仁愛堂 YAN OI TONG 胡忠長者地區中心

地址：屯門啟民徑十八號仁愛堂賽馬會社區及體育中心四字樓

電話：2655 7680　2655 7688　網址：http://decc.yot.org.hk

YouTube 仁愛堂胡忠長者地區中心 中心頻道

facebook 仁愛堂胡忠長者地區中心 中心專頁

仁愛堂胡忠長者地區中心 中心網頁

督印人：黃翠明姑娘
范麗群姑娘
印刷份數：500份

2022 年 9 月份活動

安心出行—「藍、紅、黃碼」小知識

政府為加強安心出行應用程式的疫苗通行證功能，把原有的疫苗通行證（亦即新版本下的「藍碼」）之外，還加入「紅碼」及「黃碼」，以識別有較高 2019 冠狀病毒病傳染風險的人士。三種顏色的疫苗通行證都分別適用於不同人士，非藍碼持有人士有著不同限制。以下提供有關轉變的相關資訊，以供各位參考。

不同顏色的疫苗通行證分別

<table>
<tr><th>顏色</th><th>適用對象</th><th>限制</th></tr>
<tr><td>紅碼</td><td>確診者或在家居隔離及社區隔離設施人士</td><td>除指定隔離地點之外，其他地方不得出入</td></tr>
<tr><td>黃碼</td><td>只適用於從海外地區或台灣抵港人士</td><td>於「3+4」的檢疫隔離期間，完成 3 天酒店檢疫的「黃碼」人士，不得進入法例第 599F 章受規管的餐飲處所及表列處所。「黃碼」人士上班期間，負責人/管理人須確保該員工嚴格遵從防疫措施，包括佩戴口罩。
<table>
<tr><th colspan="2">「黃碼」人士不能夠進入以下表列處所</th></tr>
<tr><td>1. 食肆</td><td>2. 酒吧</td></tr>
<tr><td>3. 遊戲中心</td><td>4. 浴室</td></tr>
<tr><td>5. 健身室</td><td>6. 美容院</td></tr>
<tr><td>7. 派對房間</td><td>8. 安老院舍</td></tr>
<tr><td>9. 殘疾院舍</td><td>10. 學校及提供非緊急或非急切醫療服務的指定醫療處所</td></tr>
</table>
「黃碼」人士在接受每日快速測試呈陰性結果後，可以乘搭公共交通工具上班上學，他們亦可以進入被動查核「疫苗通行證」的處所（包括商場、超級市場、街市）。於隔離期 7 日屆滿之後，黃碼會自動變成藍碼。</td></tr>
<tr><td>藍碼</td><td>沒有任何檢疫/隔離要求人士</td><td>只需要符合疫苗針數要求，便可出入主動審核的表列處所。</td></tr>
</table>

「紅碼、黃碼、藍碼」由更新版的安心出行 3.4.0 版本進行，更新後程序會自動比對有關名單，改變市民的二維碼顏色，如是黃色及紅色，進入指定處所，掃瞄疫苗通行證時會有所顯示，該名人士便不能進入，當完成隔離或監察後，系統亦會自己將二維碼轉為藍色。

下載最新版本安心出行

可掃瞄以下二維碼下載最新版本	適用於以下不同途徑
	App Store
	Google Play
	AppGallery
	APK 安裝檔

有關「安心出行」查詢及支援

長者可於全港 25 個港鐵站內設立「安心出行」流動支援站，職員會協助有需要的市民下載或更新「安心出行」應用程式。

「安心出行」流動支援站列表

香港區港鐵站	西營盤、灣仔、筲箕灣、黃竹坑及北角
九龍區港鐵站	黃大仙、啟德、牛頭角、南昌、紅磡、九龍、太子、九龍塘及何文田
新界區港鐵站	朗屏、上水、烏溪沙、大圍、荃灣西、兆康、大埔墟、東涌、青衣、葵芳及調景嶺

流動支援站服務時間：每日上午 9 時至下午 6 時。.

長者除了以上方法，亦可致電熱線處理有關安裝或使用「安心出行」流動應用程式的查詢。
熱線電話：26263066
熱線電話服務時間：每日上午 7 時至晚上 11 時運作。

資料來源

1. 政府資訊科技總監辦公室-安心出行-主頁
   https://www.leavehomesafe.gov.hk/tc/
2. 香港特別行政區-新聞公報-政府公布加強「疫苗通行證」功能
   https://www.info.gov.hk/gia/general/202208/08/P2022080800599.htm
3. 香港特別行政區-新聞公報-有關「紅、黃碼」的實施安排
   https://www.info.gov.hk/gia/general/202208/13/P2022081300588.htm
4. 香港特別行政區-新聞公報-「安心出行」熱線延長服務時間
   https://www.info.gov.hk/gia/general/202208/18/P2022081800550.htm
5. 政府資訊科技總監辦公室-安心出行-查詢及支援
   https://www.leavehomesafe.gov.hk/tc/contactus/

嶺大賽馬會長者健康及理財教育計劃

「智齡智財」培訓課程

課程由兩部分組成：「退休理財」及「健康及理財規劃」

日期：2022 年 9 月 22 日-10 月 27 日(逢星期四)

時間：上午 9:30-11:30

地點：本中心 422 室（如受疫情影響，課程會轉以 Zoom 進行）

目的：
- 為長者提供財富管理及健康規劃的基本知識
- 培養長者正確投資態度，形成良好投資行為及習慣
- 幫助長者平衡自身及家庭成員財務需要
- 加強長者健康財務規劃能力，提高預防勝於治療的意識

對象：本中心會員及學員，並有意增進財富管理知識
（未曾報讀「智齡智財」優先）（參加者需接受簡單問卷調查）

名額：20 位

課程內容：

單元一「退休理財」	單元二「健康及理財規劃」
第一堂：退休財務基本知識 ● 認識退休財務需要，建立良好金錢及財富觀念 ● 認識投資的基本知識，掌握制定投資目標的方法 第二堂：投資規劃 ● 了解各種投資產品特性：低風險、高風險，掌握 ● 選擇合適產品的方法 ● 評估自己可承受的風險，建立正確投資態度 第三堂：為退休理財作出準備 ● 認識適合長者的投資產品，建立投資策略 ● 平衡自身需要和家人財務需要，達致財務健康	第一堂：健康管理基本知識 ● 認識長者常見的慢性病，培養及早預防的意識 ● 認識醫健通系統，善用該系統了解自己的病歷和健康狀況 第二堂：健康財務規劃 ● 認識香港長者的醫療支出狀況，建立健康財務　規劃的意識 ● 認識健康財務規劃的有效途徑及可用工具(如醫療保險等)，為醫療開支未雨綢繆 第三堂：預防勝於治療 ● 了解定期身體檢查的重要性及相關途徑，善用政府檢查資助項目

負責職員：藍燕娟姑娘、蔡潔貞姑娘

報名安排：9 月 5 日至 9 月 17 日期間致電中心 26557688 登記報名，優先招收未曾報讀本課程會員，名額先到先得，中心將於 9 月 20 日或之前通知入選會員上課

仁愛堂 YAN OI TONG 胡忠長者地區中心

免費電影欣賞

日期：2022 年 9 月 5 日-30 日(星期一至五)【公眾假期除外】
時間：上午 8 時 30 分首場時段　　對象：中心有效會員/學員
內容：免費欣賞巴黎倫敦紐約米蘭戲院安排首場時段電影
報名安排：
因應疫情最新發展，**中心取消之前逢星期四親臨中心排隊領取換票證安排**，改為登記方式。有興趣欣賞 2022 年 9 月份電影的會員只需於指定日期內登記，中心收集所有登記名單後由電腦隨機排次序，並根據戲院送贈每月 1200 張戲票數量作平均分配，有關結果亦會於指定日期透過中心網頁及中心張貼海報公佈，參加者可於指定日期到中心南翼義工當值櫃位親臨領取有關數量戲票換票證到戲院欣賞電影。如參加名額少於 1200，中心會以整數平均除 1200，以得出每位登記者所獲門票張數，餘額會留作該月後補名單補上。
*例子：如 8 月共有 352 位會員登記欣賞 9 月的電影，1200÷352=3.41，
於是 352 位會員每人於 9 月可以領取 3 張換票證，352x3=1056，
1200-1056=144，最後有餘數 144 張戲票換票證可於 9 月作後補。

欣賞 2022 年 9 月份電影安排流程：

日 期	內 容	備 註
8 月 29 日至 9 月 1 日	登記	➢ 網上登記：登入本中心網頁 http://decc.yot.org.hk 或左方 QR Code，於網上填妥資料提交 ➢ 親臨中心：上午 9:00-下午 5:00 於中心南翼義工當值櫃位登記
9 月 2 日	接受後補登記	➢ 於中心南翼義工當值櫃位親自登記 ➢ 如有後補名額，中心以電話個別聯絡通知
9 月 5 至 7 日	公佈結果及領取換票證	➢ 逾期領取作自動放棄論，由後補名單補上

負責職員：藍燕娟姑娘
備註：
一) 會員於「換票證」有效期內的星期一至五其中一天上午 8 時 30 分首場時段前帶同中心發出之「換票證」及中心會員證前往戲院售票處排隊換取當日早上首場時段電影戲票一張
二) 換票後戲院將收取「換票證」，會員需憑電影戲票及會員證入場
三) 門票不可轉贈他人；如未能出席，請通知及退回中心
四) 「換票證」需蓋上本中心印章方為有效
五) 如有任何爭議，戲院保留最終決定權
六) 戲院地址：屯門河傍街康麗花園地下(麥當勞旁)
七) 所有進入戲院睇戲人士必須使用「安心出行」及有效「疫苗通行証」
鳴謝：華懋集團

招募新組員

金龍組

金龍組組員每月定期聚會練習舞龍，並為中心或接受外間機構邀請舞龍助慶，為活動或節日增添歡樂，推廣傳統舞龍藝術，發揮長者正面積極才能。

招募日期：2022 年 9 月 1 日-9 月 10 日
招募方法：請致電 26557688 或親臨本中心登記
面談日期：9 月 13 日及 14 日(職員個別通知)
小組每月定期聚會日期：每月第三個星期四上午 9:00-11:00
招募義工人數：10 位
對象：中心會員/學員
費用：全免
負責職員：藍燕娟姑娘

社區共融義工隊

社區共融義工組目標是讓長者義工認識自己居住與生活的社區，服務社區上有需要的機構，推動關愛共融。其中會透過社會福利署每月機構售旗名單，由義工選擇協助售旗之機構，於該機構售旗前落區探訪及認識有關機構及所屬服務，推動義工協助售旗服務的動力及成果，藉以讓義工對社區上福利機構有更多認識，關心社區內有需要人士，發揮長者助人自助精神，達到老有所為，豐盛晚年生活。

招募日期：2022 年 9 月 1 日-9 月 17 日
招募方法：請致電 26557688 或親臨本中心登記
面談日期：9 月 19 日及 20 日(職員個別通知)
小組每月定期聚會日期：每月第三個星期三下午 3:30-4:30
招募義工人數：10 人　　對象：中心會員/學員
費用：全免　　負責職員：藍燕娟姑娘

健腦服務

腦友記同玩(9 月)

日期：2022 年 9 月 2 日及 9 月 30 日(星期五)
時間：上午 9:30-10:30
內容：與參加者進行腦部訓練活動，並提供社交和活動平台，維持長者的認知能力
對象：患有認知障礙症人士
報名安排：請致電 26557613 向負責職員查詢及登記，稍後確認參加者資格及活動安排
負責職員：郭慶瑜姑娘

費用：全免
名額：6 人

健腦服務

大腦鍛鍊(9 月)

日期：2022 年 9 月 2 日及 9 月 30 日(星期五)
時間：上午 10:30-11:30
內容：與參加者進行腦部訓練活動，並提供社交和活動平台，維持長者的認知能力
對象：患有認知障礙症人士
報名安排：請致電 26557613 向負責職員查詢及登記，稍後確認參加者資格及活動安排
負責職員：郭慶瑜姑娘

費用：全免
名額：6 人

健腦服務

健腦月會(9 月)

日期：2022 年 9 月 23 日(星期五)　　時間：上午 10:00-11:00
內容：與健腦服務會員進行最新資訊交流
對象：健腦服務會員
報名安排：請致電 26557620 向負責職員查詢及登記，稍後確認參加者資格及活動安排
負責職員：蔡智傑先生

費用：全免
名額：20 人

健腦服務

孖寶桌上遊戲醒醒腦

日期：2022 年 9 月 23 日(星期五)　　時間：下午 2:30 至 4:00
內容：講解桌上遊戲與記憶及認知訓練的關係，並與參加者分享與認知障礙症長者進行棋類遊戲之技巧
對象：中心已登記之護老者及受顧長者
報名安排：請致電 26557688 向負責職員查詢及預約
負責職員：鄧潔芬姑娘
備註：因應防疫安排，參加活動時必須戴上口罩

費用：全免
名額：30 人

健腦服務

胡忠恆常大腦檢測

日期：2022 年 9 月
時間：中心職員與參加者個別確認服務時間
對象：關注腦部健康的區內長者
報名安排：請致電 26557620 向負責職員查詢及報名
負責職員：蔡智傑先生

本中心

費用：全免
名額：10 人

健腦服務

健腦桌上遊戲借用服務

日期：2022 年 9 月
時間：上午 9:00-下午 5:00
內容：借用健腦桌上遊戲，將益智及富娛樂性的桌上遊戲帶回家
對象：中心服務使用者及已登記護老者
報名安排：請致電 26557688 向負責職員查詢及預約
負責職員：鄧潔芬姑娘
備註：借用期為 14 天；如無其他人士預約，最多可續借 1 次

家

費用：全免

生死教育

生死教育系列之參觀萬國殯儀館

更新日期：2022 年 9 月 22 日（星期四）
時間：中午 12:00-下午 4:00
內容：介紹生前規劃「善壽服務」、環保殯葬及參觀棺木陳列室
對象：中心會員/學員
報名方法：8 月 8 日(星期一)上午 9:00 開始於南翼義工櫃位憑有效會員証報名
負責職員：藍燕娟姑娘
鳴謝：東華三院萬國殯儀館提供服務
備註：職員帶領參加者乘鐵路由屯門站到紅磡站，車費自付

萬國殯儀館

費用：全免
名額：20 人

剪髮服務

剪髮服務(2022 年 9 月)

日期：2022 年 9 月 26 及 27 日(星期一、二)
時間：上午 9:00-10:30
內容：提供廉價剪髮服務
對象：中心會員/學員/55 歲或以上人士
報名安排：即日起致電 26557688 向負責職員報名
負責職員：袁焌穎先生
備註：(一)剪髮前，必須先洗淨頭髮及自備口罩
(二)此活動由本中心的剪髮義工小組提供服務

425室

費用：$5
名額：24人

護老者服務

甜美悠閒學堂

日期：2022 年 9 月 2 日、9 日、16 日、23 日及 30 日（逢星期五）
時間：下午 2:30-4:00
目的：藉運用「五感」元素的活動，讓長者在日常活動中也能夠獲得適度的多感官刺激，延緩認知及感官能力退化；同時期望藉暫托服務，讓護老者在長者進行訓練期間可以享有休息的時間
內容：遊戲、現實導向活動、運動及主題活動等
對象：中心已登記之護老者及其受顧長者
報名安排：請致電 26557631 向負責職員查詢及登記
負責職員：馮志堅先生
備註：由社工面見評估，確認參加資格

費用：全免
名額：每節 8 人

護老者義工服務

義工訓練・「腦友記」遊戲

日期：2022 年 9 月 3 日(星期六)
時間：下午 2:00-5:00
內容：認識「腦友記」電子平台應用程式使用方法;認識教授長者/護老者使用「腦友記」電子平台的要訣及溝通注意事項
對象：有興趣成為義工人士
報名安排：請致電 26557644 向負責職員查詢及登記
負責職員：陳珈汶姑娘

費用：全免
名額：10人

護老者服務

「腦友記」遊戲體驗

日期：2022 年 9 月 3 日(星期六)
時間：下午 2:30-3:30
內容：透過「腦友記」遊戲體驗，讓護老者初步認識「腦友記」遊戲系統的玩法
對象：已登記護老者及其照顧長者
報名安排：請致電 26557644 向負責職員查詢及登記
負責職員：陳珈汶姑娘

費用：全免
名額：15 人

護老者服務

至 FIT 老友記(2022 年 7-9 月)

日期：2022 年 9 月 5 日、19 日及 26 日(逢星期一)
時間：上午 9:30-11:30
內容：讓護老者能暫時放下照顧工作，放鬆心情，休息一下。時讓長者於暫託時段給予認知、運動或社交活動等訓練活動，讓長者保持社交生活，提升個人關注健康意識
參加資格：中心已登記的有需要護老者及其長者
如服務用者符合以下情況優先：
(一)護老者正領取或符合申請綜援/長者生活津貼資格/領取關愛基金低收入護老者津貼
(二)長者/護老者正照顧認知障礙症患者
(三)未有正規服務支援(如日間護理中心)
報名：請致電 26557677 向負責職員登記，稍後約見評估以確認參加資格及活動安排
負責職員：葉杏芝姑娘
備註：因應防疫安排，參加活動時必須戴上口罩

417B室

費用：全免
名額：8 人

護老者服務

護老者好心情體驗遊

日期：2022 年 9 月 13 日(星期二)
時間：上午 9:00-下午 4:00
集合地點：仁愛廣場
活動地點：香港家庭福利會崇德家福軒-家庭退修中心(又名：白屋)
內容：護老者和長者一同參與「觸得到的愛」日營，日營活動包括透過認識香薰對舒緩疼痛的幫助，護老者和長者互相學習按摩，重新找回身體與生活的平衡，一起體驗「觸得到的愛」
對象：已登記護老者及其照顧長者
報名安排：請致電 26557644 向負責職員查詢及登記報名
負責職員：陳珈汶姑娘
合辦機構：香港家庭福利會 賽馬會「家家自然好心情」計劃(「觸得到的愛」日營)

白屋

費用：全免
名額：10 對(護老者及長者)

護老者服務

靜觀自情緒講座

日期：2022 年 9 月 19 日(星期一)　　時間：上午 9:15-10:30
內容：以靜觀的方式了解自己有負面情緒的身體警號，並體驗學習靜觀放鬆的技巧。
參加資格：中心已登記的有要護老者優先及一般護老者
報名安排：請致電 26557677 向向負責職員查詢及報名
負責職員：葉杏芝姑娘
備註：一)講座由「禪繞家」導師提供服務
二)因應防疫安排，參加活動時必須戴上口罩

422室

費用：全免
名額：20人

護老者服務

護老者舒筋樂

日期:2022 年 9 月 19 日(星期一) 時間:上午 11:00-下午 12:30
對象：照顧認知障礙症的護老者
內容：進行伸展運動，以輕鬆方式減壓
報名安排：請致電 26557613 向負責職員查詢及報名
負責職員：郭慶瑜姑娘

422室

費用：全免
名額：10人

護老者服務

肌肉放鬆練習(視像)

日期：2022年9月
時間：中心職員與參加者個別確定服務時間
內容：中心職員帶領參加者進行肌肉放鬆練習，讓護老者釋放精神壓力，調節緊張的身心狀態，達致肌肉放鬆、心境舒暢
對象：中心已登記之有需要護老者
報名安排：請致電26557631向負責職員查詢及報名
負責職員：馮志堅先生、張佩儀姑娘
備註：活動會以Whatsapp視像形式進行，參加者須預先安裝相關應用程式

視像

費用：全免

護老者服務

物理治療評估服務(2022 年 9 月)

日期：2022 年 9 月(需提前預約)
時間：上午 9:00 至下午 1:00 時段內(評估需時 1 小時)
內容：物理治療師會為有需要的長者進行到戶專業評估，並建議復康計劃以改善體能狀況
對象：長者(已登記護老者優先)
報名安排：請致電26557677與負責職員報名
負責職員：葉杏芝姑娘
備註：需提早預約及確定服務時間

家

上門評估：$100
(如需正式評估建議書、需額外付$50)

護老者服務

職業治療服務

日期：2022年9月

時間：下午2:00-6:00時段內

內容：由職業治療師提供家居環境評估/到戶評估/到戶訓練
（包括：認知/復康/肌肉強化及伸展/姿勢改善/平衡力及改善平衡鍛練/摔跌風險及防跌訓練）

對象：居住於屯門東南區的中心會員及已登記護老者優先

報名安排：請致電26557631與負責職員報名，再由職業治療師進行評估以確認報名資格

負責職員：馮志堅先生

備註：需提早預約及確定服務時間

家

上門評估：
$100
（如需正式評估建議書、需額外付$50）

鄉郊健檢

日期	時間	地點	內容
2022 年 9 月 5 日（星期一）	下午 2:00-4:00	大欖涌胡屋村村公所	- 健康檢查及記錄（量體溫、血壓、血氧、磅重） - 介紹中心服務／社區資源 - 宣傳防疫資訊
2022 年 9 月 13 日（星期二）	上午 9:00-10:00	良田村村公所	
2022 年 9 月 13 日（星期二）	上午 10:15 – 中午 12:00	井頭村花炮會	
2022 年 9 月 21 日（星期三）	下午 2:00-4:00	掃管笏李屋村村公所及程屋村	
2022 年 9 月 29 日（星期四）	下午 2:00-4:00	龍鼓灘村公所	

費用：全免

負責職員：任曉晴姑娘

社交及康樂

電子桌遊

日期：2022 年 9 月 1 日、15 日及 29 日(星期四)
時間：下午 2:30-4:00
內容：讓長者認識電子桌遊或電子遊戲，擴闊社交
對象：中心會員(輪候健腦服務之會員優先)
報名安排：請致電 2655 7688 向負責職員查詢及報名
負責職員：袁焌穎先生

費用：全免
名額：10 人

社交及康樂

數字數獨遊戲

日期：2022 年 9 月 2 日、9 日、16 日、23 日及 30 日(逢星期五)
時間：下午 1:00-2:30
內容：透過數獨遊戲，讓關注自己腦部健康之長者多動腦筋及認識其他參加者，擴闊社交
對象：中心會員(輪候健腦服務之會員優先)
報名安排：請致電 26557688 向負責職員查詢及報名
負責職員：袁焌穎先生

費用：全免
名額：10 人

社交及康樂

繽 Fun 棋趣天地

日期：2022 年 9 月 2 日、9 日、16 日、23 日及 30 日(逢星期五)
時間：下午 2:30-4:30
內容：讓長者認識魔力橋遊戲，擴闊社交
對象：中心會員
報名安排：請致電 26557688 向負責職員查詢及報名
負責職員：袁焌穎先生

費用：全免
名額：10 人

健體運動

舒筋健體室服務

日期：2022 年 9 月 3 日、10 日、17 日及 24 日（逢星期六）
時間：上午 9:15-11:15 及下午 2:15-4:15
內容：登記使用拉繩、腳踏單車及腰背按摩墊等器材
對象：中心會員/學員
報名安排：請致電 26557688 向負責職員報名
負責職員：袁焌穎先生、陳詠姿姑娘

費用：全免
名額：每節 12 人

社交及康樂

輕鐵義工隊探訪賀中秋

日期：2022 年 9 月 6 日（星期二）　　時間：下午 2:30-3:45

內容：趁著中秋佳節，輕鐵義工隊到訪中心，與老友記共賀中秋，讓長者感受節日歡樂及社區人士的關懷

對象：中心會員及學員

報名安排：8 月 22 日上午 9:00 起於南翼義工櫃位憑有效會員証報名

負責職員：藍燕娟姑娘

費用：全免

名額：30 人

社交及康樂

藝同行・長者藝術計劃-攝影工作坊初級班

日期：2022 年 9 月 8 日至 10 月 6 日（逢星期四，共 5 堂）

時間：下午 2:00-4:30（第一堂 2:00-4:00）

內容：本計劃是香港展能藝術會一個為期三年的項目，讓參與者透過攝影，增加對日常事物的注意，從而提升觀察力，並期望在攝影過程中帶來自信和成就感。

對象：中心會員（健腦服務會員優先）

備註：其中兩堂為戶外攝影活動

報名安排：8 月 22 日起致電 26557688 向聯絡負責職員報名

負責職員：藍燕娟姑娘、蔡潔貞姑娘

費用：全免

名額：10 人

社交及康樂

桌遊鬥一番

日期：2022 年 9 月 8 日及 22 日(星期四)

時間：下午 2:30-4:00

內容：讓長者認識桌上遊戲，擴闊社交

對象：中心會員(輪候健腦服務之會員優先)

報名安排：請致電 26557688 向負責職員查詢及報名

負責職員：袁焌穎先生

費用：全免

名額：10 人

社交及康樂

西北二組月會聚一聚

日期：2022 年 9 月 14 日(星期三)　　時間：上午 10:00-11:30

內容：透過遊戲讓組員及組長間彼此認識及交流，建立支援網絡

對象：西北二組組員及組長

報名安排：9 月 7 日(星期三)上午 9:00 起於南翼義工櫃位憑有效會員証報名

負責職員：蔡潔貞姑娘

費用：全免

名額：30 人

社交及康樂

話說當年

日期：2022 年 9 月 20 日(星期二)
時間：下午 2:30-3:30
對象：中心會員
內容：懷緬過去生活點滴，與他人分享人生智慧
報名安排：9 月 5 日(星期一)起到南翼義工櫃位報名
負責職員：顧天敏姑娘

費用：全免
名額：10名

社交及康樂

東一組組員聚一聚

日期：2022 年 9 月 21 日(星期三)
時間：上午 9:30-10:30
內容：透過小組遊戲讓東組組員與組長互相認識
對象：東一組組長/月會會員
報名安排：9 月 5 日(星期一)上午 9:30 起於南翼義工櫃位報名
負責職員：顧天敏姑娘、陳詠姿姑娘

費用：全免
名額：30 人

社交及康樂

嶺大長幼共融活動

日期：2022 年 9 月 29 日（星期四）
時間：下午 2:45-5:30
集合：下午 2:45 仁愛廣場
內容：透過以 8 人小組形式進行模擬理財體驗及彼此交流，讓大專生認識長者的健康及理財概念，並瞭解長者的需要
對象：中心會員及學員（曾參與「智齡智醒」及「智齡智財」學員優先）
費用：全免（有旅遊巴接送來往本中心）
備註：到訪學校需出示「疫苗通行証」
報名安排：9 月 13 日上午 9:00 起於南翼義工櫃位憑有效會員証報名
負責職員：藍燕娟姑娘

費用：全免
名額：40 人

義工小組會議/聚會/恆常小組

因疫情關係，以下為義工集會將於中心(或有需要時以 Zoom 會議或 Whatsapp 視像群組通話)進行，參加者需經預約參加，請留意負責職員的通知，準時於中心或網上出席：

小組/活動	日期/時間	地點	對象	內容	負責職員
聽你訴心聲 (9 月)	2022 年 9 月 1 日(星期四) 至 9 月 30 日(星期五) 上午 10:00-中午 12:00 及 下午 2:30-4:30		聽你訴 心聲義工	致電給獨居 或兩老同住 有需要長者 帶來支援與 關懷	李朗然 姑娘 黃纓婷 姑娘
手語樂淘淘	2022 年 9 月 3 日至 9 月 24 日 (逢星期六) 上午 10:00-中午 12:00		義工隊 成員	小組上堂 及練習	藍燕娟 姑娘
西北一組 組長會	2022 年 9 月 5 日 (星期一) 上午 9:30-10:30		西北一 組長	小組例會	藍燕娟 姑娘
西北二組 組長會	2022 年 9 月 7 日 (星期三) 上午 11:30-下午 12:30		西北二 組長	小組會議 疫情支援 組員匯報	蔡潔貞 姑娘
交通隊 例會	2022 年 9 月 14 日 (星期三) 下午 2:30-3:30		交通隊 隊員	小組例會	藍燕娟 姑娘
金龍組 例會	2022 年 9 月 15 日 (星期四) 上午 9:00-10:00		金龍組 成員	小組例會	藍燕娟 姑娘
社區共融 義工隊 例會	2022 年 9 月 21 日 (星期三) 下午 3:30-4:30		義工隊 成員	小組例會	藍燕娟 姑娘

惡劣天氣之服務安排須知

颱風訊號及暴雨警告		中心開放	戶內活動	戶外活動
	黃色暴雨警告訊號	✓	✓	✋
	紅色暴雨警告訊號	✓	☒	☒
	黑色暴雨警告訊號	△	☒	☒
	一號颱風訊號	✓	✓	✋
	三號颱風訊號	✓	☒	☒
	八號或以上颱風訊號	☒	☒	☒

其他特別情況		中心開放	戶內活動	戶外活動
	霜凍警告	✓	✓	☒
極端情況訊號		☒	☒	☒

備註：

✓ = 照常　　☒ = 活動取消

✋ = 單位主管會視乎天氣情況而決定是否繼續進行。

△ = 如黑色暴雨訊號在中心正常開放時間內懸掛，中心將維持有限度服務。

**受天氣影響，有關暫停/取消活動之安排如下：

➢ 三號颱風訊號或紅色暴雨警告訊號

- 於活動前兩小時內懸掛：
- 中心戶內及戶外活動暫停，中心會按活動性質而個別安排改期或退款;
- 中心會儘量安排連續性收費室內活動 / 課程改期補回，如場地或時間未許可，才安排退款；
- 如在三號颱風訊號或紅色暴雨警告訊號於活動進行期間懸掛，在安全情況許可下，戶內活動可繼續；而戶外活動則應在安全環境下盡可能作出調整。

➢ 八號或以上颱風訊號或黑色暴雨警告訊號

- 八號或以上颱風訊號或黑色暴雨警告訊號之下，所有取消之活動及課程，中心不會安排補辦及退款。

2022年9月

星期日	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六
	聽你訴心聲 2022年9月1日(星期四) 至 9月30日(星期五) 上午10:00-中午12:00 及 下午2:30-4:30			1 初六	2 初七	3 初八
活動名稱				14:30 電子桌遊	09:30 腦友記同玩(9月) 10:30 大腦鍛鍊(9月) 13:00 數字數獨遊戲 14:30 繽Fun棋趣天地 14:30 甜美悠閒學堂	09:15 舒筋健體室服務 10:00 手語樂淘淘 14:00 義工訓練・「腦友記」遊戲 14:15 舒筋健體室服務 14:30 「腦友記」遊戲體驗
	4	5 初十	6 十一	7 白露	8 十三	9 十四	10 中秋節
活動名稱		09:30 東一組月會 09:30 西北一組組長會 09:30 至FIT老友記 14:00 大欖涌健檢 14:30 東下組月會	09:30 南二月會 14:30 輕鐵義工隊探訪賀中秋	09:00 西北一月會 10:30 西北二月會 11:30 西北二組組長會 14:30 西北下月會	14:00 藝同行・長者藝術計劃-攝影工作坊初級班 14:15 服務使用者議會 14:30 桌遊鬥一番	13:00 數字數獨遊戲 14:30 繽Fun棋趣天地 14:30 甜美悠閒學堂	09:15 舒筋健體室服務 10:00 手語樂淘淘 14:15 舒筋健體室服務
	11	12 十七	13 十八	14 十九	15 二十	16 廿一	17 廿二
活動名稱			09:00 護老者好心情體驗遊 09:00 良田村健檢 10:15 井頭村健檢	10:00 西北二組月會聚一聚 14:30 交通隊例會	09:00 金龍組例會 14:00 藝同行・長者藝術計劃-攝影工作坊初級班 14:30 電子桌遊	13:00 數字數獨遊戲 14:30 繽Fun棋趣天地 14:30 甜美悠閒學堂	09:15 舒筋健體室服務 10:00 手語樂淘淘 14:15 舒筋健體室服務
	18	19 廿四	20 廿五	21 廿六	22 廿七	23 秋分	24 廿九
活動名稱		09:30 至FIT老友記 11:00 護老者舒筋樂 09:15 靜觀自情緒講座	14:30 話說當年	09:30 東一組組員聚一聚 15:30 社區共融義工隊例會 14:00 掃管笏健檢	09:30 「智齡智財」培訓課程 12:00 生死教育系列之參觀萬國殯儀館 14:00 藝同行・長者藝術計劃-攝影工作坊初級班 14:30 桌遊鬥一番	10:00 健腦月會(9月) 13:00 數字數獨遊戲 14:30 繽Fun棋趣天地 14:30 孖寶桌上遊戲醒醒腦 14:30 甜美悠閒學堂	09:15 舒筋健體室服務 10:00 手語樂淘淘 14:15 舒筋健體室服務
	25	26 九月	27 初二	28 初三	29 初四	30 初五	
活動名稱		09:00 剪髮服務 09:30 至FIT老友記	09:00 剪髮服務		09:30 「智齡智財」培訓課程 14:00 藝同行・長者藝術計劃-攝影工作坊初級班 14:00 龍鼓灘健檢 14:30 電子桌遊 14:45 嶺大長幼共融活動	09:30 腦友記同玩(9月) 10:30 大腦鍛鍊(9月) 13:00 數字數獨遊戲 14:30 繽Fun棋趣天地 14:30 甜美悠閒學堂	