

中國基督教播道會社會服務 興田邨道真堂愛禮信長者中心

二零二四年九月份

各位老友記

道聽塗說，眾說紛紜。令消息或有誤傳？早幾個月經常見我和中心同事在邨內不同的空置商舖拍照及度尺。大家都猜度中心將會有大搞作，但由於事情仍未完明朗化，不便跟大家細說端詳，終於在 8 月 22 日收到社會福利署回覆可以讓長者中心承租美田樓 102 及 103 單位（原家福超級市場）。現在公告長者中心未來將會在彩田樓 101 及 103 室和美田樓 102 及 103 室舉行活動。其實早在 2003 年 12 月我們已經與社會福利署聯絡，希望在不足的場地上可以能夠擴展，而區內空置單位不多，故此在期間我們不斷的在邨內遊走尋覓，最終與商場管業處達成協議，承租美田樓地下 102 單位，以彌補中心一向地方不足的情況。

中心在開始承租美田樓的新單位後，以作為擴展服務的用途，希望地方增加後，在服務的質和量也可以增長，令各位長者蒙福。因應長者服務的擴展，新單位的增加及裝修的需要，由於中心不會申請賽馬會或獎券基金。所以在未來的日子我們將安排籌款活動，已支付未來 102 室裝修的支出，這些有意義的活動，我們更歡迎「你和你的家人」一同參與。倘若你未有時間出席，我們亦歡迎你在中心的設施和傢俱上捐款，既可造福自己，也可造福耆耄。

別了，馬生不能與你們日日相見

不經不覺馬生——我在興田中心工作了廿多年，在 2025 年 1 月開始退休，我將會退下來，謝謝大家的關愛，尤其工作期間大家對我的關愛。近年我因氣喘不能在家會與大家報告，你們總會很關心地叫我保重。生命是千變萬化，需要不斷的調適、改善和學習。尤幸，人生是充滿期待、珍惜和驚喜。正如聖經傳道書說：「凡事都有定期，天下萬物都有定時。」在此再次多謝機構，中心同事及各位會員，在我廿多年工作期間對我的包容，如我老爸經常教我說，常常記著人家好，在此我亦記著大家的好，亦希望大家記著我的好，祝願我們一切安好，『常想一二，莫記三四』。

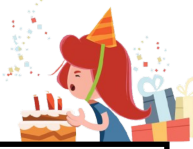
長者中心地址：九龍藍田興田邨彩田樓地下 101 室及 103 室 電話：2772 7789 傳真：2775 7677

E-mail: htalec@ess.org.hk 中心網址：<http://www.efcchtalec.org.hk> WhatsApp: 5115 4764 印刷日期：2024 年 9 月 400 份



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

恭祝九月份之生日會員



張連香	鍾美玲	陳惠娜	田炎連	陳玉嫦	鍾亞六	蔣嘉麗	呂玉萍	黃美珍
鍾好	蔣妙卿	陳漢明	梁秀娣	陳玉萍	陳毓萍	嚴福	張月香	劉美瑜
馬素琮	林亞妹	黃天怡	黃玉瓊	王秀燕	楊美娟	黃麗雯	李慧香	張平華
許小玲	余杏告	譚珠球	梁寶玉	馮世金	劉如明	黃樹康	張淑嫻	葉麗華
施少珍	張佩珍	鍾灼維	盧德奕	吳玉霞	葉寶光	鄧帶娣	尹尹硯香	黃雁紅
李紅娣	林營	曾馮喜	黃蓮妹	鍾玉招	林利紅	鄧綺文	馮彩雲	郭桂英
廖嬌	陳美琴	梁麗嫦	魏亞進	周金妹	譚玉英	許瑞琴	陳麗卿	黎錦容
黃惠	陸笑心	郭金英	李轉好	陳麗清	曾惠琴	陳祿星	陳妙全	何淑貞
石勤興	溫六妹	陳仲玲	劉蘭嫻	龍燕坤	林楚卿	黃煥玲	楊清江	張秋雲
林琴	蔡俊鵬	張婉芳	林麗霞	錢大薇	蔡美英	葉燕梅	蕭麗潔	溫寶玲
黃美珍	葉麗華	黎錦容	溫寶玲	蔡存	簡志雲	蘇淑環	葉麗嬋	何惠玲
劉美瑜	黃雁紅	何淑貞	黃偉強	石玉嬋	劉灼波	陳永妹	林屏新	李煥儀
張平華	郭桂英	張秋雲	孫成秀	姚麗燕	周蘭	林仕美	黃二女	

一至九月份生日之會員可到中心領取生日禮物

※如未續會者請盡快續會，費用 HK\$25 ※

(如有錯漏，希為指正)

八月份趣味 IQ 題:奧運五環是由那五種顏色組成?

答案:(藍/黃/黑/綠/紅)參加而又答中者有 19 位，名單如下:

周麗屏/梁德旺/尹瑞勤/宋金鳳/葉妹/張少玲/尹瑞嬌/袁淑玲/莫宛恩/黃慧清/

陳仲玲/梁少燕/謝妙華/蔣嘉麗/莊聖堅/鍾鳳英/楊秀清/蔣子興/張國森

經公開抽籤後，八月份遊戲得獎者如下:鍾鳳英/楊秀清/蔣子興/張國森



九月份問題:

東京唸 Tokyo，沖繩唸 Okinawa，大阪唸 Osaka，京都唸什麼呢?



<<參加辦法>>

參加者必須為中心會員。請向中心索取答案紙填寫(每名會員只能遞交一份答案紙)9月26日前將答案紙交回中心，若答中者超過四名，中心將於9月27日中心團契抽出四名得獎者。各得獎者可獲精美禮物一份。

社交篇

吾湯唔水之姬松茸蟲草花煲雞湯(HT-P2425-206)

日期：9月10日(星期二)

時間：下午2:30

地點：中心101室

名額：30人

費用：會員\$20/非會員\$40(參加者能帶走”最少500ml 1壺靚湯)

內容：為要增強免疫力，各老友記齊齊從內而外調理身體，

鳳姐煲定滋補靚湯，參加者可以帶備保暖壺到中心，

彭姑娘將分享此湯對身體的好處，及後帶走靚湯回家享用。



報名日期：9月3日第一場家會後報名

負責職員：彭寶瑤姑娘

(備註：參加者請自備暖壺，今年記預備個大小小的暖壺，啲湯好正架！)

《9月輕鬆下午茶》(HT-P2425-203)

日期：9月11日(星期三)

時間：下午2時至3時半

地點：中心101室

名額：30人(22人桌上遊戲 + 8人卡拉OK)

費用：會員\$10 / 非會員\$30

報名日期：9月3日第一場家會後

負責職員：彭寶瑤姑娘



<福壽康齡 7-9月> HT-P2425-170

日期：9月12日(星期四)

時間：中午11:30-2:00

地點：中心101室

名額：42人

費用：會員\$120/非會員\$140

負責職員：彭寶瑤姑娘

對象：中心會員

內容：慶祝7-9月生日會員，有唱歌、遊戲、

抽獎、拍照和聚餐。

參加方法：向職員查詢及報名

報名日期：7月2日開始報名



社交篇

東九龍交通安全活動-推廣及宣傳道路安全訊息(HT-P2425-200)

日期：9月10日(星期二) 時間：上午9:00(中心集合) 費用：全免 名額：4人

地點：觀塘裕民坊公共運輸交匯處(凱匯對開行人路位置一帶)及和樂邨(觀塘月華街60號)

內容：推廣及宣傳道路安全訊息

對象：道路安全大使

協辦機構：東九龍交通部

負責職員：余鎮宗先生

報名方法：請聯絡中心職員余先生

金甘甜甜之芋頭西米露(HT-P2425-205)

日期：9月26日(星期四)

時間：下午2:30

地點：中心101室

名額：30人

費用：會員\$10/非會員\$35

負責職員：彭寶瑠姑娘

內容：天氣開始熱了，今個月鳳姐煲定滋潤好味的芋頭西米露。

參加者“需自備”“保暖壺到中心。

報名日期：9月3日第一節家會後

(備註：參加者請“自行”帶暖壺，好好飲架！)



糖尿病好健康講座暨

<<代訂雅培加營素奶粉>> (HT-P2425-180)

日期：10月24日(星期四)

時間：下午2:00-3:30

千元大紙不設找續
請自備購物袋

地點：中心101室

收費：(雲呢拿味/朱古力味)大罐奶粉 \$184 細罐 \$88.5

糖尿大罐裝\$225 細罐\$102

強肌奶粉 \$223

低糖罐裝\$190 (只有大罐裝)

參加者可於即日登記數量(每人限訂6罐)

截數日期：10月17日(星期四)

負責機構：美國雅培製藥有限公司

負責職員：彭寶瑠姑娘

又加價吖！

健康篇

「藥你同行」-社區藥物管理服務(2024年9月份) (HT-P2425-216)

日期：9月10日(星期二) 地點：中心103室 費用：全免
名額：5人 時間：上午9:00-下午5:00(參加者需按時段出席)
內容：為正在服用5種或以上，經醫生處方的藥物參加者進行藥劑師面對面指導
協辦機構：醫護行社區藥房
對象：區內55歲-59歲人士、中心會員
備註：參加者必須安裝「醫健通」程式
報名方法：請聯絡中心職員余先生 負責職員：余鎮宗先生

※讚美操※ (HT-P2425-175)

日期：9月至12月(逢星期一) 時間：上午11時正至12時半 費用：全免
地點：藍田南體育館 名額：25人
導師：袁玉娥女士
內容：配以輕鬆的音樂及舞蹈的元素，一起以喜樂的心齊齊做運動。
負責職員：彭寶瑠姑娘



※社交舞班※ (HT-P2425-176)

日期：9月至12月(逢星期一) 時間：下午12時45分至2時 費用：全免
地點：藍田南體育館 名額：25人
導師：袁玉娥女士
內容：運用流行曲跳各種社交舞。
負責職員：彭寶瑠姑娘



星期日	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六	
貳零貳肆年 1 廿九	10:30 書法家育成班(101) 11:00 讚美操(藍田南體育館) 12:45 社交舞(藍田南體育館) 2:00 粵曲組(101) 	2 8:00 門球練習(平田) 3 8:30 喜樂家(101) 8:30 藍田邨六通拳(藍田邨廣場) 10:30 頤康快樂人(101) 11:30 新興運動組(101) 1:30 長青組(101) 	3 8:30 和平家(101) 4 9:30 護老者講座 - (101) 認知友善照顧之道 9:30 星期三健康操(103) 10:30 開心活力操(101) 11:30 硬地滾球A班(101) 11:30 飛鏢隊練習場(103) 1:00 地壺混合組(101) 2:00 地壺女子組(101) 2:00 米蘭牌開放日(103) 3:00 播道會愛禮信地壺隊(101) 6:00 壺鈴體驗班(101) 	4 8:00 門球練習(平田) 5 8:30 良善家(101) 10:00 簡單健康操(101) 11:30 硬地滾球B班(101) 2:00 情牽一線電話組(101) 2:30 智能手機初班(103) 3:00 動靜皆宜 - 《柔力球X書法》(101) 	5 9:00 嘩鬼合唱團(101) 6 10:30 樂在耆中(101) 11:00 有球必應(藍田南體育館) 2:00 二胡班(101) 2:30 智能手機初班(103) 	7 8:00 門球練習(平田) 8:30 週末影院(101) 10:30 芬蘭木柱練習(101) 	
	8 初六	9:00 趣味中文班(101) 10:30 書法家育成班(101) 11:00 讚美操(藍田南體育館) 12:45 社交舞(藍田南體育館) 2:00 粵曲組(101) 	9 8:00 門球練習(平田) 10 8:30 藍田邨六通拳(藍田邨廣場) 初九 9:00 「藥你同行」- 社區藥物管理服務(103) 9:00 東九龍交通安全活動- 推廣及宣傳道路安全訊息 9:30 防跌操(101) 10:30 頤康快樂人(101) 11:30 新興運動組(101) 2:00 「平靜海洋」- 樹脂流體藝術(101) 2:30 吾湯唔水之 姬松茸蟲草花煲雞湯(101) 	11 9:30 「搬移病人基本技巧及助行器之使用」講座(101) 初九 9:30 星期三健康操(103) 10:30 開心活力操(101) 11:30 飛鏢隊練習場(103) 11:30 硬地滾球A班(101) 2:00 輕鬆下午茶(101) 2:00 飛鏢班A (103) 3:00 飛鏢班B (103) 6:00 壺鈴體驗班(101) 	12 8:00 門球練習(平田) 9:30 認知無障礙之腦排毒知多少(101) 11:30 福壽康齡 7-9月生日會(101) 3:00 動靜皆宜 - 《柔力球X書法》(101) 	13 9:00 嘩鬼合唱團(101) 10:30 樂在耆中(101) 11:00 有球必應(藍田南體育館) 1:30 中秋永生花花燈(103) 2:00 二胡班(101) 2:30 智能手機初班(103) 3:30 椅子舞動(101) 	14 8:00 門球練習(平田) 8:30 週末影院(101) 
15 十三	9:00 趣味中文班(101) 10:30 書法家育成班(101) 11:00 讚美操(藍田南體育館) 12:45 社交舞(藍田南體育館) 2:00 動腦動力開會(101) 	16 8:00 門球練習(平田) 17 8:30 藍田邨六通拳(藍田邨廣場) 十 9:00 「智康健」腦退化檢測(103) 五 9:30 防跌操(101) 10:30 頤康快樂人(101) 11:30 新興運動組(101) 2:00 愛心勵群(101) 	中秋節翌日 		18 8:00 門球練習(平田) 19 10:00 簡單健康操(101) 11:30 硬地滾球B班(101) 2:00 歡樂種子檢討會(101) 2:30 智能手機初班(103) 3:00 動靜皆宜 - 《柔力球X書法》(101) 	20 9:00 嘩鬼合唱團(101) 10:30 樂在耆中(101) 11:00 有球必應(藍田南體育館) 2:00 二胡班(101) 3:30 椅子舞動(101) 	21 8:00 門球練習(平田) 8:30 週末影院(101) 10:30 退「優」理財(101) 
22 秋分	9:00 趣味中文班(101) 10:30 書法家育成班(101) 11:00 讚美操(藍田南體育館) 12:45 社交舞(藍田南體育館) 2:00 粵曲組(101) 	23 8:00 門球練習(平田) 24 8:30 藍田邨六通拳(藍田邨廣場) 廿二 9:30 防跌操(101) 10:30 頤康快樂人(101) 11:30 新興運動組(101) 1:00 “惜剪”講座之 識剪樂見平安足(101) 2:30 YOUNG OLD 飛鏢樂(103) 	24 9:30 護老者講座 - (101) 血壓量度知多少 10:30 開心活力操(101) 11:30 飛鏢隊練習場(103) 11:30 硬地滾球A班(101) 2:00 養生·靜心 包容讓它存在(101) 2:00 飛鏢班A (103) 3:00 飛鏢班B (103) 3:30 動腦動力活動(101) 4:30 健康檢查(101) 	25 8:00 門球練習(平田) 26 9:00 白蘭氏健康講座之預防三高講座(101) 10:00 簡單健康操(101) 11:30 硬地滾球B班(101) 2:30 金甘甜甜之芋頭西米露(101) 3:00 動靜皆宜- 《柔力球X書法》(101) 	27 9:00 嘩鬼合唱團(101) 10:30 樂在耆中(101) 11:00 有球必應(藍田南體育館) 2:00 二胡班(101) 	28 8:00 門球練習(平田) 8:30 週末影院(101) 9:00 開心樹探訪 10:30 芬蘭木柱練習(101) 	
29 廿七	9:00 趣味中文班(101) 10:30 書法家育成班(101) 11:00 讚美操(藍田南體育館) 12:45 社交舞(藍田南體育館) 2:00 粵曲組(101) 						30 廿八

九月份活動表

健康篇

YOUNG OLD 飛鏢樂(HT-P2425-217)

日期：9月24日(星期二)

時間：下午 2:30-3:30

地點：中心 103 室

名額：8 人

費用：全免

負責職員：余鎮宗先生

內容：於中心推廣飛鏢活動，希望不同年齡層面都能接觸此新興運動及將其普及化

對象：55-59 歲區內人士優先報名、中心會員

報名日期：即日報名

白蘭氏健康講座之預防三高講座 (HT-P2425-179)

日期：9月26日(星期四)

時間：上午 9:00-10:00

地點：中心 101 室

名額：50 人

費用：全免

負責職員：彭寶瑠姑娘

內容：由註冊營養師以專業角度講解如何預防三高及後即場售賣白蘭氏健康產品。

對象：中心會員

報名日期：即日開始



產品名稱	售價	產品名稱	售價
原味雞精	\$50/6 枝	原味雞精	\$130/16 枝
蟲草雞精	\$70/6 枝	蟲草雞精	\$170/16 枝
冰糖燕窩	\$140/6 枝	無糖燕窩	\$140/6 枝
黑鑽護眼果凍	\$80/10 枝		

嘩鬼合唱團(HT-P2425-212)

日期：9月6日至11月1日(逢星期五)

時間：上午 9:00 至 10:00 (合共 8 堂)

名額：40 人

地點：中心 101 室

費用：會員\$50/ 非會員\$70

導師：彭寶瑠姑娘

內容：一同開心學習唱粵語歌曲。

報名日期：現在接受報名

負責職員：彭寶瑠姑娘



教育篇

智能手機初班(HT-P2425-204)

日期：9月5日(四)、6日(五)、13日(五)及19日(四)·合共4堂

時間：下午 2:30-3:30

地點：中心 103 室

名額：6 名

費用：會員 \$100 /非會員 \$120

內容：教授安卓手機基本功能, 如手機電源開關, 調校聆聲, 螢幕光暗度, 相機拍攝等功能。

對象：中心會員

報名方法：請向彭寶瑤姑娘報

負責職員：彭寶瑤姑娘



趣味中文班(HT-P2425-202)

日期：9月9日至11月4日(逢星期一) 時間：上午 10 : 30 至 12 : 00 (合共 8 堂)

地點：中心 101 室

費用：會員\$50/ 非會員\$80

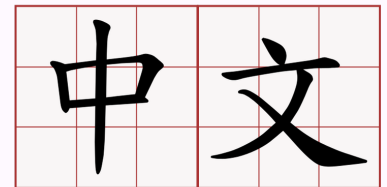
名額：27 人

導師：許小玲老師

負責職員：彭寶瑤姑娘

內容：透過課堂時間認識和學習中文生字，同時增進生活常識。

報名日期：現在接受報名



書法家育成班(HT-P2425-115)

日期：10月7日至12月9日(逢星期一) 時間：上午 10:30 至 12:00 (合共 10 堂)

名額：16 人

費用：會員\$250/非會員\$270

地點：中心 101 室

導師：林景春師傅

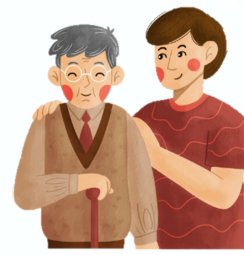
內容：教授參加者基本毛筆技巧，導師會先以階書作教材。

報名日期：現在接受報名

負責職員：彭寶瑤姑娘



護老篇



護老者講座 — 認知友善照顧之道(HT-P2425-213)

日期：9月4日(星期三) 時間：上午9:30-10:30 地點：中心101室
名額：50人 對象：中心會員、護老者及義工 負責職員：趙承安先生
內容：透過健康講座，增加參加者對認知障礙症負面標籤的認識和預防；
並分享如何對認知障礙症患者保持友善的照顧方式，及分享如何協助家中照顧者處理負面標籤帶來的精神壓力。
導師：衛生署觀塘區長者健康外展隊護士 報名方法：請向職員同事登記

護老者講座 — 血壓量度知多少(HT-P2425-214)

日期：9月25日(星期三) 時間：上午9:30-10:30 地點：中心101室
名額：50人 對象：中心會員、護老者及義工 負責職員：趙承安先生
內容：透過健康講座，讓參加者認識量度血壓的程序及技巧；
並分享影響血壓準確度的因素，及實習如何有效量度血壓。
導師：衛生署觀塘區長者健康外展隊護士 報名方法：請向職員登記

健康檢查(HT-P2425-161)

日期：9月25日(星期三) 時間：下午4:30-6:00 地點：中心101室
名額：20人 費用：\$5 負責職員：趙承安先生
內容：量血壓、BMI、壓力血管測試 報名方法：請向職員登記

門球組

日期：9月(逢星期二、四、六) 地點：平田街十號公園門球場 (藍田聖保祿中學後面)
時間：上午7:00-11:00 費用：全免，歡迎自行到球場參加 對象：中心會員及護老者
內容：透過學習、訓練門球的技術及戰術，促進身心健康及活躍社交生活
負責職員及義工：趙承安先生、資深門球組義工

有需要護老者篇

HT-P2425-210

「平靜海洋」 樹脂流體藝術

9月10日
(星期二)
下午2:00-3:30
中心101室




透過顏色流動，體驗專注平靜
讓參加者透過製作平靜海洋表達內心的情感和想法，提升參與者的心理健康，增加自信心，減輕焦慮和壓力，並促進身心的平衡

對象：護老者優先
名額：10名 請向彤姑娘報名
費用：\$40 2772 7789
導師：星之望藝術中心





HT-P2425-211



「搬移病人基本技巧 及助行器之使用」講座

2024年9月11日(星期三)
上午9點30分至10點30分
中心101室 費用：免費
對象：護老者、會員、社區人士

播道醫院物理治療師梁美青女士透過講座，教導照顧者了解如何協助長者選擇適合的步行器，又會分享基本的扶抱技巧，並設有簡單答問環節，讓照顧者能夠就個人情況分享和提問，希望能協助各位更好地掌握當中技巧。




負責同事：彤姑娘 及敏姐 2772 7789

“惜剪” 講座之識剪樂見平安足(HT-P2425-201)

日期：9月24日(星期四) 時間：下午 1:00-4:00

地點：中心 101 室 費用：全免

主辦機構：「惜剪」美甲師義工、 陶哲甫及陶潘麗瑤基金贊助

名額：10 對(長者+護老者)

對象：護老者及有需要護老者

內容：「惜剪」導師到中心進行護甲講座，內容包括認識嵌甲、正確護理腳甲，認識修甲工具及即場示範修甲及實習使用修甲工具。

報名方法：有興趣人士，可與中心同事查詢及報名。

負責職員：陳雨彤姑娘



認知障礙症服務

動靜皆宜

HT-P2425-199

導師葉晨禧

《柔力球X書法》

9月5、12、19、26日
10月3、10日 (逢星期四)



下午3:00-4:15 101室禮堂

- (1)讓參加者學習健腦活動，訓練大肌肉及平衡力，保持腦部靈活及減慢退化。
- (2)體驗有動有靜之柔力球及書法活動，由義工陪同學習，改善社交及溝通能力。

名額10位

\$120 六堂

參加者資格：初至中期
認知障礙症長者會員



親身向郭姑娘/敏姐
報名 2772 7789



HT-P2425-219

認知無障礙之 腦排毒知多少



日期：9月12 (星期四)

時間：上午9:30至10:30

地點：101室

內容：認識認知障礙症高危因素，
同時分享健腦方法、護腦食物資訊

對象：會員、非會員、護老者

名額：50位 費用：全免

報名：公開報名買飛，額滿即止

查詢：莊先生、郭姑娘

27727789



懸掛訊號	中心	室內活動 (包括班、組)	戶外活動	備註：
1號風球	✓	✓	✓	i. 請留意電台或電視台有關天氣的公佈以防天氣惡化 ii. 風球/暴雨訊號除下後，中心將盡快開放 iii. 如遇天氣惡劣，請先與本中心聯絡
黃色暴雨	✓ (不鼓勵會員前往中心，如已在中心者請留在中心，以策安全。)	✓	✓	
3號風球、紅色、黑色暴雨	✓ (不鼓勵會員前往中心，如已在中心者請留在中心，以策安全。)	舉行前2小時仍然懸掛時，該活動取消。 *如遇天氣惡劣，請先與本中心聯絡。		
8號風球或以上	✗			

愛禮信長者中心 - 開放時間

星期一、二、四、五 上午 8:00 - 下午 5:00
星期三 上午 8:00 - 晚上 8:00
星期六 上午 8:00 - 正午 12:00

星期日及公眾假期休息

總幹事 - 潘卓茵女士

中心主任 - 馬偉昌先生

中心副主任 - 郭希璇姑娘

社 工 - 趙承安先生

社 工 - 莊家煒先生

社 工 - 陳雨彤姑娘

社 工 - 鄒玉冰姑娘

程序幹事 - 彭寶瑠姑娘

程序幹事 - 余鎮宗先生

行政幹事 - 陳德偉先生

活動幹事 - 尹詠朗姑娘

個人護理員 - 馮敏兒姑娘

事務員 - 陳金鳳姑娘

義工篇

歡樂種子義工團探訪(HT-P2425-140)

日期：9月3至5日(星期二至四)

內容：已登記「歡樂種子」的中心義工將安排上門探訪弱老長者及照顧者。詳情請向鄒姑娘查詢。

負責職員：鄒玉冰姑娘、余鎮宗先生

歡樂種子計劃檢討會 HT-P2425-140

日期：9月19日(四)

時間：下午2:00

地點：101室

內容：召集「歡樂種子」義工到中心進行檢討。

負責職員：鄒玉冰姑娘、余鎮宗先生

動腦動力義工團會議(HT-P2425-141)

日期：9月16日(一)

時間：下午2:00

地點：101室

對象：已登記「動腦動力」的中心義工

負責職員：鄒玉冰姑娘、余鎮宗先生

內容：為9月25日(三)活動開會討論有關節目內容、分工及綵排。

「情牽一線」電話組 HT-P2425-149

日期：9月5日(四)

時間：下午2:00

地點：101室

內容：「情牽一線」電話組義工到中心小聚，分享及檢討在聯絡會員時的情況。

負責職員：余鎮宗先生、鄒玉冰姑娘

中心活動

動腦動力活動(HT-P2425-171)

日期：9月25日(星期三)

時間：下午3:30至4:30

地點：101室

費用：全免

對象：中心會員

負責職員：鄒玉冰姑娘

內容：有無覺得自己開始無記性？由『動腦動力義工團』義工帶領參加者透過健腦運動及遊戲，在開開心心的氣氛下多動腦筋，減慢記憶力下降，歡迎參與。

「愛心勵群」獻唱金曲(HT-P2425-208)

日期：9月17日(逢星期二)

時間：下午2:00至3:30

地點：中心101室

名額：60人

費用：\$5

負責職員：鄒玉冰姑娘

對象：中心會員、護老者

內容：由「愛心勵群」社區義工組為中心長者及護老者獻唱多首膾炙人口的懷舊金曲及粵曲小調，並送上溫馨小禮物，喜歡聽金曲的老友記，切勿錯過。

「站在新起點·迎接新挑戰·義動愛傳城·社會更美好」

義工篇

HT-P2425-218

養生·靜心：包容讓它存在

由郭姑娘分享有關靜觀如何養生的體驗，學習覺察當下，把注意力帶回身體，**放鬆安住於此刻**，體驗靜心呼吸練習，基本上要留心每一刻最明顯的經歷，**學習包容、放開、讓它存在**，開始從困難中解脫出來。

9月25日 星期三

下午2:00-3:00

中心101室禮堂



知止而後能定
定而後能靜
靜而後能安
安而後能慮
慮而後能得

歡迎義工、會員、護老者、非會員
免費參加

請向鄒姑娘 / 敏姐報名



社會福利署資助服務
Subsidized Services by
the Social Welfare Department

退「優」理財

- ✓ 分享現時理財工具，了解退休前可以做的準備功夫
- ✓ 在維持有一定水平的生活質素下，如何找到退休後的理想方向及選擇
- ✓ 了解政府與私人機構的理財工具之好處及壞處



認可財務策劃師
CFP Certified
Financial Planner

9月21日 星期六

上午10:30-11:30

播道興田中心
興田邨彩田樓101室

參加資格：55-59歲社區人士、
會員、護老者、義工

親身或致電2772 7789
向余生/郭姑娘報名

HT-P2425-184



HT-P2425-198

中秋永生花 花燈

活動資料

日期: 9月13日 (星期五)

時間: 下午1時30分至3時30分

地點: 103室

對象: 中心會員

費用: \$80

名額: 8位

報名方法: 接待處向職員報名

內容: **學習永生花開花及插乾花技巧，製作永生花玻璃燈裝飾。**

(永生花保存期至少3-5年)

負責職員: 尹姑娘



藍田邨六通拳(HT-P2425-165)

日期：9月3,10,17及24日(星期二)

時間：上午8:30-9:30

費用：全免

負責職員：莊家煒先生

地點：藍田邨廣場

內容：藍田邨六通拳返來啦!!! 無論你有沒有玩過六通拳，都歡迎參加。義工導師會教授六通拳，培養做運動的興趣及健康的生活習慣，同時讓區內老友記彼此認識。

對象：中心會員、護老者或藍田邨老友記
(非會員亦可)