



保良局劉陳小寶長者地區中心

2009年10月

通訊



長者支援服務隊 「一家一有「里」關懷長者計劃」

自2005年至今，本中心長者支援服務隊透過外展服務，接觸到接近2000名獨居/雙老長者，當中超過6成為體弱長者，他們大多缺乏社區支援，亦需要我們的關顧。中心獲得觀塘區議會撥款資助，舉辦「一家一有「里」關懷長者計劃」，目的有三：

1. 讓區內弱老共同分享國慶60週年喜悅，藉國慶表達對長者關懷。
2. 透過舉辦大型活動發掘區內有需要關顧的長者，並宣揚護老訊息。
3. 招募社區、企業及學生成為義工並提供培訓，定期前往探訪體弱長者，使其獲得定期關顧，與中心保持聯繫。



* 有云「遠親不如近鄰」，

如你的左鄰右里是缺乏社區支援及關顧的獨居或雙老，

請你對他們多加看顧！

或可轉介予中心長者支援服務隊，讓外展隊盡早為他們提供支援服務。

中心地址：九龍藍田德田邨藍田社區綜合大樓一樓及德欣樓地下B翼
耆英智多星熱線：2177 6166 傳真：2177 6121 耆英網絡通：www.plkdecc.hk

十月好玩一天遊

日期：10月28日(三)
 時間：上午9:15 - 下午4:30
 集合地點：本中心(老友記劇場)
 收費：會員 \$ 80 / 非會員 \$90
 對象：中心會員 或 非會員
 名額：116人 (額滿即止)
 行程：孫中山紀念館 -> 午膳 ->

茶 水 及 白 飯	玫 瑰 豉 汁 雞	白 汁 石 班 塊	京 都 焗 肉 排	西 芹 腰 果 肉 丁	翠 塘 海 鮮 滑 豆 腐	粉 絲 蝦 米 雜 菜 煲	燒 味 拼 盤	雞 粒 粟 米 羹
-----------------------	-----------------------	-----------------------	-----------------------	----------------------------	---------------------------------	---------------------------------	------------------	-----------------------

林黛電影文物展 -> 東亞運動會展覽廊 ->回中心

負責職員：蔡國輝 先生、李淑芬 姑娘
 報名方法：最後一場例會後可報名



十月份晚間活動 『美味廚房』

日期：10月29日(四)
 時間：晚上6:30 - 8:00
 地點：老友記劇場
 費用：\$10
 名額：80名
 內容：與會員一同分享煮食樂趣、玩遊戲及表演等



購票日期：10月6日(二)例會完後即時接受報名
 負責同事：張翠韻姑娘，毛茜俞姑娘

活動編號：26064

二胡研習班(二)

日期：2009年10月17日至
 2010年1月9日(逢六，12堂)
 時間：上午10:15 - 11:15
 地點：健怡閣
 容：教導參加者二胡的拉奏技巧。
 對象：有興趣學習二胡的會員，經驗不拘。

費用：\$360
 負責職員：黃偉嘉 先生
 備註：適合未曾學習二胡者或初學者，參加者需自備二胡。

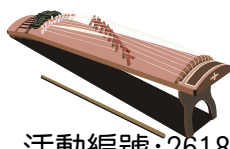


活動編號：26183

中樂團(二)

日期：2009年10月17日至
 2010年1月9日(逢六，12堂)
 時間：上午11:30 - 12:30
 地點：健怡閣
 容：教導參加者中樂合奏的技巧，並參與日後保良局中樂團的演出。

對象：曾學習任何中樂樂器的會員。
 費用：\$200
 負責職員：黃偉嘉 先生



活動編號：26184

開心歡樂大團聚

日期：10月10日(六)
 時間：下午2:30 - 4:00
 地點：老友記劇場
 對象：中心會員。
 容：歌舞欣賞，有獎遊戲。

費用：全免
 負責職員：黃偉嘉 先生
 報名方法：10月8日(四)下午2時放証，同日3時抽籤。

單身貴族 – 家居急救小常識

日期：10月28日(三)
 時間：下午2:30-3:30
 地點：老友記劇場
 對象：單身貴族組員。
 收費：全免
 名額：80人
 內容：由職員介紹簡單的家居急救小常識，可助己助人。



參加辦法：可於單身貴族寶石活動內取票，或直接向甘姑娘索取。

單身貴族 – 寶石分組活動

紅寶石：10月8日(四) 下午2:30-3:30
 藍寶石：10月15日(四) 下午2:30-3:30
 黃寶石：10月22日(四) 下午2:30-3:30
 綠寶石：10月29日(四) 下午2:30-3:30
 地點：健怡閣



對象：已登記之單身貴族寶石組員
 費用：全免

內容：本月將與組員齊做健腦運動及遊戲保持腦筋靈活。

登記辦法：有興趣加入而又從未登記之會員，可找甘姑娘查詢。

上月已登記之組員，將獲個別通知所屬組別參加活動

齊學FIT型舞

日期：10月6、27日(二) 上午10:00及
 10月7、14、28(三) 上午11:00

地點：健怡閣

內容：由FIT型大使帶領及教導會員跳毛巾操及FIT型舞，一同分享做運動的樂趣。

對象：對做運動有興趣之會員

參加辦法：無需預先登記，即興入場

名額：不限

收費：全免

負責職員：甘詠嬋 姑娘



夏日麼麼茶

日期：10月9日(五) (南瓜蕃茄湯)
 10月23日(五) (蕃茄肉醬意粉)

時間：下午3:15至4:30

地點：清談雅座

內容：會員可購票到清談雅座一嚐職員所製作的小食。

對象：中心會員

費用：\$5

購票日期：10月6日(二)

例會完後可即時報名

負責職員：陳詠茵 姑娘



守護相聚

日期：10月7日（三）
時間：上午10:00 - 11:00 及
日期：10月8日（四）
時間：下午2:30 - 3:30
地點：老友記劇場
內容：提供護老者資訊、護老意見分享及遊戲。
對象：護老者
負責職員：鄧志崗先生、秦演文姑娘



遊樂鬆一鬆

日期：10月23日（五）
時間：上午10:00 - 11:00
地點：健怡閣
內容：教導活力長者健康操，
為護老者紓緩壓力。
對象：護老者
名額：35人
負責職員：鄧志崗先生 秦演文姑娘



使用復康用品講座

日期：10月29日（四）
時間：下午2:30 - 3:30
地點：健怡閣
內容：學習使用復康用品，減輕護
老者扶抱及轉移的體力消
耗。
對象：護老者
名額：20人
協辦機構：衛生署長者外展隊（觀塘）
負責職員：秦演文姑娘

『護老者好幫手計劃』 [護老者家庭] 探訪日

探訪日期：11月7日（六）
探訪時間：上午10:00 - 12:00
集合地點：老友記劇場
活動內容：由『護老者好幫手計劃』之義
工上門探訪中心護老者家庭，
送上關懷及慰問。
活動對象：護老者家庭
負責職員：鄧志崗先生、秦演文姑娘
備註：如對活動有興趣者，
歡迎與負責職員聯絡。

活動編號：26203

歡樂慶重陽

日期：10月13日（二）
時間：下午3:00 - 4:00
地點：老友記劇場
收費：\$10
對象：中心會員
名額：80人
內容：職員精彩表演，同慶重陽
節。
參加方法：10月7日（三）下午2:00放
証、即日下午3:00抽籤
負責職員：蔡國輝先生

	10月耆義大事回顧	10月耆英大使大會
日期	10月8日(四)	10月2日(五)
時間	下午3:30-4:30	下午2:30-3:30
地點	數碼天地	老友記劇場
內容	回顧上月義工活動及提供晒相服務	宣傳義工及外展活動 《歡迎有興趣加入義工之人士參加》
負責職員	劉倩梅 姑娘	李鴻基 先生、張翠韻 姑娘

友誼商店探訪

日期：10月23日(五)
 時間：下午2:30-4:00
 對象：義工
 地點：中心健怡閣集合
 內容：探訪藍田區獨居/雙老同住長者
 報名日期：10月2日耆英大使大會
 負責同事：張翠韻 姑娘



鄰舍輔導會賣旗日

日期：10月10日(六)
 時間：上午7:30-上午10:00
 地點：藍田各邨
 對象：長者義工
 內容：透過賣旗活動幫助更多有需要人士
 報名日期：10月2日耆英大使大會
 負責同事：張翠韻 姑娘



耆英繽紛樂遊悠

日期：10月24日(六)
時間：下午2:00-5:00
地點：老友記劇場 名額：70人
內容：遊戲 對象：中心會員
放証日期：10月14日(三) 上午9時
抽籤日期：10月14日(三) 上午10時
合辦機構：YMCA
負責同事：李鴻基 先生



一長者一義工配對及訓練日

日期：10月7日(三)
時間：下午2:30-下午4:00
地點：健怡閣
內容：培訓長者義工及即場配對
對象：義工
報名日期：10月2日耆英大使大會
負責同事：李鴻基 先生



義聚天倫

日期：10月22日(四)
時間：下午2:30-下午4:00
地點：老友記劇場
內容：義工玩遊戲
對象：中心會員
報名日期：10月2日耆英大使大會
負責同事：張翠韻 姑娘





星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六	星期日
5/10 十七	6 十八	7 十九	8 寒露	9 廿一	10 廿二	11 廿三
09:30 晨早新聞站 (劇) 10:00 例會 (劇) 10:00 豐姿妙舞 (健) 02:00 Wewill (劇) 02:30 男女士瑜珈班 (健) 03:45 女士瑜珈班 (健)	09:30 晨早新聞站 (劇) 10:00 國語金曲齊齊唱 (劇) 10:30 齊來學英語 A 班 (議) 10:00 齊學 FIT 型舞 (健) 10:00 男女羽毛球班 (廣田體育館) 02:30 例會 (劇) 02:30 齊來學英語 B 班 (議) 02:30 詠春班 (健)	10:00 守護相聚 (劇) 02:00 開心齊唱 K (劇) 02:30 毛筆習字班 (美) 02:30 棋樂共聚 (大堂) 11:00 齊學 FIT 型舞 (健).	09:15 足底按摩保健樂 (靜) 09:30 晨早新聞站 (劇) 10:00 粵曲班 (劇) 10:00 太極班 (健) 11:00 電腦入門班 (數) 01:15 足底按摩保健樂 (靜) 02:30 守護相聚 (劇) 02:30 英文入門班 (議) 03:00 電腦進階班 (數) 02:30	09:30 高血壓互助小組 (議) 09:30 外語半小時 (劇) 02:30 單身貴族-紅寶石 (健) 03:30 『護老者好幫手』義工培訓 (劇)	09:30 好書分享 10:00 好戲連場 (劇)	2:30 好 戲 首 映 (劇) 
12 廿四	13 廿五	14 廿六	15 廿七	16 廿八	17 廿九	18 九月
09:30 晨早新聞站 (劇) 10:00 好戲連場 (劇) 10:00 豐姿妙舞 (健) 02:00 Wewill (劇) 02:30 男女士瑜珈班 (健) 03:45 女士瑜珈班 (健)	09:30 晨早新聞站 (劇) 10:00 國語金曲齊齊唱 (劇) 10:30 齊來學英語 A 班 (議) 02:30 齊來學英語 B 班 (議) 10:00 男女羽毛球班 (廣田體育館) 02:30 詠春班 (健)	09:30 趣味中文班 (美) 10:00 有講有笑普通話 (議) 10:00 好戲連場 (劇) 11:00 齊跳 FIT 型舞 (健) 11:10 淺淺地學普通話 (議) 02:00 開心齊唱 K (劇) 02:30 毛筆習字班 (美) 02:30 棋樂共聚 (大堂)	09:15 足底按摩保健樂 (靜) 09:30 晨早新聞站 (劇) 10:00 粵曲班 (劇) 10:00 太極班 (健) 10:00 中國的風采 (議) 11:00 電腦入門班 (數) 01:15 足底按摩保健樂 (靜) 02:30 英文入門班 (議) 03:00 電腦進階班 (數)	09:30 高血壓互助小組 (議) 09:30 外語半小時 (劇) 10:00 開心齊唱 K (劇) 02:30 單身貴族-藍寶石 (健) 03:30 『護老者好幫手』義工培訓 (劇)	09:30 好書分享	2:30 好 戲 首 映 (劇)
19 初二	20 初三	21 初四	22 初五	23 初六	24 初七	25 初八
09:30 晨早新聞站 (劇) 10:00 好戲連場 (劇) 10:00 豐姿妙舞 (健) 02:00 Wewill (劇)	09:30 晨早新聞站 (劇) 10:00 國語金曲齊齊唱 (劇) 10:30 齊來學英語 A 班 (議) 02:30 齊來學英語 B 班 (議) 02:30 詠春班 (健)	<p>停電</p>  <p>中心如常開放</p>	09:15 足底按摩保健樂 (靜) 09:30 晨早新聞站 (劇) 10:00 粵曲班 (劇) 10:00 太極班 (健) 10:00 中國的風采 (議) 11:00 電腦入門班 (數) 01:15 足底按摩保健樂 (靜) 02:30 英文入門班 (議) 03:00 電腦進階班 (數)	09:30 高血壓互助小組 (議) 09:30 外語半小時 (劇) 10:00 好戲連場 (劇) 10:00 遊樂鬆一鬆 (健) 02:30 單身貴族-黃寶石 (健) 03:30 『護老者好幫手』義工培訓 (劇)	09:30 好書分享	2:30 好 戲 首 映 (劇)

保良局劉陳小賣長者地區中心

星期一	星期二	星期三
26 初九	27 初十	28 十一
<h1>重陽節</h1> 	09:30 晨早新聞站 (劇) 09:30 血糖檢驗 (聊) 10:00 齊跳 FIT 型舞 (健) 10:00 國語金曲齊齊唱 (劇) 10:30 齊來學英語 A 班 (議) 02:30 齊來學英語 B 班 (議) 02:30 詠春班 (健)	09:30 趣味中文班 (美) 10:00 開心齊唱 K (劇) 10:00 有講有笑普通話 (議) 11:00 齊跳 FIT 型舞 (健) 11:10 淺淺地學普通話 (議) 02:30 毛筆習字班 (美) 02:30 家居急救小常識 (劇)
2 十六	3 十七	4 十八
10:00 例會 (劇) 10:00 豐姿妙舞 (健) 11:00 例會 (劇)	09:30 晨早新聞站 (劇) 10:00 例會 (劇) 10:30 齊來學英語 A 班 (議) 02:30 齊來學英語 B 班 (議)	09:30 趣味中文班 (美) 10:00 有講有笑普通話 (議) 10:00 守護相聚 (劇) 11:10 淺淺地學普通話 (議) 02:30 毛筆習字班 (美) 02:30 例會 (劇)

繽紛活動全接觸

- 棋樂共聚 : 棋類遊戲，考心思之餘，又可與老友記對壘。
- 好書分享 : 由職員向會員分享不同類別的書本，擴闊會員的知識範疇。
- We Wii 俱樂部 : 最新的動感電子遊戲，既刺激又有趣。
- 晨早新聞站 : 讓會員了解最新時事，緊接時代脈搏。
- 好戲首映 : 向會員推介中心首次播放的電影。
- 外語半小時 : 以生活化形式，教導會員一些常用及簡易的外語。
- Bingo 大對碰 : 每星期兩次，一試當日幸運指數。
- 夏日麼麼茶 : 由職員帶領美味大使，每月為會員準備兩次美味廉價的下午茶。
- 齊來 Fit 型舞 : 由 Fit 型大使教導會員跳健康 Fit 型舞，盡顯會員活力動感一面。
- 每日鬆一鬆 : 全日為會員提供廉價按摩椅服務。
- 網上任我行 : 為會員提供免費電腦借用服務，時段為 9:00-12:00 及 2:00-5:00。

星期四	星期五	星期六	星期日
29 十二	30 十三	31 十四	1/11 十五
09:15 足底按摩保健樂 (靜) 09:30 晨早新聞站 (劇) 10:00 粵曲班 (劇) 10:00 太極班 (健) 10:00 中國的風采 (議) 11:00 電腦入門班 (數) 01:15 足底按摩保健樂 (靜) 02:30 使用復康用品講 (劇) 02:30 英文入門班 (議) 03:00 電腦進階班 (數)	09:30 外語半小時 (劇) 02:30 單身貴族-綠寶石 (健) 03:30 『護老者好幫手』義工培訓 (劇)	09:30 好書分享 10:00 好戲連場 (劇) 02:30 大約在冬季 (劇)	2:30 好戲首映 (劇) 
5 十九	6 二十	7 立冬	8 廿二
09:30 晨早新聞站 (劇) 10:00 粵曲班 (劇) 10:00 太極班 (健) 10:00 中國的風采 (議) 11:00 電腦入門班 (數) 02:30 英文入門班 (議) 03:00 電腦進階班 (數)	09:30 外語半小時 (劇)	09:30 好書分享	2:30 好戲首映 (劇) 

- 每天恆常活動：**
- 09:15 健康十巧 (健)
(逢星期一至星期六)
 - 晚上 06:30 至 08:30 晚間活動 (美)
逢星期二 『時代金曲對對唱』、『棋類活動』
逢星期四 『粵曲唱不停』、『棋類活動』

活動地點：

(劇) - 老友記劇場	(懷) - 懷舊閣
(健) - 健怡閣	(交) - 交心閣
(清) - 清談雅座	(聊) - 聊天閣
(聚) - 聚首軒	(靜) - 靜心閣
(議) - 議事堂	(美) - 美膳館

改善記憶講座

日期：10月9日(五)
 時間：上午10:00 - 11:00
 地點：老友記劇場
 內容：介紹一些增強記憶的技巧，活動及輔助用具。
 對象：中心會員
 費用：全免
 名額：80人
 協辦機構：衛生署長者健康外展隊
 派飛日期：10月5日(一)上午10:00
 負責職員：陳詠茵 姑娘

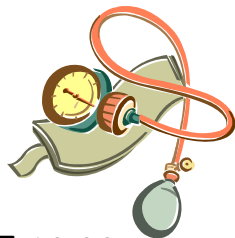


認識傳統殮葬講座

日期：10月20日(五)
 時間：下午02:30 - 03:30
 地點：老友記劇場
 內容：認識傳統殮葬的新知。
 對象：中心會員
 費用：全免
 名額：80人
 協辦機構：循道衛理觀塘社會服務處
 派飛日期：10月12日(一)上午10:00
 負責職員：陳詠茵 姑娘

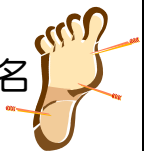
健康檢查日

日期：10月17日(六)
 時間：下午02:00 - 03:30 (第一場)
 下午03:30 - 05:00 (第二場)
 地點：美膳館(地下飯堂)
 內容：為長者量血壓。
 對象：中心會員
 費用：全免
 名額：120人
 協辦機構：中心義工
 派票日期：10月17(六)上午10:00
 負責職員：陳詠茵 姑娘



足底按摩保健樂

日期：10月8日—10月29日(逢四)
 時間：上午09:15 - 下午05:00
 地點：靜心閣
 內容：由專業師傅替會員按摩足底穴位
 對象：中心會員
 費用：65元 非會員：70元
 名額：每日10位
 報名日期：10月2日開始接受報名
 負責職員：陳煥珍 姑娘



10月血糖檢驗

日期：10月27日(二)
 時間：上午9:30 - 10:30
 地點：聊天閣/交心閣
 內容：由註冊/登記護士提供廉價的血糖檢驗服務。
 對象：中心會員
 費用：會員 \$8 非會員 \$10
 名額：35人
 協辦機構：蕭明紀念護老院
 購票日期：即時接受報名
 負責職員：陳煥珍 姑娘

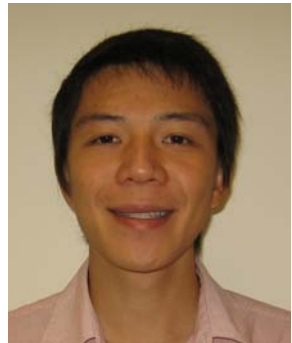


活動編號：25914



陳顯揚 先生：(高級常務主任)

各位老友記大家好，我是「阿揚」，可以叫我「楊」先生，是行政組新任的高級常務主任，好高興能為大家服務，希望名位長者享受我們中心提供的各種設施及活動，祝大家身體健康！



蔡國輝 先生：(活動策劃幹事)

各位老友記！大家好！由本月開始本人會轉到「長者及護老者服務」團隊工任活動策劃幹事，為大家舉辦旅行、生日會以及多元化的康樂活動，大家記得支持支持！多謝！



羅文雅 姑娘：(活動及事務助理)

老友記大家好！我是羅姑娘，不經不覺我已經在中心工作了一年，真是有點不捨得。我將會於10月7日離職，會另覓新發展。我希望老友記每天都開開心心！



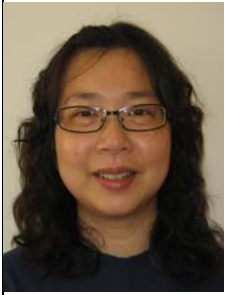
周佩怡 姑娘：(實習學生)

各位老友記大家好！我是來自專業教育學院(李惠利)，幼兒教育及社會服務系的——周佩怡，你們可以稱呼我周姑娘，我會逢星期二、四到中心見大家，請各位多多指教！



吳景新 姑娘：(實習學生)

大家好！我叫吳景新。我是專業教育學院(李惠利)長者服務三年級實習學生。大家可以稱呼我做吳姑娘。每逢星期二和星期四我都會在中心，期間我會舉辦一個小組，歡迎參加，請大家多多指教。



活動及事務助理(行政) 馬麗君 姑娘：

各位老友記大家好，我是馬姑娘，我將會在 10 月 11 日正式離開這個開心大家庭，在此謹祝各位身體健康，生活愉快。

特別報告

由於德欣樓及綜合大樓進行電力檢查，10月21日(星期三)上午9時至下午6時中心（一樓）及德欣樓（地下）將暫停電力供應，但中心將如常開放，敬請留意。

SQS 服務質素標準

為確保公眾獲得優質的社會福利服務，貫徹「以客為本」的精神及加強福利服務的問責性，社會福利署及受資助機構推行一套服務表現監察制度-----服務質素標準(SQS)。
SQS 共有 16 項，在各項標準之下共有 79 條具體的準則，明確界定了管理及控制服務質素水平所需的程序和指引。今期介紹 SQS 13：

標準 13：服務資料

『私人財產—服務單位應尊重服務使用者的私人財產。』

為達到上述標準，中心已存備有關政策及程序並切實執行
各位老友記如有任何意見及查詢，歡迎大家與以下職員聯絡：

營運經理：

嚴芷慧

「長者及護老者服務」團隊：

黃偉嘉、鄧志崗、秦演文、蔡國輝、甘詠嬋、李淑芬、羅文雅、陳詠茵、陳煥珍

「輔導服務」團隊：

何綺明、何貝思、胡詠賢、毛茜俞、葉愛美

「義工發展及外展服務」團隊：

段倩穎、陳少洸、李鴻基、陳銘康、楊嘉琪、張翠韻、王建翔、黃文傑、劉倩梅、鄧紫婷

「行政及常務」團隊：

陳顯揚、吳利琮、馬麗君、何紹文、林秀紅、方杏嬌、梁煥芳、盧彩惠

中心職員



續會通知

凡 08 年 10 月入會之會員，請於 09 年 10 月 31 日前到本中心辦理續會手續，並繳交年費 21 元(金咭)/50 元(銀咭)。續會可獲精美禮物乙份及免費使用按摩椅服務一次(每次 15 分鐘)

續會時間	
星期一至五	上午 9:30 至下午 1:00 下午 2:30 至下午 4:30
星期六	上午 9:30 至下午 4:30
星期日全日暫停 續會 / 入會	

Bingo 對對碰

日期：10 月 8、15、22、29 日(逢四)
10 月 10、17、24、31 日(逢六)

時間：下午 2:00 - 2:30

地點：老友記劇場

內容：與會員一起玩遊戲。

對象：中心會員

費用：全免

名額：80 人



1+1 飯堂服務計劃

於即日起，凡成功介紹朋友到中心入會，成為新會員，可與新會員一起免費享用飯餐及使用按摩椅服務各一次，送完即止！

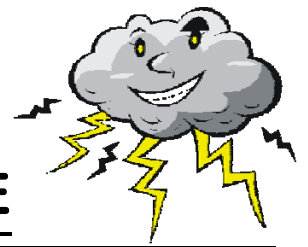
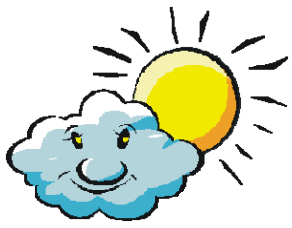
入會時間	
星期一至六	上午 9:30 至下午 5:00
星期日	下午 2:00 至下午 5:00

有關詳情可向接待處查詢

社區飯堂服務計劃

膳食類別 時間	對象及收費	
	60 歲或以上 長者	59 歲或以下 社區人士
早餐 上午 8:00-8:30	\$4	\$8
午餐 上午 11:45- 下午 12:15	\$10	\$12
晚餐 下午 5:00-5:30	\$10	\$12

穿梭巴士開駛時間/地點	開出時間		開出時間(保良局劉陳小寶長者地區中心)	
啓田邨： (啓信樓；陳鑑林 議員辦事處)	上午	9 時 50 分、11 時 50 分	上午	9 時 30 分、11 時 30 分
	下午	2 時 50 分、4 時 55 分	下午	2 時 30 分、4 時 45 分
寶達邨： (達峰樓)	上午	9 時 15 分、10 時 15 分 12 時 15 分	上午	9 時、10 時、12 時
	下午	2 時 15 分、3 時 15 分 4 時 15 分	下午	2 時、3 時、4 時
鯉魚門邨： (鯉生樓)	上午	8 時 45 分、10 時 45 分	上午	8 時 30 分、10 時 30 分
	下午	1 時 45 分、3 時 45 分	下午	1 時 30 分、3 時 30 分
平田邨： (平仁樓迴旋處)	上午	9 時 40 分、11 時 40 分	上午	9 時 30 分、11 時 30 分
	下午	2 時 40 分、4 時 50 分	下午	2 時 30 分、4 時 45 分



暴風雨訊號下中心服務安排

	中心服務		戶內活動		戶外活動	
	開放	關	照常	取消	照常	取消
1 號風球/黃雨	✓		✓		✓	
3 號風球/紅雨	✓		✓			✓
8 號風球/黑雨		✓		✓		✓

中心開放時間

時間 / 星期	一	二	三	四	五	六	日
上午 7:30 - 上午 9:00 (德欣樓地下)	★	★	★	★	★	★	
上午 9:00 - 下午 2:00 (大樓 1 樓)	☺	☺	☺	☺	☺	☺	
下午 2:00 - 下午 5:00 (大樓 1 樓)	☺	☺	☺	☺	☺	☺	★
下午 5:00 - 下午 6:30 (德欣樓地下)	★	★	★	★	★	★	
下午 6:30 - 晚上 9:00 (德欣樓地下)		★		★			
★ 延長服務時間 ☺ 正常服務時間 公眾假期休息 (除星期日外)							

09 年 11 月份例會時間表

日期：09 年 11 月 2 日 (星期一)

上午 10:00 及 11:00

09 年 11 月 3 日 (星期二)

上午 10:00

09 年 11 月 4 日 (星期三)

下午 2:30

地點：老友記劇場

本月開始例會將不設組別限制，詳情請留

意中心海報及例會宣傳。



督印人員：	嚴芷慧 經理
編輯人員：	何紹文 先生
印刷數目：	1000 份
日期：	2009 年 10 月