

彭鴻樟長者鄰舍中心

中心主任：待聘	副主任：梁淑玲姑娘	社會工作幹事 I：馮志堅先生
社會工作幹事 II(半職)：李慧賢姑娘	社會工作幹事 II：待聘	社會工作幹事 II：待聘
高級活動工作人員：李家謙先生	高級活動工作人員：容浚源先生	助理程序幹事：傅添娣姑娘
兼職清潔工友：周潤愛姑娘	文員：蔡麗芬姑娘	活動助理：黃泳儀姑娘
辦事處地址：運頭塘鄰里社區中心地下		
電話：2658 6313	網頁：nec2.yot.org.hk	傳真：2653 1860

2019年9月份「老友記月會」時間

2019年9月24日	上午 9:30-10:30	運頭塘中心
	下午 2:30-3:30	
<p>月會內容：1.服務質素標準十：服務申請及退出政策</p> <p>2.服務質素標準十一：評估和滿足服務使用者需要政策</p>		

2019年10月份活動報名日：9月25日(星期三)，在運頭塘中心，
下午1:45開始派籌，下午2時購票。



< 會員續會安排 >

所有於9月份需要辦理續會的會員，請帶備年費\$25親臨本中心辦理。

以下9月份活動於28/8(星期三)(運頭塘中心)下午1:45開始派籌，下午2時購票。

長者會員活動

識飲識食之旅

日期：9月11日(星期三)
 時間：上午10:00(運頭塘中心-集合)至下午3:30
 內容：上午 - 參觀稻鄉飲食文化博物館(火炭) →
 午膳 - 稻香訓練酒樓(火炭) →
 下午 - 遊覽香港文化博物館(沙田)

對象：本中心獨居長者會員
 費用：\$76

備註：1. 此活動由仁愛堂樂助弱老基金贊助部份費用。

2. 此活動本中心獨居長者會員優先，中心長者會員可登記後備，若有餘額將4/9/2019(星期一)後個別通知報名。

負責職員：梁姑娘

3★凡出席此活動之會員可獲「會員獎勵計劃」活動蓋印一個。



長者會員活動

健康檢查_2019年7-9月

日期：9月3、10日(星期二)

地點：運頭塘中心

時間：上午9:00 - 10:30

內容：定期量度健康指數(血壓、血氧、體重及體溫共四項)

對象：本中心長者會員

人數：30名(名額有限，額滿即止)

費用：每節 \$1

備註：1. 請參加者帶備雲端卡。

2. 上午9時在中心派籌，請於活動前到達中心。

負責職員：李先生



健老學堂

日期：9月4、11、18日(逢星期三)

時間：下午2:00 - 4:00

地點：運頭塘中心

內容：活動合適年長、需進行運動及認知訓練的會員參加。透過進行運動和遊戲，讓參加者延緩身體機能退化，保持身心健康。

對象：長者會員(10名)

收費：\$25/堂

負責職員：李姑娘

備註：有興趣參加者先留名，社工會安排面談，再確認報名資格。



地壺球同樂日(9/2019)

日期：9月5日及26日(星期四) / 9月6日及27日(星期五)(二選其一)

時間：上午10:30-12:00

地點：德雅苑中心

對象：本中心長者會員

名額：每次12人(共24名)

費用：全免

內容：以小組形式體驗地壺球的樂趣。

備註：1) 有興趣參加者可到詢問處報名。

2) 此活動名額有限，先報先得。

3) 煩請參加者二選其一組參加日期，以便更多參加者體驗地壺球，不便之處，敬請原諒。

4) 參加者必需穿著襪子出席活動。

負責職員：容先生



長者會員活動

「樂群之友」地區協作計劃 滋心湯計劃

日期：9月6日(星期五) 時間：下午3:45 - 4:45

地點：長者家中 對象：中心兩老同住或獨居的長者(8戶)

內容：義工分別到長者家中送贈湯水及探訪慰問，探訪後，
義工會即場取回湯壺交回中心。



備註：1. 與救世軍大埔長者綜合服務 合辦
2. 因名額有限，如未曾參加2019年5月至8月的「樂群之友」地區協作計劃- 滋心湯計劃則優先，有興趣參加者先留名，社工會再致電確認參加資格
3. 參加者需填妥長者支援服務申請表，參與救世軍「樂群之友」地區協作計劃，記錄之基本個人資料將用於此計劃內，作定期慰問、需要時得到社區服務支援等。

負責職員：梁姑娘

「耆藝傳晴」小組

日期：9月19、26日及10月3、10、24、31日(逢星期四)

時間：下午2:30至3:30 地點：德雅苑中心



內容：與東華三院合辦，透過外展藝術服務，讓本中心會員接觸紮染，發揮創作力，藉此提昇長者的信心。

對象：本中心長者會員(有記憶訓練需要之長者優先)

名額：8位 費用：\$85

負責職員：梁姑娘

備註：有興趣參加者先報名，社工會安排面談，再確認報名資格。

長者/護老者會員活動

「安老院舍概況與精明選院貼士」講座

日期：9月19日(星期四) 時間：下午2:30至4:00

集合地點：運頭塘中心



內容：1. 認識現存的社區照顧支援服務、統一評估機制
2. 講解現時500多間的私營安老院情況及選擇要訣、注意事項
3. 分享家屬可如何協助長者適應院舍生活

對象：有需要護老者及有興趣人士(有需要護老者優先)

名額：25位 收費：全免

負責職員：馮先生

備註：講座由長者家註冊社工主講。

健康快餐-9月份餐單(本中心長者會員可優先及預早買票，每位每次最多可購2碗)

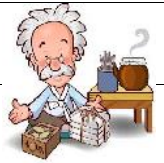
星期一 (老火湯) 每碗\$8		星期三 (糖水) 每碗\$8	
9月2日	清補涼瘦肉湯	9月4日	黑糯米珍珠露
9月9日	雪耳紅蘿蔔粟米竹絲雞湯	9月11日	椰汁芋頭西米露
9月16日	木瓜花生眉豆雞脚瘦肉湯	9月18日	香滑杏仁糊
9月23日	靚紅蘿蔔南北杏陳皮豬骨湯	9月25日	活動報名日
9月30日	蓮藕綠豆章魚陳皮瘦肉湯		

奶粉訂購(每位每次可買2罐，每月最多4罐，請各位自備購物袋)

雀巢三花柏齡 1700g: \$184	雀巢三花柏齡 800g: \$99
加營素 900克: \$180	加營素 400克: \$86
怡保康糖尿奶粉 850克: \$226	怡保康 400克: \$100

長者/護老者/義工會員活動

善生現彩虹計劃-安辭在家講座



日期：9月7日(星期六) 時間：下午 2:15 - 3:45

地點：運頭塘中心

內容：從醫護角度，探討在家離世及分享在家離世服務的相關流程安排。

對象：中心長者、護老者及義工

名額：45位 收費：全免

負責職員：馮先生

備註：活動由毋忘愛義務護士 Hedy Fung 及生命頌禮師 Sam Chan 主講。

善生現彩虹計劃-日營活動

日期：9月30日(星期一) 時間：上午 9:00 (德雅苑集合) - 下午 4:30

地點：樟木頭老人度假中心 (西貢樟木頭北年華路)

內容：總結計劃、成果分享、回顧美善人生、營會集體活動、享用營地午膳等。

名額：60名

收費：\$20(中心長者會員及中心義工)

\$25(59歲或以下的護老者)

備註：1. 此活動由華人永遠墳場管理委員會贊助。

2. 參加者須在營舍裡進行室內及室外活動，參加者應考慮其健康狀況而參加。



負責職員：馮先生

義工活動

「認知友善好友」義工訓練課程



日期：9月10日(星期二) 時間：下午 2:30 至 3:30

地點：運頭塘中心

內容：分享認知障礙症各階段徵狀、學習如何有效地與患者溝通或設計合適活動，旨在提昇相關知識及溝通技巧。

對象：本中心義工 名額：30位 費用：全免

備註：出席者均可獲精美禮物一份。

負責職員：梁姑娘

仁愛堂賣旗日 - 義工招募



日期：9月21日(星期六) 時間：上午 8:30-11:00 地點：大埔區內

內容：藉以籌募經費以支持本堂的長者及弱勢社群服務。

名額：20人

負責職員：李先生

愛 · 健康-全人健康檢查(義工招募)

日期：10-12月(每月2次的星期二) 時間：上午 9:00-10:30

地點：運頭塘中心

對象：已接受雲端健康管理訓練之中心義工

名額：10

負責職員：李先生

內容：協助長者量度健康指數(血壓、血氧、體重及體溫共四項)



其他活動

仁愛堂售旗日

本年度的仁愛堂賣旗日將於 2019 年 9 月 21 日(星期六)在新界區舉行，藉以籌募經費以支持本堂的長者及弱勢社群服務。今年本堂特意邀請本地創作插畫師「馬仔」合作，以仁愛堂服務為主題，設計了一套四款精美的旗紙。現呼籲各界善長支持是次賣旗籌款活動，共襄善舉！

「全城認知無障礙大行動」－ 流動宣傳車

停泊日期：9 月 27 日(星期五)

時間：上午 9：30 至下午 1：00

地點：運頭塘商場旁- 近噴水池旁

內容：流動宣傳車設有認知測試站、遊戲站及資訊站，旨在提昇社區人士對認知障礙症之認識。

對象：社區人士

費用：全免



負責職員：梁姑娘

仁愛耆義網－長青咖啡店試業

日期：9 月 28 日(星期六)

時間：下午 2:00 - 4:00

地點：運頭塘中心

內容：在長青 Café 店品嚐咖啡、中國茶及小食等

對象：中心長者及社區人士

收費：全免

名額：每節 10 名(共 40 位)

報名：第一節：下午 2:00 ；

第二節：下午 2:30 ；

第三節：下午 3:00 ；

第四節：下午 3:30



負責職員：馮先生

備註：1. 有興趣人士請於 8 月 28 日下午 2 時開始於櫃位時間內到運頭塘中心接待處預約時間及索取入場券，名額有限，先到先得。

2. 活動由社會福利署「老有所為活動計劃」贊助，在中心成立咖啡店，由耆義網義工沖製咖啡及製作小食給到場人士。

其他活動

使用互動負重振動儀_2019年7-9月

日期：9月2, 4, 6, 9, 11, 13, 16, 18, 20, 23, 25, 27, 30日(13次)
(逢星期一、三、五)

地點：運頭塘中心

時間：上午9:00 - 下午4:00

對象：本中心長者會員

收費：\$3/次

內容：透過使用互動負重振動儀，讓長者提升個人健康及減緩身體退化的情況。

備註：1. 持有有效之醫生證明文件以證實患有骨質疏鬆症之優先報名。

2. 此儀器為高頻低振幅的振動適用於大部分人士
(餐前需相隔15分鐘及餐後需相隔60分鐘)。

負責職員：李先生

3. 凡有興趣使用互動負重運動儀之會員，需在選購定的時間前先到中心接待處登記，遲到者會被扣減使用時間。每位會員每天只限使用一次，每次使用二十分鐘。建議每星期最少使用三次並維持三個月最為有效。



水雲潤足健坊 - 按摩服務

日期及時間：9月5及19日(四)上午9:00-下午5:00

地點：運頭塘中心

對象：中心會員/護老者/義工

內容：藉專業按摩服務(包括頭肩頸及足部)，
讓參加者舒緩痛症，驅走疲勞，放鬆減壓！

收費：三款按摩服務供選擇-頭肩頸(\$100/30分鐘)；足底(\$128/45分鐘)；
頭肩頸及足底(\$175/60分鐘)

備註：1. 活動由仁愛堂水雲潤足健坊協辦。

2. 由於需預約水雲潤技師提供外勤服務，所以一經報名，恕未能改動時間日期。

3. 可自行選擇按摩時段，名額有限，先到先得。

負責職員：李先生

4. 10月份按摩服務可於9月5日開始接受報名，名額有限，先到先得。



< 中心服務增設與服務收費調整事宜 >

服務增設

因應社署增獲資源於各長者中心下，由2018年10月起本中心將為：

1. 患腦退化症之長者及其家屬提供適切的小組及活動。

負責人：梁姑娘

2. 為最有需要之護老者，提供小組及適切活動/服務，以減輕其在照顧長者上所帶來之壓力。有需要護老者定義：凡需照顧體弱長者(例如：年齡60歲或以上，行動不便、健康欠佳或認知障礙人士)之人士，而該人士可能為能力不足或具沉重之照顧負擔或年紀老邁等；及需要社交及情緒支援。鼓勵大家留意身邊有需要的護老者；並在有需要下向中心職員查詢服務，改善其健康及照顧的狀況。

負責人：馮先生

護老天地- 運動器材使用安排

中心在現代化工程完成後已添置各項運動器材，包括：健身單車及手拉繩等。歡迎會員使用，持續運動，以達致強身健體。會員可於中心開放時間先到接待處簽名後使用，為各位安全起見，請各位在使用前務必細閱使用細則或向由當值義工查詢。

租借復康器材服務-加價事宜

中心為協助社區人士能在本堂下之長者中心能以相同價錢使用復康用品借用服務，由4月1日開始將價格調整至每日\$5(包括公眾假期)，租用物品包括：輪椅、助行架及拐杖；而逾期交還需補回差額每日計算\$10，敬請留意！