



家福會
HKFWS



中心
通訊

九龍城活齡中心
Kowloon City Centre
for Active Ageing

2026年4月

EASTER



復活節

快樂

中心 九龍土瓜灣九龍城道55 -61號同興花園第2座1樓
電話 2711 2488 傳真 2711 0925
分處 九龍土瓜灣北帝街38號DOWNTOWN38一樓1號舖
電話 2389 3033 傳真 2389 3300
電郵 kccaa@hkfws.org.hk hkfws.org.hk



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

2026年4月報名安排

會員可透過以下方式報名參加活動
(必須提供姓名及聯絡電話):

- 1) 填寫報名表格並交回主中心或分處
- 2) 將已填妥的報名表格WhatsApp至9247 4772報名
(需由職員回覆確認報名作實)



截止報名日期:
2026年4月1日



派發通訊及報名日期

	日期
派發2026年4月通訊	2026年3月26日
遞交報名表格	2026年3月26日至2026年4月1日 (開放時間內, 4月1日下午4:00截止)
活動抽籤	2026年4月2日
查詢中籤活動 (最多 <u>3</u> 項活動中籤)	2026年4月8日
餘額活動報名	2026年4月9日

2026-2027 續會安排

由**1月12日**開始, 中心會為現有會員辦理續證手續, 請老友記攜同有效會員證及本年年費\$21, 親臨**主中心或分處**辦理。

下次派發通訊日期 2026年4月29日起

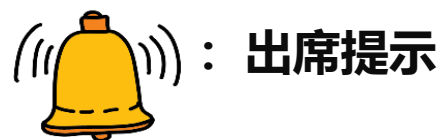
例會日期		
組別	2026年4月份 (分處舉行)	2026年5月份 (分處舉行)
家福、家喜、家樂	3月31日(二) 上午10:00	5月5日(二) 上午10:00
家慶、家善	3月31日(二) 下午 2:30	5月5日(二) 下午 2:30
家和、家慈	4月1日(三) 上午10:00	5月6日(三) 上午10:00
家怡、家富、家祥	4月1日(三) 下午 2:30	5月6日(三) 下午 2:30

目錄

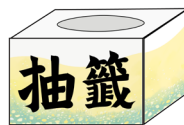
活動報名表	P. 4
中心服務調查問卷	P. 5
中心消息/運動班守則	P. 6
健康及教育活動	P. 7-9
心理社交認知康樂活動	P. 10-11,16
活動時間表	P. 12-15
資訊科技及樂齡科技活動	P. 17-18
退休藍圖系列活動	P. 18
義工活動	P. 18-19
護老者活動	P. 20-23
認知障礙症及照顧者活動	P. 24
付費活動	P. 25
家福學堂	P. 26-27



活動圖示：



：出席提示



：抽籤



：Zoom



：需熱身



：必須遵守
運動班守則

活動報名須知

- ❖請假或退出活動，必需於活動開始前2個工作天通知負責職員，並由負責職員確認。(不接受電話留言或WhatsApp通知)
- ❖若遲到超過10分鐘或早退，亦當缺席論。當月累計缺席2次或以上，將不可參與下月活動報名抽籤，只可於公開報名日報名。

	收費方式	截止收費時間
主中心	現金或八達通	下午 4:30
分處	現金或八達通	下午 4:00

備註：每月最後一個工作天，因會計程序將提早截數，實際收費時間請向中心查詢。

活動 報名表I

會員 活動

根據自己意願，**在意願一欄填寫1-10**，1為首選。
如第一意願的活動已滿，會自動轉到第二意願，
如此類推，直到報名滿3個活動即止。

意願	活動編號	活動名稱
	2627026	飛鏢樂
	2627018	長者營養工作坊 (認知障礙症篇)
	2627024	芬蘭木柱會員班
	2627007	最美肝景
	2627008	耳人為本
	2627014	乙型肝炎共同治理計劃

意願	活動編號	活動名稱
	2627003	睡眠健康講座
	2627013	活齡保齡
	2627035	電話補習班(4月) 日期: _____
	2627029	我們一起「講舊時」： 溫馨繪本時光訴說當年 情
	2627036	遺下的囑咐與安排 時段：上午 / 下午

姓名：_____ 會員編號：_____ 電話：_____

活動 報名表II

(1)每個會籍(義工/護老者/正照顧認知障礙症的護老者)均能依相關身份報相應類別之活動，每項身份會獨立計算報名意願。
(2)根據自己的身份和意願，在意願一欄填寫意願，1為首選。如第一意願的活動已滿，會自動轉到第二意願，如此類推，直到報名滿額即止。

護老者活動

意願	活動編號	活動名稱
	2627015	Carer café 護老者咖啡室
	2627032	護老者同聚日

認知障礙症及照顧者活動

意願	活動編號	活動名稱
	2627022	「腦」友記暫託站

姓名：_____ 會員/護老者編號：_____ 電話：_____

2025-2026年中心服務調查問卷報告

- ❖ 回應人數: 306人
- ❖ 開放時間: 滿意(92%)、普通(4%)、不滿意(4%)
- ❖ 環境及設施: 滿意(93%)、普通(3%)、不滿意(4%)
- ❖ 中心舉辦的活動: 滿意(85%)、普通(9%)、不滿意(6%)
- ❖ 義務工作訓練: 滿意(86%)、普通(10%)、不滿意(4%)
- ❖ 義務工作: 滿意(88%)、普通(8%)、不滿意(4%)
- ❖ 中心提供的服務/支援: 滿意(89%)、普通(7%)、不滿意(4%)
- ❖ 職員的服務態度: 滿意(94%)、普通(3%)、不滿意(3%)
- ❖ 中心整體的服務: 滿意(95%)、普通(2%)、不滿意(3%)

會員意見	中心回應
1) 增加活動種類、次數、名額，建議： <ul style="list-style-type: none"> ➢ 舉辦多些一天遊旅行、參觀、健康講座 ➢ 建議增加文靜類型活動，如圍棋、國畫等，同時可考慮收費 	目前中心已定期舉辦不同類型活動以滿足會員、護老者及社區人士的需要，中心將持續收集建議，定期進行檢討，回應服務使用者在不同活動上的需要。
2) 採用其他活動抽籤方法，如以逐一活動抽籤	中心明白大家十分關心抽籤的公平與透明度，會將『逐一活動抽籤』等不同方法納入檢討方向，並於日後與諮委會委員中討論可行性，定期進行檢討。
3) 更換中心設備，如文具、洗手間設備	中心會持續檢視文具、洗手間等設施的使用及損耗情況，並按實際需要及資源許可逐步作出維修或更換。
4) 有少數職員對服務使用者態度欠佳，有待改善	本會一向重視職員及義工的服務態度，除持續提供督導及服務培訓外，亦會將是次意見轉達相關主管作跟進和提醒，冀透過個別指導及團隊反思，進一步提升同工的溝通技巧。

如想以WhatsApp接收中心資訊及聯絡中心，請按以下步驟：

1. 於WhatsApp儲存中心電話 (9247 4772)
2. 在WhatsApp發送信息通知中心你的會員姓名及編號，並想接收中心資訊
3. 中心會發送頻道連結。請點擊連結，然後追蹤頻道

可掃右邊二維碼加入中心Whatsapp作為聯絡人



中心WhatsApp頻道

<p>1 打開手機鏡頭 掃描二維碼</p> 	<p>2 按右上角「追蹤」</p> 	<p>3 開啟右上角通知鐘仔 掌握最新中心資訊</p> 	
<p>4 查閱中心資訊 按「最新消息」打開中心頻道</p>			



中心運動班守則

- ❖ 參加者必須穿著輕便服飾及運動鞋。
- ❖ 參加者必須準時出席。為了避免參加者因未能參與熱身運動而受傷，**若遲到超過10分鐘，將不能參與該節活動。**
- ❖ 參加者若在運動時感到身體不適，**應停止運動並立即通知導師或職員。**
- ❖ 參加者需確定自我身體狀況良好及有足夠能力參與運動，並自行承擔一切意外風險及責任。
- ❖ 參加者**必須遵守導師及職員指示**，否則職員及導師有權禁止參與活動。



睡眠健康講座 (2627003)

內容：講解長期失眠的成因、影響及一些不適當的處理方法；如何建立健康的睡眠習慣。

日期：**4月22日 (星期三)**

時間：**上午9:45 – 10:45**

地點：分處活動室

對象：中心會員

費用：全免

名額：30名



負責職員：馬先生

最美肝景 (2627007)

內容：活動與九龍城地區康健站合辦，透過熱身運動、康健站服務介紹、外科專科徐潔雯醫生主講健康講座，主題：肝臟健康。

日期：**4月16日 (星期四)**

時間：**上午10:30-11:30**

地點：分處活動室1

對象：中心會員

費用：全免

名額：40名

備註：(1)活動與「九龍城地區康健站：康健大聯盟」合辦；
(2)參加活動可獲紀念品乙份。

負責職員：鄭姑娘

齊跳椅子舞(4月) (2627009)

內容：隨著音樂運動建立健康生活的運動習慣、訓練四肢、平衡力和肌力，啟發活力。

日期：**4月14、21、28日 (星期二)**

時間：**上午9:00-10:00**

地點：分處活動室1及2

對象：中心會員

費用：全免

名額：16名

備註：無須報名，先到先得！



負責職員：鄭姑娘

耳人為本 (2627008)

8

內容：聽覺保健及關懷服務，為長者進行聽力檢查，讓長者提早預防或正視弱聽問題，了解聽障對生活和溝通帶來的影響，並關顧聽障長者的身心健康。

日期：**4月23日 (星期四)**

時間：**上午10:00-5:00 (每節檢查時間為30分鐘)**

地點：分處活動室1、面談室、護老者暨義工室

對象：中心會員、護老者

費用：全免

名額：40名

備註：(1)活動與「奧迪慈善基金：「耳人為本」長者關懷及支援計劃」合辦；

(2)參加者**須為60歲或以上**的低收入長者，即**正領取綜援 / 長者生活津貼 / 傷殘津貼者**；

(3)**已配戴耳機或有專科跟進者**將被列為次輪參加者，如報名抽籤名額未滿才獲得檢查機會；

(4) **患有嚴重認知障礙症者**不合資格參加本計劃；

(5)檢查時段由職員編配，如編配後需調動可向 鄭姑娘查詢。

(6)請於檢查時段前15分鐘到達填寫檢查表基本資料。

負責職員：鄭姑娘

乙型肝炎共同治理計劃 (2627014)

內容：透過乙型肝炎表面抗原快速測試進行檢測，15分鐘後即可得知檢驗結果；如呈陽性者更可獲即時轉介醫生跟進。

日期：**4月9日 (星期四)**

時間：**上午9:30-12:30 (每節檢查時間為15分鐘)**

地點：分處活動室1

對象：中心會員、護老者(必須1988年或之前出生)

費用：全免

名額：60名

備註：活動與「九龍城地區康健站」合辦。

負責職員：鄭姑娘

長者營養工作坊(認知障礙症篇) (2627018)

內容：認識營養如何幫助維持大腦健康與記憶力、介紹實用飲食貼士，並試飲營養補充產品「智敏捷」。

日期：**4月21日 (星期二)**

時間：**下午3:00 – 4:00**

地點：主中心活動室

對象：中心會員

費用：全免

名額：30名

負責職員：林姑娘

芬蘭木柱會員班 (2627024)

內容：由義工帶領參加者進行芬蘭木柱運動，學習木柱的基本玩法技巧。

日期：**4月16日 (星期四)**

時間：**下午1:30 – 3:00**

地點：分處活動室 名額：16名

費用：全免

對象：中心會員 (已成為芬蘭木柱的隊員不可參加)

負責職員：馮先生



芬蘭木柱隊員練習 (2627025)

內容：木柱隊員參與定期訓練，從而鍛練參加者的手眼協調能力。

	木柱會員班	木柱隊員練習
日期：	4月16日(星期四)	4月16日(星期四)
時間：	下午1:30 – 3:00	下午3:00-4:30

地點：分處活動室

對象：芬蘭木柱隊員

費用：全免

名額：16名



負責職員：馮先生



飛鏢樂 (2627026)

內容：中心會員一起聚會，練習飛鏢的正確姿勢和互相切磋。

日期：**4月22日(星期三)**

時間：**下午1:30-3:00**

地點：分處活動室 對象：中心會員 (***對飛鏢有興趣的會員**)

費用：全免 名額：15名

備註：由「男士義工」分享飛鏢的初步玩法。



負責職員：馮先生

飛鏢練習小組 (2627027)

內容：中心會員一起聚會，練習飛鏢的正確姿勢和互相切磋。

日期：**4月22日(星期三)**

時間：**下午3:00-4:30**

地點：分處活動室

對象：中心會員

(曾參與飛鏢技巧班或代表中心參與飛鏢比賽會員)

費用：全免

名額：16名

備註：(1) 小組成員需符合以上要求，才可進入小組
(2) 如有興趣報名，可直接與馮生聯絡查詢。



負責職員：馮先生

齊齊唱K樂 & 老友記2026時間 4月份

內容：中心提供了唱K活動及麻雀活動，讓會員可保持大腦健康，將能有助減低患上認知障礙症的機會。

日期：**4月11日(星期六)**

時間：**上午10:00-下午1:00 (上午8:45開始派籌)**

地點：主中心活動室 對象：中心會員

麻雀名額：4名(先到先得) 唱K名額：15名(先到先得)

費用：全免



負責職員：馬先生

城男天地 - 長者體感遊戲運動(2627028)

11

內容：與中國香港體適能總會協辦，由協會專業教練攜帶全套電子感應器材，讓會員體驗最新、最有趣的健康運動模式。

日期：4月29日、5月26日、6月5日、6月16日

時間：下午3:00-4:00

地點：主中心活動室

對象：中心男士會員

費用：全免

名額：10名

備註：(1)歡迎男士會員由3月26日起向馮生報名，名額先到先得。
(2)能出席全部4節活動的會員，可獲代表中心出席於6月由中國香港體適能總會主辦的「全港跨代虛擬運動大賽」。
(3)參加活動的男士會員，需於活動簽署健康申報表及知情同意書。



負責職員：馮先生

歡樂生日會 (4-6月) (2627002)

內容：與4-6月生日的會員一起齊賀生日。

日期：4月27日 (星期一)

時間：下午2:30-4:00

地點：青葉海鮮酒家

對象：中心會員

費用：每位\$70

名額：24名

備註：活動中嚴禁帶走食物，如有發現將於1年內禁止參加生日會



菜單

極品貴妃雞 鮮蝦菜苗餃
晶瑩鮮蝦餃 潮州蒸粉果
蟹子燒賣皇 上湯浸時蔬
京式叉燒包 豉油皇炒麵
安蝦咸水角 揚州炒飯
蓮蓉桃包

	4-6月生日之會員	其他會員
報名日期	4月10日(星期五)起	4月17日(星期五)起

負責職員：馬先生

我們一起「講舊時」：溫馨繪本時光訴說當年情 (2627029)

內容：流行曲《每當變幻時》中有一句動人的歌詞：「懷緬過去常陶醉，一半樂事一半令人流淚。」想當年，總會讓人百般滋味湧上心頭。在這次活動裡，我們會一邊閱讀繪本，一邊細細整理、打磨那些屬於自己的經歷與回憶。

日期：**4月27日 (星期一)**

時間：**下午2:00 – 3:30**

地點：分處活動室

對象：中心會員

費用：全免

名額：30名

備註：活動與《故事人生》慈善機構合辦。



負責職員：馮先生



長青小演員 (2627037)

內容：新一期長青小演員將會繼續招收新生，為有興趣「做戲」的會員提供定期的培訓。

日期：**4月21日 (星期二)**

時間：**下午3:30 – 5:00**

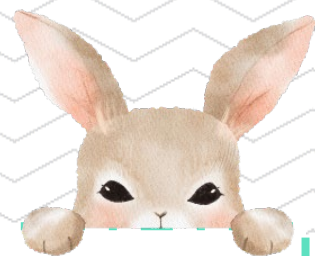
地點：分處活動室1

對象：中心會員

費用：全免

名額：12名

備註：**如有興趣報名，可直接與劉姑娘聯絡查詢。**



負責職員：劉姑娘



電話補習班(4月) (2627035)

內容：由義工解答會員日常生活中有關資訊科技的問題。

日期	時間
4月21,28日 (星期二)	上午 10:00 – 10:40 (40分鐘)/ 上午 10:40 – 11:20 (40分鐘)/ 上午 11:20 – 12:00 (40分鐘)

對象：中心會員

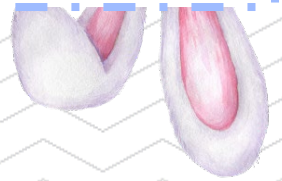
地點：分處面談室

費用：全免

名額：每日3名 (共6名)

備註：請在報名紙填上希望參加的日子及時間。

負責職員：劉姑娘



活齡保齡 (2627013)

內容：透過進行電子遊戲模擬保齡球運動，訓練長者反應神經及增加身體靈活度。

日期：4月14、21日(星期二)

時間：下午1:30-3:00

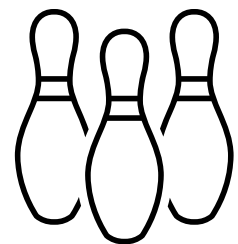
對象：中心會員

費用：全免

地點：分處活動室1

名額：8名

備註：活動參加者需有一定的行動能力及體力。



負責職員：馬先生



退休藍圖系列活動

遺下的囑付與安排 (2627036)

內容：活動將由麥耀華律師行及港大法律系學生帶領，以4節小組形式，個別地探討遺囑及遺產管理的相關問題，最後會由義務律師草擬遺囑及簽署作實。

日期：4月22、29日、5月13、20日(星期三)(全四節)

時間：

上午時段	下午時段
上午10:00-中午12:00	下午2:30-4:30

地點：分處活動室3及會談室

對象：中心會員

費用：全免

名額：8名

備註：

1.) 請於報名表上圈出希望的時段(上午或下午)

2.) 因應合辦機構要求，參加者需經初步篩選才能參加，將於4月14日個別通知獲選參加者。

負責職員：劉姑娘



義工活動

中心義工 招募

中心現招募新一年度的義工，協助中心內不同的活動及服務。義工同時可接受不同的培訓機會(例如義務工作基礎培訓、服務技巧培訓)及聚會，從而提升個人的技能和團隊精神。歡迎有興趣的會員加入我們的團隊。請致電或親臨中心與馮先生報名及查詢。

中心當值義工 招募

職責：協助會員拍卡、蓋印。



2025-2027年度 諮詢委員會第7次會議 (2627001)

內容：收集委員對中心服務的意見。

日期：**4月22日 (星期三)**

時間：**下午3:45**

地點：分處活動室2

費用：全免

對象：諮詢委員會成員



負責職員：葉姑娘

愛心來電 (2627031)

內容：義工致電關懷長者近況。

日期：**4月14、21、28日 (逢星期二)**

時間：**下午2:30 – 3:30**

地點：主中心面談室 / 分處面談室

關懷對象：長者會員

招募義工：3名 (曾接受本中心義工訓練)

費用：全免

備注：愛心來電的號碼是27919078或23893328(此電話僅限電話慰問用途)，如有疑問及其他查詢事宜，請致電27112488/23893033。

負責職員：馮先生

長青錦繡劇團 (2627038)

內容：長青錦繡劇團團員到中心練習劇目。

日期：**4月14、28日 (星期二)**

時間：**下午3:30 – 5:00**

地點：分處活動室1

對象：已登記義工

費用：全免

名額：15名



負責職員：劉姑娘



護老者活動

護老者組別

20

4-6月份季度主題： 健康知識與保健

1. 護愛組 
2. 護樂組 (經社工評估) 

長者隨著機能退化，經常患上不同大大小小的病患，作為護老者很需要認識相關病患，才知道如何提供適切的護理。加上，健康是無價寶，亦都是護老者能照顧長者的本錢，本季一齊學習如何護老和保健啦！

護老者支援服務

- 提供支援小組、減壓工作坊、照顧技巧及溝通培訓等。
- 按個別需要提供支援服務，如陪診、護送、中心或家中暫托服務。
- 此服務需經社工評估，如欲了解詳情請向中心社工查詢。



Carer café 護老者咖啡室 (2627015)

內容: 招募社區護老者，與同路人分享近期生活及照顧壓力，建立支援網絡。

日期: **4月15日 (星期三)**

時間: **下午2:30 - 4:00**

地點: 分處活動室1

對象: 護愛組: 8名; 護樂組: 4名(已報名參加的護老者不用重複報名)

費用: 全免(包括餐點) 名額: 12名

備註: (1)活動設有長者暫託服務;
(2)參加此活動可獲得1個護老者儲印卡蓋印。

負責職員: 香姑娘

護連線(4月) (2627030)

內容: 義工致電給護老者家庭，關懷護老者和長者近況。

日期: **4月9、16、23、30日 (逢星期四)**

時間: **下午2:30 - 3:30**

地點: 主中心面談室

關懷對象: 護愛組會員

費用: 全免

義工: 4名(曾接受本中心義工訓練)

備註: **護連線的號碼是2791 9078 (此電話僅限義工關心會員，如有疑問及其他查詢事宜，請致電2711 2488 / 2389 3033。)**

負責職員: 揭姑娘

護老者食譜影片分享

家福會「護老拍住上」支援計劃早前舉辦食譜設計比賽，獲得各界響應。承蒙「恒愛慈善基金」的贊助，我們將得獎食譜結集成《家·味道 護老者的美食與故事》，一本專為護老者而設的食譜。

今年，我們更將其中四款得獎菜式製作成食譜影片，讓護老者們能更輕鬆掌握烹飪竅門，為護老者打打氣，也為家人送上暖心滋味！

掃描二維碼即睇食譜影片



SCAN

老少平安福袋



SCAN

SUPERBOWL



SCAN

三文魚碎秋葵菜卷



SCAN

羊羊節瓜脯

護老服務站(1) (2627033)

護老者服務站(地點：主中心)可免費借用物品，歡迎已登記的會員或護老者使用。服務站可借用物品包括：

輪椅

拐杖

浴椅

跨缸板

助行架

四腳叉

書籍及光碟

備註：

- (1) 借用前必須參閱及同意借用守則；
- (2) 借用守則詳情請參閱「借用復康器材守則」及「借用書籍守則」。

負責職員：葉先生

營養奶粉展(4月) (2627034)

內容：由美國雅培公司到中心展銷奶粉。

日期：**4月17日 (星期五)**

時間：**上午10:00-12:00**
(上午10時開始派籌)

對象：中心有效之會員或已登記的護老者

地點：****主中心**

名額：不限

費用：

購買項目	加營素		加營素 (低糖)	怡保康		活力 加營素
	大罐 (900克)	小罐 (400克)	大罐 (850克)	大罐 (850克)	小罐 (400克)	850克
收費	\$195	\$94	\$212 (價格調整)	\$225	\$102	\$223

下期預告

預定於
5月20日 (星期三)
上午10:00-12:00

備註：(1)每人最多限購 **4** 罐奶粉，不限款式及大小，購買前可向醫護人員查詢；

(2) **請自備購物袋及輔幣，只收現金 (注意：奶粉公司不接受千元鈔票)**離開前請檢查清楚，貨物出門，恕不退換。

負責職員：葉先生

護樂茶聚 (4-6月) (2627016)

- 內容：與護老者一起進行放鬆減壓活動，並分享照顧壓力。
 日期：**4月25日、5月23日及6月20日(星期六)**
 時間：**上午9:30 - 12:00**
 地點：主中心活動室
 對象：護樂組護老者
 費用：全免
 名額：8名
 備註：參加此活動可獲得1個護老者儲印卡蓋印。



負責職員：香姑娘



護老者同聚日 (2627032)

- 內容：與護老者同聚，回顧過往一年活動、介紹中心護老者服務及收集護老者對來年活動的期望。
 日期：**4月24日(星期五)**
 時間：**上午10:30-11:30**
 地點：主中心活動室
 對象：護老者
 費用：全免
 名額：30名
 備註：參加此活動可獲得1個護老者儲印卡蓋印。



歡迎剛加入成為護老者的會員參與!

負責職員：揭姑娘



健腦運動小組(4-6月) (2627019)

內容：進行簡單伸展及健腦運動，訓練專注力與手腦協調。

日期：**4月14、21、28日(4月7日除外)**

5月12、19、26日(5月5日除外)

6月9、16、23、30日(6月2日除外) (逢星期二)

時間：**上午9:00 – 10:00**

地點：主中心活動室

對象：認知障礙症長者

名額：10名

費用：全免

備註：參加者不能同時參加「健腦同學會」小組活動。



負責職員：林姑娘

健腦同學會(4-6月) (A:2627020/ B:2627021)

內容：進行認知刺激及輕鬆活動，與其他長者互動交流，刺激大腦。

日期：**4月9、16、23、30日(4月2日除外)**

5月14、21、28日(5月7日除外)

6月11、18、25日(6月4日除外) (逢星期四)

時間：**A班：上午9:30 – 10:30**

B班：上午11:00 – 中午12:00

地點：主中心活動室/護耆坊

對象：認知障礙症長者

名額：每班6名

費用：全免

備註：參加者不能同時參加「健腦運動小組」小組活動。



負責職員：林姑娘

「腦」友記暫託站(4月) (2627022)

內容：以中心暫託服務形式，與長者進行輕鬆活動，為護老者提供喘息空間。

日期：**4月25日 (星期六)**

時間：**上午9:30 – 中午12:00**

地點：主中心活動室

對象：認知障礙症長者

費用：全免

名額：15名

負責職員：林姑娘

**TICKET
TO BUY**

付費活動

25

**本月購票日：
4月1日(三)**

購票注意事項

- ❖ 購票日期預設為當月第一個星期一，如遇上公眾假期則會順延至下一個工作天。
- ❖ 購票必須由會員本人攜同有效之會員證親臨中心報名。
- ❖ 活動名額有限，先到先得，額滿即止。
- ❖ 成功購票者，不設退票或轉讓別人，敬請於報名前核清活動日期及時間能否出席。
- ❖ 如遇有任何困難或疑問，可向當值社工查詢。

織FUN積福好心情(4-6月) (2627006)

內容：參加者學習鈎織技巧，享受鈎織樂趣，享受餘暇，日日保持好心情。於課堂完結時可選擇把製成品轉贈給中心作佈置或關懷隱閉長者禮物之用。

日期：

月份	日期	暫停
4月	30日	不適用
5月	7、14、21、28日	不適用
6月	4、11、25日	18日

(逢星期四)，(全期共8堂)

時間：上午9:30 – 11:00

地點：分處活動室2

對象：中心會員

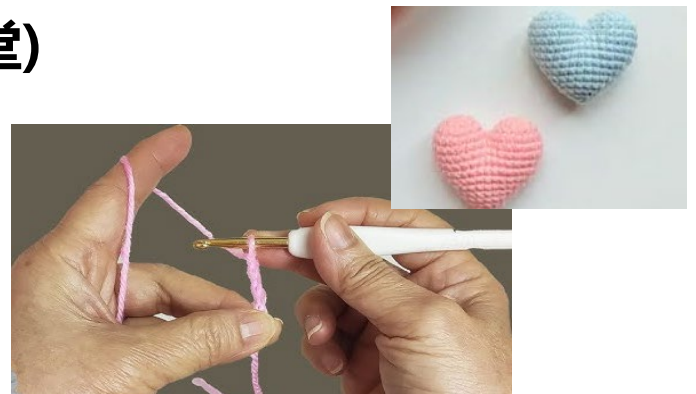
費用：\$160

名額：10名

備註：(1)費用已包括所有材料費用；

(2)新生、舊生報名準則請參閱「家福學堂班組守則」。

舊生可於3月19日起優先報名，新生可於3月27日起報名。



負責職員：鄭姑娘

你又G唔G?



小小冷知識

復活節和兔子有甚麼關係?

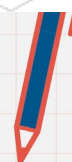
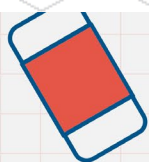


復活節與兔子的關係主要源於古老的歐洲民間傳說，兔子象徵春天萬物復甦、強大繁殖力與新生命。兔子被視為給孩子們送來復活節蛋的使者（復活兔來源），源自13世紀德國的春季女神傳說，後隨著德裔移民將此習俗帶至美國，象徵重生與春天希望。

大家係咪第一次聽呢!

家福學堂

班組名稱	上課日期	上課時間	內容	活動場地	費用	名額	報名日期
2627011 輕鬆跳K POP (4-6月)	4月13至 6月22日 (逢星期一) *4月27日、 5月18、25日 暫停	上午 9:30- 11:00	導師帶領長者 一起跟著強勁 節拍的K POP 音樂跳舞，進 行深度的帶氣 運動	分處 活動室1 及2	\$280 (共8堂)	14 名	舊生: 16/3起 新生: 24/3起



班組名稱	上課日期	上課時間	內容	活動場地	費用	名額	報名日期
2627017 活齡書法班 4-6月	4月15日至 6月17日 (逢星期三) *5月6日、 6月3日暫停	下午 2:00- 3:30	由資深導師教授書法及練習寫字	分處 活動室2	\$30 (共8堂)	12 名	舊生: 18/3起 新生: 8/4起
2627004 中國語文及 文化班 4-6月	4月10日至 6月26日 (逢星期五) *5月1日、 6月19日暫停	上午 9:30- 11:00	學習書寫及閱讀日常用之字句	分處 活動室1	\$30 (共10堂)	12 名	舊生: 6/3起 新生: 23/3起
2627005 英語會話班 4-6月		上午 11:30- 下午 1:00			\$30 (共10堂)	12 名	
2627039 唱歌班 4-6月	4月9日至 6月25日 (逢星期四) *5月7日、 6月4日暫停	下午 1:45- 3:15	由導師教授大家演唱流行曲	主中心 活動室	\$360 (共10堂)	28 名	舊生: 19/3起 新生: 27/3起
2627012 粵曲班 4-6月	4月10日至 6月26日 (逢星期五) *5月1日、6月19 日暫停	下午 2:00- 4:00	由導師教授唱粵曲	分處 活動室1	\$300 (共10堂)	36 名	舊生: 6/3起 新生: 23/3起
2627010 椅子瑜珈班 4-6月	4月14日至 6月30日 (逢星期二) *5月5、6月2日 暫停	上午 10:30- 11:30	由導師教授簡單樂齡瑜珈	分處 活動室1、 2	\$200 (共10堂)	16 名	舊生: 17/3起 新生: 25/3起

班組守則:

1. 活動開始前15分鐘方可進入活動室
2. 事假、病假及遲到10分鐘或以上將視為缺席該節課堂；如出示該天的醫生紙或覆診紙正本可獲豁免並不計算缺席
3. 於上一期班組出席率達80%或以上的學員，才能以「舊生」身份優先報名下一期之相同班組
4. 如出席率達80%或以上的「舊生」未能於優先時段內親身報名，可委託家人或朋友帶備正本會員證(不接受影印本或相片)及費用到中心報名
5. 出席率未達80%之舊學員均需以「新學員」身份參與次輪報名，新學員需本人攜同會員證到中心報名

服務質素標準話你知

標準1~ 服務資料

- ✓ 中心確保制備說明資料，清楚陳述其宗旨、目標和提供服務的形式，隨時供公眾索閱。

惡劣天氣情況下中心之活動安排

氣候	戶內活動		戶外活動
	中心開放	班組活動 (如活動舉行前 2小時仍懸掛)	(如活動舉行前 2小時仍懸掛)
雷暴警告訊號	✓	✓	視乎天氣情況而定
黃色暴雨警告訊號	✓	✓	視乎天氣情況而定
紅色暴雨警告訊號	✓	✗	✗
黑色暴雨警告訊號	✗	✗	✗
1號風球	✓	✓	視乎天氣情況而定
3號風球	✓	✗	✗
8號風球	✗	✗	✗