



聖公會聖匠堂長者地區中心

S.K.H. HOLY CARPENTER CHURCH DISTRICT ELDERLY COMMUNITY CENTRE

中心 通訊

2022年4月



重要通知

4月中下旬至5月中 接待處進行改善工程

📍 九龍紅磡戴亞街一號地庫

☎ 電話: 3960 4306
☎ 傳真: 2356 1997

📱 whatsapp :84901251

✉ hc_decc@skhwc.org.hk

📘 聖公會聖匠堂長者地區中心

🌐 <http://hccss.holycarpenter.org.hk/>



請掃我以儲存
中心新手提



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

督印人：
吳智敏先生
(高級服務經理)
印刷數量：100份

中心資訊之

教育及發展服務 -

Smart Connect數碼同行計劃



香港聖公會福利協會有限公司
HONG KONG SHENG KUNG HUI WELFARE COUNCIL LIMITED



Funded by 撥款資助

S I E
+ F U N D
社創基金

*SmartConnect*數碼同行計劃由社創基金贊助，
由香港聖公會福利協會有限公司推行計劃
有四個主要元素：

數碼學堂

流動數碼
教室

智慧城市
歷耆

共建。數碼
生活提案



「數碼學堂」為長者提供數碼科技培訓課堂及技術支援；



「流動數碼教室」向偏遠地區的長者教授數碼科技知識及提供技術支援；



「智慧城市歷耆」讓青年和長者合作，應用流動程式一起完成城市「歷耆」任務；



「共建。數碼生活提案」則配對青年和長者，讓他們利用設計思維，共創數碼生活提案，令長者可以享受優質的數碼生活。



透過「數碼學堂」，讓老友記學習及應用資訊科技在日常生活中；與「數碼大使」同行，共同享受數碼樂趣。

數碼諮詢站

內容: 提供一對一諮詢服務
解決數碼產品上的疑問

***請預先準備所需資料**



對象: 中心會員

收費: 免費

負責職員: 鄭慧欣姑娘/莫家祺先生

日期: 2022年4月-6月逢星期一

時間: 下午2:30-下午5:00

每次諮詢時段為30分鐘

需預先登記及預約



地點: 聖公會聖匠堂長者地區中心

查詢或預約:

可親臨中心或致電3960 4306與職員聯絡



香港聖公會福利協會有限公司
HONG KONG SHENG KUNG HUI WELFARE COUNCIL LIMITED



Funded by 撥款資助

SIE
+ FUND
社創基金

www.sie.gov.hk



透過「數碼學堂」，讓老友記學習及應用資訊科技在日常生活中；與「數碼大使」同行，共同享受數碼樂趣。

數碼支援熱線

為使各位老友記安心使用智能電話或平板電腦，本計劃設有數碼支援熱線，解答各位老友記使用數碼產品時遇到的疑難!!



電話或Whatsapp查詢

6874 3750



服務時間:

	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
10:00 - 13:00	✓	✓	⊗	✓	✓
14:00 - 17:00	✓	✓	⊗	✓	✓

香港聖公會主誕堂長者鄰舍中心
香港筲箕灣亞公岩道6號

電話：2568 5201

電郵：hnssc@skhwc.org.hk



精彩生命主題



生命繪本分享

聖公會聖匠堂主任牧師張樹萱牧師為會員預備不同主題的繪本故事，為大家打打氣，大家可留意中心whatsapp，將不定發放給各會員。

日期：4月14日（星期四）



對象：中心會員

負責職員：鍾妍雅姑娘



金色年華小組

日期：4月12日（星期二）

時間：下午2:30

內容：傳遞福音，互動小遊戲

形式：zoom（或因應疫情變動有所更改）

負責職員：黃智敏姑娘





FACEBOOK



以下活動會在FaceBook發放
請中心會員根據日期欣賞



聖公會聖匠堂長者地區中心 ✓

現在 🌐

【消費券教學】

日期：4月7日（星期四）

內容：如何領取新一期消費券及應注意事項

負責職員：鍾妍雅姑娘



👍 ❤️ 😂 😊 😱 1980



聖公會聖匠堂長者地區中心 ✓

現在 🌐

【滾】動精彩人生

日期：4月11日（星期一）

內容：介紹新興運動硬地滾球

形式：FaceBook發放

負責職員：莫家祺先生



👍 ❤️ 😂 😊 😱 2022



Whatsapp



如參與以下活動將會加入到聖匠堂生活小資Whatsapp群組，如有興趣的會員可向恩姑娘或敏姑娘報名



聖匠堂生活小資訊

歡樂茶聚-健康果醬

日期：4月15日（星期五）

內容：製作健康果醬，疫下也要食得健康。

下午12:00



聖匠養生小貼士 - 穀雨

日期：4月20日（星期三）

內容：穀雨應注意事項及養生小貼士

下午12:00

UP喻免疫力-香橙檸檬熱綠茶

日期：4月21日（星期四）

內容：製作香橙檸檬熱綠茶，提升免疫力

下午12:00

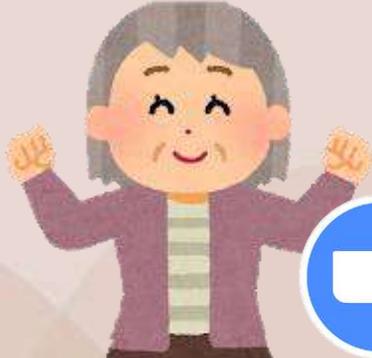


綠色生活-化腐朽為有用DIY

日期：4月7日至5月26日(隔星期四)

內容：將廢物重生為有用的物品

下午12:00



ZOOM



以下活動會在ZOOM舉行
請有興趣的中心會員向負責職員報名

【衛生署講座】

日期：4月14日（星期四）

時間：上午10:00-11:00

內容：柏金遜病(一)認識柏金遜病

名額：12人

由衛生署長者外展隊講解



負責職員：莫家祺先生/梁詠恩姑娘

【友男天小組】

日期：4月19日（星期二）

時間：上午10:30-11:30

內容：凝聚男士會員，分享男士話題

名額：8人



負責職員：鍾妍雅姑娘

【禪繞畫體驗班】

日期：4月28日（星期四）

時間：上午10:30-12:30

內容：甚麼都可能，從一筆一畫開始，
產生獨一無二的美與驚喜

名額：20人



負責職員：鍾妍雅姑娘

2022年4月中心活動時間表

星期一	星期二	星期三
3月28日 (廿六)	3月29日 (廿七)	3月30日 (廿八)
4月4日 (初四)	4月5日 (初五)	4月6日 (初六)
		上午9:30 4月月會(Facebook線上轉播)
4月11日 (十一)	4月12日 (十二)	4月13日 (十三)
【滾】動精彩人生 (Facebook轉播) 下午2:30 護老鬆一鬆 「靜心減壓」 (ZOOM)	**上午10:00 土瓜灣聚會(活1-2) /ZOOM 上午 10: 00 「樂齡友里」 義工培訓 計劃(副堂)/ Zoom 下午2:30 金色年華小組(zoom)	**上午10:15外展義工會 (活1-2) /ZOOM
4月18日 (十八)	4月19日 (十九)	4月20日 (二十)
	上午 10: 00 「樂齡友里」 義工培訓 計劃(副堂)/ Zoom	聖匠養生小貼士 - 穀雨(whatsapp) 下午2:30 「護」 「里」 同行同學會 (紅磡區私樓)(ZOOM)
4月25日 (廿五)	4月26日 (廿六)	4月27日 (廿七)
	**上午10:00 家維邨聚會(活1-2) /ZOOM **上午10:00 「e健樂」講座- 「食物 標籤工作坊」(副堂) 上午 10: 00 「樂齡友里」 義工培訓 計劃(副堂)/ Zoom	**上午10:00 紅磡邨聚會(活1-2) /ZOOM 下午2:30 「護」 「里」 同行同學會 (家維及紅磡邨)(ZOOM)

2022年4月中心活動時間表

備註: **支援隊活動不作公開招募。

星期四	星期五	星期六
3月31日 (廿九)	4月1日 (三月初一)	4月2日 (初二)
	下午2:30 護老者線上休閒活動 (ZOOM)	
4月7日 (初七)	4月8日 (初八)	4月9日 (初九)
消費券教學(Facebook轉播) 綠色生活-化腐朽為有用 DIY(whatsapp) 上午 10: 00「樂齡友里」義工培訓計劃(副堂/Zoom) 下午2:30 智友家庭 (ZOOM)	下午2:30 護老者線上休閒活動 (ZOOM)	
4月14日 (十四)	4月15日 (十五)	4月16日 (十六)
上午 10: 00「樂齡友里」義工培訓計劃(副堂/ Zoom) 上午 10: 00衛生署講座【柏金遜病(一) 認識柏金遜病】(zoom) 牧師生命繪本分享 (whatsapp)	歡樂茶聚-健康果醬(whatsapp)	
4月21日 (廿一)	4月22日 (廿二)	4月23日 (廿三)
**上午10:00「e健樂」講座-「智營飲食講座」(副堂) 上午 10: 00「樂齡友里」義工培訓計劃(副堂/ Zoom) UPUP免疫力-香橙檸檬熱綠茶 (whatsapp) 綠色生活-化腐朽為有用 DIY(whatsapp) 下午2:30 智友家庭 (ZOOM)	**下午2:30「e健樂」護士健康講座-「睡眠窒息症」(副堂)/ Zoom 下午2:30 護老者線上休閒活動 (ZOOM)	
4月28日 (廿八)	4月29日 (廿九)	4月30日 (三十)
上午 10: 30禪繞畫體驗班(zoom)	下午 2:30 衛生署講座 (ZOOM) 【認識冠心病】	

義工組

婦女健康大使

服務內容：

- 👉 頻率震動機
- 👉 活力毛巾操
- 👉 健康檢查
- 👉 協助大型活動

開會時間：

13/4/2022(三)

10:00-11:30

*每月第二個星期三

長青義工

服務內容：

- 👉 鬆一鬆運動班
- 👉 歡樂茶聚
- 👉 當值服務
- 👉 電話關懷
- 👉 協助大型活動

開會時間：

20/4/2022(三)

10:30-11:30

*每月第三個星期三

有興趣參加的義工可向鍾妍雅姑娘報名

特別
消息

短片資訊分享及遙
距教學即將推出



請耐心等待

彩齡
學院

因應香港近日疫情升級，為減少人群
聚集、保障學員及導師們的健康，

敬請留意本中心Facebook及網站公告最新消息
如有任何查詢，歡迎致電39604396與黃姑娘聯絡
不便之處，敬請原諒

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』	居住土瓜灣私樓長者	4月12日(二)	上午10:00-11:00	中心活動室 / Zoom形式
『家維邨聚會』	居住家維邨長者	4月26日(二)	上午10:00-11:00	中心活動室 / Zoom形式
『紅磡邨聚會』	居住紅磡邨長者	4月27日(三)	上午10:00-11:00	中心活動室 / Zoom形式

本月屋邨聚會主題為「社區、健康、中心資訊」，各互助支援小組名額15人，有興趣長者可致電 2355-7877 向外展支援服務隊查詢及報名。活動會視乎疫情狀況，而有所改動。☎

外展義工會

日期：2022年4月13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 / Zoom形式(視乎疫情狀況)
名額：15人(須向外展隊職員報名)
內容：義工招募及為義工進行服務培訓。

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向計劃參加者提供電話慰問。
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 ☎

「e健樂」講座-「智營飲食講座」

日期：2022年4月21日(四) 時間：上午10:00-11:30
對象：只限E健樂會員參加 名額：15人(需預先報名)
地點：副堂(視乎疫情狀況)
內容：由營養師講解長者預防老年病患的營養及家居飲食小錦囊，及早預防衰老。

「e健樂」講座-「食物標籤工作坊」

日期：2022年4月26日(二) 時間：上午10:00-11:30
對象：只限E健樂會員參加 名額：15人(需預先報名)
地點：副堂(視乎疫情狀況)
內容：由營養師教授理解食物標籤的方法，亦包括模擬超市購物環節、健康小食介紹等

「e健樂」護士健康講座-「睡眠窒息症」

日期：2022年4月22日(五) 時間：下午2:30-3:30(第一節)；下午3:30-4:30(第二節)
對象：只限E健樂會員參加
地點：副堂/ Zoom形式(視乎疫情狀況)
內容：長者安居協會護士向E健樂會員講解長者常用的復康輔助用品

有興趣參加的E健樂會員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！

e健樂所有活動會視乎疫情狀況而有所改動，敬請留意最新安排的公佈！

護老者支援服務

受疫情影響，活動可能改以Zoom或其他方式進行

■ 護里同行同學會 (紅磡區私樓)

■ 日期：4月20日(星期三)

■ 時間：下午2:30 - 3:30

■ 地點：ZOOM線上形式

■ 對象：長者夫婦

■ 名額：8名

■ 內容：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。

■ 負責職員：蕭俊文先生



■ 護里同行同學會 (家維及紅磡邨)

■ 日期：2022年4月27日 (星期三)

■ 時間：上午2:30 - 3:30

■ 地點：ZOOM線上形式

■ 對象：長者夫婦

■ 名額：8名

■ 內容：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。

■ 負責職員：蕭俊文先生



■ 衛生署講座【認識冠心病】

■ 日期：2022年4月29日 (星期五)

■ 時間：下午2:30 - 3:30

■ 地點：ZOOM線上形式

■ 對象：護老者及長者

■ 名額：不限

■ 內容：講解冠心病的成因、徵狀、預防及處理方法；給予高危者輔導及建議以預防冠心病。

■ 負責職員：梁景順先生



■ 護老者線上休閒活動

■ 日期：2022年4月1、8及22日 (星期五)

■ 時間：下午2:00-3:00

■ 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 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



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：符合本中心護老者資格，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

因應政府最新公佈之指引，收緊多項社交距離措施，本中心現實施以下措：

- 四月及五月實體月會取消，將轉為線上轉播。
- 中心維持有限度遇到、緊急輪椅借用、及會員續會服務
- 當值義工服務、班組、小組、講座、大型活動、會議等，即時暫停，直至另行通知。

如有任何問題，歡迎致電本中心3960 4306查詢。

****奶粉加價通告由2022年5月1日開始，加營素及怡保康的價錢將調整如下：**

加營素 \$187 怡保康 \$227

詳情可於接待處向職員查詢。

5月月會時間

日期：2022年5月4日(星期三)

時間：上午9:30

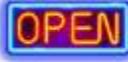
仁愛組 喜樂組

和平組 良善組

(Facebook線上轉播)



聖公會聖匠堂長者地區中心

颱風/暴雨	 Amber 黃	 Red 紅	 Black 黑		T1	L3	 NW 西北 SW 西南 NE 東北 SE 東南
	黃色暴雨	紅色暴雨	黑色暴雨		一號風球	三號風球	八號風球
中心設施			中心 開放前	中心 開放時			
中心內班組/活動							
飯堂服務			①	②			①
戶外活動	 ③						

備註： 開放  暫停開放

- ① 如在各餐提供時間兩小時前除下，飯堂服務如常提供
- ② 如飯餐已在準備，飯堂服務則照常
- ③ 若戶外活動進行期間懸掛黃色或紅色或黑色暴雨警告時，建議服務使用者依循負責工作人員的指示留在安全地方或返回中心

進入中心防疫3步曲



請測量體溫



使用消毒酒精
清潔雙手



拍卡進入

聖匠冷知識

