



聖公會聖匠堂長者地區中心

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

# 護老者支援服務

## 2023年7-9月份

# 護老通訊

聖公會聖匠堂長者地區中心

護老者支援服務

活動情報 (2023-24 年度 7-9月)

印刷品

督印人：吳智敏 (高級服務經理)

印刷數量：420

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

P.1

# 護老者會員換證啦！

在7-8月期間，聖匠堂護老者支援服務隊伍的同事會陸續致電給大家進行續會及安排換證，請大家注意3960字頭的電話號碼。



服務使用者編號：cn-2023-0000  
聖公會聖匠堂長者地區中心  
護老者支援服務服務使用證  
中文姓名：\_\_\_\_\_  
有效年度：○ ○ ○ ○

(舊護老者證)



聖公會聖匠堂社會服務  
會員證  
中心名稱：聖公會聖匠堂長者地區中心  
會員編號：\_\_\_\_\_  
姓名：\_\_\_\_\_  
會員類別：\_\_\_\_\_ 性別：\_\_\_\_\_  
有效日期至：\_\_\_\_

(新護老者證)

\* 新護老者證將不會填寫「有效日期」，每年中心職員以電話慰問形式為護老者續會，而護老者會藉將一直生效，直至護老者不需要照顧居住在社區的60歲長者為止 \*

## 是否聖匠堂會員？

是

不用領取新護老者會員證，可自行銷毀舊護老者會員證

否

中心職員將致電你領取新護老者會員證，另可自行銷毀舊護老者會員證

# 推介活動

## 護老者剪髮培訓班

日期：2023年8月4、11、18、25日  
9月1、8日（逢星期五）

時間：下午1:30 - 4:30

地點：活動室1-2

對象：護老者

名額：6位（若額滿會進行抽籤）

費用：\$60（完成課程後每位護老者會獲贈一套剪髮工具）

合辦團體：完美者有限公司(社企)美髮中心

內容：課程由社企的專業髮型師提供，為有興趣的護老者提供剪髮培訓。課程中包括中長髮、中短髮、短髮的剪髮技巧。最後一節可邀請受照顧長者，在髮型師的協助下為他剪髮。

負責職員：石祖楹姑娘

注意：參加者需自備圍裙

\*截止報名日期：27/7/2023

\*備註：28/7/2023 進行抽籤及致電通知



## 貓咪與你DIY相架

日期：2023年8月30日（星期三）

時間：上午10:00 - 12:00

地點：活動室1-2

名額：10名（若額滿會進行抽籤）

費用：\$10

內容：貓咪親臨到中心與護老者一同製作3D立體相架

負責職員：梁景順先生

截止報名日期：22/8/2023

\*備註：於23/8/2023 進行抽籤及致電通知。





# 推介活動



## 復康用具檢查及維修



日期：2023年9月11日（星期一）

時間：上午10：00 - 12：00

地點：休閒閣

名額：5名（若額滿會進行抽籤）

費用：免費檢查輪椅；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：梁景順先生

截止報名日期：1/9/2023

\*備註：於4/9/2023 進行抽籤及致電通知。



## 快樂椅子舞

日期：2023年9月13日（星期三）

時間：上午10：00 - 11：00

地點：活動室1-3

名額：20名（若額滿會進行抽籤）

費用：免費

內容：邊聽邊跳，寓運動於娛樂外，更可以訓練四肢協調、平衡力和肌力，鍛鍊身心健康。

負責職員：梁景順先生

截止報名日期：5/9/2023

\*備註：於6/9/2023 進行抽籤及致電通知。



# 推介活動

## 社區服務體驗-房協長者安居資源中心

日期：2023年9月20日（星期三）

時間：(集合) 上午9：00

(參觀) 上午10：00至12：00

地點：九龍油麻地眾坊街3號駿發花園地下A-C舖

對象：護老者

名額：18名

費用：免費

內容：透過角色扮演活動、解說環節及講座，協助參加者了解認知障礙症及其需要、常見行為，認識認知障礙友善的家居設計、輔助工具及「智友善」家居的重要性。

負責職員：蕭俊文先生及朱鍵峰先生

截止報名日期：12/9/2023

\*備註：於13/9/2023 進行抽籤及致電通知。



## 護老歡聚慶中秋

日期：2023年9月27日（星期三）

時間：下午2：30- 4：00

地點：活動室1-3

對象：護老者及受照顧長者

名額：30名（若額滿會進行抽籤）

費用：\$10

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：梁景順先生

截止報名日期：19/9/2022

\*備註：將於20/9/2022進行抽籤及致電通知。



# 恆常活動

## 智友家庭聚會

日期：2023年7月6及20日；

8月3及17日；

9月14及28日（星期四）

時間：下午2:30 - 4:00

地點：休閒閣

對象：需要照顧認知障礙症長者的護老者及其受照顧長者

名額：16名

內容：提供護老者及長者共同參與活動的機會，讓他們互相學習以及增進感情，並從中建立護老者互助支援網絡。

負責職員：石祖楹姑娘



## 護老者休閒閣

日期：2023年7-9月

時間：逢星期一 上午10:00 - 11:30；

逢星期二 下午2:30 - 4:00

地點：休閒閣

對象：護老者及受照顧長者

名額：6-8名（需要預約）

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，並由社工提供不同資訊及支援。

負責職員：石祖楹姑娘



## 護老者線上休閒活動

日期：2023年7月13及27日；

8月10及24日；

9月7及21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：石祖楹姑娘



## 互動教室-不幸事件下的情緒處理

日期：2023年7月21日（星期五）

時間：下午2:30 - 3:30

地點：活動室1-2

對象：護老者

名額：8名

內容：透過專業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



## 「護」「里」同行同學會（紅磡區私樓）

日期：2023年7月19日（星期三）；

8月23日（星期三）；

9月13日（星期三）

時間：下午2:30 - 3:30

地點：多功能室

對象：護老者

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



## 「護」「里」同行同學會（家維及紅磡邨）

日期：2023年7月26日（星期三）；

8月30日（星期三）；

9月20日（星期三）

時間：下午2:30 - 3:30

地點：多功能室

對象：護老者

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



# 活動回顧 (4-6月)



孝心滿載頌親恩



地壺球體驗班



保齡球興趣班

## 衛生署講座

日期/時間	主題	內容	地點	名額
2023年7月28日 (五) 下午2:30- 3:30	睡眠健康	講解長期失眠的成因、影響及如何建立健康的睡眠習慣	活動室 1-2	12
2023年8月25日 (五) 下午2:30- 3:30	認識糖尿病	講解糖尿病的成因、誘發因素、徵狀、併發症及預防及治療糖尿病的原則	休閒閣	12
2023年9月22日 (五) 下午2:30- 3:30	活力長者 健康操	鍛鍊長者身體各部份機能，包括：鍛鍊平衡力、訓練肌力及身體各部位協調能力。	活動室 1-2	12

# 活動報名程序

## 季刊發佈

派發月份(於月初)：1月、4月、7月及10月  
(以郵寄、網頁、自取、Whatsapp發佈)



## 報名

於截止報名日期前親身到中心/致電負責職員。

## 抽籤及公佈結果

個別有名額限制的活動，會按季刊註明之日期進行抽籤及公佈，結果會張貼於護老者壁報或電話個別通知。

## 繳費處理

抽籤後，個別需繳費之活動，參加者需於截止繳費日期前親臨中心繳交費用。



## 啓動替補機制

繳費日期截止後，尚有名額，會電話個別通知後備補上。

## 報名小貼士：

護老者參與有名額限制及抽籤設定之活動前，必需留意以下兩個日期：

截止報名日期及截止繳費日期

## 活動替補機制：

考慮到護老者的建議及讓不同的護老者均可以有機會參與護老者活動，所有有名額限制及抽籤設定之活動均會進行參與優先次序排列，本年度未曾參與同類型活動的護老者將獲優先考慮。

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「護老新天地會員申請表」，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：石祖楹姑娘 (服務經理)

蕭俊文先生 (社會工作員)

梁景順先生、朱鍵峰先生 (助理程序幹事)

翁佩文姑娘 (社區健康助理)



Operated by  
Hong Kong Sheng Kung Hui Welfare  
Council Limited