



五月號



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

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

中心四樓開放時間：

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

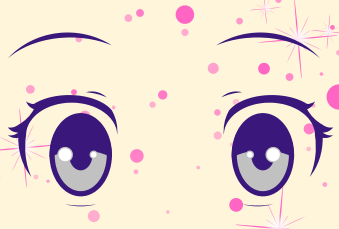
中心地址：何文田愛民邨嘉民樓401-404室及509-511室

機構網址：www.yang.org.hk

電話：2715-8677 傳真：2761-4144

電郵：omnec@yang.org.hk Facebook：www.facebook.com/omnecyang1

五月月會 眉精眼企！ 防騙分享會



負責職員：謝先生

上午：2526-0067-A

下午：2526-0067-B

騙徒手法層出不窮！唔夠謹慎隨時中伏！
如果你疑惑過，如果你擔心過，如果你煩厭過...



謝先生需要你！需要你！需要你！
即刻馬上報名「五月月會」！

屆時會同大家

1. 拆解流行騙術；
2. 分享防騙心得；
3. 派發精明秘笈。

挑通眼眉，

勝過騙徒，

就在今天！

您好，呢度係
「哋里銀行」據紀錄閣下
有一筆欠款尚未歸還，如未
於月底前還清，將會無限期
凍結閣下所有資產...

婆婆，我係孫女啊，
而家樓下派優惠券啊，
需要你身份證號碼。

伯伯，加入群組，
我地每日都會分享
投資心得，日進斗金！



25年5月月會

日期：5月12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

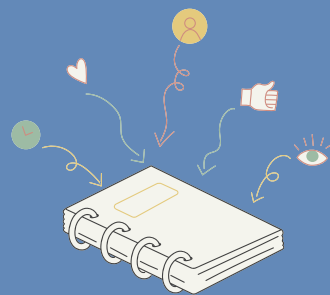
報名方法：即日起至5月12日（星期一）

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：
6月2日（星期一）



泥魚的啟示

愛德華·德·波諾（Edward de Bono），法國心理學家，他在1960年代末期提出「水平思考」方式，改變了我們日常普遍採用容易造成困局的「垂直思考」。簡單說就是以多向水平定義問題，在處理問題之先，就以不同角度去提出更多的處理方法。其代表作「六頂思考帽」及「水平思考法」更受不少跨國公司總裁、諾貝爾獎得主及各領域的精英所推介。

其中“駝峰效應”就是「水平思考法」其中一個理論基礎。以滑雪運動為例，滑雪者都想輕鬆愉快地順著山坡往下滑行，但想要擁有這個過程就必須先登上山頂。我們的心理狀況也這樣：為了最終能朝正確的方向前進，有必要先往相反的方向走一段；為了擁有更長久的快樂，有時也需要承受一定階段的悲傷。

中國古代智者也不乏“駝峰效應”典故，例如成語“欲取先予”、“欲擒故縱”都是有異曲同工之妙。曾經有一位得道禪師向弟子說了一個故事：

『洞庭湖冬季乾涸，生物難活，泥魚為求生存，每於冬初身潛濕泥，口銜泥水，靜止不動，苟延殘喘。漁人乍見，每誤為泥巴。及至春暖水開，難關一過，泥魚則生氣盎然。』

『微如泥魚，尚知順應環境以求生存；生而為人，豈可挫於逆境，一蹶不振？』

站起來，就可以再戰；躺著，機會就沒了……

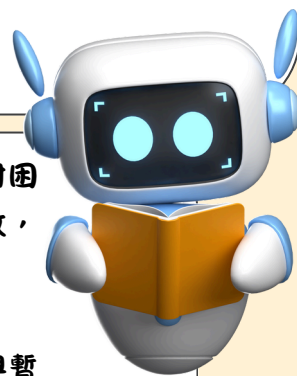
相傳關羽曾以此“泥魚的故事”勸劉備，人生總有幾段如泥魚般隱忍的時期，令劉備若有所悟，才有後來“煮酒論英雄”的好戲上演。

休息有時候是為了走更遠的路……

這個故事充滿智慧，也極具啟發性！泥魚的生存方式讓人深思，順應環境、忍耐困境，最終迎來重生的機會。這正是「駝峰效應」的精神：短暫的逆境未必是失敗，而可能是通向更大成功的必要過程。

關羽以泥魚的故事勸導劉備，從隱忍到崛起，正是許多偉人的成長路徑。休息與暫時的退讓，不是懦弱，而是智慧。現代社會節奏快，許多人不願停下來，卻忽略了「蓄勢待發」的重要性。正如泥魚在寒冬中沉潛，只有耐過困境，才能在春暖花開時再次煥發生機。

你是不是在某些時刻也有過類似的感受？或者，有沒有哪個人生階段讓你覺得像泥魚般隱忍，最後成功挺過呢？期待下次再閱讀您的隨筆。



身心健康教育

(負責職員:陳先生)
(活動編號:2526-0053)

水中復康運動班活動簡介講座(1)

日期: **5月14日(星期三)**

時間: 下午2:30-3:30

地點: 本中心509室

內容: 由專業導師講解水中復健運動, 如何舒緩各類痛症、強化肌肉力量、改善關節活動以及大大提高日常行動力!

名額/對象: 25人/本中心會員、護老者及駿薈會員

費用: 全免

參加辦法:

4月30日起致電或到中心報名



「智」精神工作坊 智能電話班×精神健康講座

日期: **5月7日(星期三)**

時間: 上午9:30-11:30

地點: 本中心509室

內容: 工作坊將會介紹長者使用智能電話常見問題, 以及其解決方法, 解答長者對手機的疑難。工作坊亦會分享精神健康的資訊, 加強長者對精神健康的關注及了解, 建立正向的情緒及價值觀。

名額/對象: 30人/本中心會員

費用: 全免

備註: 凡出席活動均可獲贈小禮物

參加辦法: **即日起**致電或到中心報名

(負責職員: 實習社工-李先生)
(活動編號: 2526-0068)



『一鑊一湯簡易煮法』

日期: **5月22及29日(星期四、共二堂)**

時間: 上午10:00至11:30分

地點: 中心404室

內容: 1) 每堂學煮一鑊一湯
2) 分享煮食心得

導師: 江文安先生

名額/對象: 10人/ 本中心會員、2人/本中心護老者或本中心駿薈會員

費用: \$60(本中心會員)、\$80(本中心護老者或本中心駿薈會員)

參加辦法: **5月6日**起親臨中心報名

備註: 請學員自備保溫盒兩個, 每堂的鑊及湯, 分發給組員帶回家品嚐。

健康生活推廣

(負責職員: 姚姑娘)

(活動編號: 2526-0045)

中心全體職員及親善大使在此祝賀

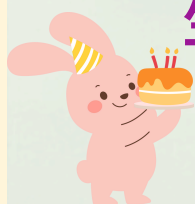
5

月生日之長者會員

生日快樂, 身體健康, 生活愉快!

歡迎壽星於5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。



愛民FunFun生日活動



變變變

(第一季) 為與4至6月生日會員慶祝

請出示會員証

壽星優惠1：可優先在 **5月6日起** 到本中心報名
以下 "二選一" 之生日活動。

壽星優惠2：#可以享有一次優先期，同時為另一位會員報名。
#參加生日活動，額外贈送生日禮物。



公開報名：非壽星會員可於5月13日起到中心報名，額滿即止。

戶外旅行篇

日期：5月28日(星期三)

負責職員：許姑娘、莫姑娘
活動編號：2526-0069

集合：上午8:45 本中心404室
行程：上午-遊覽將軍澳單車館公園
中午-沙田帝都酒店享用自助午餐、抽獎
名額：40位 (最少25人才成團)
費用：\$240(4至6月生日會員)
\$260(非生日會員)
\$300(駿薈會員/護老者*必須與被照顧者壽星會員一同出席)



報名前須知：

- 1.是次旅行需要劃位;
- 2.自助午餐以4人一枱;
- 3.如希望與相熟會員在車上“一同坐”及“同一席”，必須先自行組合，在報名當日揀車坐位，一經收費後，恕不作調動。

(截止報名：5月23日)

備註：

- 1.上午行程步行約1-2小時，不適宜輪椅代步及四腳架使用者，參加者須衡量個人身體狀況。
- 2.如活動當日遇惡劣天氣，將會在改期，職員會個別通知。
- 3.活動如有任何變動，當日以職員安排為準。

不一樣的生日戶外旅行篇：全年度將會舉行四次，如餐廳調升收費，行程及活動費用或會調節。



有旅遊車
來回接送，
直接拎住
禮物返屋企。

室內遊戲篇

日期：6月12日(星期四)

負責職員：許姑娘
活動編號：2526-0070

時間：上午10:00 - 11:00
地點：404室
內容：遊戲、大抽獎、輕食茶點
名額：24位
費用：\$30(4至6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))



(截止報名：6月6日)



歡樂茶聚~醬汁素鱈糊

(負責職員:許姑娘)
(活動編號:2526-0022-B)

日期: **5月20日(星期二)**

時間: 下午2:45-3:45

地點: 本中心404室

內容: 老友記歡聚一番, 品嚐義工精心炮製素食鱈糊, 配菜肉包。

名額/對象: 30位/本中心及駿薈會員、*護老者(*與被照顧者一同參加)

費用: \$25(本中心會員)/ \$30(駿薈會員及護老者)

備註:

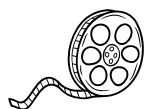
- 1) 食物可能含有致敏成份, 參加者報名前請衡量個人體質。
- 2) 接受1+1報名;
- 3) 此為輕食份量, 食物只可堂食, 不可取走;
- 4) 活動不設退款或轉贈。

參加辦法: **5月6日**起到中心報名

圖片只供參考



環保小獎勵:
參加者當日使用自備「熱飲杯」,
即場可獎賞多一杯“指定份量之飲品”。



有溫度的電影約會~虎度門

(負責職員:許姑娘)
(活動編號:2526-0023-B)

日期: **5月21日(星期三)**

時間: 上午9:30-11:00

地點: 本中心509室

內容: 透過觀賞電影, 讓大家歡度愉快的上午。

名額/對象: 30位/本中心及駿薈會員

費用: \$5(本中心會員)/ \$7(駿薈會員)

備註: 1)活動不設退款或轉贈。

2)凡參加活動送贈零食。

參加辦法: **5月6日**起到中心報名



主要演員: 蕭芳芳、袁詠儀、
陳曉東、鍾景輝

劇情介紹

粵劇名伶冷劍心(蕭芳芳飾)為了把粵劇現代化, 請來林導演加入百老匯元素, 受到保守派排斥。另一方面, 劍心的丈夫決定移民, 劍心和女兒珊珊反對, 而女兒又被懷疑有同性戀傾向, 家人關係更加惡化。此時劍心在廿二年前於南洋誕下的私生子竟然出現眼前, 還跟劇團新進花旦葉玉霜相戀.....

1996年作品
片長: 99分鐘

~「粽」有新「煮」意~

(負責職員:許姑娘)
(活動編號:2526-0071)

日期: **5月27日(星期二)**

時間: 下午2:00-4:00

地點: 本中心404室

內容: 義工講解與示範, 處理粽葉、餡料及包粽技巧, 製作較健康的粽。

名額/對象: 10位/本中心及駿薈會員

費用: \$40(本中心會員)/ \$46(駿薈會員)

備註:

- 1) 食材可能含有致敏成份, 參加者報名前請衡量個人體質。
- 2) 煮熟粽大約2小時, 包完粽子後, 參加者需要取回家自行煲煮。
- 3) 製成品是細粽重量約100-120克(煮熟後), 參加者可製作3-4隻。
- 4) 活動不設退款或轉贈。

參加辦法: **5月6日**起到中心報名

粽子餡料包括:
糯米、紫米、綠豆衣、
紅豆、眉豆、鹹蛋黃、
蝦米、元貝、豬肘肉



包粽子



5月開心卡拉OK

(負責職員:謝先生)

(活動編號:2526-0037-B)

日期: **5月6日(星期二)**、**5月13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/本中心會員、2人/駿薈會員

費用: \$10 (本中心會員)、\$15 (本中心駿薈會員)

參加辦法: **4月30日**起到中心報名。

- 備註:
1. 義工會於活動開始前協助佈置場地;
 2. 活動場地最早開放時間為:活動開始前15分鐘(即:下午1:45);
 3. 參加者需自行填寫自己名字,不得代寫;
 4. 歌唱順序按照寫名次序決定;
 5. 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;
 6. 參加者人數上限: 12人(義工除外);
 7. 為尊重個人私隱,活動過程中,參加者不得擅自錄音及錄影。

月訊"大"遊戲!

填字遊戲玩法:

1. 按提示配上適當的詞語或成語;
2. 填對三個即可獲獎。

由上至下

1. 像鴻鵠振翅千里的壯志,比喻志向遠大。
2. 指吸取過去的經驗教訓,作為今後行事的依據。
4. 比喻一群人中缺乏領導者。
6. 指在上位的人怎樣做,下屬便效法跟著做。

由左至右

2. 指以前獲得的成果,全部廢棄。
3. 指吸取過去的經驗教訓,作為今後行事的依據。
5. 指資歷淺的人,反而超前身居上位。
7. 指空有才能,卻沒地方或機會施展。

1.		2.					
	3.						
		4.		5.		6.	
7.							



護老者支援服務及活動



5月護老健康講座「傷口的護理」

(負責職員: 謝先生)

(活動編號: 2526-0059)

日期: **5月8日 (星期四)**

時間: 上午9:30-10:30

地點: 本中心404室

內容: 由衛生署講員分享為長者處理傷口的不同方法、正確清洗傷口的技巧, 以及講解傷口受感染的徵狀及即時處理的方法。

名額/對象: 15人/本中心護老者、10人/本中心會員及駿薈會員

費用: 全免

參加辦法: **即日**起致電或到中心報名。

5月護老家庭樂聚日

(負責職員: 周先生、楊姑娘)

(活動編號: 2526-0060)

日期: **5月17日 (星期六)**

時間: 上午9:15-下午4:00

地點: 馬鞍山公園、西貢獅子會自然教育中心及西貢市中心

內容: 遊覽馬鞍山公園、西貢獅子會自然教育中心及西貢市中心, 中午於馬鞍山廣場享用泰式午膳。

名額/對象: 3至4戶 / 本中心護老者及長者
(行動不便或使用輪椅長者優先)

費用: \$70 /人

參加辦法: **4月30日**起致電或到中心登記。
(收到負責職員聯絡方確定成功報名)

備註: 護老者及長者須一同出席活動



護老加油站 - 減壓無煩惱

(負責職員: 周先生)

(活動編號: 2526-0061)

日期: **5月30日 (星期五)**

時間: 上午9:00-10:30

地點: 本中心509室

內容: 透過各種放鬆練習及一起享用茶點, 讓護老者可以放鬆身心、享受寧靜時光, 及紓緩照顧壓力。

名額/對象: 本中心護老者10人 費用: 全免

參加辦法: **4月30日**起致電或到中心報名。



愛民長者鄰舍中心-護老者服務
WhatsApp 群組



加入「護老者服務 - 訊息廣播群組」

現誠邀各位護老者加入本中心的『護老者服務訊息廣播群組』, 以收取最新的服務資訊及活動宣傳。

如有興趣加入群組, 可按照以下方法:

1) 於智能電話的通訊錄內新增以下中心手機號碼:

9222 3543 或掃描左方的二維碼以新增聯絡人

2) 儲存後, 請於WHATSAPP向手機號碼(9222 3543)發送以下訊息便可:

「我是護老者XXX(姓名), 想加入護老者服務廣播群組」

如有任何疑問, 可向護老者服務社工周先生或楊姑娘查詢。



♥ 護老者支援服務及活動 ☆

護動抱「普」身心Zone小組

(負責職員: 楊姑娘)
(活動編號: 2526-0063)

日期: **5月16日至6月27日 (逢星期五)**

日期	時間	地點/內容
5月16日	下午2:00-3:30	509室/普拉提運動
5月23日	上午9:30-1:00	香港仔水塘行山
5月30日	下午2:00-3:30	509室/普拉提運動
6月6日	下午2:00-3:30	南昌公園/大自然活動
6月13日	下午2:00-3:30	509室/普拉提運動
6月20日	下午2:00-3:30	南昌公園/大自然活動
6月27日	下午2:00-3:30	509室/普拉提運動



訓練全身核心肌肉
改變姿勢、改善痛症

1. 普拉提教練帶領進行普拉提運動
2. 身體覺察及鬆弛練習
3. 香港仔水塘行山
(路程約1.5小時完成)
4. 南昌公園進行大自然療癒活動



名額/對象:

本中心護老者 6人 (公開報名)

本中心有需要護老者 6人 (社工個別邀請)

費用: \$200 (原價\$240)

參加辦法: **4月30日**起親臨中心報名

照顧周到Carer Zone-日式麵包造型體驗

(負責職員: 楊姑娘)
(活動編號: 2526-0066)

日期: **6月9日 (星期一)**

時間: 上午11:00-下午3:00 (上午10:00於何文田地鐵站集合)

地點: 秘密花園 (觀塘駿業里8號世貿大廈402室)

內容: 帶領護老者於「秘密花園」製作兩款造型麵包, 享受悠閒放鬆的一天, 提升自我關懷的意識, 並擴闊社交圈子。

名額/對象: 本中心護老者 6人 (公開報名)

本中心有需要護老者 6人 (社工個別邀請)

費用: \$175 (原價\$250)/包導師費及材料費

參加辦法: **5月6日**起親臨中心報名

備註:

1. 每人帶走 6 個親手製作的麵包 (請自備食物盒)
2. 「秘密花園」會提供期間限定精美午餐 (自由捐獻)
3. 前往活動地點交通自費



認知障礙症支援服務

認知障礙症資源分享

負責職員：黃姑娘

活動編號：2526-0064

日期：**5月10日(星期六)**

時間：上午10:00-11:00

地點：本中心509室

內容：分享香港認知障礙症服務、

增加參加者對認知障礙症資源的認識，

以及提升參加者對認知障礙症長者的關注，

及早安排或制定照顧計劃。

名額/對象：20人/本中心會員、駿薈會員及護老者

費用：全免

參加辦法：**即日**起致電或親臨中心報名。



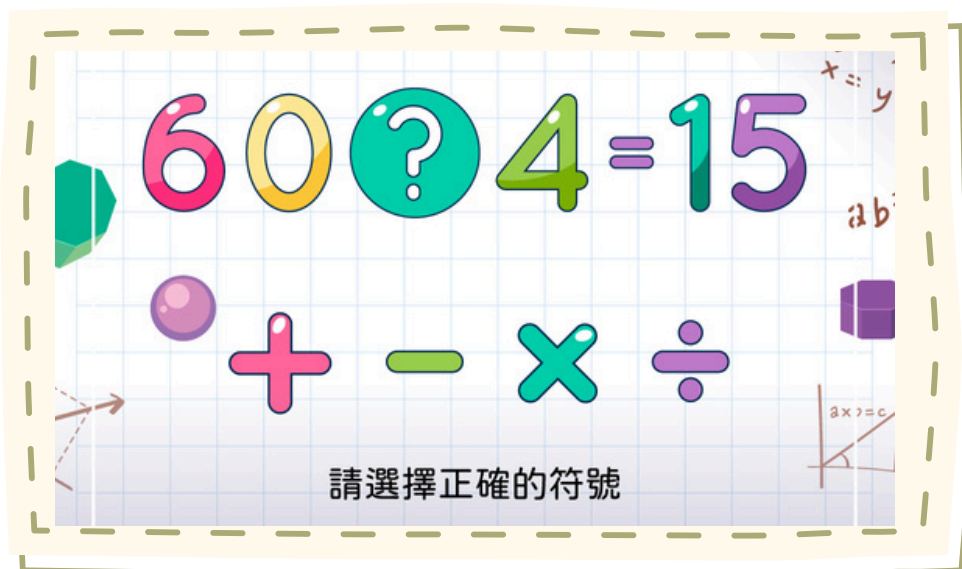
健腦小遊戲

各位精明的老友記，又到考考你們的計算能力及大腦邏輯判斷力的時候啦！

★ 遊戲玩法

根據圖中的數學題，在下方選擇正確的 **+** **-** **×** **÷** 符號。

經常玩腦力遊戲，平時再來中心參加不同社區活動，維持腦部活動！



$$15 = 60 \div 4$$

孝景



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。

義工服務及活動

活動名稱	日期	時間	內容及備註	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。	黃姑娘 陳先生
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	每月一次	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	陳先生
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

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
門球同樂	5月8、22日 (隔星期四)	下午 1:30-3:00	由義工教授門球技巧。	朱先生	全免/ 中心會員	10人
滾球同樂	5月15、29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
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。	莫姑娘	\$20/ 中心會員	19人
大雁拍打 健身功	逢星期一 (逢月會暫停)	下午 2:15-3:15	由義工帶領進行十式大雁拍打健身功。	朱先生	\$20/ 中心會員	22人

健體會所開放安排



開放時段

逢星期一至五

1

8:55-9:45

2

9:55-10:45

3

10:55-11:45

4

11:55-12:45

可供使用健體器材

肩梯、拉手繩、平衡板、踏級、
健身單車、腳踏單車、手部訓練單車、
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。

由五月二日起，
「健體會所」將會實施
報名收費，詳情如下：



報名詳情



報名日期：逢星期五

(如遇上公眾假期，則於前一個工作天進行報名)

對象：本中心會員 / 駿薈會員

每節收費：\$5 (不設退款)

可預約時段：未來一星期開放時段

報名方法：1 到中心繳費報名 或

2 報名日(星期五)致電中心留位，並須即日繳費確認，
否則視為放棄，該名額則於翌日開放接受繳費報名。

如同一星期內，
成功報名「五節」，
則自動豁免一節費用。
(即獲得優惠，以「\$20」
預約五節運動時段)

備註

**留位只限報名日(星期五)

1. 如遇上惡劣天氣或特殊情況，健體會所因而暫停開放，已繳費用及報名節數將順延處理，唯不設優先報名權，參加者須循正常報名程序(致電或到中心)預約時段；
2. 如需取消留位或已報名時段，請儘早通知，善用資源；
3. 倘若有空缺時段，可於中心辦公時間內到中心繳費報名；
4. 即使有參加者缺席，恕不設即場替補 (即不設執雞機制)；
5. 每人每次只限替一位參加者報名。
6. 每節時段最多10人。



活動地點：
本中心509室
負責職員：黃姑娘



大家有沒有發覺中心近來多了一團一團的人來中心，
到底是什麼來的？

導賞團是什麼？



計劃旨在愛民邨傳播正確和正面的歷史資訊，配合居民的親身經歷及青年人的目光去解說社區歷史；同時，透過導賞員的角色，讓 MCI 長者與社區人士互動，以不同角度了解 MCI 長者，推動社區人士以行動關心和了解愛民邨的 MCI 長者；計劃亦連結本區大學「香港都會大學」與 MCI 長者共同設計導賞團，以行動及關愛共建認知友善社區。

導賞團做什麼？

1. 中心集合
2. 介紹智愛耆耆認知友善計劃
3. 介紹導賞團
4. 介紹愛民邨
5. 由義工領袖帶領出發
6. 參觀各景點(合照留念)
7. 回程到中心
8. 分享與回饋，紀念品

1-4，20分鐘

5-7，70分鐘

8，30分鐘



內容相當豐富又吸引！
全程由長者及大學生主理活動！

導賞團由什麼人組成？

請選其中一個答案

A MCI長者及義工領袖

B 香港都會大學學生

C 愛民長者鄰舍中心

D 以上皆是



活動花絮



主辦機構：



合作夥伴：



香港都會大學
HONG KONG
METROPOLITAN
UNIVERSITY

資助：



說參加「導賞團」呢？

讓譚姑娘和何姑娘跟大家介紹一下！



導賞團去哪兒？



原來愛民邨是這麼有特色，長幼搭配講解更令導賞團昇華了！

路線由長者及大學生親自設計！



這是我們的導賞團團隊！！



總幹事林生及部門主管陳生也有參加~



想讓更多人認識愛民邨的美及長者的能力！



我們已經開團了，陸續有來！敬請期待！



智愛耆織

認知友善社區計劃



社區投資共享基金
資助計劃
充滿人情味的基金



耆織・啟航活動日7

(負責職員: 何姑娘)
(活動編號: 25052281)

日期: **5月22日(星期四)**

時間: 下午2:30-3:30

地點: 本中心509室

內容: 一班有學習障礙的學生想突破成長, 渴望有祖父母的關懷。現誠邀你一齊參加活動, 連結長幼一齊玩遊戲贏獎品, 一起來吧!

名額/對象: 20名/本中心會員

費用: 全免

參加辦法: **4月30日**起致電或到中心報名

備註: 參加者可獲豐富禮物一份。

活動花絮



「非理」所想正向
工作坊_250403



一齊製作情緒急救錦囊

教育及發展活動

英語會話班(4月-6月)

日期：**4月25至6月27日(星期五)**

時間：上午10:00-11:30

地點：本中心404室

內容：導師教授參加者英文單字、朗讀短篇英文文章，學習歌唱簡單英文歌曲作練習。

名額/對象：15人(本中心及駿薈會員)

費用：\$60(本中心會員)、\$70(本中心駿薈會員)

參加辦法：

1)上一期班組出席率達70%或以上的學員，可於

4月1日起優先報名；

2)新生可於**4月8日**起報名。

(負責職員: 莫姑娘)

(活動編號: 2526-0036)



好好人生-宋詞賞樂園(5月)

日期：**5月16日(星期五)**

時間：上午10:00-上午11:00

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人/本中心會員、本中心駿薈會員

費用：\$15 (本中心會員)、\$20本中心駿薈會員)

參加辦法：**5月6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。

(負責職員:朱先生)

(活動編號:2526-0072)

成人教育資助計劃 (負責職員:朱先生)

中國語文及文學高班

日期：**5月16日-7月18日**

(逢星期五)(共十課)

時間：下午1:45-3:15

地點：本中心404室

內容：學習中國語文以及文學基礎知識。

名額：16人

對象：本中心會員及駿薈會員

費用：\$30

普通話會話延續班

日期：**5月16日-7月18日**

(逢星期五)(共十課)

時間：下午3:20-4:50

地點：本中心404室

內容：學習基礎普通話日常用語以及應用。

名額：16人

對象：本中心會員及駿薈會員

費用：\$30

長者智能延續班

日期：**6月2日-8月4日**

(逢星期一)(共十課)

時間：上午9:00-11:00

地點：本中心404室及509室

內容：學習智能手機的各類操作及應用技巧。

名額：16人

對象：本中心會員及駿薈會員

費用：\$30

即日起可致電或到中心
登記抽籤，截止登記
日期：**5月7日下午5時。**
(請提供姓名、有效會員編號)

(二)進行抽籤
5月9日下午**2:00**
在本中心**403室**
進行抽籤

(三)公佈結果
抽籤結果將於
5月12日中午**12:00**
張貼於**403室**報告板
(請致電/中心查詢)

(四)取確認票
中籤者請於**5月14日**前
到中心報名。
(逾期作棄權，由後備補上。)

備註：

- 1) 此活動「由勞工及福利局資助」；
- 2) 參加者必須最少出席八堂或以上：以上三班活動將會進行抽籤
- 3) 課程內容已張貼於中心，課程內容會因應同學進度而有所調整。

「第八屆寶刀未老長幼電競賽」 活動花絮

感謝我們楊震愛民第一隊電競隊誕生，並於4月5日成功完成賽事得到優異獎，隊員勇於嘗試、努力不懈、迎難而上的精神好值得我地學習！



愛民電競隊大合照



《活動報名須知及退款安排》

(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，但需要提供其會員證號碼及姓名等資料。
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。



加入「訊息廣播群組」

會員如想收取中心通訊、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」



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。



颱風及暴雨訊號警告下之服務及活動安排

備註：「✓」活動照常、「X」活動取消

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)
 T1	✓	✓	視乎天氣情況、活動地點、路面情況而定	✓
 3	✓	X	X	X
 8 八號風球 正熱帶氣旋	X (註1)	X	X	X

*：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。

活動報名選單

報名日期	活動名稱	活動編號(✓)	到時見
即日	5月護老健康講座「傷口的護理」	2526-0059	
	5月月會「眉精眼企防騙分享會」	上午：2526-0067-A 下午：2526-0067-B	
	「智」精神工作坊 智能電話班 x 精神健康講座	2526-0068	
	認知障礙症資源分享	2526-0064	
4月30日	5月護老家庭樂聚日	2526-0060	
	護老加油站 - 減壓無煩惱	2526-0061	
	護動抱「普」身心Zone 小組	2526-0063	
	5月開心卡拉OK	2526-0037-B	
	水中復康運動班活動簡介講座(1)	2526-0053	
	耆織·啟航活動日7	25052281	
5月6日	一餸一湯簡易煮法	2526-0045	
	歡樂茶聚~醬汁素鱈糊	2526-0022-B	
	有溫度的電影約會~虎度門	2526-0023-B	
	「粽」有新「煮」意	2526-0071	
	愛民FunFun生日活動-戶外旅行篇 愛民FunFun生日活動-室內遊戲篇	2526-0069 2526-0070	二選一
	好好人生-宋詞賞樂園(5月)	2526-0072	
	照顧周到Carer Zone-日式麵包造型體驗	2526-0066	



人事消息

事務員劉月容
於4月14日到職。

Welcome!

服務質素標準14

服務單位尊重服務使用者保護私隱和保密的權利

在可行的情況下，服務單位備有確保個別服務使用者私隱與尊嚴得到尊重的政策及程序，並可供服務使用者、職員及其他關注人士閱覽。

服務質素標準
知多啲