



# 聖公會聖匠堂長者地區中心

地址：紅磡戴亞街一號地庫

網址：hccss.holycarpenter.org.hk

電話：2362 0301 內線：206 傳真：2356 1997

督印人：  
林偉峰先生  
(高級服務經理)  
印刷數量：550份

## 2019年4月份月會通訊



### 鬆一鬆、印一印獎勵計劃

為鼓勵會員持續參與中心社交康樂、健康運動等活動，中心於4月開始推行「鬆一鬆、印一印獎勵計劃」，會員凡參與下列活動可獲得一個印章，累積足夠數量印章可獲不同禮物獎賞，活動包括以下項目：

活力毛巾操



玩樂天地



遊戲規則：

1. 會員需要親身帶會員證出席活動。
2. 活動開始後十分鐘，暫停收咭蓋印，額滿即止。
3. 每次出席活動可獲得一個印章。

# 玩

聖公會聖匠堂長者地區中心  
20\_\_年\_\_月至\_\_月  
《鬆一鬆、印一印獎勵計劃》  
會員姓名：\_\_\_\_\_ 會員編號：SE

1	2	3	4	5	
6	7	8	9	10	
11	12	13	14	15	

備註：請在20\_\_年\_\_月至\_\_月月會內換取禮物，延期作廢

遊戲規則：

1. 會員需要親身帶會員證出席活動。
2. 活動開始後十分鐘，暫停收咭蓋印，額滿即止。
3. 每次出席活動可獲得一個印章。

禮物獎賞

- 五個印章可獲細獎一份
- 十個印章可獲中獎一份
- 十五個印章可獲大獎一份



運動班  
(椅子操/拉力帶操)



禮物獎賞：

- 五個印章可獲細獎一份
- 十個印章可獲中獎一份
- 十五個印章可獲大獎一份

請於指定時間內換取禮物，延期作廢。

在月會通訊印有 之活動均可參加此計劃



Operated by  
Hong Kong Sheng Kung Hui Welfare Council Limited  
由香港聖公會福利協會有限公司營運

# 1

## 【迪士尼之旅】

編號：0066

日期：4月15日（星期一）

時間：上午9:00 - 3:00

集合時間：上午8:45

集合地點：紅磡邨紅昇樓

對象：中心會員

名額：48人（每組12人）

費用：\$50（包車費及午餐券）

地點：香港迪士尼樂園

內容：為會員帶來奇妙的一天，享受樂園的歡樂氣氛。

負責職員：梁景順先生



注：1. 所有購票者，不得私下轉讓。

2. 參加者必須攜帶手提電話出席此活動。

3. 活動時需要進行分組活動。



# 2

## 【屬於「我」的環保袋】

編號：0035

日期：4月15日（星期一）

時間：下午2:30 - 3:30

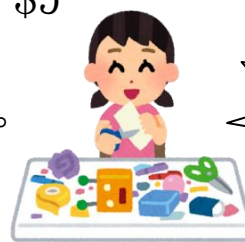
名額：14人

費用：\$5

地點：活動室1-2

內容：教授會員設計屬於自己的環保袋。

負責職員：莫凱柔姑娘



超簡易



# 3

## 【4至6月會員生日會】

編號：0068

日期：6月1日（星期六）

時間：下午2:30-4:00

名額：60人（每組15人）

費用：\$20 生日 / \$25 非生日

地點：活動室1-3

內容：為4至6月壽星慶祝生日、玩集體遊戲、派禮物及影相

負責職員：莫凱柔姑娘

註：本月可供4-6月生日會員優先報名



## ∞ 恆常活動 ∞

項目	活動名稱/日期	詳情	負責職員 名額
4  5	<b>【友弦相聚】</b> 4月2、9、16、23、 30日 (星期二)	時間：中午12:00 地點：副堂 內容：中樂演奏及唱歌	莫凱柔 10人
	<b>【金曲串燒】</b> 4月12、26日 (星期五)	時間：上午9:30 地點：活動室1-2 內容：唱時代曲	梁景順 24人
6 	<b>【玩樂天地】</b> 4月12、26日 (星期五)	時間：下午2:30 地點：休閒區 內容：與會員進行遊戲	梁景順 30人
7 	<b>【聖匠影院】</b> 4月11日 (星期四)	時間：上午9:30 地點：活動室1-2 電影名稱：至尊計狀元才	莫凱柔 20人
8 	<b>【飯堂之友】</b> <b>暫停一次</b>		黃寶欣
9 	<b>【歡樂茶聚】</b> 4月9、23日 (星期二)	時間：下午3:00 地點：茶水間 內容：義工提供茶點 備註：茶點收費\$5份	莫凱柔 20人
10 	衛生署講座 <b>【退化性關節炎】</b> 4月25日 (星期四)	時間：上午10:00 地點：活動室1-2 內容：膝部退化性關節炎的成因、處理方法和關節保護守則	莫凱柔 30人
11 	<b>【剪髮服務】</b> 4月25日 (星期四)	時間：下午2:00 地點：活動室1-2 內容：義工幫長者剪髮 費用：5元	梁景順 24人

編號：190425

<p>12</p> 	<p><b>【頻率震動機訓練】</b> 4 月份 (逢星期二、六) (療程為一個月四次) (月會即場抽籤)</p>	<p>時間：上午 9:30 地點：休閒區 內容：訓練平衡力 備註：以下人士不宜參與 1. 患高血壓 2. 身體內安裝心臟起搏器 3. 半年內曾跌倒之人士</p>	<p>梁景順 16 人 (每組 4 人) <u>必須出席 4 次</u></p>
<p>13</p> 	<p><b>【活力毛巾操】</b> 4 月 10 日 (星期三)</p> 	<p>時間：上午 9:00 地點：中心活動室 內容：由婦女健康大使 義工教授毛巾操</p>	<p>梁景順 20 人</p>
<p>14</p> 	<p><b>【鬆一鬆運動班】</b> 拉力帶操(4 月 11 日)/ 椅子操(4 月 25 日) (星期四)</p> 	<p>時間：上午 8:30 地點：活動室 1-2 內容：與會員做簡單運 動，強身健體</p>	<p>梁景順 莫凱柔 20 人</p>
<p>15</p> 	<p><b>【相片打印服務】</b> 4 月 24 日 (星期三)</p>	<p>時間：上午 10:00 地點：休閒區 收費：沖印相片 \$2 一張 內容：沖印今年內的活 動相片(2018 年 4 月至 2019 年 3 月)</p>	<p>莫凱柔</p>
<p>16</p> 	<p><b>【長青福音團契】</b> 福音小組 4 月 (逢星期二)</p>	<p>時間：下午 2:30 地點：繪本館 4 月 16 日主題： 健腦遊戲介紹</p>	<p>莫凱柔</p>
<p>17</p> 	<p><b>【友男天小組】</b> 4 月 16 日 (星期二)</p>	<p>時間：上午 10:00 地點：活動室 1-2 內容：凝聚男士會員， 分享男士話題</p>	<p>葉惠強 20 人</p>
<p>18</p> 	<p><b>【成人義工 AVG33】</b> 4 月 8、15、29 日 (星期一)</p>	<p>時間：上午 9:00 地點：活動室 3 內容：透過紅十字會的 人道工房學習新 手作技巧</p>	<p>莫凱柔 備註： 此活動為持續 性小組，如有興 趣參加者可向 莫姑娘登記</p>



## 中心消息



各位老友記新一年度新入會及續會的禮物將於4月底送抵中心

大家留意早前若已到中心辦理入會（即收據上顯示“**屆滿日期：XX/XX/2020**”）及續會手續的老友記（即會員證上“有效日期”顯示為**XX-XX-2020**），請於4月29日起親臨中心出示會員證或新入會時所發收據，即可領取精美卡片套一個。



小小心意，衷心多謝一直以來

對中心的支持。



## 迎春接福齊團拜(活動花絮)

活動在2019年2月19日由中心各義工組及職員一同向跟會員拜年，表演活動由各義工組參與演出，活動在充滿節日氣氛下順利完成。



# 彩齡學院 - 課程概覽

2019年7至9月份抽籤資料如下

登記日	抽籤公佈		候補名額		公開報名日期
	公佈日期	繳費時段	公佈日期	繳費時段	
14/6(五)	20/6	20/6 (四)	24/6	24/6 (一)	27/6(四)
15/6(六)	(四)	21/6 (五)	(一)	25/6 (二)	
17/6(一)	下午 1:00	22/6 (六)	下午 1:00	26/6 (三)	
		(3 個工作天)		(3 個工作天)	

仁愛組 (第 1 批) 時間：上午 9:30 - 11:00  
 和平組 (第 2 批) 時間：下午 2:30 - 4:00  
 日期：2019 年 5 月 8 日(星期三)  
 地點：中心活動室

喜樂組 (第 3 批) 時間：上午 9:30 - 11:00  
 良善組 (第 4 批) 時間：下午 2:30 - 4:00  
 日期：2019 年 5 月 9 日(星期四)  
 地點：中心活動室

中心開放時間：星期一至六 (星期日及公眾假期~休息)  
 上午 8:00 - 下午 6:00 / 下午 1:00 - 2:00 職員午膳時間







接待處服務收費時段：  
 星期一至六  
 上午 8:00 - 12:00  
 下午 1:00 - 4:30


- 售賣奶粉服務【註一】
- 洗衣服務【註二】 / 浴室服務【註三】
- 復康用品借用服務 (收費服務)
- 活動購票服務(收費活動)
- 會員申請或續會【註四】



接待處服務查詢時段：  
 星期一至六  
 上午 8:00 - 下午 6:00  
 下午 1:00-2:00 午膳時間  
 (只提供有限度服務)

- ◇ 一般查詢
- ◇ 服務申請或退出【註五】
- ◇ 偶到服務
- ◇ 使用中心服務設施
- ◇ 活動取票 (免費活動)
- ◇ 禮物換領

【註一】 逢每月 1-10 號，不售賣奶粉。

【註二】 星期六、日及公眾假期前夕不提供洗衣服務

【註三】如有需要，敬請預約(服務時段為，每天下午 4:30-5:30)

【註四】會員申請方法：親臨本中心，填寫新會員登記表及繳交\$ 21 年費

【註五】退出服務申請：親臨 / 致電本中心辦理

教育及發展服務職員：

陳姻如姑娘 (服務經理)

梁景順先生 (活動工作人員)

葉惠強先生 (服務主管)

莫凱柔姑娘 (活動工作人員)

黃寶欣姑娘 (助理程序幹事)

黃邁誼姑娘、待聘 (行政幹事)

## 外展支援服務隊《屋村互助支援小組》

如果你是居住於紅磡村、家維村或土瓜灣區獨居或多老同住長者，

外展隊誠意邀請你出席每月定期聚會。我們鼓勵長者提升村內凝聚力，發揮鄰里互助精神。

互助支援小組	對象	日期	時間	地點
『土瓜灣聚會』	居住土瓜灣私樓	4月12日(五)	下午 2:30-4:30	中心活動室
『家維邨聚會』	居住家維邨長者	4月23日(二)	上午 10:00-11:00	中心活動室
『紅磡邨聚會』	居住紅磡邨長者	4月24日(三)	上午 10:00-11:00	中心活動室

### 外展義工會

日期：2019年4月10日(三)

時間：上午 10:00-11:00

地點：中心活動室

對象：外展支援隊義工

內容：每月一次外展義工聚會，活動中會進行義工服務招募及培訓，邀請所有外展支援隊義工出席。

## 認知障礙症長者及護老者支援服務

### ~4月活動推廣~

#### 玩轉腦友

日期：2019年4月10、17日及24日(三)；

時間：下午 2:00-3:00

地點：活動室 1-2

對象：一般長者或輕度認知障礙症長者

內容：透過桌上遊戲、交流合作活動讓參

加者既可訓練腦筋，又可以認識新朋友，

開開心心歡度一個下午。

負責職員：吳智敏先生

#### 「夫唱婦隨」小組

日期：2019年4月18日(星期四)

時間：上午 9:30 至 10:30

地點：副堂

對象：長者夫婦 名額：16名

內容：藉著小組鼓勵長者夫婦間分享相處

之道，互相學習如何關心自己的伴侶，並

推動組員之間的守望相助精神。

負責職員：蕭俊文先生



#### 「護」「里」同行同學會

日期：2019年4月24日(星期三)

時間：下午 2:30-3:30

地點：副堂

名額：15名

內容：與護老者探討有關護老的不同話

題，分享照顧之道，互相學習如何支援自

己的長者，並推動組員之間的互助互愛精

神。

負責職員：蕭俊文先生



#### 衛生署講座

#### 認識冠心病

日期：2019年4月26日(五)

時間：下午 2:30-3:30

地點：活動室 1 及 2

內容：講解冠心病的成因、徵狀、預防及處理方法。

講者：衛生署外展隊 註冊護士

負責職員：賴秀梅姑娘



~如對服務有任何查詢，歡迎與本隊同事聯絡~

備註

護老者資格：需要照顧「在家居住」長者的家人、親屬或朋友。

會員申請方法：合符本中心護老者資格，並填妥及簽署「護老者會員登記表」，本中心會發出會員證。

# 人事快遞

拜  
拜

不經不覺間，原來已在長者地區中心工作了接近四年，有緣在2015年開始跟大家認識打招呼、閒話家常，更重要能服務大家，實在感到非常榮幸；你們充實了我每一天的生活點滴，亦讓我從旁學曉更多待人處世之道，在此謝謝你們一直以來的支持。我係邊個，我就係接待處最大聲嗰位麥瑞蓮姑娘啦！我走了！3月29日係我在聖匠工作的最後一天，在此最後祝福大家身體健康、天天開心！



各位老友記，大家好！我是廖淑妍姑娘！時光飛逝，原來我在聖匠堂已經工作了差不多有一年半的時間啦！在這段時間裡，我認識了不少老友記，亦與很多位老友記「老友鬼鬼」。我發現每位老友記都很精靈可愛，和你們相處，確是一件非常難忘的事。臨別在即，我祝大家每天笑口常開，身體健康，生活美滿！

各位長者及義工們！很感激人生沿途上認識你們，可以在你們身上學習，令我這四年生活很愉快，祝你們每日身體健康、快快樂樂。



## ~月會通訊知多點~



數數圖片上有多少隻復活蛋？

- A. 3 隻
- B. 6 隻
- C. 9 隻

答案：\_\_\_

4月23日至4月30日  
前寫上正確答案，剪下  
交到接待處領取禮物



## 2019年4月份活動時間表

備註：\*\*支援隊活動不作公開招募。

星期日	星期一 4月1日(廿六)	星期二 4月2日(廿七)	星期三 4月3日(廿八)	星期四 4月4日(廿九)	星期五 4月5日(三月初一)	星期六 4月6日(初二)	
	上午9:00 成人義工 AVG33(活3) 上午9:30 清晨妙韻(活1-2) 上午9:30 中國水墨畫(副)  下午2:00 精美穿珠製作(副)	上午9:30 頻率震動機訓練(休) 下午12:00 友弦相聚(副)	上午9:30 仁愛組 月會(活1-3)  下午2:30 和平組 月會(活1-3)	上午9:30 喜樂組 月會(活1-3)  下午2:30 良善組 月會(活1-3)	<b>清明節</b>	上午9:30 健康檢查(活1-2) 上午9:30 頻率震動機訓練(休)  下午2:30 健體中國舞班(活1-2)	
4月7日(初三)	4月8日(初四)	4月9日(初五)	4月10日(初六)	4月11日(初七)	4月12日(初八)	4月13日(初九)	
	上午9:00 成人義工 AVG33(活3) 上午9:30 清晨妙韻(活1-2) 上午9:30 中國水墨畫(副) 上午10:30 得意布藝坊(多)  下午2:00 精美穿珠製作(副)	上午9:30 頻率震動機訓練(休) 上午11:00 中文書法初階(副) 下午12:00 友弦相聚(副)  下午1:30 智能手機應用程式(副) 下午3:00 輕鬆普通話(副) 下午3:00 歡樂茶聚(茶) 下午3:00 簡易中國舞(市政大廈)	上午9:00 活力毛巾操(活1-2) 上午10:00 外展義工聚會(活1-2)  下午2:00 玩轉腦友(活1-2) 下午3:00 「腦友學堂」(活1-2)	上午8:30 運動班(活1-2) 上午9:30 聖匠影院(活1-2)  下午2:00 二胡初班(副) 下午3:00 二胡延續班(副)	上午9:30 金曲串燒(活1-2)  下午2:00 玩樂天地(休) 下午2:00 舞出新天地(市政大廈) **下午2:30 土瓜灣聚會(活1-2) 下午3:30 健康帶氧舞(市政大廈)	上午9:30 健康檢查(活1-2) 上午9:30 頻率震動機訓練(休)  下午2:30 健體中國舞班(活1-2)	
4月14日(初十)	4月15日(十一)	4月16日(十二)	4月17日(十三)	4月18日(十四)	4月19日(十五)	4月20日(十六)	
	上午8:45 迪士尼之旅(外出) 上午9:00 成人義工 AVG33(活3) 上午9:30 清晨妙韻(活1-2) 上午9:30 中國水墨畫(副) 上午10:30 得意布藝坊(多)  下午2:30 屬於「我」的環保袋 (活1-2)	上午9:30 頻率震動機訓練(休) 上午10:00 友男天小組(活1-2) 上午11:00 中文書法初階(副) 下午12:00 友弦相聚(副)  下午1:30 智能手機應用程式(副) 下午3:00 輕鬆普通話(副) 下午3:00 簡易中國舞(市政大廈)	上午10:00 長者義工會(活1-2)  下午2:00 玩轉腦友(活1-2) 下午3:00 「腦友學堂」(活1-2)	上午9:30 夫唱婦隨小組(副)	<b>耶穌受難節 翌日</b>		
4月21日(十七)	4月22日(十八)	4月23日(十九)	4月24日(二十)	4月25日(二十一)	4月26日(二十二)	4月27日(二十三)	
	<b>復活節星期一</b>	上午9:30 頻率震動機訓練(休) **上午10:00 家維邨聚會(活1-2) 上午11:00 中文書法初階(副) 下午12:00 友弦相聚(副)  下午1:30 智能手機應用程式(副) 下午3:00 輕鬆普通話(副) 下午3:00 歡樂茶聚(茶)	**上午10:00 紅磡邨聚會(活1-2) 上午10:00 相片打印(休)  下午2:00 玩轉腦友(活1-2) 下午2:30 護里同行同學會(副) 下午3:00 「腦友學堂」(活1-2)	上午8:30 運動班(活1-2) 上午10:00 衛生署講座： 退化性膝關節炎(活1-2)  下午2:00 剪髮服務(活1-2) 下午2:00 二胡初班(副) 下午3:00 二胡延續班(副)	上午9:30 金曲串燒(活1-2)  下午2:00 玩樂天地(休) 下午2:00 舞出新天地(市政大廈) 下午2:30 護老者講座： 認識冠心病(活1-2) 下午3:30 健康帶氧舞(市政大廈)	上午9:30 健康檢查(活1-2) 上午9:30 頻率震動機訓練(休)  下午2:30 健體中國舞班(活1-2)	
4月28日(二十四)	4月29日(二十五)	4月30日(二十六)	<div style="display: flex; justify-content: space-between; align-items: center;">  <div style="text-align: center;"> <h1 style="font-size: 48px; margin: 0;">復活節快樂</h1> </div>  </div>				
P.4	上午9:00 成人義工 AVG33(活3) 上午9:30 清晨妙韻(活1-2) 上午9:30 中國水墨畫(副) 上午10:30 得意布藝坊(多)  下午2:00 精美穿珠製作(副) 下午2:30 護老鬆一鬆：足浴梳 乎您2019(一)(活1-2)	上午9:30 頻率震動機訓練(休) 上午11:00 中文書法初階(副) 下午12:00 友弦相聚(副)  下午1:30 智能手機應用程式(副) 下午3:00 輕鬆普通話(副) 下午3:00 簡易中國舞(市政大廈)					P.5