



明愛安老服務



明愛鄭承峰長者社區中心(深水埗)

明愛知音

知識傳遞 音訊互達 心意相通

2021年2月至2021年3月

賽馬會「抗疫同行」長者支援計劃

 各位老友記，最新消息!!!! 

喜獲賽馬會慈善信託基金撥款，我哋明愛安老服務一共有四個單位共同推行名為：賽馬會「抗疫同行」長者支援計劃。而計劃係會向區內受疫情影響的獨居雙老長者提供適切既服務，當中包括：義工關顧、送贈抗逆物資、代購或遞送服務、護送或代取藥物及健康諮詢和護理服務。而以上既服務係想全面關顧長者既需要，促進健康的生活及積極面對疫情。

****如果你哋都對計劃有興趣，歡迎大家向計劃負責社工叻姑娘查詢。**



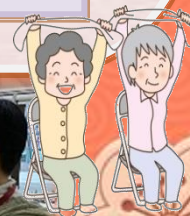
護理服務









打電話陪你
傾下計



教你做保健操



-  九龍深水埗保安道383號麗寶花園商場上層
-  <https://www.caritasse.org.hk/>
-  2958 0561
-  2729 1211 (中心電話)
3990 2110 (中心來電顯示電話)
-  secswme@caritassws.org.hk
-  印刷量 1200



✦明愛鄭承峰長者社區中心(深水埗)

為了讓服務計劃使用者能感受到「愛與關懷」，現誠邀你成為本計劃的關懷大使，繼續「以愛服務，締造希望」的精神去造福社區上的長者。

若你願意與我們同行，歡迎大家向計劃負責社工叻姑娘查詢。



關懷大使招募

服務內容

1. 電話慰問 

2. 協助長者購物或陪診 

3. 到戶教授智能手機電話 

4. 到戶為長者量血壓 

參加方法



如有意登記成為關懷大使，歡迎致電或親臨本中心與長者支援服務隊社工聯絡，以便安排面試時間。

電話：2729-1211

地址：九龍深水埗保安道383 號麗寶花園商場上層

備註：

成功登記的關懷大使將可接受 **專業培訓**，完成服務後亦可取得 **服務津貼**。

(如希望進一步了解服務津貼之金額，請致電查詢！)



「深」懷故鄉情

除了疫情，因各種原因未能回鄉，難解思鄉之情。藉本次活動結合新來港家庭及本區長者，互相進行文化交流，分享故鄉文化、在港生活，建立跨代友誼，達致社區以及弱健共融。



老友記及婦女互相認識。齊齊寫出自己的家鄉景色、特產等等，又合力拼好中國地圖！

每一幅精美的畫作，都是出自長者和婦女之手。大家有沒有從中看到家鄉的景色呢？



回鄉特別版~
期待下一次的重聚日，帶你返鄉下！



護老者支援服務

護老者不限年齡，凡需要照顧長者之親屬，即可免費登記成為「護老者」

服務內容：諮詢及轉介服務、護老者支援互助小組、護老者及外傭照顧技巧訓練、
專題講座、社交康樂活動、短期日間看顧服務、復康用品借用等。

登記方法：於本年度(2020年4月1日至2021年3月期間)親臨中心登記

對象：已登記的所有護老者

藝聚茶室

透過藝術可以放鬆，享受屬於自己的時間。

2月27日 下午2:30-3:30

主題：剪紙藝術

中國剪紙是民間藝術的一種，透過剪刀或刻刀等工具而剪成各種不同特色的圖案

3月20日 下午2:30-4:00

主題：自由畫Art Jamming

提供塑膠彩顏料及細畫布
自由創作



活動作品展



看看大家上期活動
圓圈繪畫，有圓相聚
的作品都各具特色呢！

人人都可以是
藝術家



★ 社交無界限



由即日起，向吳沐蕾(蕾姑娘)或黃詠琛(琛姑娘)預約指定時段，小班實體面授(每堂約1小時)

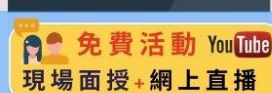
學習如何使用  Whatsapp、

 GoogleMeet

 Zoom、不同應用程式的功能。



★ 護老情報站



每月有不同主題講座，提升自我健康管理和照顧技巧，了解最新服務資訊

2月25日(四) 下午2:15-3:15

主題：「冬日護膚秘笈」

每到冬天，肌膚和身體都會出現各種小毛病。要成功抵禦冬日無情乾燥的天氣，一起來了解「冬日護膚秘笈」吧！

3月24日(三) 下午2:15-3:15

主題：「長者口腔健康」

分享健康烹調法，因應季節特色揀選或改良食譜應用在日常的烹調上

講者：衛生署 長者健康外展分隊
屆時將透過  將  連結傳送予參加者，只需按下連結便可收看。
仲有「有獎問答」遊戲玩！

請於辦公時間致電3582-9403 或  9721-8534向負責職員 蕾姑娘/田姑娘登記

本年度首次參加護老者活動為優先

備註：★參加者須自行準備智能手機/平板電腦及確保能夠在家使用網絡功能

發展及教育服務

電影同樂日

日期：2021年2月10日(星期三)
時間：下午2時正
播放電影：《家有囍事》

日期：2021年3月12日(星期五)
時間：下午2時正
播放電影：《桃姐》



地點：頌恩堂 費用：全免 人數：15

活動內容：欣賞電影，電影討論及分享

負責職員：麥智賢姑娘

報名方法：透過 **Whatsapp** 報名 或 致電中心 **2729-1211** 向麥姑娘報名

****受疫情影響，電影有機會暫停，敬請留意。**



✂剪髮服務✂



日期：① 2月22日(星期一) ② 3月22日(星期一)

【只可優先報其中一月】

時間：由上午9時30分開始〔需預約並分時段進行〕 地點：薈萃坊

對象：有效長者會員 費用：\$6 名額：12位

內容：由婦女義工提供剪髮服務。

【可先致電找負責職員報名】負責職員：林慧妍姑娘

****受疫情影響，剪髮服務有機會暫停或延期，敬請留意。**

注意：

-剪髮前，須自行在家中先洗髮

-剪髮時，全程必須佩帶口罩



「齊齊量血壓」之健康諮詢站

日期：2021年2月3、4、及5日(星期三、四、五)

時間：上午9時至12時(需個別預約分時段進行)

地點：頌恩堂

對象：會員/深水埗區內人士

內容：邀請註冊護士到場安排血糖快速測試，並即場進行健康諮詢服務。



活動由深水埗區議會贊助

名額：共110人

負責職員：陳家倫姑娘

長者友善齊參與

日期：2月9、16、23日(逢星期二) 3月2、9、16日(逢星期二)

目的：讓老友記認識長者友善的概念，並讓有興趣的會員親身體驗如何運用長者友善的概念於實際環境(深水埗區)

時間：上午10:00-11:30

負責職員：李奕權先生

報名方法：致電中心 2729-1211 向李奕權先生報名

****如受疫情影響，活動將會以網上直播方式進行**



中心活動推介

備註：公益金贊助活動

活動名稱	日期/開始時間	內容簡介	對象/名額	收費/報名方法/負責職員
2021年2月份 每月知多D (上篇)	2月3日報(星期三) 下午2時30分	與會員分享每月當中的節氣由來，特徵以及身健的注意事項	對象：會員 名額：不限	費用：免費 負責職員：何啓添先生 【屆時請用智能電話收看】
懷舊樂無窮	2月4日(星期四) 下午2時30分	介紹懷舊圖片及香港昔日的歷史文化，以視像網上短片分享形式與長者們分享。	對象：會員 名額：不限	費用：免費 【請屆時登入收看短片】 負責職員：彭淑儀姑娘
健康知多點 新年篇	2月5日(星期五) 上午10時30分	了解在新年期間如何享用美食同時，亦不影響身體的健康。	對象：會員 名額：不限	費用：免費 負責職員：何詠欣姑娘 【屆時請用智能電話收看】
識飲識食 識購物	2月8日(星期一) 上午10時30分	如何從日常生活當中如何選購食物，或選購飲品等。	對象：會員 名額：不限	費用：免費 負責職員：何詠欣姑娘 【屆時請用智能電話收看】
認識肝炎	2月9日(星期二) 下午2時30分	與會員分享肝炎的起因，對身體做成甚麼影響和解決方法等等	對象：會員 名額：不限	費用：免費 負責職員：何啓添先生 【屆時請用智能電話收看】
節日小故事 新年智多星	2月10日(星期三) 上午10時30分	與會員分享農曆新年的背景故事和新年期間身體的注意事項	對象：會員 名額：不限	費用：免費 負責職員：何啓添先生 【屆時請用智能電話收看】
創科健康新知	2月16日(星期四) 上午9時30分	透過展示創新的科技產品和技術應用的理念，讓會員了解創科產品與日常生活的關係。	對象：會員 名額：20位	費用：免費 負責職員：彭淑儀姑娘 【致電負責職員報名】
2021年2月份 每月知多D (下篇)	2月18日(星期四) 上午10時30分	與會員分享每月當中的節氣由來，特徵以及身健的注意事項	對象：會員 名額：不限	費用：免費 負責職員：何啓添先生 【屆時請用智能電話收看】
中醫春季 食療養生	2月19日(星期五) 下午2時30分	與會員分享從中醫角度在春季期間應食用那些食物才可保健養生	對象：會員 名額：不限	費用：免費 負責職員：何啓添先生 【屆時請用智能電話收看】



中心活動推介

備註：公益金贊助活動

活動名稱	日期/開始時間	內容簡介	對象/名額	收費/報名方法/負責職員
 智 FIT 生活秘笈	2月22日(星期一) 下午2時30分	分享如何從心理、運動、飲食和活動各層面開展全方位的 正向 健康生活方式。	對象：會員 名額：不限	費用：免費 【請屆時登入收看短片】 負責職員：彭淑儀姑娘
 認識精神壓力	2月24日(星期三) 上午10時30分	與會員分享精神壓力是甚麼，如果遇上精神壓力又可如何處理	對象：會員 名額：不限	費用：免費 負責職員：何啓添先生 【屆時請用智能電話收看】
 忘憂工作室	2月25日(星期四) 下午2時30分	以遊覽風景及懷緬的方式，以忘憂解愁，促進精神健康。	對象：會員 名額：不限	費用：免費 【請屆時登入收看短片】 負責職員：彭淑儀姑娘
 有營食樂 遊香港	2月26日(星期五) 下午2時30分	以市面的飲食頻道分享，尋覓健康美食和玩樂的地方。	對象：會員 名額：20位	費用：免費 負責職員：彭淑儀姑娘 【致電負責職員報名】
 3月節日 冷知識	3月1日(星期一) 上午10時30分	與會員分享在看似平凡3月份中有著不平凡的冷知識	對象：會員 名額：不限	費用：免費 負責職員：何啓添先生 【屆時請用智能電話收看】
 安全使用藥物	3月1日(星期一) 下午2時30分	使長者知悉到藥房取藥，及服藥當中的情況：在就診時應提供什麼資料給醫生；取藥的注意事項；使用非處方藥物的存在危險，購買及使用非處方藥物時應注意的事項；儲存藥物的正確方法等等……	對象：會員 名額：不限	費用：免費 【請屆時登入收看短片】 負責職員：彭淑儀姑娘
 睡眠與健康	3月3日(星期三) 下午2時30分	了解對睡眠的正確認識，影響睡眠的因素等。	對象：會員 名額：不限	費用：免費 負責職員：何詠欣姑娘 【屆時請用智能電話收看】
 2021年3月份 每月知多D (上篇)	3月5日(星期五) 上午10時30分	與會員分享每月當中的節氣由來，特徵以及身健的注意事項	對象：會員 名額：不限	費用：免費 負責職員：何啓添先生 【屆時請用智能電話收看】
 減壓小知識	3月8日(星期一) 上午10時00分	了解長者常見的精神壓力來源、長期處於過大壓力的影響等	對象：會員 名額：不限	費用：免費 負責職員：何詠欣姑娘 【屆時請用智能電話收看】



中心活動推介

備註：公益金贊助活動

活動名稱	日期/開始時間	內容簡介	對象/名額	收費/報名方法/負責職員
養生與健康	3月8日(星期一) 上午11時00分	在不同季節食不同食物對養生與健康的好壞處。	對象：會員 名額：不限	費用：免費 負責職員：何詠欣姑娘 【屆時請用智能電話收看】
滋養幸福快樂人生	3月8日(星期一) 下午2時30分	如何生活當中尋找的快樂。	對象：會員 名額：不限	費用：免費 負責職員：何詠欣姑娘 【屆時請用智能電話收看】
核心肌肉退化與失禁	3月8日(星期一) 下午2時30分	了解有關失禁的原因與改善尿失禁的方法。	對象：會員 名額：20位	費用：免費 負責職員：彭淑儀姑娘 【致電負責職員報名】
認識呼吸系統綜合症	3月9日(星期二) 下午2時30分	與會員分享呼吸系統綜合症的起因，對身體的影響和解決方法等	對象：會員 名額：不限	費用：免費 負責職員：何啓添先生 【屆時請用智能電話收看】
家居安全小貼士	3月10日(星期三) 下午2時30分	如何預防在家中跌倒、撞傷等的小貼士。	對象：會員 名額：不限	費用：免費 負責職員：何詠欣姑娘 【屆時請用智能電話收看】

新年直播活動

日期：2021年2月11日(星期四)

時間：上午10時正至11時正

對象：長者會員 (須使用智能手機並有上網功能)

名額：15位

內容：一起以遊戲作互動，齊齊迎春！



2月17日(星期三)
下午 2:30-4:00

健康大使加油站

3月22日(星期一)
下午 2:30-4:00

內容：同工以主題健康資訊分享，以及健康身心靈小貼士。

對象：健康大使

名額：20位

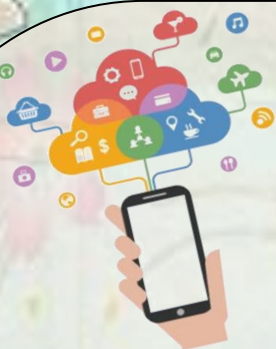
費用：免費

負責職員：彭淑儀姑娘【如欲報名請致電負責職員】



<<板腦還童.奇樂無窮計劃>>

平板電腦 / 智能電話教學



日期：2月24,25日、(逢星期三及五)

3月3,5,10,12,17,19,24,26日

時間：上午 9:30-11:00

地點：中心

內容：由導師教授參加者學習使用平板電腦，包括基本操作、YOUTUBE、FACEBOOK、WHATSAPP、WIFI 等等。

收費：\$200

課程需知：

1. 參加者必須出席 **10** 堂課程
2. 於第 **10** 堂完成簡易的測試
3. 並學習後擔任中心安排的義工服務 **10** 小時



完成 3 項要求，計劃將會送贈平板電腦及上網咭乙份



備註：


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



2021 年 2 月份 時間表(上旬)



星期日	星期一 2月1日(二十)	星期二 2月2日(廿一)	星期三 2月3日(立春)	星期四 2月4日(廿三)	星期五 2月5日(廿四)	星期六 2月6日(廿五)
	下午 2:00 網上版「樂齡友里」義工課程 ✨	中午 12:00 『腦』玩意會所 ☆ 	上午 9:00 「齊齊量血壓」之健康諮詢站 (分時段) 上午 10:00 愛禮網暨 12 月 YouTube 直播版網會 下午 2:30 愛信網 上午 10:30 「與失眠說再見」小組 ✨ 下午 2:30 每月知多 D (上篇) #	上午 9:00 「齊齊量血壓」之健康諮詢站 (分時段) 上午 10:00 愛善網 下午 2:30 愛健網 下午 2:30 懷舊樂無窮 #	上午 9:00 「齊齊量血壓」之健康諮詢站 (分時段) 上午 10:00 愛德網 上午 10:30 失眠小組 (美孚) ✨ 上午 10:30 健康知多點-新年篇 # 下午 2:00 網上版「樂齡友里」義工課程 ✨ 下午 2:30 愛德網	
	2月7日(廿六)	2月8日(廿七) 上午 10:00 新年小手工【柑】 上午 10:30 膠粒公仔製作 ☆ 下午 2:30 識飲識食識購物 # 下午 2:00 網上版「樂齡友里」義工課程 ✨ 下午 2:30 認知刺激訓練班 ☆ 	2月9日(廿八) 上午 10:00 長者友善齊參與 中午 12:00 『腦』玩意會所 ☆ 下午 2:30 認識肝炎 #	2月10日(廿九) 上午 10:30 「與失眠說再見」小組 ✨ 上午 10:30 節日小故事-新年智多星 下午 2:00 電影《家有喜事》	2月11日(三十) 下午 3:00 新年直播活動 	

星期日	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六
2月14日 (年初三) 農曆 年初三 	2月15日(年初四) 農曆年初四 (公眾假期) 	2月16日(初五) 上午 9:30 創科健康 新知# 上午 10:00 長者友善齊 參與 上午 11:15 失眠小組 (美孚)*	2月17日(初六) 上午 10:30 「與失眠說再見」 小組* 下午 2:30 健康大使加油站 下午 2:30 數字油畫初體驗 	2月18日(雨水) 上午 10:30 每月知多 D (下篇)#	2月19日(初八) 下午 3:45 認知刺激訓練班☆ 下午 2:30 中醫春季食療 養生#	2月20日(初九) 
2月21日 (初十) 	2月22日(十一) 上午 8:00 太極劍運動 上午 9:30 剪髮服務(分時段) 下午 2:30 認知刺激訓練班☆ 下午 2:30 智 FIT 生活秘笈#	2月23日(十二) 上午 8:00 太極扇運動 上午 9:00 太極扇運動 上午 10:00 長者友善齊 參與 中午 12:00 『腦』玩意 會所☆ 	2月24日(十三) 上午 8:00 太極劍運動 上午 9:30 板腦還童. 奇樂無窮計劃 上午 10:30 認識精神壓力# 上午 10:30 「與失眠說再見」 小組* 中午 12:00 『腦』玩意會所☆ 下午 2:30 以歌傳情加油站 (ZOOM)	2月25日(十四) 上午 8:00 太極扇運動 上午 9:00 太極扇運動 上午 9:30 板腦還童 奇樂無窮計劃 下午 2:15 護老情報站☆ 下午 2:30 腦力藝術 壓花班☆ 下午 2:30 忘憂工作室# 下午 3:00 一至三月季度 生日會 	2月26日(十五) 上午 8:15 活力健腦操☆ 上午 9:00 太極拉筋運動 下午 2:30 有營食樂遊香港# 下午 3:45 認知刺激訓練班☆	2月27日(十六) 

2月28日
(十七)

恆常活動

- *暫停逢星期三 上午 10:00-12:00 手工藝合作社
- *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

以中心最新公佈為準



**2021 年 2 月份
時間表(下旬)**



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



備註：

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

2021 年 3 月份 時間表(上旬)



恆常活動

- *暫停逢星期三 上午 10:00-12:00 手工藝合作社
- *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

****以中心最新公佈為準****

星期日	星期一 3月1日(十八)	星期二 3月2日(十九)	星期三 3月3日(二十)	星期四 3月4日(廿一)	星期五 3月5日(驚蟄)	星期六 3月6日(廿三)
	上午 8:00 太極劍運動 上午 10:30 3 月節日 冷知識# 下午 2:30 網上運動班. 下午 2:30 安全使用藥物# 	上午 8:00 太極扇運動 上午 9:00 太極扇運動 	上午 8:00 太極劍運動 上午 9:30 板腦還童. 奇樂無窮計劃 <u>上午 10:00 愛禮網暨 12 月 YouTube 直播版網會</u> 下午 2:30 愛信網 下午 2:30 以歌傳情加油站 (ZOOM) 下午 2:30 睡眠與健康#	上午 8:00 太極扇運動 上午 9:00 太極扇運動 <u>上午 10:00 愛善網</u> 下午 2:30 愛健網 下午 2:30 認識痛風症# 下午 2:30 網上英文教室	上午 9:00 太極拉筋運動 上午 9:30 板腦還童. 奇樂無窮計劃 <u>上午 10:00 愛德網</u> 上午 10:30 每月知多 D# <u>下午 2:30 愛德網</u>	
3月7日 (廿四) 	3月8日(廿五) 上午 8:00 太極劍運動 上午 10:00 減壓小知識# 下午 2:30 滋養幸福 快樂人生# 下午 2:30 核心肌肉退化 與失禁# 下午 2:30 網上運動班	3月9日(廿六) 上午 8:00 太極扇運動 上午 9:00 太極扇運動 下午 2:30 認識呼吸系統 綜合症# 	3月10日(廿七) 上午 8:00 太極劍運動 上午 9:30 板腦還童. 奇樂無窮計劃 下午 2:30 家居安全小貼士# 下午 2:30 以歌傳情加油站 (ZOOM)	3月11日(廿八) 上午 8:00 太極扇運動 上午 9:00 太極扇運動 下午 2:30 網上英文教室 	3月12日(廿九) 上午 9:00 太極拉筋運動 上午 9:30 板腦還童. 奇樂無窮計劃 下午 2:00 電影《桃姐》	

地址：深水埗保安道 383 號麗寶花園商場上層

明愛鄭承峰長者社區中心(深水埗)

電話：2729 - 1211

星期日	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六
3月14日 (初二) 	3月15日(初三) 上午 8:00 太極劍運動 下午 2:30 網上運動班 	3月16日(初四) 上午 8:00 太極扇運動 上午 9:00 太極扇運動	3月17日(初五) 上午 8:00 太極劍運動 上午 9:30 板腦還童. 奇樂無窮計劃 下午 2:30 以歌傳情加油站 (ZOOM)	3月18日(初六) 上午 8:00 太極扇運動 上午 9:00 太極扇運動 下午 2:30 網上英文教室	3月19日(初七) 上午 9:00 太極拉筋運動 上午 9:30 板腦還童. 奇樂無窮計劃 	3月20日(春分) 下午 2:30 藝聚茶室☆ 
3月21日 (初九) 	3月22日(初十) 上午 8:00 太極劍運動 上午 9:30 剪髮服務 (分時段) 下午 2:30 健康大使加油站 下午 2:30 網上運動班	3月23日(十一) 上午 8:00 太極扇運動 上午 9:00 太極扇運動 	3月24日(十二) 上午 8:00 太極劍運動 上午 9:30 板腦還童. 奇樂無窮計劃 下午 2:15 護老情報站☆ 下午 2:30 養生與健康# 下午 2:30 以歌傳情加油站 (ZOOM)	3月25日(十三) 上午 8:00 太極扇運動 上午 9:00 太極扇運動 下午 2:30 網上英文教室	3月26日(十四) 上午 9:00 太極拉筋運動 上午 9:30 板腦還童. 奇樂無窮計劃	3月27日(十五) 
3月28日 (十六) 	3月29日(十七) 上午 8:00 太極劍運動 下午 2:30 網上運動班 	3月30日(十八) 上午 8:00 太極扇運動 上午 9:00 太極扇運動 上午 10:30 迎復活節 2021	3月31日(十九) 上午 8:00 太極劍運動 下午 2:30 以歌傳情加油站 (ZOOM) 	<h1>2021年3月份 時間表(下旬)</h1> 		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

中心報告事項



12月初期，中心收到衛生署通知，得悉一位會員確診。當天中心已立即關閉，並以電話通知有跟該會員密切接觸的人士。同工在當天收到深喉唾液樽，亦致電了密切接觸人士取樽。幸運地我們每一位的檢測結果都是陰性！

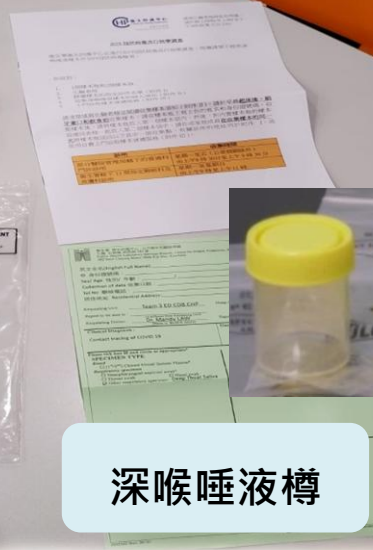
中心關閉期間，已作全面消毒。新一年，祝每一位百毒不侵、牛來運轉。願每位患者能早日康復，疫情盡快消失！



仔細地消毒每一吋地方



全體檢測結果都是陰性



深喉唾液樽



職員動態



社工梁秋敏姑娘

大家好!
我是梁秋敏姑娘，可以叫我「**叻**」姑娘，主要負責賽馬會「抗疫同行」長者支援計劃服務。歡迎大家來向我查詢服務的內容，讓我可以認識你們。

大家好！我是實習社工黃詩敏姑娘，大家可以稱呼我詩姑娘，自1月5日至5月21日期間（逢星期二、三、五-上午）都會在中心，期待與大家見面，見到面可以和我打聲招呼！如果大家有時間，歡迎你們找我聊天，希望有機會和大家多點交流～



實習社工黃詩敏姑娘



實習社工宋寶妮姑娘

大家好！我是新來的實習社工宋姑娘，我逢星期二、三、五(早上)都會在中心，直到5月21日。我的興趣是玩桌上遊戲、整手工、煮美味的食物等，如果你們都有相同興趣，可以跟我互相交流心得。另外，如果你們這段時間空閒，亦歡迎大家隨時找我聊天。

活動花絮

年底又出現了第四波疫情，在這真正的寒冬中，
出發到鄰近屋邨為大家送上小小的心意。

派送
抗疫
物資

派發物資大成功

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。

另外，亦邀請了
愛信、愛禮網的
會員到中心領取
抗疫物資。

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： _____