



香港明愛 安老服務  
明愛鄭承峰長者社區中心 (深水埗)  
2020 年 8 月通訊



明愛安老網址：<http://caritasse.org.hk/>  
使用 QR Code，即可登入明愛安老網址

開放時間：星期一至六(上午 8:00 至下午 6:00)  
地址：九龍深水埗保安道 383 號麗寶花園商場上層  
聯絡電話：☎2729-1211 / 3990-2110  
出版日期：2020 年 8 月 (第 270 期)

星期日及公眾假期休息  
傳真：2958-0561  
電郵：[secswme@caritassws.org.hk](mailto:secswme@caritassws.org.hk)  
出版數量：500 份



## 明愛知音

知識傳遞 🌸 音訊互達 🌸 心意相通



### 2020-21 年度 及 2021-22 年度之會員費安排

鑑於香港正面對新型冠狀病毒的挑戰，社會福利署特資助長者中心今年度的冷氣費，因此今年度已繳交\$40 會費的會員，將獲豁免 2021-2022 年度的會費，敬請留意。

如有任何查詢，歡迎與本中心職員聯絡。

		明愛鄭承峰長者社區中心 (深水埗)	
(愛★網)		會員編號：SSP88888	
姓名：	_____	性別：	_____
出生日期	_____		
有效年度 (以中心蓋印為準)			
2018	2019	2020	2021
2020	2021	2022	2023
中心電話：2729-1211			

8 月網會(YouTube 直播版)

主題: 口罩知多少

自從疫情於年初開始，口罩的供應不太穩定，年初時一罩難求，幸而到現在已經較容易買到口罩。但究竟自己買的口罩究竟有沒有用？什麼口罩才能有效阻擋病毒呢？口罩盒上面的標籤有如何分辨呢？

中心會於 8 月網會與大家一一拆解。



日期：2020 年 8 月 6 日(星期四)

時間：上午 10 時正至 11 時正 對象：中心會員

地點：網上直播【連結會於 15 分鐘前透過 Whatsapp 發出】



# 發展及教育服務



## 明愛長者暖萬心 2020



「施比受更為有福」，一年一度的明愛長者暖萬心籌款活動將會於 8-10 月期間在中心開始舉行，在疫情不穩定的情況下，中心更希望透過大家的善心幫助有需要的人。籌款活動除了有展愛關懷慈善基金有限公司的慈善演唱會之外，亦會有一年一度的慈善匯演繽紛 SHOW，而明愛長者暖萬心亦會舉行午宴活動，活動詳情如下：

### 展愛與關懷爭「峰」 網上慈善演唱會 2020

日期：8 月 22 日 (星期六)

時間：下午 2 時 30 分開始

【連結會於 15 分鐘前透過 Whatsapp 發出】

對象：中心會員及家人

內容：「展愛關懷」好歌之友為籌款錄製了一套精彩的演唱會節目。

將透過 YOUTUBE 作直播，長者可當日欣賞節目，歡迎長者作慈善捐贈。

負責職員：林慧妍姑娘 及 陳永泉先生



### 慈善匯演繽紛 SHOW 2020

日期：9 月 23 及 25 日 (星期三及五)

時間：下午 2 時正至下午 5 時正

地點：頌恩堂

費用：\$30 名額：180 人

對象：善長會員及家人、朋友

內容：讓善長會員可互相交流才藝，發揮潛能。會員與職員一同玩樂遊戲、慈善表演、幸運大抽獎等。

負責職員：陳家倫姑娘、何啟添先生  
及 陳永泉先生



### 明愛長者暖萬心 2020(中心版)午宴活動

日期：10 月 13 日 (星期二)

地點：長沙灣煌府(長沙灣道 650 號中國船舶大廈 1 樓)

時間：上午 9 時 30 分開始

內容：享用豐富午膳、慈善表演

交通：自行前往

對象：中心會員及家人

費用：\$210

名額：96 人(8 席)

負責職員：李奕權先生 及 李鳳琳姑娘 【9 月 7 日起接受報名】



**請留意，由於疫情關係，上述活動的確實舉辦詳情、報名時間等都可能有所調整，如有興趣的會員請留意中心的宣傳，或歡迎致電中心查詢。**

我其實都好想幫明愛籌款，但因為疫情咁唔穩定，D 活動聚餐、演唱會又唔知點，咁我可以點幫明愛籌款呀??



你都可以好似我咁，去中心取一份籌款表，為明愛安老服務籌募經費!!! 大家一齊支持明愛啦!!

# 長者支援服務

## 出走地圖網上直播

日期：8月10日(星期一) 負責職員：彭淑儀姑娘  
時間：下午3時正開始【連結會於15分鐘前透過Whatsapp發出】  
對象：會員 費用：免費 名額：不限  
內容：以視像直播聚會形式，一同認識世界不同的文化介紹，分享當地的風土人情，走進不同的文化領域，擴闊視野。



## 健康大使加油站網上直播

日期：8月14日(星期五) 負責職員：彭淑儀姑娘  
時間：下午3時正開始【連結會於15分鐘前透過Whatsapp發出】  
對象：健康大使 費用：免費 名額：20位  
內容：同工以視像直播聚會形式分享健康資訊主題，以及健康身心靈小貼士。



## 預防肌肉流失健康資訊網上直播

日期：8月21日(星期五) 負責職員：彭淑儀姑娘  
時間：下午3時正開始【連結會於15分鐘前透過Whatsapp發出】  
對象：會員 費用：免費 名額：不限  
內容：(1) 肌肉流失的成因和影響；(2) 肌肉流失和「肌肉減少症」的分別；  
(3) 預防肌肉流失的飲食及運動方法



## 醒目健視老友記講座及篩查服務

日期：8月24日(星期一) 負責職員：彭淑儀姑娘  
【日期暫定，待配合疫情的限聚令，有興趣會員可先致電報名】  
時間：下午2時正開始  
對象：會員 費用：免費 名額：不限  
內容：(1) 簡述影響長者視力的常見眼疾；  
(2) 探討因視力缺損帶來的困難及需要作出之適應；  
(3) 簡介支援視力缺損之社區資源及服務；  
(4) 示範與試用生活輔助用具及助視器



## 綠色殯葬服務講座

日期：8月26日(星期三) 負責職員：彭淑儀姑娘  
時間：下午2時30分開始  
對象：會員 費用：免費 名額：20人  
內容：由食物環境衛生署職員，傳遞有關綠色殯葬之信息。





# e 健樂 8 月活動

## 精神健康網上講座

日期：2020 年 8 月 12 日(星期三)

時間：下午 2 時 30 分開始【會以 Google Meet 進行】

對象：e 健樂會員

名額：30 人

內容：認識何謂精神健康，出席完講座會個別邀請參加共 6 堂的健康小組。

負責職員：陳家倫姑娘



### 溫馨提示【惡劣天氣安排】

活動開始前 2 小時，如懸掛紅色或黑色暴雨、三號或以上颱風訊號，活動將延期或取消。如有疑問，歡迎致電 2729-1211 查詢。



如對本中心服務有任何意見，  
懇請填妥表格交回中心或致電 2729 1211 與我們聯絡。



提供意見者姓名：\_\_\_\_\_ 聯絡電話：\_\_\_\_\_

意見：\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

備註：

1. 網會
2. 輔導服務活動 ☺
3. 長者支援服務之活動
4. 護老者外展及認知障礙症服務 ☆
5. 公益金資助活動 #
6. 賽馬會樂齡同行計劃 ☀
7. 賽馬會 e 健樂電子健康管理計劃 △



# 2020年8月份 時間表(上旬)



星期六  
8月1日(十二)

星期日	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六
8月2日 (十三)	8月3日(十四)	8月4日(十五)	8月5日(十六)	8月6日(十七)	8月7日(立秋)	8月8日(十九)
	<p>感恩有您行動</p>	<p>下午 2:30 長青學院網上 教室(書畫篇)</p>	<p>感恩有您行動</p>	<p>上午 10:00 8月網會 (Youtube 直播版)</p> <p>下午 2:30 長青學院網上 教室(英語篇)</p>	<p>感恩有您行動</p>	
8月9日 (二十)	8月10日(廿一)	8月11日(廿二)	8月12日(廿三)	8月13日(廿四)	8月14日(廿五)	8月15日(廿六)
	<p>下午 3:00 出走地圖 網上直播</p>	<p>下午 2:30 長青學院網上 教室(書畫篇 II)</p>	<p>下午 2:30 精神健康網上 講座△ 下午 2:30 長青學院 網上教室 (YOUTUBE 篇)</p>	<p>下午 2:30 長青學院網上 教室(英語篇 II)</p>	<p>下午 3:00 健康大使 加油站 網上直播</p>	

星期日	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六
8月16日 (廿七)	8月17日(廿八) 下午 2:30 長青學院 網上教室 (運動篇) 下午 2:30 燃點夕陽 之旅	8月18日(廿九) 下午 2:30 長青學院網上 教室(書畫篇II) 	8月19日(七月) 上午 10:00 愛禮愛信 網長會	8月20日(初二) 上午 10:00 愛善愛健 網長會 下午 2:30 長青學院網上 教室(英語篇II)	8月21日(初三) 上午 10:00 愛德愛心 網長會 下午 3:00 預防肌肉 流失健康 資訊網上 直播 	8月22日(處暑)  <b>下午 2:30 展愛與關懷 爭「峰」慈善 演唱會 2020</b>
8月23日 (初五) 	8月24日(初六) 下午 2:00 醒目健視 老友記講座 及篩查服務 下午 2:30 長青學院 網上教室 (運動篇) 下午 2:30 燃點夕陽 之旅	8月25日(初七) 上午 10:00 義工網上 大使會	8月26日(初八) 下午 2:30 綠色殯葬服務 講座 	8月27日(初九)	8月28日(初十) <b>感恩有您行動</b> 	8月29日(十一)
8月30日 (十二)	8月31日(十三) 下午 2:30 燃點夕陽 之旅 	<b>恆常活動</b> *暫停逢星期二 下午 2:30-4:00 智能平板悠閒閣 *暫停逢星期四 下午 1:30 「耆」藝茶聚館 *暫停逢星期五 下午 1:00-4:00 歡樂時光		<b>2020 年 8 月份 時間表 (下旬)</b>  		督印人： 張佩兒女士 (中心主任)  編輯組成員： 李奕權先生、 林慧妍姑娘、 麥智賢姑娘