



仁愛堂吳金玉紀念長者鄰舍中心



2024年(4月)第二次活動通訊

長者會員登記

本中心現正招收新長者會員，歡迎60歲或以上長者參加。



費用：\$21 (全年)

參加辦法：攜帶身份証親臨本中心登記

入會時段：星期一至五上午9時

至下午4時30分(星期六暫停)

(如有需要,中心可考慮收納55-59歲的人士成為會員)

護老者會員登記

歡迎需為長者(六十歲或以上)提供照顧的護老者(18歲或以上人士)，向中心職員登記成為護老者會員



* 費用全免 *

義工登記

目的：推廣老有所為的精神、倡導關懷長者及敬老、護老的社會風氣

內容：* 探訪獨居及有需要長者 * 義工訓練 * 各類型義務工作 * 費用全免*

[歡迎屯門社區人士參加]



長者外展服務

為區內長者提供外展支援服務，加強他們對社區資源的認識。

對象：-屯門區內年滿60歲 或 60歲以上長者；

-沒有接受社區支援服務。



中心二維碼



Facebook



網頁



YouTube

中心開放時間：

逢星期一至六

上午8:30 至 下午5:00

* 全日開放 *

星期日及公眾假期休息

愛心義工團訓練

待定

例會時間表

松柏組(星期四)	快樂組(星期四)
上午9:15	下午2:00
4月25日	4月25日
5月9日	5月9日

中心地址:屯門三聖邨豐漁樓地下第二號亭

電話：2452 2790

傳真號碼：2452 4135

電郵地址：nec3@yot.org.hk

凡已滿一年會籍之會員，請攜帶會員證及\$21到中心換領新會員證



星期一		星期二		星期三	
22 十四	<p>9:00 球、棋玩翻餐 9:00 健康天地 9:15 健體運動班-太極 10:00 輕鬆記憶訓練 10:15 新興運動訓練班</p> <p>14:00 資訊科技諮詢站 14:00 健康舞班 14:30 腦玩童魔力橋練習班 15:00 e健樂-齊齊玩樂器 15:00 舞蹈大使</p>	23 十五	<p>9:00 球、棋玩翻餐 9:00 健康天地 9:15 齊齊鬆一鬆 10:30 智叻腦朋友</p> <p>14:00 資訊科技諮詢站 14:30 腦玩童魔力橋練習班 14:30 桌上遊戲班 15:00 e健樂-營養知多少 15:45 健體運動班-進階太極</p>	24 十六	<p>9:00 球、棋玩翻餐 9:00 健康天地 10:30 樂韻飄飄歌唱團A班 11:45 樂韻飄飄歌唱團B班</p> <p>14:00 資訊科技諮詢站 14:00 長者基於普通話班 14:30 腦玩童魔力橋練習班 14:45 中風與認知障礙症的關係及復健運動</p>
29 廿一	<p>9:00 球、棋玩翻餐 9:00 健康天地 9:15 健體運動班-太極 10:00 輕鬆記憶訓練 10:15 新興運動訓練班</p> <p>14:00 資訊科技諮詢站 14:00 健康舞班 14:30 腦玩童魔力橋練習班 15:00 e健樂-齊齊玩樂器 15:00 舞蹈大使</p>	30 廿二	<p>9:00 球、棋玩翻餐 9:00 健康天地 9:15 齊齊鬆一鬆 10:30 智叻腦朋友</p> <p>14:00 資訊科技諮詢站 14:30 腦玩童魔力橋練習班 14:30 桌上遊戲班 15:00 e健樂-營養知多少 15:45 健體運動班-進階太極</p>	1 廿三	<p>勞動節</p>
6 廿八	<p>9:00 球、棋玩翻餐 9:00 健康天地 9:15 健體運動班-太極 10:15 新興運動訓練班</p> <p>14:00 資訊科技諮詢站 14:00 健康舞班 14:30 腦玩童魔力橋練習班 14:30 e健樂-小手作玩意製作I 15:00 舞蹈大使 15:30 e健樂-小手作玩意製作II</p>	7 廿九	<p>9:00 球、棋玩翻餐 9:00 健康天地 9:15 齊齊鬆一鬆 10:30 智叻腦朋友</p> <p>14:00 資訊科技諮詢站 14:30 腦玩童魔力橋練習班 14:30 桌上遊戲班 15:00 e健樂-營養知多少 15:45 健體運動班-進階太極</p>	8 四月	<p>9:00 球、棋玩翻餐 9:00 健康天地 10:30 樂韻飄飄歌唱團A班 11:45 樂韻飄飄歌唱團B班</p> <p>14:00 資訊科技諮詢站 14:00 長者基於普通話班 14:00 長者體適能測試 14:30 腦玩童魔力橋練習班</p>
13 初六	<p>9:00 球、棋玩翻餐 9:00 健康天地 9:15 健體運動班-太極 10:15 新興運動訓練班</p> <p>14:00 資訊科技諮詢站 14:00 健康舞班 14:30 腦玩童魔力橋練習班 14:30 e健樂-小手作玩意製作I 15:00 舞蹈大使 15:30 e健樂-小手作玩意製作II</p>	14 初七	<p>9:00 球、棋玩翻餐 9:00 健康天地 9:15 齊齊鬆一鬆 10:30 智叻腦朋友</p> <p>14:00 資訊科技諮詢站 14:30 腦玩童魔力橋練習班 14:30 桌上遊戲班 14:30 e健樂-創新運動班I 15:45 健體運動班-進階太極</p>	15 初八	<p>佛誕</p>
20 小滿	<p>9:00 球、棋玩翻餐 9:00 健康天地 9:15 健體運動班-太極 10:15 新興運動訓練班</p> <p>14:00 資訊科技諮詢站 14:00 健康舞班 14:30 腦玩童魔力橋練習班 14:30 e健樂-小手作玩意製作I 15:00 舞蹈大使 15:30 e健樂-小手作玩意製作II</p>	21 十四	<p>9:00 球、棋玩翻餐 9:00 健康天地 9:00 悠閒之旅</p> <p>14:00 資訊科技諮詢站 14:00 長者基於普通話班 14:30 腦玩童魔力橋練習班 14:30 e健樂-創新運動班I</p>	22 十五	<p>9:00 球、棋玩翻餐 9:00 健康天地 10:30 樂韻飄飄歌唱團A班 11:45 樂韻飄飄歌唱團B班</p> <p>14:00 資訊科技諮詢站 14:00 長者基於普通話班 14:30 腦玩童魔力橋練習班 14:30 e健樂-創新運動班II</p>

星期四		星期五		星期六		星期日		
25 十七	<p>例會</p> <p>9:00 球、棋玩翻餐 9:00 健康天地 10:30 護士小貼士</p> <p>14:00 資訊科技諮詢站 14:30 嶺南大學椅子瑜珈班 4A 15:15 開心茶聚 15:45 嶺南大學椅子瑜珈班 4B</p>	26 十八	<p>9:00 球、棋玩翻餐 9:00 健康天地 9:15 鬆一鬆活力大使訓練班 10:00 手作仔研習小組 11:00 書法班 12:00 國畫班</p> <p>14:00 資訊科技諮詢站 14:00 金曲會知音 15:00 新興運動訓練班</p>	27 十九	<p>9:00 球、棋玩翻餐 9:00 健康天地</p> <p>14:00 金曲會知音</p>	28 二十		
2 廿四	<p>9:00 球、棋玩翻餐 9:00 健康天地 9:00 耆樂健康諮詢站 9:30 衛生署講座</p> <p>14:00 資訊科技諮詢站 14:30 嶺南大學椅子瑜珈班 4A 15:15 開心茶聚 15:45 嶺南大學椅子瑜珈班 4B</p>	3 廿五	<p>9:00 球、棋玩翻餐 9:00 健康天地 11:00 書法班 12:00 國畫班</p> <p>14:00 資訊科技諮詢站 14:00 金曲會知音 15:00 新興運動訓練班</p>	4 廿六	<p>9:00 球、棋玩翻餐 9:00 健康天地</p> <p>14:00 金曲會知音</p>	5 廿七		
9 初二	<p>例會</p> <p>9:00 球、棋玩翻餐 9:00 健康天地 9:00 耆樂健康諮詢站 9:15 智醒資訊平台-認識輕度認知障礙症</p> <p>14:00 資訊科技諮詢站 14:30 嶺南大學椅子瑜珈班 4A 15:15 開心茶聚 15:45 嶺南大學椅子瑜珈班 4B</p>	10 初三	<p>9:00 球、棋玩翻餐 9:00 健康天地 9:15 鬆一鬆活力大使訓練班 10:00 手作仔研習小組 11:00 書法班 12:00 國畫班</p> <p>14:00 資訊科技諮詢站 14:00 金曲會知音 15:00 新興運動訓練班</p>	11 初四	<p>9:00 球、棋玩翻餐 9:00 健康天地</p> <p>14:00 金曲會知音</p>	12 初五		
16 初九	<p>9:00 球、棋玩翻餐 9:00 健康天地 9:00 耆樂健康諮詢站</p> <p>14:00 資訊科技諮詢站 14:30 嶺南大學椅子瑜珈班 4A 15:15 開心茶聚 15:45 嶺南大學椅子瑜珈班 4B</p>	17 初十	<p>9:00 球、棋玩翻餐 9:00 健康天地 9:15 鬆一鬆活力大使訓練班 10:00 手作仔研習小組 10:30 護老支援天地:悠閒咖啡工作坊 11:00 書法班 12:00 國畫班</p> <p>14:00 資訊科技諮詢站 15:00 新興運動訓練班</p>	18 十一	<p>9:00 球、棋玩翻餐 9:00 健康天地</p> <p>14:00 金曲會知音</p>	19 十二		
23 十六	<p>例會</p> <p>9:00 球、棋玩翻餐 9:00 健康天地 10:30 護士小貼士</p> <p>14:00 資訊科技諮詢站 14:30 嶺南大學椅子瑜珈班 4A 15:15 開心茶聚 15:45 嶺南大學椅子瑜珈班 4B</p>	24 十七	<p>9:00 球、棋玩翻餐 9:00 健康天地 9:15 鬆一鬆活力大使訓練班 10:00 手作仔研習小組 11:00 書法班 12:00 國畫班</p> <p>14:00 資訊科技諮詢站 14:00 金曲會知音 15:00 新興運動訓練班</p>	25 十八	<p>9:00 球、棋玩翻餐 9:00 健康天地</p> <p>14:00 金曲會知音</p>	26 十九		

認知障礙症支援服務推介

智醒資訊平台：認知評估（24年4-6月）

日期：2024年4-6月

地點：中心/電話

對象：中心會員/社區人士

內容：如有記憶困擾的長者，可透過認知評估，讓參加者更了解自己的情況，如有需要再作跟進

負責職員：馮先生

備註：請先致電或親臨中心登記，職員會再聯絡



智醒資訊平台 – 認識輕度認知障礙症

日期：2024年5月9日(星期四)

時間：上午9:15-9:45分

地點：滿漁樓禮堂

費用：全免 名額：15名

對象：中心會員 / 社區人士

內容：透過向參加者分享輕度認知障礙症定義、成因、簡單測試問題及預防演變為腦退化症之小錦囊，以建立認知友善、關愛的社區。

負責職員：梁姑娘

備註：是次活動於當日上午例會前進行，故不用報名。



護老者支援服務推介

護老支援天地:悠閒咖啡工作坊

日期：2024年5月17日(星期五)

時間：上午10:30-11:30

地點：豐漁樓禮堂

對象：有需要護老者

名額：8人

內容：一起製作手製品，體驗沖咖啡和花茶，享用美味咖啡和糕點，享受悠閒一刻。

費用：免費

負責職員：葉姑娘

備註：請先致電或親臨中心登記，職員會再聯絡



中心班組推介

賽馬會「e健樂」電子健康管理計劃(第三期)

創新運動班 I (2024年4-6月) - 飛鏢班

日期: 14/5, 21/5, 28/5, 4/6 (逢星期二)

時間: 下午2:30 - 3:30 地點: 滿漁樓禮堂

費用: 全免 名額: 15名

對象: 本中心「e健樂」(第三期)長者會員

內容: 由教練帶領飛鏢活動, 讓本中心「e健樂」長者會員訓練肌肉力量, 以及手眼協調的能力。 負責職員: 黃姑娘

備註:

1. 截止報名日期: 5月4日
2. 如每班報名人數超過15人, 將會進行抽籤。
3. 抽籤日期: 5月6日下午2時30分。
4. 中籤名單公佈日期: 5月7日。

請親臨中心報名, 不接受電話報名。

賽馬會「e健樂」電子健康管理計劃(第三期)

創新運動班 II (2024年4-6月) - 柔力球

日期: 22/5, 29/5, 5/6, 12/6 (逢星期三)

時間: 下午2:30 - 3:30 地點: 滿漁樓禮堂/ 近滿漁樓籃球場

費用: 全免 名額: 15名

對象: 本中心「e健樂」(第三期)長者會員

內容: 由教練帶領柔力球活動, 讓本中心「e健樂」長者會員訓練關節的柔韌性, 以及手眼協調的能力。 負責職員: 黃姑娘

備註:

1. 截止報名日期: 5月4日
2. 如每班報名人數超過15人, 將會進行抽籤。
3. 抽籤日期: 5月6日下午2時30分。
4. 中籤名單公佈日期: 5月7日。

請親臨中心報名, 不接受電話報名。



中心活動推介

悠閒之旅

日期：2024年5月21日(星期二)

時間：上午9時至下午5時

行程：

上午~~前往參觀綠在屯門及參加工作坊遊戲

午膳~~流浮山海景酒家(美味海鮮鮑魚餐)

下午~~遊覽元朗朗屏士多啤梨園

費用：中心長者會員\$138

名額：58人 負責人：劉姑娘

備註：

1)參加者每人須自備 1 升至 2 升膠樽一個(*保留樽蓋及去除招紙)

2)需於活動當日攜帶中心帽出席。

參加者一經報名，不可擅自轉讓參加權予別人，除非有後備補上，否則繳款後因事退出，所繳交之費用恕不發還。

3)報名時請出示有效會員證。



絲苗白飯

郊外油菜

菠蘿生炒骨

白切雞

蒜蓉蒸茄子

蒜蓉粉絲蒸元貝

清蒸鮮鮑魚

清蒸海上鮮

白灼海生蝦

△菜譜▽

*請親臨中心報名，不接受電話報名。

耆樂健康諮詢站(24年5月)

日期：2024年5月2日(星期四)-----健康檢查及諮詢
2024年5月9日(星期四)-----健康檢查及諮詢
2024年5月16日(星期四)-----健康檢查及諮詢

時間：上午9時至11時半

地點：本中心-豐漁樓地下涼亭

名額：每日最多20人

費用：免費

內容：長者可參加量血壓、驗血糖服務及檢查身體成份分析，同時可向註冊護士查詢用藥情況、身體健康狀況等問題。

請親臨中心報名，不接受電話報名。

健體運動毛巾操 5月

日期：2024年5月24日（星期五）

時間：A班：下午1:15 - 3:00/

B班：下午3:15 - 5:00

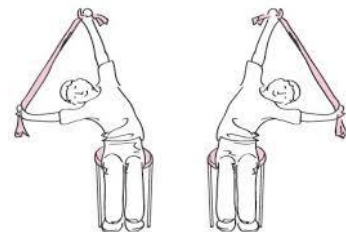
只可報其中一班

地點：本中心－滿漁樓

對象：本中心長者會員

名額：每班20人

內容：由康文署的專業教練親臨本中心教授強身毛巾操。



請親臨中心報名，不接受電話報名。

中心活動推介

球、棋玩翻餐 2024年4-6月

日期：2024年4-6月

時間：上午09:00至下午4:45 (中心開放時間)

地點：本中心－豐漁樓 費用：免費

名額：每時段最多12人

對象：中心會員

注意事項

1.請保持地方清潔

2.使用完畢，須協助清潔

3.以先到先得形式進行

請親臨中心報名，不接受電話報名。



長者體適能測試 (2024年5月)



日期：2024年5月8日(星期三)

時間：下午2:30-3:00 或
下午3:00-3:30 或
下午3:30-4:00

只可選其中一個時段

地點：滿漁樓禮堂及活動室

費用：全免

對象：中心會員

名額：20人(每時段約5-8人)

內容：

由健康大使協助進行各項體適能測試，包括量血壓、上肢肌耐力、手眼協調、下肢柔軟度、平衡力、敏捷度)，完成後會由義工講解其測試結果。

負責職員：梁姑娘



賽馬會「e健樂」電子健康管理計劃(第三期) 會員招募

日期：2024年4月 - 2025年3月

時間：本中心開放時間

地點：本中心

對象：1)60歲或以上之中心長者會員 及
2)未曾在其他機構登記「e健樂」計劃(第三期)會籍

費用：全免

內容：會籍登記及進行健康問卷評估

備註：

- 1.每位長者只可登記一間機構
- 2.凡有意參加「e健樂」計劃(第三期)活動之長者會員，均需登記成為「e健樂」計劃(第三期)會員。

負責職員：梁姑娘、黃姑娘

參加者將獲贈
紀念品一份!! 😊

「惜食」熱餐派發計劃 仁愛堂吳金玉紀念長者鄰舍中心 合辦 「惜食堂」社區中心



派發時段：逢星期一至五(上午11時30分開始)

派發地點：本中心-豐漁樓涼亭

對象：本中心-長者會員(60歲或以上)

費用：免費

內容：派發午餐或其他物品(如有)

負責職員：張姑娘



有興趣參加者，請與中心職員聯絡查詢。

中心活動推介

資訊科技諮詢站(2024年4-6月)

日期：2024年4-6月(星期一至五)

時間：下午2:00-4:00

對象：中心會員/護老者會員/義工會員

負責職員：莫先生、劉姑娘、李先生、溫先生

地點：本中心-豐漁樓地下 費用：全免

內容：解答參加者對電話使用上的問題。

桌上遊戲借用服務

時間：上午9:00-4:30

對象：中心會員/護老者會員/義工會員

內容：會員可親臨中心借用不同桌上遊戲在家玩樂，可訓練不同的能力之餘亦可增加樂趣。由借用當日起，每次借用期為7天，最多可續借一次，為期7天。如需續借，可於到期日或之前致電或親臨中心續借。

備註：如借用者未有在指定日期前歸還，中心將收取罰款，每套玩具每天1元。 負責職員：馮先生

請親臨中心借用玩具

健康天地(2024年4-6月)

日期：2024年4-6月

時間：上午9時至下午5時(中心開放時間)

地點：本中心-豐漁樓

對象：中心會員 費用：免費

內容：會員可自行使用各健體器材，每次只限15分鐘，需由職員或當值義工代為開啟，不可擅自啟動。

負責職員：莫先生

參加者使用健身器材前後都需要先量度血壓，避免身體不適

中心活動推介

金曲會知音2024年4-6月

日期：2024年4月至6月(逢星期五及六)

時間：下午2時-下午5時 對象：中心會員

內容：以歌會友，擴闊社交圈子。

費用：下午2:00至5:00 (收費\$10) ** 沒有套票 **

以卡啦OK形式唱出自選歌曲：

- 1.唱歌均需付款。
- 2.每位歌唱者唱歌時間不多於5分鐘。
- 3.每位歌唱者揀選以金曲為主。

名額：15名

地點：本中心-豐漁樓禮堂

備註：1.每次最少四人才開始活動。

2.每位歌唱者如要抽籤，請於當日下午1時45分之前購票。

3.禮堂只能容納固定坐位14位唱歌者，其餘歌唱者請移步到大堂等待。

開始日期：2024年4月5日(星期五) 負責職員：張姑娘

請親臨中心繳費報名。

開心茶聚2024年4-6月

日期：2024年4-6月(逢星期四)

時間：下午3:00至5:00

地點：本中心-豐漁樓禮堂

費用：茶聚每位\$12元(一碗) ** 套票\$70(6次) **

對象：中心會員

內容：以茶聚形式，擴闊社交圈子。



5月2日西茶

5月9日木瓜雪耳湯

5月23日紅蘿蔔南瓜粥

5月16日腐竹雞蛋糖水

5月30日生菜餃子

備註：1. 每次最少10人才開始活動

2. 名額有限，報名從速。

*接受電話報名作實，單次購票參加者需於活動當日11時之前交費。套票者亦需於活動當日11時之前親臨中心登記。

義工活動推介

義工當值大使 義工招募

目的：透過參與成為當值大使，能夠善用閒暇，充實自己，發揮義工精神，服務社會。

內容：歡迎及協助會員，關顧新會員使用中心的設施及注意事項，有需要時會解答中心會員簡單查詢等。

對象：長者會員/護老者會員

費用：全免

服務時間：中心開放時間



➤有興趣參加的老友記，請致電或親臨中心向胡姑娘查詢

快快成為當值大使! 中心需要你!

◆當值義工達到指定服務時數可換領小禮物。

健康大使 義工招募

目的：定期增加自身對健康資訊的認識之餘，同時協助中心之健康服務/活動當中。

內容：協助「e健樂」量血壓、長者體適能活動及於例會前向中心會員分享健康訊息/簡單運動等。

對象：中心義工

費用：全免

備註：如有興趣成為健康大使，請與梁姑娘聯絡。

智醒大使 義工招募

目的：智醒大使可以認識更多認知障礙症資訊，主要協助推行中心認知障礙症服務，例如宣傳街站，小組和活動等

內容：定期義工聚會，協助中心推行不同的認知障礙症服務

對象：中心義工 **費用：**免費

備註：如有興趣成為智醒大使，可聯絡馮先生。



中心義工組



義工組名稱	內容簡介	負責職員
智叻長門人大使	協助推廣智能儀器及設施	莫先生
舞蹈大使	以音樂配合健康舞，以達致強身健體功效。(只供舞蹈大使組員參加)	張姑娘
茶聚大使	協助商討茶聚餐單	張姑娘
健康大使	定期聚會、商討量血壓、體適能活動、「健康大地」安排及定期檢討	梁姑娘
活力大使	協助中心推行「齊齊鬆一鬆」活動	劉姑娘
「愛有明天」大使聚會	協助中心推行關懷獨居長者活動，例如：上門探訪、電話慰問及健康生活推廣。	梁姑娘
中心服務關社組	關注中心事宜以及社會議題，現正招募義工加入。	葉姑娘
「義能量」長者外展隊	協助中心推行關懷隱閉長者活動	梁姑娘
智醒大使	協助中心推行認知障礙症活動。	馮先生
護老大使	協助中心推行關懷護老者活動，現正招募義工加入。	胡姑娘
關懷大使 (第一、二組)	協助中心籌劃及推行迎新會、探訪老人院、幼稚園等活動。	梁姑娘
義工當值小組	於中心開放時當值以提供協助，現正招募義工加入。	胡姑娘
戶外安全大使小組	協助中心於戶外活動時看顧長者的安全及秩序等。	劉姑娘

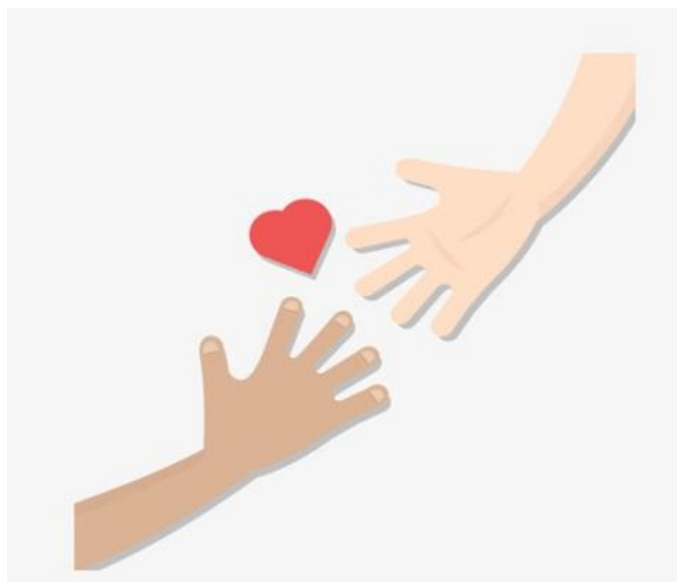
集會日期及時間因應不同小組情況而定，負責職員會另行通知。



課程名稱	上課日期	上課時間	堂數	收費	名額	內容	開始報名日期
輕鬆記憶訓練 (護老者暫託小組)	2024年 4月至 6月	上午 10:00 - 12:00	10	/	16	為有需要護老者之受照顧長者提供中心暫託服務，減輕護老者的照顧壓力。同時為年長的長者集中鍛煉記憶力、注意力、認知能力和反應能力，透過簡單的遊戲及活動，從而維持或提高參加者的記憶和集中力。	3/2024
護老支援天地： 悠閒咖啡工作坊	2024年 5月17 日	上午 10:30- 11:30	1	/	8	一起製作手製品，體驗沖咖啡和花茶，享用美味咖啡和糕點，享受悠閒一刻。	4/2024



課程名稱	上課日期	上課時間	堂數	收費	名額	內容	開始報名日期
智醒資訊平台：認知評估 (2024年4月-6月)	2024年4-6月	/	/	/	/	如有記憶困擾的長者，可透過簡易認知評估，讓參加者更了解自己的情況。	4/2024
健腦樂工坊	4月16、23、30日 5月7、14、21日	上午 10:30-11:30	6	/	10	透過集體遊戲，感官刺激、音樂等方式，刺激長者的思考和反應等認知能力，延緩退化。	3/2024
智醒資訊平台-認識輕度認知障礙症	2024年5月9日	上午 9:15-9:45	1		15	透過向參加者分享輕度認知障礙症定義、成因、簡單測試問題及預防演變為腦退化症之小錦囊，以建立認知友善、關愛的社區。	是次活動於當日上午例會前進行，故不用報名。



2024年4-6月 中心班組/課程【新一期課程，現接受報名】

	課程名稱	上課日期	上課時間	堂數	會員收費	#護老者或義工收費	名額	課程內容	備註
益智聯誼	桌上遊戲班	2.4.2024-24.6.2024 (星期二)	14:30-15:30	10	免費		8	透過桌上遊戲訓練長者的思維及分析能力。	供初學者
資訊科技班	即時資訊科技諮詢站	星期一至五	14:00-16:00	/	免費		每節2人	解答參加者對電話使用上的問題。	供初學者
語言班	長者基礎普通話班	24.4.2024-26.6.2024 (星期二)	15:30-17:00	10	\$20		25	專業導師教授普通話聲調、聲母及韻母，學習日常普通話。	勞工及福利局資助
				(本區55歲或以上人士)					
書畫藝術	書法班	19.4.2024-21.6.2024 (星期五)	11:00-12:00	10	\$270	\$290	12	導師教授基礎的楷書書法技巧。 (材料自備)	供初學者
	國畫班	19.4.2024-21.6.2024 (星期五)	12:00-13:00	10	\$270	\$290	12	導師教授基礎國畫繪畫技巧。 (材料自備)	供初學者
音樂	樂韻飄飄歌唱團A班	3.4.2024-5.6.2024 (星期三)	10:30-11:30	8	\$220	\$240	30	由導師王靄琳老師教授不同的唱歌技巧，課程以國語歌曲為主，在歡樂的歌唱氣氛中學習不同的國語流行曲，並有機會參與中心的表演活動。	中心
	樂韻飄飄歌唱團B班		11:45-12:45	8					
健康保健	健康舞班	8.4.2024-17.6.2024 (星期一)	下午 2:00-3:00	10	\$80	\$100	20	以音樂配合健康舞練習，以達致強身健體功效。	中心及兆麟體育館
	健體運動班-進階太極	16.4.2024-18.6.2024 (星期二)	下午 15:45-16:45	10	\$120	\$140	14	由義務專業導師教授太極扇，以增強體魄。	曾參加太極班的會員優先
	健體運動班-太極	8.4.2024-17.6.2024 (星期一)	上午 9:15-10:15	10	\$120	\$140	14	由義務專業導師教授八式太極，以增強體魄。	供初學者

*請各位出示有效會員証或有關證件親臨本中心報名。 #本中心護老者及義工(55歲或以上人士)

*任何課程報名收費後，不獲退還款項或更改為其他課程。

仁愛堂吳金玉紀念長者鄰舍中心服務質素標準

標準一：中心確保製備說明資料，清楚陳述其宗旨、目標和提供服務的形式，隨時讓公眾索閱。

標準二：中心應檢討及修定有關服務提供方面的政策和程序。



標準三：中心存備其服務運作和活動的最新準確紀錄。

標準四：所有職員、管理人員、管理委員會和/或理事會或其他決策組織的職務及責任均有清楚的界定。

標準五：中心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。

標準六：中心定期計劃、檢討及評估本身的表現，並制定有效的機制，讓服務使用者、職員及其他關注的人士就中心的表現提出意見。

標準七：中心實行政策及程序以確保有效的財政管理。

標準八：中心遵守一切有關的法律責任。

標準九：中心採取一切合理步驟，以確保職員和服務使用者身於安全的環境。

標準十：中心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。

標準十一：中心運用有計劃的方康以評估和滿足服務使用者的需要(不論服務對象是個人、家庭、團體或社區)。

標準十二：中心盡量尊重服務使用者知情下作出服務選擇權利。

標準十三：中心尊重服務使用者的私人財產權利。

標準十四：中心尊重服務使用者保護私隱和保密的權利。

標準十五：每一位服務使用者及職員均有自由申訴其對機構或中心的不滿，而毋須憂慮遭受責罰，所提出的申訴應得到處理。

標準十六：中心採取一切合理步驟，確保服務使用者免受侵犯。

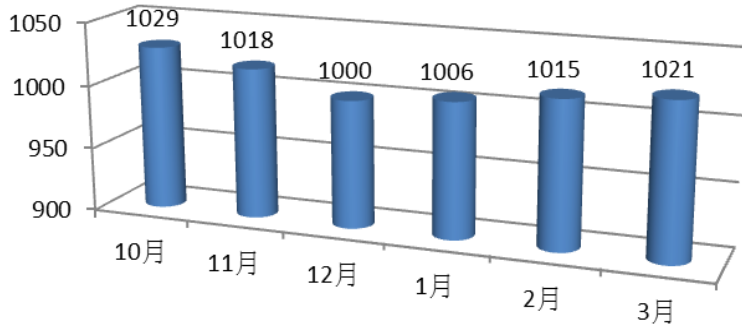


中心服務統計表

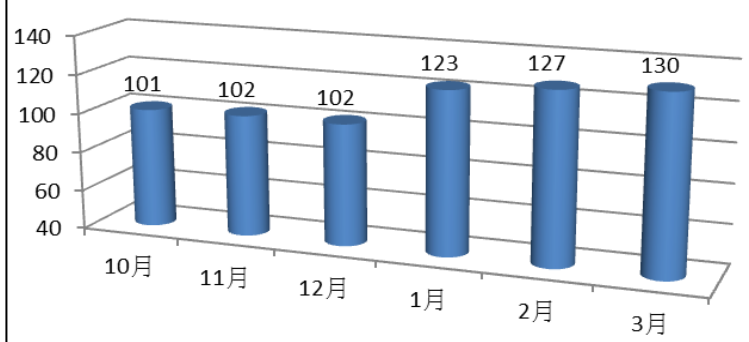
2023年10月至2024年3月



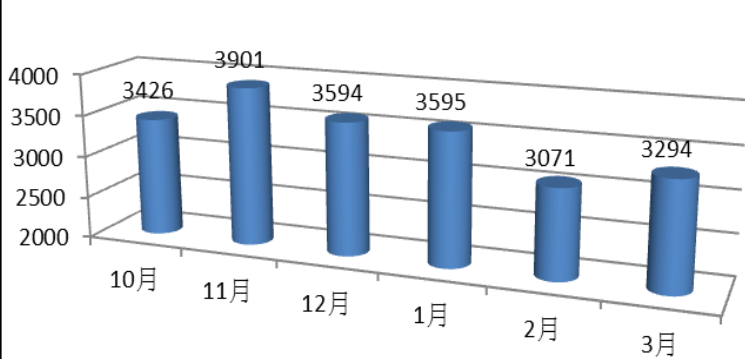
會員人數



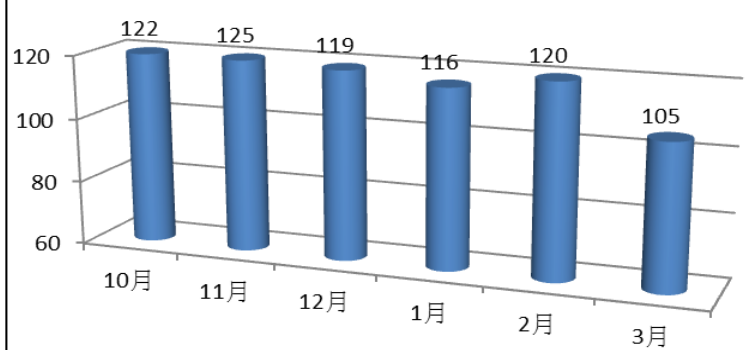
義工人數



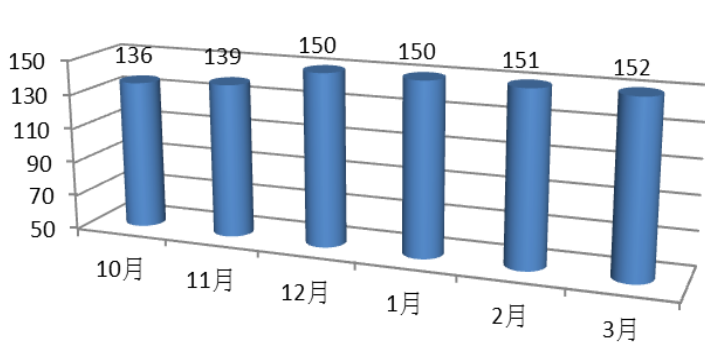
偶到服務人次



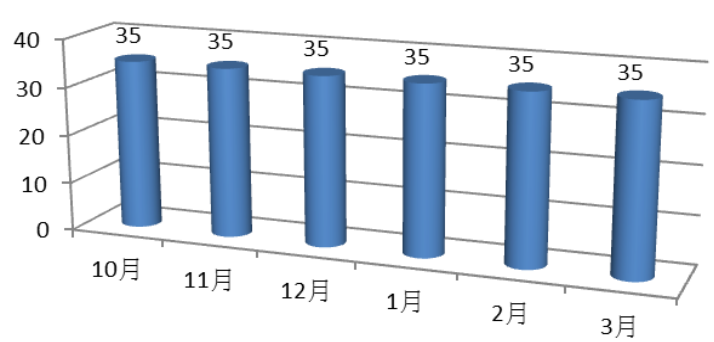
輔導個案



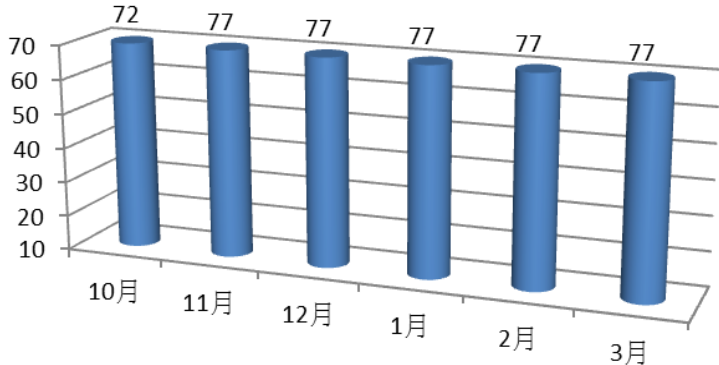
曾接受服務之護老者會員人數



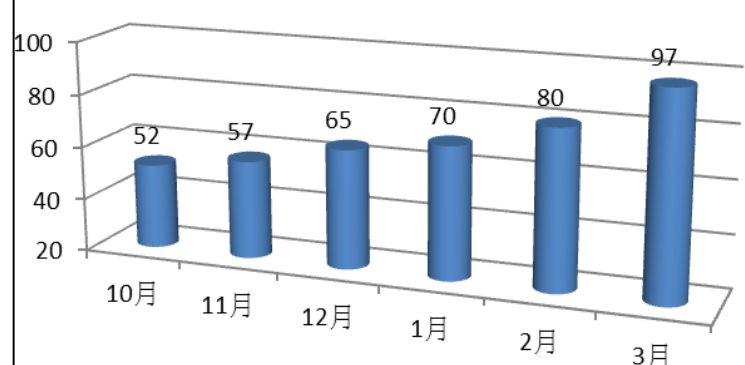
隱閉長者服務人數



接受認知障礙症相關訓練人數



統一評估個案



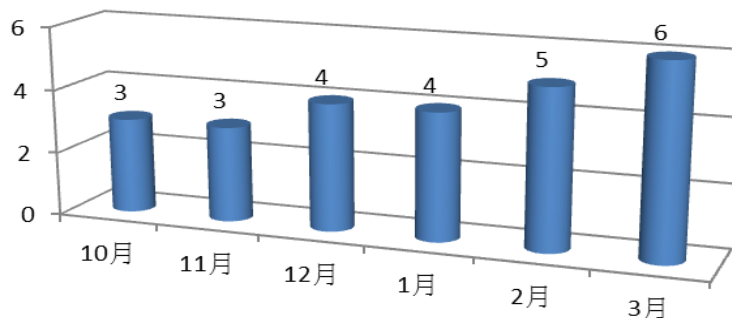


中心服務統計表

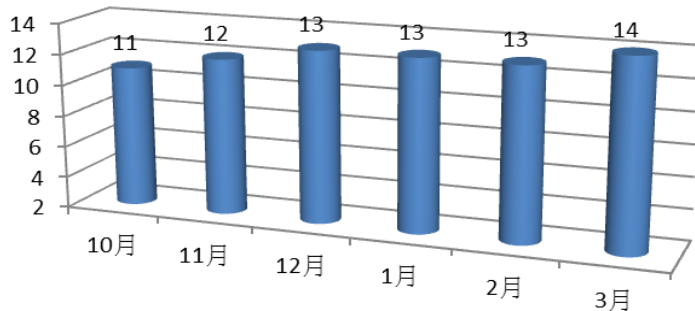
2023年10月至2024年3月



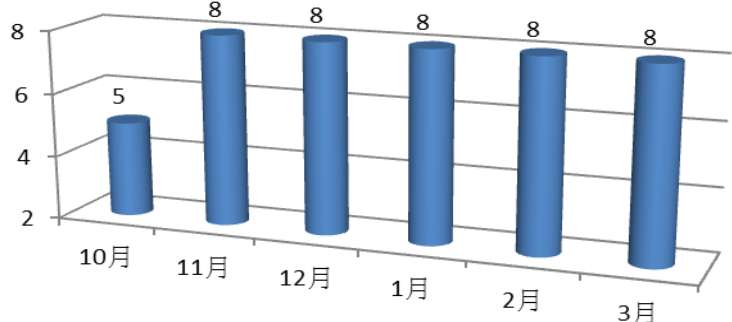
有關認知障礙症支援服務及培訓之小組數目



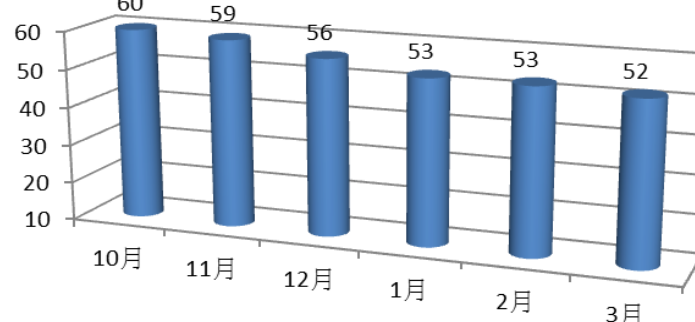
有關認知障礙症之社區教育活動舉辦數目



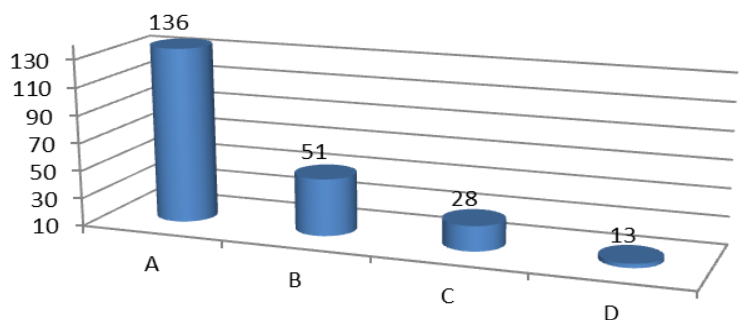
有關認知障礙症支援服務及培訓之活動數目



曾接受服務之有需要護老者人數

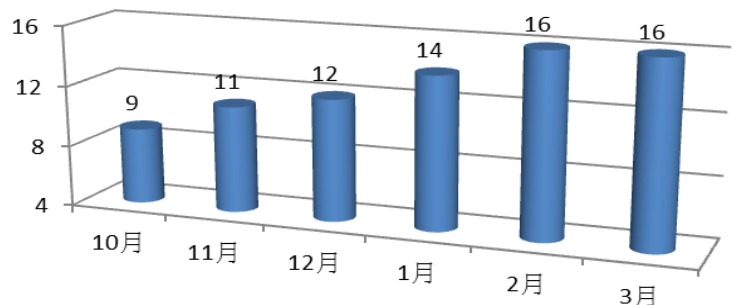


中心活動總數目
2023年10月至2024年3月

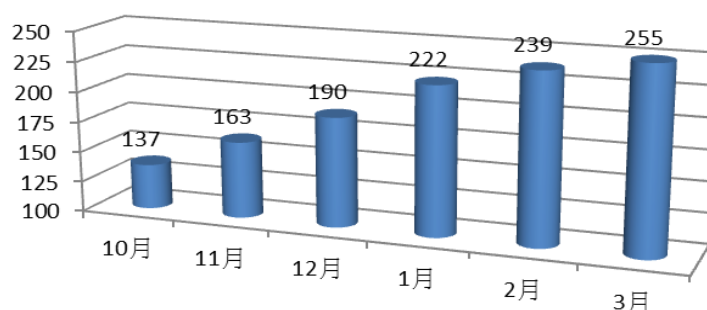


- A. a1. 推廣長者社會心理健康需要
- a2. 達致長者的教育及發展性需要
- a3. 達致長者的社交及康樂性方面需要
- a4. 推廣長者「康健樂頤年」
- a5. 推廣長者「積極樂頤年」(自務模式)
- a6. 推廣長者退休的規劃
- a7. 推廣長者數碼及樂齡科技的應用
- B. 有關義工招募、發展及服務
- C. 為護老者提供的支援性服務
- D. 與地區持份者合作活動

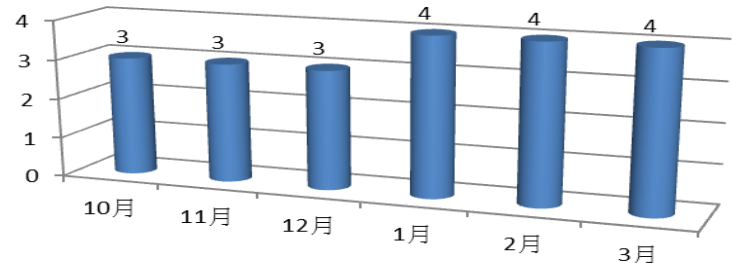
有需要護老者培訓活動數目



有需要護老者支援性服務次數






有需要護老者支援小組數目



中心開放小組/活動

小組名稱	舉行日期	費用	內容
歡樂時光	逢星期一至六 上午 9:00 至 5:00	全免	播放不同電視節目供會員欣賞，包括劇集、新聞等。
健康資訊	逢星期一至六 上午 9:00 至 5:00	全免	中心提供有關保健資訊或手工藝等書籍供會員在中心借閱。
[球]、[棋] 玩翻餐	逢星期一至六 上午 9:00 至 5:00	全免	歡迎本中心會員借用中心各類有趣、新奇及刺激遊戲玩具。
健康天地	逢星期一至六 上午 9:00 至 5:00	全免	歡迎本中心會員使用中心之健康器材如：按摩椅、健身單車等設施。
開心茶聚	逢星期四 下午 3:15 至 5:00	每碗\$12 套票\$70(6碗)	西茶不同種類的美點，如湯、糖水、粥...及卡拉OK欣賞。
金曲 會知音	逢星期五及六(下午 2:00 至 5:00) 下午 2:00 至 5:00 (收費\$10) ** 沒有套票 ** <以卡拉OK形式唱出自選歌曲及享用茶點 (唱歌或享用茶點均需付款)>		
中心玩具借用服務	逢星期一至六 上午 9:00 至 5:00	全免	會員可親臨中心借用不同桌上遊戲在家玩樂，可訓練不同的能力之餘亦可增加樂趣。
即時資訊科技諮詢站	逢星期一至五 下午 2:00 至 4:00	全免	解答參加者對電話使用上的問題。
齊齊鬆一鬆 運動操	逢星期二 上午 9:15 至 10:15	\$20	透過簡單運動操及拉筋操，培養做運動的習慣。(地點:滿漁樓中心)
健康諮詢站	逢星期四 上午 9:30 至 11:30	全免	長者可向註冊護士查詢用藥情況、身體健康狀況等問題。
中心資源閣服務	訂購奶粉美國雅培-金裝加營養/低糖加營養/怡保康糖尿復康用品借用 (如：輪椅、助行架) 及借閱服務詳情可向中心職員查詢		

 Amber 黃	✓	T1	✓
 Red 紅	活動及班組進行期間懸掛 ✓	L3	活動及班組進行期間懸掛 ✓
	活動及班組開始前兩小時懸掛 ✗		活動及班組開始前兩小時懸掛 ✗
 Black 黑	活動及班組進行期間懸掛 ✓	B8	✗
	活動及班組開始前兩小時懸掛 ✗		
✓ : 照常 ✗ : 停課或取消			