

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 7，8 內容供各位會員及社區人士了解：

- 標準 7: 服務單位的運作須實施有關政策及程序，以確保有效的財政管理。
- 標準 8: 服務單位的運作須符合並履行相關的法律責任及專業。

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: 燕麥沖劑 (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：

中秋燈謎

?

?

遊戲日期: 1/10 - 10/10

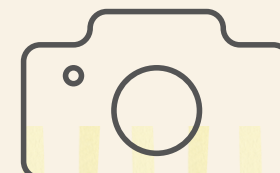
答對者可獲得迷你小零食 1 包 有得食有得玩 🥰

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10月份中心通訊



國慶攝影大賽

誠邀各位於 10 月 3 日前投稿，拍攝一張與國慶有關的精彩照片，並用不超過 10 個字為您的作品命名！

所有作品將於 6/10 至 10/10 在中心展出，讓大家一起來投票！獲得最高票數的頭三位參加者將分別獲得冠、亞、季軍殊榮，並獲得豐富的禮物



國慶賞花燈



賽果將於 10 月 13 日揭曉
歡迎各位會員積極參與

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10月)

日期：2025年10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)
✗ 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10月)

日期：2025年10月6、13、20、27日(逢星期一，共4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 - 痛風症

日期：2025年10月15日(星期三)

時間：上午10:00 - 11:00

內容：讓大家認識到底痛風是什麼？透過講座讓老友記了解日常的應對方法以及注意事項。

地點：本中心

對象：中心會員 名額：15名

費用：全免



10月例會

日期：2025年10月28日(星期二)

時間：上午9:30 - 10:00

內容：介紹2025年11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：23/9/2025

2025-2026 愛羣學苑 - 太極班 (第三期)

日期：2025年9月15、22、29日；10月6、13、20、27日
11月3、10、17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 - 粵曲訓練班(第三期)

日期：2025年10月14、21日
11月4、11、18、25日；12月2、9、16、23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：\$150 非會員：\$180

對象：中心會員 名額：12名

地點：本中心



鉤織手工班 (2025年10月)

日期：2025年10月11、18日(星期六，共2節)

時間：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：\$60 非會員\$90 (已包括二堂材料費)

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

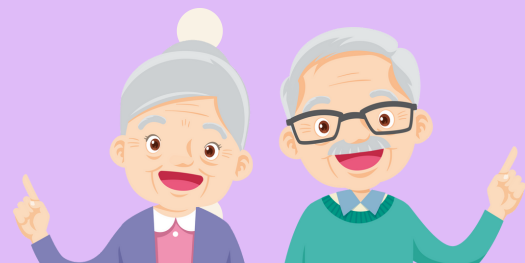
負責職員：何姑娘

參加者均需接受事前評估和事後評估

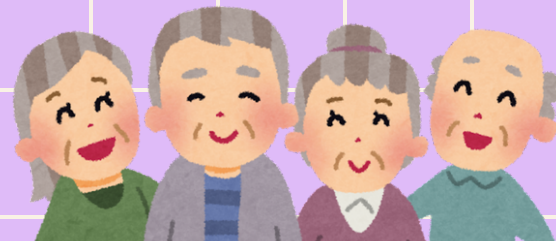
事前評估日期為2025年9月29(星期一)，並在以下時段內進行(下午2:00-5:00)，時長約45分鐘

施政報告 懶人包

- 「長者社區照顧服務券」：增加4,000張，總數達16,000張
- 長者鄰舍中心：新設3間，每年服務約3,000長者
- 安老宿位：新增約700個；院舍照顧券增至7,000張
- 跨境養老：年底推試驗計劃，1,000名綜援長者赴粵，每月資助\$5,000
- 廣東院舍計劃：由15間增至24間，並新增醫療自費分擔安排



10月活動月曆



星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六
		 國慶日 (中心暫停開放)	 10:00 愛羣學苑 - 方型 踏步 (第二期)		
6 9:30 以色列麻雀 10:00 愛羣學苑 - 太極班 (第三期)	7 中秋節翌日 (中心暫停開放)	8	9 10:00 愛羣學苑 - 方型 踏步 (第二期)	10 1:00 「靜觀動樂」 計劃 (第二期)	11 10:00 鉤織手工 班
13 9:30 以色列麻雀 10:00 愛羣學苑 - 太極班 (第三期)	14 10:30 愛羣學苑 - 粵 曲訓練班(第三期)	15 10:00 衛生署講座 - 痛風症 11:00 愛羣學苑 - 毛筆書法 班(第一期)	16 10:00 愛羣學苑 - 方型 踏步 (第二期)	17 1:00 「靜觀動樂」 計劃 (第二期)	18 10:00 鉤織手工 班
20 9:30 以色列麻雀 10:00 愛羣學苑 - 太極班 (第三期)	21 10:30 愛羣學苑 - 粵 曲訓練班(第三期)	22 11:00 愛羣學苑 - 毛筆 書法班(第一期)	23 10:00 愛羣學苑 - 方型 踏步 (第二期)	24 10:00 瑜樂伽 - 靜觀 森林浴 (個別會員參加) 1:00 「靜觀動樂」計 劃 (第二期)	25
27 9:30 以色列麻雀 10:00 愛羣學苑 - 太極班 (第三期)	28 9:30 中心例會	29 重陽節 (中心暫停開放) 	30 10:00 愛羣學苑 - 方型 踏步 (第二期)	31 1:00 「靜觀動樂」 計劃 (第二期)	