

## 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11，12內容供各位會員及社區人士了解：

- 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。

### 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：幼鹽 (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：

萍 桑 梅

1 望 ○ 止渴 2 負 ○ 請罪

草 竹 薪

3 風吹 ○ 動 4 指 ○ 罷槐

蘭 荔 桃

5 世外 ○ 源 6 ○ 水相逢

柏 瓜 紮

7 ○ 田李下 8 蕙質 ○ 心

遊戲日期:1/12 - 10/12

答對者可獲得迷你小零食1包 有得食冇得玩 😊

## 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12月份中心通訊

「老有所為活動計劃」- 愛心照護食

### 送暖活動



日期：2025年12月17日（星期三）

時間：上午8:00-10:00(準備湯水)

上午10:00- 中午12:00(外出探訪)

地點：本中心及佐敦區

活動內容：預先準備愛心湯水探訪區內獨居或行動不便的體弱長者，冀望讓他們感受到社會的關懷

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12月)

日期：2025年12月1至31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)  
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

## 以色列麻雀(2025年12月)

日期：2025年12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



## 衛生署講座- 認識糖尿病

日期：2025年12月17日(星期三)

時間：上午10:00 - 11:00

內容：了解糖尿病的成因、症狀及預防方法，提供飲食建議、運動與日常照護等

地點：本中心

對象：中心會員 名額：15名

費用：全免

## 12月例會

日期：2025年12月31日(星期三)

時間：上午9:30 - 10:00

內容：介紹2026年1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：24/11/2025

## 2025-2026 愛羣學苑 - 八段錦(第三期)

日期：2025年12月19日

2026年1月2、9、16、23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



## 2025-2026 愛羣學苑 - 方型踏步 (第三期)

日期：2026年1月8、15、22、29日

2月5、12、26日；3月5、12、19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



## 鉤織手工班 (2025年12月)

日期：2025年12月20日 (星期六，共1節)

時間：上午10:00 - 12:00

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：\$60 非會員\$90 (已包括材料費)

對象：中心會員 名額：8名

地點：本中心 負責職員：張姑娘



## 職員動向

各位老友記，我在佐敦的工作將至11月尾完結  
好高興認識大家，亦好開心在佐敦呢個大家庭做嘢  
希望大家繼續保持精神同身體健康！  
並預祝大家聖誕及新年愉快！



行政助理 - 李美靜

## 投入選舉 共創未來

Join the Election Together We Create the Future

2025 立法會換屆選舉  
Legislative Council General Election

12月7日  
— 7 DEC

齊投票！



### 1. 暫托服務：

為支援照顧者參與立法會換屆選舉投票，本中心當日提供日間暫托服務  
詳情請向職員查詢

### 2. 前往投票站服務：

為推動各長者參與投票，本中心當日提供帶隊前往投票站服務

時間：第一個時段：9:30

第二個時段：11:30

集合地點：佐敦長者中心  
名額：10人(每時段)

報名形式：可向職員登記報名



# 12月活動月曆

| 星期一   | 星期二  | 星期三   | 星期四                           | 星期五                         | 星期六               |
|---|--|---|-------------------------------|-----------------------------|-------------------|
| 1<br>9:30 以色列麻雀<br>10:00 愛羣學苑 - 太極班(第四期)              | 2<br>10:30 愛羣學苑 - 粵曲訓練班(第三期)   | 3<br>11:00 愛羣學苑 - 毛筆書法班(第二期)                                | 4<br>10:00 愛羣學苑 - 方型踏步 (第二期)  | 5<br>1:00 「靜觀動樂」計劃 (第二期)    | 6                 |
| 8<br>9:30 以色列麻雀<br>10:00 愛羣學苑 - 太極班(第四期)              | 9<br>10:30 愉羣學苑 - 粵曲訓練班(第三期)   | 10<br>11:00 愉羣學苑 - 毛筆書法班(第二期)                               | 11<br>10:00 愉羣學苑 - 方型踏步 (第二期) | 12<br>1:00 「靜觀動樂」計劃 (第二期)   | 13                |
| 15<br>9:30 以色列麻雀<br>10:00 愉羣學苑 - 太極班(第四期)             | 16<br>11:00 OEP - 送暖活動<br>10:00 衛生署講座 - 認識糖尿病<br>11:00 愉羣學苑 - 毛筆書法班(第二期) | 17  | 18                            | 19<br>10:00 愉羣學苑 - 八段錦(第三期) | 20<br>10:00 鈎織手工班 |
| 22<br>9:30 以色列麻雀<br>10:00 愉羣學苑 - 太極訓練班(第三期)<br>班(第四期) | 23<br>10:30 愉羣學苑 - 粵曲  | 24<br>11:00 愉羣學苑 - 毛筆書法班(第二期)<br>2:00 「靜觀動樂」計劃 (第二期) - 事後評估 | 聖誕節<br>(中心暫停開放)               | 聖誕節第一個周日<br>(中心暫停開放)        | 27                |
| 29<br>9:30 以色列麻雀<br>10:00 愉羣學苑 - 太極班(第四期)             | 30<br>10:30 愉羣學苑 - 粵曲訓練班(第三期)  | 31<br>9:30 中心例會<br>11:00 愉羣學苑 - 毛筆書法班(第二期)                  |                               |                             |                   |