

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  5347 0443 (星期日及公眾假期休息)

電郵：mknec@bokss.org.hk 印刷日期：2024 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

2024 年 6 份活動表

提防「WhatsApp」釣魚欺詐短訊



提防偽冒 WhatsApp 釣魚式欺詐短訊

假!

官方系統檢測到您的賬號存在虛假註冊及非法買賣的行為，請登入 whatsapp.online 驗證您的賬號，未驗證將永久封鎖您的賬號

假!

假冒 WhatsApp 版面

This is WhatsApp security customer service, the system has detected that your language is Chinese, and the Chinese translation has been automatically enabled for you! 這是 WhatsApp 安全客服系統檢測到你將語言系中文, 已經為你自動開啟翻譯中文!

咪亂Click可疑連結呀!

使用安全代碼 解除安全風險 恢復賬號安全

WhatsApp 安全中心系統偵測虛假註冊號碼與帳號買賣等違法行為。有風

假!

SMS

ADCC 有懷疑即打 防騙熱線 18222

Anti-Deception Coordination Centre 反詐騙協調中心

唔想帳戶被騎劫?

- ✓ 啟用雙重認證功能
- ✓ 登出所有不明的已連結裝置
- ✓ 不向任何人透露任何密碼或代碼



想了解最新的防騙資訊?
快啲登入 反詐騙協調中心(ADCC)
同埋 守網者 Cyberdefender
網頁知多啲喇 !!



反詐騙協調
中心(ADCC)



守網者 Cyber-
defender FB

中心一般活動 (如免費活動、講座等) 報名流程圖

5月20日(一)

派發6月活動表及開始提交活動報名表

5月23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24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。

5月27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**5月24日(五)**前繳交費用及領取活動票，如5月28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>

暫停郵寄活動表

本中心已於 2023 年 4 月份開始暫停郵寄活動表。會員可於中心開放時間或經中 whatsapp 收取活動表。

會員希望以 whatsapp 收取中心訊息，請發送「本人同意經 whatsapp 收取中心訊息」至 📞 53470443，並請儲存此電話於手機內，如未有儲存此號碼，將未能收到本中心所發出的「廣播資訊」。

2024 年 7 月活動表會於 6 月 17 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

1S V-Health 互動負重運動計劃 (2024 年 6 月) MK/P0001681

活動日期：6 月 1 至 29 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/P0001738

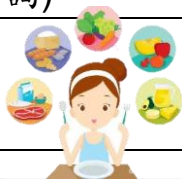
透過資深護士專業會診及早介入，與長者進行血壓、血糖及專項檢查和個別諮詢服務，包括病歷評估、藥物管理及膳食營養意見等。協助長者建立健康生活模式、預防疾病及減低併發症的風險。

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 18 日(二) (個別諮詢)

日期：6 月 28 日(五) (滋味廚房)

專項檢查：認識高血壓 及
護士個別諮詢



內容：量血壓(坐/立)量度、指導量度血壓、
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 次、非會員\$110 / 6 次

負責職員：何先生 / 鄺姑娘



健康講座(6 月) - 燒傷與燙傷

MK/P0001735

活動日期：6 月 24 日(一)

時間：上午 10:00 - 11:00

地點：中心信實及良善房

費用：\$2 (會員)、\$5 (非會員)

名額：20 人

內容：由衛生署職員講解在日常生活中潛在的燒傷與燙傷危機及預防方法和正確處理燒傷與燙傷，吸入濃煙，觸電等意外的方法。

負責職員：祝姑娘

平安鐘一線通講座 - 營養 DIY

MK/P0001741

活動日期：6 月 3 日(一)

時間：下午 2:00 - 3:00

地點：中心信實及良善房

費用：全免

名額：15 人

內容：由平安鐘一線通職員在講座會分享如何從食物吸收各種人體所需的營養素，以及講解營養補充劑的作用。

負責職員：祝姑娘

1S-單車遊世界 (2024 年 6 月)

MK/P0001670

活動日期：6 月 1 至 29 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

2S-我和物理治療師的約會 (6 月)

MK/P0001683

活動日期：6 月 1 至 29 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 1 日至 29 日

時 間：上午 9:00 - 下午 5:00

負責職員：祝姑娘

*5 月份起，雅培金裝加營養奶粉費用已上調，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)	\$236/850 克
雅培金裝加營養 (雲呢啡味)	\$192/900 克

醫健運動一站通

MK/P0001764

活動日期：6 月 4 日(二)

時 間：下午 2:00 - 4:00

地 點：中心喜樂及福樂房

名 額：25 人

內 容：由物理治療師帶領運動及協助登記醫健通。

費 用：全免

負責職員：何先生

健康預埋「您」

MK/P0001762

活動日期：6 月 18 日(二)

時 間：下午 2:00 - 4:00

地 點：中心喜樂及福樂房

名 額：20 人

內 容：講座、量血壓

對 象：中心會員、佐敦中心會員

負責職員：曾先生

<活動由東華三院護士學校學生負責>

教育及發展類活動

Google 地圖班—九巴 app(2024 年 6 月)

MK/P0001742

活動日期：6 月 4 日(二) 時 間：下午 2:00 - 3:00

活動對象：中心會員 名 額：10 人 費 用：全免

內 容：重溫 google 地圖的最常用法和其他功能，例如儲存地點分類、探索周邊店家、查詢末班車次等等。

備 註：1) 請自備智能手機，可準備多一部手機以即時練習

2) 簡單介紹九巴 apps

負責職員：祝姑娘

資訊科技 – 智能手機應用 (6 月)

MK/P0001740

活動日期：6 月 11 日及 25 日(逢二) 時間：下午 2:30 - 3:30

地點：中心信實/良善房 活動對象：中心會員

內容：手機操作及相機應用 名額：8 人

備註：會員需自備有足夠電量的智能手機

負責職員：卓姑娘



6 月份例會

MK/P0001754

活動日期：6 月 17 日(一) 時間：上午 9:15 - 10:00

地點：中心喜樂及福樂房 名額：30 人

對象：中心會員 負責職員：曾先生

飛鏢體驗日

MK/P0001739

活動日期：6 月 29 日(六) 時間：下午 2:00 - 3:00

地點：中心信實/良善房 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

義工類活動

長青義工聚會

MK/P0001676

活動日期：6 月 13 日(四) 活動時間：下午 2:00 - 3:00 活動對象：長青義工

地點：中心恩慈房

內容：透過聚會訓練義工增加探訪技巧

負責職員：梁姑娘

松柏義工聚會

MK/P0001680

活動日期：6 月 26 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

關心大使聚會

MK/P0001679

活動日期：6 月 27 日(四) 活動時間：上午 10:00 - 11:00 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

義織-入門班

MK/P0001749

活動日期：6月5、12、19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

地點：中心恩慈房

名額：8人

內容：義工秀梅教參加者鈎織掛飾/飾物

備註：如參加人數不足5人，活動將會取消

負責職員：梁姑娘

義織

MK/P0001749

活動日期：6月12、19、26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

地點：中心恩慈房

名額：8人

內容：義工秀梅教參加者鈎織掛飾/飾物

負責職員：梁姑娘

「FUN」蘭木柱(6月)

MK/P0001756

活動日期：6月17日(一)

時間：下午 2:30 - 4:00

名額：12人

地點：大坑東足球場

對象：中心會員

內容：教授參加者芬蘭木柱運動玩法、投擲技巧及計分等

備註：屬戶外運動，請參加者帶備足夠飲用水、防曬及防蚊用品

負責職員：曾生及中心芬蘭木柱指導員



義聚~糕點製作

MK/P0001751

活動日期：6月21日(五)

活動時間：下午 2:00 - 4:00

名額：10人

地點：中心恩慈房

活動對象：中心義工

內容：由義工秀梅教義工們製作糕點，增加義工們聯繫。

備註：(1)參加是次工作坊的義工，需日後協助教授其他人士製作
(2)請先登記，由職員再作篩選

負責職員：梁姑娘

腦伴師友-遊戲師

MK/P0001678

活動日期：6月24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

負責職員：梁姑娘

Rummikub 魔力橋小組

MK/P0001752

活動日期：6月20及6月27(逢四，共兩堂)

時間：下午 2:00 - 3:30

地點：中心喜樂及福樂房

對象：中心義工/會員

名額：8人

內容：由職員教授參加者一同體驗數字牌遊戲，齊齊鍛鍊邏輯思考力。

備註：參加是次工作坊的義工，需於7月份教授中心會員體驗

負責職員：梁姑娘



2024 年 6 月份

星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六
					廿五 1
					10:15 愛羣學苑~粵曲班(6) 2:00 點點心意·祝福您 ~國畫入門工作坊(6)
廿七 3	廿八 4	芒種 5	五月 6	初二 7	初三 8
10:00 護老者講座 - 認識肝炎 2:00 平安鐘講座 - 營養 DIY	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 Google 地圖班 - 九巴 app 2:00 醫健運動一站通	9:30 愛羣學苑~太極班(8) 10:00 義織-公仔製作(4) 12:15 德生飯堂 2:00 愛羣學苑-方型踏步運動班(20) 2:00 義織-入門班(1)	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) 2:00 1S - 核心肌肉膠帶操(進階同行班)(9)	9:30 愛羣學苑~粵曲小曲班(8) 12:15 德生飯堂 2:00 護老者齊齊賀端陽 2:00 退而無憂講座	9:30 健康檢查 10:15 愛羣學苑~粵曲班(7) 2:00 點點心意·祝福您 ~國畫入門工作坊(7)
初五 10	初六 11	初七 12	初八 13	初九 14	初十 15
端午節 (公眾假期)	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 資訊科技-智能手機應用(1)	9:30 愛羣學苑~太極班(9) 9:30 德生速「剪」 10:00 義織(1) 12:15 德生飯堂 2:00 愛羣學苑-方型踏步運動班(21) 2:00 義織-入門班(2) 2:30 玩轉腦朋友(1)	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) 11:00 「友善社區推廣大使」聚會 2:00 1S - 核心肌肉膠帶操(進階同行班)(10) 2:00 長青義工聚會	9:30 愛羣學苑~粵曲小曲班(9) 12:15 德生飯堂 2:00 護老喘息空間-立體彩蝴蝶	10:15 愛羣學苑~粵曲班(8) 2:00 點點心意·祝福您 ~國畫入門工作坊(8)
十二 17	十三 18	十四 19	十五 20	十六 21	十七 22
9:15 例會(6月份) 10:30 三葉球義工練習(中心) 2:30 「FUN」蘭木柱	9:30 愛羣學苑~粵語流行曲班(10) 12:15 德生飯堂 2:00 護士診所(個別諮詢) 2:00 健康預埋「您」	9:30 愛羣學苑~太極班(暫停) 10:00 義織(2) 12:15 德生飯堂 2:00 愛羣學苑-方型踏步運動班(22) 2:00 義織-入門班(3) 2:30 護老者鬆一鬆	9:30 愛羣學苑~強身健體八段錦(暫停) 11:00 愛羣學苑~拉筋運動班(暫停) 10:00 關心大使聚會 2:00 1S - 核心肌肉膠帶操(進階同行班)(11) 2:00 Rummikub 魔力橋小組	9:30 愛羣學苑~粵曲小曲班(10) 10:15 認知障礙症資訊宣傳街站 12:15 德生飯堂 2:00 義聚~糕點製作	10:15 愛羣學苑~粵曲班(9)
十九 24	廿十 25	廿一 26	廿二 27	廿三 28	廿四 29
9:00 健康樂同「行」- 道風山 10:00 健康講座(6月)- 燒傷與燙傷 2:00 腦伴師友-遊戲師	12:15 德生飯堂 2:30 資訊科技-智能手機應用(2)	9:30 愛羣學苑~太極班(暫停) 9:30 松柏義工聚會 10:00 義織(3) 12:15 德生飯堂 2:30 玩轉腦朋友(2)	9:30 護老兄弟組 9:30 愛羣學苑~強身健體八段錦(暫停) 10:00 香港基督少年軍與華英中學探訪活動 10:00 關心大使 11:00 愛羣學苑~拉筋運動班(暫停) 2:00 1S - 核心肌肉膠帶操(進階同行班)(12) 2:00 Rummikub 魔力橋小組	12:15 德生飯堂 2:00 護老喘息空間 - 消暑甜品 2:00 護士診所(滋味廚房)	10:15 愛羣學苑~粵曲班(10) 2:00 飛鏢體驗日

聖經金句

惟獨從上頭來的智慧，先是清潔，後是和平，溫良柔順，滿有憐憫，多結善果，沒有偏見，沒有假冒。



雅各書 3:17

中心於下列公眾假期暫停開放，敬請留意：

6 月 10 日(一) 端午節



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：余姑娘

復康用品借用(4-6/2024)

MK/P0001664

活動日期：6月1日至29日

對象：護老者及會員

費用：每項用品，每天只需\$1

內容：中心借出輪椅、助行架、拐杖等復康用品，借用方便

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/P0001691

活動日期：6月1日至29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—認識肝炎

MK/P0001736

活動日期：6月3日(一)

時間：上午10:00 - 11:00

地點：中心喜樂及福樂房

活動對象：護老者及會員

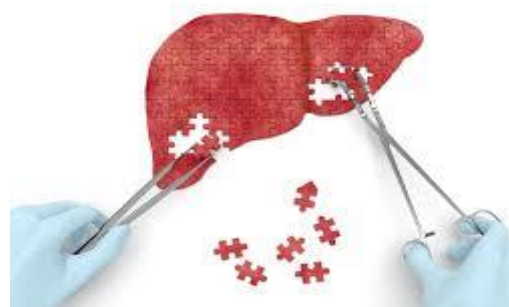
名額：18人

費用：全免

內容：1. 肝炎的定義與分類
2. 肝炎的傳播途徑
3. 肝炎的預防措施

備註：本活動與衛生署健康外展隊合辦

負責職員：祝姑娘



護老者齊賀端陽

MK/P0001747

活動日期：6月7日(五) 時間：下午2:00 - 4:00

地點：中心喜樂及福樂房 對象：護老者及會員

名額：20人

內容：遊戲活動及製作小手工

負責職員：卓姑娘



護老者鬆一鬆

MK/P0001744

活動日期：6月19日(三) 時間：下午2:30 - 3:30

地點：中心喜樂及福樂房 對象：護老者優先

名額：15人

內容：齊來玩遊戲，放鬆身心

負責職員：余姑娘

護老兄弟組

MK/P0001745

活動日期：6月27日(四) 時間：上午9:30 - 10:30

地點：中心信實及良善房 對象：男性護老者

名額：12人

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：余姑娘

護老者及認知障礙症社區支援隊服務—認知障礙症服務

玩轉腦朋友(2024年6月)

MK/P0001743

活動日期：6月12日(三)及26日(三) 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：余姑娘

「友善社區推廣大使」聚會 (6月)

MKP00001746

活動日期：6月13日(四) 時間：上午11:00 - 正午12:00

地點：中心信實及良善 費用：全免

內容：讓義工學習有關認知障礙症及護老者的知識，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：余姑娘

認知障礙症資訊宣傳街站

MKP00001665

活動日期：6月21日(五) 時間：上午10:15 - 正午12:00

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



護老者及認知障礙症社區支援隊服務—護老者活動

護老喘息空間

MK/P0001748

活動日期：6月14日(五) (立體彩蝴蝶) 時間：下午2:00 - 3:30

6月28日(五) (消暑甜品) 時間：下午2:00 - 3:30

地點：本中心

對象：有支援需要護老者優先 名額：8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

社交及康樂類活動

退而無憂講座

MK/P0001753

活動日期：6月7日(五)

時間：下午2:00 - 3:30

地點：本中心

對象：中心會員/55 - 70歲人士

名額：15人

內容：由退休長者協會講解現時社區支援項目/服務，增加退休後支援。

負責職員：梁姑娘



德生速「剪」(6月)

MK/P0001672

活動日期：6月12日(三)

活動時間：上午9:30(按時段進行)

地點：中心信實及良善房

對象：中心會員 名額：8人 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

香港基督少年軍與華英中學探訪活動

MK/P0001755

活動日期：6月27日(四)

活動時間：上午10:00-11:00

地點：喜樂、福樂

對象：中心會員

名額：20人 費用：全免

內容：遊戲活動

負責職員：曾先生



<活動由香港基督少年軍及華英中學學生帶領>

點點心意·祝福您(父親節禮物)

為慶祝父親節，畫國班義工們製作了一份小禮物送予中心男性會員。請憑有效會員證於派發當日到中心領取小禮物。

<派發日期及時間：6月13日(四)上午9:00開始>

禮物數量有限，派完即止，不設預留!

<活動獲油尖旺民政事務處贊助>

中心內借用魔力橋流程

中心獲有心人士購買4套新魔力橋遊戲，供會員在中心內使用，為公平使用原則，中心將訂立借用及交還流程。

詳情容稍後公佈，敬請留意!

<請各位愛惜物品>

頤蒼綜合健康服務

頤蒼以「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6及27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 >

“拔苗助長”成語遊戲










MK/P0001734

出自《孟子·公孫丑上》，人有閔其苗之不長而揠之者，芒芒然歸，謂其人曰：“今日病矣！予助苗長矣！”其子趨而往視之，苗則槁矣。天下之不助苗長者寡矣。以為無益而舍之者，不耘苗者也；助之長者，揠苗者也。非徒無益，而又害之。因此，“拔苗助長”這個成語提醒人們要謹慎行事，不要過於急躁，要給予事物足夠的時間和空間發展，避免因為過於急切而破壞了正確的發展方式。

請您將答案填於橫線上，完成後，於6月20日或以前交回中心，經核對後，於6月24日公佈得獎名額，得獎者可獲禮物乙份，名額只有120位，名額先到先得，請各位老友記積極參與。

*獎品兌換時間只限到每月的月尾，請各位老友記留意。

姓名： _____ 會員號碼： _____

1.  _____ 摸 _____	2.  _____ 絲 _____	3.  _____ 圓 _____
4.  _____ 壁 _____	5.  _____ 目 混 _____	6.  _____ 心 _____ 心 _____
7.  _____ 拔 _____ 助 _____	8.  _____ _____ _____	9.  _____ 水 _____ 月 _____

「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



中心設有縫補衣物服務，為會員提供便利和廉價的縫補服務。

「縫補師」有車縫經驗，能處理簡單的修改工序。

衣物縫補費用如下：普通衣服(每個工序\$10)(如有需要，請先向職員查詢)

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  53470443



中心儲印大行動



大家於 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!

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。

2024 年 6 月會員續會安排

於 2024 年 6 月內，中心將致電到期續會會員到中心續會，續會費用為 \$21。

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