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9月
編印數量：800份

2026年10月至11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. 10月1日及10月19日分別為國慶日及重陽節公眾假期，中心共休息兩日，敬請各位留意。
2. 中心已獲房屋署批准推行「社區種植計劃」，並於9月已正式展開相關活動，興華二邨內的園圃將會逐步美化，期望為社區增添綠意，敬請期待。
3. 中心現已提供八達通繳費安排，歡迎各位會員使用八達通繳費。
4. 為深入了解大灣區服務，中心為長者及其照顧者安排佛山院舍體驗交流團，有關詳情留意本期通訊「重要資訊」。
5. 為維持環境衛生，請各位會員保持地方清潔，並於中心外面進食，以免食物碎屑滋生蚊蟲。

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：	建議提升活動室的 Wi-Fi 訊號強度
中心回應：	多謝閣下的意見，中心會努力跟進有關問題。

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	8月份開會人數
恩慈家：10月27日及11月24日	上午9:30開始	恩慈家：36人
溫柔家：10月27日及11月24日	下午2:30開始	溫柔家：37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或參與早操後，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

中心重要資訊

中心服務需要你的參與

為確保服務與時並進，提供適合長者需要的優質服務，中心每年均會舉行半年工作檢討會議，並誠邀會員提供寶貴意見，讓我們更了解閣下的需要。
如對來年服務有任何建議，可於**2026年10月3日（星期六）或之前**，透過信件或親身向職員口頭反映，我們必定會盡心回應閣下的意見。

中心活動推介

佛山院舍2日1夜體驗交流團

活動編號：P4010/2026/0246
日期：11月12至13日 (星期四至五)
集合時間：早上6時
集合地點：樂悠居對出位置
內容：1) 參觀佛山資助院舍 「暢享薈」 2) 體驗院舍粵菜宴及住宿
3) 暢遊佛山著名景點「嶺南新天地」
對象：長者及護老者 (正在輪候院舍、領取綜援、二人同行優先)
費用：$160 (可用耆樂券)
名額：18人
報名方法：8月25日例會開始留名
備註：1) 活動與愛華耆樂中心合辦
2) 費用已包括旅遊巴、院舍內食宿及旅遊保險，第二天於「嶺南新天地」午膳需自費
3) 旅遊保險包基本保障，詳情可向職員查詢
4) 請確保回鄉證有效
5) 需出席11月4日簡介會
6) 本活動期間將進行拍照及錄影，有關照片及片段將用作中心宣傳或交流用途
負責職員：陳秋儀姑娘、陳家音姑娘

第一天行程

- 於興華耆樂中心或愛華耆樂中心集合，乘坐旅遊巴出發
- 經福田口岸前往佛山「暢享薈」院舍
- 於「暢享薈」院舍內享用午膳
- 參觀「暢享薈」院舍設施、各類房型及醫療配套
- 參加長者福利政策講座
- 享用下午茶及問答交流
- 自由活動，可體驗院舍各項設施
- 於「暢享薈」院舍內享用粵菜晚宴

第二天行程

- 於「暢享薈」院舍內享用飲茶早餐
- 遊覽特色景點【嶺南新天地】
- 乘坐旅遊巴前往口岸，辦理過關手續返回香港
- 返回興華耆樂中心或愛華耆樂中心解散

以上活動安排如有調動，一切以中心公佈為準

中心活動推介

秋日「山、水」遊

活動編號： P4010/2026/0225
日期：10月22日(星期四)
集合時間及地點：上午9:00興華二邨有蓋停車場樂悠居對出 /
上午9:15柴灣華泰大廈順福護老院對出
行程：天水圍「水知園」-> 西營盤「香港萬怡酒店Momo Café」自助午餐 ->
中環碼頭「海事博物館」
費用：$90(會員)、$65(耆樂券X1)、$40(耆樂券X2)、$100【護老者及60歲以上非會員】
名額：46人
報名方法：9月21日公開報名
備註：1) 活動前兩星期如有名額剩餘，可接受年滿60歲以上非會員報名
2) 歡迎18歲以上護老者陪同長者一同參與
3) 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

「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

樂齡小結他(二)(10-12/26)

活動編號：P4010/2026/0259
日期：10月16日至12月4日(逢星期五，共8堂)
時間：上午10:30至11:30
地點：安興樓503室
內容：跟隨導師輕鬆掌握夏威夷小結他彈奏技巧，一起Jam歌，舒展身心。
費用：$50(不可使用耆樂券)
名額：10人
報名方法：8月25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

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

2026「老有所為活動計劃」頒獎典禮

活動編號：P4010/2026/0285
日期：11月4日(星期三)
時間：下午2:30至4:30
地點：安興樓504室
內容：觀看「老有所為活動計劃」頒獎典禮直播、網上有獎問答遊戲、表演及抽禮券等。
費用：全免
名額：40人
報名方法：10月27日例會優先報名、10月28日公開報名
備註：參加者可獲福袋一份
負責職員：鄭蘭詩姑娘

療癒星之花工作坊

活動編號：P4010/2026/0286
日期：11月10日(星期二)
時間：下午2:30至4:00
地點：樂興樓218室
內容：編織「星之花」及探索其象徵意義，藉此感受療癒力量。
費用：$20
名額：15人
報名方法：9月29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(二)

活動編號：P4010/2026/0238
日期：11月5、12、19 及 26日(逢星期四)
時間：下午2:00至3:30
地點：安興樓504室
內容：透過劍擊體驗，認識新興運動，提升長者手眼協調、反應能力及訓練專注力。
費用：$40
名額：12人
報名方法：9月29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

地壺達人(二)

活動編號：P4010/2026/0289
日期：11月26日至12月17日(逢星期四)、12月21日(星期一)，共5堂
時間：下午2:30至4:00
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：9月29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：嚴潞愉姑娘

樂齡小結他

心韻空靈鼓

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
10月8日 星期四	上午 10:00至11:00	認識抑鬱症 P4010/2026/0290	樂興樓 218室	9月29日例會優先報名 9月30日公開報名	25人	王彩容 姑娘
內容	衞生署註冊護士講解抑鬱症和掌握處理抑鬱情緒的方法。費用全免。					
11月5日 星期四	上午 10:00至11:00	流行感冒 P4010/2026/0263	樂興樓 218室	10月27日例會優先報名 10月28日公開報名	25人	陳家音 姑娘
內容	衞生署註冊護士講解流行性感冒的傳播途徑、徵狀及預防方法。費用全免。					

體弱長者旅行@香港公園

活動編號：P4010/2026/0243
日期：10月3日(星期六)
時間：上午9:00至下午3:00
地點：香港公園
內容：遊覽香港公園，一同品嚐午膳。
對象：只限個案之長者及其照顧者。
費用：$100
名額：11人
備註：1) 活動獲「港燈社福機構餐飲資助計劃」資助
2) 活動詳情可向職員查詢
負責職員：陳秋儀姑娘

愛心剪髮

活動編號：P4010/2026/0291
日期：10月6日(星期二)
時間：上午9:30至11:00
地點：樂興樓218室
內容：由義工為長者剪髮，轉轉新髮型。
費用：$5
名額：20人
報名方法：9月29日例會優先報名、
9月30日公開報名
備註：1) 當天早上9:00開始憑票取籌
2) 基於衞生考慮，接受服務前須先自行洗頭
負責職員：王彩容姑娘

齊來玩玩魔力橋

活動編號：P4010/2026/0244
日期：10月5、7日(星期一、三)
時間：下午2:30至3:30
地點：樂興樓217室
內容：由義工教授魔力橋。
對象：有興趣學習魔力橋之會員
費用：全免
名額：10人
報名方法：9月29日例會優先報名、
9月30日公開報名
負責職員：陳秋儀姑娘

擁抱自己：自癒・治癒

活動編號：P4010/2026/0255
日期：10月8日至10月29日(逢星期四、共4堂)
時間：下午3:00至4:00
地點：安興樓504室
內容：您平時會不會覺得容易緊張、失眠，或者心靈有點累？讓我們一同學習放鬆身心，輕鬆了解自己。
費用：全免
名額：8人
報名方法：9月29日例會優先報名、
9月30日公開報名
負責職員：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

健康滿載疫苗注射日2026

活動編號：P4010/2026/0292
日期：10月9日(星期五)
時間：下午2:30至4:30
地點：樂興樓218室
內容：由「香港傳染病預防動力」醫護人員為長者注射流感疫苗及肺炎疫苗。(按醫護人員建議)
費用：全免
名額：120人
報名方法：即日起可到樂興樓216室接待處報名
備註：1)活動當日早上9:00開始憑票取籌；
2)注射當日，請帶備身份證、針卡及穿鬆身衣物；
3)對雞蛋或流感疫苗有過敏反應、注射當天有不適或發燒的人士、皆不宜接受注射；
4)參加者可按身體情況參與，或先徵詢醫生意見是否適合接受注射。
負責職員：王彩容姑娘

智在幫手-電話解答

活動編號：P4010/2026/0249
日期：10月12日(星期一)、11月23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
10月報名方法：9月29日例會優先報名、9月30日公開報名
11月報名方法：10月27日例會優先報名、10月28日公開報名
備註：請自備智能電話
負責職員：彭詩雅姑娘

參觀廉署展覽廳

活動編號：P4010/2026/0293
日期：10月13日(星期二)
集合時間：下午2:00
集合地點：樂興樓216室
內容：坐公共交通工具前往廉署展覽廳參觀，認識香港執法部門的工作，約下午4:00回程。
費用：全免
名額：16人
報名方法：9月29日例會優先報名、9月30日公開報名
負責職員：王彩容姑娘

關節痛症通通走

活動編號：P4010/2026/0235
日期：10月16日(星期五)
時間：上午10:00至11:00
地點：樂興樓218室
內容：透過講解長者常見關節痛症，解釋原因及示範預防運動。
費用：全免
名額：15人
報名方法：9月29日例會優先報名、9月30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

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

活動編號：P4010/2026/0271
日期：10月16日(星期五)
時間：下午1:45至4:00
地點：樂興樓218室
內容：由康文署的體適能教練教授長者健體操。
費用：全免
名額：30人
報名方法：9月29日例會優先報名、9月30日公開報名
負責職員：陳家音姑娘

神奇彈力帶

活動編號：P4010/2026/0230
日期：10月26日(星期一)
時間：下午2:30至3:30
地點：樂興樓218室
內容：教授如何使用彈力帶，讓參加者增強肌力，改善平衡力。
費用：全免
名額：10人
報名方法：9月29日例會優先報名、9月30日公開報名
負責職員：譚雅麗姑娘

行山群組@大潭水塘

活動編號：P4010/2026/0242
日期：10月23日(星期五)
時間：上午10:00至3:00
地點：大潭水塘
內容：由黃泥涌水塘行山至大潭篤水塘。
對象：有行山經驗的中心會員
費用：$20
名額：8人
備註：活動詳情可向職員查詢
報名方法：請先聯絡負責職員
負責職員：陳秋儀姑娘

認識人工耳蝸

活動編號：P4010/2026/0266
日期：11月6日(星期五)
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員講解人工耳蝸手術及其保養方法。
費用：全免
名額：25人
報名方法：10月27日例會優先報名、10月28日公開報名
負責職員：陳家音姑娘

手語體驗教室

活動編號：P4010/2026/0294
日期：10月23日(星期五)
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員講解及教授簡單手語。
費用：全免
名額：25人
報名方法：9月29日例會優先報名、9月30日公開報名
負責職員：王彩容姑娘

關注鼻敏感(線上講座)

活動編號：P4010/2026/0269
日期：11月10日(星期二)
時間：上午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員在線上講解鼻敏感的成因及注意事項。
費用：全免
名額：20人
報名方法：10月27日例會優先報名、10月28日公開報名
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

健康及教育

跌倒風險評估

活動編號：P4010/2026/0297
日期：11月11日(星期三)
時間：上午10:00至下午3:00
地點：樂興樓218室
內容：透過樂齡科技進行跌倒風險評估，讓參加者了解自身健康狀況、建立健康生活模式，並體驗樂齡科技在健康管理的應用。
費用：全免
名額：30人
報名方法：9月29日例會優先報名、9月30日公開報名
備註：活動與「樂齡展耀通」合辦
負責職員：王彩容姑娘

預防中風及治療運動

活動編號：P4010/2026/0231
日期：11月23日(星期一)
時間：下午2:30至3:30
地點：樂興樓218室
內容：透過講解中風的成因及其後果，教授如何利用運動預防中風。
費用：全免
名額：10人
報名方法：10月27日例會優先報名、10月28日公開報名
負責職員：譚雅麗姑娘

尿酸檢測

活動編號：P4010/2026/0295
日期：11月17日(星期二)
時間：下午2:00至3:00
地點：樂興樓218室
內容：由香港傳染病預防動力醫護人員到場為長者檢測。
費用：全免
名額：50人
報名方法：10月27日例會優先報名、10月28日公開報名
負責職員：王彩容姑娘

後事規劃及安排

活動編號：P4010/2026/0296
日期：11月25日(星期三)
時間：下午2:30至3:30
地點：樂興樓218室
內容：由桔梗花派員到場講解「身後事」的重點考量、具體流程、牽涉費用和消費陷阱。
費用：全免
名額：30人
報名方法：10月27日例會優先報名、10月28日公開報名
負責職員：王彩容姑娘

預防腸癌講座

活動編號：P4010/2026/0260
日期：11月19日(星期四)
時間：上午10:00至11:00
地點：樂興樓218室
內容：由香港造口人協會社工、全形造口人士及腸癌康復者講解如何預防腸癌，認識直腸或迴腸受到破壞的影響。
費用：全免
名額：20人
報名方法：10月27日例會優先報名、10月28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

社交及康樂

木陀螺DIY

活動編號：P4010/2026/0258
日期：10月6日(星期二)
時間：下午2:30至4:00
地點：樂興樓217室
內容：齊齊製作木陀螺。
費用：$15
名額：8人
報名方法：9月29日例會優先報名、
9月30日公開報名
負責職員：陳家音姑娘

Switch齊齊遊戲：
冂賽車(10/2026)

活動編號：P4010/2026/0267
日期：10月9日(星期五)
時間：上午10:00至11:00
地點：樂興樓217室
內容：一起用新型電子遊戲機(Switch)玩「瑪利歐賽車8」，鍛練反應時間，度過快樂時光。
費用：$5
名額：8人
報名方法：9月29日例會優先報名、
9月30日公開報名
負責職員：陳天恒先生

TANO體感遊戲(10/2026)

活動編號：P4010/2026/0262
日期：10月5日、10月12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：9月29日例會優先報名、
9月30日公開報名

推廣中華文化系列-
免掐琅杯墊DIY

活動編號：P4010/2026/0298
日期：10月15日(星期四)
時間：下午2:15至4:00
地點：樂興樓218室
內容：齊齊製作免掐琅杯墊DIY。
費用：$20
名額：8人
報名方法：9月29日例會優先報名、
9月30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：10月7日、10月21日、
11月4日、11月18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

電影欣賞：玩轉極樂園

活動編號：P4010/2026/0261
日期：10月29日(星期四)
時間：下午2:00至4:00
地點：樂興樓218室
內容：播放奧斯卡最佳動畫片獎電影。
費用：全免
名額：20人
報名方法：9月29日例會優先報名、
9月30日公開報名
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(11/2026)

活動編號：P4010/2026/0265
日期：11月2日、11月3日
(星期一、二，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：10月27日例會優先報名、10月28日公開報名
負責職員：陳天恒先生

Switch齊齊遊戲：鐵道大富翁(11/2026)

活動編號：P4010/2026/0268
日期：11月9日(星期一)
時間：下午2:30至3:30
地點：樂興樓217室
內容：一起用新型電子遊戲機(Switch)玩「桃太郎電鐵」，鍛練腦筋，度過快樂時光。
費用：$5
名額：8人
報名方法：10月27日例會優先報名、10月28日公開報名
負責職員：陳天恒先生

推廣中華文化系列-曼陀羅沙畫DIY

活動編號：P4010/2026/0264
日期：11月3日(星期二)
時間：下午2:15至4:00
地點：樂興樓217室
內容：齊齊製作曼陀羅沙畫。
費用：$20
名額：8人
報名方法：10月27日例會優先報名、10月28日公開報名
負責職員：陳家音姑娘

推廣中華文化系列-古法製香牌

活動編號：P4010/2026/0299
日期：11月20日(星期五)
時間：上午10:15至12:00
地點：樂興樓218室
內容：齊齊製作古法香牌。
費用：$20
名額：8人
報名方法：10月27日例會優先報名、10月28日公開報名
負責職員：王彩容姑娘

植物噴畫扇DIY

皮革手藝工作坊

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10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(廿一) **國慶日** **公眾假期**	2(廿二) 9:15早操 **10:30義工例會**	3(廿三) **9:00體弱長者旅行**
					2:15緩痛班 2:30鉤織新手 2:30護老樂聚	1:30卡拉OK 自由唱 2:00種植計劃
4 (廿四)	5(廿五) 9:15早操 10:30椅球操	6(廿六) 9:15早操 9:30愛心剪髮 10:30中文班 10:30排排舞 10:30太極班 12:15歌唱技巧	7(廿七) 9:15早操 10:30鼓舞樂	8(廿八) 9:15早操 **10:00健康新知** 10:00鈎出新天地 11:15興興袋	9(廿九) 9:15早操 **10:00Switch遊戲:鬥賽車**	10(初一) 9:45拉筋班
	2:30TANO體感遊戲 2:30有話慢慢說 2:30齊來玩玩魔力橋	**2:30木陀螺DIY** **2:30圓滿人生路~在家離世**	2:30福樂組 2:30齊來玩玩魔力橋	2:30健智樂天地 3:00擁抱自己:自癒·治癒	2:15緩痛班 2:30護老樂聚 **2:30疫苗注射**	1:30卡拉OK 自由唱
11 (初二)	12(初三) 9:15早操 10:30椅球操	13(初四) 9:15早操 10:30中文班 10:30排排舞	14(初五) 9:15早操 10:00綠色療癒 10:30鼓舞樂	15(初六) 11:15興興袋	16(初七) 9:15早操 **10:00關節痛症通通走** 10:30小結他班	17(初八) 9:45拉筋班
	2:30TANO體感遊戲 2:30有話慢慢說 2:30電話解答	**2:00智友同行-認知評估** **2:00參觀廉署展覽廳**		**2:15免搵珐琅杯墊** 2:30健智樂天地 3:00擁抱自己:自癒·治癒	**1:45普及健體操** 2:15緩痛班 2:30鉤織新手	1:30卡拉OK 自由唱
18 (初九) **重陽節**	19(初十) **重陽節翌日** **公眾假期**	20(十一) 9:15早操 10:30排排舞 12:15歌唱技巧	21(十二) 9:15早操 10:30鼓舞樂	22(十三) **9:00秋日「山·水」遊** 9:15早操 10:00鈎出新天地 11:15興興袋	23(十四) 9:15早操 **10:00行山群組@大潭水塘** **10:00護老影院:一念無明** 10:30小結他班	24(十五) 9:45拉筋班
		2:30社區照顧及暫託服務	2:30福樂組	2:30健智樂天地 3:00擁抱自己:自癒·治癒	2:15緩痛班 **2:30手語體驗**	1:30卡拉OK 自由唱
25 (十六)	26(十七) 9:15早操 10:30椅球操 11:45實用英語	27(十八) **9:30例會** 12:15歌唱技巧	28(十九) 9:15早操 10:00綠色療癒 10:30鼓舞樂	29(二十) 9:15早操 10:00鈎出新天地 **10:00護老加油站** **10:30五感樂態師督導**	30(廿一) 9:15早操 **10:00氈出好心情** 10:30小結他班	31(廿二) 9:45拉筋班
	2:30神奇彈力帶 2:30有話慢慢說	**2:30例會**	**2:30護老專題:晚期照顧**	**2:00電影欣賞:玩轉極樂園** 2:30健智樂天地 3:00擁抱自己:自癒·治癒	2:15緩痛班 2:30鉤織新手	1:30卡拉OK 自由唱

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11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 (廿三)	2(廿四) 9:15早操 10:30椅球操 11:45實用英語	3(廿五) 9:15早操 10:30中文班 12:15歌唱技巧	4(廿六) 9:15早操 **10:00佛山院舍兩日一夜旅行團簡介會** 10:30鼓舞樂	5(廿七) 9:15早操 **10:00健康新知** 10:00鈎出新天地	6(廿八) 9:15早操 10:30 AI達人 10:30小結他班	7(廿九) 9:45拉筋班
	2:30TANO體感遊戲 2:30有話慢慢說	**2:15曼陀羅沙畫** 2:30TANO體感遊戲	**2:30 2026「老有所為活動計劃」頒獎典禮** 2:30福樂組 2:30飛鏢班	2:00活力劍擊 2:30健智樂天地	2:15緩痛班 2:30鈎織新手 **2:30認識人工耳蝸**	1:30卡拉OK自由唱 **2:30智活遊戲日**
8 (三十)	9(初一) 9:15早操 **10:00護老影院:破地獄** 11:45實用英語	10(初二) 9:15早操 **10:30關注聽敏感線上講座** 10:30排排舞 10:30中文班 12:15歌唱技巧	11(初三) 9:15早操 **10:00跌倒風險評估**	12(初四) **6:00佛山院舍兩日一夜旅行團** 9:15早操 10:00鈎出新天地	13(初五) 9:15早操 10:30 AI達人 10:30小結他班	14(初六) 9:45拉筋班
	2:30無痛e世代-膝痛管理 **2:30Switch遊戲:鐵道大富翁**	**2:30療癒星之花互作坊**	2:30飛鏢班	2:00活力劍擊 2:30健智樂天地	2:15緩痛班	1:30卡拉OK自由唱 2:00種植計劃 **2:00隱長探訪**
15 (初七)	16(初八) 9:15早操 11:45實用英語	17(初九) 9:15早操 10:30排排舞 10:30中文班	18(初十) 9:15早操 10:00綠色療癒 10:30鼓舞樂	19(十一) 9:15早操 **10:00預防腸癌講座**	20(十二) 9:15早操 **10:15古法製香牌** **10:30耆聚飛鏢樂** 10:30小結他班	21(十三) 9:45拉筋班
	2:30護老專題:舒緩治療	**2:00尿酸檢測**	2:30福樂組 2:30飛鏢班	2:00活力劍擊 2:30健智樂天地	2:15緩痛班	1:30卡拉OK自由唱
22 (十四)	23(十五) 9:15早操 10:30椅球操 11:45實用英語	24(十六) **9:30例會** 10:30排排舞	25(十七) 9:15早操 10:00綠色療癒	26(十八) 9:15早操	27(十九) 9:15早操 **10:00「耳聽有道」講座** 10:30小結他班	28(廿十) 9:45拉筋班
	2:30電話解答 **2:30預防中風及治療運動**	**2:30例會**	**2:30後事規劃及安排** 2:30飛鏢班	2:00活力劍擊 2:30健智樂天地 2:30地壺達人	**2:30「耳聽有道」聽力檢測**	1:30卡拉OK自由唱
29 (廿一)	30(廿二) 9:15早操 10:30椅球操 11:45實用英語					

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 T3	✓	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！！！

義工例會

活動編號：P4010/2026/0248
日期：10月2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：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

智在幫手-電話解答

活動編號：P4010/2026/0249
日期：10月12日(星期一)、
11月23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

智能義工訓練 - AI達人

活動編號：P4010/2026/0250
日期：11月6日及11月13日（星期五）
時間：上午10:30至11:30
地點：樂興樓217室
內容：教導長者使用人工智能（Gemini）
處理日常事務。
費用：全免
名額：6人
報名方法：如有興趣可先留名、
職員會再聯絡
備註：請自備智能電話
負責職員：彭詩雅姑娘

隱長義工探訪(11/2026)

活動編號：P4010/2026/0240
日期：11月14日(星期六)
時間：下午2:00至4:00
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
名額：20人
報名方法：需由中心社工推薦
備註：活動與「香港醫學會」合辦
負責職員：陳秋儀姑娘

甜夢放鬆按摩油工作坊

以上活動安排如有調動，一切以中心公佈為準

中心得獎名單

義工嘉許禮2026

感謝25-26年度義工付出的時間和熱心。**得獎名單如下(排名不分先後)：**

金(60小時)								
歐笑英	黃瑞卿	許心治	李琼珍	劉雪薇	施秀園	余華海	王慧萍	譚偉材
銀(20小時)								
阮碧玉	陳偉棠	陳愛好	郭煥華	陳紅妹	方桂喜	陳少珍	李虹彩	潘巧芳
蔣家萍	甘秀明	余玉顏	李瑞蘭	張淑花				
銅(5小時)								
林璟媛	潘亦煊	關彩華	王浩強	梁佩妍	羅成根	黎錦儀	鄭惠芬	邵婉儀
方錦文	徐景嫦	王秀玲	黃鳳儀	陳讓琼	勞銀開	石佩珠	曾桂桃	陳玉玲
蔣玉蓮	廖珍妹	黎寶惠	趙汝鈞	鍾鴻勝	李亞君	陳瑞英	溫金富	梁秉珠
黃秀梅	劉幼麗	高有甜	趙麗娟	楊輝	關便卿			

負責職員：彭詩雅姑娘

「25-26年度『樂在耆中學習獎勵計劃頒獎禮』得獎名單」

為推動長者終身學習，中心每年舉辦上述頒獎禮，以嘉獎積極學習的老友記，並推動其他會員齊齊「活到老、學到老」。

金獎 (排名不分先後)

甘秀明、冼玉珍、方桂喜、周婉玲、黃帖心、郭惠儀、蔡兆添、甘秀雁、黃少蓮、潘巧芳
劉麗華、楊　輝、陳　玉、鄭玉音、黎錦儀、陳偉棠、黃玉珍、鍾玉娟、鍾桂蓮、高有甜
陳少珍

銀獎 (排名不分先後)

阮碧玉、李瑞蘭、吳偉倫、梁麗珍、梁佩妍、甘永昌、梁寶女、廖珍妹、吳翠玉、羅妙嫦
陳讓琼、吳堅慧、李麗霞、劉玳汝、溫金富、麥婉儀、何潤寬、林玉沺、翟秀珍、李旺好
李琼珍、李靄鈿、何家卿、鄭惠芬、梅錦屏、余華海、何麗芳、余玉萍、張玉嬌

銅獎 (排名不分先後)

黎瑞心、李成水、鍾鴻勝、張美蓮、李國偉、嚴月屏、麥天寶、施秀園、朱伍慧娟、
黎寶惠、黃玉芳、徐惠珊、梁美儀、紀淑群、李美璐、吳嘉銘、丁少娟、江貴平、石佩珠
蔣玉蓮、余玉顏、趙麗娟、鄭蓮燕、秦美卿、馬玉如、關彩華、謝秀娟、黎劍紅、陳瑞英
何斯敏、招燕瑜、廖雪梅、林淡香、關靄平、吳帶娣、韓麗群、呂敏清、歐笑英、徐鳳娣
谷秀娥、樂素芳

衷心祝賀各位得獎的老友記，來年繼續努力！

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：P4010/2026/0276、P4010/2026/0277
日期：10月8日至11月26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

「智友同行」計劃-認知障礙症評估(10/2026)

活動編號：P4010/2026/0281
日期：10月13日 (星期二)
時間：下午2:00至4:30
地點：樂興樓218室
內容：由社工為懷疑有認知缺損的長者進行初步評估。
對象：疑似有認知障礙症的長者
費用：全免
名額：5人
報名方法：9月29日例會優先報名、9月30日公開報名
負責職員：鄭蘭詩姑娘

社區照顧及暫託服務

活動編號：P4010/2026/0287
日期：10月20日 (星期二)
時間：下午2:30至3:30
地點：樂興樓218室
內容：讓照顧者認識社區照顧及暫託服務，善用資源，減輕照顧壓力。
對象：長者及照顧者
費用：全免
名額：20人
報名方法：9月29日例會優先報名、9月30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。

智活遊戲日(11/2026)

活動編號：P4010/2026/0288
日期：11月7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：5人
報名方法：10月27日例會優先報名、10月28日公開報名
負責職員：鄭蘭詩姑娘

「健・智」樂天地

ARIA看認知健康風險

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。

有話慢慢說

活動編號：P4010/2026/0279
日期：10月5、12、26及11月2日(逢星期一)
10月19日暫停
時間：下午2:30至3:30
地點：安興樓504室
內容：透過四道人生課題，回顧生命中的人與事，分享珍貴回憶，製作心意手作，活在當下珍惜眼前人，學習面對人生不同階段的轉變與離別，從而減少遺憾，促進情感連結及正向生活態度。
費用：$20
名額：6人、護老者優先
報名方法：9月29日例會優先報名、9月30日公開報名
負責職員：徐朝煒先生

護老影院「一念無明」

活動編號：P4010/2026/0252
日期：10月23日(星期五)
時間：上午10:00至中午12:00
地點：樂興樓218室
內容：欣賞電影「一念無明」，認識照顧者在長期照顧病患家人過程中常見的照顧壓力，並藉著電影劇情討論照顧者與被照顧者之間的相處、溝通及支援需要。
費用：全免
名額：30人、護老者優先
報名方法：9月29日例會優先報名、9月30日公開報名
負責職員：徐朝煒先生

圓滿人生路~在家離世

活動編號：P4010/2026/0278
日期：10月6日(星期二)
時間：下午2:30至4:00
地點：樂興樓218室
內容：介紹「在家離世」的定義、流程、利與弊及相關注意事項，例如：家人在身體、情緒及心理上的準備工作、症狀管理的細緻安排，以及專業支援的重要性，以確保在家離世的品質與尊嚴。
費用：全免
名額：20人、護老者優先
報名方法：9月29日例會優先報名、9月30日公開報名
備註：由廖進芳女士(資深退休紓緩治療科護士)講解，以網上直播形式進行
負責職員：鄭蘭詩姑娘

護老專題 晚期照顧

活動編號：P4010/2026/0237
日期：10月28日(星期三)
時間：下午2:30至3:30
地點：安興樓504室
內容：認識生命規劃，了解身前和身後的規劃，並認識在家離世臨終服務的資訊及護老者社區支援服務。
費用：全免
名額：15人、護老者優先
報名方法：9月29日例會優先報名、9月30日公開報名
負責職員：徐朝煒先生

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-如何處理焦慮

活動編號：P4010/2026/0270
日期：10月29日(星期四)
時間：上午10:00至11:00
地點：樂興樓218室
內容：由講員講解過分焦慮的表現和不良後果、學習怎樣處理自己的焦慮、如何協助過分焦慮的長者。
費用：全免
名額：20人、護老者優先
報名方法：9月29日例會優先報名、9月30日公開報名
負責職員：陳天恒先生

無痛e世代 - 膝痛管理

活動編號：P4010/2026/0280
日期：11月9日(星期一)
時間：下午2:30至3:30
地點：樂興樓218室
內容：由物理治療師講解痛症成因、影響及預防方法，教授保健及痛症紓緩運動，改善膝痛情況。
費用：全免
名額：15人、護老者優先
報名方法：10月27日例會優先報名 10月28日公開報名
備註：參加者必須可以獨立走動
負責職員：鄭蘭詩姑娘

護老工作坊 - 氈出好心情

活動編號：P4010/2026/0247
日期：10月30日(星期五)
時間：上午10:00至11:00
地點：安興樓504室
內容：透過羊毛氈製作活動，為參加者提供放鬆身心及發揮創意的平台，讓他們享受手作的樂趣。
費用：$20
名額：10人、護老者優先
報名方法：9月29日例會優先報名、9月30日公開報名
負責職員：徐朝煒先生

護老專題 舒緩治療

活動編號：P4010/2026/0236
日期：11月16日(星期一)
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，認識善終服務，提升護老者對社區資源的基本認識。
費用：全免
名額：15人、護老者優先
報名方法：10月27日例會優先報名、10月28日公開報名
負責職員：徐朝煒先生

護老藝墟 - 耆聚飛鏢樂

活動編號：P4010/2026/0253
日期：11月20日(星期五)
時間：上午10:30至11:30
地點：安興樓504室
內容：投擲飛鏢及擊中指定目標，訓練參加者的手、眼及腳部協調能力。
費用：$5
名額：8人、護老者優先
報名方法：10月27日例會優先報名、10月28日公開報名
備註：參加者穿著運動鞋及自備水樽
負責職員：徐朝煒先生

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。

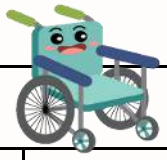
護老影院「破· 地獄」

活動編號：P4010/2026/0302
日期：11月9日(星期一)
時間：上午10:00至12:00
地點：安興樓504室
內容：欣賞電影「破•地獄」，認識死亡、喪親、哀傷及告別等人生課題，並鼓勵參加者珍惜當下、把握與家人相處的時光，及早表達關愛、感謝及未完的心意。
費用：全免
名額：20人、護老者優先
報名方法：10月27日例會優先報名、
10月28日公開報名
負責職員：徐朝煒先生

「耳聽有道」
護耳健康講座暨聽力檢測日

活動編號：P4010/2026/0239
日期：11月27日(星期五)
講座時間：上午10:00至11:00
檢測時間：下午2:00至5:00(分時段進行)
地點：安興樓503室及504室
內容：透過專業聽力測試及護耳諮詢服務，協助參加者及早了解自身聽力狀況，提高對弱聽問題的關注。
費用：全免
名額：35人、護老者優先
報名方法：10月27日例會優先報名、
10月28日公開報名
備註：1) 參加者必需參與關懷聽覺講座
2) 輪椅人士只提供室內聽力測試
3) 由奧迪慈善基金「耳人為本」長者關懷及支援計劃合辦
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/ 2026/0168	用瑜珈球坐在椅上做不同帶氧運動	10月5日至11月2日 (逢星期一) (10月19日暫停)	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
椅球操減痛運動班 P4010/ 2026/0254	用瑜珈球坐在椅上做不同帶氧運動	11月23日至12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
實用英語會話班 P4010/ 2026/0221	用趣味方法學習英語，模擬日常對話等	10月26日至12月14日 (逢星期一)	上午 11:45至12:45	$100/ 8堂 可用耆樂券 名額15人	樂興樓218室	陳秋儀姑娘	劉幼麗女士
多姿多彩排排舞 P4010/ 2026/0241	學習排排舞的跳舞技巧，結交新朋友	11月10日至12月29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
樂學中文教室 P4010/ 2026/0303	以輕鬆愉快的方式學習基礎中文知識	11月3日至12月15日 (逢星期二) 11月24日暫停	上午 10:30至11:30	$30 / 6堂 名額12人	樂興樓217室	莫一心先生	莫一心先生
歌唱技巧班 P4010/ 2026/0307	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
舒筋緩痛運動班 P4010/ 2026/0187	進行姿態及痛症評估、教授不同肌肉伸展運動及治療	10月2日至11月20日 (逢星期五)	下午 2:15至3:15	$180 / 8堂 可用耆樂券 名額13人	安興樓504室	陳天恒先生	伸展治療師鄒益珉先生
飛鏢班 P4010/ 2026/0274	講解飛鏢種類、正確姿勢、體驗不同玩法。	11月4日至11月25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//0304	教授鈎織技巧 鈎織1大1小的物品	10月8日至11月12日 (逢星期四) (10月15日暫停)	上午 10:00至11:00	$75/ 5堂 可用耆樂券 名額10人	樂興樓217室	王彩容姑娘	/
鈎織新手 P4010/ 2026/0306	教授簡單鈎織技巧，鈎織小物品	10月2、16、30日、 11月6日 (逢星期五)	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/ 2026/0305	學習正確拉筋動作減輕及預防痛症	10月10日至12月5日 (逢星期六) 11月14日暫停	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(三)

存備運作及活動記錄：存備服務運作和活動的最新準確記錄，並製備準確和最新的財政及統計報告向社會福利署及公眾匯報。

服務質素標準(四)

職責及任務：所有職員、管理人員、董事會或其他決策組織的職務及責任均有清楚的介定。

入會手續

興華耆樂中心

興華耆樂中心網頁

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