



明愛安老服務網址：
<https://www.carva.com/>



香港明愛 安老服務

明愛梨木樹長者中心

2022年8月-9月

會訊內容

1. 編者的話/中心消息
2. 中心活動
3. 活動花絮
4. 健康資訊
5. 資訊科技站
6. 八月活動時間表
7. 九月活動時間表
8. SQS14及意見園地

📍 新界荃灣梨木樹邨康樹樓地下

🌐 <https://www.caritasse.org.hk/>

☎ 2427 7188 🖨 2487 4892

✉ selms@caritassws.org.hk

出版日期：2022年7月

印刷量：850份

督印人：高級督導主任 曾玉萍

編輯：單位主任 李瓊漳

資訊科技大使 鄭翠怡

福利工作員 陳慧鈞



編者的話

義工的意義

你記得第一次做義工是什麼時候？是什麼驅使你參與義工服務？為什麼有些人願意付出自己的時間和心機去參與義工服務？因為義務工作為大家帶來不一樣的體會。

做義工可以表達愛心及關懷，分享積極行動，當中更體驗互助互愛、互相學習的精神。此外，可以豐富個人的生活體驗，認識不同朋友，發揮所長及學習新知識和技能。

過往有不少研究指出義工服務對個人心理、生理及社交都帶來有正面的影響。有研究反映，參與義工服務的長者有較高的生活滿意度，快樂感，身心健康都得到改善。義工在透過義工服務與社交有直接的聯繫，加強了社區支援網絡，有效減低精神健康壓力和患病風險。

因此，義工服務對長者的心理及生理健康帶來正面幫助。未來本中心會更致力推動及發展義工服務，發揮老有所為精神，特別是本年度邀請更多年輕義工加入成為「樓長」，以樓支援。

中心消息

- (1) 7-9月份友誼組，因未能借用社區會堂，故改為中心內進行，舉行日期請留意中心發出的通知。
- (2) 按照疫情最新發展，請各位會員進入中心時正確佩戴口罩及保持適當社交距離，以減少感染機會。如有發燒不適或其他感冒症狀，請盡快求醫。
- (3) 社會福利署宣布將於2022年9月1日落實合併普通長者生活津貼及高額長者生活津貼的措施，約5萬名正領取普通津貼的長者將直接受惠，每月能多領995元。
- (4) 歡迎中心會員陳偉斌和陳景雄加入明愛長者聯會。
- (5) 中心會訊已加入線上會員申請表及義工申請的QR code，方便服務使用者。
- (6) 本中心8月有手機諮詢站，為長者解答手機問題，逢星期四可以預約一對一服務，有興趣的會員歡迎親臨或致電中心預約。
- (7) 所有中心活動會由3/8至10/8統一報名，抽籤日期為12/8。
- (8) 中心現正籌備推動使用運動設施輪候機制，將會於八月中推出，主要以插卡為主作預訂使用，以保持公平。請留意中心進一步消息。

義工服務回顧

過去一年，謝謝每一位義工用心為中心服務，因為你們不管晴天或雨天，都願意付出自己的時間和心機，默默地協助中心，使周遭充滿愛。

中心服務



(中心委員會，當值服務，彩虹探訪組等) 中心欣賞義工不求回報，盡心盡力緊守自己崗位，準時出席義工服務，協助維持中心運作等。你們付出的真誠、笑容和關心，讓中心散發出愛的氛圍。



線上學習

儘管因疫情長時間留在家中，大家都不忘學習，義工都主動上網學習進行線上訓練，例如家居安全、疫情下情緒支援、疫情資訊，社區資源等，讓大家增加各方面的知識，為義工服務做好準備和回應服務需要。

策劃活動



探索花藝之旅活動中，義工為班組畢業生設計及製作大型花藝佈置，大家放膽學習新事物和突破自己，也得到畢業生的讚賞及肯定。在密室逃脫活動中，義工策劃及帶領活動內容，鼓勵參加者動動腦筋，拆解難題。完成挑戰後大家充滿滿足感和成就感。



外界合作

本中心亦與外界義工合作，包括上門關懷探訪長者、與年青義工進行交流活動，培訓和諧粉彩義工外出服務、與明愛賽馬會荔景社會服務中心進行線上視象探訪活動等，讓義工們接觸不同服務，擴闊義工視野。

賽馬會抗逆同行長者支援計劃 - 關懷大使

過去服務超過400位獨居及雙獨居長者，為他們進行問卷評估、每月定期致電慰問、不辭勞苦地派發抗疫物資等，讓長者可得到適切的服務，繼續在社區生活。

中心感激大家無私地付出愛心與關懷。在未來的日子，希望大家繼續支持中心的義工活動及服務，讓我們發揮愛的力量和精神。

多謝大家！

領取義工證書及禮物

日期：2022年10月6日(星期四)至11月30日(星期三)

時間：上午09:00-12:00 / 下午2:00-5:00

備註：領取義工證書及禮物逾期不候

明愛「出色義工」獎勵計劃：

(1) 每年義工服務時數達50小時或以上

(2) 是次計算時期為2021年1月1日到2021年12月31日

金紫章 陳麗英 盧秀娟	銀章 黃碧玲 李玉蘭	黃章 張玉珍	橙章 周鳳娟	紅章 黃婉萍
金藍章 梁慶添	金章 陳景雄 羅杏容	青章 陳錦梅 陳麗寬	陳鳳鑽	羅影兒
金綠章 李美英	金紅章 梁慧蓮 曾綺雲 姜志紅	藍章 吳靜蕙 潘少閒 李雁娟	鄧綺玲	梁忍全
金橙章 梁素雲 江尤妹 羅耀燦	金青章 黃葵好	黃志華	周彩連	陳偉斌
				陳樹林
				顧偉剛
				麥實意
				王敬珠

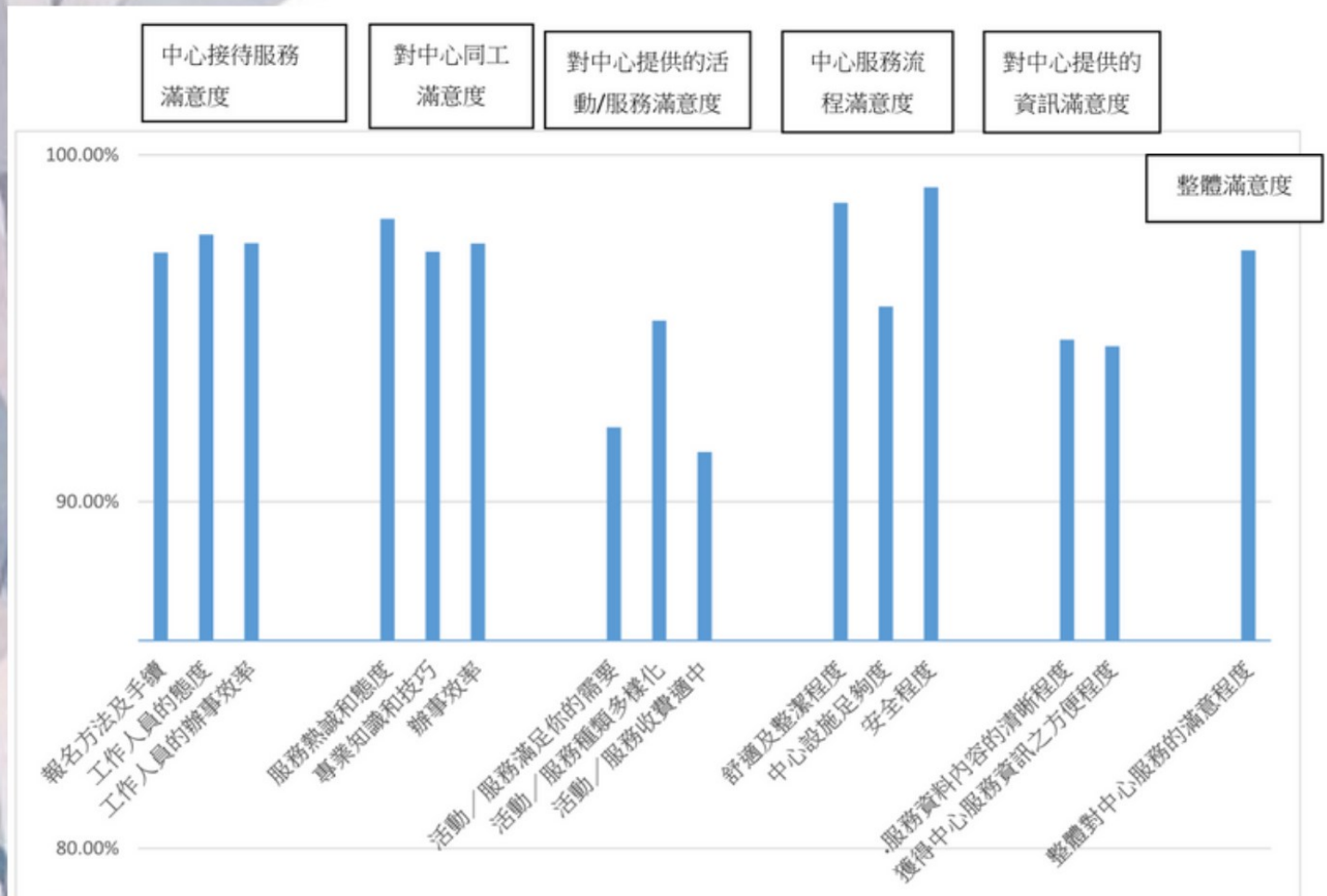
2021-2022年度感謝以下各位義工的支持！

(排名不分先後)

羅萬好 李秀芳 陳月英 胡錦珍 蔡令貽 陳麗英 蔡樂勝 梁玉嬋 許順好 麥肇華
羅彩玉 梁志滿 羅遇鴻 黎月英 李卓棠 劉運娣 盧雲燕 黃玉連 蕭麗群 陳樣
葉月紅 張學勤 曾林 王綺雲 葉映瑞 彭詢花 徐儀禮 梁健旋 李潤棠 劉煒玫
李友妮 伍鳳珍 王盈昌 潘翠紅 周仲愛 黎若樑 林妙蓮 李瑞娟 吳賽英 吳靜潔
葉綺蓮 朱麗珍 黎淑玲 劉見好 吳夏淵 冼蓮娣 翟麗琮 黎美貞 溫麗萍 吳靜麗
曾素凡 尹善友 羅森 丁寶清 吳惠娥 黎錦華 許靜華 龔誕鳳 戚美英 楊栢生
梁秀娥 何妙芳 羅均華 梁瑞琮 單順景 陳美珍 何霜華 吳靜燕 宗美芬 陳秀雲
戴慧峰 余美薇 錢敏華 梁惠芳 詹賽枝 王幼文 劉世欽

2021-2022年度服務意見問卷調查報告

本中心於2021年4月1日至5月20日向中心會員發放問卷，以收集會員對2021-2022年度的服務意見。多謝各會員的寶貴意見，是次問卷調查由義工協助下完成，並收集總共收回439份問卷。



整體表現

整體對中心滿意程度達97%，表示會員對中心服務的整體表現感到滿意，當中5大範疇中共14個項目全部滿意度達90%以上。

長者對中心接待滿意度全部達97%以上，整體滿意度高。未來我們會繼續致力改善服務態度，加快報名流程，包括增加QR code報名方法，方便居住遠服務使用者服務。並會推動手機教學一對一服務，讓更多長者有信心使用智能電話。

而對中心同工滿意度全部為97%以上，長者認為中心同工態度良好，積極協助長者。本年度，中心繼續於各途徑上，包括迎新日、義工聚會、友誼組等日子介紹職員，讓更多新會員認識。

對中心提供的活動/服務滿意度亦最少達91%以上，認為服務多樣化能夠貼合長者需要，當中亦有會員表示希望可以新增更多與資訊科技相關的課程，如電腦、手機班、VR科技活動，另亦有會員表示可以參加外出活動，如行山、旅行等，就更多年輕長者的需要，中心會發掘更多活動、以緊貼年輕長者的需要。

另外，對中心環境及設施滿意度平均95%以上，大部份滿意中心環境，亦有會員表示設施輪候上有改善的空間，包括輪候機制和新增活動設施等，中心來年會在此了解實況，而制定相關方針。

相對地，對於中心提供的資訊滿意度則約95%，表示欣賞中心會訊加入手機資訊，讓長者與時並進。仍有部分長者對於以手機接受較朦朧，中心現時如用whatsapp長者，會以whatsapp傳送訊息，其餘文盲長者則會按特別活動致電通知，鼓勵會員就未能接將中心訊息可個別跟進。

總括而言，整體服務滿意度97%。在意見收集上，我們非常感謝會員為我們提供了不少寶貴的意見，希望中心的服務繼續進步，更上一層樓，如有任何查詢及意見，歡迎於辦公時間內本中心與職員聯絡。

中心消息

QR code 登記

成為中心會員
新入會申請
(google form)



加入本中心
義工招募
(google form)



中心免費活動
線上報名
(google form)



職員動向

在中心的日子真的讓我感受到中心會員和義工的熱情，在這裡工作讓我感覺每天都過得好充實，在梨木樹工作的日子讓我成長不少，小妹7月會調職至院舍工作接受新挑戰，服務不同類型的長者。真心很不捨得中心會員，希望之後有緣再見各位！在此願各位珍重！祝各位老友記身體健康，平安！



中心活動

長者茶聚室

8月(P6183)-9月(P6184)

日期：8月10、17、24日及9月7日

(星期三)

9月14、21、28日及10月5日

(星期三)

時間：上午11:00-12:00

內容：皮蛋瘦肉粥(10/8/2022)

三果茶(17/8/2022)

佛手瓜玉米豬骨湯(24/8/2022)

粟米淮山豬骨湯(7/9/2022)

蕃薯糖水(14/9/2022)

柴魚花生粥(21/9/2022)

銀菊花茶(28/9/2022)

桑寄生蛋茶(5/10/2022)

對象：會員

名額：30位(名額有限，先到先得)

費用：每份5元(當日外賣時繳交費用)

報名日期：可親臨或致電中心報名

備註：有興趣享用茶點的長者會員，可親臨或致電中心報名，報名時請說明要報名那個日期的食物，以便中心職員協助跟進。

負責職員：一級活動幹事 陳嘉雯姑娘

痛定醫痛

8月(P6185)-9月(P6186)

日期：2022年8月5、12、19、26日

(星期五)

2022年9月2、9、16、23、30日

(星期五)

時間：9:00-1:00(每節一小時)

地點：中心薈藝坊

內容：由註冊物理治療師為長者訂出針對性復康治療，從而提升活動能力。

對象：會員

費用：每節250元

報名方法：可親臨或致電中心報名

負責職員：一級活動幹事 陳嘉雯姑娘

剪髮服務

8月(P6180)-9月(P6181)

日期：2022年8月30日(星期二)、

2022年9月27日(星期二)

時間：上午9:00-10:15

內容：剪髮師傅為大家提供剪髮服務。

地點：中心薈藝坊

對象：會員

費用：30元(名額30人)

報名方法：19/8(五)及16/9(五)開始可親臨或致電中心報名，剪髮當天10:00前截止報名繳費。

備註：由2022年8月起會調整收費為每位30元，敬請各位會員留意!

負責職員：一級活動幹事 陳嘉雯姑娘

中心活動

8月手機諮詢站及 1對1服務 (P6270)

日期：2022年8月1、3、4、8、10、
11、15、17、18、22、24、
25、29、31日

(逢星期一、三、四)

時間：上午9:30-12:00 (星期一、三)
下午2:30-4:30 (星期四)

地點：中心

內容：義工會為解答長者手機問題。
逢星期四為一對一手機諮詢服
務，每天30分鐘內。

對象：會員

費用：免費

逢星期四名額：4人

報名方法：可親臨或致電中心報名

負責職員：資訊科技大使 鄭翠怡姑娘

殮葬方式講座 (P6238)

日期：2022年8月30日 (星期二)

時間：上午10:00-11:00

地點：中心薈萃坊

內容：介紹傳統以外的殮葬方式

對象：會員

費用：免費

名額：20人

報名方法：可親臨或致電中心報名

負責職員：社工 李嘉璇姑娘 (蛋姑娘)

護老智齒保健講座 (P6236)

日期：2022年8月2日 (星期二)

時間：上午10:00-11:00

地點：中心薈萃坊

內容：1. 口腔健康的重要性
2. 長者常見的口腔問題
3. 預防口腔問題的方法

對象：會員

費用：免費

名額：20人

報名方法：可親臨或致電中心報名

負責職員：社工 李嘉璇姑娘 (蛋姑娘)

混元養生功工作坊 - 初階班 (P6253)

日期：2022年9月22、29日

2022年10月6、13日

(逢星期四，共四堂)

時間：下午3:00-4:00

地點：中心薈萃坊

內容：教授一式站樁功及四式動功，
有助改善氣血運行、降血壓、
通經絡、提升精、氣及神。

對象：會員

費用：10元 (全期費用)

名額：10名 (人數過多將抽籤決定)

報名方法：可親臨或致電中心報名。

抽籤日期：9/9 (星期五) 上午11:30。

負責職員：一級活動幹事 陳嘉雯姑娘

e健樂活動

押花八達通 卡片套工作坊 (P6259)

日期：2022年8月24日(星期三)
時間：上午9：00-10：00
地點：中心薈萃坊
對象：e健樂會員、會員
內容：親自製作屬卡自己的片套，押花的外形精美漂亮。
名額：10名(人數過多將抽籤決定)
報名方法：可親臨或致電中心報名。
負責職員：一級活動幹事 陳嘉雯姑娘

沙畫工作坊 (P6261)

日期：2022年8月30日(星期二)
時間：上午11：00-12：00
地點：中心薈萃坊
對象：e健樂會員、會員
內容：學習沙畫手法，透過沙畫說出個人故事。
名額：10名(人數過多將抽籤決定)
報名方法：可親臨或致電中心報名。
負責職員：一級活動幹事 陳嘉雯姑娘

髮型造型設計工作坊 (P6265)

日期：2022年8月31日(星期三)
時間：上午9：00-10：00
地點：中心薈萃坊
對象：e健樂會員、會員
內容：學習男女士長髮及短髮造型。
名額：20名(人數過多將抽籤決定)
報名方法：可親臨或致電中心報名。
負責職員：一級活動幹事 陳嘉雯姑娘

中秋傳統燈籠批皮燈 製作工作坊 (P6263)

日期：2022年9月6日(星期二)
時間：上午9：30-12：30
地點：中心一座
對象：e健樂會員、會員
內容：運用紮作技巧，創作布質燈籠。
名額：10名(人數過多將抽籤決定)
報名方法：可親臨或致電中心報名。
負責職員：一級活動幹事 陳嘉雯姑娘

木箱鼓 (P6264)

日期：2022年9月13日(星期二)
時間：下午4：00-5：00
地點：中心薈萃坊
對象：e健樂會員、會員
內容：體驗木箱鼓打拍子與伴奏方法。
名額：10名(人數過多將抽籤決定)
報名方法：可親臨或致電中心報名。
負責職員：一級活動幹事 陳嘉雯姑娘

e健樂活動

手語初體驗 (P6254)

日期：2022年9月23日(星期五)

時間：下午3:00-4:00

地點：中心薈萃坊

對象：E健樂會員、會員

內容：學習手語與失聰人士的文化、體驗以手語作溝通，了解共融社會的意義。

名額：16名(人數過多將抽籤決定)

報名方法：可親臨或致電中心報名。

抽籤日期：21/9(星期三)上午11:30

負責職員：一級活動幹事 陳嘉雯姑娘

篆刻工作坊 (P6265)

日期：2022年9月26日(星期三)

時間：下午3:00-4:30

地點：中心薈萃坊

對象：e健樂會員、中心會員

內容：學習以人手雕出專屬姓氏/圖案印章。

名額：10名(人數過多將抽籤決定)

報名方法：可親臨或致電中心報名。

抽籤日期：21/9/2022(三)上午11:30

負責職員：一級活動幹事 陳嘉雯姑娘

義工活動

彩虹探訪組

8月(P6188)-9月(P6189)

日期：2022年8月23日(星期二)

2022年9月20日(星期二)

時間：下午2:30-3:30

地點：中心薈萃坊/線上(視乎疫情)

內容：熱身活動，義工訓練，分享探訪情況。

對象：中心探訪組義工

名額：20人

費用：免費

備註：參加者將獲得小禮物一份

報名方法：工作人員邀請義工參加

負責職員：社工 譚靜敏姑娘

福利工作人員 陳慧鈞先生

生日會大使(8月-9月)

日期：2022年8月18日(星期四)

2022年9月19日(星期一)

時間：下午2:00-5:00

地點：中心薈萃坊

內容：協助生日會流程(遊戲、拍攝等)

對象：有興趣協助生日會會員/義工

名額：10人

收費：免費

報名方法：可親臨或致電中心報名

負責職員：

8月：社工 譚靜敏姑娘

資訊科技大使 鄭翠怡姑娘

9月：福利工作人員 陳慧鈞先生

護理助理 蔡愛英姑娘

義工活動

綜合義工組 (P5888)

日期：2022年8月25日 (逢星期四)

時間：下午2:30-3:30

地點：中心薈萃坊

內容：熱身活動，訓練，分享中心義工服務。

對象：中心義工

名額：10-15人

收費：免費

報名方法：工作人員邀請義工參加

負責職員：社工 譚靜敏姑娘

福利工作人員 陳慧鈞先生

平安四寶 講座 (P6242)

日期：2022年9月30日 (星期五)

時間：上午9:30-11:00

地點：中心薈萃坊

內容：提升長者和護老者關注如何能規劃晚晴照顧計劃，包括財務預算、持久授權書、遺囑、醫療計劃。

對象：會員

費用：免費

名額：30人

報名方法：可親臨或致電中心報名

備註：參加者將獲得小禮物一份

負責職員：社工 李嘉璇姑娘(蛋姑娘)

認知活動

活出真我小組 (P6240)

日期：10/8(三)、17/8(三)、24/8(三)、

31/8(三)、8/9(四)、14/9(三)、

21/9(三)、28/9(三) [共八堂]

時間：下午2:30-4:30

地點：中心薈萃坊

內容：健腦、運動、娛樂、飲食營養、個人形象、平安四寶規劃。

對象：懷疑/輕度認知退化長者
(需要經過社工進行評估)

費用：免費

名額：10人

報名方法：可親臨或致電中心報名

負責職員：社工 李嘉璇姑娘(蛋姑娘)

生腦病點 講座 (P6237)

日期：2022年8月5日 (星期五)

時間：上午9:30-11:00

地點：中心薈萃坊

內容：認識如何透過多元生活方式介入，延緩衰退的速度。

對象：會員

費用：免費

名額：30人

報名方法：可親臨或致電中心報名

負責職員：社工 李嘉璇姑娘(蛋姑娘)

護老者活動

護老者調適組 (P6245)

日期：2022年8月2、9、16、23及30日
(星期二)

2022年9月6、13、20及27日
(星期二)

時間：下午2:00 - 3:30

地點：中心一座

主題：護老者交流照顧心得，互相加油打氣，使其重新得力。

對象：有需要護老者會員

收費：費用全免

報名方法：可親臨或致電中心報名

負責同事：社工 劉凱珊姑娘

護老者鬆一鬆

8月(P6249)-9月(P6250)

日期：2022年8月4日(星期四)及
2022年9月1日(星期四)

時間：下午2:00 - 3:30

地點：本中心

內容：透過不同的主題活動，舒緩護老壓力。

對象：有需要護老者會員

收費：費用全免

報名方法：可親臨或致電中心報名

負責同事：社工 劉凱珊姑娘 /
護理助理 蔡愛英姑娘

護老講座 (P6247)

日期：2022年8月18日(星期四)

時間：上午9:30-11:00

地點：本中心

內容：藥物安全及用藥心得

對象：有需要護老者會員(優先)、
護老者會員

收費：費用全免

報名方法：可親臨或致電中心報名

負責同事：社工 劉凱珊姑娘 /

護理助理 蔡愛英姑娘

健康講座

8月(P6177)-9月(P6179)

日期：8月22日(星期一)、
9月26日(星期一)

時間：9:30-10:30

地點：中心薈萃坊

內容：(22/8) 慎防跌倒
(26/9) 認識認知障礙症

名額：15人

對象：護老者會員、會員

講員：衛生署長者健康外展隊

收費：費用全免

報名方法：可親臨或致電中心報名，
額滿即止。

負責職員：文員 張妙嫻姑娘



活動花絮



31/5/2022 3D筆立體畫工作坊
會員一同製作立體畫



1/6/2022 土耳其燭臺製作工作坊
會員用心製作燭臺



9/6/2022 錢包製作工作坊



15/6/2022 4月至6月生日會
中心職員和義工上門與會員拍攝
生日照片及派發生日禮物



18/6/2022 老幼勁舞團
中心會員外出表演



24/6/2022 義工的愛心關懷



健康資訊

夏天保健心得



飲食



少吃肉及甜食，應該多吃容易消化和健脾消暑的食物，例如綠豆、玉米、苦瓜，水分較多的瓜果蔬菜，夏季出汗會令消化功能下降，飲食方面應該清淡。



運動



每天完成30分鐘，例如太極拳、慢跑和散步，保持四肢關節的氣血運行暢通，保持肌肉能力，達到舒筋活血目的。



作息



夏季容易晚睡早起，所以午睡很重要。午睡有利於補充睡眠，能改善冠脈供血，消除疲勞，有助增強體力。即便睡不着，閉目養神也是很有好處。

適量喝水



每天的飲水量應保持在1500至2000毫升左右。

防暑避濕、謹防疾病

夏季炎熱酷暑，外出應做好防暑措施，帶傘，避免在陽光下暴曬，以免中暑。而且出汗後應及時更換衣物，保持清潔，晚上降溫也要注意保暖，以免受涼引發疾病。

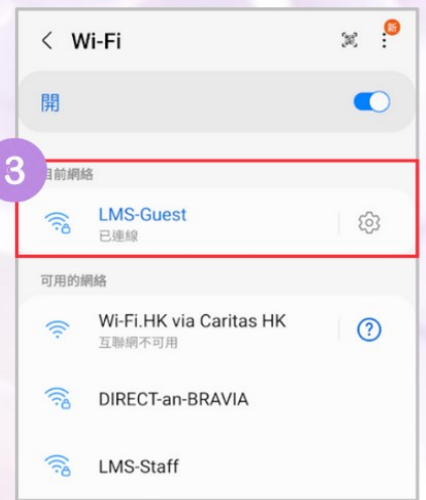
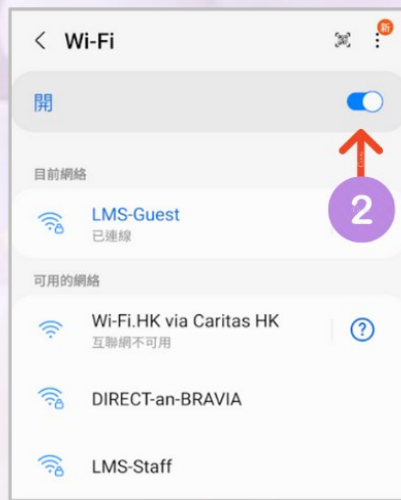
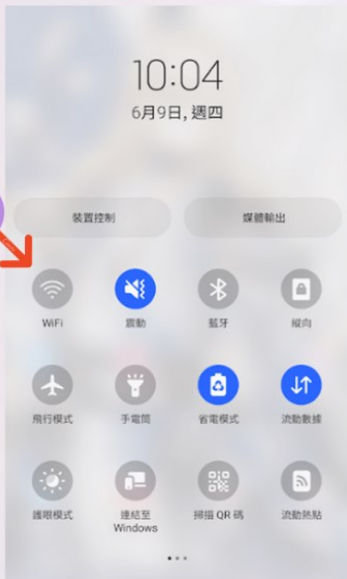
資訊科技站



如何連接中心wi-fi網絡?

在有 Wi-Fi 範圍內的地方可以上網，大部分公共wi-fi都是免費的。

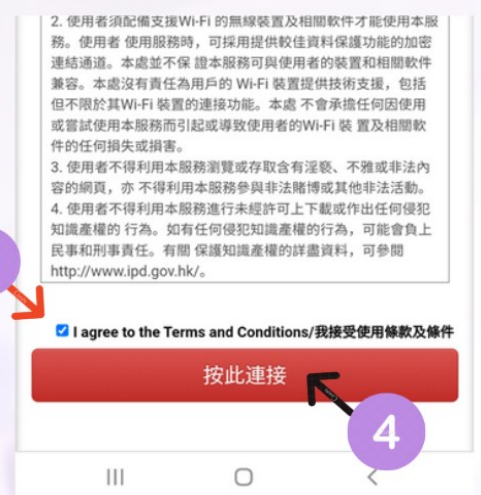
- (1) 首先從上欄向下拉下來，再拉一次，打開功能表。
- (2) 點擊長按wi-fi，位置通常在第一個。
- (3) 先按開啟，留意灰色是沒有開始，開啟按鈕會有顏色。然後點擊一個安全的wi-fi，鎖匙圖案等於該wi-fi要密碼。
- (4) LMS-Guest為本中心無線網絡，只要輸入一次密碼後日後將會自動連線。如未連線就需要點擊一下。



如何連接網頁wi-fi?

Wi-fi HK是政府的網絡熱點，通常商場或餐廳都會有，可以放心連接使用。

- (1) 如上述打開功能表，點擊長按wi-fi，選擇Wi-Fi HK字頭的網絡，會顯示“登入至網絡”。
- (2) 你需要點擊下方的小方格，然後點擊“按此連接”即可連接！



8月活動時間表

星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六
1 9:30-12:00 手機諮詢站	2 10:00-11:00 (萃) 護老智齒保健講座 2:00-3:30 (一座) 護老者調適組	3 9:30-11:30 (一座) 智醒閣 9:30-12:00 手機諮詢站 2:30-4:00 友誼組	4 2:00-3:30 護老者鬆一鬆 2:30-4:00 一對一手機諮詢服務	5 9:00-1:00 (藝) 痛定醫痛 9:30-11:00 (萃) 生腦病點講座 9:30-11:30 (一座) 智醒閣	6
8 9:30-12:00 手機諮詢站	9 2:00-3:30 (一座) 護老者調適組	10 9:30-11:30 (一座) 智醒閣 9:30-12:00 手機諮詢站 11:00-12:00 長者茶聚室 2:30-4:30 (萃) 活出真我小組	11 2:30-4:00 一對一手機諮詢服務	12 9:00-1:00 (藝) 痛定醫痛 9:30-11:30 (一座) 智醒閣	13
15 9:30-12:00 手機諮詢站	16 2:00-3:30 (一座) 護老者調適組	17 9:30-11:30 (一座) 智醒閣 9:30-12:00 手機諮詢站 11:00-12:00 長者茶聚室 2:30-4:30 (萃) 活出真我小組	18 9:30-11:00 護老講座 2:00-5:00 (萃) 生日會 2:30-4:00 一對一手機諮詢服務	19 9:00-1:00 (藝) 痛定醫痛 9:30-11:30 (一座) 智醒閣	20

22	9:30-10:30 (萃) 健康講座-慎防跌倒 9:30-12:00 手機諮詢站	23	2:00-3:30 (一座) 護老者調適組 2:30-3:30 (萃) 彩虹探訪組	24	9:00-10:00 (萃) 押花八達通套工作坊 9:30-11:30 (一座) 智醒閣 9:30-12:00 手機諮詢站 11:00-12:00 長者茶聚室 2:30-4:30 (萃) 活出真我小組	25	2:30-4:00 一對一手機諮詢服務 2:30-3:30 (萃) 綜合義工組	26	9:00-1:00 (藝) 痛定醫痛 9:30-11:30 (一座) 智醒閣	27	
29	9:30-12:00 手機諮詢站	30	9:00-10:15 (藝) 剪髮服務 10:00-11:00 (萃) 介紹傳統以外殮葬方 式講座 11:00-12:00 (萃) 沙畫工作坊 2:00-3:30 (一座) 護老者調適組	31	9:00-10:00 (萃) 髮造型設計工作坊 9:30-11:30 (一座) 智醒閣 9:30-12:00 手機諮詢站 2:30-4:30 (萃) 活出真我小組						

8月3日 2:30-4:00 友誼組—主題：網絡詐騙手法及防範
場地代號：(萃) 薈萃坊 (藝) 薈藝坊 (一座) 204室或 205室

9月活動時間表

星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六
			1 2:00-3:30 護老者鬆一鬆	2 9:00-1:00 (藝) 痛定醫痛 9:30-11:30 (一座) 智醒閣	3
5	6 9:30-12:30 (一座) 中秋傳統燈籠工作坊 2:00-3:30 (一座) 護老者調適組	7 9:30-11:30 (一座) 智醒閣 11:00-12:00 長者茶聚室 2:30-4:00 友誼組	8 2:30-4:30 (萃) 活出真我小組	9 9:00-1:00 (藝) 痛定醫痛 9:30-11:30 (一座) 智醒閣	10
12	13 2:00-3:30 (一座) 護老者調適組 4:00-5:00 (萃) 木箱鼓	14 9:30-11:30 (一座) 智醒閣 11:00-12:00 長者茶聚室 2:30-4:30 (萃) 活出真我小組	15	16 9:00-1:00 (藝) 痛定醫痛 9:30-11:30 (一座) 智醒閣	17

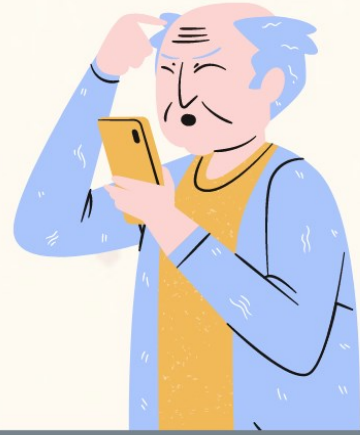
19	2:00-5:00 (萃) 生日會	2:00-3:30 (一座) 護老者調適組 2:30-3:30 (萃) 彩虹探訪組	21	9:30-11:30 (一座) 智醒閣 11:00-12:00 長者茶聚室 2:30-4:30 (萃) 活出真我小組	22	3:00-4:00 (萃) 混元養生功工作坊-初 階班	23	9:00-1:00 (藝) 痛定醫痛 9:30-11:30 (一座) 智醒閣 3:00-4:00 (萃) 手語初體驗	24
26	9:30-10:30 (萃) 健康講座- 認識認知障礙症 3:00-4:30 (萃) 篆刻工作坊	2:00-3:30 (一座) 剪髮服務 2:00-3:30 (一座) 護老者調適組	28	9:30-11:30 (一座) 智醒閣 11:00-12:00 長者茶聚室 2:30-4:30 (萃) 活出真我小組	29	3:00-4:00 (萃) 混元養生功工作坊-初 階班	30	9:00-1:00 (藝) 痛定醫痛 9:30-11:30 (一座) 智醒閣 9:30-11:00 (萃) 平安四寶 講座	

9月7日 2:30-4:00 友誼組—主題：長者生活用品

場地代號：(萃) 薈萃坊 (藝) 薈藝坊 (一座) 一座 204 室或 205 室

SQS 14 私隱和保密

岩岩做左中心會員，但係頭先入會啲職員問左好多我既個人資料，佢地會唔會拎左啲資料亂用架？



中心有個「收集資料的目的」條款，都寫明收集到既個人資料主要供本中心內部使用，用於提供服務及發佈中心資訊、長青學院、中心各活動及籌款活動等訊息之用。另外只有在你同意情況下或該項披露是《個人資料(私隱)條例》所允許的情況下，本中心才會向有關方面披露有關資料。所以唔需要擔心你既個人資料會俾人亂用。

意見園地

日期： _____

意見： _____

填寫人姓名： _____ 聯絡電話： _____

歡迎會員對中心會訊或服務提出寶貴意見。