



中國基督教播道會福安堂耆趣天地

護老者服務通訊 (2024年8月至9月)

如果你是：

1. 18歲以上
2. 需要照顧在家居住的親屬(60歲或以上)
3. 沒有受薪

歡迎加入成為我們護老者會員！

「護己及者」暫顧服務

不經不覺，中心的暫顧服務已開展近大半年。為了解服務成效，最近我們向護老者們收集感想。當中有不少令人鼓舞的回應，例如：有護老者表示可以安心休息下來，處理個人事務；亦有護老者表示會趁機與朋友品嚐下午茶等... 雖然暫顧服務時間有限，但在收集到的回饋中可見，暫顧服務有其意義和價值。

未來，中心會繼續推行暫顧服務，歡迎有需要的護老者向我們查詢和預約。

使用暫顧感想：

「有時間放下老爸，輕鬆減壓一下，與其他護老者多了交流」

「...愉快場景能幫助家母，增加情緒穩定性、社交機會，令到更有尊嚴地渡過她的病患歲月」

最喜歡的活動

伸展運動

智力遊戲

填顏色



除左係中心暫顧，我地都會偶爾想邀請埋護老者同我地一齊出外走動下

「護己及者」暫顧服務時間 (敬請預約)

逢星期一：上午9:00-中午12:00 / 下午1:30-下午4:30

逢星期六：上午9:00-中午12:00

費用：\$30/每節 (3小時為一節) (領取綜援或長者生活津貼可獲豁免)

人數：每節4個名額



8月

護老活動

夏「逸」茶「圓」-琉璃茶凍納

FO-P2425-139

由導師教授茶凍納福包茶點，凝聚護老者相聚，分享照顧樂與憂。

日期：2024年8月2日(星期五)

時間：下午2:30至3:30

對象：中心已登記護老者

名額：12人

收費：免費(由聖公會麥理浩資助)

地點：中心禮堂

報名日期：先登記抽籤，7月26日公佈名單

負責職員：社工徐杏恩姑娘



護老喜樂健心操 8/2024

FO-P2425-142

凝聚護老者一起學習「樂活健心操」，加強照顧者關注自己的身心健康。

日期：2024年8月5日, 12日, 19日及26日(一)

時間：中午1:30至2:30

地點：本中心禮堂

對象：護老者及會員

名額：20人

收費：\$20

報名方法：親臨中心報名，繳費作實。

負責職員：徐杏恩姑娘



心「鈴」奇「癒」手鈴板工作坊

FO-P2425-177

由導師教授手鈴板敲擊樂器，讓護老者一同體驗奇妙的療癒力。

日期：2024年8月15日(星期四)

時間：上午11:00至中午12:00

地點：護老房

對象：中心已登記護老者

名額：12人

費用：免費(由聖公會麥理浩資助)

報名日期：先登記抽籤，8月7日公佈名單

報名方法：親臨/致電中心登記抽籤

負責職員：社工徐杏恩姑娘



癒見·耆織 星之花編織工作坊

FO-P2425-178

專注於編織與色彩，當雙手找到節奏的律動時，就會感到輕鬆自在。一圈一圈之間織出你的創造力、療癒力，以及正能量！

日期：2024年8月20日(星期二)

時間：下午2:30至4:00

地點：護老房

名額：12人

對象：中心已登記護老者(在職或子女優先)

費用：免費(由聖公會麥理浩資助)

報名日期：先登記抽籤，8月7日公佈名單

報名方法：親臨/致電中心登記抽籤

負責職員：社工徐杏恩姑娘



說故事 照顧者小組

FO-P2425-140

以敘事訪談說故事，配合表達藝術，認識成長歷程，找出愛的土壤和堅持照顧的推動力，讓護老者抒發感受，加強照顧正能量。

日期：2024年8月16, 23, 30及9月6日(星期五)(共4節小組)

時間：上午9:00至10:30

地點：護老房 對象：中心已登記護老者

名額：8人

收費：\$20

報名方法：親臨中心報名，繳費作實

負責職員：徐杏恩姑娘



9月

護老活動

高山「琉」水 流水素面制作

FO-P2425-180

教授製作流水素面~日本(古稱琉球)的傳統美食!輕鬆渡過酷暑,與同路人暢聚!

日期:2024年9月6日(星期五)

時間:下午2:30至4:00

對象:中心已登記護老者

名額:12人

收費:免費(由聖公會麥理浩資助)

地點:中心禮堂

報名日期:先登記抽籤,8月28日公佈名單

負責職員:社工徐杏恩姑娘



「微」開眼笑微觀植物生態瓶工作坊

FO-P2425-179

創作獨一無二的隨身微觀森林,享受不一樣的園藝樂趣!

日期:2024年9月26日(星期四)

時間:上午10:30至中午12:00

對象:中心已登記護老者

名額:12人

收費:免費(由聖公會麥理浩資助)

地點:中心禮堂

報名日期:先登記抽籤,9月11日公佈名單

負責職員:社工徐杏恩姑娘



四道人生工作坊 FO-P2425-141

從遊戲和互動中學習四道人生。

日期:2024年9月20日(星期五)

時間:下午2:15至3:30

地點:中心護老房

對象:中心已登記護老者或中心會員

名額:15人 收費:免費

報名方法:致電或親臨中心報名

合作機構:聖雅各福群會安寧頌

「安·好」居家寧養服務(九龍西團隊)

分享:社工杜安盈、徐杏恩姑娘

負責職員:徐杏恩姑娘



由美甲導師即場替參加者修剪腳甲/灰甲等足部護理。

日期:2024年9月27日(星期五)

時間:下午2:00至4:00

(報名時請選擇時段,每位修甲時間大約10-15分鐘)

地點:本中心禮堂

對象:中心已登記護老者或中心會員

名額:10人

收費:\$40

報名方法:親臨中心報名,繳費作實

負責職員:徐杏恩姑娘

備註:報名時請選擇服務時段及依時出席。



FO-P2425-183 識剪平安足



代售及借用

以下物品可供護老者借用：

輪椅 助行手杖 助行架	首七個工作日：免費借用； 七個工作日後：每天續借為\$3； 30天後：每天續借為\$10； 往後每月續借最高收費\$150。
護老影音產品及書籍	首一個月免費借閱，預期歸還， 每項物資需繳付每個工作天\$3的預期費用。

以下奶粉可供護老者代售：	價錢： (4月奶粉價格將有以下調整)	代售時間：
1. 美國雅培加營養奶粉 (900克)	\$190	星期一至五 上午9:00-下午 4:30 星期六 上午9:00-下午 1:30
2. 美國雅培加營養奶粉 (400克)	\$93	
3. 美國雅培加營養低糖奶粉 (850克)	\$195	
4. 美國雅培活力加營養(850克)	\$230	
5. 美國雅培怡寶康奶粉(糖尿) (850克)	\$220	
6. 美國雅培怡寶康奶粉(糖尿) (400克)	\$105	
7. 三花柏齡奶粉 (1700克)	\$192	
8. 三花柏齡奶粉 (800克)	\$107	
9. 安怡長青高鈣低脂奶粉 (1700克)	\$170	

中心資料

地址：新界青衣長安邨安泊樓地下123號

電郵：focec@ess.org.hk 網址：www.focec.org.hk

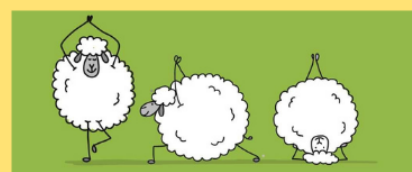
電話：2497 3333 傳真：2497 4242 Whatsapp：5422 5473

Facebook: <http://www.facebook.com/FOOKON24973333>

中心開放時間：星期一至星期五 上午8時至下午5時
 星期六 下午8時至下午2時
 星期日及公眾假期 休息



中心職員名單



總幹事：潘卓茵姑娘
 中心主任：蔡岳山先生
 中心社工：黃美儀姑娘 徐杏恩姑娘 雷曉怡姑娘 蔡小翠姑娘
 程序幹事：馬綺珊姑娘 行政幹事：陳閩先生 活動幹事：林衍桐先生
 護老支援幹事：廖竹茜姑娘
 註冊護士：郭志英姑娘 事務員：郭錦紅姑娘