



聖公會聖匠堂長者地區中心

護老者支援服務

2021年7-9月份

活動
情報

會員資訊系統－易聯繫

本系統為香港聖公會福利協會之服務單位向服務使用者、服務使用者家屬、義工等群組作通訊發佈用途，提供一個方便、即時、有效率的資訊發佈平台，加強與持分者的溝通及資訊的流通，服務使用者接收訊息後，切勿回覆訊息，否則電訊商會徵收費用，如服務使用者接收訊息後有任何查詢，可致電 3960 4306 與中心職員聯絡

用戶可以使用智能電話定時使用系統查看中心的最新消息或其他資訊

「易聯繫資訊系統只供本中心發佈訊息，請勿回覆」

開始使用－驗證帳戶

1. 易聯繫於 2021 年 6 月 15 日正式啟用。當日系統將會自動發送驗證短訊到手機上。
2. 如會員同意使用系統，當收到驗證短訊後，只需點擊短訊內的連結便會自動啟動易聯繫帳戶。如會員無意使用易聯繫，則無須理會短訊。

感謝你申請易聯繫帳戶，
請進入以下網站啟動你的易聯繫帳戶。
<https://devapppub2.skhwc.org.hk/gcs/Account/Activate?ActivateCode=673YEKU8D5TUKQUSD23GJRJVXAU4ELE3>



3. 點擊連結後需將密碼設置為「23620301」便可啟用帳號，完成後見到綠色別號便代表帳戶已經生效。完畢後頁面會自動轉至易聯繫版面。您可使用自己的帳戶及密碼登入。

聖公會聖匠堂長者地區中心

護老者支援服務

活動情報 (2021-22 年度 7-9 月)

印刷品

督印人：馮穎驊（高級服務經理） 印刷數量：280

如未能投寄，敬請退回：紅磡戴亞街一號地庫 聖公會聖匠堂長者地區中心

護老資訊・特別情報

易聯繫加到電話

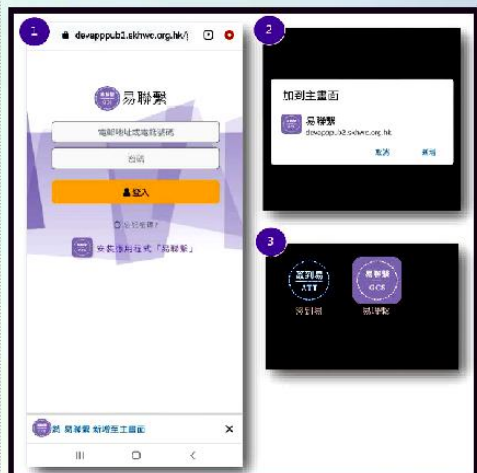
Apple iOS 系統

如使用 Apple iOS 系統，可按  選擇「加至主畫面」



Android 系統

如使用 Android 系統，可按「安裝應用程式」將易聯繫加到主畫面



易聯繫功能包括：單位消息、通告、定期通訊、問卷、投票及服務地圖，詳情可參考相關 APP 內容。



大家好，賴姑娘有話講：

賴姑娘我 7 月 2 日離開聖匠堂了，5 年來，好多謝大家一直對我的疼愛和關懷，賴尿蝦姑娘真係好喜歡同大家相處既時光喔！祝每位護老者和長者，健康平安，日日開心笑呵呵^^

護老者定義：需要照顧「在家居住」長者的家人、親屬或朋友。

申請方法：符合本中心護老者定義，並填妥及簽署「護老者會員登記表」，本中心會發出會員證。

退出方法：可親身向本中心提出申請。

服務時間：星期一至六，上午八時至下午六時（星期日及公眾假期休息）

中心地址：九龍紅磡戴亞街一號地庫（即紅磡街市後面）

聯絡電話：3960 4309/3960 4371 **傳真號碼：**2356 1997

護老者支援服務職員：梁善姚姑娘（服務經理）、蕭俊文先生（社會工作員）

杜曉琦姑娘（助理程序幹事）

許惠娟姑娘、許謹姑娘（社區健康助理）



Operated by
Hong Kong Sheng Kung Hui Welfare
Council Limited

活動情報

護老者休閒閣

日期：2021年7月至9月
時間：逢星期一 上午9:30至12:00
逢星期二 下午2:30至5:00
地點：中心休閒閣
對象：護老者及受照顧長者 名額：不限
內容：由健康助理提供中心看顧服務，讓護老者得到喘息時間，同時提供平台讓護老者互相認識，交流照顧心得，並由社工提供社區資訊及情緒支援。
負責職員：梁善姚姑娘



護老者線上休閒活動

日期：2021年7月至9月
時間：逢星期五 下午2:30至3:30
地點：Zoom 線上形式
對象：護老者及受照顧長者 名額：不限
參加辦法：每星期在中心護老者 Whatsapp 群組發放連結，歡迎所有護老者及受照顧長者點擊連結參與。
內容：透過 Zoom 軟件讓護老者及長者定時相聚，保持社交生活。工作人員亦會從中分享照顧技巧、簡單健康運動、社區資源及認知小遊戲等。
負責職員：梁善姚姑娘



「護」「里」同行同學會

日期：2021年7月14日、8月11日及9月8日（星期三）
時間：下午2:30-3:30
地點：休閒閣 名額：8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



「夫唱婦隨」小組

日期：2021年7月22日、8月12日及9月9日（星期四）
時間：上午9:30-10:30 地點：活動室1-2
名額：8名 對象：長者夫婦
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 【預防肌肉流失】

日期：2021年7月30日（星期五）
時間：下午2:30-4:00
地點：活動室1-2
內容：講解肌肉流失的成因和影響、教授預防肌肉流失的飲食及運動方法，並讓參加者體驗手握力測試。
講者：衛生署外展隊 註冊護士
負責職員：蕭俊文先生



衛生署講座 【量度體溫、脈搏、呼吸知多少】

日期：2021年8月20日（星期五）
時間：下午2:30-3:30
地點：Zoom 線上形式
內容：講解、示範量度體溫、脈搏、呼吸的方法；並教授處理體溫、脈搏、呼吸不正常長者的方法。
講者：衛生署外展隊 註冊護士
負責職員：蕭俊文先生



衛生署講座 【認知障礙症之溝通技巧】

日期：2021年9月17日（星期五）
時間：下午2:30-3:30
地點：Zoom 線上形式
內容：講解認知障礙症的特徵，教授護老者與患者溝通之道及緬懷活動方法。
講者：衛生署外展隊 註冊護士
負責職員：蕭俊文先生



互動教室 【長者外出注意事項】

日期：2021年9月24日（星期五）
時間：下午2:30-3:30
地點：休閒閣 名額：8名
內容：由認可同工教授實務照顧技巧及知識，讓護老者更有信心及能力照顧身邊的長者。
負責職員：蕭俊文先生



活動情報

玩轉腦友



日期：2021年7月14、21及28日（三）
8月11、18及25日（三）；
9月8、15及29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

復康用具檢查及維修



日期：2021年8月23日（一）
時間：上午10:00-12:00
地點：休閒閣 名額：5名
費用：免費輪椅、復康用具檢查；零件更換另行計算，活動當天繳付費用。
內容：由輪椅輔助隊進行檢查及維修工作。
負責職員：蕭俊文先生
截止報名日期：13/8/2021
*備註：將於16/8/2021以抽籤形式確定參加者，並以電話通知。

明目養神工作坊



日期：2021年8月3日（星期二）
時間：上午10:15-11:15
地點：活動室1-2
名額：8名 費用：免費
內容：由香薰治療師教授眼部穴位，並一起敷眼膜，讓護老者從中鬆一鬆！
講者：註冊香薰治療師 區女士
負責職員：蕭俊文先生
截止報名日期：23/7/2021
備註：將於26/7/2021以抽籤形式確定參加者，並以電話通知。

頭肩頸按摩自學減壓



日期：2021年9月6日（星期一）
時間：下午2:15-3:15
地點：活動室1-2
名額：8名 費用：免費
內容：由香薰治療師教授頭肩頸穴位，一起學習按摩技巧，讓護老者自學按摩鬆一鬆！
講者：註冊香薰治療師 區女士
負責職員：蕭俊文先生
截止報名日期：27/4/2021
備註：將於30/8/2021以抽籤形式確定參加者，並以電話通知。

認知障礙症長者照顧技巧講座



日期：2021年8月11日（星期三）
時間：下午2:30-3:30
地點：Zoom 線上形式 
對象：需要照顧認知障礙症長者護老者或其他有興趣護老者
內容：由社工分享照顧認知障礙症長者的基本技巧和原則，簡介疫情下的中心服務及社區資源，以提昇護老者照顧長者的信心。
負責職員：梁善姚姑娘

護老歡聚慶中秋



日期：2021年9月20日（星期一）
時間：下午2:30-3:30
地點：活動室1-2 收費：免費 名額：20名
對象：護老者及受照顧長者
內容：藉互動遊戲、抽獎及互相分享，讓護老者與長者一同慶祝中秋節，同時藉此讓護老者增進交流。
負責職員：蕭俊文先生
截止報名日期：10/9/2021
*備註：將於13/5/2021以抽籤形式確定參加者，並以電話通知。