛羣學苑~國畫入門班(暫停)
廿八23	廿九24	六月25	初二26	初三27	初四28
9:15 6月份例會 10:15 方型踏步指導員體適能訓練 12:15 德生飯堂 2:00 「FUN」蘭木柱教室 2:30 護老者鬆一鬆 2:30 認知障礙症社區教育街站暨商舖教育外展服務	12:15 德生飯堂	9:30 松柏義工組 10:00 義織-泡泡玩偶(4) 12:15 德生飯堂 義織-入門班(4)	9:30 愛羣學苑~強身健體八段錦(10) 10:00 路德會@小學探訪 11:00 愛羣學苑~拉筋運動班(10) 12:15 德生飯堂	10:00 護老兄弟組 12:15 德生飯堂	10:15 愛羣學苑~粵曲班(10) 2:00 愛羣學苑~國畫入門班(7)
初六30	聖經金句 神要賜福與我們；地的四極都要敬畏他！ 詩篇 67:7 				

新入職社工同工：

大家好！我是周寶盈，新到職的社工，負責護老者工作。如果大家係中心見到我，可以同我打聲招呼哦！



新入職社工同工：

各位中心的會員朋友好，我係新社工同事尹嘉晴，好開心加入這個大家庭，我主要負責金齡人士服務，期待在未來的日子慢慢認識大家～



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：6 月 5、12、19 及 26 日 (逢四)

時間：上午 9:00 - 10:00

(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 >

“針鋒相對”成語遊戲

MK/P0002222

「針鋒相對」出自《漢書·蕭望之傳》：「夫不與之爭鋒，則無以抑其氣；不與之爭鋒，則無以折其意。」原意指用針尖對著鋒芒，形容雙方對峙時言語或態度尖銳，互不相讓。後多用來形容辯論或對抗中雙方勢均力敵，毫不退讓的情況。請您將答案填於橫線上，完成後，於6月18日或以前交回中心，於6月24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6月30日，請各位老友記留意。

姓名： _____

會員號碼： _____

1.



津

2.



沉

3.



同

4.



無

5.



劫

6.



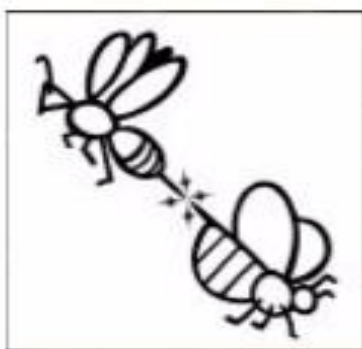
爲

7.



雞

8.



針

9.



三

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?

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 13、標準 14、標準 15 及標準 16 內容如下：

標準 13: 服務單位尊重服務使用者的私人財產權利。

標準 14: 服務單位尊重服務使用者保護私隱和保密的權利。

標準 15: 每一位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。

2025 年 6 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 6 月內到中心續會，續會費用為\$21。

1. MK/M0000015	2. MK/M0000052	3. MK/M0000064	4. MK/M0000068	5. MK/M0000127
6. MK/M0000133	7. MK/M0000158	8. MK/M0000160	9. MK/M0000161	10. MK/M0000205
11. MK/M0000206	12. MK/M0000213	13. MK/M0000217	14. MK/M0000219	15. MK/M0000260
16. MK/M0000261	17. MK/M0000294	18. MK/M0000298	19. MK/M0000394	20. MK/M0000405
21. MK/M0000406	22. MK/M0000419	23. MK/M0000430	24. MK/M0000431	25. MK/M0000475
26. MK/M0000476	27. MK/M0000518	28. MK/M0000528	29. MK/M0000530	30. MK/M0000532
31. MK/M0000534	32. MK/M0000535	33. MK/M0000536	34. MK/M0000748	35. MK/M0000763
36. MK/M0000764	37. MK/M0000766	38. MK/M0000825	39. MK/M0000927	40. MK/M0000949
41. MK/M0000952	42. MK/M0001009	43. MK/M0001010	44. MK/M0001026	45. MK/M0001031
46. MK/M0001032	47. MK/M0001033	48. MK/M0001036	49. MK/M0001037	50. MK/M0001045
51. MK/M0001171	52. MK/M0001325	53. MK/M0001361	54. MK/M0001404	55. MK/M0001407
56. MK/M0001408	57. MK/M0001418	58. MK/M0001419	59. MK/M0001425	60. MK/M0001436
61. MK/M0001442	62. MK/M0001447	63. MK/M0001593	64. MK/M0001594	65. MK/M0001596
66. MK/M0001597	67. MK/M0001599	68. MK/M0001600	69. MK/M0001601	

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