



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9月

重要通知

外賣服務

恢復 日程

13/9/2022 (二)
可購買19/9-24/9飯餐



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：450份



電話報名



Whatsapp影片活動
(中心電話: 84901251)



月會現場報名



Google Form



出席提醒



抽籤

**大家可以根據活動圖示的方式報名
額滿為止**

目錄



中心資訊	P.3
9月恆常活動	P.4-7
9月時間表	P.8-9
9月推介活動	P.10-11
義工組	P.12
外展支援服務隊	P.13
護老者支援服務	P.14
人事快遞 中心消息	P.15
其他資訊	P.16

P.2

攜會員證即場報名
如人數過多即場抽籤



確認中籤後需即時取
提示飛/繳費取回收據



活動當日需攜帶會員證
及提示飛到中心出席



以上所有措施暫於在
疫情情況下實行, 如
有更改將另行通知

中心資訊之外賣服務恢復日程

星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
全餐	全餐	散餐	散餐	散餐



需親身

本人
Sumo
購買及拎取飯餐



支援證

才可以購買飯餐

聖公會聖匠堂社會服務 支援服務證	
中心名稱：聖公會聖匠堂長者地區中心	
檔案編號：HC-1983-01128	
姓名：梁小妹	
服務類別：飯堂	性別：女
有效日期至：6/9/2023	



飯餐機

選擇心水飯餐



接待處



付款

早上8:00-中午12:00
下午1:00-下午4:30

接待處收費時間



請預留 P.3
足夠時間



活力毛巾操

9月恆常活動

內容：**由婦女健康大使義工教授毛巾操**

日期：9月14、21日（星期三）

時間：上午9:00-10:00

地點：活動室1-2

名額：每場8人



負責職員：莫家祺先生/梁詠恩姑娘

玩樂天地玩

內容：**互動遊戲**

日期：9月14日、21日（星期三）

時間：下午2:30-4:00

地點：活動室1-2

名額：8人



負責職員：莫家祺先生/梁詠恩姑娘

耆耆有煮意-開胃醃蘿蔔

內容：**與會員一起製作美味開胃的醃蘿蔔**

日期：9月28日（星期三）

時間：下午2:30-4:00

地點：休閒閣

名額：8人



負責職員：莫家祺先生/梁詠恩姑娘



鬆一鬆運動班

內容：與會員做拉力帶運動

日期：9月22、29日（星期四）

時間：上午10:45-11:45

地點：活動室1-2

名額：每場8人



負責職員：莫家祺先生/梁詠恩姑娘

友男天小組

內容：凝聚男士會員，分享男士話題

日期：9月20日（星期二）

時間：上午10:30-11:30

地點：活動室1-2

名額：8人



負責職員：鍾妍雅姑娘

衛生署講座

內容：慎防跌倒(社區篇)

日期：9月15日（星期四）

時間：上午10:00-11:00

地點：活動室1-2

名額：12人



由衛生署長者外展隊講解,出席者可獲小禮物一份。

負責職員：莫家祺先生/梁詠恩姑娘



頻率震動機訓練

內容：訓練平衡力

日期：9月份（逢星期二、六）

時間：上午9:30

地點：茶水間

名額：16人（必須出席所有場次）

注意：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



負責職員：莫家祺先生/梁詠恩姑娘

健康檢查

內容：由婦女健康大使為大家量血壓

日期：9月份（逢星期六）

時間：上午9:30-10:30

地點：休閒閣/活動室1-2

名額：30人



負責職員：莫家祺先生/梁詠恩姑娘



剪髮服務

日期：9月29日（星期四）

時間：下午2:00-3:30

（每15分鐘為一節，每節有清潔時間，最後取籌時間為3:15，過時不候）

地點：活動室1-2

名額：24人（每場6人）

費用：5元（DECC22/23-0247）

負責職員：莫家祺先生/梁詠恩姑娘



新興運動班

內容：與會員一起玩新興運動-芬蘭木柱

日期：9月19、26日（星期一）

時間：上午10:30-11:30

地點：活動室1-2

名額：8人（需出席2場）

負責職員：莫家祺先生/梁詠恩姑娘



耆望戰勝疫情-生命繪本分享

內容：聖公會聖匠堂主任牧師張樹萱牧師為會員預備不同的主題的繪本故事

日期：9月19日（星期一）

發放形式：WhatsApp/Facebook

對象：中心會員

負責職員：鍾妍雅姑娘



2022年9月中心活動時間表

星期一	星期二	星期三
8月29日 (初三)	8月30日 (初四)	8月31日 (初五)
上午9:30 清晨妙韻B(活1-2) 上午10:00 防跌舞蹈班 上午10:00 護老者休閒閣(休) 上午10:30 得意布藝坊 (茶) 下午2:30 smartconnect數碼諮詢站 (活3)	上午9:30 頻率震動服務(茶) 上午10:00 中文書法初班 (紅商) 上午11:00 中文書法進階 (紅商) 下午2:30 護老者休閒閣(休) 下午3:00 簡易中國舞 (市政大廈) 下午4:00 輕鬆普通話 (紅商)	上午10:00 7-9月生日會第一場 (活1-2) 上午10:30 互動教室-扶抱技巧(休) 下午2:30 7-9月生日會第二場 (活1-2)
9月5日 (初十)	9月6日 (十一)	9月7日 (十二)
上午9:30 清晨妙韻B(活1-2) 上午10:00 護老者休閒閣(休) 上午10:30 得意布藝坊 (茶) 下午2:00 「腦友學堂」認知訓練活動(活1-2) 下午2:30 smartconnect數碼諮詢站 (活3)	上午10:00 中文書法初班 (紅商) **上午10:15 外展義工會(活1-2) /ZOOM 上午11:00 中文書法進階 (紅商) 下午2:30 護老者休閒閣(休) 下午3:00 簡易中國舞 (市政大廈) 下午4:00 輕鬆普通話 (紅商)	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12日 (十七)	9月13日 (十八)	9月14日 (十九)
中秋節翌日補假	上午9:30 頻率震動服務(茶) 上午10:00 中文書法初班 (紅商) 上午11:00 中文書法進階 (紅商) 下午2:30 護老者休閒閣(休) 下午3:00 簡易中國舞 (市政大廈) 下午4:00 輕鬆普通話 (紅商)	上午9:00 活力毛巾操 (活1-2) 上午10:00 放鬆心神和諧樂(活1-2) /ZOOM 下午2:30 玩樂天地 (活1-2) 下午 3:00-4:00 E-健樂2-老友茶聚(副/Zoom)
	9月19日 (廿四)	9月20日 (廿五)
上午9:30 清晨妙韻B(活1-2) 上午10:00 護老者休閒閣(休) 上午10:30 得意布藝坊 (茶) 上午10:30 新興運動班 (活1-2) 下午2:00 「腦友學堂」認知訓練活動(活1-2) 下午2:30 smartconnect數碼諮詢站 (活3)	**上午9:30 家維邨及紅磡邨聚會 (活1-2) 上午9:30 頻率震動服務(茶) 下午2:30 護老者休閒閣(休)	上午9:00 活力毛巾操 (活1-2) 下午2:30 玩樂天地 (活1-2)
9月26日 (九月初一)	9月27日 (初二)	9月28日 (初三)
上午10:00 護老者休閒閣(休) 上午10:30 新興運動班 (活1-2) 下午2:00 「腦友學堂」認知訓練活動(活1-2) 下午2:30 smartconnect數碼諮詢站 (活3)	上午9:30 頻率震動服務(茶) **上午10:15 樂也農義工會(活1-2) / Zoom 下午2:30 護老者休閒閣(休)	下午2:30 耆耆有煮意-開胃醃蘿蔔(休)

2022年9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
9月1日 (初六)	9月2日 (初七)	9月3日 (初八)
上午10:00 smartconnect第一班 (活3) 下午12:00 smartconnect同學會-平板電腦借用 (活3) 下午2:30 smartconnect第二班 (活3) 下午4:30 smartconnect同學會-平板電腦借用 (活3)	下午2:30 護老者會員大會 (活1-2)	上午8:30 銀光一閃 (活1-2) 上午9:30健康檢查(休/活動室1-2)
9月8日 (十三)	9月9日 (十四)	9月10日 (十五)
上午9:30喜樂組 月會(活1-3)	上午9:30 認識新冠肺炎之長期影響 (活1-2) 上午10:00中秋; 星星、月亮, 太陽 (茶) 下午2:30 護老歡聚慶中秋 (活1-2)	上午9:30頻率震動服務(茶) 上午9:30健康檢查(活動室1-2)
下午2:30良善組 月會(活1-3)		
9月15日 (二十)	9月16日 (廿一)	9月17日 (廿二)
上午9:00港故講故身心靈 1(活1-2) /ZOOM 上午10:00衛生署講座-慎防跌倒(社區篇) (活1-2) 上午10:00 smartconnect第一班 (活3) 下午12:00 smartconnect同學會-平板電腦借用 (活3) 下午2:30 社區服務了解 (休) 下午2:30線上休閒閣 (ZOOM) 下午4:30 smartconnect同學會-平板電腦借用 (活3)	上午10:00眾樂樂社區共融探訪 (活1-2) 下午2:30手作聚 (休) 下午2:30「護」「里」同行同學會 (紅磡區私樓)(多)	上午9:30頻率震動服務(茶) 上午9:30健康檢查(活動室1-2)
9月22日 (廿七)	9月23日 (廿八)	9月24日 (廿九)
上午9:00港故講故身心靈 2(活1-2) /ZOOM 上午10:00 smartconnect第一班 (活3) 下午12:00 smartconnect同學會-平板電腦借用 (活3) 下午2:30 智友家庭(休) 下午2:30 smartconnect第二班 (活3) 下午4:30 smartconnect同學會-平板電腦借用 (活3)	下午2:30「護」「里」同行同學會 (家維及紅磡邨)(多) 下午2:30 足浴梳乎您 (活1-2)	上午9:30頻率震動服務(茶) 上午9:30健康檢查(活動室1-2)
9月29日 (初四)	9月30日 (初五)	10月1日 (初六)
上午9:00港故講故身心靈 3(活1-2) /ZOOM 上午10:00 smartconnect第一班 (活3) 下午12:00 smartconnect同學會-平板電腦借用 (活3) 下午2:30剪髮服務 (活1-2) 下午2:30線上休閒閣 (ZOOM) 下午2:30 smartconnect第二班 (活3) 下午4:30 smartconnect同學會-平板電腦借用 (活3)	下午2:30手作聚 (休) 下午 2:30 衛生署講座【太極拳運動】 (活1-2)	國慶日

玩轉腦友-(認知障礙症活動)

日期：5/9, 19/9, 26/9 (逢星期一)

時間：下午2:00-4:00

地點：活動室1-2

對象：已確診早期至中期認知障礙症或懷疑認知缺損的會員
(或需評估)

內容：透過認知訓練、懷緬治療、社交支援和健腦運動，讓長者可以刺激大腦延緩退化，也可以認識新朋友。

費用：免費

負責職員：社工張洛明姑娘

P.10



賽馬會樂齡同行計劃
Jockey Club JoyAge
Holistic Support Project
for Elderly Mental Wellness

放鬆心神和諧樂

日期：2022年9月14日(三)

時間：10:00-11:00

對象：中心會員

地點：活動室1-2 / Zoom形式(視乎疫情狀況)

名額：16人

內容：透過和諧粉彩了解和欣賞自己，放鬆心神

港故講故身心靈 1

日期：2022年9月15日(四)

時間：09:00-10:00

對象：中心會員

地點：活動室1-2 / Zoom形式(視乎疫情狀況)

名額：20人

內容：講香港故事，講人生故事，與你做運動，關顧你的身心靈

港故講故身心靈 2

日期：2022年9月22日(四)

時間：09:00-10:00

對象：中心會員

地點：活動室1-2 / Zoom形式(視乎疫情狀況)

名額：20人

內容：講香港故事，講人生故事，與你做運動，關顧你的身心靈

港故講故身心靈 3

日期：2022年9月29日(四)

時間：09:00-10:00

對象：中心會員

地點：活動室1-2 / Zoom形式(視乎疫情狀況)

名額：20人

內容：講香港故事，講人生故事，與你做運動，關顧你的身心靈

9月推介活動

【中秋；星星、月亮，太陽】

日期：9月9日(星期五)

時間：上午10:30-12:00

名額：8人

內容：和參加者一同製作及彩繪星球燈，共享中秋氣氛。

地點：茶水間

負責職員：黃智敏姑娘



香港戒毒會

THE SOCIETY FOR THE AID AND
REHABILITATION OF DRUG ABUSERS

【眾樂樂社區共融探訪】

日期：9月16日(星期五)

時間：上午10:00至11:00

名額：60人

內容：心意禮物贈送

地點：活動室1-2

負責職員：鍾妍雅姑娘



【手機知多點】

日期：9月29日、10月13日、10月20日、10月27日
(星期四)

時間：上午10:00-12:00 (第一班)

下午2:30-4:30 (第二班)

內容：認識智能電話、互聯網的基本操作，由淺入深，適合初學者。

費用：\$20

地點：活動室3

(DECC22/23-0386) (第一班)

(DECC22/23-0387) (第二班)

負責職員：鍾妍雅姑娘/鄭慧欣姑娘



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：

14/9/2022(三)

10:30-11:30

*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：

21/9/2022(三)

10:30-11:30

*每月第三個星期三

紅十字義工

服務內容：

- ☞ 製作毛巾熊
- ☞ 編織冷巾
- ☞ 人道工坊活動

開會時間：

9月第一及第三個星期二

8:30-9:30

*每月第一及第三個星期二

有興趣參加的義工請向鍾妍雅姑娘報名

義工招募

「耆職樂·智Net友里」義工服務計劃

主辦單位：香港聖公會安老院舍外展專業服務試驗計劃(九龍中)

招募義工成為「智Net拍檔」，透過持續探訪豐富院友生活及建立社區聯繫，從中透過「耆職樂」訓練為活動院友延續認知訓練。

「智Net拍檔」義工培訓

日期：(1)9月15日(星期四) / (2)9月22日(星期四)

時間：下午2:30 至4:00

地點：主辦單位辦公室

主題：(1)由職業治療師簡介計劃及「耆職樂」訓練卡運用技巧
(2)線上認知遊戲分享 / 義工聚會(服務分組及院舍簡介)

服務時段

9至10月完成3次院舍視像探訪及義工聚會

12月進行2次聖誕慶祝活動

歡迎對手藝有興趣人仕參加，可向黃寶欣姑娘報名(電話:3960 4396)

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	9月13日(二)	上午9:30-10:30	中心活動室
『家維邨及紅磡邨聚會』	居住家維邨及紅磡邨長者	9月20日(二)	上午9:30-10:30	中心活動室

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9月6日(二) 時間：上午10:15-11:00
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。

樂也農義工會

日期：2022年9月27日(二) 時間：上午10:15-11:00
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：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。活動會視乎疫情狀況，而有所改動。

「e健樂」小組

「e健樂」老友茶聚
日期：2022年9月14日(三) 時間：下午3:00-4:00
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：透過分享健康資訊，促進建立健康的生活模式

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盧翠媚姑娘查詢及報名！
外展支援服務隊電話：2355-7877



護老者支援服務

~9月活動推廣~

受疫情影響，活動可能改以Zoom或其他方式進行

護老者線上休閒活動

- 日期：2022年9月15及29日（星期四）
- 時間：下午2:30 - 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



社區服務了解

社區照顧券及院舍券，您懂嗎？

- 日期：2022年9月15日（星期四）
- 時間：下午2:30 - 3:30
- 地點：休閒閣
- 對象：護老者
- 名額：12名

內容：透過活動讓護老者掌握服務資源，懂得善用，支援長者的照顧

負責職員：蕭俊文先生



足浴梳乎您

- 日期：2022年9月23日（星期五）
- 時間：下午2:30 - 3:30
- 地點：活動室1-2
- 對象：護老者（若額滿會進行抽籤）
- 名額：8名
- 費用：\$10
- 內容：以香薰精油配合按摩一起浸泡雙腳，透過學習按摩雙腳，讓護老者放鬆身心；

參加者需自備毛巾一條。

負責職員：梁景順先生



衛生署講座

【太極拳運動】

- 日期：2022年9月30日（星期五）
- 時間：下午2:30 - 3:30
- 地點：活動室1-2
- 對象：護老者及受照顧長者
- 名額：12名
- 內容：教授簡化24式太極拳的部分動作，及探討一些學習太極拳時要注意的事項。

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 *welcome!*



各位老友記，大家好呀，我係新入職既同事葉學武ALEX，又或者老友記可以親切啲叫我「呀Mo」！嚟緊我會負責中心行政同「樂齡同行計劃」嘅工作。好高興可以加入聖匠堂呢個大家庭～初來報到，希望各位多多指教！



各位會員，大家好！我是半職助理程序幹事林家詠姑娘，大家可以叫我阿Wing，我主要負責認知障礙症支援服務，之後會定期在中心舉行認知障礙症小組活動，同有需要嘅會員多點接觸。很高興加入聖匠這個大家庭，請多多指教！



感謝在這段工作期間同事對我的關懷和指導，亦感謝中心的老友記、護老者及義工們對我的支持及關愛，這一切的爱卻實是我生命中的一份福氣，麥姑娘現在要離開聖匠啦！在此祝福各位身體健康、隨遇而安！

← goodbye →

中心消息

因應政府最新公佈之指引，放寬多項社交距離措施，本中心現實施以下措施：



- 中心逐步恢復偶到，歡迎會員參加。
- 中心近年添置多部空氣清新機，設置於每間房間及活動室，過濾空氣中的細菌、去除異味，使空氣清新。另中心於7月26日已完成針對冠狀病毒的長效抗菌消毒服務。
- 恢復舉行每月月會，歡迎會員於9月27日(二)開始至9月28日(三)，於辦公時間親身前往中心預留10月份月會位置，名額有限，先到先得，恕不接受親友代表登記。

如有任何問題，歡迎致電本中心3960 4306查詢。

10月例會時間

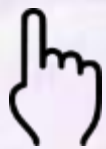
日期：2022年10月5日(星期三)	日期：2022年10月6日(星期四)
仁愛組 (第1批)	喜樂組 (第3批)
時間：上午9:30 – 11:00	時間：上午9:30 – 11:00
和平組 (第2批)	良善組 (第4批)
時間：下午2:30 – 4:00	時間：下午2:30 – 4:00

颱風/暴雨	 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						

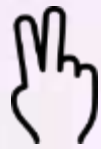
備註： 開放  暫停開放

- 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

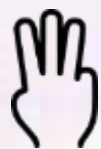
進入中心防疫3步曲



請測量體溫



使用消毒酒精
清潔雙手



拍卡進入

聖匠冷知識



- 紅色：連接淡水，最為普遍同常用。
- 黃色：連接鹹水。以前香港制水時會用海水救火，但鹹水內鹽份容易令水泵生鏽，加上處理麻煩，所以冇咁普及。
- 綠色：使用經處理嘅污水。目前可以喺香港迪士尼樂園、將軍澳百勝角消防及救護學院度搵到。
- 銀色：代表尚未由消防處接手正式使用。
- 藍色：代表消防栓損壞，無法使用。

「資料來源：SPC 耆樂警訊facebook」