



# 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](http://hccss.holycarpenter.org.hk)

電話：3960 4306 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 10 月份月會通訊



### 護老新資源 大家都要知

香港政府的安老政策是以社區照顧為重點，院舍照顧為後援，這亦符合大多數長者希望在自己熟悉的環境下安老的意願。要實現令長者居家安老旨在的長遠目標，護老者擔當著非常重要的角色。

在新增撥的資源下，長者中心會加強外展服務，支援居住於社區和照顧體弱長者的有需要護老者。有需要護老者泛指高齡、有身體缺損、有沉重照顧壓力、有情緒及社交支援等需要的護老者，長者中心將為他們提供一系列的支援服務，包括服務如下：

**支援服務**：包括護送，看顧及探訪等，可到戶或在中心提供服務。

**培訓課程及活動**：可提供小組形式或個別教授之課程或活動  
(例如：家居照顧技巧、認知訓練。)

**支援性小組**：包括護老者減壓小組、互助小組及長期病患管理小組等。

同時以往恆常的護老服務如講座、復康用品借用、舒壓活動、社交及康樂活動及家屬小組等亦會配合新增服務持續推行。



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

# ☺推介活動☺



## 1

### 【聖匠長者聚一堂】

編號：0321

日期：10月6日（星期日）

時間：上午10:00-中午12:00

名額：80人（每組20人）

費用：\$10

地點：四樓禮堂

內容：與港鐵義工隊合作，透過豐富的表演活動，與長者會員聚首一堂。

活動贊助：港鐵義工隊

負責職員：葉惠強先生



## 2

### 【南方東英長者同歡音樂會】

編號：0324

日期：10月13日（星期日）

時間：下午3:00-6:00

集合時間：下午2:00

集合地點：紅磡邨紅昇樓

名額：44人（每組11人）

費用：\$10（包括旅遊車來回接送）

地點：聖公會李求恩中學

內容：活動由南方東英資產管理公司和聖公會李求恩中學合辦，進行懷舊金曲的分享。

負責職員：梁景順先生



## 3

### 【眼睛健康講座】

日期：10月10日（星期四）

時間：上午10:00-11:00

名額：40人

費用：全免

地點：活動室1-2

內容：由香港執業眼科視光師協會視光師為會員講解眼睛常見的問題，及進行簡單的黃斑點病變測試。

負責職員：莫凱柔姑娘



## ∞ 恆常活動 ∞

項目	活動名稱/日期	詳情	負責職員 名額
4 	<b>【友弦相聚】</b> 10月8、15、22、29日 11月5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
5 	<b>【金曲串燒】</b> 10月11、18、25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> 10月14、28日 (星期一)	時間：下午2:30 地點：活動室1-2 內容：與會員進行遊戲	梁景順 30人
7 	<b>【聖匠影院】</b> 10月18日 (星期五)	時間：下午2:00 地點：活動室1-2 電影名稱：秋天的童話	莫凱柔 30人
8 	<b>【飯堂之友】</b> 10月28日 (星期一)	時間：下午4:00 地點：活動室1-2 對象：中心飯堂使用者 內容：關注飯堂服務， 分享有營飲食心得	黃寶欣
9 	<b>【歡樂茶聚】</b> 10月8、22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>【認識流行性感冒】</b> 10月31日 (星期四)	時間：上午10:00 地點：活動室1-2 內容：講解流行性感冒的 徵狀及預防方法	莫凱柔 30人
11 	<b>【剪髮服務】</b> 10月31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：191031

<p>12</p> 	<p><b>【頻率震動機訓練】</b>  <b>10 月份</b>  <b>(逢星期二、六)</b>  <b>(療程為一個月四次)</b>  <b>(月會即場抽籤)</b></p>	<p>時間：上午 9:30  地點：茶水間  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>  <b>10 月 16 日</b>  <b>(星期三)</b></p>	<p>時間：上午 9:00  地點：活動室 1-2  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>  <b>10 月 10、31 日</b>  <b>(星期四)</b></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>  <b>10 月 30 日</b>  <b>(星期三)</b></p>	<p>時間：上午 10:00  地點：茶水間  收費：沖印相片 \$2 一張  內容：沖印今年內的活  動相片(2018 年 11  月至 2019 年 10 月)</p>	<p>莫凱柔</p>
<p>16</p> 	<p><b>【金色年華小組】</b>  <b>福音小組 10 月</b>  <b>(逢星期二)</b></p>	<p>時間：下午 2:30  地點：繪本館  10 月 15 日主題：  養生之道</p>	<p>莫凱柔</p>
<p>17</p> 	<p><b>【友男天小組】</b>  <b>10 月 15 日</b>  <b>(星期二)</b></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>  <b>10 月 14、21、28 日</b>  <b>11 月 4 日</b>  <b>(星期一)</b></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>

## ☺ 推介活動 ☺



### 19

### 【晨光第一線】

日期：10月16日（星期三）

時間：上午10:00-11:00

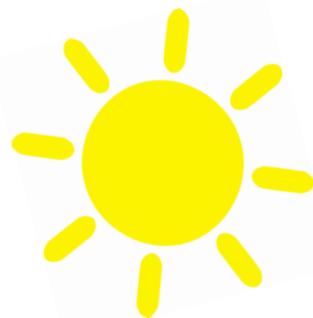
費用：全免

名額：20人（每組5人）

地點：活動室1-2

內容：透過報章及新聞分享，與長者一起閒話家常，  
歡迎中心會員按時出席，自由參與。

負責職員：潘正羽先生



### 20

### 【10至12月會員生日會】

編號：320

日期：11月14日（星期四）

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10至12月壽星慶祝生日、玩集體遊戲、  
派禮物及影相（10-12月生日會員優先報名）

負責職員：梁景順先生



## 人事快遞



大家好，我是8月新入職的長者部行政助理梁靖蘅，主要是負責長者部的行政工作，環境清潔及維修保養事宜。我好開心可以加入聖匠這個大家庭，但因為以前沒有在社福機構工作的經驗，希望大家多多指教。



## 彩齡學院活動宣傳

### 氣球造型(基礎班)(第三季)

看似簡單的扭波波，其實相當需要思考能力，如何掌握氣球的比例、力度的大小及扭動的步驟

日期：11月：1、8、15、22(逢星期五)

時間：上午10:00-11:30

地點：副堂

費用：\$80

堂數：共4堂

導師：黃錫焯 / 梁素媚導師

名額：12人



如有興趣，可到接待處報名。

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11月6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11月7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	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ 售賣奶粉服務【註一】</li> <li>➤ 洗衣服務【註二】/浴室服務【註三】</li> <li>➤ 復康用品借用服務(收費服務)</li> <li>➤ 活動購票服務(收費活動)</li> <li>➤ 會員申請或續會【註四】 </li> </ul>
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)	<ul style="list-style-type: none"> <li>◇ 一般查詢</li> <li>◇ 服務申請或退出【註五】 </li> <li>◇ 遇到服務 </li> <li>◇ 使用中心服務設施</li> <li>◇ 活動取票 (免費活動)</li> <li>◇ 禮物換領 </li> </ul>
<p>【註一】  逢每月1-10號，不售賣奶粉。</p> <p>【註二】  星期六、日及公眾假期前夕不提供洗衣服務</p> <p>【註三】 如有需要，敬請預約(服務時段為，每天下午4:30-5:30)</p> <p>【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</p> <p>【註五】 退出服務申請：親臨 / 致電本中心辦理</p>	
教育及發展服務職員：	<p>陳姻如姑娘 (服務經理)                      梁景順先生 (活動工作人員)</p> <p>葉惠強先生 (服務主管)                      莫凱柔姑娘 (活動工作人員)</p> <p>黃寶欣姑娘 (助理程序幹事)              黃邁誼姑娘 (行政幹事)</p>

## 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	20/10/2019 (日)	下午 2:00-4:00	聖匠堂 4 樓禮堂
『家維邨聚會』	居住家維邨長者			
『紅磡邨聚會』	居住紅磡邨長者			

### 外展義工會

日期：2019年10月9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。

### 樂也農義工會

日期：2019年10月26日(六)

時間：上午 10:30-11:30

地點：中心 副堂

對象：樂也農義工

內容：每月一次樂也農義工聚會，活動中會進行分享種植心得、討論三樓天台花園照顧事宜，邀請所有樂也農義工出席。

## 認知障礙症長者及護老者支援服務

### ~10月活動推廣~



#### 玩轉腦友

- 日期：2019年10月9、16、23及30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

#### 「腦友學堂」認知障礙症小組

- 日期：2019年10月9、16、23及30日(三)；
- 時間：下午 3:00-4:00 地點：活動室 1-2
- 對象：患有早期認知障礙症長者
- 內容：透過音樂、懷緬、遊戲及現實導向等治療手法，訓練長者認知及溝通能力，減慢或改善腦退化情況。
- 負責職員：吳智敏先生
- 如有興趣者，需向職員報名，並為長者進行認知評估

#### 「夫唱婦隨」小組

- 日期：2019年10月17日(四)
- 時間：上午 9:30-10:30
- 地點：活動室 1 及 2
- 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



#### 衛生署講座·老化過程

- 日期：2019年10月25日(五)
- 時間：下午 2:30-3:30
- 地點：活動室 1 及 2
- 內容：講解身體老化引致的生理轉變和心理反應，並提供生活調適的方法，以促進長者的身心健康。
- 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。

## 中心消息

各位老友記慎防電騙，係必須嘅！不過以下**電話字頭記住聽**，因為係我哋打給大家呀！

**396043** + **??**

記得唔好收我哋線呀！



敬請各位老友記勿將大量紙巾、抹手紙等雜物棄於座廁內，避免造成任何渠道淤塞。謝謝！



### 維修事項

中心於9月份進行洗手間趙門改善工程，請各位會員注意安全，出入小心。不便之處，敬請見諒！



### ~月會通訊知多點~



是次禮物由香港活力耆樂會贊助

多謝曬他們！



數數圖片上的樹有多少個果實？

- A. 1 個
- B. 3 個
- C. 6 個

答案: \_\_\_\_\_

10月28日至10月31日前寫上正確答案，剪下交到接待處領取禮物

# 2019年10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	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六
		10月1日(初三)	10月2日(初四)	10月3日(初五)	10月4日(初六)	10月5日(初七)
		<b>國慶日</b>	上午9:30 仁愛組 月會(活1-3)	上午9:30 喜樂組 月會(活1-3)	上午9:30 流感針登記(活1-2)	上午9:30 健康檢查 (活1-2) 上午9:30 頻率震動機訓練(茶)
			下午2:30 和平組 月會(活1-3)	下午2:30 良善組 月會(活1-3)	下午2:30 流感針登記(活1-2)	下午2:30 健體中國舞班(活1-2)
10月6日(初八)	10月7日(初九)	10月8日(初十)	10月9日(十一)	10月10日(十二)	10月11日(十三)	10月12日(十四)
上午10:00 聖匠長者聚一堂 (四樓禮堂)	<b>重陽節</b>	上午9:30 頻率震動機訓練(茶) 下午12:00 友弦相聚 (副)	上午10:00 外展義工會 (活1-2)	上午8:30 運動班(活1-2) 上午10:00 眼睛健康講座(活1-2)	上午9:30 金曲串燒(活1-2)	上午9:30 健康檢查 (活1-2) 上午9:30 頻率震動機訓練(茶)
		下午2:30 金色年華小組(繪) 下午2:30 護老者休閒閣(休) 下午3:00 歡樂茶聚(茶)	下午2:00 玩轉腦友 (活1-2) 下午3:00 「腦友學堂」(活1-2)			下午2:30 健體中國舞班(活1-2)
10月13日(十五)	10月14日(十六)	10月15日(十七)	10月16日(十八)	10月17日(十九)	10月18日(二十)	10月19日(廿一)
下午3:00 南方東英長者同歡 音樂會 (李求恩中學)	上午9:00 成人義工 AVG33(活3) 上午9:30 中國水墨畫進階(副) 上午11:00 中國水墨畫初階(副)  下午2:30 玩樂天地(活1-2) 下午4:00 輕鬆普通話(副)	上午9:30 頻率震動機訓練(茶) 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2:30 金色年華小組(繪) 下午2:30 護老者休閒閣(休) 下午3:15 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 晨光第一線(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 (活)  下午2:00 季節性流感針注射日 (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 聖匠影院 (活1-2)	上午9:30 健康檢查 (活1-2) 上午9:30 頻率震動機訓練(茶)  下午2:30 健體中國舞班(活1-2)
10月20日(廿二)	10月21日(廿三)	10月22日(廿四)	10月23日(廿五)	10月24日(廿六)	10月25日(廿七)	10月26日(廿八)
** 下午2:00 地區大型聚會 (四樓禮堂)	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 中國水墨畫進階(副) 上午10:30 得意布藝坊(多) 上午11:00 中國水墨畫初階(副)  下午12:45 小幅塑膠彩風景畫(副)	上午9:30 頻率震動機訓練(茶) 上午10:00 中文書法進階 (副) 上午11:00 中文書法初階 (副) 下午12:00 友弦相聚 (副) 下午2:30 金色年華小組(繪) 下午2:30 護老者休閒閣(休) 下午3:00 歡樂茶聚(茶) 下午3:15 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2:30 護里同行同學會 (多) 下午3:00 「腦友學堂」(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2:30 護老者講座：老化過程 (活1-2)	上午9:30 健康檢查 (活1-2) 上午9:30 頻率震動機訓練(茶) 上午10:30 樂也農義工會議(副)  下午2:30 健體中國舞班(活1-2)
10月27日(廿九)	10月28日(十月初一)	10月29日(初二)	10月30日(初三)	10月31日(初四)	11月1日(初五)	11月2日(初六)
	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 中國水墨畫進階(副) 上午10:30 得意布藝坊(多) 上午11:00 中國水墨畫初階(副) 下午12:45 小幅塑膠彩風景畫(副) 下午2:30 玩樂天地(活1-2) 下午4:00 飯堂之友(活1-2) 下午4:00 輕鬆普通話(副)	上午9:30 頻率震動機訓練(茶) 上午10:00 中文書法進階 (副) 上午11:00 中文書法初階 (副) 下午12:00 友弦相聚 (副)  下午2:30 金色年華小組(繪) 下午2:30 護老者休閒閣(休) 下午3:15 簡易中國舞 (市政大廈)	上午10:00 相片打印服務(茶)  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10:00 衛生署講座：認識流行 感冒(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) 上午10:00 氣球造型(副堂)	上午9:30 健康檢查 (活1-2) 上午9:30 頻率震動機訓練(茶)  下午2:30 健體中國舞班(活1-2)
11月3日(初七)	11月4日(初八)	11月5日(初九)	11月6日(初十)	11月7日(十一)		
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 中國水墨畫進階(副) 上午11:00 中國水墨畫初階(副)  下午12:45 小幅塑膠彩風景畫(副) 下午2:00 精美穿珠製作(副) 下午4:00 輕鬆普通話(副)	上午9:30 頻率震動機訓練(茶) 上午10:00 中文書法進階 (副) 上午11:00 中文書法初階 (副) 下午12:00 友弦相聚 (副)  下午2:30 金色年華小組(繪) 下午2:30 護老者休閒閣(休) 下午3:15 簡易中國舞 (市政大廈)	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)		