

2026 年 9 月中心通訊

地址：大埔富亨邨富亨鄰里社區中心地下
電話：2666 0761 傳真：2664 2603
電郵：tpnec@bokss.org.hk
網站：http://elderly.bokss.org/

開放時間：星期一至星期六
上午 9:00-下午 5:00
(星期日及公眾假期休息)
督印人：李家宜 編輯：文浩天

*如不欲本處使用你的個人資料作此通訊用途，請以書面郵寄或電郵至 tpnec@bokss.org.hk 通知本處。

浸信會愛羣社會服務處長者社區支援及護理服務已設有 Facebook，歡迎各位會員於 Facebook 搜尋「浸信會愛羣社會服務處長者社區支援及護理服務」參閱最新消息。

如對服務質素標準或中心服務有任何意見，歡迎透過電話、郵寄、約見中心職員、或親臨中心，到接待處領取意見表(S6-06)，投放在接待處旁的意見箱內。

編印數量：800 份

印刷日期：2026 年 8 月 26 日

派發中心通訊安排

有關 2026 年 10 月中心通訊，會員可於 2026 年 9 月 24 日起到中心提取。如有任何改動，以當日例會公佈為準。

如有需要，會員可以致電中心通知職員，透過 Whatsapp 收取電子版通訊。

續會安排

謝謝會員持續參與中心服務，續會安排如下：

- 1) 查看例會咭，如例會咭顯示有效日期至2026年8月31日，代表會員可於2026年9月中心開放時間內到中心辦理續會手續。
- 2) 請會員到中心辦理續會手續，以及繳交會員費。
- 3) 會員可先致電中心預約辦理續會手續的日期和時間。
(備註：中心不會以電話形式續會。如對續會事宜有任何查詢，歡迎與中心職員聯絡。)

WhatsApp 專線：6381 3357

會員如有意接收中心通過 WhatsApp 發出的資訊，請通知中心職員，並請輸入電話：6381 3357 到閣下智能電話的通訊錄內，才可以有效接收資訊。

備註：(1) 此服務只限發佈中心最新資訊，並不以任何回覆。

(2) 此服務只提供予使用智能電話的會員，會員若不願意透過 WhatsApp 接收中心資訊，可通知中心職員。

(3) 此 WhatsApp 未能支援緊急需要。如有緊急情況，請勿使用 WhatsApp 聯繫。

偶到服務

偶到 服務內容	位置	使用服務 / 設施時段	每個時段 名額	備註
閱讀報章	健腦區	上午 9:30 至下午 5:00	2	/
使用座地式 腳踏單車	中心 大堂	第一場 上午 9:15-10:15	1	
使用手部訓 練拉繩	健腦區	第二場 上午 10:30-11:30	1	
使用電腦	健腦區	第三場 下午 1:00-2:00	2	
使用蘭米 骨牌	中心 大堂	第四場 下午 2:15-3:15 第五場 下午 3:30-4:30	8	

心理及社交健康類

福樂組

日期	時間	名額
2026 年 9 月 4 日 (星期五)	上午 9:05-9:50	12 人
2026 年 9 月 11 日 (星期五)	上午 9:05-9:50	12 人
2026 年 9 月 18 日 (星期五)	上午 9:05-9:50	12 人
2026 年 9 月 25 日 (星期五)	上午 9:05-9:50	12 人

地點：富亨中心活動室 1 及 2
 內容：詩歌、福音信息、祈禱。
 對象：中心會員
 費用：全免 負責職員：馮姑娘
 開始報名日期：2026 年 9 月 1 日(星期二)
 報名方式：(1) 致電中心報名。
 (2) 名額有限，先到先得。

2026 年 9 月以勒基金

日期：2026 年 9 月 19 日(星期六)
 時間：上午 9:30-10:30
 地點：頌真會所活動室 1 及 2
 內容：詩歌、福音信息、祈禱。
 對象：中心會員
 名額：30 人 費用：全免 負責職員：馮姑娘
 開始報名日期：2026 年 9 月 1 日(星期二)
 報名方式：(1) 致電中心報名。
 (2) 名額有限，先到先得。
 合辦機構：以勒基金

「心・安了」長者手機應用程式工作坊

日期：2026 年 9 月 23 日及 10 月 28 日(星期三) (共兩節)
 時間：下午 2:30-4:30
 地點：富亨中心活動室 1 及 2
 內容：1. 介紹「心·安了」應用程式的主要功能，讓長者了解如何使用視像通話、情緒評估等工具
 2. 實際操作示範，向參加者講解如何註冊帳戶及使用應用程式
 3. 互動學習：讓參加者嘗試使用不同功能，並學習如何解讀情緒評估結果。

對象：中心會員
 名額：15-20 人 費用：全免 負責職員：仇姑娘
 報名方式：(1) 於 2026 年 9 月 1 日(星期二)至 9 月 12 日(星期六)致電中心報名。
 (2) 抽籤日期：2026 年 9 月 14 日(星期一)上午 9:30。
 (3) 中心職員會致電通知中籤會員出席活動。

備註：(1)參加者自備智能手機。
 (2)為加快當日流程，活動前可找中心職員協助參加者預先下載「心·安了」應用程式。
 (3)參加者需確保可以出席 2 天的課堂。

合辦機構：香港賽馬會社區資助計劃 —— 「生命共行」外展長者服務

教育及發展類

「西九博物館社區共享計劃 2026-27」：參觀香港故宮文化博物館

日期：2026 年 9 月 21 日(星期一)
 集合時間：中午 12:45
 集合地點：頌真會所活動室 1 及 2
 活動時間：下午 1:45-3:45(參觀時間)，約下午 4:30 返回中心。
 內容：參觀香港故宮文化博物館。
 對象：中心會員
 名額：37 人 費用：\$5 負責職員：仇姑娘
 報名方式：(1) 於 2026 年 9 月 1 日(星期二)至 9 月 15 日(星期二)致電中心報名。
 (2) 抽籤日期：2026 年 9 月 16 日(星期三)上午 9:30。
 (3) 中心職員會致電通知中籤會員出席活動。

備註：(1)是次門票由西九文化區管理局送出，可參觀專題及特別展覽 (展廳 1 至 8)。
 (2)此活動安排旅遊巴來回接送參加者。
 (3)報名活動前，參加者請衡量自己的身體情況。

線上講座：「攜手並肩打擊電騙」社區講座

日期：2026 年 9 月 21 日(星期一)
 時間：上午 10:00-11:00
 地點：富亨中心活動室 1 及 2
 講座形式：線上講座以 ZOOM 形式進行
 內容：小心提防詐騙電話及短訊，善用來電過濾服務及程式，精明使用通訊服務，實用程式推介及認識電子支付，認識通訊服務消費者權益及流動通訊輻射安全。
 對象：中心會員
 名額：30 人 費用：全免 負責職員：馮姑娘
 報名方式：(1) 於 2026 年 9 月 1 日(星期二) 至 9 月 16 日(星期三)致電中心登記抽籤。
 (2) 抽籤日期：2026 年 9 月 17 日(星期四)上午 9:30。
 (3) 中心職員會致電通知合資格中籤會員出席活動。

主辦單位：通訊事務管理局

智叻防騙小教室 – 防騙講座

日期：2026 年 9 月 17 日(星期四)
 時間：上午 10:30-11:30
 地點：富亨中心活動室 1 及 2
 內容：以互動形式，認識騙徒手法，分享防騙資訊。
 對象：中心會員
 名額：30 人 費用：全免 負責職員：朱姑娘
 報名方式：(1) 於 2026 年 9 月 1 日(星期二) 至 9 月 12 日(星期六)致電中心登記抽籤。
 (2) 抽籤日期：2026 年 9 月 14 日(星期一)上午 9:30。
 (3) 中心職員會致電通知合資格中籤會員出席活動。
 主辦單位：跨代橋樑 - 科技夥伴推動數碼共融計劃 - 醫念科技 (Medmind Technology)

2026 年 10-12 月愛羣學苑-方型踏步運動班 A1 及 A2

組別	日期	時間	導師	名額	地點
A1 班	2026 年 10 月 14 日至 2026 年 12 月 16 日 (逢星期三) (共 10 堂)	上午 9:15- 上午 10:45	劉錦珠先生 吳麗卿女士 張秀珍女士	24 人	頌真會所
A2 班	2026 年 10 月 14 日至 2026 年 12 月 16 日 (逢星期三) (共 10 堂)	上午 11:00- 下午 12:30	劉錦珠先生 吳麗卿女士 吳愛珍女士	24 人	頌真會所

內容：教授一種源於日本的嶄新防跌運動，經臨床試驗方型踏步運動可鍛練及增強下肢力，減少長者跌倒風險。

對象：曾有跌倒記錄或害怕跌倒的人士、或初學方型踏步之人士、
 曾經學習方型踏步運動之人士。

費用：會員 \$60；非會員 \$90 負責職員：蔡姑娘

報名方式：

報名階段	報名對象	報名期	報名方式/ 備註
第一階段	2026 年 7-9 月愛羣學苑-方型踏步運動班 (A1)、(A2) 班舊生	2026 年 9 月 2 日 (星期三)至 9 月 12 日(星期六)	1) 致電中心報名，中心職員會安排參加者預約時間到中心繳費。 2) 已在第一階段報名之參加者，不能在第二階段報名。
第二階段	希望轉班別之 2026 年 7-9 月愛羣學苑-方型踏步運動班(A1)、 (A2)、(B1)、(B2) 班舊生	2026 年 9 月 14 日 (星期一) 至 9 月 18 日 (星期五)	1) 如該組別沒有名額，則未能進行轉班手續。 2) 如希望轉班之舊生人數，多於該組別之實際名額，將於以電腦抽籤以確定可以轉班的先後次序。 (抽籤日期：2026 年 9 月 19 日(星期六) 上午 9:30)
第三階段	沒有參加 2026 年 7-9 月愛羣學苑-方型踏步運動班 (A1)、(A2)、 (B1)、(B2)班或從未報讀之會員	2026 年 9 月 21 日 (星期一) 至 9 月 29 日 (星期二)	致電中心報名，如參加人數多於實際名額，將以電腦抽籤以確定參加者名單。 (抽籤日期：2026 年 9 月 30 日(星期三) 上午 9:30)

備註：1. 參加者必須經評估落實參加資格。
 2. 參加者必須穿著運動服裝及運動鞋出席活動。
 3. 此乃運動性質活動，請參加者衡量自己的身體情況。
 4. 上課期間參加者須按職員及導師之編排分組學習。
 5. 課程及學分：學員每完成一個課程及出率達 80% 或以上，可取得 3 個學分。

2026 年 10-12 月愛羣學苑-方型踏步運動班 B1 及 B2

組別	日期	時間	導師	名額	地點
B1 班	2026 年 10 月 15 日至 2026 年 12 月 17 日 (逢星期四) (共 10 堂)	下午 1:30- 下午 3:00	張秀珍女士 盧潤好女士	12 人	富亨中心
B2 班	2026 年 10 月 15 日至 2026 年 12 月 17 日 (逢星期四) (共 10 堂)	下午 3:15- 下午 4:45	盧潤好女士	12 人	富亨中心

內 容：教授一種源於日本的嶄新防跌運動，經臨床試驗方型踏步運動可鍛練及增強下肢力，減少長者跌倒風險。

對 象：曾有跌倒記錄或害怕跌倒的人士、或初學方型踏步之人士、曾經學習方型踏步運動之人士。

費 用：會員 \$60；非會員 \$90 負責職員：蔡姑娘

報名方式：

報名階段	報名對象	報名期	報名方式/ 備註
第一階段	2026 年 7-9 月愛羣學苑-方型踏步運動班 (B1)、(B2)班舊生	2026 年 9 月 2 日 (星期三)至 9 月 12 日(星期六)	1) 致電中心報名，中心職員會安排參加者預約時間到中心繳費。 2) 已在第一階段報名之參加者，不能在第二階段報名。
第二階段	希望轉班別之 2026 年 7-9 月愛羣學苑-方型踏步運動班(A1)、(A2)、(B1)、(B2)班舊生	2026 年 9 月 14 日 (星期一) 至 9 月 18 日 (星期五)	1) 如該組別沒有名額，則未能進行轉班手續。 2) 如希望轉班之舊生人數，多於該組別之實際名額，將於以電腦抽籤以確定可以轉班的先後次序。 (抽籤日期：2026 年 9 月 19 日(星期六) 上午 9:30)
第三階段	沒有參加 2026 年 7-9 月愛羣學苑-方型踏步運動班 (A1)、(A2)、(B1)、(B2)班或從未報讀之會員	2026 年 9 月 21 日 (星期一) 至 9 月 29 日 (星期二)	1) 致電中心報名，如參加人數多於實際名額，將以電腦抽籤以確定參加者名單。 (抽籤日期：2026 年 9 月 30 日(星期三) 上午 9:30)

備 註：1. 參加者必須經評估落實參加資格。
2. 參加者必須穿著運動服裝及運動鞋出席活動
3. 此乃運動性質活動，請參加者衡量自己的身體情況。
4. 上課期間參加者須按職員及導師之編排分組學習。
5. 課程及學分：學員每完成一個課程及出率達 80% 或以上，可取得 3 個學分。

2026 年 10-12 月愛羣學苑-楊家太極班

日期	班別	時間	導師	名額	地點
日期：2026 年 10 月 15 日至 2026 年 12 月 17 日 (逢星期四) (共 10 堂)	A	上午 9:15-10:15	陳婉芬女士	15 人	頌真會所
	B	上午 10:30-11:30		15 人	

內 容：學習楊家太極拳 26 式

費 用：會員\$200，非會員\$230 負責職員：蔡姑娘

報名階段	報名對象	報名期	報名方式 / 備註
第一階段	2026 年 7-9 月 愛羣學苑-楊家太極 A 班及 B 班舊生	2026 年 9 月 2 日 (星期三)至 9 月 12 日(星期六)	1) 致電中心報名，中心職員會安排參加者預約時間到中心繳費。 2) 已在第一階段報名之參加者，不能在第二階段報名。

第二階段	希望轉班別之 2026 年 7-9 月 愛羣學苑-楊家太極 A 班及 B 班舊生	2026 年 9 月 14 日 (星期一) 至 9 月 18 日 (星期五)	1) 如該組別沒有名額，則未能進行轉班手續。 2) 如希望轉班之舊生人數，多於該組別之實際名額，將於以電腦抽籤以確定可以轉班的先後次序。 (抽籤日期：2026 年 9 月 19 日(星期六) 上午 9:30)
第三階段	沒有參加 2026 年 7-9 月愛羣學苑-楊家太極 A 班及 B 班或從未報讀之會員	2026 年 9 月 21 日 (星期一) 至 9 月 29 日 (星期二)	致電中心報名，如參加人數多於實際名額，將以電腦抽籤以確定參加者名單。 (抽籤日期：2026 年 9 月 30 日(星期三) 上午 9:30)

備註：(1) 課程及學分：學員每完成一個課程及出席率達 80% 或以上，可取得 3 個學分。
(2) 參加者必須穿著運動鞋出席。
(3) 此乃運動性質活動，參加者請衡量自己的身體情況。
(4) 每位學員只能報一班太極班。
(5) 參加人數需達至 12 人或以上才開班。

樂齡同心賀國慶

日期：2026 年 10 月 2 日(星期五)
時間：上午 10:30 - 11:30
地點：富亨中心活動室 1 及 2
內容：透過互動問答和遊戲，增加對祖國的認識，一同慶祝國慶。
對象：中心會員
名額：30 人
費用：全免
負責職員：朱姑娘
開始報名日期：2026 年 9 月 1 日(星期二)。
報名方式：(1) 致電中心報名。
(2) 名額有限，先到先得。

「科技夥伴手機班」

日期：2026 年 10 月 3、17、31 日(星期六，共 3 節)
時間：上午 10:30-11:30
地點：頌真會所活動室 1 及 2
內容：由青年導師教導長者使用智能手機，例如 Google 地圖、通訊軟件。
對象：中心會員
名額：25 人
費用：全免
負責職員：朱姑娘
備註：活動為連續性，必須出席 3 堂。
報名方式：(1) 於 2026 年 9 月 1 日(星期二) 至 9 月 22 日(星期二)致電中心登記抽籤。
(2) 抽籤日期：2026 年 9 月 23 日(星期三)上午 9:30。
(3) 中心職員會致電通知合資格中籤會員出席活動。
主辦單位：跨代橋樑 - 科技夥伴推動數碼共融計劃 - 醫念科技 (Medmind Technology)

社交類

港九街坊婦女會孫方中小學-公益少年團到訪活動

日期：2026年9月17日(星期四)
時間：下午 2:00-3:30
地點：頌真會所活動室 1 及 2
內容：歌唱、跳舞、彈琴、玩遊戲、合照。
對象：中心會員
名額：25 人 費用：全免 負責職員：馮姑娘
報名方式：(1) 於 2026 年 9 月 1 日(星期二)至 9 月 12 日(星期六)致電中心登記抽籤。
(2) 抽籤日期：2026 年 9 月 14 日(星期一)上午 9:30。
(3) 中心職員會致電通知中籤會員出席活動。
合辦學校：港九街坊婦女會孫方中小學(公益少年團)

香港浸會園：中秋佳節福音繽紛日

日期：2026年9月19日(星期六)
時間：下午 2:30-6:00
地點：香港浸會園 (新界粉嶺坪輦路 88 號)
(下午 1:45 於頌真會所集合一同乘坐旅遊巴出發)
內容：場內設有繽紛嘉年華攤位、中秋猜燈謎、長者悠閒品茗區、音樂表演，生命見證分享，與大家一同歡渡中秋佳節。
對象：中心會員
名額：21 人 費用：全免 負責職員：曾先生
報名方式：(1) 於 2026 年 9 月 1 日(星期二)至 9 月 12 日(星期六)致電中心登記抽籤。
(2) 抽籤日期：2026 年 9 月 14 日(星期一)上午 9:30。
(3) 中心職員會致電通知中籤會員出席活動。
主辦機構：香港浸會園

中秋探訪顯關懷

日期：2026年9月22日(星期二)
時間：下午 2:00-5:00
地點：長者家中
內容：大埔區關愛隊(富亨小區)探訪長者表達關懷。
對象：居住富亨邨有意被探訪的長者獨居/雙老會員、護老家庭。
名額：40 戶 費用：全免 負責職員：曾先生
開始報名日期：2026 年 9 月 1 日(星期二)。
報名方式：(1) 致電中心報名。
(2) 名額有限，先到先得。
合辦團體：大埔區關愛隊(富亨小區)

友伴開懷聚

日期：2026年9月24日(星期四)
時間：下午 3:00 至 4:00
地點：頌真會所活動室
內容：長者一同玩遊戲、互相交流
對象：中心獨居會員
名額：10 人 費用：全免 負責職員：蔡姑娘
開始報名日期：2026 年 9 月 1 日(星期二)。
報名方式：(1) 致電中心報名。
(2) 名額有限，先到先得。

蘭米骨牌交流日

日期：2026 年 9 月 30 日(星期三)
 時間：下午 2:30-4:30
 地點：富亨中心活動室 1 及 2
 內容：與社區人士一同玩蘭米牌。
 對象：中心會員
 名額：10 人 費用：全免 負責職員：蔡姑娘
 報名方式：(1) 於 2025 年 9 月 1 日 (星期二)至 9 月 22 日 (星期三)致電中心登記抽籤。
 (2) 抽籤日期：2025 年 9 月 23 日(星期四)上午 9:30。
 (3) 中心職員會致電通知中籤會員出席活動。
 合作機構：鄰舍輔導會「好鄰舍@大埔」富蝶邨(第二期)地區支援網絡計劃

健康類

2026 年 9 月 至 2027 年 2 月：護士診所及「嚐」「動」樂

透過護士的專業會診，及早介入和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。
 內容：1) 由護士提供三次健康諮詢及檢查，包括驗血糖(3 次)、膽固醇測試(1 次)、量血壓、磅重、營養管理、藥物及健康諮詢。
 2) 由資深指導員隔月提供運動體驗活動(方型踏步運動/核心肌肉膠帶操)，合共三次運動。
 3) 運動後派送時令生果，參加者外携回家品嚐。

健康諮詢及檢查

次數	日期	時間	地點	約見時間
第一次	2026 年 9 月 30 日 (星期三)	上午 9:00-下午 1:00 或 下午 1:45-5:00	富亨中心 公共閱讀室	30 分鐘(新參加者) 15 分鐘(舊參加者)
第二次	2026 年 11 月 25 日 (星期三)	上午 9:00-下午 1:00 或 下午 1:45-5:00	富亨中心 公共閱讀室	15 分鐘(舊參加者)
第三次	2027 年 1 月 6 日 (星期三)	上午 9:00-下午 1:00 或 下午 1:45-5:00	富亨中心 公共閱讀室	15 分鐘(舊參加者)

備註：實際約見日期及時間，視乎輪候次序而定。

「嚐」「動」樂

次數	日期	時間	地點	品「嚐」健康 飲食	運「動」
第一次	2026 年 10 月 7 日 (星期三)	下午 1:30- 下午 2:30	富亨中心 活動室 一及二	派送時令生果 參加者外携 回家品嚐	方型踏步運動
第二次	2026 年 12 月 9 日 (星期三)	上午 10:00- 上午 11:00		同上	核心肌肉膠帶操
第三次	2027 年 3 月 (實際日期待定)	上午 10:00- 上午 11:00		同上	方型踏步運動

費用：\$80/半年 (包括上述雙數月份的健康諮詢及檢查，以及單數月份的運動飲食)
 對象：關心身體狀況的會員
 名額：7 人 負責職員：琳姑娘
 開始報名日期: 2026 年 9 月 1 日(星期二)。
 報名方式：(1) 致電中心報名。
 (2) 名額有限，先到先得。

2026 年 9 月-11 月核心肌肉膠帶操 2A 班

日期：2026 年 9 月 22 日至 2026 年 11 月 24 日 (逢星期二)

班別	時間	地點	名額
2A 班	下午 2:30-3:30	頌真會所活動室 1 及 2	18 人

內容：由資深導師教授，專為長者設計的膠帶操，除了訓練手腳力量外，課堂中會教授訓練核心肌肉(core muscles)如背肌和腹肌等，去保持和改善姿勢，以減少因姿勢差而導致的痛症。

對象：中心會員

費用：\$200

負責職員：琳姑娘

報名階段	報名對象	報名期	報名方式/ 備註
第一階段	*2A 班舊生	2026 年 8 月 3 日(星期一)至 2026 年 8 月 17 日(星期一)報名	致電中心報名，中心職員會安排參加者預約時間到中心繳費。
第二階段	新生 (現時未有參與任何核心肌肉膠帶操)	2026 年 8 月 18 日(星期二) 至 2026 年 9 月 8 日(星期二) 致電中心登記抽籤	致電中心登記抽籤 (抽籤日期：2026 年 9 月 9 日 (星期三)，上午 9:30) 中心職員會安排中籤會員預約時間到中心繳費及出席活動。

導師：何卓盈女士

- 備註：
- (1) 課程合共 10 堂
 - (2) 出席率超過 70% (7 堂)可於下期優先以舊生身份報名。
 - (3) 學員不可自行調動上課時間。
 - (4) 參加者必須穿著運動鞋出席活動。
 - (5) 此乃運動性質活動，參加者請衡量自己的身體情況。
 - (6) 請參加者自備膠帶或預先到本中心購買膠帶。
 - (7) 每位參加者只能參加一班膠帶操班。
 - (8) 課程滿額才開班。
 - (9) *2A 班舊生指曾參加「2026 年 3 月-6 月核心肌肉膠帶操 2A 班」，以及出席率超過 70%的學員。

2026 年 9 月-11 月核心肌肉膠帶操 2B 班

日期：2026 年 9 月 22 日至 2026 年 11 月 24 日 (逢星期二)

班別	時間	地點	名額
2B 班	下午 3:45-4:45	頌真會所活動室 1 及 2	18 人

內容：由資深導師教授，專為長者設計的膠帶操，除了訓練手腳力量外，課堂中會教授訓練核心肌肉(core muscles)如背肌和腹肌等，去保持和改善姿勢，以減少因姿勢差而導致的痛症。

對象：中心會員

費用：\$200

負責職員：琳姑娘

報名階段	報名對象	報名期	報名方式/ 備註
第一階段	*2B 班舊生	2026 年 8 月 3 日(星期一)至 2026 年 8 月 17 日(星期一)報名	致電中心報名，中心職員會安排參加者預約時間到中心繳費。
第二階段	新生 (現時未有參與任何核心肌肉膠帶操)	2026 年 8 月 18 日(星期二) 至 2026 年 9 月 8 日(星期二) 致電中心登記抽籤	致電中心登記抽籤 (抽籤日期：2026 年 9 月 9 日 (星期三)，上午 9:30) 中心職員會安排中籤會員預約時間到中心繳費及出席活動。

導師：何卓盈女士

備註：	(1) 課程合共 10 堂 (2) 出席率超過 70% (7 堂)可於下期優先以舊生身份報名。 (3) 學員不可自行調動上課時間。 (4) 參加者必須穿著運動鞋出席活動。 (5) 此乃運動性質活動，參加者請衡量自己的身體情況。 (6) 請參加者自備膠帶或預先到本中心購買膠帶。 (7) 每位參加者只能參加一班膠帶操班。 (8) 課程滿額才開班。 (9) *2B 班舊生指曾參加「2026 年 3 月-6 月核心肌肉膠帶操 2B 班」，以及出席率超過 70%的學員。
-----	--

2026 年 9 月至 2026 年 11 月核心肌肉膠帶操 2D 班

日期：	2026 年 9 月 8 日至 2026 年 11 月 17 日 (逢星期二) (2026 年 9 月 29 日除外)		
班別	時間	地點	名額
2D 班	上午 11:45-中午 12:45	富亨中心活動室 1 及 2	18 人

內容：由資深導師教授，專為長者設計的膠帶操，除了訓練手腳力量外，課堂中會教授訓練核心肌肉(core muscles)如背肌和腹肌等，保持和改善姿勢，以減少因姿勢差而導致的痛症。

對象：	中心會員	費用：	\$200	負責職員：	朱姑娘
報名階段	報名對象	報名期	報名方式/ 備註		
第一階段	*2D 班舊生	2026 年 8 月 11 日(星期二)至 2026 年 8 月 18 日(星期二)報名	致電中心報名，中心職員會安排參加者預約時間到中心繳費。		
第二階段	新生 (現時未有參與任何核心肌肉膠帶操)	2026 年 8 月 19 日(星期三)至 2026 年 9 月 2 日(星期三) 致電中心登記抽籤	致電中心登記抽籤 (抽籤日期： 2026 年 9 月 3 日(星期四)，上午 9:30 中心職員會安排中籤會員預約時間到中心繳費及出席活動。		

導師：	徐婉媚女士
備註：	(1) 課程合共 10 堂 (2) 出席率超過 70% (7 堂)可於下期優先以舊生身份報名。 (3) 學員不可自行調動上課時間。 (4) 參加者必須穿著運動鞋出席活動。 (5) 此乃運動性質活動，參加者請衡量自己的身體情況。 (6) 請參加者自備膠帶或預先到本中心購買膠帶。 (7) 每位參加者只能參加一班膠帶操班。 (8) 課程滿額才開班。 (9) *2C 班舊生指曾參加「2026 年 6 月至 2026 年 8 月核心肌肉膠帶操 2D 班」，以及出席率超過 70%的學員。

2026 年 10 月-2027 年 1 月核心肌肉膠帶操 5A 班

日期：	2026 年 10 月 9 日至 2027 年 1 月 29 日 (逢星期五) (2026 年 10 月 16 日，23 日，11 月 27 日，12 月 11 日，18 日，25 日，2027 年 1 月 1 日除外)		
班別	時間	地點	名額
5A 班	上午 11:15-12:15	頌真會所活動室 1 及 2	18 人

內容：由資深導師教授，專為長者設計的膠帶操，除了訓練手腳力量外，課堂中會教授訓練核心肌肉(core muscles)如背肌和腹肌等，去保持和改善姿勢，以減少因姿勢差而導致的痛症。

對象：	中心會員		
費用：	\$200	負責職員：	琳姑娘

報名階段	報名對象	報名期	報名方式/ 備註
第一階段	*5A 班舊生	2026 年 9 月 4 日(星期五)至 2026 年 9 月 18 日(星期五)報名	致電中心報名，中心職員會 安排參加者預約時間到中心繳費。
第二階段	新生 (現時未有 參與任何核 心肌肉膠帶 操)	2026 年 9 月 19 日(星期六) 至 2026 年 10 月 3 日(星期六) 致電中心登記抽籤	致電中心登記抽籤 (抽籤日期：2026 年 10 月 5 日 (星期一)，上午 9:30) 中心職員會安排中籤會員預約時間 到中心繳費及出席活動。

導師：黃心兒女士

- 備註：(1) 課程合共 10 堂
(2) 出席率超過 70% (7 堂)可於下期優先以舊生身份報名。
(3) 學員不可自行調動上課時間。
(4) 參加者必須穿著運動鞋出席活動。
(5) 此乃運動性質活動，參加者請衡量自己的身體情況。
(6) 請參加者自備膠帶或預先到本中心購買膠帶。
(7) 每位參加者只能參加一班膠帶操班。
(8) 課程滿額才開班。
(9) *5A 班舊生指曾參加「2026 年 7 月-9 月核心肌肉膠帶操 5A 班」，
以及出席率超過 70%的學員。

2026 年 10 月-2027 年 1 月核心肌肉膠帶操 5B 班

日期：2026 年 10 月 9 日至 2027 年 1 月 29 日 (逢星期五)

(2026 年 10 月 16 日，23 日，11 月 27 日，12 月 11 日，18 日，25 日，2027 年 1 月 1 日除外)

班別	時間	地點	名額
5B 班	下午 12:30-1:30	頌真會所活動室 1 及 2	18 人

內容：由資深導師教授，專為長者設計的膠帶操，除了訓練手腳力量外，
課堂中會教授訓練核心肌肉(core muscles)如背肌和腹肌等，去保持和改善姿勢，
以減少因姿勢差而導致的痛症。

對象：中心會員

費用：\$200

負責職員：琳姑娘

報名階段	報名對象	報名期	報名方式/ 備註
第一階段	*5B 班舊生	2026 年 9 月 4 日(星期五)至 2026 年 9 月 18 日(星期五)報名	致電中心報名，中心職員會 安排參加者預約時間到中心繳費。
第二階段	新生 (現時未有 參與任何核 心肌肉膠帶 操)	2026 年 9 月 19 日(星期六) 至 2026 年 10 月 3 日(星期六) 致電中心登記抽籤	致電中心登記抽籤 (抽籤日期：2026 年 10 月 5 日 (星期一)，上午 9:30) 中心職員會安排中籤會員預約時間 到中心繳費及出席活動。

導師：黃心兒女士

- 備註：(1) 課程合共 10 堂
(2) 出席率超過 70% (7 堂)可於下期優先以舊生身份報名。
(3) 學員不可自行調動上課時間。
(4) 參加者必須穿著運動鞋出席活動。
(5) 此乃運動性質活動，參加者請衡量自己的身體情況。
(6) 請參加者自備膠帶或預先到本中心購買膠帶。
(7) 每位參加者只能參加一班膠帶操班。
(8) 課程滿額才開班。
(9) *5B 班舊生指曾參加「2026 年 7 月-9 月核心肌肉膠帶操 5B 班」，
以及出席率超過 70%的學員。

2026 年 9 月長者毛巾操

日期：2026 年 9 月 28 日(星期一)
 時間：下午 3:00 - 5:00
 地點：富亨中心活動室 1 及 2
 內容：由康樂及文化事務署的合資格教練向會員教授毛巾操，鼓勵長者勤做運動，建立健康的生活模式。
 對象：60 歲或以上的中心會員
 名額：18 人 費用：全免 負責職員：曾姑娘
 報名方式：(1) 於 2026 年 9 月 1 日(星期二)至 9 月 21 日(星期一)致電中心登記抽籤。
 (2) 抽籤日期：2026 年 9 月 22 日(星期二)上午 9:30。
 (3) 中心職員會致電通知中籤會員出席活動。
 備註：(1)參加者必須穿著運動鞋出席活動。
 (2)此乃運動性質活動，參加者請衡量自己的身體情況。
 (3)此活動會提供毛巾給會員參與，故會員不需自備毛巾。
 合辦機構：康樂及文化事務署

樂齡科技類

使用互動負重運動儀計劃

日期：2026 年 9 月 1 日至 2026 年 9 月 30 日(公眾假期除外)
 (註：實際日期請聯絡負責職員)
 時間：每次 20 分鐘
 地點：富亨中心(大堂)或頌真會所(大堂)
 內容：透過使用互動負重運動儀的高頻率低振幅的互動負重運動科技，提供全身振動刺激、幫助預防及改善骨質疏鬆、改善血液循環、提升肌肉功能及減輕背痛。
 對象：中心會員
 名額：6 人
 費用：每次報名\$8 / 月費報名\$60 (共 13 次) / 半年計劃\$298 (共 78 次)
 負責職員：琳姑娘
 備註：(1) V-Health 互動負重運動儀適合下列情況使用：骨質減少或骨質疏鬆、肌肉減少、低平衡力、缺乏運動、肌肉和協調問題、腰背痛、早期膝關節和髖關節退化(經醫生指導)、下肢骨折(經醫生指導)。
 (2) 如有以下狀況，不適宜使用互動負重運動儀：孕婦、使用心臟起搏器或其他正在使用電子醫療設備人士、曾經或正在患有癌症或惡性腫瘤、急性骨骼系統的感染患者。
 (3) 參加者應穿較淺色的衣服 及 請穿襪子出席活動。
 (4) 參加者請於餐後最少相隔 30 分鐘使用互動負重運動儀。
 (5) 此計劃設有骨質密度評估(半年評估一次)。(註：若首次進行骨質密度評估之後的半年期間，中途長時間退出使用互動負重運動儀，則有機會取消在半年後作出骨質密度評估)。
 (6) 參加者須先經護士評估，由負責職員安排評估時間。
 開始報名日期：2026 年 9 月 1 日 (星期二)。
 報名方式：(1) 致電中心報名。
 (2) 名額有限，經評估合資格者，先到先得。



樂齡科技體驗日(踏單車看世界)

場次	日期	時間	名額
A	2026 年 9 月 8 日(星期二)	下午 2:00-2:30	4 人
B	2026 年 9 月 8 日(星期二)	下午 2:30-3:00	4 人
C	2026 年 9 月 8 日(星期二)	下午 3:00-3:30	4 人
D	2026 年 9 月 8 日(星期二)	下午 3:30-4:00	4 人

地點：富亨中心活動室 1 及 2

內容：體驗樂齡科技產品互動復康訓練系統 SilverFit Mile，透過視覺回饋，於訓練時與老友記互動。

對象：中心會員

費用：全免 負責職員：曾姑娘

開始報名日期：2026 年 9 月 1 日 (星期二)。

報名方式：(1) 致電中心報名。

(2) 名額有限，先到先得。

備註：(1) 每位參加者只可報其中一場

(2) 未曾參與 8 月樂齡科技體驗日的會員優先參與

樂齡科技體驗日(互動按鈕)

場次	日期	時間	名額
A	2026 年 9 月 15 日(星期二)	下午 2:30-3:00	4 人
B	2026 年 9 月 15 日(星期二)	下午 3:00-3:30	4 人
C	2026 年 9 月 15 日(星期二)	下午 3:30-4:00	4 人
D	2026 年 9 月 15 日(星期二)	下午 4:00-4:30	4 人

地點：富亨中心活動室 1 及 2

內容：體驗樂齡科技產品互動按鈕系統 BUTTONS，展開認知與感覺統合訓練之旅。

對象：中心會員

費用：全免 負責職員：曾姑娘

開始報名日期：2026 年 9 月 1 日 (星期二)。

報名方式：(1) 致電中心報名。

(2) 名額有限，先到先得。

備註：(1) 每位參加者只可報其中一場

(2) 未曾參與 8 月樂齡科技體驗日的會員優先參與

身體成份分析儀推廣日

場次	日期	時間	名額
A	2026 年 9 月 30 日(星期三)	上午 9:30-10:00	4 人
B	2026 年 9 月 30 日(星期三)	上午 10:00-10:30	4 人
C	2026 年 9 月 30 日(星期三)	上午 10:30-11:00	4 人
D	2026 年 9 月 30 日(星期三)	上午 11:00-11:30	4 人

地點：閱讀室

內容：體驗樂齡科技產品身體成份分析儀，讓參加者更關注自己的身體狀況。

對象：中心會員

費用：全免 負責職員：琳姑娘

開始報名日期：2026 年 9 月 1 日 (星期二)。

報名方式：(1) 致電中心報名。

(2) 名額有限，經評估合資格者，先到先得。

備註：(1) 如有以下狀況，不適宜使用身體成份分析儀：孕婦、身體有植入式醫療電子裝置例如：使用心臟起搏器、其他正在使用電子醫療設備人士、曾經進行關節置換手術的人士、關節中有金屬人士、使用輔助器材的人士。

(2) 未曾參與 8 月身體成份分析儀推廣日的會員優先參與

義務工作類

探訪組

日期：2026 年 9 月 15 日(星期二)
時間：下午 2:00-3:30
地點：長者家中
集合地點：富亨中心活動室 1 及 2
內容：探訪組義工簡介及上門探訪
對象：探訪義工
名額：10 人
費用：全免
負責職員：李先生
開始報名日期：2026 年 9 月 1 日 (星期二)
報名方式：(1) 致電中心報名。
(2) 經甄選核實參加資格。

2026 年 9 月 活動表義工 - 義工招募

日期：2026 年 9 月 21 日至 9 月 25 日期間
時間：上午 9:30-下午 12:30
地點：富亨中心活動室 1 及 2
內容：招募義工摺中心活動表。
對象：中心會員
名額：7 位
費用：全免 負責職員：曾姑娘
開始報名日期：2026 年 9 月 1 日 (星期二)
報名方式：(1) 致電中心報名。
(2) 名額有限，先到先得。
備註：確定日期時間會再通知

支援護老者類

2026-27 傳「耆」人生 Get, Set Goal 計劃(大埔區) 「認識長期護理服務及暫託服務參觀體驗」活動

日期：2026 年 9 月 4 日(星期五)
集合時間：下午 1:45
集合地點：富亨中心活動室 1 及 2
時間：下午 2:00-3:30
地點：浸信會愛羣社會服務處大埔長者日間護理中心
(地址：大埔頌雅路 11 號富蝶邨社會服務大樓地下)
內容：1. 介紹本年度計劃的內容。
2. 暫託服務親身參觀體驗。
3. 輕鬆交流及互動。
對象：1) 護老者；
2) 護老者及長者
名額：7 人
費用：全免
負責職員：仇姑娘
開始報名日期：2026 年 9 月 1 日(星期二)
報名方式：(1) 致電中心報名。
(2) 名額有限，先到先得。

照顧者咖啡茶

日期：2026 年 9 月 7 日(星期一)
 時間：下午 3:30-4:30
 地點：富亨中心活動室 1 及 2
 內容：提供一個輕鬆環境予護老者，品嚐花茶或咖啡，並設有不同活動，輕鬆減壓。
 名額：10 人
 對象：護老者
 費用：全免
 負責職員：曾先生
 開始報名日期：2026 年 9 月 1 日(星期二)。
 報名方式：(1)致電中心報名。
 (2)名額有限，先到先得。
 (3) 報名後，職員會個別聯絡參加者。

護老者專題講座:「藥」有所思

日期：2026 年 9 月 9 日(星期三)
 時間：上午 10:00-11:00
 地點：富亨中心活動室
 內容：護老者了解藥物管理的常見問題，以確保安全及有效地使用藥。
 對象：護老者
 名額：20 人
 費用：全免
 負責職員：胡姑娘
 開始報名日期：2026 年 9 月 1 日(星期二)
 報名方式：(1)致電中心報名。
 (2)名額有限，先到先得。
 合辦機構：東華三院離院長者綜合支援計劃(大埔)

護老者休息站(2026 年 9 月)

日期：2026 年 9 月 14 日(星期一)
 時間：下午 4:15-5:15
 地點：富亨中心活動室
 內容：提供一個輕鬆環境予護老者，讓護老者輕鬆享受不同減壓服務，如音樂欣賞、手工製作、品嚐花茶咖啡等不同活動(註：每次主題不同，詳情請向職員查詢)，從而得到喘息空間。同時提供護老資訊，增加護老者的護老知識。
 對象：中心護老者
 名額：6 人
 費用：全免
 負責職員：胡姑娘
 報名方式：(1) 2026 年 9 月 1 日(星期二)開始致電中心報名。
 (2) 名額有限，先到先得。

護老者坐一坐(2026 年 9 月)

日期：2026 年 9 月 21 日(星期一)
 時間：下午 2:30-3:30
 地點：富亨中心活動室
 內容：護老者一同認識有關照顧的話題，互相支援及分享經驗，舒緩照顧者壓力。
 對象：中心護老者
 名額：10 人
 費用：全免
 負責職員：胡姑娘
 開始報名日期：2026 年 9 月 1 日(星期二)
 報名方式：(1)致電中心報名。
 (2)名額有限，先到先得。

男士護老者小組 (2026 年 9 月)

日期：2026 年 9 月 29 日(星期二)
 時間：下午 3:00-4:00
 地點：富亨中心活動室 1 及 2
 內容：男士護老者聚首一堂，透過互相分享及交流護老經驗，並由社工分享社區資源及最新護老者資訊，掌握更多護老技巧，從而減少照顧壓力。
 對象：男士護老者
 名額：12 人
 費用：全免
 負責職員：曾先生
 開始報名日期：2026 年 9 月 1 日(星期二)
 報名方式：(1) 致電中心報名。
 (2) 名額有限，先到先得。
 (3) 職員會個別聯絡參加者確認成功報名。

高支援需要護老者專題活動

鬆一鬆 - 護老者朋輩支援小組

日期：2026 年 9 月 2、9、16、23、30 日、10 月 7 日 (逢星期三，共六節)
 時間：下午 3:00 - 4:30
 地點：大埔長者日間護理中心大活動室
 (地址：大埔頌雅路 11 號富蝶邨社會服務大樓地下)
 內容：社工及資深護老者會與參加者一同分享「照顧者故事」、欣賞「獨特的我」、學習「回到自在」，通過互相聆聽、勉勵，提升自我關懷，重塑「照顧」的意義。
 對象：居於大埔區的高支援需要護老者
 名額：6 人
 費用：全免
 負責職員：胡姑娘
 開始報名日期：2026 年 8 月 3 日(星期一)
 備註：(1) 為關顧護老者的需要，活動期間浸信會愛羣社會服務處大埔長者日間護理中心可提供免費長者暫託服務予參加者 (需經社工評估作實)，名額有限，先到先得。
 (2) 所有報名會員需經過篩選。
 合辦機構：浸信會愛羣社會服務處 - LINK 得喜 照顧者網絡連線計劃

護老者喘息站(2026 年 9 月)

日期：2026 年 9 月 14 日(星期一)
 時間：下午 3:00-4:00
 地點：富亨中心活動室 1 及 2
 內容：提供一個輕鬆環境予護老者，讓護老者輕鬆享受不同減壓服務，如音樂欣賞、手工製作、品嚐花茶咖啡等不同活動(註：每次主題不同，詳情請向職員查詢)，從而得到喘息空間。同時提供護老資訊，增加護老者的護老知識。
 對象：高支援需要護老者
 費用：全免
 負責職員：曾先生
 開始報名日期：2026 年 9 月 1 日(星期二)
 報名方式：(1) 致電中心報名。
 (2) 名額有限，先到先得。
 (3) 報名後，職員會個別聯絡參加者。
 備註：此活動可安排長者於中心進行暫託服務，讓護老者放心參與活動，可向曾先生查詢。

認知健康專題活動

2026 年 9 月衛生署講座-改善記憶-日常生活應用篇

日期：2026 年 9 月 23 日(星期三)
時間：上午 10:30-11:30
地點：富亨中心活動室 1 及 2
內容：1.遺忘的原因及列出改善記憶的一些方法
2.一些增強記憶的技巧、活動及輔助器具
對象：中心會員
名額：40 人
費用：全免 負責職員：琳姑娘
開始報名日期：2026 年 9 月 1 日(星期二)。
報名方式：(1) 致電中心報名。
(2) 名額有限，先到先得。
合辦機構：衛生署長者健康服務北區及大埔長者健康外展分隊

曬圖美

日期：	2026 年 10 月 10 日(星期六)	2026 年 10 月 17 日(星期六)
時間：	下午 4:00-5:00	下午 3:00-4:00
內容：	教大的學生與長者傾談、了解長者故事，當中學生會分享香港街道、建築物等圖片，以及現時相同街道、建築物的圖片。	教大的學生與長者一同讓深色照片顯現，進行分組遊戲。

地點：頌真會所活動室
對象：懷疑 或 患有認知障礙症的長者會員
名額：15 人
費用：全免
負責職員：胡姑娘
開始報名日期：2026 年 9 月 1 日(星期二)。
報名方式：(1) 參加者必需參與兩次活動
(2)致電中心報名，參加者須先經中心職員核實參加資格。
(3)成功報名後，職員會個別聯絡參加者。
合作機構：香港教育大學學生事務處、Lighten Dementia

慈愛長者學苑

慈愛長者學苑-中醫講座

日期：2026 年 9 月 11 日(星期五)
時間：下午 4:00-5:00
地點：香港紅卍字會大埔卍慈中學(3 樓 306 課室)
集合時間：下午 3:45
集合地點：富亨中心活動室或大堂
內容：中醫專題講座-失眠及製作安神香囊。
對象：(1) 60 歲或以上中心會員
(2) 如有餘額，55 歲或以上中心會員可以報讀。
名額：10 人
費用：全免 負責職員：馮姑娘
報名方式：(1) 於 2026 年 9 月 1 日(星期二) 至 9 月 7 日(星期一)，致電中心登記抽籤。
(2) 抽籤日期：2026 年 9 月 8 日(星期二)上午 9:30。
(3) 中心職員會致電通知中籤會員出席活動。
合作學校：香港紅卍字會大埔卍慈中學
備註：活動由「長者學苑發展基金」及長者學苑支持機構贊助。

慈愛長者學苑-花藝

日期：2026 年 9 月 18 日(星期五)
時間：下午 4:00-5:00
地點：香港紅卍字會大埔卍慈中學(3 樓 306 課室)
集合時間：下午 3:45
集合地點：富亨中心活動室或大堂
內容：鮮花-花藝製作
對象：(1) 60 歲或以上中心會員
(2) 如有餘額，55 歲或以上中心會員可以報讀。
名額：10 人 費用：全免 負責職員：馮姑娘
報名方式：(1) 於 2026 年 9 月 1 日(星期二) 至 9 月 14 日(星期一)，致電中心登記抽籤。
(2) 抽籤日期：2026 年 9 月 15 日(星期二)上午 9:30。
(3) 中心職員會致電通知中籤會員出席活動。
合作學校：香港紅卍字會大埔卍慈中學
備註：活動由「長者學苑發展基金」及長者學苑支持機構贊助

社會福利署 2026-28 年度「老有所為活動計劃」



社會福利署

2026-28 年度「老有所為活動計劃」 「智」識樂同行計劃活動預告

日期：2026 年 9 月開始
內容：新一年度「老有所為活動計劃」即將開始，新一期的「老有所為活動計劃」活動包括如何在義工服務中學習和運用 AI，進行院舍探訪，長者義工和學生義工共同策劃與眾不同的職業展覽，分享工作價值觀等等。
對象：中心義工
費用：全免 負責職員：琳姑娘
開始報名日期：2026 年 8 月 3 日(星期一)。
報名方式：(1) 如有興趣參與，請致電中心登記。
備註：(1) 此活動獲社會福利署老有所為活動計劃贊助。
(2) 活動詳情將容後公佈。

其他類別服務

熱餐關愛計劃

計劃內容：為年滿 60 歲或以上獨居或兩老共住之有需要長者提供免費熱餐服務，熱餐由「惜食堂」提供。經核實資格之長者可於中午時間到中心領取熱餐(午餐)1 份。
參加資格：(1) 缺乏家庭或社區支援 (例如上門送飯服務) 或
(2) 自我照顧困難 (例如未能煮食、外出買餸買飯有困難) 或
(3) 經濟困難 (例如依靠長者生活津貼/傷殘津貼生活，並沒有其他支援；依靠綜援生活而有額外支出如醫療費用)
日期：2026 年 9 月 2 日至 2026 年 9 月 30 日(逢星期一、三、五)
時間：上午 11:45 到達中心
對象：中心會員 名額：36 人 費用：免費 負責職員：曾姑娘
報名方式：致電/親臨中心，中心職員向參加者評估核實參與資格。

~歡迎會員出席 2026 年 9 月例會~

日期	2026 年 9 月 10 日 (星期四)	2026 年 9 月 24 日 (星期四)
時間	第一場：上午 10:00 - 11:00 第二場：中午 12:00 - 下午 1:00	第一場：上午 10:00 - 11:00 第二場：中午 12:00 - 下午 1:00
地點	富亨鄰里社區中心社區會堂	
主題	團體：重生樂樂小組中樂表演分享、 中心服務報告、 最新活動推介、服務質素標準介紹	中心服務報告、 最新活動推介、 服務質素標準介紹
名額	100 人	100 人
對象	(第一場) 居住富亨邨：亨耀、亨裕、亨盛、亨泰、亨隆之會員、 非居住富亨邨/頌雅苑 之會員 (第二場) 居住富亨邨：亨榮、亨翠、亨昌、 居住頌雅苑：頌真、頌善、頌美 之會員	

負責職員：馮姑娘

9 月代購奶粉 (敬請電話預約)

代購日期：2026 年 9 月 1 日至 2026 年 9 月 30 日(售完即止)

1. 請自備購物袋
2. 會員每月只限購買 5 罐

	850 克	750 克	400 克
雅培金裝加營素 (呔呢嗰味)	\$215	/	\$104
雅培低糖加營素 (呔呢嗰味)	\$234	/	/
雅培怡保康 (供關注血糖人士服用)	\$260	/	\$121
三花柏齡健心三清高高鈣較低脂奶粉	/	\$105	/

9 月腦地方

今次的腦地方問題將於 9 月份張貼在富亨中心的壁報板上，請於 2026 年 9 月 30 日(星期三)或之前，到中心領取答題紙回答問題，並將填妥的答題紙投進腦地方答案箱或交給中心職員，全對的會員可獲贈禮物乙份，答案正確的會員名單將於每月 15 日公佈，參加者可向接待處職員查詢。

其他服務資訊

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 5、標準 6、標準 7 及標準 8 內容如下：

標準 5 服務單位/機構實施有效的職員招聘、簽訂職員合約、發展、訓練、評估、調派及紀律處分守則。

標準 6 服務單位定期計劃、檢討及評估本身的表現，並制定有效的機制，讓服務使用者、職員及其他關注的人士就服務單位的表現提出意見。

標準 7 服務單位實施政策及程序以確保有效的財政管理。

標準 8 服務單位遵守一切有關的法律責任。

以上的服務質素標準亦張貼在中心，歡迎各會員隨時參閱！

如有需要，各會員及社區人士可以聯絡中心職員借閱服務質素標準手冊。

職員動向

1. 歡迎社工曾子朗先生(曾先生)於 2026 年 8 月 3 日入職。
2. 歡迎社工朱嘉敏姑娘(朱姑娘)於 2026 年 8 月 3 日入職。

颱風/暴雨指引

颱風/暴雨		中心開放	室內活動	戶外活動
一號風球/黃色暴雨	 Amber 黃	✓	✓	視乎天氣 情況再決定
現正或活動舉行前兩小時 仍然懸掛三號風球/紅色暴雨	 Red 紅	✓	×	×
現正或活動舉行前兩小時 或預告即將懸掛八號風球或以上	 NE 東北 NW 西北 SE 東南 SW 西南 8 8 8 8 9 +10	×	×	×
 Black 黑	上午 9:00 前發出	×	×	×
	上午 9:00 後發出	✓	×	×