



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



社會福利署資助服務  
Subsidised Service by the Social Welfare Department

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/



機構  
QR Code

Facebook  
QR Code



督印人：詹婷婷 編輯：郭海欣 印刷數量：600份

## 世界認知障礙症月

負責職員：黃姑娘

國際認知障礙症協會把每年9月訂為「世界認知障礙症月」，全球各地的認知障礙症團體亦會舉辦不同活動響應，旨在提升公眾對認知障礙症的關注。與認知障礙症人士溝通有不同技巧，今期與大家分享「非言語篇」，大家可以在日常生活中多與認知障礙症長者進行溝通。

### 與認知障礙症人士溝通技巧—非言語篇

安排合適環境  
避免噪音滋擾或  
光線不足

善用身體語言協助表達  
例如：揮手打招呼  
表達歡迎

保持平靜及微笑  
給予他們鼓勵與認同，  
避免顯得不耐煩

與他們保持水平距離  
面向他們

保持眼神接觸，  
留意他們反應

日期：	9月2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：	即日起直至9月2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：10月7日（星期一）

## 世外桃園 (上)

“…土地平曠，屋舍儼然。有良田、美池、桑、竹之屬，阡陌交通，雞犬相聞。其中往來種作，男女衣著，悉如外人；黃髮垂髫，並怡然自樂。”截錄自《桃花源記》陶淵明  
這是千多年前一段描寫“世外桃園”境象的文字。

《桃花源記》是“不為五斗米而折腰”的陶淵明先生（365－427）作品。陶淵明，名潛，字元亮。東晉文學家。以清新自然的詩文著稱於世。其作品平淡自然，出於情真。《桃花源記》原是《桃花源詩》的序文，後世學者反多以研讀其序多於詩本身。《桃花源記》是描述一個世俗的漁人偶然闖入一“世外桃園”般的地方的經歷。大部分學者相信，《桃花源記》是陶淵明因對當時的社會不滿，而虛構出一個他一直追尋的理想社會而寫的。

《桃花源記》內的大同世界是否只是出於詩人的空想，已不可考，但陶淵明先生所記述的桃花源是一片人人都嚮往的人間樂土，卻是不爭的事實，桃花源之所以是樂土，不在客觀環境的豐足，而是因為裡面的居民，心存感恩知足，所以環境才得以保持原有的自然。它是一個人人勞動，自給自足，沒有壓迫和剝削的社會，也是一個自由、安寧的社會。詩人以極大的熱情，從生產到生活，從自然環境到人們的精神面貌，對桃花源作了十分全面的描繪。

今天香港以及很多“先進”地方，對人間天堂的描繪乃是以財富炫耀，豪華生活、身份顯赫、領袖精英為主軸，與陶淵明先生所提供的理想生活模式大相徑庭：桃花源內的物質生活其實都是很普通，他們不是一群已經“上岸”，坐擁一世也享用不完資產的人。他們沒有階級，沒有剝削，自食其力，自給自足，人人自得其樂。他們的和平、寧靜、幸福，都是通過自己的勞動，做好本份而取得的。

今天學者們常以“桃花源”比作西方的“烏托邦”（Utopia, 湯瑪斯·摩爾十四世紀時所著，意即理想的世界），基本上“桃花源記”和“烏托邦”都是作者以文字表達對理想世界的渴望，我們會發現在此兩個社會裡表現出來的那種無私無慾的精神，和現代人汲汲於名利、只重財富累積而看輕內在的涵養，當有天壤之別。現代社會爭取個人權利意識日益暴漲，社會矛盾加劇，既得利益者卻又不願分享，矛盾日重，《桃花源記》所啟示的訊息在香港又是否不切實際呢？下期再和大家討論。



### 參加方法

## 加入「訊息廣播群組」

會員如想收取中心訊、活動宣傳資訊及突發中心消息，  
歡迎加入中心「訊息廣播群組」

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 掃描右方二維碼加為聯絡人。
2. 如未有儲存此號碼，將未能收到本中心所發出的「廣播資訊」。
3. 儲存後，請於WhatsApp向中心手機號碼發送以下訊息：  
「我是XXX(姓名)，本人同意經whatsapp收取中心訊息」即可。



## (一) 報名須知

1. 凡報名參與中心所舉辦之活動，請留意各項活動的報名詳情及參加資格。
2. 如屬會員活動及親臨報名，請帶備會員證；如需致電中心報名，請提供有效會員證號碼、活動編號及活動名稱以便職員迅速處理登記。
3. 如活動註明「接受1+1報名」，如有需要，會員報名的同時，最多可代另一位參加者報名，但需要提供其會員証號碼及姓名等資料。
4. 中心實體報名不設任何形式之留位服務。
5. 報名活動設有後補名單機制，如在報名時段已額滿，可登記輪候後補名單。
6. 不論免費或收費活動，參加者不可私自轉換或轉讓，一經發現，中心有權取消該持票者參與活動資格。
7. 請假或缺席活動，請盡早通知中心作出安排。

**如有任何爭議，  
本中心將保留最終決定權。**

## (二) 退款原則

1. 如活動延期或取消，所繳的費用將全數退回，服務使用者可按照通知時間起一個月內，帶回該活動收據正本到中心辦理退款手續，逾期作放棄論。
2. 服務使用者所繳付之所有費用，中心將即時發予正式收據。所有收費活動一經報名，除\*特別情況外，均不設退款。  
\*特別情況：1) 健康理由，必須出示由醫療機構發出之有效證明文件。
3. 如服務使用者因私人原因未能出席已報名及繳費之活動而希望退票，請盡早通知中心作出安排。中心只會在活動滿額，又有後備參加者購買退出名額後，中心會根據登記退票的先後次序，在活動後通知服務使用者在指定時間內帶回收據正本取回退款，逾期作放棄論。

## 報名小記號 好幫手

你到中心報名後，職員會在你份月訊內  
蓋上以下其中一款印



或

已報名

呢個活動...  
我報咗名未呀?

我寫咗個“✓”，  
係咪報咗名?

天氣情況	中心開放	班組活動 (如活動舉行前 3小時仍懸掛)	戶外活動* (如活動舉行前 3小時仍懸掛)	長者飯堂 (如早上10:30仍懸掛)
 <b>T1</b>			視乎天氣情況、活動地點、路面情況而定	
 <b>3</b>				
 <b>8</b> 八號風球 現正懸掛	 (註2)			

備註：「✓」活動照常、「X」活動取消

\*：戶外活動：如行山/露營活動除按照以上安排外，如天文台當時發出雷暴警告/酷熱天氣警告/寒冷天氣警告，活動將會取消。以集合時間前3小時為準

註1：若在班組及活動開始前3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活動將會暫停，安排另行通知。若中心已開或活動已開始，則鼓勵參加者留在中心，直至室外環境安全才離開。

## 《服務質素標準》知多啲

### 服務質素標準 6 - 計劃、評估及收集意見

簡介：

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。

服務單位／機構要符合標準 6 必須確保下述政策、程序及計劃切實執行：

1. 制訂適當的書面工作計劃，並作為其評估本身表現的基準。
2. 備有政策和程序以收集及回應服務使用者、職員及其他關注的人士對其表現 所提供的意見。
3. 確保有關政策及程序得以實施而該政策及程序可供服務使用者、員工及其他 關注人仕閱覽。
4. 對於在檢討及評估過程中鑑定的服務表現或質素問題，採取跟進行動。



中心全體職員及親善大使在此祝賀

9月份生日之長者會員

生日快樂，身體健康，生活愉快！

歡迎 9月壽星 9月2日起可親臨中心

領取生日禮物 (淮山麵)

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。

半年





## 5樓健體會所開放安排

可供預約時段	可供使用的健體器材
逢星期一至五 1) 9:00-9:45 2) 10:00-10:45 3) 11:00-11:45 4) 12:00-12:45	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、V-Health運動儀等

對象: 本中心會員及駿薈會員

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。
4. 每人每次只限登記一次。



## 恆常活動

活動名稱	日期	時間	內容及備註	負責職員	費用及對象	名額
喜羊羊之家	逢星期二	上午 9:30-11:30	由安素堂教牧同工分詩歌及福音訊息	謝先生	全免/ 區內長者	30人
滾球同樂	9月12、26日 (隔星期四)	下午 1:30-3:00	由義工協助進行硬地滾球運動。此活動適合輪椅使用者參與	朱先生	全免/ 中心會員	10人
門球同樂	9月5、19日 (隔星期四)	下午 1:30-3:00	由義工教授門球技巧	朱先生		10人
開心做運動	逢星期一 (逢月會暫停)	上午 10:00-11:00	由義工帶領進行熱身運動及毛巾操運動	郭姑娘		18人
大雁拍打健身功	逢星期一 (逢月會暫停)	下午 1:45-2:45	由義工帶領進行十式大雁拍打健身功	朱先生		20人



## 藥物知識專題講座

(負責職員:陳先生)  
(活動編號:24091391)

日期：**9月13日** (星期五)  
時間：下午2:30-3:30  
地點：本中心509室  
內容：由註冊藥劑師現場講解如何準備「平安藥包」(即居家旅遊看門口藥物)，另外亦會講解服藥要訣及社區藥房配藥服務。  
名額/對象：30位/本中心會員、駿薈會員  
費用：免費  
參加辦法：**8月29日**起致電或親臨中心報名。



## 好好人生-蘇東坡的前世今生 (8)

(負責職員:朱先生)  
(活動編號:24092411)

日期：**9月24日** (星期二)  
時間：下午1:00 - 2:00  
地點：本中心509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：\$5  
參加辦法：**9月3日**起親臨中心報名。  
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。

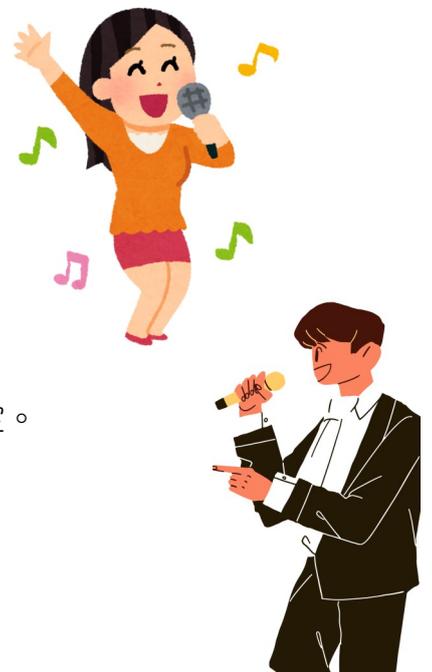


## 9月開心卡啦OK

(負責職員:謝先生)  
(活動編號:24070941-C)

日期：**9月17日** (星期二)、**9月24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；歡迎聽眾進場聽歌。  
名額/對象：10人/長者會員、2人/駿薈會員  
費用：全免  
參加辦法：**29/8**起可致電或到中心報名。  
備註：

1. 活動場地最早開放時間為：活動開始前15分鐘。(即：下午1:45)
2. 參加者需自行填寫自己名字，不得代寫；歌唱順序按照寫名次序決定。
3. 如無合理原因不得中途插隊；如有爭議中心職員保留最終決定權。
4. 參加者人數上限：12人。(義工除外)
5. 義工會於活動開始前協助佈置場地。
6. 參加者必須預先報名方能參加。





## 愛民大電影



## 富貴逼人

1987年作品 處境喜劇  
中文字幕 片長：100分鐘

(負責職員:許姑娘)  
(活動編號:24072931-C)

日期：**9月16日** (星期一)  
 時間：上午9:00-11:00  
 地點：本中心404室  
 名額/對象：25位/本中心及駿薈會員  
 費用：全免  
 參加辦法：**8月29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

雷達驃(董驃飾)任職新聞報導員，有三名女兒帶弟、來弟、招弟居於沙田新翠邨。驃嫂為典型家庭主婦，閒時喜與鄰居打麻將，又常常買六合彩，希望一朝發達，可以向親戚街坊炫耀。某一天，驃嫂真的中了六合彩頭獎1,900萬港元。正當一家五口萬分興奮、在計劃怎樣用這筆橫財時，誰知銀行倒閉，而且亦有人趁機綁架……

# 愛民FunFun生日會

## Birthday

## (第二季)

## 為與7至9月生日會員慶祝

請出示會員証

**壽星優惠1：已優先在8月6日起到本中心報名  
報名"二選一"之生日活動。**

**壽星優惠2：#每年度可享用一次“生日優惠價”報名  
#同時可為另一位會員報名**

### 截止報名：9月3日

## 日期：9月5日(星期四)

負責職員：許姑娘、郭姑娘

活動編號：24090531

## 室內遊戲篇

時間：上午9:30 - 10:45

地點：本中心404室

內容：分組遊戲、開心大抽獎、輕食茶點

名額：24位

費用：\$30(7至9月生日會員優惠價)

\$40(非生日會員)

\$46(駿薈會員/護老者\*必須與被照顧者壽星會員一同出席)

尚餘  
少量名額，  
額滿即止！

每位出席的壽星  
可獲額外生日禮物





負責職員：許姑娘、姚姑娘

活動編號：24071631-D,E

# 歡樂茶聚之中秋派對

日期：9月11日(星期三) 農曆八月初九

時間：下午1:15-2:30(第一場)  
下午3:30-4:45(第二場)

二選一  
活動

地點：本中心404室

內容：是次為慶祝中秋佳節的特別篇，老友記歡聚一番之餘，職員準備輕鬆好玩集體遊戲，還有開心大抽獎，人人有禮物，輕食下午茶餐等等。

名額：每場40位

費用/對象：\$20本中心會員(33位)  
\$23本中心駿薈會員(5位)  
\$23護老者(2位)

每場名額

## 輕食下午茶

- \*秘製鹵水雞翼
- \*碎蛋沙律他他
- \*蕃茄仔釀陳皮
- \*迷你曲奇餅
- \*合時生果或糕點
- \*人氣熱飲

\*食材如有改動，  
以當日供應為準。



牛蒡茶或  
黑豆麥茶

## 參加辦法：9月3日起親臨中心報名

- 備註：
- 1)護老者須與被照顧者一同出席
  - 2)食物只可堂食，不可取走。
  - 3)未能出席者，恕不會退款及預留食物。
  - 4)此為二選一活動，一經收費後，恕不可更改場次。
  - 5)當天中午12:00起暫停偶到服務，詳見中心消息。



中秋



暫停9月環保小獎勵





## 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10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. 受惠者須領取高齡津貼、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。

活動名稱	日期	時間	內容/備註	負責職員
當值義工	中心開放時間	中心開放時間	協助4樓及5樓健體會所開放時的值勤工作	姚姑娘
做個有福人	逢星期五	上午 8:45-9:45	協助社康機構包裝摺疊抹手紙巾、圍裙及枱紙等工作。	謝先生
親善大使	每月一至二次	中心 開放時間	由義工致電該月生日的會員，送上祝福及關心問候近況。	許姑娘
關心組	每月最後一個星期三	上午 9:30- 10:30	以小組形式每月定期探訪區內獨居、體弱或年長之舊會員或現有會員	楊姑娘
連網義工組	逢星期四	下午 2:30-4:30	每星期上門探訪區內有需要長者	姚姑娘
歡樂茶聚 後勤義工	每月一次	下午 2:45-3:45	義工化身水吧及樓面大使，準備茶點，送餐，與老友記歡笑閒談	許姑娘
滾球/ 門球支援	每星期四	下午 1:30-3:00	義工協助維持活動順利進行，並擔任評判	朱先生



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

負責職員:陳先生、朱先生

## 賣旗義工招募

誠邀您們成為  
賣旗義工，為籌款  
出分力！

請即日起致電  
27158677  
或到中心登記。

公開籌款許可編號

FD/T020/2024

“

12月28日為本機構賣旗日，對於支持之油尖旺區少數族裔服務、自資殘疾人士院舍(屯門朗逸居及獨立生活計劃) 籌募經費尤關重要，急切需要大家攜手協力。本中心誠邀大家成為賣旗義工，為籌款出分力！

”

循道衛理楊震社會服務處本著基督愛心與受託精神，  
為有需要之人士服務，不論其信仰或國籍。



## 喜晴計劃 - 專業護士健康檢查(2)

日期：**9月30日** (星期一)

(負責職員:周先生)  
(活動編號:24093051)

時間：上午9:30 - 11:30

地點：本中心404室

內容：由專業護士為參加者提供藥物諮詢及簡單健康檢查，包括量度血壓、血糖及血含氧量。

名額/對象：本中心護老者20人、會員10人 (已參與19/8/2024的檢查會登記為後備)

費用：全免

參加辦法：**8月29日**起致電或到中心報名

備註：凡出席活動均可獲贈小禮物



## 樂齡科技社區講座「吞嚥知多D」

日期：**9月20日** (星期五)

(負責職員:謝先生)  
(活動編號:24092051)

時間：上午10:00-11:00

地點：本中心404室

內容：由嶺大亞太老年學研究中心的計劃團隊講解吞嚥困難的成因及影響；並向護老者分享樂齡科技如何協助有吞嚥困難的長者解決日常進食的問題。

名額/對象：20人/護老者、10人/長者會員及駿薈會員。

費用：全免

參加辦法：**8月29日**起致電或到中心報名



## 有你相伴夫婦小聚

日期：**9月26日** (星期四)

(負責職員:周先生)  
(活動編號:24092651)

時間：上午8:45 - 10:00

地點：本中心404室

內容：透過互動遊戲及觀看短片，了解夫婦之間常見的溝通障礙，並嘗試一同探討更有效的溝通模式，以促進夫婦彼此間的關係。

名額/對象：本中心護老者夫婦12人

費用：全免

參加辦法：**8月29日**起致電或到中心報名

備註：夫婦二人須一同出席活動





## 護老鬆一鬆-單車活動 理論課

(負責職員:楊姑娘)  
(活動編號:24093052)

日期：**9月30日** (星期一)  
 時間：下午2:30-4:30  
 地點：本中心404室  
 活動目的：透過活動，提升護老者關注自身身心健康，發展屬於自己的興趣，並擴闊社交圈子。  
 內容：1. 講解單車種類  
 2. 初學者學習踩單車的條件及注意事項  
 3. 踩單車的裝備及安全守則  
 4. 介紹香港單車公園  
 名額/對象：護老者名額8位；中心會員名額2位  
 費用：全免  
 導師：Anthony Kwok (資深單車導師)  
 參加辦法：**9月30日**起致電或到中心登記  
 備註：參加者過去曾有踩單車的經驗優先



## 護老資訊站 - 持久授權書

負責職員: (周先生)  
(活動編號: (24091951))

日期：**9月19日** (星期四)  
 時間：上午8:45 - 10:00  
 地點：本中心404室  
 內容：有否想過當不幸患上認知障礙症，而到時未能自行處理財務事項時怎麼辦？今次講座向參加者講解何謂持久授權書、訂立方法及其適用範圍等，讓大家可以為將來預先作好準備。  
 名額/對象：本中心護老者15人、會員5人  
 費用：全免  
 參加辦法：**8月29日**起致電或到中心報名



## 照顧周到 · Carer Zone

負責職員: (楊姑娘)  
活動編號: (24100271)

日期：**10月20日** (星期三)  
 時間：上午10:00-12:00  
 地點：嘉民樓502 (青少年中心場地)  
 內容：為護老者提供一個悠閒的共享空間，享受屬於自己的寧靜時光。  
 在這個空間提供：  
 1. 花茶、手沖咖啡、曲奇  
 2. 禪繞畫工作坊 (導師：李錦芳女士)  
 3. 和諧粉彩工作坊 (導師：陳子傑先生)



社會福利署資助服務  
Subsidised Service by the Social Welfare Department

互作坊二選一

名額/對象：10位/中心護老者 (公開名額)；  
 10位/有需要護老者 (非公開名額，由社工個別邀請)  
 費用：全免 (由『社會福利署九龍城及油尖旺區福利辦事處贊助』)  
 參加辦法：公開名額於**9月30日**起到中心報名並取確認票



## 輪椅維修檢查

(負責職員:謝先生)  
(活動編號:24090451)

日期：**9月4日** (星期三)  
 時間：下午2:15-4:15  
 地點：本中心509室  
 內容：由路向四肢傷殘人士協會的  
 義工隊協助檢查及維修輪椅。  
 名額/對象：10人/護老者  
 費用：全免  
 參加辦法：**即日**起致電或到中心報名

### 手動輪椅



## 認知障礙症教育及支援活動



### 迷你冰皮月餅賀中秋

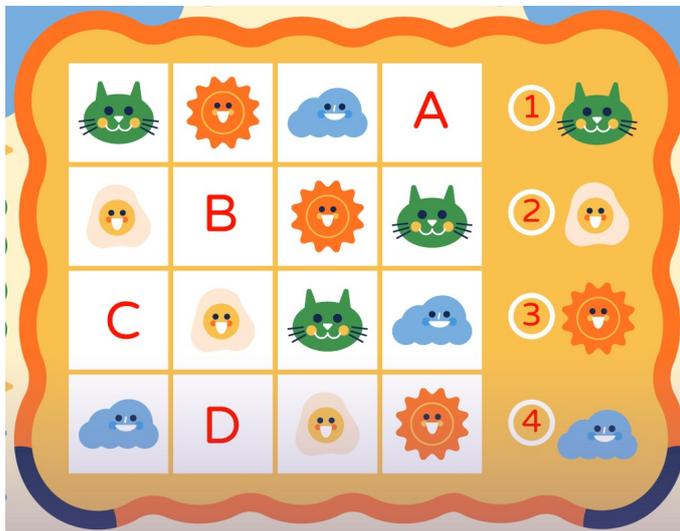
(負責職員:黃姑娘)  
(活動編號:24090961)

日期：**9月9日** (星期一)  
 時間：上午9:00—10:30  
 地點：本中心404室  
 內容：八月十五是中秋，邀請各位一同製作冰皮月餅，慶祝中秋，同賀佳節。  
 名額/對象：16人 / 認知障礙症患者及其照顧者優先  
 費用：\$20  
 參加辦法：**即日**起致電或到中心登記，負責職員稍後致電確認。  
 備註：每人可製作2個迷你冰皮月餅。



## 健腦小遊戲—數獨配配看

又到每月一次健腦小遊戲！  
 大家有玩過數獨嗎？有助於訓練邏輯和注意力。  
 今次有一個圖片版數獨讓大家動動腦筋，難度不高，大家一齊試一試！



### 遊戲玩法：

在每一直行及橫行中的圖案都不可以重複，  
 嘗試將右面的圖案配對到圖中正確的空格內。  
 配對好才看答案！

D—1  
 C—3  
 B—4  
 A—2  
 : 答案



# 耆織工程

負責職員：  
譚姑娘  
何姑娘

耆織夢工程

拓展智愛家

世界認知障礙症月×國慶巡禮2024

日期：9月28日(星期六)

時間：下午2:00 - 4:30

地點：愛民廣場對出空地

參加方法

下午2:00到  
愛民廣場對出空地  
取遊戲券

內容

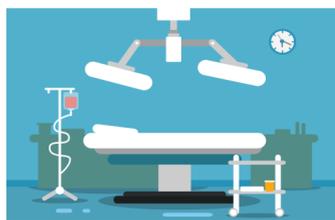
1. 認知友善資訊
2. 攤位遊戲，換領精美紀念品
3. 現場派發毋忘我花朵

於9月27-28日期間  
到指定愛民邨合作商戶購物，  
可領取一份小禮物，送完即止。  
(商戶合作名單將於稍後時間公佈，  
敬請密切留意)

## 大腸癌肉知多少 暨醫療中心參觀



- 1 參加者**自行前往**集合地點(集合時間下午2:15)
- 2 參觀香港專科日間醫療中心 (如手術室、內窺鏡室、高端醫療設備等)
- 3 專科醫生講解大腸癌肉問題
- 4 示範照腸鏡胃鏡並可真實使用
- 5 **自行解散**



負責職員：  
何姑娘/  
譚姑娘

日期：9月25日(星期三)

時間：下午2:30-5:00

地點：香港專科日間醫療中心5樓  
(旺角彌敦道639號雅蘭中心一期)

名額：55-80歲本中心會員(20名)；  
耆織義工隊(10名)



費用  
全免

### 參加辦法：

備註：

1. 此活動與香港專科醫療中心合辦。
2. 此活動不適合輪椅人士或行動不便者參加。

#### (一)先登記

8月29日起可致電或到中心登記抽籤，截止日期為9月11日(請提供姓名、有效會員編號)

#### (二)進行抽籤

9月12日上午9:00  
在本中心403室進行抽籤

#### (三)公佈結果

抽籤結果會於9月12日上午11:30張貼於403室報告板

#### (四)取確認票

中籤者請於9月20日或之前到中心取確認票(逾期作棄權，由後備補上。)

 香港專科 THE SPECIALISTS 為日間私營醫療服務，包含手術中心及內窺鏡中心，佔地超過40,000平方呎，規模設備相若小型醫院。



活動編號：24092581



## 服務券同樂日

日期：9月14日（星期六）

時間：下午1:30 - 2:30

地點：本中心404室

內容：透過遊戲、茶點讓服務券長者和家人與職員歡聚同樂，分享使用服務點滴。

費用：\$5

名額：15位

對象：使用本中心服務券長者及陪同出席之護老者

報名辦法：即日起聯絡葉姑娘登記確認

1. 護老者需陪同行動不便長者參加。
2. 未能出席或缺席當自動棄權，恕不退款及預留食物。



活動花絮

服務券及連網  
長者家庭一同  
到啟德半天遊





## 數碼培訓進階計劃B

費用: 全免

### 內容:

1. 簡介網上購物的概念和優勢
2. 教授參加者申請HKTV mall帳戶和使用AlipayHK付款
3. 教授外賣平台foodpanda
4. 教授如何追蹤訂單掌握收貨時間



日期: 9月6、13、20、27日(星期五)

時間: 下午2:00-4:00

對象: 本中心會員12位, 悠逸軒會員8位

上課地點: 本中心509室

參加兩步曲

### (一)先登記

即日起可致電或到中心登記抽籤, 截止日期為8月31日。

### (二)進行抽籤及公佈結果

9月2日上午10:30在本中心403室抽籤, 並於早上11:30張貼於本中心。

備註: 活動由數字政策辦公室贊助

## 暫停部份「偶到服務」通知

由於中心**9月11日** (星期三) 舉辦 中秋活動，因此  
當天中午12:00至下午5:00 暫停以下偶到服務  
(包括米蘭牌、電腦借用、報章閱讀及法碼磅)

不便之處，敬請見諒。



## 人事快遞：

各位老友記你們好，我是郭海欣姑娘。

我將要離開愛民長者鄰舍中心，

最後的工作日是9月6日。

我想藉此機會向大家表達我衷心的感謝，

感謝這段時間的陪伴與支持，

讓我在這裏成長，

期待未來有機會再次攜手共進。

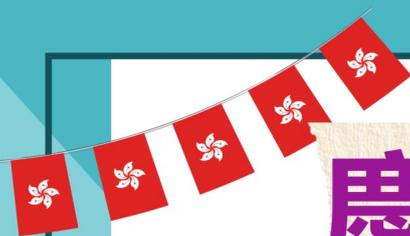
我不會忘記與大家一起經歷的活動，

例如團年飯、中秋、旅行，

種種也令我終身難忘

再次感謝大家 ❤️❤️





## 慶回歸活動



### 系列一：歡樂茶聚慶回歸

輕輕鬆鬆茶聚，再同老友記玩回歸數字遊戲，開心好玩。



長者義工自家製  
曲奇餅、斑蘭糕



### 系列二：香港文化Sum到遊暨慶回歸

參觀博物館之餘，老友記喺旅遊車上玩問答遊戲，氣氛愉快。



老友記盡情品嚐  
燒肉放題。



## 50+博覽

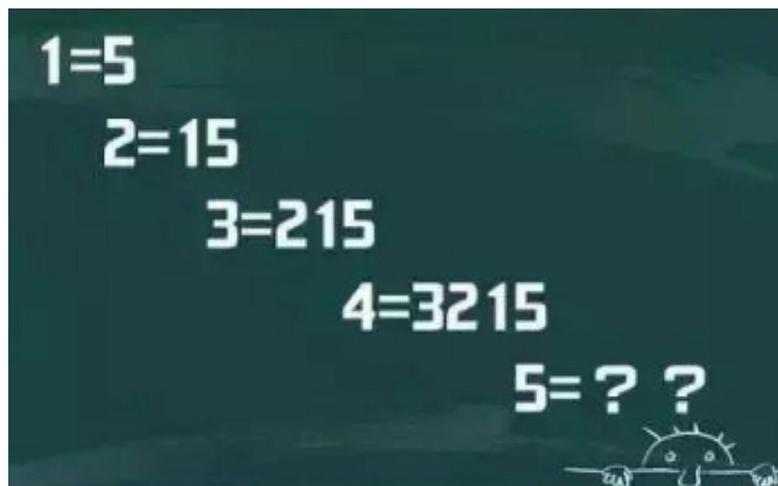
50+博覽圓滿落幕，收穫滿滿！感謝義工的熱情參與和支持！



義剪日活動中，我們透過互動遊戲體驗攤位，推廣樂齡科技服務以及50+服務宣傳推廣。

## 義剪日活動





7月小遊戲答案:

IQ題考考你:

1=5 2=15 3=215

4=3215 5=?

答案: 5=1

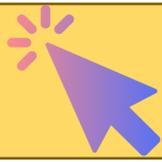
## 8月小遊戲:

數獨的玩法非常簡單，只有一條規則：每一列、每一行和每個九宮格內均有1至9的數字，但不可以重複。

數獨在拼圖內會預先放入一些1至9的數字，然後由你填上其餘的數字，直至填滿整個拼圖而找到正確答案。

7	1	2	3	8	4	9	6	5
8	5	6	9	1	7	4	3	2
9	4	3	6	5	2	8	7	1
2	9			4		6		7
6	7	1	8	9	5	2	4	3
	3		7	2	6	1		9
1	6	7		3		5	9	
4	8		5	7	1	3		
	2	5	4	6		7		

小遊戲截止日期：即日起至 9 月26 日（每位中心會員只可領取一次）



# 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	世界認知障礙症月(上午)	即日	<input type="checkbox"/> 24090261	
	世界認知障礙症月(下午)	即日	<input type="checkbox"/> 24090262	
身心康健	藥物知識專題講座	29/8	<input type="checkbox"/> 24091391	
	好好人生-蘇東坡的前世今生(8)	3/9	<input type="checkbox"/> 24092411	
社交及康樂活動	9月開心卡啦OK	29/8	<input type="checkbox"/> 24070941-C	
	愛民FunFun生日會-室內遊戲篇	即日	<input type="checkbox"/> 24090531	
	歡樂茶聚之中秋派對(特別篇)	3/9	<input type="checkbox"/> 24071631-C <input type="checkbox"/> 24071631-D	
	愛民大電影-富貴逼人	29/8	<input type="checkbox"/> 24072931-C	
護老者支援服務	護老資訊站-持久授權書	29/8	<input type="checkbox"/> 24091951	
	有你相伴夫婦小聚	29/8	<input type="checkbox"/> 24092651	
	喜晴計劃-專業護士健康檢查(2)	29/8	<input type="checkbox"/> 24093051	
	樂齡科技社區講座「吞嚥知多D」	29/8	<input type="checkbox"/> 24092051	
	輪椅檢查維修(2)	29/8	<input type="checkbox"/> 24090451	
	護老鬆一鬆-單車活動 理論課	3/9	<input type="checkbox"/> 24093052	
	照顧周到·Carer Zone	3/9	<input type="checkbox"/> 24100271	
認知障礙症支援服務	迷你冰皮月餅賀中秋	即日	<input type="checkbox"/> 24090961	
教育及發展班組	長者數碼進階培訓計劃B	即日	<input type="checkbox"/> 24090621	
智愛耆織	大腸癌肉知多少暨醫療中心參觀	29/8	<input type="checkbox"/> 24082581	