



香港明愛 安老服務

明愛觀塘長者中心

2020年10月至11月



篇幅內容：

1. 封面及專題介紹

2. 活動介紹

3. 健康專區 / 社區資訊

4. 活動花絮

5. 服務質素標準介紹

6. 特別消息：

委員會選舉

7. 活動表(橫表)

8. 中心 / 職員動向

9. 意見表

10. 聖經金句

生前身後

我們走在生命的旅途上，面對生命終結是必然的課題，然而這是項沉重的課題。長者及家人以正面態度面對傳統對於死亡的禁忌及恐懼為自己及家人作好最好的預備及最壞的打算，給自己及家人可安然繼續好好生活。所謂長者四寶，它們是預設醫療指示、持久授權、遺囑及後事安排。

持久授權

持久授權書在授權人喪失精神行為能力後，並待受權人持有關持久授權書在高等法院登記後，持久授權書便開始及「持久」地有效，並賦予權力予受權人，繼續處理授權人的財政事務。

遺囑

遺囑是一份法律文件，用以列明一個人在身故後，其遺下的資產將如何被分配。

#以上兩項建議在律師見證下進行或請教你的律師了解有關法律意見。

預設醫療指示

目的是讓自己在精神上有能力作出決定時，指明自己一旦無能力作決定的時候，所希望接受的健康護理形式，例如在面臨生命即將結束時不施行心肺復甦，讓病者自然過世。現時香港政府完成諮詢並考慮立法。大家可以到醫院管理局與你的主診醫生查詢。

後事安排

為家人或自己安排殯葬安排，包括儀式、禮儀地點、相片、壽衣等等，給家人能明白自己對身後事的想法。

做好以上生命規劃「長者四寶」，讓親友知道自己對日後的醫療指示取向、後事安排等的意願，是一份對自己及家人的最好禮物，從而享有「三善人生」的福氣，積極地活出生命意義。

明愛安老服務 寧安服務計劃 中心督導主任 葉姑娘



九龍觀塘翠屏邨翠榕樓地下11-14A室
九龍觀塘翠屏邨翠桃樓平台 35-39號 (附屬中心)



<http://www.caritasse.org.hk/>



3998 3786



2727 3189
3998 4781 (附屬中心)



sest@caritassws.org.hk



印刷量400份

活動推介

中心直播服務

新型冠狀病毒的疫情於本港持續，因應社會福利署最新指引，為保障服務使用者的安全情況下，中心的活動暫時停止，但中心上下仍希望為在家抗疫的老友記增添快樂元素，因此抗疫期間逢星期一至五進行網上直播服務，歡迎會員安坐家中上網收看。



- 日期：**逢星期一至五
- 時間：**下午 2 時 30 分開始
- 地點：**鼓勵會員在家收看
- 內容：**每天由不同的中心職員負責相關主題分享
- 名額：**不限
- 費用：**免費
- 參加方法：**中心會於直播服務前 5 至 10 分鐘，以 WhatsApp 傳送直播網址至各會員的智能電話中，會員點擊網址即可收看。
- 備註：**如用智能電話的會員未能收到直播網址，可致電 2727 3189 查詢。

感恩小聚

明愛為天主教香港教區轄下慈善團體，特設小聚讓天主教徒的會員能聚首一堂。亦歡迎各位有興趣了解更多的會員參與

日期：10月28日，11月25日
(星期三)

時間：上午 10:00 至 11:00

地點：翠桃樓附屬中心

內容：招募中心天主教會員及邀請堂區人員參與，共同分享生活點滴及信仰。

名額：8名

費用：免費

負責職員：陳倚祈姑娘

為祖父母而設的幼兒 照顧訓練課程 延期安排

由於新型冠狀病毒的疫情於本港持續，「為祖父母而設的幼兒照顧訓練課程」的延期安排詳情如下：

課堂日期：2021年3月9、16、23、30日
2021年4月13、20、27日
(逢星期二) 2021年5月11、18、25日

結業禮日期：2021年5月29日(星期六)

課程亦繼續歡迎有興趣人士致電 **2727 3189** 與蘇先生查詢詳情或預留參加名額。

心靈綠洲

明愛安老服務的寧安服務計劃本著「以人為本、善生福終」的精神，讓他們有尊嚴及自信地生活下去。

寧安服務亦引入「四道人生」— 道愛、道謝、道歉、道別四個理念推行生命教育活動，以提升長者的靈性質素，讓他們能以正面態度面對生活的挑戰，為生命做最好預備。

日期：2020年10月27日(星期二) · 11月12日(星期四)

時間：下午 2:30 至 4:00

地點：翠桃樓附屬中心

名額：20人

內容：透過音樂分享，讓參加者對生命有深一重的啟發，加強生命教育，提升對寧安服務的認識。

費用：免費

負責職員：葉佩欣姑娘

委員會選舉

因為受疫情影響，2020 年至 2021 年
度的委員會選舉暫停，而上一屆委員會
的成員將會連任延任一年。



健康專區

感染新冠狀病毒後會有什麼症狀？

冠狀病毒的症狀有異，需視乎病情的嚴重程度而定，而常見的臨床表現包括發燒、咳嗽、氣促和呼吸困難等。較為嚴重的病例中，感染後可致肺炎、嚴重急性呼吸綜合症、腎衰竭，甚至死亡。



如果出現發燒、乏力及乾咳等臨床表現，是否意味著已受感

大部分呼吸道疾病均會出現發燒、乏力、乾咳等症狀，需要醫生根據發病前的活動情況、有否接觸過可疑病例、實驗室檢測結果等信息來綜合判斷。因此，一旦出現疑似新型冠狀病毒感染的症狀，應做好防護措施並及時求醫，別過於驚慌。



咳嗽和打噴嚏時要注意甚麼？

咳嗽和打噴嚏時，含有病毒的飛沫可散佈到大約 2 米範圍內的空氣中，周遭的人可因吸入這些飛沫而被感染，故此有 3 大注意事項：

1. 打噴嚏和咳嗽時應用紙巾或手臂（而非雙手）遮掩口鼻
2. 把打噴嚏和咳嗽時用過的紙巾放入有蓋的垃圾桶內
3. 打噴嚏和咳嗽後最好用洗手液或肥皂徹底清洗雙手



明愛觀塘長者中心

長青學院 2020年10月至11月份

地址：觀塘翠屏邨翠榕樓 11-14 號地下 及 翠桃樓平台 35-39 號 (附屬中心)
電話：2727 3189 傳真：3998 3786

木箱鼓中班

日期：10月：27日
11月：3、10、17、24日
12月：1、8、15日
(逢星期二)(共8堂)
時間：上午 10:00 – 11:00
上課地點：翠桃樓附屬中心
內容：學習木箱鼓演奏方法，陶冶性情
導師：李穎汶
收費：會員 40 元、非會員 \$60
名額：6 人

塑膠彩班

日期：10月：19日
11月：2、9、16、23、30日
12月：7、14日
(逢星期一)(共8堂)
時間：下午 2:00 – 下午 3:30
地點：翠桃樓附屬中心
內容：教授學員採用塑膠彩，繪畫出精緻美麗的圖畫
導師：梁偉銳
收費：會員 \$160 元、非會員 \$176
(不包材料)
名額：10 人

2020年10-11月份之課程可於2020年10月中到本中心報名或查詢。

八段錦

日期：11月：13、20、27日
12月：14日
(逢星期五)(共4堂)
時間：下午 2:00 – 3:00
地點：翠桃樓附屬中心
內容：中國傳統的保健養生運動，強調固本培元，利用呼吸、肢體運動和意識來調整身體機能，強健體魄
導師：鄺群儀
收費：會員 \$45、非會員 \$65
名額：10 人



中國歷史知多少

日期：10月：31日
11月：7、14、21、28日
12月：5、12、19日
(逢星期六)(共8堂)
時間：上午 11:15 - 12:15
上課地點：翠桃樓附屬中心
內容：認識祖國歷史，培養祖國情懷
導師：梁美如
收費：會員 \$40、非會員 \$60
名額：15 人

*因應疫情發展，

班組報名及上課時間可能會有所延期。*



明愛觀塘長者中心

長青學院 2020年10至12月份課

地址：觀塘翠屏邨翠榕樓 11-14 號地下 及 翠桃樓平台 35-39 號 (附屬中心)

電話：2727 3189

傳真：3998 3786

國畫山水班

日期：10月：19日
11月：2、9、16、23、30日
12月：7、14日
(逢星期一)(共8堂)

時間：上午 9:15 - 10:45

上課地點：翠桃樓附屬中心

內容：教授山水畫技法，由淺入深、循序漸進，每堂示範。

導師：梁偉銳

收費：會員\$160元、非會員\$176
(不包材料)

名額：12人

書法班

日期：10月：19日
11月：2、9、16、23、30日
12月：7、14日
(逢星期一)(共8堂)

時間：上午 10:45 - 下午 12:15

上課地點：翠桃樓附屬中心

內容：教授學員書寫行書、並學習書法基本功，如執筆、筆劃次序等技巧。

導師：梁偉銳

收費：會員\$160元、非會員\$176
(不包材料)

名額：12人

報名地點：翠屏邨翠榕樓 11-14 號地下

*因應疫情發展，
班組報名及上課時間可能會有所延期*

會員優先報名，如
報名人數過多將會
以抽籤決定。

初級木箱鼓班

日期：10月：30日
11月：6、13、20、27日
12月：4、11、18日
(逢星期五)(共8堂)

時間：下午 3:00 - 4:00 (A)
下午 4:00 - 5:00 (B)

上課地點：翠桃樓附屬中心

內容：學習木箱鼓拍打技巧及演奏方法，陶冶性情

導師：李穎汶

收費：會員 40 元、非會員\$60

名額：6人

普通話班

日期：11月：17、24日
12月：1、8日
(逢星期二)(共4堂)

時間：下午 2:30 - 3:30

上課地點：翠桃樓附屬中心

內容：學習基本拼音(聲調、聲母、韻母、拼音、變調)及掌握基本生活用語。

導師：曹龍元

收費：會員 45 元、非會員\$65

名額：10人

3. 活動花絮



2020年7月22日 口罩知多少



2020年7月24日 400次咖啡



2020年7月20日 萬字夾的用



2020年7月21日 中心美化全面睇



2020年7月23日 健身工房



好味有營生果 2020年7月27日



2020年7月28日 橡筋小百科



2020年8月3日 趣味小玩意

線上

自疫情以來，明白大家在家較為沉悶，希望線上直播能為大家帶來一點歡樂。



2020年7月29日 掙扎



2020年7月31日 家居清潔知多少



2020年7月30日 創意無限



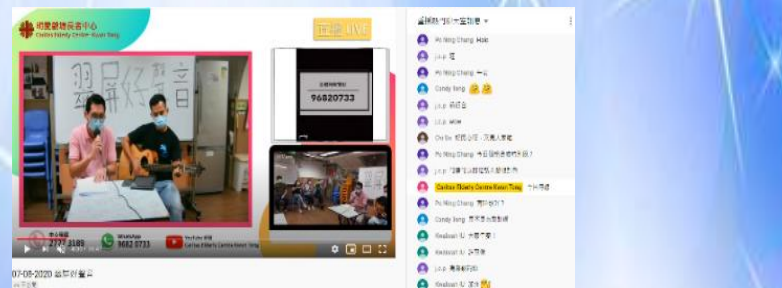
2020年8月4日 公平選舉你要知



2020年8月6日 創意手工



2020年8月5日 各地文化小百科



2020年8月7日 翠屏好聲音



2020年8月25日 兒時小玩意



2020年8月13日心靈綠洲 - 道謝



2020年8月18日 認知知多D



2020年8月12日好書分享會



2020年8月11日 有營生活



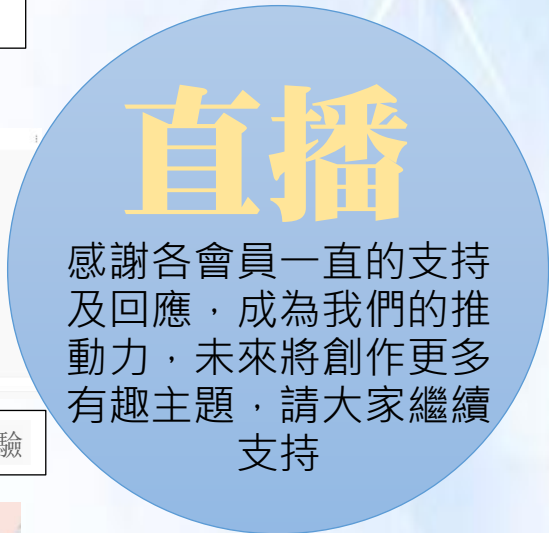
2020年8月20日最具爭議性的食物



2020年8月24日 懷舊小食



2020年8月14日 生活趣味小實驗



2020年8月17日 水果保存&清洗方法



2020年8月10日 你想點唱就點唱



2020年8月21日 味分高下



2020年8月27日 香港街市大字典



2020年8月28日 神奇剝蛋



2020年9月1日 9月例會

在肺炎疫情及限聚令政策下，中心雖然未能舉辦中秋節活動與會員共度佳節，但亦沒有減少機構關懷長者的熱心，感謝點滴是生命的慷慨捐輸，為長者送上中秋防疫福袋。



善長蔡小姐口罩

受到疫情影響，防疫物資需不應求；感謝善長蔡女士捐贈一批口罩給予中心會員。口罩在8月份已派發，而福米則於9月份派發，期望能解決長者的燃眉之急。雖然疫情稍為緩和，但大家都不能鬆懈！記得出門帶口罩、勤洗手，注意個人衛生，減低感染風險。最後祝福各位身體健康，生活愉快~~~希望不久將來在中心同再次相聚！





服務質素知多 D



在管理及提供服務方面，「服務質素標準」訂明了福利服務單位應具備的運作及服務質素水平。現時共有十六項「服務質素標準」，這些「準則」及「評估指標」均為一般性基本要求，服務營辦機構可根據各要求，以合適的方法應用於個別服務類別或服務單位中，以符合所有「服務質素標準」的要求。

今期通訊為大家介紹：

服務質素標準(十二) — 知情的選擇

服務單位盡量尊重服務使用者知情下作出服務選擇的權利。

12.1 服務單位備有政策及程序，以能在適當時間向服務使用者提供與單位運作有關而會影響他們所獲服務的資料。

12.2 服務單位備有政策及程序，讓服務使用者在合適的情況下有機會根據所獲服務的資料作出選擇及決定，而該政策及程序可供他們閱覽。

服務質素標準(十三) — 私人財產

服務單位尊重服務使用者的私人財產權利。

13.1 未經服務使用者同意，服務單位不容許服務使用者的私人物品被當作公家物品使用。

13.2 如情況合適，服務單位應讓服務使用者有機會將私人財物存放在安全妥當的地方，或通知服務使用者小心保管自己的私人財物。

13.3 如服務單位有責任向服務使用者收款及／或代服務使用者管理其金錢及其他貴重物品，應制訂適當的程序和監管方法，並嚴格執行。

5.4 本中心有職員訓練政策及職員訓練與發展訓練。

崔允然先生 (高級督導主任)

雷達權先生 (督導主任)

張玉明先生 (督導主任)

張雪凝姑娘 (社會工作員)

蘇尚輕先生 (社會工作員)

陳佳恩姑娘 (社會工作員)

梁芷橋姑娘 (社會工作員)

陳 煒先生 (一級活動幹事)

陳倚祈姑娘 (一級活動幹事)

鍾寶寧姑娘 (一級活動幹事)

何世文先生 (資訊科技大使)

黎婉芬姑娘 (二級行政助理)

梁淑嬋姑娘 (保健員)

陳曉菊姑娘 (二級服務員)

唐 榮姑娘 (護理助理)



2020年10月份例會、小組及特別活動一覽表



日	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六
				1(八月十五)	2(十六)	3(十七)
	*外出活動			國慶日	中秋節翌日	
	以上活動或會因應情況有所更改，請留意中心最新資料。					
4	5(十九)	6(二十)	7(廿一)	8(廿二)	9(廿三)	10(廿四)
	2:30-3:00 線上直播(榕)	2:30-4:00 例會直播	10:00-11:30 e健樂之「煮」得有營豆腐篇(線上) 2:30-3:00 線上直播(榕)	10:00-11:00 e健樂之線上太極班 2:30-3:00 線上直播(榕)	10:00-12:00 7-9月生日會(榕) 2:30-3:00 線上直播(榕)	
11	12(廿六)	13(廿七)	14(廿八)	15(廿九)	16(三十)	17(九月初一)
	2:30-3:00 線上直播(榕)	10:00-11:00 趕走頸緊膊痛及腰酸背痛講座(線上) 2:30-3:30 護老動力坊：預防長者跌倒(榕)	2:30-3:00 線上直播(榕)	10:00-11:00 e健樂之線上太極班	2:30-3:00 線上直播(榕)	
18	19(初三)	20(初四)	21(初五)	22(初六)	23(初七霜降)	24(初八)
	9:15-10:45 國畫山水班1(桃) 10:45-12:15 書法班1(桃) 2:00-3:30 塑膠彩1(桃) 2:30-3:00 線上直播(榕)		10:00-11:00 健康講座:自助按摩(桃) 2:30-3:00 線上直播(榕)	10:00-11:00 e健樂之線上太極班 2:30-3:00 線上直播(榕) 2:00-3:00 護老天地：齊來保健護健康	2:30-3:00 線上直播(榕)	
25	26(初十)	27(十一)	28(十二)	29(十三)	30(十四)	31(十五)
重陽節	重陽節	10:00-11:00 疼痛舒緩與運動講座(線上) 10:00-11:00 木箱鼓中班1(桃) 2:30-3:30 長者友善小組(桃) 2:30-5:00 護老購物日(榕) 2:00-4:00 心靈綠洲(桃)	10:00-11:00 感恩小聚(桃) 3:00-4:00 網長會(桃) 3:45-4:30 千奇百趣星期三(榕) 2:30-3:00 線上直播(榕)	10:00-11:00 e健樂之線上太極班 10:30-11:30 長者友善(榕) 12:00-12:30 數碼大使 3:00-4:00 愛心義工(榕)	10:00-10:30 線上直播長聯Youtuber 3:30-4:30 男人話事(榕) 3:00-4:00 A初級木箱鼓班1(桃) 4:00-5:00 B初級木箱鼓班1(桃) 2:30-3:00 線上直播(榕)	11:15-12:15 中國歷史知多少1(榕)



2020年11月份例會、小組及特別活動一覽表



日	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六	
1	2	3	4	5	6	7	
	9:15-10:45 國畫山水班2(桃) 10:45-12:15 書法班2(桃) 2:00-3:30 塑膠彩2(桃)	10:00-11:00 木箱鼓中班2(桃) 2:30-3:00 例會直播	2:30-3:00 線上直播(榕)		3:00-4:00 A初級木箱鼓班2(桃) 4:00-5:00 B初級木箱鼓班2(桃)	11:15-12:15 中國歷史知多少2(榕)	
8	9	10	11	12	13	14	
	9:15-10:45 國畫山水班3(桃) 10:45-12:15 書法班3(桃) 2:00-3:30 塑膠彩3(桃)	10:00-11:00 木箱鼓中班3(桃)	2:30-3:00 線上直播(榕)	2:00-4:00 心靈綠洲(桃)	11:00-12:00 e健樂之痛風 飲食錦囊(線上) 10:00-11:00 八段錦1(桃) 3:00-4:00 A初級木箱鼓班3(桃) 4:00-5:00 B初級木箱鼓班3(桃)	11:15-12:15 中國歷史知多少3(榕)	
15	16	17	18	19	20	21	
	9:15-10:45 國畫山水班4(桃) 10:45-12:15 書法班4(桃) 2:00-3:30 塑膠彩4(桃)	10:00-11:00 木箱鼓中班4(桃) 2:30-3:30 普通話班(桃)	10:00-11:00 健康講座: 長者常見眼疾及 護眼之道(桃) 2:30-3:00 線上直播(榕)		10:00-11:00 八段錦2(桃) 3:00-4:00 A初級木箱鼓班4(桃) 4:00-5:00 B初級木箱鼓班4(桃)	11:15-12:15 中國歷史知多少4(榕)	
22	23	24	25	26	27	28	
	9:15-10:45 國畫山水班5(桃) 10:45-12:15 書法班5(桃) 2:00-3:30 塑膠彩5(桃)	10:00-11:00 木箱鼓中班5(桃) 2:30-3:30 普通話班(桃) 2:30-3:30 長者友善小組(桃)	10:00-11:00 感恩小聚(桃) 2:30-3:00 線上直播(榕) 3:00-4:00 網長會(桃)	10:30-11:30 長者友善(榕) 12:00-12:30 數碼大使 3:00-4:00 愛心義工(榕)	10:00-11:00 八段錦3(桃) 10:00-10:30 線上直播長聯Youtuber 3:30-4:30 男人話事(榕) 3:00-4:00 A初級木箱鼓班5(桃) 4:00-5:00 B初級木箱鼓班5(桃)	11:15-12:15 中國歷史知多少5(榕)	
29	30	*外出活動					
以下活動或會因應情況有所更改，請留意中心最新資料。							



明愛觀塘長者中心 2020年10月活動介紹



地址：九龍觀塘翠屏邨翠榕樓地下11-14A室 及 九龍觀塘翠屏邨翠桃樓平台35-39號(附屬中心)
電話：2727 3189 傳真：3998 3786



報名方法：不須報名·歡迎前來參與

性質	活動名稱	日期(星期)	時間	地點	內容 / 主題	負責職員	費用	名額
認知	e健樂之「煮」得有營-豆腐篇(線上)	10月7日(二)	上午 10:00-11:30	線上	透過線上直播和老友記分享有營養的食譜及煮法。	陳先生	免費	20位
健康	e健樂之醒神太極班	10月15,22,29日(四)	上午 10:00-11:00	線上	太極導師以線上形式教導會員了解及認識太極的正確姿勢以達促進參加者身心健康·e健樂會員優先。	陳先生	免費	15位
	健康講座 「自助按摩」	10月21日(三)	上午 10:00-11:00	翠桃 附屬中心	由衛生署外展護士講解正確的按摩方法及用途。	陳先生	免費	20位
社交 康樂	線上直播	逢星期一·三·五	下午 3:45-4:30	本中心	透過職員播放不同的短片及與會員討論短片內容增加會員對社會事物的認識。	各職員	免費	30位
	心靈綠洲	10月27日(二)	下午 2:00-4:00	翠桃 附屬中心	透過音樂分享·讓參加者對生命有深一重的啟發·加強生命教育·提升對寧的們對寧安服務的認識。	鍾姑娘	免費	20位
	感恩小聚	10月28日(三)	上午 10:00-11:00	翠桃 附屬中心	透過互相分享及認識·讓天主教徒能更了解對方·守望相助。	陳姑娘 鍾姑娘	免費	20位
	男人話事	10月30日(五)	下午 3:30-4:30	本中心	每月分享男性主題·歡欣暢聚(歡迎男士會員參加)	蘇先生	免費	10位
教育	線上直播長聯 Youtuber	10月30日(五)	上午 10:00-10:30	本中心	透過收看由長者聯會籌劃的網上關社平台·網上直播關注和參與近期有關長者的政策議題和熱話·是月主題為「財政預算案」。	陳姑娘	免費	人數 不限

報名方法：請與負責職員報名



性質	活動名稱	日期(星期)	時間	地點	內容 / 主題	負責職員	費用	名額
義工	數碼大使	10月29日(四)	下午 12:00-12:30	本中心	義工使用平板電腦以為有需要長者提供認知訓練·以及推廣長者運用樂齡科技於日常生活中。	蘇先生 陳姑娘	免費	12位
	長者友善	10月29日(四)	下午 2:30-3:30	翠桃 附屬中心	介紹長者友善訊息	陳姑娘	免費	10位
	愛心義工	10月29日(四)	下午 03:00- 04:00	本中心	與義工一同開會·計劃中心未來的義工服務	張姑娘	免費	20位
	網長會	10月28日(三)	下午 3:00-4:00	本中心	透過電話方式聯繫及關懷會員。	萬姑娘 陳姑娘	免費	36位

例會 ~ 2020年10月份-11月份 (舉行地點：翠桃附屬中心)



組別	日期		時間	星期	樓座
希望組	10月6日	11月3日	下午2:30 - 4:00	二	
美滿組	10月7日	11月4日	上午9:30 - 11:00	三	翠梓樓、翠柳樓、翠楊樓、翠榴樓及翠栢樓高低座
喜樂組			下午2:30 - 4:00		
平安組及豐盛組	10月9日	11月6日	上午9:30 - 11:00	五	翠梅樓、翠榆樓、翠校樓、翠柏樓、翠樟樓及翠屏邨以外





明愛觀塘長者中心 2020年11月活動介紹



地址：九龍觀塘翠屏邨翠榕樓地下11-14A室 及 九龍觀塘翠屏邨翠桃樓平台 35-39號(附屬中心)
電話：2727 3189 傳真：3998 3786



報名方法：不須報名，歡迎前來參與



性質	活動名稱	日期(星期)	時間	地點	內容 / 主題	負責職員	費用	名額
健康	e健康之痛風飲食錦囊(線上)	11月13日(五)	上午 11:00-12:00	線上	透過線上直播和會員分享患有痛風症的飲食錦囊。	陳先生	免費	20位
	健康講座「長者常見眼疾及護眼之道」	11月18日(三)	上午 10:00-11:00	翠桃附屬中心	由衛生署外展護士講解長者常見的眼疾，例如老花、青光眼、及常注意的護眼之道。	陳先生	免費	20位
社交康樂	線上直播	逢星期三	下午 3:45-4:30	本中心	透過職員播放不同的短片及與會員討論短片內容增加會員對社會事物的認識。	各職員	免費	30位
	心靈綠洲	11月8日(四)	下午 2:00-4:00	翠桃附屬中心	透過音樂分享，讓參加者對生命有深一重的啟發，加強生命教育，提升對寧靜的們對寧安服務的認識。	鍾姑娘	免費	20位
	感恩小聚	11月12日(三)	上午 10:00-11:00	翠桃附屬中心	透過互相分享及認識，讓天主教徒能更了解對方，守望相助。	陳姑娘 鍾姑娘	免費	20位
	男人話事	11月27日(五)	下午 3:30-4:30	本中心	每月分享男性主題，歡欣暢聚（歡迎男士會員參加）	蘇先生	免費	10位
教育	線上直播長聯Youtuber	11月27日(五)	上午 10:00-10:30	本中心	透過收看由長者聯會籌劃的網上開社平台，網上直播關注和參與近期有關長者的政策議題和熱話，是月主題為「財政預算案」。	陳姑娘	免費	人數不限

報名方法：請與負責職員報名



性質	活動名稱	日期(星期)	時間	地點	內容 / 主題	負責職員	費用	名額
義工	數碼大使	11月26日(四)	下午 12:00-12:30	本中心	義工使用平板電腦以為有需要長者提供認知訓練，以及推廣長者運用樂齡科技於日常生活中。	蘇先生 陳姑娘	免費	12位
	長者友善	11月26日(四)	下午 2:30-3:30	翠桃附屬中心	介紹長者友善訊息	陳姑娘	免費	10位
	愛心義工	11月26日(四)	下午 03:00-04:00	本中心	與義工一同開會，計劃中心未來的義工服務	張姑娘	免費	20位
	網長會	11月25日(三)	下午 3:00-4:00	本中心	透過電話方式聯繫及關懷會員。	萬姑娘 陳姑娘	免費	36位

例會 ~ 2020年11月份-12月份 (舉行地點：翠桃附屬中心)



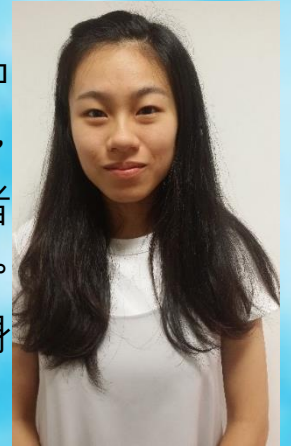
組別	日期		時間	星期	樓座
希望組	11月3日	12月1日	下午2:30 - 4:00	二	翠榕樓
美滿組	11月4日	12月2日	上午9:30 - 11:00	三	翠梓樓、翠柳樓、翠楊樓、翠桐樓及翠楠樓高低座
喜樂組			下午2:30 - 4:00		
平安組及豐盛組	11月6日	12月4日	上午9:30 - 11:00	五	翠梅樓、翠榆樓、翠松樓、翠柏樓、翠樟樓及翠屏邨以外



中心職員動向

親愛的老友記：

大家好，我是萬姑娘。很高興能加入明愛觀塘長者中心的大家庭，在短短數年間和大家營造了很多歡笑聲，十分難忘。今年九月份我將調職至明愛賽馬會照顧者資源及支援中心工作，繼續服務社區上有需要的人士。最後，衷心多謝每位同事及老友記的幫助，祝大家身體健康，喜愛平安。



各位老友記大家好！我是十月份初來中心報到的社工梁芷橋，您們可以稱呼我為梁姑娘！受疫情影響，暫時未能與大家在中心見面，唯有先在月刊跟大家打聲招呼。祝大家身體健康，期待與大家在中心見面！

大家好，我係 Edmond，大家都可以叫我做呀文。我係新入職明愛觀塘長者中心嘅資訊科技大使。依家疫情關係，希望大家都可以踴躍參加網上嘅活動。我哋暫時喺網上相見先，等疫情過後再喺中心嘅活動見大家。



金句

孩子們，我們愛，不可只用言語，也不可只用口舌，而要用行動和事實。

若望一書 第三章十八節

歡迎與我們聯絡！

意見表

請各位大家繼續支持！



如有任何心聲／讚賞，可請填妥表格交回中心或致電 2727 3189 與我們聯絡，多謝！

心聲／讚賞：_____

姓名：_____

聯絡電話：_____