



香港勵志會陳融晚晴中心

The Endeavourers HK Bert James Young Neighbourhood Elderly Centre



地址：香港鰂魚涌康怡花園康安街 18 號 2 樓

電話：辦公室：2568 0601 (3 線)

中心手機：9468 4739 (戶外活動專用)

電郵：bertjamesyoung@yahoo.com.hk

開放：星期一至五上午 8:30-下午 5:30

星期六下午、星期日及公眾假期休息

會員專線：2134 1228

傳 真：2886 8228

網 址：www.bertjamesyoung.org.hk

星期六上午 9:00-下午 1:00

職員：中心主任：吳穎欣姑娘(註冊社工)

註冊社工：方美玉姑娘

助理文員：王月秋姑娘

活動助理：冼家寶姑娘

註冊社工：林恩義先生

活動幹事：熊錦嫦姑娘

兼職活動助理：黃惠芳姑娘

註冊社工：黃寶玲姑娘

註冊社工：黃維鈞先生

活動助理：施培雯姑娘

工友：朱惠嫻女士

報告事項：

- 1. 月滿中秋慶生辰** 日期：2017年9月20日(星期三) 時間：下午4:30至晚上9:30
 地點：海港薈(香港太古康山道1號康怡廣場3樓T3號舖)(地鐵太古站A2出口)
 內容：與7-9月份生日會員同慶生辰、麻雀耍樂、豐富遊戲節目及幸運抽獎，中式晚宴於晚上7:00正式開始。
 查詢：請與中心職員聯絡
 備註：◆2017年9月13日起不接受任何退票，敬請會員垂注。◆麻雀耍樂須於報名時登記及組合(名額8枱，先到先得)，4:00開始；其他人士5:30進場，6:30入席。
- 2. 健康檢查站** (備註：為準確量度血壓，請不要穿著太厚衣服，量度血壓前請靜坐15分鐘)
 內容：①磅體重②量血壓③測量體脂④測量血糖值(有需要時) 時間：上午9:30-10:30
 日期：2017年9月7、14、21及28日(逢星期四) 名額：20位 地點：中心會客室
- 3. 金裝加營素、怡保康及活力加營素(特惠訂購服務)**
 日期：2017年9月8日(星期五) 登記日期：2017年8月21日至9月2日
 時間：下午2:30-4:00 地點：中心活動室
- 4. 女士小組之走進昔日公共房屋**
 日期：2017年9月28日(星期四) 時間：上午10:00至下午1:15 地點：石硤尾美荷樓生活館
 名額：16人 費用：\$20(來回石硤尾港鐵站及生活館的士費) 負責職員：林先生
 內容：透過參觀生活館的展品，讓參加者對上世紀50年代石硤尾徙置區的環境及居住設施有更深入認識。之後再與參加者到附近餐廳自費午膳，並共同分享以往的家庭生活片段。
 備註：◆參加者需自備車費◆活動於太古港鐵站C出口集合，活動後於石硤尾港鐵站解散
- 5. 健康檢查：隱性結核病** (中心與賽馬會公共衛生及基層醫療學院合辦)
 日期：2017年10月13日(星期五) 時間：上午9:15至下午12:15 名額：60人(先到先得)
 內容：1.講座，2.問卷調查，3.抽血檢查 費用：全免 對象：65歲及以上的長者
 報名：9月6日開始接受報名 地點：中心活動室
 備註：完成問卷調查可得20元超市現金禮卷，完成問卷調查及抽血檢查可得40元超市現金禮卷
- 6. 護老同行加油站 - 樂滿中秋聚** 日期：2017年9月29日(星期五) 下午12:30-1:45
 內容：參加者一同聚餐慶祝中秋佳節，感受歡樂的節日氣氛。 地點：中心活動室
 對象：已登記的護老者會員或中心會員 名額：24人 費用：\$50(包括午膳及禮物)
 報名：於9月4日至9月9日接受登記，如登記人數超過名額，將安排於9月11日抽籤

2017年9月份義工會議及活動

長者諮詢委員會會議

日期：2017年9月5日(星期二)

時間：下午3:30至5:00

地點：中心活動室(查詢請與王姑娘聯絡)

長者支援小組會議

日期：2017年10月24日(星期二)

時間：上午11:00至12:00

地點：中心活動室(查詢請與社工黃姑娘聯絡)

2017年10月份 例會時間表

A 和風組
10月9日
上午09:30

C 朗月組
10月9日
上午11:00

E 蒼松組
10月9日
下午02:30

B 旭日組
10月3日
上午09:30

D 景星組
10月3日
上午11:00

F 翠柏組
10月3日
下午02:30

2017/2018 年度全身檢查 (詳情請留意中心海報或向職員查詢)

檢查日期：

報告日期：

A 團：2017 年 9 月 22 日(星期五)

A 團：待定

檢查時間：上午 8:00 至下午 1:00

檢查地點：觀塘和樂村居安樓 26 至 33 號地下基督教聯合那打素社康服務賽馬會和樂社區健康中心

登記費用：(車資費用，小食由中心資助) 護老者會員(必須年滿 60 歲) \$50、會員 \$50、非會員 \$60

檢查費用(婦科檢查另計)：60 歲至 69 歲，費用為 \$1,340。70 歲或 70 歲以上，費用為 \$950。

所有檢查費用當日直接繳付予那打素健康中心。凡使用醫療券者，當日需攜帶身份証正本。另外，每張醫療券為 1 元，若醫療券不足，檢查費則需以現金繳付。

三花奶粉(特惠訂購服務)

日期：2017 年 10 月 13 日(星期五)

時間：下午 2:30 - 4:00

地點：中心活動室

登記日期：9 月 25 日至 10 月 7 日

- 歡迎會員及護老者會員登記認購。
- 當日付款取貨，每人限購 6 件，不接受 \$1000 紙幣，代購者請出示登記者會員証。
- 凡需購買奶粉的會員須已辦理續會手續，新會員則必須辦妥入會手續方可訂購。
- 會員離開前，請點算清楚貨品及找贖，如有錯漏，本中心一概不負責。
- 擁有三花柏齡「健康通行証」的會員於購買時記得攜帶「健康通行証」。

三花產品		售價
高鈣健骨(強健骨骼)	800 克	\$75.00
柏齡健心(護心+健骨)	800 克	\$75.00
雙效降醇素(降醇強心+健骨)	800 克	\$120.00
高鈣活關節低脂(健骨+健關節+健肌)	800 克	\$85.00

新

護老者活動

查詢及報名：社工方姑娘或中心職員

護老同行加油站 - 柔力球(三)

日期：2017 年 10 月 18、25 日、11 月 1、8、15、22、29 日、12 月 6 及 13 日(星期三)

時間：上午 9:00-10:00

內容：讓參加者學習柔力球運動，以鍛鍊身體的協調、平衡、反應以及關節的柔韌性。

費用：\$180(9 堂) 名額：8 人

對象：已登記的護老者會員或中心會員〔護老者會員及曾參與護老同行加油站-柔力球(一)及(二)的會員，可於 9 月 4 日至 9 月 20 日優先報名交費。〕

報名：首次參加的會員，請於 9 月 4 日至 9 月 20 日期間登記，如登記人數超過名額，將安排於 9 月 22 日抽籤。

地點：中心活動室

護老同行加油站 - 方型踏步(三)

日期：2017 年 10 月 10、17、24、31 日、11 月 14、21、28 日、12 月 12 及 19 日(星期二)

時間：上午 11:30 - 下午 12:30

內容：導師教授參加者不同的步法，漸進式加入難度較高的動作，讓學員嘗試挑戰不同程度的步法，讓運動改善平衡力及身體協調能力，從而預防跌倒。

費用：\$150(9 堂) 名額：15 人

對象：已登記的護老者會員或中心會員〔護老者會員及曾參與護老同行加油站-方型踏步(一)及(二)的會員，可於 9 月 4 日至 9 月 20 日優先報名交費。〕

報名：首次參加的會員，請於 9 月 4 日至 9 月 20 日期間登記，如登記人數超過名額，將安排於 9 月 22 日抽籤。

地點：中心活動室

義工活動

查詢及報名：社工黃姑娘或中心職員

品味人生【咖啡手沖工作坊】

日期：2017 年 9 月 9 日(星期六)

時間：上午 9:30 至上午 11:30

地點：Roasting & Frequency 咖啡工作室

集合地點/時間：9 月 9 日早上 9:15 柴灣地鐵站 C 出口等

滿

品味人生【咖啡沖煮示範工作坊】

日期：2017 年 9 月 23 日(星期六)

時間：上午 9:30 至上午 11:30

地點：Roasting&Frequency 咖啡工作室

集合地點/時間：9 月 23 日早上 9:15 柴灣地鐵站 C 出口等

滿

內科急症講座

日期：2017 年 9 月 22 日(星期五)

時間：上午 11 時 00 分至上午 12 時 30 分

對象：中心義工(編織暖流義工優先)

人數：30 人(費用全免)

快樂扭氣球工作坊 B

日期：2017 年 9 月 7、14、21、28 日及 10 月 12、19、26 日及 11 月 2 日(逢星期四)(共 8 堂)

時間：下午 2:30 至下午 4:00 名額：12 人

地點：中心大廳 收費：\$40

對象：「快樂扭氣球義工隊」組員

內容：深入地教授扭氣球技巧，造出多組合的款式
義務導師：張日初先生

編織暖流 AB 組會議

日期：2017 年 9 月 27 日(星期三)

時間：上午 9:30 -11:00

人數：50 名

費用：免費

地點：中心活動室

對象：編織暖流小組義工

避暑之旅

日期：2017 年 9 月 26 日(星期二)

查詢：請與中心職員聯絡

時間：上午 9:00-下午 5:00 (中心集合，逾時不候)

名額：57 位 (如報名人數不足，活動將會取消)

報名：九月份例會期間開始接受報名，如報名人數超過名額，將會安排抽籤

費用：會員 \$100、護老者會員 \$100，非會員 \$110 (會方已資助部份費用)

地點：中心集合→香港科學館《永生傳說~透視古埃及文明展》→富臨漁港酒家→香港益力多乳品有限公司



四價預防流感疫苗及肺炎鏈球菌疫苗注射計劃 2017

日期	2017 年 10 月 27 日(星期五)		注射時間：第一輪：下午 2:00，第二輪：下午 3:00	
地點	中心活動室			
報名及名額	報名日期：10 月份例會開始接受報名 (申請人必須帶備正本身份證) 報名時間：上午 10:30 開始 名額：250 位 60 歲或以上長者 (額滿即止)			
負責	香港特區政府資助 65 歲或以上持有永久居民身份証長者免費接種疫苗 基督教那打素社康服務安排護士注射			
費用	四價預防流感疫苗 (有效期 1 年) 肺炎鏈球菌疫苗	65 歲或以上會員	60-64 歲會員	非會員
		免費	\$125	不接受申請
		免費	\$190	
疫苗類別	四價預防流感疫苗		肺炎鏈球菌疫苗	
疫苗可預防的流感病毒	1. 類甲型 / 密歇根 / 45 / 2015 (H1N1) - pdm-09 病毒 2. 類甲型 / 香港 / 4801 / 2014(H3N2)病毒 3. 類乙型 / 布里斯本 / 60 / 2008 病毒 4. 類乙型 / 布吉 / 3073 / 2013 病毒		1. 能預防 85-90%肺炎鏈球菌導致的感染 2. 只須 1 次預防注射，減少患上肺炎機會	
不宜注射	1. 對雞蛋、蛋白或預防流感疫苗成份 / 肺炎鏈球菌疫苗成份有過敏反應 2. 在注射當日身體不適或有發熱症狀			
接種後反應	1. 常見的副作用包括：輕微發熱、肌肉痠痛、針口週邊位置出現紅 / 腫 / 疼痛的局部現象，多數會在注射後一、兩天內自動復原。 2. 患上格林-巴利氏綜合病症 (一種神經根病變的疾病)，十分罕見 (約一百萬分之一的機會)。 3. 出現腦膜炎或腦病變 (約三百萬分之一的機會) 4. 嚴重過敏反應 (約一千萬分之九的機會)。 (報名及查詢與中心職員聯絡)			

2017 年 9 月份班組活動 (查詢請與中心職員聯絡)

*此課程，歡迎護老者報名參加

星期	班組名稱	導師	日期	名額	節數	時間	內容	費用	上課地點
星期二	手工藝交流組(開放小組)		09 月 25 日	25	8	09:30	學習穿珠飾物	免費	中心大廳
星期一	學術	陸廣良	09 月 26 日	30	8	10:00	教授簡單英文、字母、會話及單字	\$24	中心活動室
	運動	熊錦嫦	09 月 26 日	20	8	08:45	教授長者在椅子上舞蹈的動作	\$24	
		魏麗蘭	09 月 05 日	40	4	09:30	教授集體健康舞	\$55	西灣河文娛中心 鰂魚涌社區會堂
				40	4	11:15		\$55	
星期四	魔力橋數字牌*(開放小組)		09 月 28 日	25	8	09:30	學習魔力橋數字牌	免費	中心大廳
星期四	學術	羅潔華	09 月 28 日	30	8	11:50	教授簡單英文會話	\$24	中心活動室
星期五	運動	黃少琼	09 月 29 日	25	8	11:00	教授太極 18 式	\$24	中心活動室
星期六	卡拉 OK 唱一番*(開放小組)		09 月 02 日	12	5	11:45	大家齊唱卡拉 OK	免費	中心活動室

惡劣天氣下中心服務安排：

如懸掛黃色暴雨、1 號颱風訊號：中心開放、所有活動 / 班組如常進行

如懸掛紅色暴雨、3 號颱風訊號：中心開放、所有活動 / 班組暫停 (中心視乎情況而繼續進行)

如懸掛黑色暴雨、8 號颱風或以上訊號：中心暫停開放、所有活動 / 班組暫停

中心將會根據社會福利署對於長者活動中心最新宣佈作出安排