



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

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：2026 年 8 月 22 日 印刷份數：1000

編 製：王玉儀 督印人：廖慧詩

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

2026 年 9 月份活動表

中秋甜蜜食譜

桃梨滿圓

1. 洗淨桃膠，用清水浸泡12小時，沖洗，除去雜質，切小塊。
2. 洗淨雪梨，去皮去籽，切塊。
3. 煮沸 600ml 水，加湯圓或芋圓、桃膠煮至浮起。
4. 加雪梨煮5分鐘。
5. 加石蜂糖再煮5分鐘，試味調整即成。



Sweet

TRY

中秋節快樂!



中心一般活動 (如免費活動、講座等) 報名流程圖

8月24日(一)

派發 9 月活動表及開始提交活動報名表



8月27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



8月28日(五)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。



8月31日(一)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 **9月2日(三)**前繳交費用及領取活動票，如 9 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>

2026 年 10 月活動表派發事項

2026 年 10 月活動表會於 9 月 21 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)。

健康活動

售賣奶粉 (請先致電查詢存貨量)

活動日期：9 月 1 日至 30 日

時 間：上午 9:00 - 下午 5:00

負責職員：何先生



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 (雲呢拿味)	\$203/ <u>850</u> 克

1S V-Health 互動負重運動計劃 (2026 年 9 月) MK/P0002677

活動日期：9 月 1 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

MK/P0002755

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：9 月 8 日(二) (個別諮詢)



日期：9 月 29 日 (二) (滋味廚房)

專項檢查：隨機血糖測驗、手握力測試
及 護士個別諮詢

內容：認識膽固醇 及
烹調低膽固醇食物

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



2S-我和物理治療師的約會 (9 月)

MK/P0002678

活動日期：9 月 1 至 31 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)

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

手作舒壓站

MK/P0002758

活動日期：9 月 4(五)、9(三)、11(五)及 16 日(三)

時 間：下午 2:30 - 3:30

地 點：中心喜樂福樂房

名 額：8 人

費 用：全免

對 象：期望透過手工藝創作放鬆身心，舒緩壓力

內 容：透過手作如浮遊花瓶、流體畫、石膏香薰等放鬆身心。

備 註：請先登記，設有簡單問卷以了解參加者狀況，按需要優先取錄有支援需要的會員。

負責職員：周姑娘

健康檢查

活動日期：9 月 5 日 (六)

時 間：上午 9:30 - 10:30

地 點：中心大堂

名 額：20 人

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：何先生



健康講座-認識抑鬱症**MK/P0002740**

活動日期：9月28日(一)
時間：上午10:00 - 11:00
地點：中心喜樂福樂房
對象：中心會員
內容：由衛生署職員教授處理抑鬱情緒的方法及如何協助抑鬱長者
負責職員：周姑娘

教育及發展類活動**AI 潮什麼?****MK/P0002761**

活動日期：9月14日(一)
時間：下午2:00 - 3:00
地點：中心喜樂福樂房
對象：中心會員
內容：認識熱門AI模型介紹、介紹DeepSeek基礎操作&使用技巧、AI使用小秘技及貼士等。



負責職員：曾先生

<活動由 CSL x 長者安居協會提供>

防災講座及培訓證書

活動日期：9月16日(三)
時間：下午1:00 - 3:00
地點：中心喜樂福樂房
對象：中心會員
內容：不要以為災害與自己無關，事實上災害是防不勝防，我們更應學習「被動應災」，講座會讓大家認識香港常見災害及風險評估，應急避險的方法及需要物資。

(*完成講座並完成問答可獲頒培訓證書*)

負責職員：余姑娘

<活動由香港求生及防災協會提供>

9 月份例會**MK/P0002759**

活動日期：9月21日(一)
時間：上午9:15 - 9:45
地點：喜樂、福樂房
對象：中心會員
內容：派發10月份活動表及介紹社區服務
負責職員：曾先生

**「跨代橋樑 - 科技夥伴推動數碼共融」計劃****MK/P0002736**

活動日期：9月28日(一)、10月5日(一)、12日(一)、20日(二)
時間：下午2:30 - 3:30
地點：本中心
對象：中心會員(參加者必須出席全部四場活動)
內容：由年輕科技夥伴導師帶領掌握智能手機及平板電腦等數碼工具，增強數碼能力及對網絡安全的認識。

負責職員：陳姑娘

<活動由香港理工大學與醫念科技(Medmind Technology)提供>



義工類活動

義「織」· 易織進階(9月)

MK/P0002762

活動日期：9月2、9、16、23及30日(逢三，共5堂)
 時間：上午10:00 - 11:30
 地點：本中心
 費用：\$15(包1份材料)
 對象：中心會員(已有基本鉤織技巧) 名 額：10人
 內容：由義工秀梅教參加者鉤織掛飾
 負責職員：曾先生

義「織」· 易織入門(9月)

MK/P0002763

活動日期：9月2、9、16、23及30日(逢三，共5堂)
 時間：下午2:00 - 3:30
 地點：本中心
 費用：\$15(包1份材料)
 對象：中心會員(對鉤有興趣人士) 名 額：10人
 內容：由義工秀梅教參加者掛飾
 負責職員：曾先生

長青義工組

MK/P0002669

活動日期：9月3日(四)
 時間：下午2:00 - 3:00
 地點：本中心
 對象：長青義工
 內容：透過聚會訓練義工增加探訪技巧
 負責職員：余姑娘



全「民」運動(9月)

MK/P0002685

活動日期：9月12及19日(六)
 時間：上午9:00 - 9:45
 地點：喜樂、福樂
 費用：全免
 對象：中心會員 名 額：12人
 內容：由義工民生教授大家簡易伸展運動，
 目的為鼓勵大家持續運動，達致強身健體果效!
 負責職員：曾先生



「剪」個靚髮(9月)

MK/P0002687

活動日期：9月16日(三)
 時間：上午9:30(按時段進行)
 地點：中心信實及良善房
 費用：\$5
 對象：中心會員 名 額：8人
 內容：由義工美蘭協助參加者修剪頭髮
 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



松柏義工組

MK/P0002680

活動日期：9月23日(三)
時間：上午9:30 - 10:00
地點：中心面見房
對象：松柏義工
內容：透過聚會訓練長者增加義工技巧
負責職員：余姑娘



關心大使組

MK/P0002679

活動日期：9月24日(四)
時間：上午10:00 - 10:30
地點：中心面見房
對象：關心大使義工
內容：向有需要關心的會員提供電話慰問服務
負責職員：余姑娘



腦伴師友-遊戲師聚會(2026年7-9月)

MK/P0002673

活動日期：9月24日(四)
時間：下午2:30 - 3:30
地點：本中心
對象：中心遊戲師義工
內容：讓義工學習不同類型的遊戲與活動，然後把所學透過義工服務，帶領會員進行活動。
負責職員：羅先生/余姑娘



創「義」敲擊賀中秋

活動日期：9月21日(一)
時間：上午10:30 - 11:30
地點：中心喜樂福樂房
費用：全免
對象：已登記之義工
名額：20人
內容：以中秋作主題，如月餅盒、燈籠、蠟燭，學習以不同物資敲出獨有音樂，感受不一樣的節拍，於中心互相送上祝福。
負責職員：余姑娘

招募「能」人「義」士

「能」人：具有傑出才能或特殊本領的人。

「義」士：有愛心、又好想為中心服務他人的人。

中心義工服務包括：

- 松柏義工：中心當值，回答活動查詢
- 關心大使：每月向有需要的會員提供電話慰問服務
- 長青義工：協助中心活動進行及進行探訪活動
- 腦伴師友-遊戲師：協助中心進行為認知訓練、桌遊類活動；及樂齡科技活動

如果你/妳已擁有以上特質，或好想嘗試透過做義工服務，學到以上特質。咁就比一個機會自己或中心，歡迎大家登記成為中心2026-2027年度的義工，加入中心義工行列，透過活動去服務不同社區人士！

護老者服務

中心護老者招募

2026 年 4 月至 2027 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(7-9/2026)

MK/P0002665

活動日期：9 月 1 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，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輪椅

負責職員：周姑娘

會員資源閣代購 (2026-2027)

MK/P0002628

活動日期：9 月 1 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：周姑娘

護老者鬆一鬆

MK/P0002742

活動日期：9 月 23 日(三)

時間：下午 2:30 – 3:30

地點：中心喜樂福樂房

費用：全免

對象：護老者

名額：15 人

內容：伸展活動

負責職員：周姑娘

院舍參觀 (東華三院黃氏伉儷翠柳頤庭)

MK/P0002746

活動日期：9 月 24 日(四)

時間：下午 2:30 – 3:30

地點：東華三院黃氏伉儷翠柳頤庭

對象：中心會員及護老者 名額：15 人

內容：由院舍職員帶領參觀院舍房間、復康活動、餐膳等設施

負責職員：陳姑娘



護老兄弟組

MK/P0002743

活動日期：9 月 29 日(二)

時間：下午 2:30-3:30

地點：中心喜樂福樂房

費用：全免

對象：男性護老者

名額：10 人

內容：智能手機班

備註：歡迎未曾參與本聚會的男士加入

負責職員：周姑娘



護老者及認知障礙症社區支援隊服務—認知障礙症服務



樂齡科技閣 10日任務挑戰

會員到中心完成「樂齡科技閣挑戰」，
每日每項任務可各獲1個金幣，
即日參加「健腦奇盒」遊戲體驗！



彈珠機



保齡球



參加者在9月份內到中心，每日完成2個任務，
可獲1個印，儲滿10個印可獲一份小禮物！



任務1「單車遊世界」

完成至少5分鐘



任務2「過目不忘」

記住題目燈的圖案，
選擇及拍打正確圖案的小圓盤！



照顧者易達平台：照顧者全身運動體驗

MK/P0002739

活動日期：9月1日(二)

時間：下午 2:30 - 4:30

地點：中心喜樂福樂房

對象：有支援需要護老者優先

名額：6人(與另外10名維港灣長者會所照顧者一同參加)

**參加者需考慮身體狀況決定是否適合參加

費用：全免

內容：透過體驗拳擊及方型踏步運動，提升上肢及下肢肌力，增強照顧者的身體協調、平衡力、反應能力及整體體能。

備註：請先登記，職員按需要優先取錄有支援需要的護老者。如報名人數超額，每位參加者只可選擇「照顧者易達平台」其中一項活動(「照顧者全身運動體驗」或「心靈慢活花園工作坊」)。

負責職員：陳姑娘



<活動獲「香港交易所慈善基金」資助，並與「維港灣長者會所」合辦>

照顧者易達平台：心靈慢活花園工作坊

MK/P0002744

活動日期：9月21日(一)

時間：上午 10:00-11:30

地點：維港灣長者會所分處喜樂坊(大角咀櫻桃街38號海桃灣西九匯地下G07舖，入口於振榮街)

對象：有支援需要護老者優先

名額：9人(與另外9名維港灣長者會所照顧者一同參加)

費用：全免

內容：透過體驗園藝活動，感受植物的生命力，促進身、心、靈的放鬆與療癒。

備註：請先登記，職員按需要優先取錄有支援需要的護老者。如報名人數超額，每位參加者只可選擇「照顧者易達平台」其中一項活動(「照顧者全身運動體驗」或「心靈慢活花園工作坊」)。

負責職員：陳姑娘



<活動獲「香港交易所慈善基金」資助，並與「維港灣長者會所」合辦>

護老者運動樂(2026 年 9 月)**MK/P0002748**

活動日期：9 月 2 日(三)
時間：下午 2:30- 3:30
地點：中心喜樂福樂房
費用：全免
對象：護老者優先
名額：12 人
內容：讓參加者透過運動，鬆鬆手腳減減壓，從而達到自我關懷。
負責職員：羅先生

**「智」老友暫託日(2026 年 9 月)****MK/P0002747**

活動日期：9 月 7 日(一)
時間：上午 9:30 - 11:30
地點：中心喜樂福樂房
費用：全免
對象：懷疑/確診認知障礙症患者
名額：8 人
內容：提供暫時看顧，為照顧者提供喘息空間。
**期間透過簡單手工藝與遊戲活動，促進社交互動及情緒表達，訓練認知能力。
負責職員：羅先生

玩轉腦朋友(2026 年 9 月)**MK/P0002749**

活動日期：9 月 8 日(二)
時間：下午 2:30 - 3:15
地點：本中心
對象：懷疑/確診認知障礙症患者
名額：10 人
內容：透過認知訓練遊戲，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

**照顧者 - 寫意人生小組****MK/P0002741**

活動日期：9 月 15、22、29 日、10 月 6 日(逢星期二)
時間：下午 2:30 - 3:30
地點：中心喜樂福樂房
費用：全免
對象：有支援需要護老者優先
名額：10 人
內容：透過學習手繪創作，從文字及藝術中整理情緒及生活，放鬆減壓。
負責職員：陳姑娘

**護老喘息空間****MK/P0002735**

活動日期：9 月 17 日(四)
時間：下午 2:30 - 3:30
地點：中心喜樂福樂房
費用：全免
對象：有支援需要護老者優先
名額：15 人
內容：製作中秋健康月餅
負責職員：陳姑娘



「智」繪彩色四季小組

MK/P0002745

活動日期：9月18(五)、25日(五)、10月2(五)、9日(五)
時間：下午 2:30 - 3:30
地點：中心喜樂福樂房
對象：懷疑/確診認知障礙症患者
內容：透過學習簡單手繪，增進社交及情緒表達，
同時訓練認知能力。

負責職員：陳姑娘



社交及康樂類活動

德生飯堂(9月)

MK/P0002760

用餐日期：逢星期一至五
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 12:45 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。

<8月26日開始售買9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>

蔬菜紮染工作坊

活動日期：9月5日(六)
時間：下午 2:30 - 4:30
地點：本中心
對象：祖父母或外祖父母以及其孫(需滿3歲)
內容：利用天然食物染色創作與孫仔孫女的獨有成品，齊齊刺激五感共渡美好的下午。

負責職員：余姑娘

中秋聚一聚

活動日期：9月24日(四)
時間：下午 3:30 - 4:30
地點：中心喜樂福樂房
對象：中心會員
內容：一年容易又中秋，誠邀大家於節日前夕共聚，品茶吃月餅，齊齊猜燈謎迎月。

負責職員：余姑娘

中秋“e”燈謎

MK/P0002764

活動日期：9月25日(五)
時間：上午 9:00-下午 3:00
地點：本中心內進行
內容：猜燈謎遊戲
<此活動不用預先報名>
負責職員：曾先生
<參加者需使用智能手機掃描二維碼參加活動>
<答中有獎，每名參加者可獲小禮物一份>

仲諗，想知點玩，
到時帶埋手機嚟中心
參加就知!

2026 年 9 月份						
星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六	
	二十1	廿一2	廿二3	廿三4	廿四5	
聖經金句： 信就是對所盼望之事有把握，對未見之事情有確據。(希伯來書 11:1)	9:30 愛羣學苑-粵語流行曲班(7) 10:00 愛羣學苑-中國語文班(8) 12:15 德生飯堂 2:30 照顧者全身運動體驗	9:30 愛羣學苑-太極班(8) 10:00 義「織」· 易織進階 (1) 11:00 愛羣學苑-簡易易筋十二式(8) 12:15 德生飯堂 2:00 義「織」· 易織入門(1) 2:30 護老者運動樂(9月)	9:30 愛羣學苑-強身健體八段錦(7) 11:00 愛羣學苑-拉筋運動班(7) 12:15 德生飯堂 2:00 長青義工組	9:30 愛羣學苑~粵曲小曲班(8) 12:15 德生飯堂 2:30 手作舒壓站(1)	9:00 全「民」運動(暫停) 9:30 健康檢查 10:15 愛羣學苑-粵曲班(8) 2:00 愛羣學苑-國畫入門班(1) 2:30 蔬菜紮染工作坊	
白露7	廿七8	廿八9	廿九10	八月11	初二12	
9:15 運動達人~匹克球基礎(2) 9:30 「智」老友暫託日(9月) 12:15 德生飯堂 3:30 「拇」動耆蹟(拇指琴練習)	9:30 愛羣學苑-粵語流行曲班(8) 10:00 愛羣學苑-中國語文班(9) 12:15 德生飯堂 2:00 護士診所(1) 2:30 玩轉腦朋友(2026年9月)	9:30 愛羣學苑-太極班(9) 10:00 義「織」· 易織進階 (2) 11:00 愛羣學苑-簡易易筋十二式(9) 12:15 德生飯堂 2:00 義「織」· 易織入門(2) 2:30 手作舒壓站(2)	9:30 愛羣學苑-強身健體八段錦(8) 11:00 愛羣學苑-拉筋運動班(8) 12:15 德生飯堂	9:30 愛羣學苑~粵曲小曲班(9) 12:15 德生飯堂 2:30 手作舒壓站(3)	9:00 全「民」運動(1) 10:15 愛羣學苑-粵曲班(9) 2:00 愛羣學苑-國畫入門班(2)	
初四14	初五15	初六16	初七17	初八18	初九19	
9:15 運動達人~匹克球基礎(3) 12:15 德生飯堂 2:00 AI 潮什麼? 3:30 「拇」動耆蹟(拇指琴練習)	9:30 愛羣學苑-粵語流行曲班(9) 10:00 愛羣學苑-中國語文班(10) 12:15 德生飯堂 2:30 照顧者 - 寫意人生小組 (1)	9:30 「剪」個靚髮(9月) 9:30 愛羣學苑-太極班(10) 10:00 義「織」· 易織進階 (3) 11:00 愛羣學苑-簡易易筋十二式(10) 12:15 德生飯堂 1:00 防災講座及培訓證書 2:00 義「織」· 易織入門(3) 2:30 手作舒壓站(4)	9:30 愛羣學苑-強身健體八段錦(9) 11:00 愛羣學苑-拉筋運動班(9) 12:15 德生飯堂 2:30 護老喘息空間	9:30 愛羣學苑~粵曲小曲班(10) 12:15 德生飯堂 2:30 「智」繪彩色四季小組(1)	9:00 全「民」運動(2) 10:15 愛羣學苑-粵曲班(10) 2:00 愛羣學苑-國畫入門班(3)	
十一21	十二22	秋分23	十四24	十五25	十六26	
9:15 運動達人~匹克球進階(1) 9:15 9月份例會 10:00 心靈慢活花園工作坊 10:30 創「義」敲擊賀中秋 12:15 德生飯堂 2:00 同創「耆」蹟~院舍探訪 3:30 「拇」動耆蹟(拇指琴練習)	9:30 愛羣學苑-粵語流行曲班(10) 12:15 德生飯堂 2:30 照顧者 - 寫意人生小組 (2)	9:30 松柏義工組 10:00 義「織」· 易織進階 (4) 12:15 德生飯堂 2:00 義「織」· 易織入門(4) 2:30 護老者鬆一鬆	10:00 關心大使組 9:30 愛羣學苑-強身健體八段錦(10) 11:00 愛羣學苑-拉筋運動班(10) 12:15 德生飯堂 2:30 院舍參觀(東華三院黃氏伉儷翠柳頤庭) 2:30 腦伴師友-遊戲師聚會 3:30 中秋聚一聚	9:00 中秋”e”燈謎 12:15 德生飯堂 2:30 「智」繪彩色四季小組(2)	中秋節翌日 (公眾假期)	
十八28	十九29	二十30	活動幹事張幸琳已於8月22日完約， 8月23日正式離職，感謝張姑娘期間於中心的協助!			
9:15 運動達人~匹克球進階(2) 10:00 健康講座 - 認識抑鬱症 12:15 德生飯堂 2:30 「跨代橋樑 - 科技夥伴推動數碼共融」計劃(1) 3:30 「拇」動耆蹟(拇指琴練習)	12:15 德生飯堂 2:00 護士診所(2) 2:30 照顧者 - 寫意人生小組 (3) 2:30 護老兄弟組	10:00 義「織」· 易織進階 (5) 12:15 德生飯堂 2:00 義「織」· 易織入門(5)				
中心公眾假期暫停開放，敬請留意： 9月26日(六) 中秋節翌日		新入職社工同工： 大家好，我係8月10日新入職社工余子琪姑娘，過往主要做幼兒及家庭服務，有幸來到這裡遇見大家，也是一種緣份，希望有機會係活動入面見到你們，帶更多好玩同難忘的回憶給大家! 之後我會主要負責義工及50+活動，請多多指教!				
						



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：

*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：待職員安排

時間：待職員安排（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

*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 9 月 1 日開始收集，請於 9 月 21 日或以前交回中心，得獎名額於 9 月 24 日公佈，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 9 月 30 日，請各位老友記留意。

姓名： _____

會員號碼： _____

1		3	2
2		4	
	1		4
4			

	2	3	
4			2
			3
3	4		1

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

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

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。

2026 年 9 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 2026 年 9 內到中心續會，續會費用為\$21。凡續會會員均可獲續會禮物一份，於續會時領取及簽收，不設補領。

1. MK/M0000017	14. MK/M0000269	27. MK/M0000549	40. MK/M0001168	53. MK/M0001779
2. MK/M0000031	15. MK/M0000272	28. MK/M0000559	41. MK/M0001169	54. MK/M0001789
3. MK/M0000061	16. MK/M0000307	29. MK/M0000562	42. MK/M0001177	55. MK/M0001790
4. MK/M0000069	17. MK/M0000352	30. MK/M0000563	43. MK/M0001339	56. MK/M0001791
5. MK/M0000071	18. MK/M0000410	31. MK/M0000654	44. MK/M0001479	57. MK/M0001792
6. MK/M0000096	19. MK/M0000420	32. MK/M0000723	45. MK/M0001490	58. MK/M0001793
7. MK/M0000128	20. MK/M0000423	33. MK/M0000789	46. MK/M0001495	59. MK/M0001794
8. MK/M0000140	21. MK/M0000448	34. MK/M0000807	47. MK/M0001584	60. MK/M0001795
9. MK/M0000179	22. MK/M0000469	35. MK/M0000816	48. MK/M0001585	61. MK/M0000060
10. MK/M0000181	23. MK/M0000470	36. MK/M0000947	49. MK/M0001622	
11. MK/M0000184	24. MK/M0000479	37. MK/M0001086	50. MK/M0001639	
12. MK/M0000234	25. MK/M0000506	38. MK/M0001134	51. MK/M0001645	
13. MK/M0000264	26. MK/M0000544	39. MK/M0001155	52. MK/M0001646	

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