



保良局劉陳小寶長者地區中心

2014 年 1 月

通訊



社福津貼二月起上調

各位老友記，有好消息！政府建議於 2014 年 2 月 1 日起按機制調整各項社會福利津貼，加幅由百分之三點八至六點五。

根據政府建議，公共福利金計劃新金額如下：

津貼種類	每月金額 (港元)
高齡津貼 (生果金)	1,180 (2014 年 2 月起)
長者生活津貼 (特惠生果金)	2,285 (2014 年 2 月起)
普通傷殘津貼	1,510 (2014 年 2 月起)
高額傷殘津貼	3,020 (2014 年 2 月起)

至於領取綜援人士的租金援助，全面加百分之六點五，高於通脹率，兩項計劃預計約有 110 萬人受惠，聽到這消息後，希望各位老友記能過一個開心的新年。

我們在此謹祝各位老友記新年快樂！身體健康！生活愉快！



中心地址：九龍藍田德田邨碧雲道 223 號藍田社區綜合大樓一樓及德欣樓地下 B 翼
耆英智多星熱線：2177 6166 傳真：2177 6121 耆英網絡通：www.plkdecc.hk



一月魚翅撈飯遊



日期: 1月29日(三)

時間: 上午 9:15 - 下午 5:00

地點: 老友記劇場

集合時間: 上午 9:15



行程: 遊輪碼頭 ➡ 素魚翅撈飯

美荷樓生活館 ➡ 鴻福堂涼茶館

費用: 會員\$120 護老者\$140

名額: 116 位(例會後可以報名購票)

對象: 中心會員

負責職員: 葉鑫昇 先生



絲苗白飯	滑蛋炒蝦仁	枝竹炆斑塊	菠蘿咕嚕肉	北菇扒時蔬	紅燒北菇豆腐	馳名貴妃雞 一隻	明爐燒鴨 一隻	素魚翅撈飯 一窩
------	-------	-------	-------	-------	--------	-------------	------------	-------------

1 月晚間活動

「宋世傑」123 平安迎新歲

日期：1 月 23 日 (四)

時間：晚上 6:30 – 8:00

地點：老友記劇場

對象：中心會員

內容：警務處中樂團表演，遊戲，

老友記參演歲晚防騙劇及合唱等，

與老友記共渡歡樂晚上，一起迎新歲

名額：80 人

費用：\$10

購票日期：1 月 7 日 (二) 上午 11:00

例會後開始購票

負責職員：宋韋良 先生 余世傑 先生 (實習社工)



老有所為活動計劃

『黃金歲月樂傳承』總結禮

日期：1月25日(六)

時間：上午9:45 – 10:15 (總結禮)

上午10:15-12:15 (攤位活動)



地點：老友記劇場 (總結禮) / 本中心 (攤位活動)

內容：(1) 透過總結禮嘉許長者義工及社區義工

於計劃的積極參與，頒發封面設計比賽
的得獎者。

(2) 透過攤位活動讓參加者分享計劃內容。

備註：完成攤位活動後可獲小禮物乙份

對象：中心會員及社區人士

名額：200人 (參加者將分時段參與攤位活動)

派發日期：1月22日(三)上午9:30 派發入場券

負責職員：秦演文 姑娘 / 蔡國輝 先生



老有所為活動計劃

Opportunities for the Elderly Project

長幼共融賀新春

日期：1月22日(三)

內容：保良局鄭關巧研幼稚園探訪中心長者，
小朋友與中心長者同賀新春。

時間：下午 3:00-4:00

地點：老友記劇場

費用：全免

名額：80 人

對象：中心會員

抽籤日期：1月21日(二)

下午 2:00 放証 3:00 抽籤

負責職員：蔡國輝 先生



「無痛耆蹟」- 痛症評估

日期：1月8日（三）
時間：下午 3:15 - 5:00
對象：持續 6 個月或以上受痛症影響的中心會員
地點：健怡閣
內容：為長者進行痛楚評估
名額：30 位
派票日期：1月2日（四）上午 11 時例會後
負責職員：梁寶儀 姑娘
註：完成評估可獲按摩棒一支



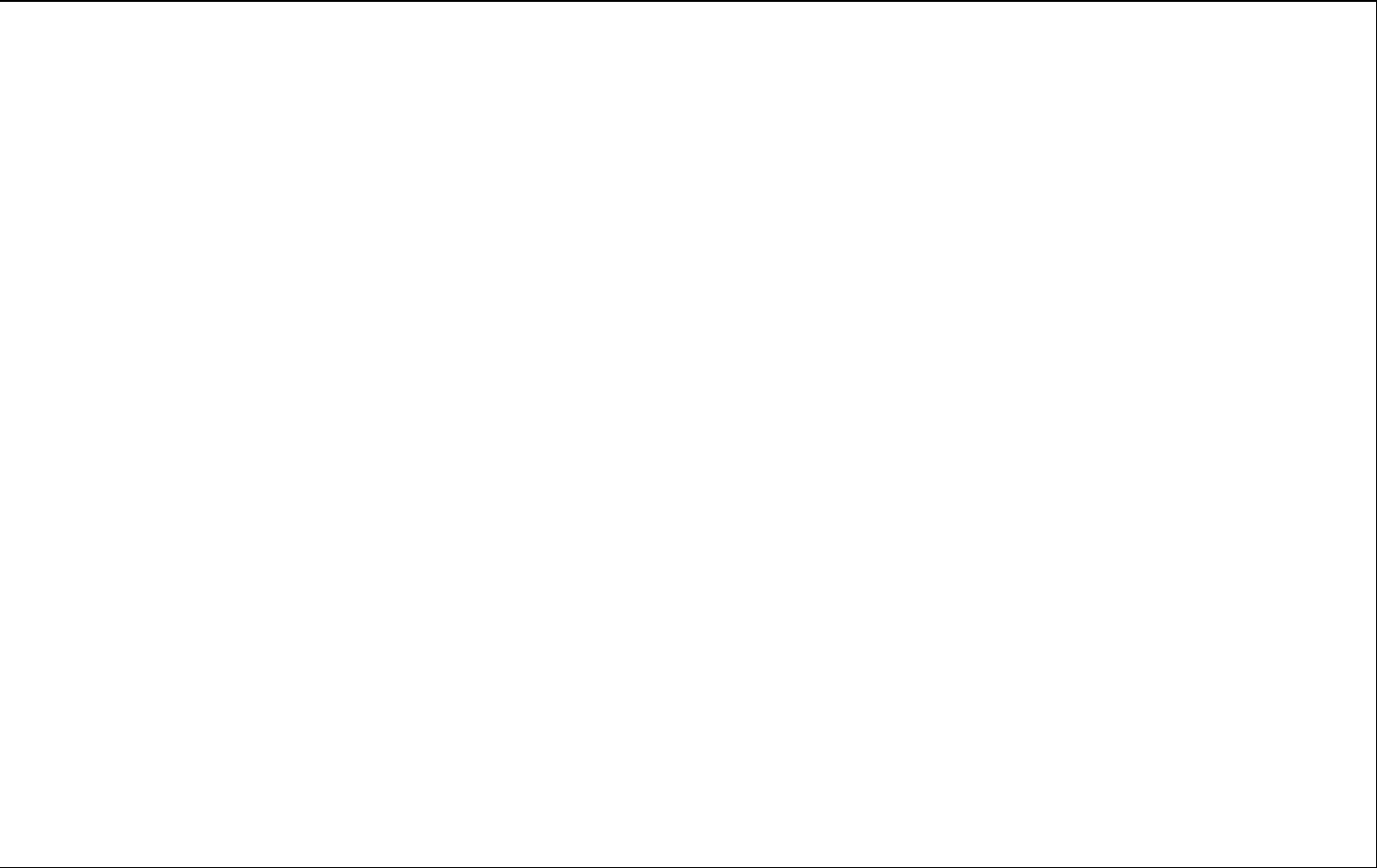
攜手扶弱基金
PARTNERSHIP FUND
FOR THE DISADVANTAGED
活動由攜手扶弱基金贊助

「無痛耆蹟」- 痛症管理小組（第 2 期及第 3 期）

日期：1月至3月（逢星期一及四）
時間：下午 2:00 - 5:00
節數：每期 10 節（必須出席所有節數）
對象：曾參與痛症評估的中心會員
地點：健怡閣
內容：透過針灸推拿、香薰治療、音樂治療、活絡操等，
舒緩長者的長期痛症，
並增強長者對痛症的自我照顧知識。
名額：共 24 位，每期 12 位
費用：\$100
抽籤日期：1月8日（三）
下午 2 時放証，3 時抽籤。
負責職員：梁寶儀 姑娘
（備註：如滿額，將按抽籤之先後次序列入後備名單，
順序邀請參與稍後的小組）



攜手扶弱基金
PARTNERSHIP FUND
FOR THE DISADVANTAGED
活動由攜手扶弱基金贊助



守護相聚

日期：1月3日(五)
 時間：上午 11:00-12:00
 地點：老友記劇場
 內容：提供護老者
 最新資訊

對象：護老者及被護者
 負責職員：秦演文 姑娘



認識消化不良講座

日期：1月17日(五)
 時間：上午 10:00 – 11:00
 地點：老友記劇場
 內容：認識老化對消化系統的影響，及長者常見腸胃不適的處理方法。

名額：50 人

負責職員：李淑芬 姑娘

協辦機構：衛生署長者健康外展隊伍

護老者 2 月份活動預告

日期：2月8日(六) (年初九)

時間：上午 9:15 – 11:00

對象：護老者及被護者

備註：其他資料待定，詳情請留意 1 月中張貼於中心的海報



「步步為營」長者防跌計劃 嘉許禮

日期：1月16日(四)

時間：下午 2:00 – 4:00

集合時間：下午 1:00 (老友記劇場)

地點：總局梁王培芳堂

內容：總結及分享計劃的經驗及成效，嘉許防跌大使。

名額：24 位

對象：中心會員

抽籤日期：1月15日(三)下午 2:00 放証，3:00 抽籤

負責職員：秦演文 姑娘 / 陳煥珍 姑娘

足底按摩保健樂

日期：1月2日、9日16日及23日
(逢星期四) (共4節)
1月23日10:00 議事堂抽籤購買2月

時間：下午1:15 – 5:00

地點：靜心閣

內容：由專業師傅替會員按摩足底穴位

對象：中心會員

費用：\$70

名額：每日5位

負責導師：李國明 師傅



聲樂基礎班

日期：1月3日至3月21日 (逢星期五)

時間：上午10:00 – 11:50

堂數：共8節

地點：健怡閣

內容：根據老年大學聲學教材，學習聲樂的基礎知識和簡譜樂理基本知識，並進行相關的基礎訓練，學習中外民歌和藝術歌曲；以祈唱出美好的歌聲，陶醉幸福的晚年。學員須對歌唱有濃厚興趣和認真好學的學習精神。

名額：45人

費用：\$24

報名日期：12月16日開始接受報名

導師：王儒璋 先生

負責職員：陳煥珍 姑娘



開心齊唱K

日期：1月10日、17日及24日(五)

地點：

老友記劇場
(時間 - 上午10:00-12:30
及 下午2:15-4:30)

美膳館
(時間 - 上午9:30-11:15
及 下午2:15-4:30)



內容：讓會員可一同享受唱K的樂趣。

對象：中心會員

費用：全免

登記日期：1月9日(四)上午9:30於議事堂抽籤

負責職員：葉愛美 姑娘



健康講座-睡眠健康

日期：1月8日(三)
 時間：上午10:00-11:00
 地點：老友記劇場
 內容：了解長期失眠成因及建立健康的睡眠方法。
 對象：中心會員
 名額：80位
 費用：全免
 派發日期：1月7日(二)上午10:00
 負責職員：葉愛美 姑娘
 協辦機構：衛生署 長者健康外展隊伍



健康講座—長者皮膚

日期：1月10日(五)
 時間：下午2:30-4:00
 地點：老友記劇場
 內容：講解皮膚病的種類及如何護理，講座後即場售賣奶粉。
 對象：中心會員
 名額：80人
 費用：全免
 協辦機構：美國雅倍
 登記日期：1月2日-1月7日
 派發日期：1月7日(二)上午10:00
 負責職員：李淑芬 姑娘



健康講座-聽覺保健知多少

日期：1月22日(三)
 時間：上午10:00-11:00
 地點：老友記劇場
 內容：認識失聽的原因及如何選擇助聽器的要點與注意事項。
 對象：中心會員
 名額：80位
 費用：全免
 派發日期：1月21日(二)上午10:00
 負責職員：葉愛美 姑娘
 協辦機構：衛生署 長者健康外展隊伍



保良局劉陳小竇長者地區中心		【每月班 / 組 / 活動時間表】				二零一四年一月份	
星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六	星期日	
30/12 廿八	31/12 廿	1/1 初一	2 初二	3 初三	4 初四	5 初五	
10:00 豐姿妙舞義工團一 (健) 11:00 「互動負重運動儀」服務簡介會 (劇) 11:15 豐姿妙舞義工團二 (健) 03:30 智能電話-學習班 (劇)	09:00 購活動券：2014 年 1 月份血糖檢驗 09:30 血糖檢驗 (議) 10:00 耆義非洲鼓樂聚 (健) 02:00 時光倒流七十年 (劇) 03:15 單身貴族-歲月流聲 (劇)		10:00 例會 (劇) 10:00 太極初班 (健) 11:00 楊式太極班 (健) 11:00 例會 (劇) 12:00 太極功夫扇 (健) 01:15 足底按摩保健樂 (靜) 02:30 好戲連場 (劇)	10:00 例會 (劇) 10:00 聲樂基礎班 (健) 11:00 守護相聚 (劇) 12:00 電腦基礎班 (一) (聊) 02:30 耆英大使大會 (劇)	09:00 家+好主意 (清) 10:00 好戲連場 (劇) 10:15 二胡班 (健) 11:15 中樂團 (健) 02:00 家+好主意 (清) 02:30 好戲連場 (劇)	02:15 大笑瑜珈 02:30 BINGO 對對碰 (大堂) 02:30 自助健康檢查 (聊) 02:45 好戲連場 (劇)	
6 初六	7 初	8 初八	9 初九	10 初十	11 十一	12 十二	
10:00 豐姿妙舞義工團 (一) (健) 11:15 豐姿妙舞義工團 (二) (健) 02:30 例會 (劇)	10:00 派健康講座券:1 月 10 日長者皮膚護理 10:00 派健康講座券:1 月 8 日睡眠健康 10:00 勁歌金曲 (劇) 02:30 好戲連場 (劇)	10:00 健康講座-睡眠健康 (劇) 10:00 普通話樂園 (健) 11:00 基礎普通話 (健) 12:00 電腦基礎班 (二) (聊) 02:00 Fit 型舞 (健) 03:00 抽籤:1 月至 3 月 痛症管理小組 03:15 無痛耆蹟-痛症評估 (健)	10:00 粵曲班 (劇) 10:00 太極初班 (健) 11:00 楊式太極班 (健) 12:00 太極功夫扇 (健) 01:15 足底按摩保健樂 (靜)	10:00 聲樂基礎班 (健) 10:00 開心齊唱 K (劇) 12:00 電腦基礎班 (一) (聊) 01:15 耆健秋日顯愛心 (健) 02:15 開心齊唱 K (美) 02:30 健康講座:長者皮膚護理 (劇)	09:00 家+好主意 (清) 10:00 好戲連場 (劇) 10:15 二胡班 (健) 11:15 中樂團 (健) 02:00 家+好主意 (清) 02:30 好戲連場 (劇)	02:15 大笑瑜珈 02:30 BINGO 對對碰 (大堂) 02:30 自助健康檢查 (聊) 02:45 好戲連場 (劇)	
13 十三	14 十	15 十五	16 十六	17 十七	18 十八	19 十九	
10:00 豐姿妙舞義工團 (一) (健) 11:15 豐姿妙舞義工團 (二) (健)	10:00 勁歌金曲 (劇) 02:30 義勇群英 (劇)	09:30 趣味中文班 (美) 10:00 好戲連場 (劇) 11:00 抽籤:1 月 17 日敬老樂融融 10:00 普通話樂園 (健) 11:00 基礎普通話 (健) 12:00 電腦基礎班 (二) (聊) 02:00 Fit 型舞 (健) 03:30 數碼教室「智能電話」學習班 (劇)	10:00 粵曲班 (劇) 10:00 太極初班 (健) 11:00 楊式太極班 (健) 12:00 太極功夫扇 (健) 01:00 集合:防跌計劃嘉許禮 (劇) 01:15 足底按摩保健樂 (靜) 02:00 「步步為營」防跌計劃嘉許禮 (總局)	09:30 開心齊唱 K (美) 10:00 認識消化不良講座 (劇) 10:00 聲樂基礎班 (健) 12:00 電腦基礎班 (一) (聊) 02:15 開心齊唱 K (美) 03:00 敬老樂融融 (劇)	09:00 家+好主意 (清) 10:00 好戲連場 (劇) 10:15 二胡班 (健) 11:15 中樂團 (健) 02:00 家+好主意 (清) 02:30 好戲連場 (劇)	02:15 大笑瑜珈 02:30 BINGO 對對碰 (大堂) 02:30 自助健康檢查 (聊) 02:45 好戲連場 (劇)	

保良局劉陳小寶長者地區中心

星期一	星期二	星期三
20 二十	21 廿一	22 廿二
10:00 豐姿妙舞義工團(一) (健) 11:15 豐姿妙舞義工團(二) (健)	10:00 勁歌金曲(劇) 10:00 派健康講座券:1月22日 聽覺保健知多少 03:00 抽籤:1月22日長幼共 融賀新春	09:30 派入場券:1月25日「黃 金歲月樂傳承」活動 09:30 趣味中文班(美) 10:00 健康講座-聽覺保健知 多少(劇) 10:00 普通話樂園(健) 11:00 基礎普通話(健) 12:00 電腦基礎班(二)(聊) 02:00 Fit 型舞(健) 03:00 長幼共融賀新春(劇) 03:00 抽籤:1月24日老幼相 聚
27 廿七	28 廿八	29 廿九
10:00 豐姿妙舞義工團(一) (健) 11:15 豐姿妙舞義工團(二) (健)	09:30 血糖檢驗(議) 10:00 好戲連場(劇) 02:30 會員自務活動—歡樂 迎新年(劇)	09:15 集合:一月魚翅撈飯遊(劇) 09:30 趣味中文班(美) 10:00 好戲連場(劇) 10:00 普通話樂園(健) 11:00 基礎普通話(健) 12:00 電腦基礎班(二)(聊) 02:00 Fit 型舞(健) 02:30 單身貴族-寶石聚會(劇) 03:30 數碼教室「智能電話」學 習班(劇)

繽紛活動全接觸

- (1) 健康早操 : 早上 7 時 35 分, 與會員齊跳保良 “We Are Ready” 名曲, 有益身心。
- (2) 晨早新聞站 : 逢星期一至五早上 9 時 30 分, 讓會員了解最新時事, 緊接時代脈搏。
- (3) 護心操 : 逢星期一至六早上 9 時 30 分, 與會員齊做護心操, 保護心臟。
- (4) 好戲連場 : 逢星期日下午 2 時 30 分, 向會員播放中心精選電影或長者主題特輯。
- (5) 愛笑瑜珈運動: 逢星期日下午 2 時 15 分, 與會員齊做舒展身心的大笑運動。
- (6) Bingo 對對碰: 逢星期日下午 2 時 30 分, 一試當日幸運指數。
- (7) 齊來 Fit 型舞: 逢星期三下午 2 時, 由 Fit 型大使教導會員跳健康 Fit 型舞, 盡顯會員活力動感一面。
- (8) 每日鬆一鬆 : 全日(逢星期四暫停)為會員提供廉價按摩椅服務。
- (9) 科技資訊站: 逢星期一至五早上 10:00-12:00 及下午 2:00-4:00
- (10) 網上任我行: 數碼天地為會員提供免費電腦借用服務, 時段為:
 - (1) 星期一至六, 上午 9:00-12:00 及下午 2:00-5:00 ; (2) 星期日, 下午 2:00-5:00
- (11) 自助「健康角」檢查: 逢星期一至五, 9:30-11:30, 歡迎所有會員參加。
- (12) 自助「健康角」特別開放日: 逢星期日, 下午 2:00-4:00, 歡迎所有會員參加。
- (13) 溫故知新: 逢星期一至五, 上午 10:00-10:30, 歡迎會員傾心事及分享長者苦與樂。

保良局劉陳小寶長者地區中心

星期四	星期五	星期六	星期日
23 廿三	24 廿四	25 廿五	26 廿六
09:30 美容坊(靜) 10:00 粵曲班(劇) 10:00 足底按摩保健樂抽籤 2月(議) 10:00 太極初班(健) 11:00 楊式太極班(健) 12:00 太極功夫扇(健) 01:15 足底按摩保健樂(靜) 03:00 抽籤:1月28日歡樂迎 新年 06:30 晚間活動:宋世傑123 平安迎新歲	09:30 開心齊唱K(美) 10:30 老幼相聚(劇) 12:00 電腦基礎班(一)(聊) 02:15 開心齊唱K(美) 02:30 會員迎新日(劇)	09:00 家+好主意(清) 09:45 「黃金歲月樂傳 承」總結禮(劇) 10:15 「黃金歲月樂傳 承」攤位活動 (健、聚、交、中 心大堂) 02:00 家+好主意(清) 02:30 好戲連場(劇)	02:15 大笑瑜珈 02:30 BINGO 對對碰 (大堂) 02:30 自助健 康檢查 (聊) 02:45 好戲連場 (劇)
30 三十	31 初一	1/2 初二	2 初三
10:00 太極初班(健) 11:00 楊式太極班(健) 12:00 太極功夫扇(健) 02:30 好戲連場(劇)	年初一 	09:00 家+好主意(清) 10:00 好戲連場(劇) 10:15 二胡班(健) 11:15 中樂團(健) 02:00 家+好主意(清) 02:30 好戲連場(劇)	02:15 大笑瑜珈 02:30 BINGO 對對碰 (大堂) 02:30 自助健 康檢查 (聊) 02:45 好戲連場 (劇)

每天恆常活動：

- 逢一至六(上午9:15至9:40)『健康十巧』及『護心操』(健)
- 逢二『時代金曲對對唱』及『棋類活動』(美)
逢四『粵曲唱不停』及『棋類活動』(美)
(晚上6:30至8:30)
- 逢一至五(上午9:30至11:30)『自助健康檢查服務』(交)
- 逢一至六(上午10:00至10:30)『溫故知新』(懷)
- 逢一至五(上午9:30至10:00)『晨早新聞』(劇)

活動地點：

- | | |
|-------------|------------------|
| (劇) - 老友記劇場 | (懷) - 懷舊閣 / 讀書廊 |
| (健) - 健怡閣 | (交) - 交心閣 / 健康角 |
| (清) - 清談雅座 | (聊) - 聊天閣 / 數碼天地 |
| (聚) - 聚首軒 | (靜) - 靜心閣 |
| (議) - 議事堂 | (美) - 美膳館 |

軟握力球運動



日期：1月20日(一)
時間：下午2:30 – 3:30
地點：健怡閣
內容：由男士義工推廣軟握力運動，分享運動的樂趣。
對象：中心會員
名額：每班20人
費用：全免
派發日期：1月17日(五)上午10:00 派入場券
負責職員：葉鑫昇 先生



會員迎新日

日期：1月24日(五)
時間：下午2:30 – 3:30
地點：老友記劇場
內容：透過歡聚活動，令會員加深對中心了解，
從而加強歸屬感及社交圈子。
費用：全免
名額：80人
對象：有興趣之新會員，可與職員報名
負責職員：葉鑫昇 先生 / 李淑芬 姑娘



單身貴族 – 寶石聚會

日期：1月29(三)
時間：下午2:30 – 3:30
地點：老友記劇場
內容：與單身貴族各寶石組員相聚，促進組員間的交流。
費用：全免
對象：已登記之單身貴族寶石組員。
負責職員：林嫻芬 姑娘

敬老樂融融

日期：1月17日(五)
 時間：下午3:00-4:00
 地點：老友記劇場
 內容：好玩遊戲及精彩表演
 對象：中心會員
 名額：40人

放証日期：1月15日(三)上午10時

抽籤日期：1月15日(三)上午11時

負責職員：陳銘康 先生

協辦機構：保良局顏寶鈴書院

老幼相聚

日期：1月24日(五)
 時間：上午10:30-11:30
 地點：老友記劇場
 內容：遊戲、精彩表演及伸展運動
 對象：中心會員
 名額：60人

放証日期：1月22日(三)下午2時

抽籤日期：1月22日(三)下午3時

負責職員：陳銘康 先生

協辦機構：基督教中國佈道會聖道學校

數碼教室「智能電話」學習班

科技一日千里，老友記都開始跟上潮流。不少老友記手上都有一部智能電話，但老友記對你的智能電話認識又有多少？德仔教下老友記一齊玩下你手中的智能電話！有興趣的話快來報名啦!!!

日期：1月15日及29日
 時間：下午3:30-4:30
 地點：老友記劇場
 內容：讀解智能電話基本使用方法
 費用：\$20
 名額：20人
 對象：中心會員（必須自備智能電話）
 只限使用智能電話之老友記

報名日期：1月6日下午例會後

負責職員：許德杰先生



互動負重運動儀購票服務－延期通知

本中心於2014年添置一台互動負重運動儀。本運動儀能改善使用者之身體機能，為大家為來實際之身體改善。原定1月之服務將延後開放各會員請留意中心之最新消息。不便之處，敬請見諒。如有任何查詢請與中心職員許德杰先生及葉愛美姑娘聯絡。

	1 月耆義大事回顧	1 月耆英大使大會
日期	1 月 3 日 (五)	1 月 3 日 (五)
時間	下午 3:30-4:00	下午 2:30-3:30
地點	老友記劇場	老友記劇場
內容	回顧上月義工活動及提供晒相服務	宣傳義工及外展活動 有意成為義工請聯絡義工隊職員
負責職員	黃文傑 先生	李鴻基 先生、蕭紹康 先生 及 黃文傑 先生

健康活力在藍田嘉年華

日期：1 月 11 日 (六)
 時間：下午 1:00-4:00
 地點：藍田邨廣場
 內容：協助推行攤位遊戲
 對象：中心義工
 名額：10 人
 登記日期：1 月 3 日 (五) 耆英大使大會
 負責職員：蕭紹康 先生、黃文傑 先生

電話慰問義工服務 (一月)

日期：1 月 20-25 日
 時間：下午 2:30-3:30 及 3:30-4:30
 地點：中心懷舊閣或議事堂
 內容：以電話方式慰問區內有需要的長者，表達關心
 對象：已接受電話慰問訓練的義工
 名額：12 人 (每段時間各 1 人)
 登記日期：1 月 3 日 (五) 耆英大使大會
 負責職員：蕭紹康 先生、黃文傑 先生



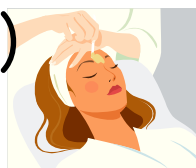
義勇群英 (一月)

日期：1 月 14 日 (二)
 時間：下午 2:30-3:30
 地點：老友記劇場
 內容：義工訓練及遊戲
 對象：中心義工
 名額：80 人
 登記日期：1 月 3 日 (五) 耆英大使大會
 負責職員：蕭紹康 先生、黃文傑 先生



美容坊 (一月)

日期：1 月 23 日 (四)
 時間：上午 9:30-12:00
 地點：靜心閣
 對象：中心會員
 內容：由美麗大使提供臉部護理
 名額：8 人 費用：\$30
 報名方法：例會後開始報名
 負責職員：林柳英 姑娘



**請義工於 1 月 3 日義工會前交還義工時數記錄冊，
 逾期將不能為義工申報及發出義工証書，敬請留意。**

交通安全及寒冬關懷日

日期：1月17日(五)
 時間：上午9:30-11:00
 地點：德田邨碧雲道
 內容：對區內居民作出慰問和關顧，並派發單張
 對象：中心義工
 名額：15人
 登記日期：1月3日(五)耆英大使大會
 負責職員：蕭紹康 先生、黃文傑 先生



淘寶-有你同行新春探訪

日期：1月9日(四) 及 1月23日(四)
 時間：下午2:00-5:00
 地點：老友記劇場/寶達邨
 內容：探訪寶達邨的獨居/雙老同住長者
 對象：中心義工 名額：各50人
 登記日期：1月3日(五)耆英大使大會
 負責職員：蕭紹康 先生、黃文傑 先生、李綺蘭 姑娘



耆健秋日顯愛心 1

日期：1月10日(五)
 時間：下午1:15-2:30
 地點：中心健怡閣
 內容：與庇護工場的學員一起進行
 玩集體遊戲
 及享用茶點
 對象：中心義工
 名額：15人(出席義工會優先)



抽籤日期：1月3日(五)耆英大使大會
 負責職員：蕭紹康 先生、李綺蘭 姑娘

耆健秋日顯愛心 2

日期：1月15日(三)
 時間：下午1:00-2:30
 活動地點：耀能協會白普理德田工場
 集合地點：中心健怡閣
 內容：與庇護工場的學員一起進行
 玩集體遊戲及享用茶點
 對象：中心義工
 名額：15人(出席義工會優先)

抽籤日期：1月3日(五)耆英大使大會
 負責職員：蕭紹康 先生、李綺蘭 姑娘

SQS 服務質素標準

為確保公眾獲得優質的社會福利服務，貫徹「以客為本」的精神及加強福利服務的問責性，社會福利署及受資助機構推行一套服務表現監察制度——服務質素標準 (SQS)。

SQS 共有 16 項，在各項標準之下共有 79 條具體的準則，明確界定了管理及控制服務質素水準所需的程式和指引。有關服務質素標準的詳細內容檔亦可向同事索取閱覽。

今期介紹 SQS 10：

標準 10：服務資料

『服務資料—服務單位應製備說明資料—職務及責任：
申請和退出服務—服務單位確保服務使用者獲得清楚明確的資料—知道如何
申請接受和退出服務。』

為達到上述標準，中心已存備有關政策及程式並切實執行
各位老友記如有任何意見及查詢，歡迎大家與以下職員聯絡：

中心職員

營運經理：

劉敏儀

副經理：

陳少洸

「長者及護老者服務」團隊：

毛茜俞、秦演文、蔡國輝、林楓芬、許德杰、葉鑫昇、
李淑芬、陳煥珍、葉愛美、黎卓宇

「輔導服務」團隊：

張翠韻、呂清蓉、梁寶儀、李淑儀、馮家希、胡佩蘭

「義工發展及外展服務」團隊：

李鴻基、李綺蘭、蕭紹康、蔡沛敏、陳銘康、黃文傑、
葉霖傑、林柳英、謝以恆、劉倩梅

「行政及常務」團隊：

何紹文、李銘泰、廖敏怡、方杏嬌、蔡桂蘭、黃煥嬌
唐允泉、羅陸養

續會通知

凡 2013 年 1 月入會之會員，請於 2014 年 12 月 31 日前到本中心辦理續會手續，並繳交年費 21 元(金咭)/50 元(銀咭)。可得續會小禮物 1 份

續會時間	
星期一至六	上午 9:00 至下午 5:00
星期日	下午 2:00 至下午 5:00

1+1 有你同行

於即日起，凡成功介紹朋友到中心入會，成為新會員，可與新會員一起參與迎新活動，並獲贈小禮物 1 份及免費使用按摩椅服務 1 次。(每次 15 分鐘)，送完即止！

入會時間	
星期一至六	上午 9:00 至下午 5:00
星期日	下午 2:00 至下午 5:00

★ 每月之星

為鼓勵會員介紹鄰舍親友成為新會員，我們舉辦了『每月之星』選舉。

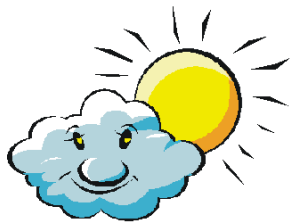
本月份介紹最多新會員入會

的會員為：
 曾美蘭
 吳金蓮 

社區飯堂服務計劃

膳食類別		對象及收費
時間		任何人士
早餐	上午 8:15-8:35	\$2
	上午 8:35-8:55	
	上午 8:55-9:15	
午餐	上午 11:45-12:15	\$10
	下午 12:15-12:45	
	下午 12:45-1:15	
晚餐	下午 5:00-5:45	\$10
	下午 5:45-6:30	

穿梭巴士開駛時間/地點	開出時間		開出時間(保良局劉陳小寶長者地區中心)	
鯉魚門邨： (鯉生樓)	上午	8 時 45 分、10 時 45 分	上午	10 時 30 分
	下午	1 時 45 分、3 時 45 分	下午	1 時 30 分、3 時 30 分、 5 時 30 分
廣田邨 (廣雅樓對開石椅)	上午	8 時 45 分、10 時 45 分	上午	10 時 30 分
	下午	1 時 50 分、3 時 50 分	下午	1 時 30 分、3 時 30 分、 5 時 30 分
寶達邨： (達顯樓)	上午	9 時 15 分、10 時 15 分 12 時 15 分	上午	9 時、10 時、12 時
	下午	2 時 15 分、3 時 15 分 4 時 15 分	下午	2 時、3 時、4 時、 5 時 50 分
藍田邨： (藍泰樓後門對開)	上午	9 時 35 分、11 時 45 分	上午	9 時 30 分
	下午	2 時 35 分	下午	2 時 30 分、5 時 30 分
平田邨： (平仁樓姚柏良 議員辦事處對開)	上午	9 時 40 分、11 時 50 分	上午	9 時 30 分
	下午	2 時 40 分	下午	2 時 30 分、5 時 30 分
啓田邨： (啓信樓；陳鑑林 議員辦事處對開)	上午	9 時 50 分、11 時 55 分	上午	9 時 30 分
	下午	2 時 50 分	下午	2 時 30 分、5 時 30 分



暴風雨訊號下中心服務安排

	中心服務		戶內活動		戶外活動	
	開放	關	照常	取消	照常	取消
1 號風球/黃雨	✓		✓		✓	
3 號風球/紅雨	✓		✓			✓
8 號風球/黑雨		✓		✓		✓

中心開放時間

時間 / 星期	一	二	三	四	五	六	日
上午 7:30 – 上午 9:00 (德欣樓地下)	★	★	★	★	★	★	
上午 9:00 – 下午 2:00 (大樓 1 樓)	☺	☺	☺	☺	☺	☺	
下午 2:00 – 下午 5:00 (大樓 1 樓)	☺	☺	☺	☺	☺	☺	★
下午 5:00 – 下午 6:30 (德欣樓地下)	★	★	★	★	★	★	
下午 6:30 – 晚上 9:00 (德欣樓地下)		★		★			
★ 延長服務時間 ☺ 正常服務時間 公眾假期休息 (除星期日外)							

✿ 2014 年 2 月份例會時間表 ✿

日期：2014 年 2 月 4 日 (二)

上午 10:00 及 11:00

2014 年 2 月 5 日 (三)

上午 10:00

2014 年 2 月 6 日 (四)

下午 2:30

地點：老友記劇場



督印人員：	劉敏儀 營運經理 陳少洸 副經理
編輯人員：	李銘泰 先生
印刷數目：	1300 份
日期：	2014 年 1 月