



# 循道衛理觀塘社會服務處

## 關懷長者中心

# 2018 年 5 月份通訊

	<中心開放時間>	<中心售票時間>
星期一至五	上午 9:00-下午 12:30 下午 1:30-下午 5:00	上午 9:30-下午 12:15 下午 1:45-下午 4:30
星期六	上午 9:00-下午 1:00	上午 9:30-下午 12:30
<星期三下午、星期日及公眾假期休息>		

### 2018 年 6 月例會時間表

日期	時間
6 月 4 日(星期一) 第一場家會 (農曆四月廿一)	上午 9:30
6 月 4 日(星期一) 第二場家會 <sup>☺</sup> (農曆四月廿一)	下午 2:00
6 月 5 日(星期二) 第三場家會 (農曆四月廿二)	上午 9:30
6 月 5 日(星期二) 第四場家會 (農曆四月廿二)	上午 11:00

☺為本月第二場家會期間，購買旅行活動時可坐較前位置。

#### ※ 本年度金句 ※

「要擴張你帳幕之地，張大你居所的幔子，不要限止；要放長你的繩子，堅固你的橛子。」  
(以賽亞書 54 章 2 節)

循道衛理觀塘社會服務處  
關懷長者中心  
KTMSS Elderly Concern Centre

九龍觀塘牛頭角道 297 號玉蓮台第一座地下 G-003 室  
Flat G-003,G/F,Lotus Tower 1, 297Ngau Tau Kok Road, Kwun Tong

電話：2346 6775  
傳真：2346 6460

# 中心通告

1. 請各位會員帶備會員證，於進入中心時拍咭記錄。售票時出示有效之會員証才享有會員優惠價。
2. 家會期間，每人最多只可擺放 2 張會員證於枱上排隊，購票時每人亦最多持 2 張會員証購票，一証只限購買一票。
3. 於 4 月-5 月期間，凡出席任何一場家會者，均可獲兩枚蓋印。
4. 為保障參加者安全，一般旅遊巴不適合攜帶輪椅登車(復康巴士除外)，請各位合作。
5. 中心已增設流動電話，方便在戶外活動時聯絡大家，電話號碼：6984 7733
6. 所有活動滿額後，參加者可於活動進行前最少 3 個工作天申請退出，活動進行或完後概不退款。
7. 本中心恕不接受電話報名及留位手續服務，活動報名以繳費作實。一般情況下，活動以先到先得為原則，額滿即止。
8. 請各參加者在報名前，務必查閱各活動的日期、時間及節數。
9. 所有活動的詳細安排，以本中心最後公佈為準。
10. 請會員務必按集合時間準時出席各項活動，為對準時參加者公平起見，逾時者一概不候。
11. 會員進出中心或參與活動時，請妥善保管自己財物。
12. 5 月 18 日(星期五)中心進行天花板維修，中心將暫停開放。
13. 5 月 19 日(星期六)為同工凝聚日，中心將暫停開放。
14. 5 月 22 日(星期二)為佛誕假期，中心將暫停開放。
15. 天氣惡劣時中心開放安排如下：

	戶外活動	戶內活動
黃色暴雨警告	✓	✓
紅色暴雨警告	x	✓(有限度開放)
黑色暴雨警告	x	x
一號風球	✓	✓
三號風球(活動前兩小時懸掛)	x	✓(有限度開放)
八號風球或以上	x	x

建議 / 投訴 / 稱讚內容：

意見欄

姓名：\_\_\_\_\_ 電話：\_\_\_\_\_ 日期：\_\_\_\_\_

中心設置意見箱，歡迎各位給予任何意見。

多謝各位提供寶貴意見，閣下填寫的資料絕對保密。

# 4-6 月小組推介

	班組名稱	日期及時間	費用	負責同工
1	印度手繪 初階班	日期：4月16日至6月11日(星期一) 時間：上午9:15-10:00(共7堂) 內容：教授印度手繪的概論及基礎構圖教授 名額：12人	10元	葉姑娘
2	英文班	日期：4月17日至6月26日(星期二) 時間：上午9:45-10:30(共7堂) 內容：輕鬆愉快學習日常生活用語及英文歌 名額：12人	10元	劉姑娘
3	長者關注組	日期：4月24日、5月29日、6月19日 (星期二) 時間：下午2:00-3:00(共3節) 內容：分享時事議題及長者權益 名額：10人	全免	劉姑娘
4	強健好輕鬆	日期：4月11日至6月13日(星期三) 時間：上午9:45-10:30(共7堂) 內容：以簡單肢體動作訓練身體機能 名額：12人	10元	張先生
5	手提電話 應用班	日期：4月20日至6月1日(星期五) 時間：上午9:45-10:30(共7堂) 內容：教授通訊軟件基本應用及疑問解答 名額：12人	10元	周先生
6	關懷里	日期：4月13日至6月8日(星期五) 時間：下午2:00-3:30(共7節) 內容：詩歌、分享健康資訊 名額：12人	全免	周姑娘 張先生

## 奶粉服務

<u>金裝加營素或怡保康奶粉</u>		<u>三花奶粉</u>	
日期：5月31日(星期四) 農曆四月十七 6月28日(星期四) 農曆五月十五	訂貨日期：5月9日至5月11日 取貨日期：6月6日至6月8日	時間：上午9:30 - 上午11:00	時間：上午9:30 - 下午4:00
地點：中心	地點：中心	對象：會員	對象：會員
費用：金裝加營素(900克)\$163 怡保康(900克) \$205 活力加營素(850克)\$175	費用：三花柏齡健心(800克) \$78 三花高鈣健骨(800克) \$78 三花雙效降膽固醇(800克)\$105	負責同工：葉姑娘	負責同工：葉姑娘

\*有關詳情，可參閱中心壁報。

## 2018-2019 義工大招募

無論你是甚麼年紀，有甚麼技能，只要有心志及興趣服務本區或有需要人士，發展自我潛能，歡迎加入我們的義工隊，協助本中心推行不同的義工服務，關心社區，服務社群。

### 服務內容：

- 上門探訪
- 生日會
- 協助售賣奶粉
- 靚湯及講座
- 健康檢查
- 賣旗壽款

### ① 義工會議

日期：6月1日(星期五) 農曆四月十八  
時間：下午 2:00  
地點：中心  
內容：向義工介紹本月義工活動、服務及培訓  
對象：義工/有興趣登記義工人士  
費用：全免  
名額不限  
負責同工：葉姑娘

### ② 8.22 招募九龍區賣旗義工

日期：8月22日(星期三) 農曆七月十二  
時間：上午  
地點：藍田區、牛頭角或旺角區  
內容：協助循道衛理觀塘社會服務處於九龍區賣旗，善款用於長者服務、扶貧服務、有特殊學習需要兒童服務等  
對象：會員  
費用：全免  
負責同工：張先生

詳情請參閱  
中心海報

### 2018-2019 年度家議會

2018-2019 年度家會選舉已於 2018 年 4 月 14 日完成點票，有 7 名會員獲選成為家議員。分別為(排名不分先後)：李好彩、岑振好、洪秀針、蔡家亮、李金枝、高秀群、譚姍姍。

#### 家議員主要角色為：

中心與會員之橋樑

#### 主要職務：

1. 收集中心會員之意見，向中心反應。
2. 協助中心制定及推行活動。
3. 協助中心講解活動及政策給會員了解。



### 至窩心推介

#### 百靈樓家會

日期：5月7日(農曆三月廿二)(星期一)  
6月4日(農曆四月廿一)(星期一)  
時間：下午 4:00  
地點：百靈樓教會禮堂  
內容：為方便居住於雀仔樓之行動不便會員，中心將於上述時間舉行活動簡介會，亦藉機會收集會員意見。  
對象：花園大廈之行動不便會員  
費用：全免  
負責同工：劉姑娘、麥先生



## 5 月中心活動推介

### ① 粵劇欣賞半天遊

日期：5月9日(星期三)

農曆三月廿四

出發時間：下午 1:00

集合地點：中心

內容：5月9日(征袍還金粉)

對象：會員

名額：5月9日：50名

費用：\$15

負責同工：葉姑娘



滿

### ② 香港中文大學實習護士健康檢查

日期：5月14日(星期一)農曆三月廿九

5月15日(星期二)農曆四月初一

時間：上午 9:00-下午 5:00

地點：百靈樓/中心

內容：驗小便、測脂肪、量血壓、量血氧、量血糖、磅重、度高

對象：會員

名額：50位

費用：全免

負責同工：劉姑娘



滿

### ③ 靚湯及講座

日期：5月14日(星期一)

農曆三月廿九

時間：下午 2:00

地點：中心

靚湯：海底椰粟米西施骨湯

講題：關健生活(關節健康)

對象：會員

名額：40位

費用：全免

負責同工：周先生

備註：

1)活動開始後 15 分鐘將暫停進場



活動當天報名

### ④ 大嶼山一天遊

日期：5月17日(星期四)

農曆四月初三

出發時間：上午 9:45

集合地點：中心

內容：遊覽寶蓮寺享受齋宴、暢遊大澳

對象：會員

名額：56位

費用：\$140

負責同工：張先生

備註：

1. 詳情請參閱海報



尚餘少量名額

### ⑤ 遠足耆兵(4-6月)

日期：5月24日(星期四)

農曆四月初十

出發時間：上午 9:30

集合地點：中心

內容：行山遠足活動，由大欖隧道轉車站出發，環遊大河背水塘

對象：會員

名額：10位

費用：全免(自備車資)

負責同工：陸先生/張先生

備註：

1)參加者需於5月8日(星期二)下午4:00出席簡介會。



### ⑥ 剪髮服務

日期：5月24日(星期四)

農曆四月初十

時間：下午 2:00

地點：中心

內容：由義工為參加者提供義剪服務

對象：房協住戶者

名額：20位

費用：全免

負責同工：周先生

備註：

1)詳情請參閱海報



# 先知先覺計劃

\*以下活動的對象均為已完成認知評估並確認為早期認知障礙長者

\*以下活動由李國賢長者基金津助，活動期間均會拍攝作宣傳及存檔之用

\*歡迎先知先覺計劃參加者於中心開放時間到中心享用棋藝設施

逢星期一	<p><b>棋藝活動</b></p> <p>日期：4月16日-9月24日(共16節) 時間：上午10:00-12:00 地點：中心 內容：透過棋藝活動訓練參加者的解難能力、執行能力及手眼的協調能。 名額：20名 費用：全免 負責同工：麥先生</p> 
逢星期三	<p><b>感官訓練 &amp; 減壓伸展班</b></p> <p>日期：4月4日-9月5日(共16節) 時間：下午2:00-4:00 地點：中心 內容：<b>感官訓練班</b>-運用不同的物件及環境，刺激參加者的視覺、聽覺、觸覺、嗅覺及味覺，提升或維持參加者的感官敏銳度，以減慢退化速。 <b>減壓伸展班</b>-透過伸展運動，以強化肌肉柔軟度及耐力，刺激腦部運動，以減慢退化速度。 名額：20名 費用：全免 負責同工：麥先生(感官訓練班) 張先生(減壓伸展班)</p> 
逢星期五	<p><b>卡拉OK</b></p> <p>日期：4月6日-9月21日(共16節) 時間：下午3:30-5:00 地點：中心 內容：唱歌活動，透過反覆記憶歌詞可提升參加者記憶能力，並增強參加者的表達能力。 名額：20名 費用：全免 負責同工：劉姑娘</p> 
逢星期六	<p><b>香薰治療小組</b></p> <p>日期：4月21日-9月1日(共10節) 時間：下午12:00-1:00 地點：中心 內容：幫助長者身心得到鬆弛，減輕身體上的痛楚和得到情緒上的舒緩，透過照顧者的按摩及觸摸，讓長者感受到照顧者對他們的關懷。 名額：20名 費用：全免 負責同工：麥先生</p> 

循道衛理觀塘社會服務處 關懷長者中心

2018年5月份時間表

星期日	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六
		1 勞動節	2 12:00 關懷飯堂 2:00 感官訓練 2:00 減壓伸展班	3 12:00 關懷飯堂 2:00 保健閣	4 9:45 手機班 12:00 關懷飯堂 2:00 義工會 3:30 卡啦OK	5 12:00 香薰治療
6 12:00 粵劇欣賞半天遊	7 9:30 第一場家會 12:00 關懷飯堂 2:00 第二場家會	8 9:30 第三場家會 11:00 第四場家會 12:00 關懷飯堂	9 9:45 強健好輕鬆 12:00 關懷飯堂 1:00 粵劇欣賞半天遊 2:00 感官訓練 2:00 減壓伸展班	10 12:00 關懷飯堂 2:00 保健閣	11 9:45 手機班 12:00 關懷飯堂 2:00 關懷里	12 12:00 香薰治療
13	14 9:00 實習護士健康檢查 9:15 印度手繪班 12:00 關懷飯堂 2:00 靚湯及講座	15 9:00 實習護士健康檢查 9:45 英文班 12:00 關懷飯堂	16 9:45 強健好輕鬆 12:00 關懷飯堂 2:00 感官訓練 2:00 減壓伸展班	17 9:45 大嶼山一天遊 12:00 關懷飯堂	18 9:45 手機班 12:00 關懷飯堂 2:00 關懷里 3:30 卡啦OK	19 機構凝聚日
20	21 9:15 印度手繪班 10:00 棋藝活動 12:00 關懷飯堂	22 佛誕	23 9:45 強健好輕鬆 12:00 關懷飯堂 2:00 外展檢查	24 9:30 遠足耆兵 12:00 關懷飯堂 2:00 剪髮服務	25 9:45 手機班 12:00 關懷飯堂 2:00 關懷里 3:30 卡啦OK	26 12:00 香薰治療
27	28 9:15 印度手繪班 10:00 棋藝活動 12:00 關懷飯堂	29 9:45 英文班 12:00 關懷飯堂 2:00 長者關注組	30 12:00 關懷飯堂 2:00 感官訓練 2:00 減壓伸展班	31 9:30 奶粉售賣 12:00 關懷飯堂		

**循道衛理觀塘社會服務處 關懷長者中心 2018年6月活動**  
 (以下部份活動於5月開始發售，如有修改均以中心通告為準)

活動名稱	日期及時間	地點及名額	對象及費用	負責同工
1 靚湯及講座	日期：6月11日(星期一) 農曆四月廿八 時間：下午2:00 講座：戶外任我行 靚湯：粟米紅蘿蔔牛蒡豬骨湯 備註：活動開始後15分鐘暫停進場	集地點：中心 名額：40名	對象：會員 費用：全免	周先生
2 會員諮詢會	日期：6月11日(星期一) 農曆四月廿八 時間：下午3:30 內容：諮詢會員對中心之意見	地點：中心 名額：40名	對象：會員 費用：全免	盧姑娘 劉姑娘
3 循道賀端陽	日期：6月13日(星期三) 農曆四月三十 時間：下午2:00 內容：慶祝端午節，包括遊戲、抽獎、派發禮物及享用茶點 備註：每場家會首15位為正選名額。	地點：創紀之城 3期6樓 名額：60名	對象：會員 費用：\$30	麥先生
4 健康檢查	日期：6月21日(星期四) 農曆五月初八 時間：上午9:15 內容：為長者磅重、量血壓、驗膽固醇、驗血氧、驗血糖、肺容量測試 備註：首25名花園大廈住戶參加者，可免費檢驗膽固醇及血糖 首10名花園大廈住戶參加者，可免費肺容量測試	地點：中心 名額：25名	對象：會員 費用：膽固醇\$20、 血糖\$5、洗耳\$1、 肺容量測試\$3、其 他檢查全免	張先生
5 潮汕風情 高鐵三天團	日期：6月21-23日(星期四至星期六) 農曆五月初八至初十 出發時間：上午7:00 內容：潮汕三天團(行程請參閱海報) 備註： 1) 報名請攜帶報名費、有效回鄉證、身份證及緊急聯絡人電話 2) 2018年6月6日(三)下午4:00前申請退票並有人後補空缺，會員可退回\$1400/非會員可退回\$1500，逾期不接受退票 3) 詳情請參閱海報	集合地點：中心 名額：8名	對象/費用： 會員 \$1620 非會員 \$1720 (全包)	李姑娘

✦若有任何更改，恕不另作通告。如有任何爭議，本中心保留一切最終決定權。





# 循道衛理觀塘社會服務處 關懷長者中心

## 首批高額長者生活津貼 將於今年6月中陸續發放



社會福利署將於 2018 年 6 月 1 日實施高額長者生活津貼，合資格長者最高每月可獲\$3485。首批符合「自動轉換」階段資格的高額長生津受助人將於 6 月起經其銀行戶口獲發一筆過的差額。高額長生將分 3 個階段實施。

申請資格：

	入息(\$)	資產(\$)
單人	7,820	146,000
夫婦	12,770	221,000

### 第一階段：自動轉換



- 現正領取普通長者生活津貼、按社署記錄中已符合高額長生津的入息及資產限額
- 社署會在 4 月起發出**綠色通知書**，受助人無須另行申請即被視為符合資格，並最快於 6 月獲發一筆過差額

### 第二階段：「郵遞提交申請」

- 現正領取普通長者生活津貼、但按社署記錄中未符合高額長生津的入息及資產限額
- 現正領取高齡津貼(生果金)/正領取傷殘津貼的 65 歲或以上長者
- 社署會在 5 月及 6 月發出**黃色通知書**，如符合入息和資產限額，可以郵遞方式申請轉為領取高額長生津
- 如於 2018 年 12 月 31 日或之前遞交申請而又符合申領資格，亦可獲發由 2017 年 5 月 1 日或合資格日期起(以較後者為準)的一筆過差額



### 第三階段：新申請



- 現時未有領取普通長者生活津貼、高齡津貼或傷殘津貼
- 2018 年 6 月起可親身前往社署或透過郵遞、傳真或電郵提交申請
- 給在 2018 年 12 月 31 日或之前遞交申請而又符合資格，同樣可獲發由 2017 年 5 月 1 日或合資格日期起(以較後者為準)的一筆過差額



# 循道衛理觀塘社會服務處

## 關懷長者中心

### 生前顧後計劃

計劃目的：透過活動協助長者探討「生命價值」及「生命意義」。另外，協助長者有計劃地安排身後事宜、復和關係，如有需要，將按其意願執行。

服務內容簡介：生前顧後專題講座、生命教育小組、遺囑及殯葬個案服務

如對上述服務有查詢，歡迎與劉姑娘聯絡。

### 「先知先覺<sup>®</sup>」認知障礙預防計劃義工招募

計劃目的：在社區中識別出有需要的長者，為他們提供早期介入服務，以致能減慢認知功能衰退，減低演變成認知障礙症的機會及延遲病發。

服務內容簡介：協助每週兩節認知訓練小組及一節運動小組。

歡迎有興趣人士為以上計劃提供義工服務。  
如對上述服務有查詢，歡迎與麥先生聯絡。



有關社區資訊及申請長期護理服務，可致電 2346 6775 與盧姑娘或陸先生聯絡。

### 約見社工時間

劉姑娘 (社區支援及福利申請) (生前顧後計劃)	麥先生 (先知先覺計劃)
逢星期一 上午 9:00-下午 12:30 下午 1:30-下午 5:00	逢星期四 上午 9:00-下午 12:30 下午 1:30-下午 5:00

如需約見約見社工，可致電預約。

地址：九龍牛頭角玉蓮臺第一座地下 G-003 室 電話：2342 2452