

## 活動參加者招募



# 「護老藍圖」2.0

## 「再走一步」護老同行小組

舒緩壓力 小組分享 自我認識 學習感恩 互相扶持

**日期：2024年6月22日至8月10日**  
(逢星期六) (共8節)

**時間：上午10:00 - 11:30**

**地點：佐敦長者中心**  
(九龍佐敦德興街11-12號興富中心401-404室)

**對象：護老者 (於報名後將有簡單面談)**

**名額：8位**

**費用：全免**

**查詢/報名：23773230 與職員聯絡**

## 佐敦長者中心

地址：九龍佐敦德興街11-12號興富中心401-404室

中心開放時間：(星期日及公眾假期休息)

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

## 佐敦家庭支援網絡隊

電話：2377 3230

電郵：jdec@bokss.org.hk

## 2024年5月份活動表

### Sunshine Action 耀陽行動 - 母親節福袋領取

各位會員，適逢母親節，本中心向 Sunshine Action 耀陽行動申請了80份福袋送贈各位老友記，祝願各位母親節快樂。

因福袋數量有限，是次活動將以抽籤形式派發：

- 4月29 - 5月4日早上9:30分開始接受登記報名  
(只接受電話登記)
- 5月6日(星期一)進行抽籤及陸續通知抽中的會員  
(如未獲抽中者則不作另行通知，敬請知悉)



已獲通知的會員需由中心職員預約時間到中心領取

### 真光與你- 遊戲日及手作日

日期：2024年5月11日，2024年5月25日(星期六)

時間：上午10:00 - 11:00

內容：

遊戲日：與青少年共同合作通過一系列小遊戲及挑戰賽。

手作日：一同動手製作屬於你的專屬彩樽。

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

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

### 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9，10內容供各位會員及社區人士了解：

- 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。

### 2024 年 5 月續會安排

中心職員會致電聯絡需於 2024 年 5 月期間續會的會員，安排辦理續會

**\*\* 本年度續會年費(\$40) \*\***

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：23/04/2024

### 以色列麻雀

日期：2024年5月6、13、20、27日(逢星期一，共4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 愛羣學院 - 太極班(第一期)

日期：2024年5月13、20、27日

2024年6月3、17、24日

2024年7月8、15、22、29日(逢星期一，共10節)

時間：上午10:00 - 11:00

內容：由導師教授傳統太極門派的部分基本招式，增加長者對太極的了解和身體的平衡力。

地點：本中心

對象：中心會員

名額：8名

費用：會員\$110

非會員：\$140

導師：黃德輝老師

負責職員：張姑娘



### 衛生署講座 - 長者口腔健康

日期：2024年5月8日(星期三)

時間：上午10:00 - 11:00

內容：透過講座糾正參加者對口腔健康的錯誤觀念，了解蛀牙及牙周病的原因、正確清潔牙齒及假牙托的方法。

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



### 智能手機教室(2024年5月)

日期：2024年5月9日(星期四)

時間：上午10:00 - 11:00

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

對象：中心會員

名額：8名

費用：全免

導師：邱景浩老師

負責職員：張姑娘



### 舒筋活絡玩一玩(2024年5月)

日期：2024年5月2日(星期四)

時間：上午9:00 - 10:00

內容：由物理治療師帶領下進行小遊戲和關節運動讓身體得以放鬆。

地點：本中心

對象：中心會員

名額：10名

費用：會員\$10

非會員：\$40

負責職員：張姑娘

### 佐敦 sing 光大道

日期：2024年5月9、16、23、30日(逢星期四，共4節)

時間：上午11:15 - 12:15

內容：增加長者對歌唱的興趣，加強參加者的互動並一同欣賞懷舊金曲。

地點：本中心

對象：中心會員

名額：8名

費用：全免

導師：麥家能老師

負責職員：張姑娘



2024年5月

星期一		星期二		星期三		星期四		星期五		星期六			
					1		2		3		4		
				<b>勞動節</b> <b>(中心暫停開放)</b>		9:00 舒筋活絡玩一玩		10:00 愛羣學院- 強身健體：八段錦					
	6		7		8		9		10		11		
9:30 以色列麻雀 10:00 太極班(2024年3-4月)補堂		10:30 愛羣學院 - 粵曲訓練班(第一期)		10:00 衛生署講座- 長者口腔健康		10:00 智能手機教室 11:15 佐敦 sing 光大道				10:00 真光與你- 遊戲日			
	13		14		15		16		17		18		
9:30 以色列麻雀 10:00 愛羣學院 - 太極班(第一期)		10:30 愛羣學院 - 粵曲訓練班(第一期)		<b>佛誕</b> <b>(中心暫停開放)</b>		11:15 佐敦 sing 光大道							
	20		21		22		23		24		25		
9:30 以色列麻雀 10:00 愛羣學院 - 太極班(第一期)		10:30 愛羣學院 - 粵曲訓練班(第一期)				11:15 佐敦 sing 光大道				10:00 真光與你- 手作日			
	27		28		29		30		31				
9:30 以色列麻雀 10:00 愛羣學院 - 太極班(第一期)		10:30 愛羣學院 - 粵曲訓練班(第一期)		9:30 中心例會		11:15 佐敦 sing 光大道		10:00 愛羣學院- 強身健體：八段錦					
<b>5月份中心例會</b>													
						日期：2024年5月29日(星期三) 時間：上午9:30 - 10:00 內容：介紹六月份的中心活動，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	