



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

中心開放時間：星期一至六上午 9 時至下午 5 時

電話：2390 6574 5561 0584

(星期日及公眾假期休息)

電郵：[mknec@bokss.org.hk](mailto:mknec@bokss.org.hk)

印刷日期：2026 年 1 月 17 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

## 2026 年 2 月份活動表



香港警務處  
Hong Kong Police Force

防止罪案科  
Crime Prevention Bureau



做好家居防盜 杜絕竊匪偷盜

Precautions Avert Burglary



門鎖  
Door Lock



家居安全攝影機  
Home Security Camera

門窗感應器  
Door and window sensor



SafeCity HK  
安全城市·香港





# 提防個人資料外洩

PCPD 香港個人資料私隱專員公署  
Office of the Privacy Commissioner  
for Personal Data, Hong Kong

個人資料防騙熱線  
Personal Data  
Fraud Prevention Hotline  
☎ 3423 6611

**個人資料咪亂俾  
踢走騙徒靠晒你**  
Don't Hand Over Your Personal Data  
Beware of Fraudsters

觀看影片  
Watch Videos

**私隱專員教你防騙六招**  
Privacy Commissioner Offers Six Tips to Prevent Fraud

- 切勿隨意披露個人資料  
Do not disclose personal data to others arbitrarily
- 留意帳戶及簽帳紀錄  
Keep an eye on your accounts and transaction records
- 切勿向任何人透露帳戶密碼  
Never share passwords with anyone
- 減少在網上分享個人的正面照片及影片  
Minimise the online sharing of portrait photos and videos
- 核實來電者身分  
Authenticate the identity of callers
- 留意最新防騙資訊  
Pay attention to the latest fraud prevention information

資料來源：香港個人資料私隱專員公署

## 2026 年 3 月活動表派發事項

2026 年 3 月活動表會於 2 月 23 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)。

## 中心一般活動 (如免費活動、講座等) 報名流程圖

**1月19日(一)**

派發 2 月活動表及開始提交活動報名表



**1月22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



**1月26日(一)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。



**1月29日(四)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 **1月29日(四)**前繳交費用及領取活動票，如 1 月 29 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>

## 健康活動

### 1S V-Health 互動負重運動計劃 (2026 年 2 月) MK/P0002471

活動日期：2 月 2 至 28 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/P0002508

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：2 月 3 日(二) (個別諮詢)

日期：2 月 10 日 (二) (滋味廚房)

專項檢查：量血壓(坐/立)量度及  
護士個別諮詢



內容：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 個月、

負責職員：何先生 / 鄭姑娘

非會員\$110/ 6 個月



### 1S-單車遊世界 (2026 年 2 月)

MK/P0002378

活動日期：2 月 2 至 28 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：全免

內容：用運動單車遊覽世界各地

報名方法：請先報名登記，祝姑娘將致電參加者  
確認該月使用時段。

備註：活動前需由護士評估身體情況是否適合  
參加活動。

負責職員：祝姑娘

#### 報名需知

◇ 每個月共踏 8 次

◇ 每個時段只限一人使用

報名時請選擇時段組別，選擇後將不獲更改

參加者使用時間(每日每次 25 分鐘)

A 組：上午 9:30-12:15 時段內

B 組：下午 2:00- 4:45 時段內

C 組：上午及下午時段皆可



## 2S-我和物理治療師的約會 (2 月)

MK/P0002472

活動日期：2 月 2 至 28 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 / 祝姑娘



## 售賣奶粉 (請先致電查詢存貨量)

活動日期：2 月 2 日至 28 日  
時間：上午 9:00 - 下午 5:00  
負責職員：祝姑娘

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)	\$203/900 克

## 健康講座(2 月) - 健康小食

MK/P0002505

活動日期：2 月 2 日(一)  
時間：上午 10:00 - 11:00  
地點：中心喜樂及福樂房  
費用：全免  
名額：20 人  
對象：中心會員  
內容：由衛生署職員講解認識如何選擇健康的小食，實踐均衡飲食的模式。  
負責職員：祝姑娘



## 健康檢查

活動日期：2 月 7 日 (六)  
活動時間：上午 9:30 - 10:30  
名額：20 人  
地點：中心大堂  
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：祝姑娘



## 「社區牙科牙齒護理工作坊」

MK/P0002506

活動日期：2 月 10 日 (星期二)  
時間：下午 2:30 - 3:30  
地點：中心喜樂及福樂房  
費用：全免  
名額：20 人  
對象：中心會員  
內容：由衛生署職員講口腔健康講座、口腔護理建議、常見口腔問題講解，以及介紹衛生署最新的牙科計劃。  
負責職員：祝姑娘



## 普及健體運動操(2 月)

MK/P0002484

活動日期：2 月 13 日(五)  
活動時間：下午 2:00 - 4:00  
地點：中心喜樂及福樂房  
名額：20 人  
活動對象：中心會員  
費用：全免  
內容：由康文署合資格健體教練帶領會員進行健體操  
備註：參加者需活動前填寫體適能問卷，評估結果顯示身體狀況合適後，可參加此活動。  
負責職員：祝姑娘



## 和諧粉彩工作坊－馬年新春大吉揮春

MK/P0002516

活動日期：2 月 16 日(一)  
時間：下午 2:30 - 3:30  
地點：中心喜樂福樂房  
名額：15 人  
對象：中心會員  
費用：全免  
內容：透過製作和諧粉彩揮春，長者可以放鬆身心，紓緩日常壓力，保持身心健康。  
負責職員：祝姑娘



## 14 日肌力挑戰「Challenge」(2 月) MK/P0002510

訓練四頭肌的好處包括保護和強化膝蓋、改善下肢功能與運動表現，並能預防肌少症；強壯的四頭肌能為膝關節提供穩定支撐，減輕日常活動與運動中的壓力，對於爬山、跑步、跳躍等動作至關重要，同時有助提升基礎代謝，讓身體更健康有力。

所以嚟緊 2 月份既「14 日肌力挑戰」：四頭肌訓練，希望參加者可以係 1 個月內有 14 日到中心運用阻力帶(每次做 20 下阻力帶運動)，每次完成可蓋 1 個印，儲滿 14 個印可有小禮物 1 份以作鼓勵。

＜參加者應評估自身能力，如患有膝關節等問題的參加者，  
需要諮詢相關醫護人士是否合適參與活動＞

負責職員：曾先生

## 教育及發展類活動

### 2 月份例會

MK/P0002512

活動日期：2 月 23 日(一)  
時間：上午 9:15 - 9:45  
名額：20 人  
地點：喜樂、福樂房  
對象：中心會員  
內容：派發 3 月份活動表  
負責職員：曾先生



## 義工類活動

### 長青義工組

MK/P0002463

活動日期：2月12日(四)  
活動時間：下午2:00 - 3:00  
活動對象：長青義工  
地點：中心喜樂福樂房  
內容：透過聚會訓練義工增加探訪技巧  
負責職員：羅先生



### 真係咩都可以 DIY(新春花燈製作)

MK/P0002514

活動日期及時間：2月2日(一)上午11:00-12:30  
活動日期及時間：2月9日(一)下午2:00 - 3:30  
活動對象：會員  
費用：全免  
名額：16人  
地點：喜樂福樂房  
內容：由義工民生教大家用利是封製作二款新春花燈，既可作擺設又可作佈置的新年小飾物！  
負責職員：曾先生



<每名參加者需額外製作1個花燈供中心佈置用>

### 揮一揮筆迎新春

MK/P0002515

活動日期：2月4日(三)  
活動時間：上午10:00 - 11:30  
活動對象：會員  
費用：全免  
名額：20人(每人領可取1對揮春)  
地點：喜樂福樂房  
內容：由義工秀卿帮大家寫帶有溫度又有意思的揮春！  
負責職員：曾先生



<成功報名之參加者可預備想寫的揮春內容>

### 義織(2026年2月)

MK/P0002513

活動日期：2月4、11日(逢三，共2堂)  
活動時間：上午10:00 - 11:30  
活動對象：中心義工優先(此組暫不招收新參加者)  
名額：12人  
地點：本中心  
內容：由義工秀梅教參加者鉤織掛飾  
負責職員：曾先生



<每名參加者可領取2份材料，其中1份需要協助製作1個製成品交予中心，作其他活動贈送用>



2026 年 2 月份

星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六
十四2	十五3	十六4	十七5	十八6	十九7
10:00 健康講座(2月)-健康小食 11:00 真係咩都可以DIY(1) 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(3) 10:00 愛羣學苑-中國語文班(暫停) 12:15 德生飯堂 2:00 護士診所(1) 2:30 護老者鬆一鬆	9:30 愛羣學苑~太極班(5) 10:00 義織(2026年2月)(1) 10:00 揮一揮筆迎新春 11:00 簡易易筋十二式(5) 2:00 義織-入門班(1)	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) 12:15 德生飯堂 2:30 1-3月份生日Party	8:30 50+健身俱樂部~跑步訓練 9:30 愛羣學苑~粵曲小曲班(3) 11:15 愛羣學苑~集體舞蹈進階(5) 12:15 德生飯堂	9:00 全「民」運動(暫停) 9:30 健康檢查 10:15 愛羣學苑~粵曲班(暫停) 2:00 愛羣學苑~國畫入門班(暫停)
廿二9	廿三10	廿四11	廿五12	廿六13	廿七14
10:00 護老者講座(2月)-四季健康食譜 10:00 新春開運 幸運籤餅工作坊(1) 12:15 德生飯堂 2:00 新春開運 幸運籤餅工作坊(2) 2:00 真係咩都可以DIY(2) 3:30 「拇」動耆蹟(拇指琴練習)	9:30 愛羣學苑-粵語流行曲班(4) 10:00 愛羣學苑-中國語文班(暫停) 12:15 德生飯堂 2:00 護士診所(2) 2:30 「社區牙科牙齒護理工作坊」	9:30 德生速「剪」(2月) 9:30 愛羣學苑~太極班(6) 10:00 義織(2026年2月)(2) 11:00 簡易易筋十二式(6) 2:00 義織-入門班(2) 2:00 護老喘息空間	9:30 愛羣學苑~強身健體八段錦(5) 11:00 愛羣學苑~拉筋運動班(5) 12:15 德生飯堂 2:00 長青義工組	8:30 50+健身俱樂部~跑步訓練 9:30 愛羣學苑~粵曲小曲班(4) 11:15 愛羣學苑~集體舞蹈進階(6) 12:15 德生飯堂 2:30 普及健體運動操(2月)	9:00 全「民」運動(1) 10:15 愛羣學苑~粵曲班(5) 2:00 愛羣學苑~國畫入門班(4) 2:30 飛鏢體驗日
除夕16	農曆年初一17	農曆年初二18	農曆年初三19	初四20	初五21
10:30 護老者強身班 12:15 德生飯堂 2:30 和諧粉彩工作坊—馬年新春大吉揮春 3:30 「拇」動耆蹟(拇指琴練習)	農曆年初一 (中心暫停開放)	農曆年初二 (中心暫停開放)	農曆年初三 (中心暫停開放)	8:30 50+健身俱樂部~跑步訓練 9:30 愛羣學苑~粵曲小曲班(暫停) 11:15 愛羣學苑~集體舞蹈進階(暫停) 12:15 德生飯堂	9:00 全「民」運動(暫停) 10:15 愛羣學苑~粵曲班(暫停) 2:00 愛羣學苑~國畫入門班(暫停)
初六23	初七24	初八25	初九26	初十27	十一28
9:15 2月份例會 12:15 德生飯堂 2:30 認知障礙症社區教育街站暨商舖教育外展服務 3:30 「拇」動耆蹟(拇指琴練習)	9:30 愛羣學苑-粵語流行曲班(5) 10:00 愛羣學苑-中國語文班(暫停) 12:15 德生飯堂	9:30 愛羣學苑~太極班(7) 9:30 松柏義工組 11:00 簡易易筋十二式(7) 2:30 護老兄弟組	9:30 愛羣學苑~強身健體八段錦(6) 10:00 關心大使組 11:00 愛羣學苑~拉筋運動班(6) 12:15 德生飯堂	8:30 50+健身俱樂部~跑步訓練 9:30 愛羣學苑~粵曲小曲班(5) 11:15 愛羣學苑~集體舞蹈進階(7) 12:15 德生飯堂	9:00 全「民」運動(2) 10:15 愛羣學苑~粵曲班(6) 2:00 愛羣學苑~國畫入門班(5)

中心於公眾假期暫停開放，敬請留意：

2月17日(二) 農曆年初一

2月18日(三) 農曆年初二

2月19日(四) 農曆年初三



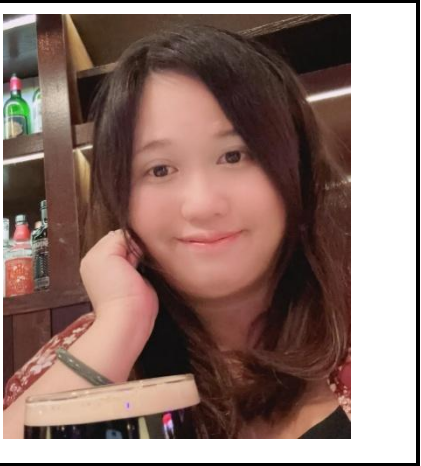
聖經金句：

你們要靠主常常喜樂。

腓立比書 4:4

新入職同工：

大家好！我係「頤薈綜合健康服務中心」行政助理王嘉汶（Carmen），主要負責有關長者社區照顧服務券計劃及中心的行政工作。 好高興能夠加入浸信會愛羣社會服務處，請多指教！





## 義織-入門班

MK/P0002513

活動日期：2月4及11日(逢三，共2堂)

活動時間：下午2:00 - 3:30

活動對象：中心義工優先

地點：本中心

名額：10人

內容：由義工秀梅教參加者掛飾

負責職員：曾先生

<每名參加者可領取2份材料，其中1份需要協助製作1個製成品交予中心，作其他活動贈送用>



## 過年前剪個靚「髮」 (德生速「剪」(2月)

MK/P0002480

活動日期：2月11日(三)

活動時間：上午9:30(按時段進行)

對象：中心會員

名額：8人

地點：中心信實及良善房

費用：\$5

內容：由義工美蘭協助參加者修剪頭髮

備註：基於衛生問題，請於剪髮前自行清洗頭髮

負責職員：曾先生



## 全「民」運動(2月)

MK/P0002479

活動日期：2月14及28日(六)

活動時間：上午9:00 - 9:45

活動對象：中心會員

名額：12人

地點：喜樂、福樂

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



## 松柏義工組

MK/P0002473

活動日期：2月25日(三)

活動時間：上午9:30 - 10:00

活動對象：松柏義工

地點：中心面見房

內容：透過聚會訓練長者增加義工技巧

負責職員：何先生



## 關心大使組

MK/P0002474

活動日期：2月26日(四)

活動時間：上午10:00 - 10:30

活動對象：關心大使義工

地點：中心面見房

內容：向有需要關心的會員提供電話慰問服務

負責職員：何先生



# 護老者服務

## 中心護老者招募

2025 年 4 月至 2026 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(1-3/2026)

MK/P0002243

活動日期：2 月 2 至 28 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：祝姑娘

## 會員資源閣代購 (2025-2026)

MK/P0002123

活動日期：2 月 2 至 28 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

## 護老者鬆一鬆

MK/P0002502

活動日期：2 月 3 日(二)

時間：2:30 – 3:30

對象：護老者

名額：12 人

地點：中心喜樂福樂房

費用：全免

內容：伸展運動

負責職員：周姑娘



## 護老者講座(2 月) – 四季健康食譜

MK/P0002499

活動日期：2 月 9 日(一)

時間：上午 10:00 - 11:00

地點：中心喜樂及福樂房

費用：全免

名額：20 人

對象：中心會員/護老者

內容：由衛生署職員講解如何能夠因應季節的特色將健康飲食的原則應用在日常的烹調上及活用健康烹調法，揀選或改良食譜。

負責職員：祝姑娘





## 護老兄弟組

MK/P0002504

活動日期：2月25日(三)  
時間：2:30 - 3:30  
對象：男性護老者  
名額：10人  
地點：中心喜樂福樂房  
費用：全免  
內容：剪紙  
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

### 新春開運 幸運籤餅工作坊

MK/P0002500

活動日期：2月9日(一)  
時間：上午 10:00 - 12:00  
下午 2:00 - 4:00  
對象：護老者優先  
名額：12人  
地點：中心恩慈房(廚房)  
費用：全免  
內容：一同製作幸運籤餅，感謝自己的付出及迎接更好的一年。  
負責職員：羅先生



### 護老喘息空間

MK/P0002503

活動日期：2月11日(三)  
時間：下午 2:00 - 3:30  
地點：中心喜樂福樂房  
名額：15人  
對象：有支援需要護老者優先  
費用：全免  
內容：透過製作和諧粉彩，護老者放鬆身心，紓緩日常照顧壓力。  
負責職員：周姑娘



### 護老者強身班(2026年2月)

MK/P0002464

活動日期：2月16日(一)  
時間：上午 10:30 - 11:30  
名額：12人  
對象：護老者優先  
地點：中心喜樂福樂房  
費用：全免  
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



認知障礙症社區教育街站暨商舖教育外展服務(2025 年 2 月) MKP00002475

活動日期：2 月 23 日(二)

時間：下午 2:30 - 4:30

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 / 祝姑娘



社交及康樂類活動

德生飯堂(2 月)

MK/P0002511

用餐日期：逢星期一、二、四、五 用餐日期：中午 12:15

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。

<1 月 21 日開始售買 2 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>

1-3 月份生日 Party

MK/P0002482

活動日期：2 月 5 日(四)

時間：下午 2:30-3:30

地點：喜樂、福樂

對象：只限 1-3 月份生日會員

名額：50 人

費用：全免

內容：慶祝生日、遊戲等

負責職員：曾先生

<活動由 50+義工推廣計劃義工帶領>



飛鏢體驗日

MK/P0002487

活動日期：2 月 14 日(六)

時間：下午 2:30 - 3:30

地點：本中心

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



中心儲印大行動

中心儲印大行動會於 2026 年 1 月起暫停，敬請各位會員留意！



## 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

**\*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>

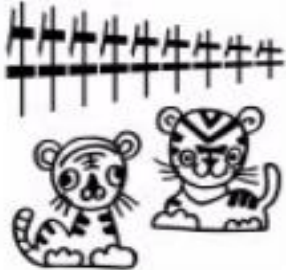

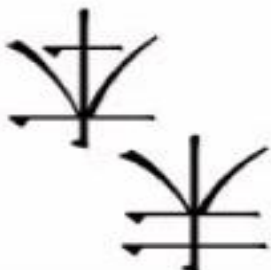


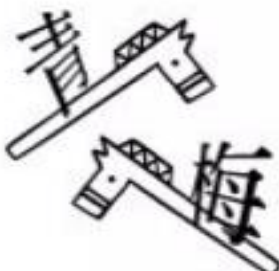



# “馬到成功”成語遊戲

MK/P0002507

「馬到成功」源自元代雜劇，如鄭廷玉《楚昭公》第一折：「管取馬到成功，奏凱回來也。」或張國賓《薛仁貴》楔子：「怕不馬到成功。」原指古代戰爭中，騎兵戰馬一到戰場即獲勝利，比喻事情一開始就迅速順利地取得成功，常作祝賀語使用。請您將答案填於橫線上，完成後，於2月2日開始收集，請於2月14日或以前交回中心，得獎名額於2月23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2月28日，請各位老友記留意。

姓名： \_\_\_\_\_ 會員號碼： \_\_\_\_\_

<p>1.</p>  <p>九    二</p>	<p>2.</p>  <p>___ 愁 ___ 恨</p>	<p>3.</p>  <p>___ 未 ___ 置</p>
<p>4.</p>  <p>___ 就 輕</p>	<p>5.</p>  <p>___ 入 ___ 出</p>	<p>6.</p>  <p>青    竹</p>
<p>7.</p>  <p>大    滅</p>	<p>8.</p>  <p>___ 到 成 ___</p>	<p>9.</p>  <p>___ 如 鼠</p>




## 溫馨提示

各會員如有需要使用電腦、洗手間添廁紙或借用魔力橋等，可向中心當值職員協助，如職員未能即時處理，亦請耐心等候，我們會盡快處理！

### 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  55610584



### 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 1、標準 2、標準 3 及標準 4 內容如下：

標準 1：服務單位確保製備說明資料，清楚陳述其宗旨、目標和提供服務的形式，隨時讓公眾索閱。

標準 2：服務單位應檢討及修訂有關服務提供方面的政策和程序。

標準 3：服務單位存備其服務運作和活動的最新準確紀錄。

標準 4：所有職員、管理人員、管理委員會和／或理事會或其他決策組織的職務及責任均有清楚的界定

### 2026 年 2 月會員續會安排

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 2 月內到中心續會，續會費用為 \$21。

1. MK/M0000028	5. MK/M0000463	9. MK/M00001299	13. MK/M0001543	17. MK/M0001707
2. MK/M0000072	6. MK/M0000902	10. MK/M0001304	14. MK/M0001552	18. MK/M0001708
3. MK/M0000287	7. MK/M0001293	11. MK/M0001307	15. MK/M0001705	19. MK/M0001709
4. MK/M0000437	8. MK/M0001294	12. MK/M0001308	16. MK/M0001706	

### 續會有「獎」

由 2025 年 4 月開始，凡續會會員均可獲續會禮物一份(禮物款式會不定期更換，並請於續會時領取及簽收，不設補領)!

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