



仁濟醫院鄧碧雲紀念長者鄰舍中心 2025 年 10 月 13 日至 11 月 1 日活動通訊
地址：深水埗石硤尾邨 21 座地下 129-134 號
電話：2779 2557 傳真：2784 0081  5576 2413
中心開放時間：星期一至六 上午 9:00 至 下午 5:00



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

中心網址:

<http://www.ychss.org.hk/elder/elderly-nec/tbw>



中心臉書:

<https://www.facebook.com/ychtbw/>



∞ 中心所發放的網上資訊，均可以在本中心網頁或臉書內瀏覽 ∞

藝術走廊

藝術創作傳達愛 展望生命添色彩

中心致力以「藝術」活動作為服務特色，將不同類型的「藝術」創作融入活動中，並以愛與關懷，及邁向彩色人生為傳揚的訊息。

我們會透過「藝術走廊」向大家介紹不同範疇的藝術，讓各位認識中心的「藝術」活動。而今期通訊，我們為大家簡單介紹一下「糖畫」。

◆糖畫◆

- 糖畫是一種使用熔化的糖液在平面上圖案的傳統民間藝術，常見於節慶和市集上。

◆長者製作糖畫的好處◆

- 提升身心健康：製作糖畫需要持工具的手保持穩定，這需要一定的手眼協調能力和靈活性，對長者的肌肉力量和靈活性有鍛煉作用，有助維護身體健康。
- 刺激認知：長者可以從零開始創作自己喜歡的糖畫圖案，這需要運用創造性思維、注意力集中和問題解決能力等以聯想出糖畫的模樣，有助刺激長者的認知功能，延緩認知功能下降。
- 增強自信與成就感：完成一件精美的糖畫作品能夠增強長者的自我價值感、成就感及提升自信心，有助維持積極的生活態度和心理狀態。
- 豐富生活：為生活增添樂趣和意義，避免退休後的閒適無所事事，與他人一起交流製作的過程也能豐富社交生活。
- 文化傳承：糖畫是歷史極為悠久，發源於民間的中國傳統技藝，這使它極其有必要被傳承甚至創新，而長者參與有助這文化遺產的傳承，通過教授後輩技藝，增強自身價值感。

<於 2025 年 10 月 6 日擷取自 <https://www.pnlart.org/art-activities-for-elderly/sugar-painting-for-elderly>>





會員活動

①芬蘭木棋開心玩(三)

日期：2025 年 10 月 16 日(星期四)

時段(一)：下午 2:15-3:15

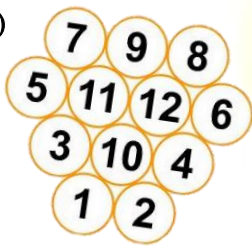
時段(二)：下午 3:30-4:30

活動地點：活動室(一)

對象：有認知訓練需要的會員

費用：全免

內容：由義工教授進行芬蘭木棋，芬蘭木棋是一項新興運動，結合運動與數學，玩法簡單，需要運用腦筋計算，並考驗手眼協調。



每時段每組名額：2 人
查詢：嘉樂先生

②齊齊振健樂(一)

時段(一)：17/10、24/10、31/10/2025 (10:00-10:20)

時段(二)：17/10、24/10、31/10/2025 (10:25-10:45)

時段(三)：17/10、24/10、31/10/2025 (10:50-11:10)

時段(四)：17/10、24/10、31/10/2025 (11:15-11:35)

時段(五)：17/10、24/10、31/10/2025 (11:40-12:00)

日期：17/10/2025- 31/10/2025 (逢星期五，共 3 節)

時間：上午 10:00 - 12:00

(每位 20 分鐘，每節 5 位名額)

地點：本中心

對象：中心會員

內容：使用「振健樂」運動儀器鍛鍊身體，有助改善骨質疏鬆

名額：5 位

費用：\$15 / 3 堂

備註：每人只可報名一個時段，如登記人數超過名額，將會進行抽籤。

每時段名額：5 人
查詢：嘉樂先生

③齊齊振健樂(二)

時段(一)：20/10、27/10/2025 (10:00-10:20)

時段(二)：20/10、27/10/2025 (10:25-10:45)

時段(三)：20/10、27/10/2025 (10:50-11:10)

時段(四)：20/10、27/10/2025 (11:15-11:35)

時段(五)：20/10、27/10/2025 (11:40-12:00)

日期：20/10-27/10/2025 (逢星期一，共 2 節)

時間：上午 10:00 - 12:00

(每位 20 分鐘，每節 5 位名額)

地點：本中心

對象：中心會員

內容：使用「振健樂」運動儀器鍛鍊身體，有助改善骨質疏鬆

名額：5 位

費用：\$10 / 2 堂

備註：每人只可報名一個時段，如登記人數超過名額，將會進行抽籤。

每時段名額：5 人
查詢：嘉樂先生



④仁濟愛心慈善粵劇粵曲晚會

日期：2025 年 10 月 20 日(星期一)

時間：晚上 6:00 - 11:45

集合時間及地點：晚上 6:00 活動室(一)

活動地點：香港文化中心音樂廳

對象：中心會員及家人

費用：全免

內容：由仁濟醫院主辦，藉此向市民傳揚中國傳統粵劇粵曲文化，並讓長者能夠欣賞一眾名伶的精彩演出。

備註：

1. 此活動有免費旅遊巴接送。

2. 參加者需留意活動時間，衡量個人身體狀況。



每組名額：10 人
查詢：阮婷姑娘/澄姑娘



⑤輕舞飛揚(七)

日期：2025 年 10 月 22 日、11 月 5 日、12 日
及 19 日(逢星期三)
時間：上午 10:00-11:30
活動地點：活動室(一)
對象：舞蹈班學員或有興趣學習中國舞蹈之會員
費用：\$20/4 堂
內容：由義工導師(陳水錦女士)教授參加者簡單的中國舞蹈，與會員分享跳舞的樂趣。

備註：

1. 因活動需較大運動量，會員要視乎身體狀況報名參加。
2. 參加者請穿輕便服飾及平底運動鞋。

名額：15 人
查詢：阮婷姑娘

⑥桌上遊戲王(三)

日期：2025 年 10 月 23 日(星期四)
時間：上午 10:00-11:00
活動地點：活動室(二)
對象：中心會員
費用：全免
內容：與您一起笑聲滿滿齊玩桌上遊戲。

每組名額：2 人
查詢：阮婷姑娘/澄姑娘

⑦音叉樂(二)

時段(一): 2025 年 10 月 23 日(星期四)下午 2:30-4:30
時段(二): 2025 年 10 月 27 日(星期一)上午 10:00-12:00
活動地點：活動室(二)
對象：中心會員
費用：全免
內容：使用音叉進行舒緩身體痛症，不同的聲音頻率，有助釋放負面情緒。活動分為四個時段，每時段 25 分鐘一節。
備註：每人只可報名一個時段，如登記人數超過名額，將會進行抽籤。

每時段名額：4 人
查詢：陳姑娘

⑧鼓藝達人(五)

日期：2025 年 10 月 24 日、11 月 14 日、11 月 21 日
及 11 月 28 日(星期五)
時間：上午 10:45 - 11:45
活動地點：活動室(一)
對象：鼓藝班成員及有興趣學習鼓藝的會員
費用：\$120/4 堂
內容：由導師(岑灝峯先生)教授中國鼓技巧，提升參加者對鼓藝的興趣、強化身體機能及互動合作。



名額：10 人
查詢：澄姑娘

⑨歡聚飛鏢(三)

日期：2025 年 10 月 24 日(星期五)
時段(一)：下午 2:30-3:30
時段(二)：下午 3:45-4:45
活動地點：活動室(一)
對象：中心會員
費用：全免
內容：齊擲飛鏢，訓練手眼協調，一同享受擲飛鏢的樂趣。



每時段每組名額：4 人
查詢：澄姑娘

⑩週六數碼諮詢站

時間：2025 年 10 月 25 日(星期六)
時間：下午 2:30-4:30
活動地點：活動室(二)
費用：全免
對象：中心會員
內容：由學生義工面對面指導，解答及支援長者在使用智能產品及應用程式方面的疑難，每節時限 30 分鐘。

每時段每組名額：2 人
查詢：梁先生

⑪藝趣工房(三)

日期：2025 年 10 月 28 日(星期二)
時間：下午 2:30-4:00
活動地點：活動室(一)
對象：對和諧粉彩有基礎認識的會員
費用：\$10/堂
內容：以愛心瓶作主題，一同繪畫和諧粉彩。



每組名額：3 人
查詢：阮婷姑娘/梁姑娘

⑫痛症你有 SAY

日期：2025 年 10 月 31 日、11 月 7、14、21、28 日
(逢星期五)
時間：上午 10:00-11:00
地點：活動室(二)
對象：膝或腰部患有痛症的會員
(持續 6 個月或以上)
費用：全免
內容：一班老友記齊齊學簡單易做的痛症舒緩方法(運動、飲食、按摩等)，互相支持，分享經驗，放鬆身心，減痛生活由你話事！

名額：10 人
查詢：實習社工寶姑娘

①③仁濟友排營 11 月



日期：2025 年 11 月 6 日、13 日、20 日、27 日及 12 月 11 日(逢星期四)

時間：上午 10:00 - 中午 12:00

活動地點：白田社區會堂

對象：中心會員及 YO 會員

費用：\$50 / 5 堂

內容：一起體驗輕排球運動樂趣，透過運動放鬆心情，保持身心健康。

備註：

1. 活動需較大運動量，會員要視乎身體狀況報名，如行動不便、患有心臟、氣管疾病人士不宜參加。
2. 參加者請穿運動服飾及平底運動鞋。

報名方式：活動將以先登記後抽籤模式確認參加名額，10 月中心例會完結翌日進行抽籤，中籤者需到中心取票及填妥健康狀況聲明書。

名額：25 人
查詢：梁先生

①④雅趣國畫(三)

日期：2025 年 11 月 6 日、11 月 13 日、
11 月 20 日、11 月 27 日(逢星期四)

時間：下午 2:00 - 3:00

活動地點：活動室(一)

對象：國畫班學員或有興趣學習國畫的會員

費用：\$140 / 4 堂

內容：由導師(余琴娣女士)示範及講解有關實物作寫生的基本技巧及調配顏色的方法和效果

備註：課堂會提供宣紙。

名額：12 人
查詢：阮婷姑娘

①⑤墨韻書法(三)

日期：2025 年 11 月 6 日、11 月 13 日、
11 月 20 日、11 月 27 日(逢星期四)

時間：下午 3:15 - 4:15

活動地點：活動室(一)

對象：書法班學員或有興趣學習書法的會員

費用：\$140 / 4 堂

內容：由導師(余琴娣女士)教授學員書法技巧及分享心得。

備註：課堂會提供九宮格紙及墨。

名額：15 人
查詢：阮婷姑娘

①⑥幸福感聯合活動- 耆樂幸福感謝祭

日期：2025 年 11 月 7 日(星期五)

集合時間：中午 12:40

集合地點：活動室(一)

活動時間：中午 12:40-5:00

活動地點：香港中華基督教青年會新界會所
新界葵涌葵盛圍 32-40 號

對象：中心會員

費用：\$5(備旅遊車接送)

內容：本院長者中心服務於 7-8/2025 期間於轄下長者鄰舍中心進行「長者自我幸福感」調查問卷，活動當天會發佈調查結果。並安排攤位體驗環節讓參加者感受如何可以獲得幸福感。

每組名額：6 人
查詢：黎姑娘

①⑦孤獨不孤單

日期：2025 年 11 月 7、14、21、28 日、12 月 5 日
(逢星期五)

時間：下午 2:30-3:30

活動地點：活動室(二)

對象：獨居或雙老會員

費用：全免

內容：讓參加者提升對孤獨感的認識以及與情緒之間的關係，並透過不同媒介及活動體驗，從而讓長者減低自身孤獨感。

*註：小組會以先登記，然後安排進行面試甄選較合適的參加者。

名額：8 人
查詢：實習社工吳先生



護老者活動

①耆「叻」知多少(三)

日期：2025 年 10 月 22、11 月 26、12 月 31 日
(星期三)
時間：上午 10:30
活動地點：中心 Whatsapp
對象：護老者
費用：全免
內容：透過通訊平台發放長者/護老者社區、照顧及健康等主題服務資訊。



查詢：燃姑娘

②規劃圓滿人生

日期：2025 年 10 月 31 日(星期五)
時間：上午 10:00-11:00
活動地點：活動室(一)
對象：護老者
費用：全免
內容：學習與家人談生說死的技巧，認識「遺囑」及殯葬安排，放下對死亡的忌諱，活在當下。

名額：16 人
查詢：陳姑娘

③護人護己小組

日期：2025 年 11 月 6、13、20 及 27 日(星期四)
時間：上午 10:00-11:00
活動地點：活動室(一)
對象：有需要護老者優先
費用：全免
內容：分享照顧上生活點滴，每節體驗不同放鬆減壓的小活動。

名額：8 人
查詢：燃姑娘



認知障礙症活動

活動查詢：
黎姑娘

①智腦俱樂部(二)

日期：2025 年 10 月 18 日(星期六)
時間：上午 10:00 -11:00
活動地點：活動室(一)
對象：有認知訓練需要長者
費用：全免
內容：健腦操、認知訓練小遊戲。



名額：12 人

②認知齊檢測(三)

日期：2025 年 10 月 18 日(星期六)
時間：下午 2:00-4:00 (20 分鐘一節)
活動地點：活動室(二)
費用：全免
內容：運用認知評估工具 (香港版蒙特利爾認知評估) 為參加者進行快速認知測試，以讓參加者了解其認知狀況。
對象：懷疑自己有認知衰退之會員
備註：
1) 優先安排予過去 12 個月內從未進行檢測之會員
2) 如上述日期未能參與，可預約時間進行評估。

名額：6 人



義工活動

①聖誕傳耆義工會

日期：2025 年 11 月 1 日(星期六)、11 月 18 日(星期二)及 12 月 9 日(星期二)
 時間：上午 10:00-11:00
 活動地點：活動室(一)
 對象：義工
 費用：全免
 內容：一同商討 2025 年 12 月 19 日「聖誕傳耆」活動內容及程序。



名額：12 人
 查詢：澄姑娘

「友智識」長者數碼外展計劃 (2025-2026)



活動查詢：
 燃姑娘

①數碼科技流動服務站

日期：2025 年 10 月 21 日(星期二)
 時間：第一節 1:30-3:00
 第二節 3:00-4:30
 活動地點：活動室(二)
 對象：中心會員/社區人士
 費用：全免
 內容：數碼科技使用諮詢站及完成問卷調查可獲禮物乙份。



每組名額：8 人

②數碼科技主題課程 (A 組)

日期：2025 年 11 月 5 日及 12 日(逢星期三)
 時間：下午 2:15-4:30
 活動地點：活動室(一)
 對象：中心會員
 費用：全免
 內容：

	11 月 5 日	11 月 12 日
第一節	香港出行易	WhatsApp 通訊教學
第二節	九巴 1933	大家樂及大快活

名額：15 人

③數碼科技主題課程 (B 組)

日期：2025 年 11 月 19 日及 26 日(逢星期三)
 時間：下午 2:15-4:30
 活動地點：活動室(一)
 對象：中心會員
 費用：全免
 內容：

	11 月 19 日	11 月 26 日
第一節	智方便	高德地圖
第二節	微信通訊應用	MTR APP

名額：15 人

學員必須出席四節課程及進行問卷調查後將獲贈健康手環(一隻)。



深東聯網 2025 「全城為您・全城撐」

社會福利署
Social Welfare Department
深水埗區福利辦事處



活動查詢：
燃姑娘

①「舞」動 Zumba 健康體驗

日期：2025 年 11 月 11 日(星期二)

時間：上午 10:00-11:00

地點：活動室(一)

費用：全免

對象：護老者/有需要護老者

內容：由專業導師教授 Zumba 放鬆舞動運動，有助放鬆緊張生活。

名額：12 人

耆趣自然大步走

活動查詢：
黎姑娘、梁先生

本中心獲社會福利署 2024-2026 年度「老有所為活動計劃」資助，舉辦為期兩年的《老幼所為・樂活人生》活動。

※活動會透過不同與大自然接觸的體驗，以及挑戰新興運動，能帶來「活到老・學到老」的精神。同時，透過長者義工教授年青一代製作運用大自然素材的藝術創作，過程中產生互動，體現自我價值及豐盛生活重要性，達致「長幼樂動 共創豐盛」目的。

①第二階段義工招募

日期：2025 年 2 月 1 日(星期六)至 12 月 31 日(星期三)

名額：40 人

費用：全免

內容：招募有興趣協助是次計劃之義工。

②木棋達人

木棋達人(一)

日期：2025 年 10 月 20 日(星期一)

時間：下午 2:30-3:30

活動地點：活動室(一)

對象：義工優先

費用：全免

內容：讓初學者接觸芬蘭木棋，認識這項新興運動，並學習當中的玩法及規則。

每時段每組名額：3 人

查詢：陳生

木棋達人(二)

日期：2025 年 10 月 21 日(星期二)

時間：下午 2:30-3:30

活動地點：活動室(一)

對象：護老者優先

費用：全免

內容：讓初學者接觸芬蘭木棋，認識這項新興運動，並學習當中的玩法及規則。

每時段每組名額：3 人

查詢：陳生



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

木棋達人(三)

日期：2025 年 10 月 30 日(星期四)

時間：下午 2:30-3:30

活動地點：活動室(一)

對象：會員優先

費用：全免

內容：讓初學者接觸芬蘭木棋，認識這項新興運動，並學習當中的玩法及規則。

每時段每組名額：3 人

查詢：陳生

③百發百中

百發百中(一)

日期：2025 年 10 月 17 日(星期五)

集合時間：上午 9:45

集合地點：本中心

活動時間：上午 10:00-12:00

活動地點：石硤尾邨 23 座籃球場

對象：護老者優先

費用：全免

內容：體驗新興運動「穿雲箭」，
學習當中的玩法及規則。

備註：

- 1) 參加者必需穿著運動服裝。
- 2) 參加者需有相應的活動能力，
職員保留審核參加資格決定權。

每時段每組名額：3 人

查詢：陳生

百發百中(二)

日期：2025 年 10 月 17 日(星期五)

集合時間：中午 12:45

集合地點：本中心

時間：下午 1:00-3:00

活動地點：石硤尾邨 23 座籃球場

對象：會員優先

費用：全免

內容：體驗新興運動「穿雲箭」，
學習當中的玩法及規則。

備註：

- 1) 參加者必需穿著運動服裝。
- 2) 參加者需有相應的活動能力，
職員保留審核參加資格決定權。

每時段每組名額：3 人

查詢：陳生

百發百中(三)

日期：2025 年 10 月 17 日(星期五)

集合時間：下午 2:45

集合地點：本中心

時間：下午 3:00-5:00

活動地點：石硤尾邨 23 座籃球場

對象：義工優先

費用：全免

內容：體驗新興運動「穿雲箭」，
學習當中的玩法及規則。

備註：

- 1) 參加者必需穿著運動服裝。
- 2) 參加者需有相應的活動能力，
職員保留審核參加資格決定權。

每時段每組名額：3 人

查詢：陳生



仁濟醫院中醫部「贈醫施藥計劃」服務

仁濟醫院中醫部「贈醫施藥計劃」

①內科服務

日期：2025 年 10 月 21 日及 10 月 28 日(星期二)

時間：上午 11:30、11:45 及下午 3:00、3:10 (分 4 個時段)

地點：參加者需自行前往西九龍仁濟中醫部就診

每次名額：4 人

對象：中心會員

<備註：每次應診需時 10 分鐘或以上，請會員耐心等待>

計劃查詢：
阮婷姑娘

②針灸服務

日期：2025 年 10 月 23 日及 10 月 30 日(星期四)

時間：上午 9:05、9:35 及下午 3:00、3:30 (分 4 個時段)

地點：參加者需自行前往西九龍仁濟中醫部就診

每次名額：4 人

對象：中心會員

<備註：參加者請留意是否適合接受針灸服務，每次應診需時 20 分鐘或以上，請會員耐心等待>

需進行抽籤，中醫服務包診
金及內科 2 服劑藥

備註：有興趣參加之會員帶備有效會員証親身於 2025 年 10 月 15 日(星期三)上午 9:15 到中心活動室(一)進行公開抽籤，參加者不可同時享用內科及針灸服務，即如 10 月份已享用內科服務名額，不可以同時享用針灸服務名額。

仁濟醫院中醫(西九龍)預約內科服務 (領取綜援人士)

- 仁濟中醫每日提供部分政府津助名額，為領取綜援人士豁免門診服務收費。
- 如要電話預約綜援津助名額，需在電話中說明，由診所安排日子。如要指定日子，要待診所查核當日是否尚餘綜援津助名額，才能安排預約。
- 電話預約不需提供綜援資料，但應診當日必需攜帶有效「豁免醫療費用證明書」，如果沒有此證明書，需要先到社會福利署申請，其他綜援文件不受採納。
- 如果沒有有效「豁免醫療費用證明書」，將不能使用綜援津助名額。



中心消息

本中心持續保持單位之環境整潔衛生，有以下的安排：

- 會繼續參考衛生署衛生防護中心指引〔包括預防 2019 冠狀病毒病（COVID-19）和保持場所衛生整潔。
- 所有服務使用者或工作人員進入本單位期間，使用酒精搓手液潔手、體溫檢測、鼓勵佩戴口罩。
- 若參加者出現發燒或上呼吸氣道疾病，建議求診，以確保個人健康。

1. 颱風、暴雨警告訊號及「極端情況」中心開放時間及活動安排 (SQS9)

	中心開放	中心班組	戶外活動	補充說明
黃色暴雨	✓	✓	?	✓ 服務照常，請參加者如常出席
紅色暴雨	✓	×	×	
黑色暴雨	×	×	×	
 1 號風球	✓	✓	?	? 黃色暴雨警告信號或 1 號風球： *所有即將在 4 小時內舉行的戶外活動需視乎單位地區情況決定會否進行。 如常 、 延期 、 取消 。 *負責職員決定後，會在單位貼出通告，及盡快聯絡每位參加者。
 3 號風球	✓	×	×	✗ 活動取消 紅色暴雨警告訊號或三號風球 *所有即將在 2 小時內舉行的活動取消。
 8 號或以上風球	×	×	×	➢ 如早上 9:00 中心開放前已懸掛黑色暴雨警告或 8 號颱風警告等，則中心將會暫停開放，請會員留意。
「極端情況」	✗ □	✗ □	✗ □	➢ 由於暴雨警告或風球除下後，天氣仍未穩定，會員如對中心舉辦之活動及開放時間有疑問，請先致電中心查詢。

2. 最後一階段賽馬會「e 健樂」電子健康管理計劃已於 2025 年 9 月底結束，中心繼續鼓勵會員到訪中心量血壓。

3. 中心特設 YO 會籍，歡迎 55 至 59 歲有興趣參加中心人士登記，中心將會為您準備有關生涯規劃、助你展開健康生活的活動，與大家一齊享受精彩的人生。詳情可向中心查詢。

4. 中心現為區內 60 歲或以上的長者提供樓梯機服務。由於服務範圍及使用時間有限，若有需要，請先聯絡中心社工陳先生查詢。

5. 由 2024 年 10 月份開始，中心活動報名形式有以下新安排，請各位會員留意。》

- 凡屬抽籤活動（每組名額 4 人以下），中心將於每月首場例會舉行{前三天}，張貼該活動海報作宣傳，並同日發放 Whatsapp 報名連結。
- 有興趣參加該月份抽籤活動的會員，屆時可按下連結或親臨中心{登記}，而網上登記截止時間為{首場例會早上 9:00}。*如登記人數眾多會即場抽籤*
- 正選者必須儘早到中心取票，若{活動舉行前二日}仍未到中心領取則當作放棄，中心隨即安排後備會員補上。
- {非抽籤活動}會於例會介紹每項活動後，即時報名及取票，而{收費活動}需在例會完結後到接待處繳費。

6. 2025 年 10 月 29 日(星期三)為重陽節公眾假期，屆時中心將暫停開放，不便之處，敬請留意！

7. 職員動向：聖方濟各大學實習學生梁寶儀姑娘及吳梓峰先生，於 2025 年 9 月 8 日至 12 月 22 日期間在本中心進行實習。



8. 2025-26 年度財政預算案宣佈為節省政府經常開支，向逾 170 間營辦津助福利服務的非政府機構實施資源效率優化計劃，於 2025-26 年度削減 2%，2026 至 27 年度則削減 5%，2027 至 28 年度累計削減 7% 的經常撥款金額。為配合政府政策及服務運作，中心活動將會逐步增加及調整收費，敬請留意及體諒。

2025 年 11 月份例會

橙組 11 月 3 日(星期一)上午 10:00

黃組 11 月 3 日(星期一)下午 2:30

紅組 11 月 4 日(星期二)上午 10:00

綠組 11 月 4 日(星期二)下午 2:30

10 月份鄧碧雲中心金句

1. 每日都是獨一無二的一天，不念過去；
2. 不畏將來，珍惜當下的這天！

2025 年 10 月 27 日(星期一)下午 2 時 30 分至 5 時正為中心每月職員會議，屆時活動報名、繳費服務將會暫停，敬請留意！

社區資訊

2025 年施政報告

政府將繼續貫徹「居家安老為本，院舍照顧為後援」方針，推出以下 11 項措施：

● 居家安老

1. 將「長者社區照顧服務券」的總數增加 4 000 張至 16 000 張。
2. 新增三個長者鄰舍中心，加強在地區為長者提供支援，預計每年可服務約 3 000 名長者。
3. 以試行方式把政府新建的福利項目設施出租，讓服務營辦機構有更大彈性提供不同資助模式的長者日間護理及支援服務。
4. 優化「離院長者綜合支援計劃」，為出院的有需要長者提供社會福利服務支援。

● 加強院舍照顧服務

5. 增加約 700 個新建資助安老宿位。
6. 增加 1 000 張「長者院舍照顧服務券」至總數 7 000 張。
7. 資助院舍合資格的現職保健員修讀新設的護理保健師專業文憑課程，培育專屬人才，推動業界發展。



● 優化大灣區養老安排

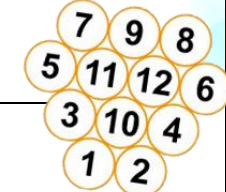
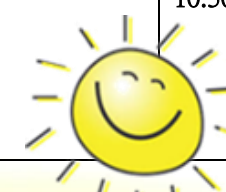
8. 年底前推出試驗計劃，資助選擇赴粵養老的綜援受助長者入住指定在粵安老院，提升生活質素。每名合資格長者每月可獲 5,000 元資助，名額共 1 000 個。
9. 持續擴展「廣東院舍照顧服務計劃」。由 10 月起，參加計劃的內地安老院將由 15 家增至 24 家，覆蓋城市由六個增至八個。
10. 年底前亦會推出為期兩年的試行安排，分擔參加「廣東院舍照顧服務計劃」的香港長者在國家基本醫療保障政策下須自付的部分醫療開支。
11. 在廣東及福建省養老的香港受惠長者可選擇由政府將可攜現金援助款項直接匯入其內地指定銀行的帳戶，方便香港長者在內地養老。

< 資料來源：<https://www.policyaddress.gov.hk/2025/tc/p259.html> >



仁濟醫院鄧碧雲紀念長者鄰舍中心

2025 年 10 月 13 日至 11 月 1 日(活動表)

星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六
13 (廿一) 10:00 橙組例會  2:30 黃組例會	14 (廿二) 10:00 紅組例會 2:30 綠組例會	15 (廿四) 9:15 中醫抽籤 10:00 輕舞飛揚(六) (補堂) 2:30 深東伸展運動班	16 (廿五) 9:15 活力運動操(三) 10:00 仁濟友排營 2:15 芬蘭木棋開心玩(三) 3:30 芬蘭木棋開心玩(三) 	17 (廿六) 9:15 活力運動操(三) 9:45 百發百中(一) 10:00 齊齊振健樂(一) 10:30 同您 FUN 享(三) 12:45 百發百中(二) 2:45 百發百中(三)	18 (廿七) 9:15 週末鬆一鬆(三) 10:00 智腦俱樂部(二) 2:00 認知齊檢測(三) 
20 (廿九) 9:30 歡樂太極(五) 10:00 齊齊振健樂(二) 10:45 開心太極扇(五)  2:30 木棋達人(一) 6:00 仁濟愛心慈善粵劇粵曲晚會	21 (九月初一) 9:15 活力運動操(三) 10:00 雅趣國畫(二) 11:15 墨韻書法(二) 11:30 內科 1:30 數碼科技流動站 2:30 木棋達人(二) 3:00 數碼科技流動站	22 (初二) 9:15 活力運動操(三) 10:00 輕舞飛揚(七) 10:30 耆「叻」知多少(三) 2:30 深東伸展運動班 	23 (初三) 9:05 針灸 9:15 活力運動操(三) 10:00 仁濟友排營 10:30 趣味問答(三) 10:00 桌上遊戲王(三) 2:30 音叉樂(二) 	24 (初四) 9:15 活力運動操(三) 10:00 齊齊振健樂(一) 10:45 鼓藝達人(五) 10:30 同您 FUN 享(三) 2:30 歡聚飛鏢(三)(1) 3:45 歡聚飛鏢(三)(2) 	25 (初五) 9:15 週末鬆一鬆(三) 2:30 週六數碼諮詢站
27 (初七) 9:30 歡樂太極(五) 10:00 音叉樂(二) 10:00 齊齊振健樂(二) 10:45 開心太極扇(五) 	28 (初八) 9:15 活力運動操(三) 10:00 雅趣國畫(二) 11:15 墨韻書法(二) 11:30 內科 2:30 藝趣工房(三)	29 (初九) 重陽節 公眾假期	30 (初十) 9:05 針灸 9:15 活力運動操(三) 10:00 仁濟友排營 2:30 木棋達人(三) 	31 (萬聖節/十一) 9:15 活力運動操(三) 10:00 齊齊振健樂(一) 10:00 痛症你有 SAY 10:00 規劃圓滿人生 10:30 同您 FUN 享(三)	11 月 1 (十二) 9:15 週末鬆一鬆(三) 10:00 聖誕傳耆義工會(1) 