

## 懷舊香港嘉年華

日期：2024年12月28日(星期六)

時間：上午10:00 - 12:30

內容：與中學生一同互動，競猜香港老地方，製作漆扇及扇上書法並欣賞傳統技藝（轉碟及陀螺）表演。

地點：本中心

對象：中心會員

名額：15名

費用：全免

負責職員：張姑娘

合辦學校：順德聯誼總會鄭裕彤中學



## 職員動向



大家好呀～我係新嚟嘅社工廖生…>\_<…  
初出茅廬，還請各位多多指教！☆彡



## 佐敦長者中心

## 佐敦家庭支援網絡隊

地址：九龍佐敦德興街11-12號興富中心401-404室

電話：2377 3230

中心開放時間：(星期日及公眾假期休息)

電郵：jdec@bokss.org.hk

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

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12月份活動表

「老有所為活動計劃2024-2026」聖誕節軟餐製作 X 院舍探訪



浸信會愛羣社會服務處  
BAPTIST OI KWAN SOCIAL SERVICE

老有所為活動計劃  
Opportunities for the Elderly Project

# 義工招募

上午10:00 - 12:00

適逢聖誕佳節，誠邀義工  
製作聖誕軟餐送到區內院舍，為長者送上節日溫暖

2024年  
12月21日(星期六)

下午2:00-3:30

前往院舍向長者送上  
節日主題的軟餐及進  
行小活動分享喜悅

地點：佐敦家庭支援及服務中心  
(九龍佐敦德興街11-12號興富中心401-404室)

聯絡電話：2377 3230

\*本活動由社會福利署「老有所為活動計劃」贊助

中心職員會不定時致電問候及聯絡會員續會和各項活動安排。

職員會用以下電話號碼聯絡會員，請大家留意：

2377 3230



中心WhatsApp手機號碼：5561 0660

\*\*中心職員會透過WhatsApp發放活動資訊\*\*

請大家留意並儲存於閣下的手提號碼通訊錄：5561 0660

### 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	活動安排	暴雨警告信號	中心開放	活動安排
	✓	✓		✗	✗
	✓	✗		✖	✗

\*中心視乎情況作有限度之開放或暫停開放

\*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，鼓勵參加者留在中心，直至室外環境安全才離開。

備註：「✓」活動照常；「✗」活動取消

如對當日活動有任何疑問，歡迎致電中心查詢：2377 3230

### V-Health 互動負重運動計劃 (2024 年 12 月)

活動日期：12 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 (首月體驗價收費，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)

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

### 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5，6內容供各位會員及社區人士了解：

- 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、職員及其他關注人士就服務單位的表現提出意見。

### 2024 年 12 月續會安排

中心職員會致電聯絡需於 2024 年 12 月期間續會的會員，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:即沖燕麥飲品 (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\*\***

### 義工招募

若你有興趣成為義工，並有志關顧認知障礙症長者、有需要的護老者家庭。包括探訪、推廣和宣傳等，歡迎加入登記為「長青大使」

浸信會愛羣社會服務處 佐敦家庭支援及服務中心 意見表  
我的意見： \_\_\_\_\_

姓名： \_\_\_\_\_ 聯絡電話： \_\_\_\_\_

填寫日期： \_\_\_\_\_

填妥完後，歡迎投遞、電郵或親身交至本中心意見箱。

編製：張嘉雯  
印製數量：200

督印人：王衛康  
印刷日期：27/11/2024



### 以色列麻雀(2024年12月)

日期：2024年12月2、9、16、23、30日(逢星期一，共5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



### 2024-2025 愛羣學苑 - 粵曲訓練班(第四期)

日期：2024年12月24、31日

2025年1月7、14、21、28日

2025年2月4、11、18、25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，認識粵曲到演唱練習，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

地點：本中心

對象：中心會員

名額：15名

費用：會員\$150

非會員：\$180

導師：譚逸娟老師

負責職員：張姑娘

### 智能手機教室(2024年12月)

日期：12月11日(星期三)

時間：上午9:00 - 10:30

內容：教授長者掌握如何使用智能手機各種功能(如：交通、WhatsApp、防騙等日常生活程式)

地點：本中心

名額：8名

費用：全免

導師：邱景浩老師

### 長者健體計劃

日期：2024年12月7日(星期六)

時間：上午10:00 - 12:00

內容：由康文署職員講解運動時的注意事項及指導長者正確的運動技巧。

地點：本中心

對象：中心會員

名額：12名

費用：全免

負責職員：張姑娘

### 衛生署講座 - 認識消化不良

日期：2024年12月4日(星期三)

時間：上午10:00 - 11:00

內容：講解身體老化對消化系統的影響以及長者常見腸胃不適的原因和處理方法。

地點：本中心

對象：中心會員

名額：12名

費用：全免

負責職員：張姑娘



### 毛筆書法班(2024年12月)

日期：2024年12月5、12、19日(逢星期四，共3節)

時間：上午10:00 - 11:00

內容：由導師講解基本書法知識，學習撰寫書法的技巧。

地點：本中心

對象：中心會員

名額：8名

費用：會員\$30

非會員：\$60

導師：廖志煒老師

負責職員：張姑娘



## 2024年12月

星期一		星期二		星期三		星期四		星期五		星期六	
2		3		4		5		6		7	
9:30 以色列麻雀 10:00 愛羣學苑 - 太極班 (第三期)		10:30 愛羣學苑 - 粵曲 訓練班(第三期)		10:00 衛生署講座- 認 識消化不良		10:00 毛筆書法班		10:00 愛羣學苑- 強身 健體：八段錦(第三期)		10:00 長者健體計劃	
9		10		11		12		13		14	
9:30 以色列麻雀 10:00 愛羣學苑 - 太極班 (第三期)		10:30 愛羣學苑 - 粵曲 訓練班(第三期)		9:00 智能手機教室		10:00 毛筆書法班		10:00 愛羣學苑- 強身 健體：八段錦(第三期)			
16		17		18		19		20		21	
9:30 以色列麻雀 10:00 愛羣學苑 - 太極班 (第三期)		10:30 愛羣學苑 - 粵曲 訓練班(第三期)				10:00 毛筆書法班		10:00 愛羣學苑- 強身 健體：八段錦(第三期)		10:00 OEP 聖誕節軟 餐製作 X 院舍探訪	
23		24		25		26		27		28	
9:30 以色列麻雀 10:00 愛羣學苑 - 太極班 (第三期)		9:30 中心例會 10:30 愛羣學苑 - 粵曲 訓練班(第四期)		聖誕節 (中心暫停開放)		聖誕節後第一個周日 (中心暫停開放)		10:00 愛羣學苑- 強身 健體：八段錦(第三期)		10:00 懷舊香港嘉年 華	
30		31								30	
9:30 以色列麻雀 10:00 愛羣學苑 - 太極班 (第三期)		10:30 愛羣學苑 - 粵曲 訓練班(第四期)									
<b>12月份中心例會</b>											
						日期：2024年12月24日(星期二) 時間：上午9:30 - 10:00 內容：介紹一月份的中心活動，讓老友記緊貼中心最新消息 地點：本中心 對象：中心會員 名額：現場15名/ZOOM不限					