



香港明愛安老服務
明愛天悅長者中心



明愛安老服務網址：
<http://www.caritasse.org.hk>

悅刊

2020年

11月

社區資源 你要知

有關福利金的申請事宜，可聯絡就近之社會福利署—社會保障辦事處，而天水圍區內共兩間辦事處：

南天水圍社會保障辦事處

地址：天水圍天耀邨耀豐樓地下
電話：3595 2351

北天水圍社會保障辦事處

地址：天水圍天晴邨服務設施大樓
地下G02室
電話：2443 2604

生果金？
關愛牙科？

點樣申請
呀？



詳情可查閱下一版

免費訂閱



開放時間：上午9時至下午6時



地址：天水圍天悅邨服務設施大樓1樓



電話：3160 4100



傳真：3160 4101



電郵：sety@caritassws.org.hk



出版日期：2020年10月



印刷數量：500份



督印人：敖巧兒



編輯：全體職員

專題介紹：長者福利資訊

P.1-P.2

活動介紹

P.2-P.8

服務質素標準SQS

P.8

中心、職員動向

P.9

特別消息

P.10-P.11

義工服務、意見表、聖經金句

P.12

長者優惠

為了推動敬老愛老的精神及促進社會人士關懷長者的需要，香港社會服務聯會與各安老服務機構於每年十一月第三個星期日舉辦「長者日」，換言之今年為二零二零年十一月二十一日進行。

現在，一起來看一看長者現時有那些福利：
(由2020年2月1日生效)



高齡津貼

受惠條件：



年滿 70 歲或以上 (毋須入息及資產審查)
內容：

每月金額\$1,435

普通長者生活津貼

受惠條件：



年滿 65 歲或以上
單身：資產限額\$355,000 入息限額\$8,690
夫婦：資產限額\$539,000 入息限額\$13,860

內容：

每月金額\$2,770

高額長者生活津貼

受惠條件：



年滿 65 歲或以上
單身：資產限額\$155,000入息限額\$8,690
夫婦：資產限額\$235,000入息限額\$13,860

內容：

每月金額\$3,715

醫療券

受惠條件：

年滿 65 歲或以上長者

內容：

每年金額\$2,000
累積金額上限為\$8,000



長者綜援

受惠條件：



年滿 65 歲或以上
資產限額：
1) 單身：\$50,000
2) 2位長者合住：\$75,000
(申請人及家庭成員須符合相關的入息及資產審查)

內容：

健全的單身長者每月可獲\$3,495 或其他補助津貼

關愛基金長者牙科服務資助

受惠條件：

關愛基金

長者牙科服務資助項目

請向我們的醫護人員查詢

年滿 65 歲或以上
最近連續三個月正領取長者生活津貼
(申請人需從未受惠於關愛基金資助的長者牙科服務及衛生署的「長者牙科外展服務計劃」);

內容：

免費鑲活動假牙及接受其他相關的牙科診療服務

豁免公立醫院及診所費用

受惠條件：

年滿 75 歲或以上之高額長者生活津貼受惠人或持有「高額長者生活津貼受惠人醫療費用豁免證明書」之人士

內容：

無須另行作出申請
(只須於每次登記求診時通知醫院／診所職員乃符合醫療費用豁免資格人士，並出示身份證明文件)



醫院管理局
HOSPITAL
AUTHORITY

活動介紹

如想報名活動，請致電中心31604100報名~



中心現設新「護老有您whatsapp專線」，專線號碼64397565，註明以whatsapp短片發放的護老者活動，會經此專線發放。

護老者

護老有您：走得好？

(香港老年學會 及賽馬會屋苑關顧護老計劃 合辦)

日期：2020年11月4日

時間：下午2時30分

內容：認識紓緩治療、預設醫療指示、持久授權書、平安紙等。

名額：10人

地點：中心活動室

對象：護老者會員優先

負責職員：謝金齡姑娘



護老者

護老有您：長者友善家居

(香港老年學會 及馬會屋苑關顧護老計劃 合辦)

日期：2020年11月18日

時間：下午2時30分

活動內容：介紹長者友善及安全的家居環境、有助提升長者活動及治理能力的家居設計。

名額：10人

地點：中心活動室

對象：護老者會員優先

負責職員：謝金齡姑娘



護老者

全港優秀外傭及友善鄰里嘉許禮2020

日期：2020年11月24日

時間：下午2時15分

活動內容：來中心觀看線上士播，參與即場投票遊戲、嘉許環節、感恩片段。

名額：8人

地點：中心活動室

對象：護老者會員優先

負責職員：謝金齡姑娘



活動介紹

如想報名活動，請致電中心31604100報名~

E 健樂

e健樂-糖尿病飲食錦囊

日期：2020年11月11日

時間：下午2時30分

地點：Zoom (Online) 或中心活動室

內容：認識糖尿病的種類及預防方法，如何為糖尿病患者選購食物，以及糖尿病常見的飲食謬誤，糖尿病健康食譜推薦。

名額：10人

職員：鄧藹婷姑娘



E 健樂

e健樂-註冊護士健康檢測服務

日期：2020年11月13日

時間：下午2時30分

地點：中心活動室

內容：量度血含氧量，肺功能初步檢測，心電圖檢測，提供專業的醫療意見給予測試者作參考。

名額：20人（分時段，分人數）

職員：鄧藹婷姑娘



E 健樂

e健樂-音樂舒壓工作坊

日期：2020年11月11日，18日，25日

時間：上午10時15分

地點：中心活動室

內容：通過音樂療法緩解情緒和調節情緒，使用音樂療法放鬆身心。

名額：10人

職員：鄧藹婷姑娘



E 健樂

e健樂-高血壓飲食錦囊

日期：2020年11月19日

時間：下午2時30分

地點：中心活動室

內容：認識高血壓的分類及預防方法，如何為高血壓患者選購食物。高血壓患者如何避免飲食陷阱，健康食譜推薦。

名額：10人

職員：鄧藹婷姑娘



活動介紹

如想報名活動，請致電中心31604100報名~

科技資訊
大使計劃

基礎智能手機班 A

日期：2020年11月9日，16日，23日

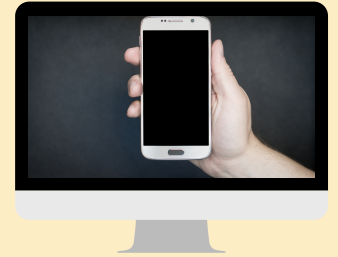
時間：下午2時30分

地點：中心電腦室

內容：主要教授手機內置功能，Play 商店教學使用及GOOGLE系統使用。

名額：6人

職員：黃雅雯姑娘



科技資訊
大使計劃

基礎智能手機班 B

日期：2020年11月9日，16日，23日

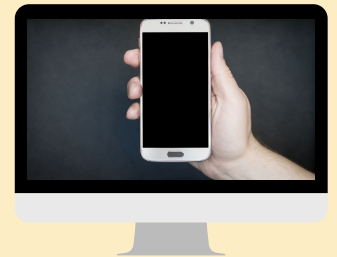
時間：下午3時45分

地點：中心電腦室

內容：主要教授手機內置功能，Play 商店教學使用及GOOGLE系統使用。

名額：6人

職員：黃雅雯姑娘



科技資訊
大使計劃

HKTVMALL網上購物(手機版)

日期：2020年11月13日，20日，27日

時間：下午2時

地點：中心電腦室

內容：課程會教授關於完整HKTVMALL註冊、結帳、集運、退換貨教學

名額：8人

職員：黃雅雯姑娘



科技資訊
大使計劃

中級智能手機班 A+B

日期：2020年11月10日，17日，24日

時間：下午2時30分及下午3時45分

地點：中心電腦室

內容：要教授手機內置功能，日常生活APP教學(如:九巴,MTR APP)長輩圖教學(節日賀圖)，主要用內置修圖功能。

名額：6人

職員：黃雅雯姑娘



活動介紹

如想報名活動，請致電中心31604100報名~

中心

「悅」做「悅」健康(線上直播版)

日期：2020年11月3日，10日，17日，24日

時間：下午3時30分

地點：Youtube直播

內容：以線上直播的方式，分享健康資訊及簡易家居運動。

名額：毋需報名(於活動前5分鐘，中心會將連結以WHATSAPP分式發送)

職員：鍾焯樺先生



中心

時事三點三(線上直播版)

日期：2020年11月5日，12日，19日，26日

時間：下午3時30分

地點：Youtube直播

內容：以線上直播的方式，分享長者福利及時事新聞資訊，亦分享近期社會熱話及與長者息息相關的資訊。

名額：毋需報名(於活動前5分鐘，中心會將連結以WHATSAPP分式發送)

職員：鍾焯樺先生



中心

義工剪髮

日期：2020年11月12日

時間：上午10時

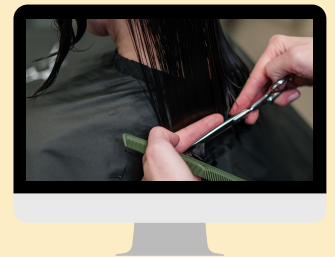
地點：本中心活動室

費用：\$5

名額：15位

內容：由多位國際社義工為長者會員提供廉價的剪髮服務。

職員：吳嘉咏姑娘



中心

「認知友善好友」分享會

日期：2020年11月10日，17日，24日

時間：下午4時

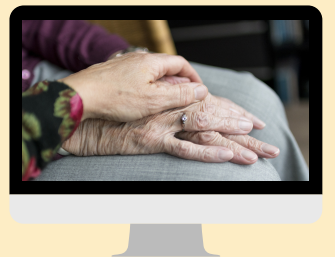
地點：本中心活動室

名額：每場10人

對象：對認知或記性關注之會員

內容：認識認知障礙帶來的影響，透過遊戲活動反思與認知障礙相處時的迷思。(註：三場的內容完成一樣，報名一場即可)

職員：羅家熙先生



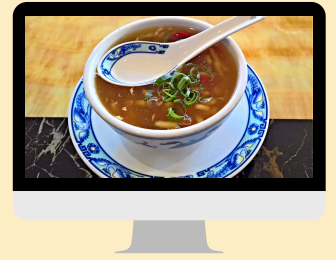
活動介紹

如想報名活動，請致電中心31604100報名~

中心

每月靚湯：螺頭煲雞瘦肉湯

日期：2020年11月19日
時間：下午2時
地點：本中心活動室
內容：外賣湯品給中心會員
費用：\$8
職員：羅佩兒姑娘，黃雅雯姑娘



中心

天悅與你齊賀壽

日期：2020年11月內
時間：上午9時至下午5時
地點：本中心
內容：11月生日之長者到中心領取生日福麵。
職員：鍾焯樺先生



中心

明愛長者聯會線上論壇

日期：2020年11月27日
時間：上午10時
地點：Youtube 直播
內容：與全港明愛長者在互聯網上一起討論社會事時政治及長者福利。
職員：潘嘉明先生



中心

2020年12月專題月會(網上直播)

發放日期：2020年12月1日
發放時間：上午9時30分

- ➔ Youtube直播連結鏈會於活動當日上午9時15分透過中心Whatsapp向大家發放，屆時請會員使用智能手機按一下連結鏈便可觀看Youtube直播。
- ➔ 如當日未能於上午9時30分觀看，可之後再按下連結鏈翻看。



SQS 服務質素標準

明愛天悅長者中心的SQS「服務質素標準」共有16項標準。訂明這16項標準的目的是為了提高中心管理及提供服務應具備的質素水平。中心會透過不同的形式，例如是每月通訊，向各位老友記同公眾人士定期分享中心不同的「服務質素標準」。

SQS 11 評估服務使用者的需要

服務單位運用有計劃的方法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）。

SQS 12 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。



服務質素標準問一問

● ● ● 問：中心會評估會員哪方面有需要？ (SQS11)

說明：為達成評估服務使用者需要的政策，中心會定期評估服務使用者的需要。中心亦會聽取服務使用者及社區人士提出的意見和期望。例如在發展、教育、支援、社交及康樂的需要，以協助中心會員獲得優質的生活、促進參與及發展潛能。

問：中心如何尊重服務使用者知情下作出服務選擇的權利？ (SQS 12)

說明：中心備有程序以確保所有職員清楚有關程序，並確實執行尊重服務使用者被知會及服務選擇的權利。例如單位運作若遇上可能影響服務使用時，會以不同形式(如Whatsapp及電話)通知會員。

職員動向

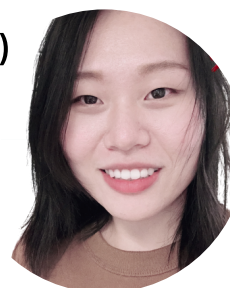
新同工：資訊科技大使－黃雅雯姑娘

大家好，我是新到的黃姑娘，好開心加入明愛天悅長者中心的大家庭，希望未來可以和大家快樂地相處!! 其後有關資訊科技的問題都可向我查詢。



人事變動：一級活動幹事－朱敏儀 (有緣再會)

大家好，朱姑娘會係10月尾離開明愛呢個大家庭，離開雖有不捨，但感欣係天悅兩年間有大家既陪伴，短短兩年間與大家既相處獲益良多，希望將來日子仍有機會與大家相聚。另外，祝大家未來的日子開開心心、最緊要身體健康!!!!



中心動向

重新投入服務

由於疫情緩和，本中心各活動逐漸重新投入服務，基於衛生防疫要求，報名人數會較少，目的是保障大家安全，健康快樂地參與活動。



增設搬運架

為顧及同工的工作安全及方便搬運。本中心已為椅子增設搬運架，令同事們方便搬運大量椅子，又方便，又安全!



特別消息

中央活動：

由於受疫情影響，中心服務由年初開始只能有限度提供服務。長聯於7月至9月期間曾就下屆選舉進行多次討論及諮詢，討論渠道包括多個機構職員會議及長聯會議，綜合意見後，決議如下：

- 1 同意本屆任期延長一年，即由2019年7月至2022年6月(即第九屆任期為三年)
- 2 長聯委員成員及職位不變

活動預告：



11月27日

護老者權益

12月18日

長者學習

長聯-線上論壇加強版 27.8.2020
(主題:香港房屋政策)

與參加者分享香港房屋政策，亦以電話訪問前理工大學教授鍾劍華先生分享他對香港房屋政策的看法。



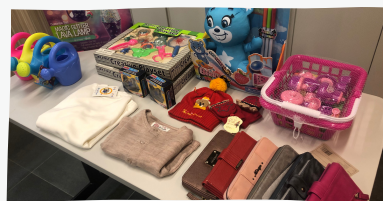
Youtube點擊次數: 664人次
主持: 潘嘉明先生
常委: 丁淮坤先生(天悅)

特別消息



2020明愛慈善 賣物會

2020慈善賣物會於2020年11月2日至14日在本中心舉行，有各種精美物品，擺設供各位挑選，希望各位繼續鼎力支持，發揮明愛精神，以愛締造希望。



YouTube

記得訂閱「明愛天悅長者中心」

CARITAS ELDERLY CENTRE - TIN YUET
明愛天悅長者中心

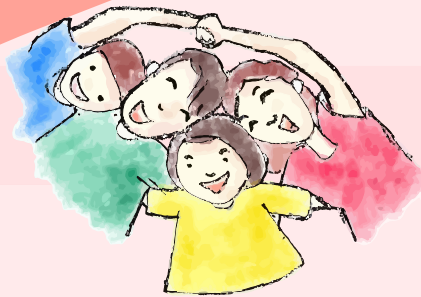
明愛 明愛天悅長者中心 TYNEC
14位訂閱者

首頁 影片 播放清單 頻道 討論 簡介

上傳的影片 ▶ 全部播放

- 今個月嘅主題係「認知無障礙」
觀看次數：2次 · 1週前
- 實習學生詹SIR
觀看次數：99次 · 1個月前
- 洗手歌
觀看次數：25次 · 1個月前

義工服務



各位天悅義工大家好，相信大家都係屋企抗疫都有一段時間。我地天悅中心的義工活動即將於11月份開始重新展開。請大家留意我們職員的通知。而於2020年加入天悅義工大家庭的新義工，中心稍後也會通知安排活動迎新。十分期待可以與大家再次見面。

邀請你加入成為義工

天悅電話義工大使招募

在抗疫期間，大家都少了很多活動和外。天悅中心希望透過招募電話義工大使，在社區上營聚互相關懷的力量，為有需要的長者增添一份關心和溫暖。

第一期「天悅電話義工大使」，一共十位義工，已經於10月份完成了培訓，並於11月開展服務。現時中心正籌備第二期「天悅電話義工大使」，詳細情況會於各個義工組再發放，亦各位義工或有意成為中心義工的會員或社區人士，歡迎與職員羅先生查詢。



聖經金句弗3:17

使基督因着你們的信德，住在你們心中，叫你們在愛德上根深蒂固，奠定基礎。

意見欄

我們誠心誠意聆聽你們的聲音：

歡迎各位對本中心服務給予意見，懇請你填妥表格交回本中心或致電3160 4100 與我們聯絡，多謝支持！

我們會在十四個工作天內回覆。

提供意見者姓名：

聯絡電話：

意見：



明愛天悅長者中心 2020年11月活動時間表



星期一		星期二		星期三		星期四		星期五		星期六	
2	十七	3	十八	4	十九	5	二十	6	廿一	7	立冬
9:00 9:30 10:30	長者太極班3 智能手機延續班2 「妙識·花名·谷」音 樂園藝治療小組	9:30 9:30 3:15	星期二二組月會 智能手機進階班3 「悅」做「悅」健康 (線上直播版)	9:00 9:00 10:00 10:30 11:00 2:30	太極蓮花扇 愛心先鋒義工組 U3A反斗耆兵義工組 悠悠歲月 懷舊KOL!小組 愛心先鋒新人組 讓老有您：走得好?	9:30 10:00 1:00 2:00 3:15	智能手機通訊班 國畫班 「相約樹頭下」網聊小組相 畫中探索耆老情小組 時事三點三(線上直播版)	9:00 9:30 10:30 11:45	自製布口罩2 智能手機電子支付班1 JC_國語曲藝班 JC_身心伸展班		
9 9:30 10:30	廿四	10 9:00 9:30 2:30 3:15	廿五 書法班 智能手機進階班3 中級手機班A 「悅」做「悅」健康 (線上直播版) 中級手機班B 「認知友善好友」分享會(一)	11 9:00 10:15 10:30 2:30	廿六 太極蓮花扇 e健樂-音樂舒壓工作坊 悠悠歲月 懷舊KOL!小組 e健樂-糖尿病飲食錦囊	12 9:30 10:00 10:00 1:00 2:45 3:15	廿七 智能手機通訊班 國畫班 義工剪髮 「相約樹頭下」網聊小組相 優悅顯才義工小組 時事三點三(線上直播版)	13 9:00 9:30 10:30 11:45 2:00 2:30	廿八 自製布口罩2 智能手機電子支付班2 JC_國語曲藝班 JC_身心伸展班 HKTVMALL教學班 e健樂-註冊護士 健康檢測服務	14	廿九
16 8:25 9:30 10:30	初二 長者太極班 智能手機延續班4 「妙識·花名·谷」音 樂園藝治療小組	17 9:00 9:30 2:30 3:15	初三 書法班 智能手機進階班4 中級手機班A 「悅」做「悅」健康 (線上直播版) 中級手機班B 「認知友善好友」分享會(二)	18 9:00 10:15 10:30 2:30	初四 太極蓮花扇 e健樂-音樂舒壓工作坊 悠悠歲月 懷舊KOL!小組 讓老有您：長者家居安全	19 10:00 10:30 1:00 2:00 2:00 2:30 3:15	初五 國畫班 JC_手機班 保健靚湯組 每月靚湯： 螺頭受雞瘦肉湯 關懷探訪 e健樂-高血壓飲食錦囊 時事三點三(線上直播版)	20 9:00 9:30 10:30 11:45 2:00	初六 自製布口罩2 智能手機電子支付班3 JC_國語曲藝班 JC_身心伸展班 HKTVMALL教學班	21	初七
23 9:00 10:30 10:30 2:00	初九 長者太極班 JC_手機班 「妙識·花名·谷」音 樂園藝治療小組 民族舞班	24 9:00 10:30 2:15 3:15 4:00	初十 書法班 JC_手機班 全港優秀外傭及友善鄰里 嘉許禮2020 「悅」做「悅」健康 (線上直播版) 「認知友善好友」分享會(三)	25 9:00 10:15 2:15	十一 太極蓮花扇 e健樂-音樂舒壓工作坊 中心職員會(電腦室) (下午售票服務暫停)	26 10:00 10:30 3:00 3:15	十二 國畫班 悠悠歲月 懷舊KOL!小組 JC_運動班 時事三點三(線上直播版)	27 9:00 9:30 10:00 10:30 11:45 2:00 2:30	十三 自製布口罩2 智能手機電子支付班4 明愛長者聯會線上論壇 JC_國語曲藝班 JC_身心伸展班 HKTVMALL教學班 中心代表會	28 9:30	十四 U3A皮革義工組
30 8:25 2:00	十六 長者太極班 民族舞班										