



循道衛理楊震社會服務處
YANG MEMORIAL METHODIST SOCIAL SERVICE

愛民長者鄰舍中心
Oi Man Neighbourhood Elderly Centre

中心地址：何文田愛民邨嘉民樓401-404室及509-511室

中心電話：2715-8677 中心傳真：2761-4144

4樓開放時間：星期一至五 上午8時至下午5時
星期六 上午8時至中午12時

中心電郵：omnec@yang.org.hk

機構網址：www.yang.org.hk

Facebook：www.facebook.com/omnecyang1

督印人：詹婷婷 編輯：郭海欣 印刷數量：600份



四月通訊

機構

QR Code



Facebook

QR Code



「荒失失耆兵-認知友善社區小故事」



負責職員：譚姑娘

上車前

01 忘記乘搭的路線、號碼或目的地。

02 迷失方向，看不懂指示牌而排錯隊伍。

上車後

03 多次詢問旁人或司機現在位置或是否已到站。

04 忘記或不曉下車。

荒失失耆兵在社區常見狀況

01 在社區中長時間徘徊，疑似迷路。

02 忘記外出的目的或將要前往哪裡，站在原地。

03 忘記回家的路或忘記帶錢包、鑰匙而感到焦慮。

當我們遇到以上情況可以怎麼做？

日期：	4月8日 (星期一)
時間：	上午9:00-10:00 或 下午2:00-3:00
地點：	本中心404室
報名方法：	即日起至4月8日(星期一)致電或到中心報名，額滿即止。
名額：	上、下午各30人
備註：	如遲到超過15分鐘，將不設留位。

下次月會日期：5月6日(星期一)



必資明鏡

在愛民長者鄰舍中心真正落實工作崗位，屈指一算已經半年有多了，大家的評價怎樣？無論大家的意見是肯定或否定，我都為能在此結識到各位感到榮幸，實在珍惜與各位會員相處的時刻，因為你們讓我真正見到：“櫪驥不忘千里志，病鴻終有赤宵心。【明 張居正 尉劉生卧病苦吟】

此喻說長者雖然晚年的條件對比年青時有所不及，但你們的見識、誠意、投入及愛心，就能再次馳騁千里、沖上九霄。每年三月，又是中心需要籌議明年度中心方向及策略的時候。中心各位同事已積極籌備明年的中心計劃，而我們服務的目標就是各位會員：“峻極之山，非一石所成；凌雲之樹，非一木所構。”【北齊 劉子 薦賢】

北齊時文學家劉晝說：“陡峭的高山，不是一石所壘成；穿雲的高大建築，不是一木所建成。”一間完善的長者中心，不能只靠一小撮人參與建構，是需要各位眾志成城的力量才能成功。“人欲自見其形，必資明鏡”【宋 司馬光 資治通鑑】，中心服務就如國家治政的縮影，各位會員的意見就是我們的明鏡。

歡迎各位會員踴躍進言，我們定當“用人之言，若自己出”
【唐 魏徵 群書治要 尚書】，謝謝各位。

服務質素標準SQS簡介



「服務質素標準」按以下4項原則，訂明服務單位在管理和提供服務方面應達到的質素水平：

- 1.明確界定服務的宗旨和目標，運作形式應具透明度;
- 2.有效管理資源，管理方法應靈活變通、不斷創新及持續改善服務質素;
- 3.鑑定並滿足服務使用者的特定需要；及
- 4.尊重服務使用者的權利。

現時共有16項「服務質素標準」，當中每項均有一套「準則」及「評估指標」說明。這些「準則」及「評估指標」均為一般性的基本要求，服務營辦者可根據各要求，以合適的方法應用於個別服務類別或服務單位中，以符合「服務質素標準」的要求。

今期先為大家介紹SQS標準一!!



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，讓公眾索閱。
老友記可以多參考我們的中心單張，中心壁報版。
如有意見及疑問，可向職員查詢。



遇到獎勵計劃“4-6月”

負責職員：謝先生

活動編號：24042311



1-3月「打卡」獎勵

結果公布：4月23日

領取期限：6月30日或之前

日期：4月2日至6月30日

地點：本中心4樓及5樓

內容：為鼓勵會員加強與中心的聯繫，增加來中心的頻率、參與中心活動、擴闊社交圈子。

統計會員的打卡次數，換領豐富獎品！

對象：本中心會員 (需持有效會員證)

參加辦法：會員須帶備中心會員證前往中心(4樓/5樓打卡機前) 如圖展示會員證，聽到「嘟」一聲後，即順利「打卡」！

4月至6月內累積分數越多，獎勵越豐盛，

更有「神秘大獎」贈予累積分數達《最高積分組別》的會員。



愛民大電影 東方不敗

1992年作品
中文字幕 片長：111分鐘

(負責職員:許姑娘)
(活動編號:24041131)

日期：**4月11日** (星期四)
時間：上午9:00-11:00
地點：本中心509室
名額/對象：25位/本中心及駿薈會員
費用：全免
參加辦法：**3月28日**起可致電或到中心報名
備註：凡出席活動均可獲贈小禮物



劇情簡介

東方不敗，是金庸小說《笑傲江湖》中日月神教的教主。他在任我行掌教期間任副教主，後趁任我行練功走火入魔之際發動叛亂，囚禁任我行於西湖梅莊的地牢之中，並修煉《葵花寶典》，寵幸小人楊蓮亭，不理教務。
最終，在與任我行令狐沖等人的大戰中，任盈盈挾持男寵楊蓮亭，東方不敗為救楊蓮亭分心，被任我行、令狐沖擊中背上要害重傷而戰敗，後被任我行殺死。



Cheer甜絲絲芝士(甜品製作)

(負責職員:許姑娘)
(活動編號:24042531)

日期：**4月25日** (星期四)
時間：上午9:00-11:15
地點：本中心404室
內容：教授《雜果芝士慕斯凍餅》
名額/對象：10人/本中心會員(7位)、駿薈會員(3位)
費用：本中心會員\$50 / 駿薈會員\$58-(包材料費)
參加辦法：**4月9日**起親臨中心報名
備註：1) 請自備食物盒帶走製成品 (兩件2吋左右)
2) 如有電動打蛋器，可自攜上堂使用。
3) 如當日缺席上堂，恕不設保留材料和代做，敬請留意。



中心全體職員及親善大使在此祝賀
4月份生日之長者會員
生日快樂，身體健康，生活愉快！



半年

歡迎4月壽星4月2日起可親臨中心
領取生日禮物

溫馨提醒：避免食物積存過期，中心會為壽星保留
禮物為期**半年**(以生日月份起計)，敬請體諒。





歡樂茶聚

負責職員：許姑娘
活動編號：24041631

日期：4月23日(星期二)

時間：下午3:00 - 4:00(最後落單下午3:30)

地點：本中心404室

內容：讓老友記歡聚一番，享用長者義工自家製「家鄉茶粿」(鹹味)

名額：30位

費用/對象：\$20(本中心會員/25位)
\$23(駿薈會員及護老者/6位)

報名辦法：4月9日起親臨中心報名

- 備註：
- 1)可接受1+1報名
 - 2)護老者須與被照顧者一同參加
 - 3)食物只可堂食，不可取走。
 - 4)未能出席者，恕不會退款及預留食物。



環保小獎勵



參加者凡當日出席活動自備熱飲杯，
即場可獎賞多一份飲品。





活動編號：24052931

負責職員：許姑娘、郭姑娘



禁區遊.沙頭角

日期：5月29日(星期三)



活動時間：上午9:00 - 下午5:00

集合：上午9:00 本中心509室(逾時不候)

行程：沙頭角農莊製作茶粿 (團費津貼下的指定景點)

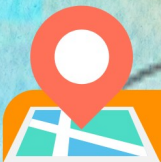
沙頭角抗戰紀念館

午膳於沙頭角金熙海山酒樓(可外觀中英街)

中英街花園、許願瞭望台遠眺禁區中之禁區

仿香港舊式火車站及火車頭

魚燈廣場、沙頭角碼頭壁畫長廊、新樓街



劃位須知：

參加者欲與相熟會員在車上“一同坐”及“同一席”，必須先自行組合，在報名當日一齊出現取籌，一經收費後，恕不作調動。

費用/對象/名額：48人(一車)

\$190 (本中心會員 40位)

\$219 (駿薈會員 5位)、(*護老者 3位)

(護老者必須與被照顧者一同參加)

(午膳以10人一枱，酒樓位置要上一層樓。)

(餐單會張貼於中心)

是次旅行 須要親身報名，不設(1+1)即代報名。

參加辦法：4月29日(星期一)親臨到中心，必須攜帶香港身份証報名

截止報名：5月2日(星期四)

報名前必須留意

- 1.報名時必須出示有效香港身份証，用途為辦理申請入禁區的簽證。
- 2.一經確認報名，參加者 不可轉讓及退款。
- 3.出發 當日必須攜帶身份証正本，海關人員會上車查核，若未能出示，會被拒絕入禁區，參加者須自行負責回程。
- 4.沙頭角禁區行程預 步行1.5-2小時，不適宜輪椅代步者及四腳架使用者，參加者衡量個人身體狀況方可。

備註：

- 1.是次由東海旅遊承辦，中心須提交參加者資料(中文姓名、身份証尾四個字)予旅行社購買平安保險之用。
- 2.行程次序及膳食如有任何變動，以當日導遊安排為準。
- 3.如活動前遇惡劣天氣，請參閱中心活動之應變措施。



認知友善家居環境講座

日期：**4月24日** (星期三)

(負責職員:黃姑娘)

(活動編號:24042461)

時間：下午1:30—2:30

地點：本中心509室

內容：認知障礙症人士隨著認知能力退化，他們會對周圍的環境、起居生活容易出現混亂。一個安全及有清晰提示的家居環境，可以減低他們生活的障礙，以及處理事情的難度。是次分享認知友善家居的小貼士，讓認知障礙症長者生活更自在及方便。

名額/對象：25位 / 中心、駿薈會員、護老者

費用：全免

參加辦法：**3月28日**起可以致電或到中心報名。

健腦小知識之電視看太多令記憶力會衰退？

各位老友記，平時得閒會做什麼呢？看電視？

有研究指出，長者每天看電視的時間越長，記憶力衰退速度會越多，罹患認知障礙症機率都會大大提高！

電視看得多無益，老友記應控制看電視時間。平時多做一些活腦活動，如解謎、下棋等，也歡迎大家到中心參加活動啊！





仁人家園『家居深層清潔服務』

(負責職員：姚姑娘)



日期：個別預約

時間：個別預約

地點：長者住所

內容：安排家務助理員提供一次性的家居清潔服務

名額/對象：每次清潔日服務最多16戶/居於愛民邨公屋，獨居或兩老家庭優先考慮(如是次額滿，輪候名單日後再安排家訪評估)

費用：全免

參加辦法：即日起致電中心登記，負責職員稍後致電跟進。

- 備註：
1. 受患者須領取高齡津貼、長者生活津貼、傷殘津貼或綜援。
 2. 職員會作初步評估申請者是否合資格。
 3. 如合資格長者，工作員會進行家訪，拍攝家居需要清潔的環境。
 4. 所有支出由仁人家園的贊助者支付。
 5. 此活動有機會拍照及訪問，用作日後仁人家園活動宣傳之用。



大雁拍打健身功(第一季)

(負責職員：朱先生)
(活動編號：24041641)

日期：**4月15日至6月24日** (逢星期一) (每月月會日及假期除外)

時間：下午1:45-2:45

地點：中心509-510室

內容：義工協助參加者學習十式大雁拍打健身功，主要是拍打經絡。

名額/對象：20位/ 中心會員、護老者

費用：全免

參加辦法：

曾參加上季大雁拍打健身功(4)及出席率達70%或以上之人士可優先報名。其餘名額請先登記，若有位，負責職員會個別聯絡已登記人士。

備註：

1. 陳劍峰師傅(大雁氣功總會主席)以影片形式示範

大雁拍打健身功十式；影片已上載中心facebook，方便學員在家溫習。



(負責職員:謝先生)
(活動編號:24042941)

4月開心卡啦OK

日期：**4月9日** (星期二)、**4月16日** (星期二)

時間：下午2:00-4:45

地點：本中心404室

內容：由義工負責「打碟」，讓老友記共聚歡「唱」經典金曲，歡迎觀眾進場聽歌。

名額/對象：10人/長者會員，2人/駿薈會員

費用：全免

參加辦法：**3月28日**起可致電或到中心報名。

備註：

1. 唱K時必須使用中心提供的一次性即棄咪套；
2. 活動期間請降低談話聲量；
3. 下午2:00入場後，請先於白板寫上自己的名字，以決定唱K順序；
4. 不得代寫名字「霸位」；
5. 活動期間不得錄音或錄影。



護老者支援服務

4月護老健康講座 「急救常識」

(負責職員:謝先生)
(活動編:24041051)

日期：**4月10日** (星期三)

時間：上午9:30-10:30

地點：本中心509室

內容：由衛生署護士講解基本急救知識，以及早察覺傷患者身體狀況、迅速評估傷勢的方法。

名額/對象：20人/護老者、10人/中心會員

參加辦法：**3月28日**起致電或到中心報名





5月護老廣場暨奶粉銷售

三花銷售日期：5月23日 (星期四)

雅培銷售日期：5月30日 (星期四)

時間：上午9:00-11:00

地點：本中心509室

內容：三花 / 雅培奶粉銷售

名額/對象：100人/護老者、中心會員

費用：\$3

參加辦法：4月2日 - 4月30日到中心購買奶粉飛。

備註：

1. 請自備環保購物袋。
2. 每場奶粉展銷限購最多六罐奶粉。
3. 奶粉售價或有調整，請留意中心海報。
4. 請自備輔幣、\$1000 紙幣不接受。
5. 有關貨品及錢銀找贖請當面點清，中心恕不代為處理。

負責同事：謝先生

活動編號：

三花：24052351

雅培：24053051



奶粉價目表

三花奶粉	健心	健骨	三效
價錢	\$80	\$80	\$100

雅培奶粉	原味加營素	低糖加營素	活力加營素	怡保康
價錢	\$184	\$190	\$223	\$215.5

愛民密探大行動

(負責職員: 譚姑娘/何姑娘)
(活動編號: 24041281)

日期: **4月12日** (星期五)
時間: 下午2:00-4:00
地點: 上門探訪
內容: 一群來自迦密中學的學生到戶探訪愛民邨的長者，
並製作慈承結和玩遊戲。
名額/對象: 20戶家庭，MCI/認知障礙症/獨居長者優先
費用: 全免
參加辦法: **3月28日**起致電或到中心向譚姑娘/何姑娘報名



耆織 · 啟航活動日5

(負責職員: 何姑娘)
(活動編號: 24042581)

日期: **4月25日** (星期四)
時間: 下午3:30-4:30
地點: 本中心404室
內容: 新一班啟航青年護理服務的學生與你一起玩健腦
遊戲，又有野玩又對腦部有益，一起來吧!
名額/對象: 20名/中心會員
費用: 全免
參加辦法: **3月28日**起致電或到中心報名



長幼有聚 I

活動編號: (24050281)

日期: **5月2日** (星期四)

時間: 下午1:00-3:00

地點: 社區會堂M1

內容: 與學生一起認識聚聚，玩玩健腦遊戲，萬勿錯過。

名額/對象: 20名/中心會員

費用: 全免

參加辦法: **3月28日**起致電或到中心報名

長幼有聚 II

(負責職員: 譚姑娘/何姑娘)

活動編號: (24050981)

日期: **5月9日** (星期四)



可同時報名兩場或只報一場



連續性班組

活動名稱 上課地點 及 活動編號	上課日期 及 時間/堂數	名額 及 對象/費用	內容 / 導師	參加辦法 及 備註
活力舞蹈 (何文田體育館) 許姑娘 活動編號: 2404123	4月12日至6月21 日 (逢星期五) 下午 2:00-3:30 (共10堂) (19/4暫停一堂)	28位 中心會員/ \$250 或 駿薈會員/ \$288	導師教授排排舞、 土風舞、集體舞。 導師：楊麗卿女士 (西方舞高級導師) (西方排排舞初級導 師)	出席率達 70%的現讀 生，可於4 月2日至5日 到中心報 名，逾時由 後備補上。
飛躍舞蹈班 (509室) 許姑娘 活動編號: 24041811	4月18日至6月20 日 (逢星期四) 上午10:00- 11:15 (共8堂) (23/5、30/5) 暫停上堂)	12位 優惠體驗 中心會員/\$0 或 駿薈會員/\$0	導師帶領教跳社交 舞。 導師：李文雄先生 (義務導師)	出席率達 70%的現讀 生，可於4 月2日至9日 到中心報 名，逾時由 後備補上。
英文會話班 (404室) 郭姑娘 活動編號: 24041222	4月12日 至 6月14日 (逢星期五) 上午 10:00- 11:30 (共10堂)	15位 中心會員/ \$60 或 駿薈會員/ \$65	從學習中培養對語言 的興趣， 增加英文 會話交談的概念。 導師：甘秀玲修女	現讀生出席 率達70%可 於4月2日起 到中心優先 報名。

備註：1. 凡屬連續性班組，現讀生如出席率達70%者，可獲優先報讀
下一期課程。報名安排請參閱各班組的參加辦法。
2. 以上活動非現讀生可致電先登記後備。



連續性班組

活動名稱 上課地點 及 活動編號	上課日期 及 時間/堂數	名額 及 對象/費用	內容 / 導師	參加辦法 及 備註
<p>篆書研習班 (404室)</p> <p>郭姑娘 活動編號: 24010321</p>	<p>4月10日 至 6月26日 (逢星期三) 上午10:00-11:30 (共10堂) (8/5暫停一堂)</p>	<p>18位 中心會員/ \$200 或 駿薈會員/ \$230</p>	<p>臨習篆書，培養長者對書法學習的興趣。</p> <p>(學員需自備書法工具及材料) (費用已包括筆記以及約20張宣紙) (需達七成出席率)</p> <p>導師：梁錦輝先生</p>	
<p>篆刻研習班 (404室)</p> <p>郭姑娘 活動編號: 24041521</p>	<p>4月15、22和29日 5月13、20和27日 下午 2:45-4:45 (共6堂) (6/5暫停一堂)</p>	<p>13位 中心會員/ \$150 或 駿薈會員/ \$175</p>	<p>臨習篆書，培養長者對書法學習的興趣。</p> <p>(學員需自備篆刻工具及材料) (費用已包括筆記及20張宣紙) (需達七成出席率)</p> <p>導師:梁錦輝老師</p>	<p>1. 現讀生出席率達 70%可於4月2日起到中心優先報名。</p> <p>2. 非現讀生可致電中心登記後備。</p>
<p>開心做運動 (509室)</p> <p>郭姑娘 活動編號: 24040821</p>	<p>4月8日至6月24日 (逢星期一)</p> <p>上午10:00-11:00 (6/5、10/6暫停一次)</p>	<p>15位 中心會員/ \$0</p>	<p>義工實體教授熱身伸展運動、毛巾操、十巧手等。</p> <p>導師：方淑玉女士 (義務導師)</p>	

備註： 凡屬連續性班組，現讀生如出席率達70%者，可獲優先報讀下一期課程。報名安排請參閱各班組的參加辦法。



連續性班組

活動名稱 上課地點 及 活動編號	上課日期 及 時間/堂數	名額 及 對象/費用	內容 / 導師	參加辦法 及 備註
二胡入門班 (509室) 謝先生 活動編號: 24042221	4月22日 至 6月17日 (逢星期一) 上午11:30- 12:30 (共8堂)	10位 中心會員/ \$50 或 駿薈會員/ \$58	學習二胡演奏方法， 簡單樂理指法。 (適合未接觸過二胡的 初學者) 導師：朱浩章先生 (義務導師)	1. 現讀生出席 率達70%或 以上，可於 4月2日起到 中心報名。 2. 非現讀生 可於4月9日 起到中心報 名。
二胡進修班 (509室) 謝先生 活動編號: 24042521	4月25日 至 6月13日 (逢星期四) 下午2:00-3:00 (共8堂)	10位 中心會員/ \$50 或 駿薈會員/ \$58	學習二胡演奏方法， 視唱簡譜。 導師：朱浩章先生 (義務導師)	
二胡深造班 (509室) 謝先生 活動編號: 24042522	4月25日 至 6月13日 (逢星期四) 下午3:00-4:30 (共8堂)	10位 中心會員/ \$50 或 駿薈會員/ \$58	學習二胡演奏方法， 演奏曲譜，研習曲目。 導師：葉濤先生 (義務導師)	

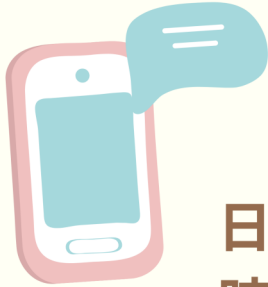
備註：凡屬連續性班組，現讀生如出席率達70%者，可獲優先報讀下一期課程。
報名安排請參閱各班組的參加辦法。



連續性班組

活動名稱 上課地點 及 活動編號	上課日期 及 時間/堂數	名額 及 對象/費用	內容 / 導師	參加辦法 及 備註
輕鬆國畫班 (404室) 郭姑娘 活動編號: 24041022	4月10日 至 6月26日 (逢星期三) 下午 1:30-3:00 (共10堂) (8/5暫停一堂)	18位 中心會員/ \$230 或 駿薈會員/ \$265	學習花鳥畫的基礎下 筆技巧，培養長者對 國畫的興趣。 (學員需自備國畫工 具及材料) (費用已包括筆記以 及約20張宣紙) 導師：巫逸學先生	1. 現讀生出席 率達70% 可 優先於4月2 日起到中心 報名。 2. 非現讀生可 於4月9日起 到中心登記 後備。
國畫研習班 (404室) 郭姑娘 活動編號: 24041021	4月10日 至 6月26日 (逢星期三) 下午 3:15-4:45 (共10堂) (8/5暫停一堂)	18位 中心會員/ \$230 或 駿薈會員/ \$265	研習花鳥畫、山水畫 等，增進長者的國畫 造詣。 (學員需自備國畫工 具及材料) (費用已包括筆記以 及約20張宣紙) 導師：巫逸學先生	
書法研習班 (404室) 郭姑娘 活動編號: 24041121	4月11日 至 6月20日 (逢星期四) 下午3:20-4:50 (共10課) (25/4暫停一堂)	18位 中心會員/ \$200 或 駿薈會員/ \$230	臨習隸書，培養長者 對書法學習的興趣。 (學員需自備書法工 具及材料) (費用已包括20張宣 紙) 導師：周彩燕老師	

備註：凡屬連續性班組，現讀生如出席率達70%者，可獲優先報讀下一期課程。
報名安排請參閱各班組的參加辦法。



手機資訊站

負責職員: 郭姑娘
活動編號: 24040921

日期: 4月9, 16, 23, 30日 (逢星期二)
時間: 上午9:30 - 11:30(每人15分鐘)

地點: 本中心面談室B

內容: 讓有需要的老友記提問手機疑難

對象: 本中心會員

名額: 每星期8位

費用: 全免

報名方法: 3月28日起親臨中心登記

備註:

- 1) 如涉及個人私隱或金錢交易, 恕不處理
- 2) 每星期只可預約一個時段, 每次15分鐘



需預約!
先到先得

負責職員: 郭姑娘
活動編號: 24042621



每月一APP之 YUU

日期/時間: 4月26日(星期五)/下午4:00-4:45

地點: 本中心404室

內容: 教導會員使用在YUU應用程式中購買新鮮農產品、雜貨、必需品, 並瀏覽優惠, 和查看快速送貨服務。另外, 學習賺取YUU積分。

對象: 本中心會員

名額: 6位

費用: 每人\$5

報名方法: 4月9日起親臨中心報名

備註: 請自備手機並確定有足夠下載空間





好好人生-蘇東坡的前世今生 (3)

(負責職員:朱先生)
(活動編號:24042521)

日期：**4月23日** (星期二)
時間：下午1:15-2:15
地點：本中心404室
內容：人生在世，總會對尋求美好人生作為目標，但其實如能理解自我，對尋求美好十分重要。中國古典世界的文豪哲賢透過無數傳世作品，向我們表達其美好生命之嚮往及內涵，期望課程能讓大家遊歷古典之餘，也啟發大家對尋求美好人生及自我了解。

名額/對象：20位/本中心會員、駿薈會員

費用：每人\$5

參加辦法：**3月28日**起致電或到中心登記。

講者簡介：陳振興先生於楊震從事長者服務廿多年，曾為個案社工，中心主任，院長等，現為九龍西長者服務部門主管。



加入「訊息廣播群組」

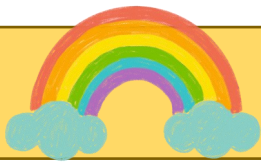
會員如想收取中心活動宣傳資訊及突發訊息，
歡迎加入中心「訊息廣播群組」。



參加方法：

- 1.於智能電話通訊錄內新增以下號碼
中心手機號碼：5222 0464。
或 掃瞄右方二維碼加為聯絡人。
- 2.儲存後，請於WhatsApp向中心手機號碼發送訊息。
「我是XXX(姓名)，我想加入廣播群組」即可。





活動名稱、 上課地點、 負責職員、 活動編號	日期 及 時間/堂數	名額 及 對象/費用	內容 / 導師	備註
喜羊羊之家 (404室) 謝先生 活動編號: (24040232)	(逢星期二) 上午 9:30-11:30	30位 區內長者 費用全免	上午9:30 喜羊羊金曲時間 上午10:15-11:30 福音團契 內容：詩歌、祈禱、福音 信仰、靈性專題、見證分 享及遊戲	由安素堂梁姑娘負責，如有查詢，請致電2780 7355 與梁姑娘聯絡。
滾球同樂 (404室) 朱先生 活動編號: (24042541)	4月25日 (星期四) 下午 1:30-3:00	10位 中心會員/ 駿薈會員 費用全免	硬地滾球可以訓練長者思考、手眼協調及團隊合作，非常合適長者及輪椅使用者參與。	即日起可致電或親臨中心報名
門球同樂 (404室) 朱先生 活動編號: (24041841)	4月18日 (星期四) 下午 1:30-3:00	10位 中心會員/ 駿薈會員 費用全免	由義工教導門球技巧及方法可以訓練長者思考、手眼協調及團隊合作。	即日起可致電或親臨中心報名



中心消息

活動報名安排

1. 報名時請出示會員証；
2. 所有繳費活動不設電話留位；
3. 若參加者因私人原因而未能出席已報名及繳費之活動，可儘快通知中心職員，並交出收據，如活動名額已滿並有後備參加者替補，中心方可辦理退回款項；
4. 參加者不可私人轉讓活動票。
如有任何疑問，可向中心職員查詢。



5樓「健體會所」新轉變

隨著參加「健體會所」的人數增加，中心由4月開始將會有3個新轉變！分別是新增一個服務時段、一個V-Health 運動儀，及服務對象更新為中心及駿薈會員，希望可以讓更多會員能夠享用設施，一齊做運動！

開放安排

可供預約時段	可供使用的健體器材
逢星期一至五 9:00-9:45 10:00-10:45 11:00-11:45	肩梯、拉手繩、平衡板、踏級、健身單車、腳踏單車、手腳訓練單車、太空漫步機、聲波震動訓練儀、超聲波自動量度高度測脂分析儀等

1

新增時段
12:00-12:45

2

新增V-Health
運動儀



3

對象：中心、駿薈會員



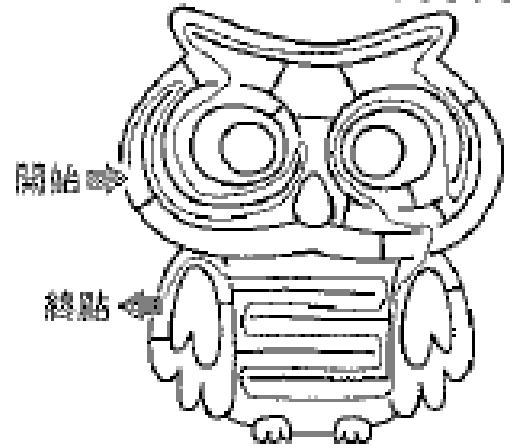
參加辦法：

- 1.每時段最多**10人**；
- 2.逢星期五 *開放預約下一個星期的時段；
*(如星期五為公眾假期，可早一天致電預約)可致電或到中心報名；
- 3.如參加者**逾時十分鐘**，將會視作**放棄**該節健體會所使用權。



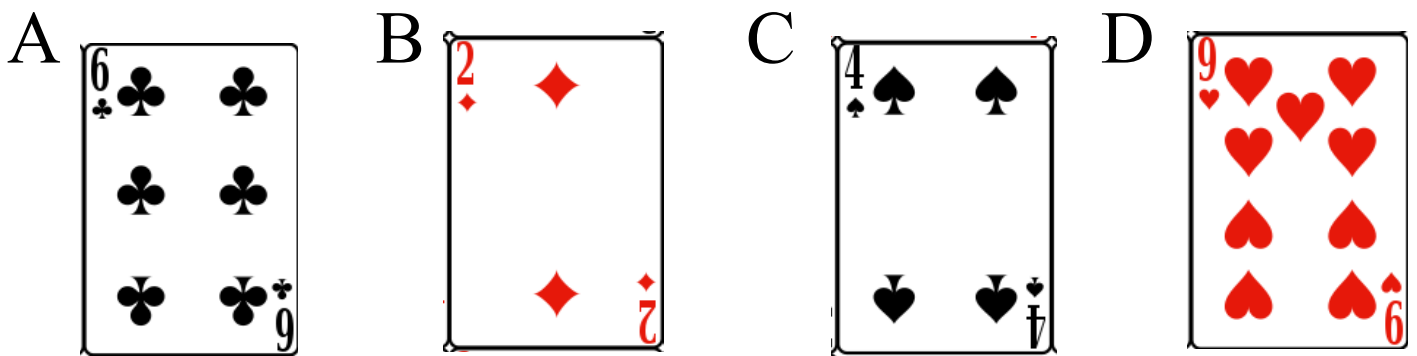
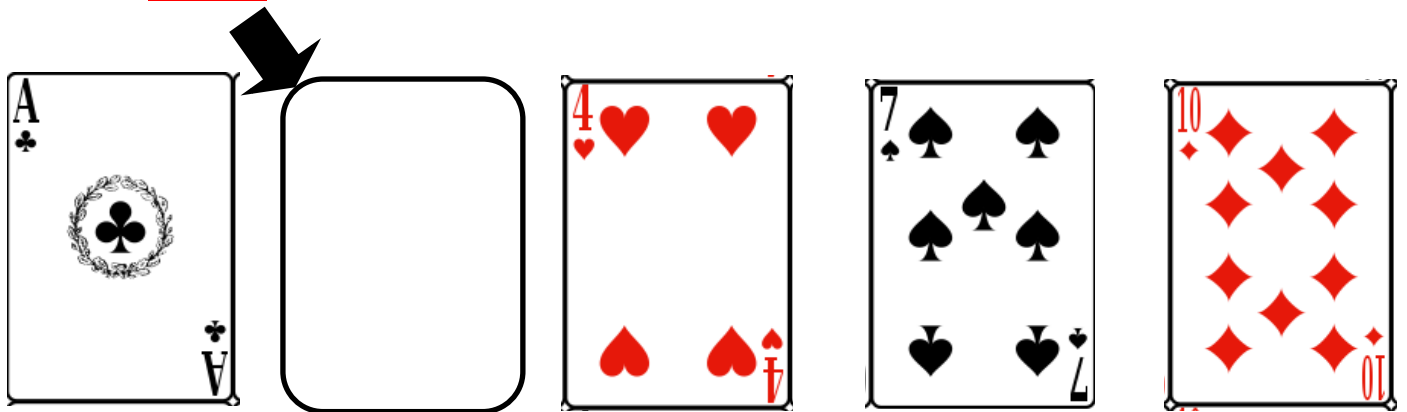
3月小遊戲

< 迷宮-挑戰版 答案



4月小遊戲玩法：

啤牌現時由小至大排列，請於下列選項選出答案後，於空格畫出正確的啤牌款式。



參加辦法：

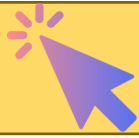
填寫此頁 答案紙 交到接待處核對，答中者，可獲贈 小禮物乙份。（禮物款式有限，實際以當時派發為準！）



遠足行山遊-土瓜坪



愛民山友到達土瓜坪！！
欣賞藍天與白雲，
芳草萋萋的森林，
讓身心得到舒暢。



活動報名選單

P. 24

類別	活動名稱	報名日期	活動編號(✓)	到時見
月會	4月月會(荒失失耆兵)-上午	28/3	<input type="checkbox"/> 24040821A	
	4月月會(荒失失耆兵)-下午	28/3	<input type="checkbox"/> 24040821B	
社交及康樂活動	愛民大電影 - 東方不敗	28/3	<input type="checkbox"/> 24041131	
	Cheer甜絲絲芝士	9/4	<input type="checkbox"/> 24042531	
	歡樂茶聚	9/4	<input type="checkbox"/> 24041631	
	禁區遊. 沙頭角	29/4	<input type="checkbox"/> 24052931	
護老者支援服務	4月護老健康講座「急救常識」	28/3	<input type="checkbox"/> 24041051	
認知障礙症支援服務	認知友善家居環境講座	28/3	<input type="checkbox"/> 24042461	
義工服務及發展	4月開心卡啦OK	28/3	<input type="checkbox"/> 24042941	
教育及發展班組	好好人生-蘇東坡的前世今生(3)	28/3	<input type="checkbox"/> 24042521	
	手機資訊站(4月)	28/3	<input type="checkbox"/> 24040921	
	每月一APP(4月)	9/4	<input type="checkbox"/> 24042621	
智愛耆織	愛民密探大行動	28/3	<input type="checkbox"/> 24041281	
	耆織·啟航活動日5	28/3	<input type="checkbox"/> 24042581	
	長幼有聚I	28/3	<input type="checkbox"/> 24050281	
	長幼有聚II	28/3	<input type="checkbox"/> 24050981	