



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：<http://hccss.holycarpenter.org.hk/>

電話：3960 4306 傳真：2356 1997

督印人：

吳智敏先生

(高級服務經理)

印刷數量：400份

2021年8月份月會通訊

義工招募

聖匠長青義工

對象：60歲或以上中心會員

服務項目：

1. 月會當值
2. 健康檢查
3. 中心服務大使
4. 會員電話聯絡
5. 文書及活動協助
6. 飯堂當值

每月第3個星期三開會

康體大使義工

對象：60歲或以上中心會員

服務項目：

1. 帶領簡易運動操
2. 玩樂天地協助

我覺得退休之後仲好有活力，
想做D有意義嘅事，做咩好？

你可以嘗試參加義工呀！😊

義工正需要志願貢獻個人時間及精神的人士，不為任何物質報酬，為改進社會而提供服務。

請問做義工要咩資格㗎？🤔

只要你有志服務他人就可以啦！💪

可以點樣參加呀？🤔

歡迎致電 3960 4306 或親臨中心與鍾姑娘聯絡！👩



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. 如有興趣參加以下活動，請於 8月6日(星期五)至8月12日(星期四) 親身到中心登記
2. 如報名人數超出名額，會抽籤處理
3. 因應疫情情況，活動或會作出改動或取消。

新加推

備註:手機雞精班(一)及(二)
不能重複報名!

8月份推介活動

【芬蘭木柱體驗班】

日期：8月27日(星期五)
時間：下午2:30-3:30
名額：12人
內容：讓參加者體驗新興運動。
地點：活動室1-2
費用：免費
負責職員：莫家祺先生

【手機雞精班(一)】

日期：8月20日(星期五)
時間：上午10:00-11:00
名額：12人
內容：教授會員日常手機應用
地點：活動室1-2
費用：免費
負責職員：莫家祺先生及
理工大學實習學生

【手機雞精班(二)】

日期：8月20日(星期五)
時間：上午11:00-12:00
名額：12人
內容：教授會員日常手機應用
地點：活動室1-2
費用：免費
負責職員：莫家祺先生及
理工大學實習學生

【齊來紮染】

日期：8月27日(星期五)
時間：上午10:00-12:00
名額：12人
內容：教授參加者運用紮染技巧去製作獨一無二的環保袋。
地點：活動室1-2
費用：\$10
負責職員：鄭倩盈姑娘

【蜂蠟保鮮布DIY】

日期：8月30日(星期一)
時間：下午2:30-4:30
名額：12人
內容：教授參加者製作環保蜂蠟保鮮布。
地點：活動室1-2
費用：\$10
負責職員：鄭倩盈姑娘

8 月份恆常活動

餘額報名安排:請親臨中心登記,先到先得,額滿即止。歡迎致電查詢空缺。

項目	活動名稱/日期	詳情	負責職員 名額
1 	【衛生署講座】 8月26日 (星期四) 名額已滿	時間:上午10:00-11:00 地點:活動室1-2 主題:聽覺保健知多少	鄭倩盈姑娘 12人
2 	【鬆一鬆運動班】 8月12、19日 (星期四) 尚餘少量名額	時間:上午10:30-11:30 地點:活動室1-2 內容:與會員做簡單運動 備註:此活動需要會員自備拉力帶,亦可於當天向職員購買,每條為5元	鄭倩盈姑娘、 莫家祺先生 8人
3 	【玩樂天地】 8月9、23日 (星期一) 歡迎報名	時間:下午2:30-3:30 地點:活動室1-2 內容:互動遊戲	鄭倩盈姑娘、 莫家祺先生 8人
4 	【剪髮服務】 8月26日 (星期四) 尚餘少量名額	時間:下午2:00-3:30 (每15分鐘為一節,每節有清潔時間) 地點:活動室1-2 費用:5元(當天購票)	莫家祺先生 24人
5 	【友男天小組】 8月17日 (星期二) 歡迎報名	時間:上午10:30-11:30 地點:活動室1-2 內容:凝聚男士會員,分享男士話題	鍾妍雅姑娘 8人
6 	【活力毛巾操】 8月11日 (星期三) 歡迎報名	時間:上午9:00-10:00 地點:活動室1-2 內容:由婦女健康大使 義工教授毛巾操	莫家祺先生 10人
7 	【健康檢查】 8月份 (逢星期六) 歡迎報名	時間:上午9:30-10:30 地點:活動室1-2 內容:由婦女健康大使為大家量血壓	莫家祺先生 30人
8 	【頻率震動機訓練】 8月份 (逢星期二、六) (療程為一個月四次) 歡迎報名	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	莫家祺先生 16人 (每組4人) 必須出席4次



2021年8月份活動時間

星期一	星期二	星期三
8月2日(廿四)	8月3日(廿五)	8月4日(廿六)
上午 9:30 清晨妙韻 A (活 1-2) 上午 9:30 護老者休閒閣 (休) 下午 4:00 輕鬆普通話(紅)	上午 9:30 頻率震動服務(茶) 上午 10:00 中文書法初階 (紅) 上午 10:15 明神養目工作坊(活 1-2) 上午 11:00 中文書法進階 (紅) 下午 2:30 護老者休閒閣 (休)	上午 9:30 仁愛組 月會(活 1-3) **上午 10:30 樂也農義工會(201 室) 下午 2:30 和平組 月會(活 1-3)
8月9日(初二)	8月10日(初三)	8月11日(初四)
上午 9:30 清晨妙韻 B (活 1-2) 上午 9:30 護老者休閒閣 (休) 上午 10:30 得意布藝坊(茶) 下午 2:30 玩樂天地(活 1-2) 下午 4:00 輕鬆普通話(紅)	上午 9:30 頻率震動服務(茶) **上午 10:00 土瓜灣聚會(活 1-2) 上午 10:00 中文書法初階 (紅) 上午 11:00 中文書法進階 (紅) 下午 2:30 護老者休閒閣 (休)	上午 9:00 活力毛巾操 (活 1-2) 上午 10:00 婦女義工會議 (紅) **上午 10:15 外展義工會 (活 1-2) 下午 2:30 護里同行同學會(休) 下午 2:30 認知障礙症長者照顧技巧講座(Zoom)
8月16日(初九)	8月17日(初十)	8月18日(十一)
上午 9:30 清晨妙韻 B (活 1-2) 上午 9:30 護老者休閒閣 (休) 上午 10:30 得意布藝坊(茶) 下午 4:00 輕鬆普通話(紅)	上午 9:30 頻率震動服務(茶) 上午 10:00 中文書法初階 (紅) 上午 10:30 友男天小組(活 1-2) 上午 11:00 中文書法進階 (紅) 下午 2:30 護老者休閒閣 (休)	上午 10:00 長青義工會議 (活 1-2)
8月23日(處暑)	8月24日(十七)	8月25日(十八)
上午 9:30 清晨妙韻 B (活 1-2) 上午 9:30 護老者休閒閣 (休) 上午 10:30 得意布藝坊(茶) 下午 2:30 玩樂天地(活 1-2) 下午 4:00 輕鬆普通話(紅)	上午 9:30 頻率震動服務(茶) **上午 10:00 家維邨聚會(活 1-2) 上午 10:00 中文書法初階 (紅) 上午 11:00 中文書法進階 (紅) 下午 2:30 護老者休閒閣 (休)	**上午 10:00 紅磡邨聚會(活 1-2)
8月30日(廿三)	8月31日(廿四)	9月1日(廿五)
上午 9:30 清晨妙韻 B (活 1-2) 上午 9:30 護老者休閒閣 (休) 上午 10:30 得意布藝坊(茶) 下午 2:30 蜂蠟保鮮布 DIY (活 1-2) 下午 4:00 輕鬆普通話(紅)	上午 9:30 頻率震動服務(茶) 上午 10:00 中文書法初階 (紅) 上午 11:00 中文書法進階 (紅) 下午 2:30 護老者休閒閣 (休)	上午 9:00 小幅塑膠彩(紅) 上午 9:30 仁愛組 月會(活 1-3) 下午 2:30 和平組 月會(活 1-3)
9月6日(三十)	9月7日(初一)	9月8日(初二)
上午 9:30 清晨妙韻 C (活 1-2) 上午 9:30 護老者休閒閣 (休)	上午 9:30 頻率震動服務(茶) 上午 10:00 中文書法初階 (紅) 上午 11:00 中文書法進階 (紅) 下午 2:30 護老者休閒閣 (休) 下午 3:00 簡易中國舞(市政大廈)	上午 9:00 小幅塑膠彩(紅) 上午 9:00 活力毛巾操 (活 1-2)



2021年8月份活動時間

星期四	星期五	星期六	星期日
8月5日(廿七)	8月6日(廿八)	8月7日(立秋)	8月8日(七月初一)
上午 9:30 喜樂組 月會(活 1-3)	上午 9:30 「園治你心」 園藝治療性小組 2021(休) 下午 2:30 護老者線上休閒活動(Zoom)	上午 9:30 健康檢查 (活 1-2) 上午 9:30 頻率震動服務(茶)	
下午 2:30 良善組 月會(活 1-3) 下午 2:00 二胡初班第二季 (副) 下午 3:00 二胡延續班第二季(副) 下午 4:00 二胡中班第二季(副)			
8月12日(初五)	8月13日(初六)	8月14日(初七)	8月15日(初八)
上午 9:30 夫唱婦隨小組(活 1-2) 上午 10:30 鬆一鬆運動班(活 1-2) 下午 2:00 中醫講座(活 1-2) 下午 2:00 二胡初班第二季 (副) 下午 3:00 二胡延續班第二季(副) 下午 4:00 二胡中班第二季(副)	上午 9:30 「園治你心」 園藝治療性小組 2021(休) 下午 2:30 護老者線上休閒活動(Zoom)	上午 9:30 健康檢查 (活 1-2) 上午 9:30 頻率震動服務(茶)	
8月19日(十二)	8月20日(十三)	8月21日(十四)	8月22日(十五)
上午 10:30 鬆一鬆運動班(活 1-2) 下午 2:00 二胡初班第二季 (副) 下午 3:00 二胡延續班第二季(副) 下午 4:00 二胡中班第二季(副)	上午 9:30 「園治你心」 園藝治療性小組 2021(休) 上午 10:00 手機雞精班(活 1-2) 下午 2:30 衛生署講座 (Zoom) 【量度體溫、脈搏、呼吸知多少】 下午 2:30 護老者線上休閒活動(Zoom)	上午 9:30 健康檢查 (活 1-2) 上午 9:30 頻率震動服務(茶)	
8月26日(十九)	8月27日(二十)	8月28日(廿一)	8月29日(廿二)
上午 10:00 衛生署講座(活 1-2) 下午 2:00 剪髮服務(活 1-2) 下午 2:00 二胡初班第二季 (副) 下午 3:00 二胡延續班第二季(副) 下午 4:00 二胡中班第二季(副)	上午 9:30 「園治你心」 園藝治療性小組 2021(休) 上午 10:00 蜂蠟保鮮布 DIY(活 1-2) 上午 10:00 齊來紮染(活 1-2) 下午 2:30 芬蘭木柱體驗班(活 1-2)	上午 9:30 健康檢查 (活 1-2) 上午 9:30 頻率震動服務(茶)	
9月2日(廿六)	9月3日(廿七)	9月4日(廿八)	9月5日(廿九)
上午 9:30 喜樂組 月會(活 1-3)	上午 9:30 「園治你心」 園藝治療性小組 2021(休) 下午 2:30 護老者線上休閒活動(Zoom) 下午 4:00 健康帶氧舞(市政大廈)	上午 9:30 健康檢查 (活 1-2) 上午 9:30 頻率震動服務(茶)	
下午 2:30 良善組 月會(活 1-3)			
9月9日(初三)	9月10日(初四)	9月11日(初五)	9月12日(初六)
	上午 10:00 7-9 月生日會一(活 1-2) 上午 11:15 7-9 月生日會二(活 1-2) 下午 2:00 舞出新天地 A(市政大廈) 下午 2:30 護老者線上休閒活動(Zoom) 下午 2:30 7-9 月生日會三(活 1-2) 下午 3:45 7-9 月生日會四(活 1-2) 下午 3:00 舞出新天地 B(市政大廈) 下午 4:00 健康帶氧舞(市政大廈)	上午 9:30 健康檢查 (活 1-2) 上午 9:30 頻率震動服務(茶)	

9 月份活動登記安排

1. 如有興趣參加以下活動，請於 8 月 6 日(星期五)至 8 月 12 日(星期四)親身到中心登記
2. 若參加人數眾多，將於 8 月 16 日(星期一)進行抽籤，中籤名單將於 8 月 23 日(星期一)上載至中心 FACEBOOK 及張貼於中心壁報板上。
3. 因應疫情情況，活動或會作出改動或取消。

9 月份恆常活動

項目	活動名稱/日期	詳情	負責職員 名額
1 	【活力毛巾操】 9 月 8 日 (星期三) 	時間：上午 9:00-10:00 地點：活動室 1-2 內容：由婦女健康大使 義工教授毛巾操	莫家祺先生 10 人
2 	【健康檢查】 9 月份 (逢星期六) 	時間：上午 9:30-10:30 地點：活動室 1-2 內容：由婦女健康大使為大家量 血壓	莫家祺先生 30 人
3 	【頻率震動機訓練】 9 月份 (逢星期二、六) (療程為一個月四 次) 	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	莫家祺先生 16 人 (每組 4 人) 必須出席 4 次



9月份推介活動

【7-9月生日會】

日期：9月10日(星期五)

*共以下四節選擇其中一節

(一)上午 10:00 - 11:00	(二)上午 11:15 - 12:15
(三)下午 2:30 - 3:30	(四)下午 3:45 - 4:45

名額：每節 16 人(只限 7-9 月份生日會員報名)

(如報名人數超出名額，會抽籤處理)

內容：與生日會員玩遊戲，唱生日歌，一同慶生。

地點：活動室 1-2

費用：\$20

負責職員：莫家祺先生、鍾妍雅姑娘

生日快樂

社區活動推介



中銀-浸大中醫

社區中風預防及康復計劃

- 計劃年期：
2020年10月1日至2023年9月30日(共3年)
- 計劃對象：
60歲或以上、願意接受中醫治療 (首6個月中風患者優先)。
- 收費：
首6個月免費 (經社工評估，綜援/長生津/低收入家庭)
- 服務內容：
治療為期6個月，每週2至3次，不多於72次針灸、推拿或中藥治療服務

報名/查詢可向中心職員查詢

社工 鍾妍雅姑娘：3960 4307



✦ 恢復提供局部偶到服務，因應社署防疫指引，中心將有人數限制，詳情請參閱下表：

		借用時間	可容納人數
1	米蘭牌	上午	9:00-10:00
			10:00-11:00
			11:00-12:00
		下午	2:00-3:00
			3:00-4:00
			4:00-5:00
2	電腦	上午	8:00-9:00
			9:00-10:00
			10:00-11:00
			11:00-12:00
		下午	12:00-1:00
			1:00-2:00
			2:00-3:00
			3:00-4:00
			4:00-5:00
3	電視	中心開放時間	6人/每時段
4	報紙	因疫情關係，暫不提供	
5	棋類		
6	洗衣		
7	接待處服務		
中心共可容納人數			20人/每時段

✦ 恢復舉行每月月會，歡迎會員於8月24日(二)開始，於辦公時間親身前往中心預留9月份月會位置，名額有限，先到先得，恕不接受親友代表登記。

9月例會時間	
日期：2021年9月1日(星期三)	日期：2021年9月2日(星期四)
仁愛組(第1批) 時間：上午9:30 - 12:00	喜樂組(第3批) 時間：上午9:30 - 12:00
和平組(第2批) 時間：下午2:30 - 5:00	良善組(第4批) 時間：下午2:30 - 5:00

✦ 中心已恢復輪椅借用、奶粉購買及飯餐服務。

✦ 飯餐服務繼續以外賣形式到中心自取，請自備環保袋領取。

外展支援服務隊

《屋邨互助支援小組》

如果你是居住於紅磡邨、家維邨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。我們鼓勵長者提升邨內凝聚力，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	8月10日(二)	上午 10:00-11:00	中心活動室
『家維邨聚會』	居住家維邨長者	8月24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	8月25日(三)	上午 10:00-11:00	中心活動室

本月屋邨聚會主題為「社區、健康、中心資訊」

《屋邨互助支援小組》名額 12 人，有興趣長者必須致電 2355-7877 向外展支援服務隊報名。

外展義工會

日期：2021年8月11日(三) 時間：上午 10:15-11:30
 對象：外展支援隊義工 地點：中心活動室
 名額：12人(必須向外展隊職員報名)
 內容：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：2021年8月4日(三) 時間：上午 10:30-11:30
 對象：外展支援隊義工 地點：201室
 名額：12人(必須向外展隊職員報名)
 內容：與樂也農義工分享種植資訊，討論和安排 3/F 園圃的種植計劃。

賽馬會「e健樂」電子健康管理計劃第二期

義工招募：協助恆常健康檢查及活動當值及參加者電話慰問及活動提示等等
 有興趣參加的長者歡迎向外展支援服務隊蕭潔文姑娘及陳芷鈴姑娘查詢及報名！
 外展支援服務隊電話: 2355-7877

護老者支援服務 ~8月活動推廣~

受疫情影響，活動可能改以 Zoom 或其他方式進行

護老者休閒閣

日期：2021年8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8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
 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
 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。



「夫唱婦隨」小組

日期：2021年8月12日(星期四)
 時間：上午 9:30-10:30 名額：8名
 地點：活動室 1-2 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8月20日(星期五)
 時間：下午 2:30-3:30 地點：活動室 1-2
 內容：講解及示範量度體溫、脈搏、呼吸的方法；並教授處理體溫、脈搏、呼吸不正常的長者的方法。
 講者：衛生署外展隊 註冊護士
 負責職員：梁景順先生



~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



各位會員，您們好。我是新上任的高級服務經理吳智敏，大家亦可以叫我英文名 Bryan。我在聖匠堂長者地區中心工作已有三年多，過往主要負責認知障礙症服務和輔導工作，我猜和不少會員都已見過面。在聖匠三年多，見到大家活力的一面，亦看見您們積極為自己人生添加不少色彩。往後的日子，歡迎大家多些來中心和朋友見面，參加我們新推出的活動，亦歡迎您們多些就中心服務提供意見。

大家好!我是新人職的社工鍾姑娘，以往都是於安老服務單位工作，很開心可以加入聖匠這個大家庭!我主要負責教育及發展服務，我平時喜歡行山、做手工，和享受咖啡，老友記你地喜歡甚麼活動呢?不妨告訴我們你的興趣，讓我們可以安排更多不同類型的活動給大家!



各位老友記大家好!我是梁景順先生，再次回到聖匠堂工作感到十分高興。我主要負責護老者支援服務隊工作，為護老者舉行不同減壓活動，以舒緩照顧壓力。日後希望大家能多參與，一同分享喜悅，請大家多多關照!

