循道愛華村服務中心社會福利部
興華耆樂中心
Methodist Epworth Village Community Centre Social Welfare
Hing Wah Neighbourhood Elderly Centre

政府資助機構
Government-funded organisation

社會福利署資助服務
Subsidised Service by the Social Welfare Department

督印人：陳珮華　編輯：黃靖雯　排版：王彩容、莫一心
如對本通訊有任何意見，歡迎與中心職員聯絡。

辦公室地址：
柴灣興華二邨樂興樓215至218室
電話：2558 3338 / 2245 1500
傳真：2556 5432
WhatsApp：6389 7319
電郵：hwe@mevcc.org.hk
印刷日期：2026年7月
編印數量：1000份

2026年8月至9月

中心辦公時間	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六	星期日
上午9：00	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✗
下午5：00	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✗
星期日及公眾假期休息							

中心消息

1. 承蒙各位賣旗義工及會員的鼎力支持，謹此致以衷心感謝。
2. 中心成功申請2026至2028年度老有所為活動計劃基金，並會推行「閃耀銀光夢 - 創藝學習計劃」，為長者提供學習新技能與實踐平台，發掘潛能。
3. 中心將會在9月18日於社區會堂舉辦中秋活動，屆時會有精彩表演及抽獎活動。歡迎大家於8月例會報名參加。
4. 香港樹仁大學輔導及心理學系實習學生將於2026年9月起在本中心進行實習，歡迎大家前來認識。
5. 長者宣教師區鳳萍姑娘已離任，謹此感謝其一直以來的盡心服務，並衷心祝願未來一切順利。
6. 9月26日為中秋節翌日，中心將休息一天，敬請各位留意。

香港公益金
The Community Chest
會員機構 Member Agency

會 員 意 見 回 應 欄

中心增設會員意見回應欄，以便回覆會員對各項服務所提出的意見。
如你有任何意見，可透過口頭或書面形式知會中心職員。
你的意見正是我們改善服務的動力。

會員意見：	建議中心舉辦飛鏢體驗班
中心回應：	多謝閣下的意見，中心會於8月份舉辦，歡迎報名參加。

會 員 例 會

各例會開會日期 (地點：樂興樓218室)	開會時間 每個月最後的星期二	6月份開會人數
恩慈家：8月25日及9月29日	上午9:30開始	恩慈家：58人
溫柔家：8月25日及9月29日	下午2:30開始	溫柔家：29人

例會的主要功能是報告中心消息、發放安老服務資訊、活動報名、派發活動券及抽籤等。
敬請各會員盡量出席！！！
〝一般活動安排例會翌日公開報名〞

＊以下活動無須報名，歡迎自由參加＊

『一領一』 獎勵計劃	為使區內更多長者加入我們的大家庭，中心今年繼續舉行『一領一』獎勵計劃，歡迎會員介紹親友入會。獎勵計劃分金、銀、銅獎，分別介紹三位、兩位及一位新會員可得以上獎項，希望大家踴躍推介。
活力與你健身 獎勵計劃	逢星期一至六(中心開放時間內)，會員每逢到『健身閣』使用中心任何健身器材後，可到中心詢問處蓋印【每節一個印花】，累積印花可換取不同禮品。只須索取一張『健身印花紙』便可參加。
早操	逢**星期一至五**早上9:15至9:45 於樂興樓218室舉行。 **(如暫停，中心另行通知)**
自助健康 測量站	為提高長者對**疾病預防**的意識及加強其**自我管理健康**的能力，各會員可自助量度各項健康指標，持續監察和及早介入。

中心設施使用規則：

會員同一時間只可以簽名輪候一項器材；**每節使用器材前先測量血壓；**
會員須親自簽署登記表格；按摩椅及互動負重儀每日只能使用一次，
使用互動負重儀請穿著淺色衣服使用。

以上活動安排如有調動，一切以中心公佈為準

離職同事感言

各位老友記：
6月17日就是我最後工作的日子，我要退休啦！雖然在中心服務只有不到兩年的時間，但真的很捨不得大家。最感恩能在「福樂組」與大家相遇。我們一起分享聖經故事，唱福音粵曲、跳讚美操，這些點點滴滴都讓我感到無比喜樂。退休後，我會帶著這些美好的回憶，去體驗更多不同的人和事。我會好好記住你們每一位，衷心祝願大家身體健康、福氣滿滿！

長者宣教師 區鳳萍

中心重要資訊

提防假冒職員電話詐騙

✗ 中心職員絕不會私下向會員收取任何金錢，借貸，亦不會要求您轉帳。

✓ 所有涉及中心收費的金錢交易，只會在中心接待處進行。

【智醒防騙】

1. 切勿隨意轉帳金錢到不明帳戶
2. 不要輕信，即便對方能說出您的全名或中心職員全名
3. 遇到提及借錢的來電，請立即掛斷!

有任何懷疑，請不要遲疑，馬上致電中心2558 3338查證，
或撥打警方防騙熱線 18222!

用完啲一啲，健康安全齊做到！

使用運動器材後，
請休息10分鐘，
再使用其他器材。

以上活動安排如有調動，一切以中心公佈為準

「閃耀銀光夢」- 創藝學習計劃

該計劃獲得2026至2028年度「老有所為活動計劃」撥款。

計劃目標：

1. 透過多元化活動，培育長者可持續發展的才能，促進身心健康，提升自信與生活滿足感。
2. 為長者提供持續學習與實踐平台，發掘潛能。
3. 藉由培訓及成果展示，讓長者發揮專長，由「被服務者」轉化為「參與者」及「帶領者」，回饋社群。
4. 透過跨代合作促進知識與經驗傳承，深化世代理解，建立關懷共融社區。

計劃時段：2026年8月至2028年1月

服務對象：長者及護老者

一系列豐富精彩活動及詳情，請留意日後中心活動宣傳。

如有任何查詢，歡迎聯絡計劃負責職員鄭蘭詩姑娘。

社會福利署 Social Welfare Department

老有所為活動計劃 Opportunities for the Elderly Project

地壺達人(一)

活動編號：P4010/2026/0155
日期：8月6日至9月3日(逢星期四，共5堂)
時間：下午3:00至4:30
地點：樂興樓218室
內容：由專業教練教授地壺球，在過程中找到樂趣和滿足感。
費用：$40
名額：12人
報名方法：6月30日例會開始留名
備註：1) 可一同參與8月28(五)下午的地壺球交流友誼賽。
2) 活動獲「老有所為活動計劃」撥款
3) 優先考慮尚未參加計劃任何活動的會員，可先留名
負責職員：嚴潞愉姑娘

心韻空靈鼓

活動編號：P4010/2026/0153
日期：8月10日(星期一)
時間：下午2:30至4:00
地點：樂興樓218室
內容：認識空靈鼓及其好處，利用音樂療癒心情，紓緩焦慮。
費用：$10
名額：10人
報名方法：6月30日例會開始留名
備註：1) 活動獲「老有所為活動計劃」撥款
2) 優先考慮尚未參加計劃任何活動的會員，可先留名
負責職員：譚雅麗姑娘

樂齡小結他(一) (8-9/26)

活動編號：P4010/2026/0158
日期：8月7日至9月25日(逢星期五，共8堂)
時間：下午2:00至3:00
地點：安興樓504室
內容：跟隨導師輕鬆掌握夏威夷小結他彈奏技巧，一齊Jam歌，舒展身心。
費用：$50(不可使用耆樂券)
名額：10人
報名方法：6月30日例會開始留名
備註：1) 活動獲「老有所為活動計劃」撥款
2) 優先考慮尚未參加計劃任何活動的會員，可先留名
負責職員：陳家音姑娘

皮革手藝工作坊

活動編號：P4010/2026/0204
日期：8月11日(星期二)
時間：下午2:30至4:00
地點：樂興樓218室
內容：由專業導師教授皮革DIY。
費用：$30
名額：12人
報名方法：6月30日例會開始留名
備註：1) 活動獲「老有所為活動計劃」撥款
2) 優先考慮尚未參加計劃任何活動的會員，可先留名
負責職員：王彩容姑娘

以上活動安排如有調動，一切以中心公佈為準

2026-2028年度老有所為活動計劃~
「閃耀銀光夢」- 創藝學習計劃

鼓樂喜動(一)(8-9/26)

活動編號：P4010/2026/0169
日期：8月12日至9月23日 *(8月19日暫停)*
(逢星期三，共6堂)
時間：上午10:30至11:30
地點：安興樓504室
內容：藉著非洲鼓樂及節拍動作，提高長者的腦部與肢體協調，持續改善認知情況，感受喜動情緒，並透過互動合作及演出，提升學習能力及成就感。
費用：$120(不可使用耆樂券)
名額：14人
報名方法：6月30日例會開始留名
備註：1) 活動獲「老有所為活動計劃」撥款
2) 優先考慮尚未參加計劃任何活動的會員，可先留名
負責職員：鄭蘭詩姑娘

活力劍擊(一)

活動編號：P4010/2026/0156
日期：9月1日至9月22日(逢星期二，共4節)
時間：下午2:30至3:30
地點：安興樓504室
內容：透過劍擊體驗，讓參加者認識新興運動，並從中提升手眼協調、反應能力及訓練專注力。
費用：$40
名額：12人
報名方法：7月28日例會開始留名
備註：1) 參加者須穿着運動鞋及自備水樽
2) 活動獲「老有所為活動計劃」撥款
3) 優先考慮尚未參加計劃任何活動的會員，可先留名
負責職員：徐朝煒先生

復修達人：電器工具體驗

工作坊	成果分享日
活動編號：P4010/2026/0180	**活動編號**：P4010/2026/0183
日期：8月26日(星期三)	**日期**：9月2日(星期三)
時間：下午2:30至4:30	**時間**：下午3:00至4:00
地點：樂興樓217室	**地點**：樂興樓217室

內容：一件工具，一雙巧手，也能為社區帶來幫助。

工作坊將介紹常用復修工具及基本使用技巧，讓參加者透過體驗及練習，認識簡單家電檢查與維修概念。完成培訓後，更有機會進一步參與相關活動及義務服務，發揮所長，支援有需要的長者。

另設成果分享日，與大家一同回顧學習歷程及分享得著。

對象：男士會員
費用：$20
名額：10人
報名方法：如有興趣可先留名，職員會再作聯絡
備註：1) 活動獲「老有所為活動計劃」撥款
2) 優先考慮尚未參加計劃任何活動的會員，可先留名
負責職員：彭詩雅姑娘

以上活動安排如有調動，一切以中心公佈為準

健康及教育

健康新知

日期	時間	題目	地點	報名方法	名額	負責職員
8月6日 星期四	上午 10:00至11:00	長者的口腔健康 P4010/2026/0157	樂興樓 218室	7月28日例會優先報名 7月29日公開報名	25人	陳家音 姑娘
內容	衞生署註冊護士講解蛀牙及牙周病成因。費用全免。					
9月3日 星期四	上午 10:00至11:00	記憶與你 P4010/2026/0185	樂興樓 218室	8月25日例會優先報名 8月26日公開報名	25人	陳天恒 先生
內容	衞生署註冊護士講解影響長者日常記憶的因素以及處理記憶問題的有效方法。 費用全免。					

參觀「漢風泱泱：雄渾與交融的盛世」展覽

活動編號：P4010/2026/0170
日期：8月4日(星期二)
集合時間/地點：下午1:00/樂興樓216室
內容：乘坐旅遊巴前往文物探知館，從不同角度探索漢代文化、科技、天文、版圖和經濟發展，藉此展示當時漢代社會各階層的生活面貌、多元一體的中華文化，以及香港與早期海上絲綢之路貿易的關係，約3:30回程。
費用：全免
名額：16人
報名方法：6月30日例會優先報名、
7月2日公開報名
備註：參加者需要行動自如
負責職員：陳天恒先生

樂在"考"中學習獎勵計劃頒獎禮

活動編號：P4010/2026/0205
日期：8月5日(星期三)
時間：上午10:00至11:30
地點：興華社區會堂
內容：為25-26年度會員學習的努力作出肯定及嘉許，藉此推動會員持續學習。
費用：全免
名額：120人
報名方法：請聯絡負責職員
負責職員：王彩容姑娘

花好月圓迎國慶

活動編號：P4010/2026/0214
日期：9月18日(星期五)
時間：上午10:30至中午12:00
地點：興華社區會堂
內容：節目包括攤位遊戲、精彩表演及抽獎，與大家一同慶賀中秋及國慶！
對象：中心會員或本邨居民
費用：$20
名額：120人
報名方法：7月28日例會優先報名、7月29日公開報名
備註：當天需要義工協助，如有興趣請聯絡彭詩雅姑娘
負責職員：鄭蘭詩姑娘、嚴潞愉姑娘

以上活動安排如有調動，一切以中心公佈為準

健康及教育

健康用藥知多D

活動編號：4010/2026/0164
日期：8月4日(星期二)
時間：早上10:30至11:30
地點：樂興樓218室
內容：由香港中文大學藥劑學院派出註冊藥劑師介紹正確用藥方法、常見疾病保健資訊。
費用：全免
名額：30人
報名方法：7月28日例會優先報名、7月29日公開報名
負責職員：陳家音姑娘

「走出哀傷」講座

活動編號：P4010/2026/0154
日期：8月12日(星期三)
時間：下午2:30至4:00
地點：樂興樓218室
內容：失去摯友、老伴或至親時，心中會感到極度難過。讓我們一同學習如何用健康的方法表達悲傷，釋放積壓的情緒。
費用：全免
名額：30人
報名方法：7月28日例會優先報名、7月29日公開報名
負責職員：嚴潞愉姑娘

聽覺護理及認識助聽器

活動編號：P4010/2026/0171
日期：8月7日(星期五)
時間：下午2:15至3:30
地點：樂興樓218室
內容：由香港聾人福利促進會派出職員講解如何保護聽覺，認識不同種類的助聽器。
費用：全免
名額：20人
報名方法：7月28日例會優先報名、7月29日公開報名
負責職員：陳天恒先生

做運動，愈做愈痛???

活動編號：P4010/2026/0142
日期：8月14日(星期五)
時間：上午10:00至11:00
地點：樂興樓218室
內容：解釋長者常見運動問題，如錯誤姿勢及痛症成因，並藉此示範正確姿勢，以減低重複受傷的風險。
費用：全免
名額：15人
報名方法：7月28日例會優先報名、7月29日公開報名
備註：由物理治療師陳希文先生教授
負責職員：譚雅麗姑娘

遺囑及遺產認證、防騙及火災保險講座

活動編號：P4010/2026/0199
日期：8月8日(星期六)
時間：上午10:00至11:30
地點：樂興樓217室
內容：由香港大學法律系學生分享有關遺囑及遺產認證、防騙及火險的相關法律知識，為退休生活作規劃。
費用：全免
名額：15人
報名方法：7月28日例會優先報名、7月29日公開報名
負責職員：梁琪欣姑娘、陳天恒先生

普及健體操(8/2026)

活動編號：P4010/2026/0172
日期：8月14日(星期五)
時間：下午1:45至4:00
地點：樂興樓218室
內容：由康樂及文化事務署派出體適能教練教授長者健體操。
費用：全免
名額：30人
報名方法：7月28日例會優先報名、7月29日公開報名
負責職員：陳天恒先生

以上活動安排如有調動，一切以中心公佈為準

健康及教育

「家傳財智」：理財價值觀傳承理財小組

活動編號：P4003/2026/0123
日期：8月14至9月4日(逢星期五，共4節)
時間：上午10:30至中午12:00
地點：樂興樓217室
內容：破除「守財」迷思，「守門人」不僅僅是守住口袋裡的錢（防詐騙、資產配置），更是守住家庭的關係。
費用：全免
名額：8人
報名方法：7月28日例會優先報名、7月29日公開報名
備註：1) 每位參加者完成小組可獲贈小禮物一份
2) 歡迎未曾參與5月及6月理財小組之會員
負責職員：張秀玲姑娘

投委會理財教育體驗館

活動編號：P4003/2026/0128
日期：8月17日(星期一)
時間：上午9:00至下午12:30
地點：荃灣白田壩街45號南豐紗廠(於中心8點45分集合)
內容：透過體驗館內互動遊戲，親身感受做正確的財務決定。
費用：全免
名額：24人(長者會員及每位長者最多2名家庭成員陪同)
報名方法：7月28日例會開始留名
備註：1) 每位參加者可獲贈紀念品一份
2) 包旅遊巴來回中心及南豐紗廠
負責職員：張秀玲姑娘

大笑瑜伽

活動編號：P4010/2026/0140
日期：8月17日(星期一)
時間：下午2:30至3:30
地點：樂興樓218室
內容：透過笑聲帶動腹部肌肉震動，增加體內氧氣量，透過互動增進社交能力。
費用：全免
名額：10人
報名方法：7月28日例會優先報名、7月29日公開報名
負責職員：譚雅麗姑娘

智在幫手-電話解答

活動編號：P4010/2026/0175
日期：8月24日、9月21日(星期一)
時間：下午2:30至3:30
地點：樂興樓217室
內容：教導長者使用智能電話。
費用：全免
名額：8人/每節，每人15分鐘
備註：請自備智能電話。
8月報名方法：7月28日例會優先報名、7月29日公開報名
9月報名方法：8月25日例會優先報名、8月26日公開報名
負責職員：彭詩雅姑娘

跨代藝情：四道人生音樂茶座(一)

活動編號：P4010/2026/0167
日期：8月26日(星期三)
時間：上午10:30至11:30
地點：樂興樓218室
內容：與青少年互相分享交流，一同從音樂中認識四道。
費用：全免
名額：20人
報名方法：7月28日例會優先報名、7月29日公開報名
負責職員：嚴潞愉姑娘

預設醫療指示、持久授權書及聯名物業講座

活動編號：P4010/2026/0200
日期：8月29日(星期六)
時間：上午10:00至11:30
地點：樂興樓217室
內容：由香港大學法律系學生分享有關預設醫療指示、持久授權書及聯名物業的相關法律知識，為退休生活作規劃。
費用：全免
名額：15人
報名方法：7月28日例會優先報名、7月29日公開報名
負責職員：梁琪欣姑娘、陳天恒先生

以上活動安排如有調動，一切以中心公佈為準

健康及教育

長者普及健體操(9/2026)

活動編號：P4010/2026/0207
日期：9月4日(星期五)
時間：下午1:45至4:00
地點：樂興樓218室
內容：由康樂及文化事務署派出體適能教練教授長者健體操。
費用：全免
名額：30人
報名方法：7月28日例會優先報名、7月29日公開報名
負責職員：王彩容姑娘

打鐵花知多啲

活動編號：P4010/2026/0173
日期：9月21日(星期一)
時間：上午10:00至11:00
地點：樂興樓218室
內容：講解非物質文化遺產「打鐵花」的歷史、原理、可觀賞表演的地方。
費用：全免
名額：20人
報名方法：8月25日例會優先報名、8月26日公開報名
負責職員：陳天恒先生

聽障與情緒健康

活動編號：P4010/2026/0208
日期：9月8日(星期二)
時間：下午2:30至3:30
地點：樂興樓218室
內容：由香港聾人福利促進會派出職員講解聽障成因與情緒健康的關係；同時介紹無障礙社區及輔助儀器，並教授健耳操。
費用：全免
名額：30人
報名方法：8月25日例會優先報名、8月26日公開報名
負責職員：王彩容姑娘

古法養生操

活動編號：P4010/2026/0141
日期：9月21日(星期一)
時間：下午2:30至3:30
地點：樂興樓218室
內容：認識古法養生操，並了解其疏通經絡及調和氣血等好處。
費用：全免
名額：10人
報名方法：8月25日例會優先報名、8月26日公開報名
負責職員：譚雅麗姑娘

長者常見眼疾及預防

活動編號：P4010/2026/0195
日期：9月10日(星期四)
時間：上午10:00至11:00
地點：樂興樓218室
內容：由香港奧比斯職員講解長者常見眼疾及預防方法，並帶領參加者進行蒙眼體驗活動。
費用：全免
名額：20人
報名方法：8月25日例會優先報名、8月26日公開報名
負責職員：陳家音姑娘

消化系統與腸道健康講座

活動編號：P4010/2026/0165
日期：9月22日(星期二)
時間：下午2:30至3:30
地點：樂興樓218室
內容：由香港益力多乳品有限公司派出營養師講解消化系統與腸道健康的重要性。
費用：全免
名額：30人
報名方法：8月25日例會優先報名、8月26日公開報名
備註：每位參加者出席後均可獲贈小禮物一份
負責職員：陳家音姑娘

以上活動安排如有調動，一切以中心公佈為準

社交及康樂

TANO體感遊戲(8/2026)

活動編號：P4010/2026/0174
日期：8月3日、8月10日(星期一、共2節)
時間：下午2:30至3:30
地點：樂興樓217室
內容：TANO是一個多元化的復康訓練系統，主要針對運動及認知能力，進行訓練以作及早介入，減少腦退化的機會。
費用：$5
名額：10人
報名方法：7月28日例會優先報名、7月29日公開報名
負責職員：陳天恒先生

推廣中國文化系列-手工中藥畫

活動編號：P4010/2026/0212
日期：8月19日(星期三)
時間：上午10:15至中午12:00
地點：樂興樓218室
內容：利用中藥製作精美畫作。
費用：$22
名額：10人
報名方法：7月28日例會優先報名、7月29日公開報名
負責職員：王彩容姑娘

福樂組

活動編號：P4010/2026/0209
日期：8月5日、8月19日、9月2日、9月16日(逢星期三)
時間：下午2:30至3:30
地點：樂興樓218室
內容：讚美操、輕鬆談信仰、福音粵曲及樂在耆中，透過不同形式輕鬆認識基督信仰。
費用：全免
名額：15人
報名方法：歡迎有興趣人士參加
負責職員：王彩容姑娘

Switch齊齊遊戲：瘋狂兔子大比拼(8/2026)

活動編號：P4010/2026/0179
日期：8月31日(星期一)
時間：下午2:30至3:30
地點：樂興樓218室
內容：一起用新型電子遊戲機(Switch)玩「瘋狂兔子：傳奇派對」，鍛練手眼協調及團隊合作，度過快樂時光。
費用：$5
名額：8人
報名方法：7月28日例會優先報名、7月29日公開報名
負責職員：陳天恒先生

參觀:「長安萬象 - 陝西隋唐文明展」

活動編號：P4010/2026/0159
日期：8月17日(星期一)
集合時間/地點：下午2:00/樂興樓215室
內容：乘坐旅遊巴前往香港文物探知館專題展覽廳，由導賞員帶領參觀展覽，並透過百多套唐朝文物，認識唐朝的發展與歷史，約下午4:30回程。
費用：全免
名額：16人
報名方法：7月28日例會優先報名、7月29日公開報名
備註：**活動需要長時間步行及站立，參加者須考慮自身體力**
負責職員：陳家音姑娘

以上活動安排如有調動，一切以中心公佈為準

社交及康樂

中秋黏土戳戳畫

活動編號：P4010/2026/0163
日期：9月7日(星期一)
時間：下午2:00至4:00
地點：樂興樓218室
內容：製作精美小白兔黏土畫。
費用：$15
名額：8人
報名方法：8月25日例會優先報名、
8月26日公開報名
負責職員：陳家音姑娘

推廣中國文化系列-
非遺花燈燈籠DIY

活動編號：P4010/2026/0217
日期：9月23日(星期三)
時間：下午2:00至4:00
地點：樂興樓218室
內容：一起製作燈籠，感受中秋節氣氛。
費用：$20
名額：8人
報名方法：8月25日例會優先報名、
8月26日公開報名
負責職員：王彩容姑娘

生日會(4-9/2026)

活動編號：P4010/2026/0184
日期：9月9日(星期三)
時間：下午2:00至4:00
地點：柴灣(酒家待定)
內容：遊戲、抽獎、享用生日宴，為
4至9月生日的會員慶祝生日。
費用：$100/會員、$110/會員親友、
$75/耆樂券x1、$50/耆樂券X2
名額：84人
報名方法：7月28日例會優先報名、
7月29日公開報名
備註：1) 4至9月生日的會員優先報名
2) 活動獲「港燈社福機構餐飲
資助計劃」資助
負責職員：陳天恒先生

Switch齊齊遊戲:
動腦筋(9/2026)

活動編號：P4010/2026/0181
日期：9月11日(星期五)
時間：下午2:30至3:30
地點：樂興樓218室
內容：一起用新型電子遊戲機(Switch)玩
「靈活腦學校」，鍛練腦筋，度過快
樂時光。
費用：$5
名額：8人
報名方法：8月25日例會優先報名、
8月26日公開報名
負責職員：陳天恒先生

TANO體感遊戲(9/2026)

活動編號：P4010/2026/0176
日期：9月14日、9月28日(星期一、共2節)
時間：下午2:30至3:30
地點：樂興樓218室
內容：TANO是一個多元化的復康訓練系統，
主要針對運動及認知能力，進行訓練
以作及早介入，減少腦退化的機會。
費用：$5
名額：10人
報名方法：8月25日例會優先報名、
8月26日公開報名
負責職員：陳天恒先生

我們聚一起之中秋節(2026年)

活動編號：P4010/2026/0135
日期：9月16日(星期三)
時間：上午10:30至11:30
地點：樂興樓218室
內容：一起玩遊戲，製作慶節手工。
對象：只限隱蔽長者個案之長者
費用：全免(10人，須由中心社工推薦)
負責職員：陳秋儀姑娘

以上活動安排如有調動，一切以中心公佈為準

興華耆樂中心2026年8月節目一覽表

星期日	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六
						1(十九) 9:45拉筋班 1:30卡拉OK 自由唱
2 (二十)	3(廿一) 9:15早操 10:30椅球操 **2:00外展社區健康講座** 2:30TANO體感遊戲	4(廿二) 9:15早操 **10:30健康伴藥知多D** 10:30中文班 **1:00參觀「潑墨淋漓：雄渾與交融的盛世」展覽** 3:00木箱鼓	5(廿三) 9:15早操 **10:00樂在耆中學習獎勵計劃** 10:30鼓舞樂 2:30福樂組 2:30編織樂 2:30飛鏢班	6(廿四) 9:15早操 10:00鈎出新天地 **10:00健康新知** 2:15緩痛班 2:30健智樂天地 3:00地壺達人	7(廿五) 9:15早操 **10:30義互例會** 2:00小結他班 **2:15聽覺護理及認識助聽器**	8(廿六) 9:45拉筋班 **10:00遺囑及遺產認證、防騙及火災保險講座** 1:30卡拉OK 自由唱
9 (廿七)	10(廿八) 9:15早操 **10:00身歷耆境** 2:30TANO體感遊戲 **2:30心韻空靈鼓**	11(廿九) 9:15早操 10:30中文班 12:15歌唱技巧 **2:30皮革手藝互作坊** 3:00木箱鼓	12(三十) 9:15早操 10:30鼓樂喜動 2:30編織樂 2:30飛鏢班 **2:30走出哀傷**	13(初一) 奶粉抽籌 9:15早操 10:00鈎出新天地 10:00五感樂師 2:15緩痛班 2:30健智樂天地 3:00地壺達人	14(初二) 奶粉抽籌 9:15早操 **10:00做運動，愈做愈痛?** 10:30理財小組 **1:45普及健體操** 2:00小結他班 2:30鈎織新手	15(初三) 9:45拉筋班 1:30卡拉OK 自由唱
16 (初四)	17(初五) **9:00投委會理財教育體驗館** 9:15早操 **10:00護老藝墟：讓木頭飛** **2:00參觀「陝西隋唐文明展」** **2:30大笑瑜珈** 2:30照顧者支援小組	18(初六) 9:15早操 10:30太極班 10:30中文班 12:15歌唱技巧 **2:30認識痛風症飲食** 3:00木箱鼓 3:30書三花	19(初七) 9:15早操 **9:15ARIA看認知風險** **10:15手互中藥畫** 2:30福樂組 2:30飛鏢班	20(初八) 9:15早操 10:00鈎出新天地 **10:30探訪義互訓練** 2:15緩痛班 2:30健智樂天地 3:00地壺達人	21(初九) 9:15早操 10:30理財小組 2:00小結他班 2:30鈎織新手	22(初十) 9:45拉筋班 1:30卡拉OK 自由唱 **2:00隱長探訪**
23 (十一)	24(十二) 9:15早操 10:30椅球操 2:30照顧者支援小組 2:30電話解答	25(十三) **9:30例會** 10:30太極班 12:15歌唱技巧 **2:30例會**	26(十四) 9:15早操 10:30鼓樂喜動 **10:30四道人生音樂茶座** 2:30飛鏢班 2:30復修達人 **2:30你也可以選擇心情**	27(十五) 9:15早操 10:00鈎出新天地 10:00五感樂師 **10:00護老加油站** 2:15緩痛班 2:30健智樂天地 3:00地壺達人	28(十六) 9:15早操 10:30理財小組 **12:30地壺球交流賽** 2:00小結他班 **2:00健康教育互作坊** 2:30鈎織新手	29(十七) 9:45拉筋班 **10:00預設醫療指示、持久授權書及聯名物業講座** 1:30卡拉OK 自由唱
30 (十八)	31(十九) 9:15早操 10:30椅球操 2:30照顧者支援小組 **2:30Switch遊戲：瘋狂兔子大比拚**					

以上活動安排如有調動，一切以中心公佈為準

興華耆樂中心2026年9月節目一覽表

星期日	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六
		1(二十) 9:15早操 10:30排排舞 10:30太極班 10:30中文班 12:15歌唱技巧	2(廿一) 9:15早操 10:30鼓樂喜動	3(廿二) 9:15早操 10:00鈎出新天地 **10:00健康新知**	4(廿三) 9:15早操 10:30理財小組	5(廿四) 9:45拉筋班
		2:30活力劍擊	2:30福樂組 3:00復修達人	2:15緩痛班 2:30健智樂天地 3:00地壺達人	**1:45普及健體操** 2:00小結他班 **2:30義互嘉許禮**	1:30卡拉OK 自由唱 **2:30智活遊戲日**
6 (廿五)	7(廿六) 9:15早操 10:30椅球操	8(廿七) 9:15早操 10:30排排舞 10:30太極班 10:30中文班	9(廿八) 9:15早操 **10:00「足」夠健康護甲坊** 10:30鼓樂喜動	10(廿九) **奶粉抽籌** 9:15早操 **10:00長者常見眼疾及預防** 11:15興興袋	11(初一) **奶粉抽籌** 9:15早操	12(初二) 9:45拉筋班
	2:00中秋黏土戳戳畫 2:30照顧者支援小組	2:30活力劍擊 **2:30聽障與情緒健康**	**2:00生日會**	2:15緩痛班 2:30健智樂天地	2:00小結他班 2:30鈎織新手 **2:30Switch遊戲:動腦筋**	1:30卡拉OK 自由唱 **2:00中秋探訪**
13 (初三)	14(初四) 9:15早操 10:30椅球操	15(初五) 9:15早操 10:30排排舞 10:30太極班 10:30中文班 12:15歌唱技巧	16(初六) 9:15早操 10:30鼓樂喜動 **10:30我們聚一起之中秋節**	17(初七) 9:15早操 **10:30樂聚興華喜迎新** 11:15興興袋	18(初八) 9:15早操 **10:30花好月圓迎國慶**	19(初九) 9:45拉筋班
	2:30TANO體感遊戲	**2:30書加營素** 2:30活力劍擊	2:30福樂組	2:30健智樂天地	2:00小結他班	1:30卡拉OK 自由唱
20 (初十)	21(十一) 9:15早操 **10:00打擊電騙Zoom** **10:00打鐵花知多啲** **10:00護老藝墟:讓布袋飛**	22(十二) 9:15早操 10:30排排舞 10:30太極班 10:30中文班 12:15歌唱技巧	23(十三) 9:15早操 10:30鼓樂喜動	24(十四) 9:15早操 **10:00護老加油站** 10:00鈎出新天地 11:15興興袋	25(十五) 9:15早操	26(十六) **中秋節翌日** **公眾假期**
	2:30古法養生操 2:30電話解答	2:30活力劍擊 **2:30消化系統與腸道健康講座**	**2:00花燈燈籠** **2:30護老專題:尋找喘息**	2:30健智樂天地 **2:30護老互作坊:踏月迎秋**	2:00小結他班	
27 (十七)	28(十八) 9:15早操	29(十九) **9:30例會** 10:30排排舞 10:30太極班 12:15歌唱技巧	30(二十) 9:15早操			
	2:30TANO體感遊戲	**2:30例會**				

以上活動安排如有調動，一切以中心公佈為準

購買加營素/三花奶粉程序

1. 中心將**於每次購買三花奶粉/加營素日子之前的星期四及星期五**兩天辦公時間內進行**抽籌程序**，讓有意購買人士前來中心抽籌。
2. 每位人士必須**持有效會員證前來中心抽籌**，每人只限抽籌一次，並請按籌號安排的時間於當日購買三花奶粉/加營素。
3. 缺席抽籌程序的人士，將不能使用該次購買服務，購買**當日中心不會安排派籌。**
4. 中心職員將會登記獲得該籌號的會員姓名及會員證號碼，購買當日須出示所登記之會員證進行付款手續，否則中心職員將會拒絕其購買三花奶粉/加營素。

購買雀巢三花奶粉服務

抽籌日期：8月13及14日 (星期四及星期五)
購買日期：8月18日 (星期二)
購買時間：**下午3:30至4:30**
(必須於4:30前到達樂興樓218室，逾時不候)
費用：
【三花高鈣健骨低脂奶粉 (800克) 】 $80
【三花柏齡健心高鈣較低脂奶粉 (750克) 】$90
【三效高鈣較低脂奶粉 (750克) 】$100
備註：1) 每人最多可手持兩個會員證購買，每張會員證最多限買**6罐大或15罐細**
2) 恕不接受$1000紙幣，並敬請自備購物袋。**請當面點算金額。**

認識痛風症飲食

活動編號：P4010/2026/0196
日期：8月18日 (星期二)
時間：下午2:30至3:30
地點：樂興樓218室
內容：由雀巢香港有限公司派出營養師講解痛風的成因及其飲食注意事項。
費用：全免
名額：30人
報名方法：7月28日例會優先報名、7月29日公開報名
備註：**已領取奶粉籌的會員，講座完結後可到217室購買奶粉**
負責職員：陳家音姑娘

購買雅培加營素服務

抽籌日期：9月10及11日 (星期四及星期五)
購買日期：9月15日 (星期二)
時間：下午2:30至4:30 (必須於4:30前到達樂興樓218室，逾時不候)
費用：【低糖加營素】 (850克) $212
【活力加營素】 (850克) $223
【加營素】 大 (900克) $195 / 細 (400克) $94
【怡寶康 (糖尿病專用) 】 大 (850克) $225 / 細 (400克) $102
備註：1) 每人最多可手持兩個會員證購買，每張會員證最多限買**6罐大或15罐細**
2) 恕不接受$1000紙幣，並敬請自備購物袋。**請當面點算金額。**

以上活動安排如有調動，一切以中心公佈為準

颱風及暴雨期間的安排

又到颱風的季節，請各位老友記留意以下有關颱風及暴雨期間，中心之開放時間及活動安排：

天氣警告	中心開放	中心內活動安排	戶外活動安排
雷暴/寒冷/酷熱警告	✓	照常舉行	視乎天氣情況而定
一號及黃色暴雨 T1	✓	照常舉行	視乎天氣情況而定
三號及紅色暴雨 3	✓	照常舉行	取消或延期 (活動舉行前2小時仍未取消信號)
黑色暴雨	有限度開放	取消或延期 (活動舉行前2小時仍未取消信號)	
八號或以上風球、極端天氣 8	✗	中心於除下訊號兩小時後才開放，如有關訊號於當日下午三時或之後除下，中心當日全日關閉	

- 以上安排，只作一般情況之參考。
- 任何情況下，服務使用者或家人須考慮天氣情況、道路及交通情況以決定是否前往中心。
- 如因颱風或暴雨警告訊號影響之戶外活動，本中心會盡量安排改期或退款，但亦要視乎已預訂的機構能否作出改期或退款而定，敬請留意。
- 以上措施及安排乃參考社會福利署發出的指引而訂定，服務使用者如有疑問，請致電中心查詢。

號外！號外！

「興興袋」小組同學仔畢業啦！他們有些作品可以義賣，收益將撥入中心活動之用。
所有作品由他們一手一腳製作，並配搭具有特色的設計。
希望大家可以多多支持！數量有限，賣完即止。(歡迎向中心同工查詢。)

多款輕便手創興興袋

以上活動安排如有調動，一切以中心公佈為準

義 工 消 息

秉承中心過往推動『社區關懷』的優良傳統，我們一直致力推動長者參與中心的義工服務，因為我們堅信長者有無限潛能。您們的參與，定能為社區中的弱老獻出一分力量。
如您尚未成為中心義工，歡迎隨時加入成為我們的一份子，詳情請與中心職員聯絡。

義工例會

主要功能是凝聚中心義工、發放資訊、優先報名義工培訓及活動、派發活動券等。
誠邀各位熱心會員出席！！！

隱長義工探訪(8. 2026)

活動編號：P4010/2026/0134
日期：8月22日(星期六)
時間：下午2:00至3:30
地點：樂興樓218室
內容：由學生義工探望長者，並送上關懷。
對象：只限社工跟進的個案長者
費用：全免(20人，需由中心社工推薦)
負責職員：陳秋儀姑娘

智在幫手-電話解答

活動編號：P4010/2026/0175
日期：8月24日、9月21日(星期一)
時間：下午2:30至3:30
地點：樂興樓217室
內容：教導長者使用智能電話。
費用：全免
名額：4人
備註：歡迎有志者成為智能義工
報名方法：義工大會優先報名、翌日公開報名
負責職員：彭詩雅姑娘

義工嘉許禮2026

活動編號：P4010/2026/0189
日期：9月4日(星期五)
時間：下午2:30至4:00
地點：柴灣道100號2樓教會禮堂
內容：表揚25-26年度義工付出的時間和熱心。
費用：全免
名額：60人
報名方法：得獎義工將由職員主動聯絡、無需自行報名
備註：請於下午2:15準時抵達會場，活動將於2:30正式開始
負責職員：彭詩雅姑娘

義工例會

活動編號：P4010/2026/0178
日期：8月7日(星期五)
時間：上午10:30至11:30
地點：樂興樓218室
內容：1. 宣傳中心義工服務及報名
2. 凝聚中心義工
費用：全免
名額：20人
報名方法：7月28日例會優先報名、7月29日公開報名
負責職員：彭詩雅姑娘

探訪義工訓練

活動編號：P4010/2026/0188
日期：8月20日(星期四)
時間：上午10:30至11:30
地點：樂興樓218室
內容：加強長者義工探訪關懷的技巧。
費用：全免
名額：15人
備註：歡迎有志者成為探訪義工
報名方法：義工大會優先報名、翌日公開報名
負責職員：彭詩雅姑娘

中秋探訪

活動編號：P4010/2026/0190
日期：9月12日(星期六)
時間：下午2:00至4:00
地點：樂興樓218室
內容：在中秋節前進行探訪，向區內長者送上關心。
費用：全免
名額：20人
備註：歡迎有志者成為智能義工。
報名方法：義工大會優先報名、翌日公開報名
負責職員：彭詩雅姑娘

以上活動安排如有調動，一切以中心公佈為準

認知障礙症患者支援服務(1)

認知障礙症患者通常會察覺到自己在記憶方面的能力有所下降，但一般認知能力和日常活動則並未顯著受到影響。如能準確地識別，盡早進行早期治療干預，即使病情不能逆轉，但總可以顯著舒緩，甚至停止認知障礙症帶來的情緒和經濟上的影響。因此，及早檢測、及早診斷和及早介入，實在非常重要。

大家如想知道更多有關認知障礙症的資訊，或想進行初步評估，歡迎聯絡社工鄭蘭詩姑娘。

「健・智」樂天地

活動編號：P4010/2026/0177、P4010/2026/0182

日期：8月6日至9月24日 (逢星期四)

時間：下午2:30至4:00

地點：樂興樓217室

內容：1. 透過多元化運動及訓練，改善平衡力及四肢協調能力，強化身體機能。

2. 進行認知刺激遊戲及導向訓練，改善記憶力、專注力、視覺空間及語言能力，延緩退化的情況。

對象：疑似或已確診輕度至中度認知障礙症長者

費用：全免

名額：15人

報名方法：請聯絡負責職員，進行認知能力評估

負責職員：鄭蘭詩姑娘、譚雅麗姑娘

智活遊戲日 (9/2026)

活動編號：P4010/2026/0192

日期：9月5日 (星期六)

時間：下午2:30至3:30

地點：樂興樓217室

內容：教授長者使用手機或平板電腦進行認知刺激遊戲，並成為日常練習，預防及改善認知能力。

對象：認知障礙症長者優先

費用：全免

名額：6人

報名方法：8月25日例會優先報名、8月26日公開報名

負責職員：鄭蘭詩姑娘

以上活動安排如有調動，一切以中心公佈為準

認知障礙症患者支援服務(2)

認知障礙症患者通常會察覺到自己在記憶方面的能力有所下降，但一般認知能力和日常活動則並未顯著受到影響。如能準確地識別，盡早進行早期治療干預，即使病情不能逆轉，但總可以顯著舒緩，甚至停止認知障礙症帶來的情緒和經濟上的影響。因此，及早檢測、及早診斷和及早介入，實在非常重要。

大家如想知道更多有關認知障礙症的資訊，或想進行初步評估，歡迎聯絡社工鄭蘭詩姑娘。

ARIA看認知健康風險

活動編號：P4010/2026/0191

日期：8月19日(星期三)

時間：上午9:15至下午1:15，分三個時段進行
(9:15至10:30；10:40至11:55；12:00至13:15)

地點：安興樓503、504室

內容：由仁德之光派員到中心，為55-74歲人士或長者，透過拍攝眼底相及全自動視網膜圖像分析(ARIA)，以人工智能技術計算認知障礙的風險，並給予適切建議。

對象：長者會員/ 菁悅坊會員

費用：全免

名額：30人

報名方法：合資格者可致電中心電話登記，先到先得。

備註：1) 因是次檢測需要進行視網膜圖像分析，因此如患有白內障、黃斑點病變、青光眼等眼疾人士，不適合接受此檢測。
2) 本檢查活動主要目的是及早預防，有關認知健康風險結果只作參考，並非正式醫療診斷。
3) 參加者需同意提供個人資料(包括：姓名、電話、性別、年齡等)予仁德之光作紀錄；
4) 參加者需同意，活動中拍攝的影像及相關資料將以匿名方式整合，並可能公開分享。
5) 參加者必須無參加過「ARIA看認知健康風險」

負責職員：鄭蘭詩姑娘、譚雅麗姑娘

「健・智」樂天地

以上活動安排如有調動，一切以中心公佈為準

護老者活動(1)

護老者定義：正在照顧60歲或以上長者的人士，為他們提供身體護理、經濟援助或心靈支持。護老者可以是長者的家人、親屬或朋友。

外展社區健康講座

活動編號：P4010/2026/0145
日期：8月3日(星期一)
時間：下午2:00至3:30
地點：樂興樓218室
內容：由藥劑師講解藥物的正確使用方法及注意事項，提升護老者對藥物的認識。
費用：全免
名額：15人、護老者優先
報名方法：7月28日例會優先報名、7月29日公開報名
備註：與藥健同心聖雅各福利群社區藥房合辦
負責職員：徐朝煒先生

護老藝墟－讓木頭飛

活動編號：P4010/2026/0150
日期：8月17日(星期一)
時間：上午10:00至11:00
地點：安興樓504室
內容：透過投擲木柱擊中目標，從中鍛煉手腳眼協調力。
費用：$5
名額：8人、護老者優先
報名方法：7月28日例會優先報名、7月29日公開報名
備註：參加者須穿着運動鞋及自備水樽
負責職員：徐朝煒先生

身歷者境

活動編號：P4010/2026/0152
日期：8月10日(星期一)
時間：上午10:00至11:30
地點：房協長者安居資源中心
內容：走進長者的世界，了解他們在老化過程中身體功能的轉變，以及長者友善家居的重要。
費用：全免
名額：10人、護老者優先
報名方法：7月28日例會優先報名、7月29日公開報名
備註：與房協長者安居資源中心合辦
負責職員：徐朝煒先生

照顧者支援小組

活動編號：P4010/2026/0148
日期：8月17至9月7日(逢星期一，共4節)
時間：下午2:30至3:30
地點：安興樓504室
內容：認識照顧者的倦怠及需要，探討照顧壓力，關注照顧者的身心健康，並提供喘息空間，以紓緩照顧壓力。
費用：全免
名額：15人、護老者優先
報名方法：7月28日例會優先報名、7月29日公開報名
備註：與撒瑪利亞會「星伴流金」護老關愛計畫合辦
負責職員：徐朝煒先生

長者心理健康－你也可以選擇心情

活動編號：P4010/2026/0197
日期：8月26日(星期三)
時間：下午2:30至3:30
地點：樂興樓218室
內容：認識自己思想模式：你的口頭禪是什麼？是否常常很多憂慮？常有負面思想？有人話你想多了、想歪了？你覺得日常生活中自己有選擇嗎？讓我們學習每天感恩過日子。
費用：全免、護老者優先
名額：20人
報名方法：7月28日例會優先報名、7月29日公開報名
備註：活動與回聲谷傷健福音協會合辦，由輔導員康偉新先生主講
負責職員：鄭蘭詩姑娘

以上活動安排如有調動，一切以中心公佈為準

護 老 者 活 動 (2)

護老者定義：正在照顧60歲或以上長者的人士，為他們提供身體護理、經濟援助或心靈支持。護老者可以是長者的家人、親屬或朋友。

護老加油站 - 癌症小百科

活動編號：P4010/2026/0162
日期：8月27日 (星期四)
時間：上午10:00至11:00
地點：樂興樓218室
內容：由註冊護士講解常見的癌症徵狀，討論及早診斷和治療的重要性。
費用：全免
名額：25人、護老者優先
報名方法：7月28日例會優先報名
7月29日公開報名
負責職員：陳家音姑娘

「足」夠健康護甲坊

活動編號：P4010/2026/0149
日期：9月9日 (星期三)
時間：上午10:00至下午1:00
地點：樂興樓218室
內容：認識護理指甲的相關知識及常見問題，並為護老者提供簡單的護甲技巧培訓。
費用：全免
名額：20人、護老者優先
報名方法：8月25日例會優先報名、
8月26日公開報名
備註：與「惜、剪」合辦
負責職員：徐朝煒先生

地壺球交流友誼賽

活動編號：P4010/2026/0198
日期：8月28日 (星期五)
時間：下午2:00至4:00
(中心集合:下午12:30)
地點：藍田平田邨
內容：與其他機構的長者進行地壺球賽，互相交流及切磋，感受活動的喜樂情緒。
對象：護老者優先
費用：全免
名額：10人、護老者優先
報名方法：7月28日例會優先報名、
7月29日公開報名
備註：1) 活動與循道衛理觀塘社會服務處藍田樂齡鄰舍中心合辦
2) 地壺達人的參加者優先
3) 參加者於中心集合後，乘搭巴士前往
4) 請自備車費及飲用水
負責職員：鄭蘭詩姑娘

護老藝墟 - 讓布袋飛

活動編號：P4010/2026/0151
日期：9月21日 (星期一)
時間：上午10:00至11:00
地點：安興樓504室
內容：透過投擲布袋球，鍛煉手眼協調能力，紓緩照顧壓力。
費用：$5
名額：8人、護老者優先
報名方法：8月25日例會優先報名、
8月26日公開報名
備註：參加者須穿着運動鞋及自備水樽
負責職員：徐朝煒先生

護老工作坊 - 和諧粉彩

以上活動安排如有調動，一切以中心公佈為準

護 老 者 活 動 (3)

護老者定義：正在照顧60歲或以上長者的人士，為他們提供身體護理、經濟援助或心靈支持。護老者可以是長者的家人、親屬或朋友。

護老專題 - 尋找喘息

活動編號：P4010/2026/0147
日期：9月23日 (星期三)
時間：下午2:30至3:30
地點：安興樓504室
內容：探討護老者面對的實務工作及照顧壓力，認識護老者社區支援。
費用：全免
名額：15人、護老者優先
報名方法：8月25日例會優先報名、8月26日公開報名
負責職員：徐朝煒先生

護老加油站 - 改善記憶:日常生活應用篇

活動編號：P4010/2026/0166
日期：9月24日 (星期四)
時間：上午10:00至11:00
地點：樂興樓218室
內容：由註冊護士講解記憶力下降的原因，並介紹改善記憶力的方法、活動及輔助器具。
費用：全免
名額：25人、護老者優先
報名方法：8月25日例會優先報名、8月26日公開報名
負責職員：陳家音姑娘

護老工作坊 - 踏月迎秋

活動編號：P4010/2026/0146
日期：9月24日 (星期四)
時間：下午2:30至3:30
地點：安興樓504室
內容：一同慶祝中秋節，並製作永生花團扇，為參加者提供喘息空間，紓緩照顧壓力。
費用：$20
名額：8人、護老者優先
報名方法：8月25日例會優先報名、8月26日公開報名
備註：參加者自備環保袋
負責職員：徐朝煒先生

復康用品租用收費

本中心復康用具租用計劃收費詳情如下：

可供租用的復康用具 (每件收費)	一星期	一個月內
大型用具 (輪椅)	$10	$30
小型用品 (四腳架、手杖等)	$5	$10

1. 可供租用的物品數量有限，以先到先得為原則。
2. **逾期歸還**除須要繳交期間的應付租金外，另須要繳付**每天$5的逾期附加費**。
3. 每件用具的租用**時限最多為一個月**。
4. 租用/歸還復康器材時，中心職員會與租用者當面檢查清楚，如有損壞，租用者需負責維修或賠償的費用。

以上活動安排如有調動，一切以中心公佈為準

興 趣 班 / 小 組

名稱	學習內容	舉辦日期	上課時間	費用	地點	負責職員	導師
椅球操減痛運動班 P4010/ 2026/0160	用瑜珈球坐在椅上做不同帶氧運動	8月24日至9月14日 (逢星期一)	上午10:30至11:30	$100 / 4堂 可用耆樂券 名額16人	安興樓504室	陳家音姑娘	體適能教練 Miss Eva
太極養生班 P4010/ 2026/0161	由香港太極總會合資格導師教授太極拳	8月18日至10月6日 (逢星期二)	上午10:30至11:30	$100/8堂 可用耆樂券 名額:10人	安興樓504室	陳家音姑娘	李耀麟先生
多姿多彩排排舞 P4010/ 2026/0133	學習排排舞的跳舞技巧，結交新朋友	9月1日至10月20日 (逢星期二)	上午10:30至12:00	$110 / 8堂 可用耆樂券 名額20人	總部舊大廈4樓大堂	陳秋儀姑娘	趙汝鈞先生
歌唱技巧班 P4010/ 2026/0218	由資深音樂老師教授簡單樂理及歌唱技巧	9月15日至11月10日 (逢星期二) (10月13日暫停)	下午12:15至1:15	$120 / 8堂 可用耆樂券 名額27人	樂興樓218室	王彩容姑娘	劉卓輝先生
飛鏢班 (8/2026) P4010/ 2026/0186	講解飛鏢種類、正確姿勢、體驗不同玩法。	8月5日至8月26日 (逢星期三)	下午2:30至3:30 (須穿著合適服裝及鞋)	$20 / 4堂 名額8人	安興樓504室	陳天恒先生	陳天恒先生
鈎出新天地進階班 P4010/ 2026/0219	教授鈎織技巧鈎織1大1小的物品	8月6日至9月3日 (逢星期四)	上午10:00至11:00	$75/ 5堂 可用耆樂券 名額20人	樂興樓217室	王彩容姑娘	方錦文女士
興興袋小組 P4010/ 2026/0136	製作袋款	9月10日至10月8日 (逢星期四)	上午11:15至12:45	$120 / 只限小組成員報名	安興樓503室	陳秋儀姑娘	/
鈎織新手 P4010/ 2026/0220	教授簡單鈎織技巧，鈎織小物品	8月14日至9月11日 (逢星期五) (9月4日暫停)	下午2:30至3:30	$70 / 4堂 可用耆樂券 名額12人	樂興樓217室	王彩容姑娘	甘秀明女士 劉雪薇女士
輕鬆拉筋班 P4010/ 2026/0116	學習正確拉筋動作減輕及預防痛症	8月1日至9月19日 (逢星期六)	上午9:45至11:15 自備瑜伽墊	$180 / 8堂 可用耆樂券 名額10人	樂興樓218室	王彩容姑娘	瑜伽導師 余嘉麗小姐

所有班組/活動公眾假期暫停。如收生不足會安排延期或取消，敬請原諒。

報名方法：聯絡中心職員；班組於每期最後一堂的前一星期截止留名。

以上活動安排如有調動，一切以中心公佈為準

一證通行安排

為讓本機構屬下長者鄰舍中心會員可以共享兩所耆樂中心之活動，中心早年已落實推行「一證通行」措施，現再詳列有關安排如下：

1. 會員均享有平等機會參與兩所中心的例會及抽籤安排。
2. 會員均可報名參加兩所中心舉辦的活動及使用中心設施。
3. 合資格會員只可參加所屬中心的「愛與樂」長者支援計劃，並只可獲取所屬中心的耆樂券，但可於兩所中心使用(*愛華衞理長者學苑課程除外)。

設立WhatsApp社群 / 廣播功能安排

中心已開設WhatsApp社群功能以便發放服務資訊，中心會於進行入會/續證工作時向會員作出邀請，此項安排屬自願參與性質，目的亦純是資訊發放，如會員日後希望取消有關安排，可選擇自行退出社群或告知職員便可。
中心手提電話：6389 7319(請會員自行輸入此電話號碼至手機通訊錄)

個人資料收集聲明

小組及活動中所拍攝之相片/影像，將用作中心製作宣傳刊物、網頁、報告書、Facebook、機構年報，如有查詢請與職員聯絡。

「十六項服務質素標準你要知」

服務質素標準(一)

服務資料提供：製備各服務說明資料、清楚陳述其主旨、目標和提供服務的形式，隨時讓公眾索閱。

服務質素標準(二)

檢討及修訂政策：備有機制以檢討及修訂有關服務提供方面的政策及程序。

入會手續

對象：60歲或以上
會費：$21(入會當日起計算一年)
手續：攜帶1)身份證、2)證件相1張、3)$21會費(領取綜援可豁免)
於星期一至星期五辦公時間親臨中心辦理手續。
如有查詢，請致電2245 1500聯絡中心職員。
備註：如遺失會員証，補領費用$15。

興華耆樂中心

興華耆樂中心網頁

興華小型飯堂服務

為支援體弱長者，中心提供飯堂服務，有需要可向當值社工查詢。
飯堂時間：逢星期一至六下午12:00至1:00(需於星期五或之前預訂下週飯餐)
地點：**自取回家用膳** ***湯水供應: 逢星期一、三、五**
費用可選其一：環保飯盒及自備湯盒/或不要湯：**每餐 $20** / 外賣飯盒：**每餐 $24**

以上活動安排如有調動，一切以中心公佈為準

「愛與樂」長者支援計劃

為鼓勵有經濟困難的長者參加社區活動，以擴闊其生活圈子，本機構特別在2010年的賣旗籌款活動中預留部份款項，設立「愛與樂」長者支援計劃。下列為此計劃的詳細內容，盼望各位合資格的長者善用此計劃的資助，多參與有益身心的活動。

對象：1. 本機構屬下長者鄰舍中心領取綜援會員，或愛鄰舍長者支援計劃領取綜援的服務使用者，或
2. 收入低於或等如家庭入息中位數55%的長者，或
3. 雖未能提供收入証明，但經本中心註冊社工評估推介的合資格長者

計劃內容：

新一年計劃推動時段為2026年4月1日至2027月3月31日

- 計劃目的是鼓勵合資格的長者參加本機構屬下兩所長者鄰舍中心舉辦的活動，特別是一些收費較高的活動，如旅行、生日會、興趣班及週年聚餐等。
- 申請人可使用津貼的活動/班組收費須為$50元或以上。
- 每人每年的津貼上限為$250元。
- 津貼以$25為一個單位，每次的津貼上限為$50，以鼓勵合資格長者參與更多類型的中心活動。新申請並領取綜援的會員須填寫「中心會員參與計劃同意書」；其他有需要的長者由本中心註冊社工填寫「申請津助記錄表」向機構推薦。(舊有申請人不須再重新申請)
- 參與的長者將獲分發一張記錄卡，由中心職員每次蓋印作記錄，並交回申請人自行保管。
- 由於名額有限，有興趣參與計劃的長者請盡快到中心登記，先到先得，額滿即止。
- 同一位計劃參與者於本機構屬下兩所長者鄰舍中心均可使用耆樂券。

中心職員全面睇

督導主任(註冊社工)	：陳珮華姑娘	福利助理	：王彩容姑娘
中心主任(註冊社工)	：黃靖雯姑娘	二級行政助理	：莫一心先生
個案輔導主任(註冊社工)	：嚴潞愉姑娘	二級福利助理	：陳家音姑娘
註冊社工	：鄭蘭詩姑娘	二級福利助理	：陳天恒先生
註冊社工	：彭詩雅姑娘	物理治療助理	：譚雅麗姑娘
註冊社工	：徐朝煒先生	庶務助理	：劉付嫦女士
註冊社工	：陳秋儀姑娘		

以上活動安排如有調動，一切以中心公佈為準