



督印人：陳珮華 編輯：黃靖雯 排版：王彩容、莫一心
如對本通訊有任何意見，歡迎與中心職員聯絡。

辦公室地址：
柴灣興華二邨樂興樓215至218室
電話：2558 3338 / 2245 1500
傳真：2556 5432
WhatsApp：6389 7319
電郵：hwe@mevcc.org.hk
印刷日期：2026年3月
編印數量：1200份

2026年4月至5月通訊

中心辦公時間	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六	星期日
上午9：00	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✗
下午5：00	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✗
星期日及公眾假期休息							

中心消息

- 「2026愛華愛心行」步行籌款已於1月25日順利完成，感謝各位會員及善長全力支持。
- 4月3日、4月4日、4月6日及4月7日為耶穌受難節、耶穌受難節翌日、清明節翌日及復活節翌日，中心將合共休息四天，敬請各位留意。
- 本機構將於2026年5月16日(星期六)舉行賣旗活動，歡迎各位踴躍支持。
- 中心將於2026年5月18日(星期一)舉行一年一度的火警演習，請各位老友記盡量出席。
- 物理治療助理譚雅麗姑娘已到任，在此歡迎譚姑娘加入中心團隊。



會員意見回應欄

中心增設會員意見回應欄，以便回覆會員對各項服務所提出的意見。
如你有任何意見，可透過口頭或書面形式知會中心職員。
你的意見正是我們改善服務的動力。

會員意見： 按摩椅何時可以使用？

中心回應： 中心正進行檢查、安全及操作測試，預計4月開始投入使用。

會員例會

各例會開會日期 (地點：樂興樓218室)	開會時間 每個月最後的星期二	2月份開會人數
恩慈家：4月29日及5月27日	上午9:30開始	恩慈家：36人
恩慈家：4月29日及5月27日	下午2:30開始	溫柔家：34人

例會的主要功能是報告中心消息、發放安老服務資訊、活動報名、派發活動券及抽籤等。
敬請各會員盡量出席！！
“一般活動安排例會翌日公開報名”

* 以下活動無須報名，歡迎自由參加 *

『一領一』 獎勵計劃	為使區內更多長者加入我們的大家庭，中心今年繼續舉行『一領一』獎勵計劃，歡迎會員介紹親友入會。獎勵計劃分金、銀、銅獎，分別介紹三位、兩位及一位新會員可得以上獎項，希望大家踴躍推介。
活力與你健身 獎勵計劃	逢星期一至六(中心開放時間內)，會員每達到『健身閣』使用中心任何健身器材後，可到中心詢問處蓋印【每節一個印花】，累積印花可換取不同禮品。只須索取一張『健身印花紙』便可參加。
早操	逢星期一至五早上9:15至9:45 於樂興樓218室舉行。 (如暫停，中心另行通知)
自助健康 測量站	為提高長者對疾病預防的意識及加強其自我管理健康的能力，各會員可自助量度各項健康指標，包括血壓、血含氧量等，持續監察和及早介入。

中心設施使用規則：

會員同一時間只可以簽名輪候一項器材；
會員須親自簽署登記表格；互動負重儀每日只能使用一次，請穿著淺色衣服使用。

以上活動安排如有調動，一切以中心公佈為準

新同工介紹

大家好！我是新入職嘅物理治療助理，譚雅麗姑娘，很高興來到中心與大家見面，歡迎各位老友記隨時來中心找我做下運動，期待和大家見面！









中心重要資訊

本機構舉辦的「愛華愛心行2026」步行籌款活動已完滿結束，感謝各位會員鼎力支持。本年度興華耆樂中心最高籌款的會員為：

冠軍-阮碧玉、亞軍-施秀園、季軍-鍾樹根，3位最高籌款者將分別獲得3張(冠軍)、2張(亞軍)及1張(季軍)「中心活動券」，並可於26-27年度憑券(每張)優先報名一次性活動(班組除外)。再次感謝各位會員的參與！

認識《香港國安法》

-  問：考考你，你知道《香港國安法》是什麼時候實施的嗎？
-  答：當然知道，是2020年6月30日，當時還訂立了四類危害國家安全的罪行，包括分裂國家、顛覆國家政權、恐怖活動，以及勾結外國或境外勢力危害國家安全。
-  問：那再考你一題，2024年通過的《維護國家安全條例》有什麼重點？
-  答：立法禁止叛國、煽動叛亂、顛覆中央人民政府、奪取國家機密等。
-  問：很厲害！最後一題，你知道全民國家安全教育日是哪天嗎？
-  答：每年的4月15日！

如欲了解更多關於《香港國安法》的內容，可瀏覽相關網站，或到中心壁報參閱相關資訊。此外，誠邀各位參與「全民國家安全教育日」活動，一同了解這個特別的日子。活動內容豐富，歡迎踴躍報名參加。

全民國家安全教育日

日期：4月15日(星期三)

時間：下午2:30至3:30

地點：安興樓504室

內容：透過影片及遊戲，認識國安法。

費用：全免

名額：20人

報名方法：3月31日例會優先報名、4月1日公開報名

負責職員：鄭蘭詩姑娘、王彩容姑娘

備注：參加者可獲禮物乙份



以上活動安排如有調動，一切以中心公佈為準

健康及教育

健康新知

日期	時間	題目	地點	報名方法	名額	負責職員
4月9日 星期四	上午 10:00至11:00	郁得健康	樂興樓 218室	3月31日例會優先報名 4月1日公開報名	25人	陳家音 姑娘
內容	衛生署註冊護士講解體能運動的重要性及好處。費用全免。					
5月13日 星期三	上午 10:00至11:00	認識冠心病	樂興樓 218室	4月28日例會優先報名 4月29日公開報名	25人	陳家音 姑娘
內容	衛生署註冊護士講解冠心病的成因及處理方法。費用全免。					

愛心剪髮

日期：4月1日(星期三)
時間：上午9:30至11:00
地點：樂興樓218室
內容：由義工為長者剪髮，轉轉新髮型。
費用：\$5
名額：20人
報名方法：3月31日例會優先報名、
4月1日公開報名
備註：1) 當天早上9:00開始憑票取籌。
2) 基於衛生考慮，接受服務前
自行洗頭。
負責職員：王彩容姑娘

手機遊戲教學工作坊

日期：4月21日(星期二)
時間：下午2:15至4:15
地點：樂興樓218室
內容：由中學生教授長者使用手機的
認知訓練及復康遊戲。
費用：全免
名額：20人
報名方法：3月31日例會優先報名、
4月1日公開報名
備註：1) 參加者必須出席2節活動
2) 參加者自備智能電話
3) 活動與國念科技國際公司合辦
負責職員：王彩容姑娘

甩手功

日期：4月20日(星期一)
時間：下午2:30至3:30
地點：樂興樓218室
內容：透過拍打特定經絡與穴位，促進
血液循環，特別適合久坐少動者。
費用：全免
名額：10人
報名方法：3月31日例會優先報名、
4月1日公開報名
負責職員：譚雅麗姑娘

《商品說明條例》講座

日期：4月23日(星期四)
時間：下午10:00至11:00
地點：樂興樓218室
內容：香港海關職員會講解何謂商品說
明、相關的罪行、不良營商手法、
及提供一些精明消費貼士。
費用：全免
名額：20人
報名方法：3月31日例會優先報名、
4月1日公開報名
負責職員：陳天恒先生

以上活動安排如有調動，一切以中心公佈為準

健康及教育

電話解答

日期：4月27日(星期一)、5月29日(星期五)
時間：下午2:30至3:30
地點：樂興樓217室
內容：教導長者使用智能電話。
費用：全免
名額：8人/每節，每人15分鐘
4月報名方法：3月31日例會優先報名、
4月1日公開報名
5月報名方法：4月28日例會優先報名、
4月29日公開報名
備註：請自備智能電話
負責職員：彭詩雅姑娘

拒絕肌少症

日期：5月18日(星期一)
時間：下午2:30至3:30
地點：樂興樓218室
內容：由雀巢香港公司派出註冊營養師到場講解肌少症的成因。
費用：全免
名額：25人
報名方法：4月28日例會優先報名、
4月29日公開報名
負責職員：陳家音姑娘

「家傳財智」： 理財價值觀傳承理財小組 (2026年5月)

日期：5月8, 15, 22, 29日(星期五)
時間：上午10:30至下午12:00
地點：樂興樓218室
內容：認識理財傳承要素與了解資源運用。
費用：全免
名額：8人
報名方法：3月31日例會優先報名、
4月1日公開報名
負責職員：張秀玲姑娘

「從音樂看情緒」講座

日期：5月21日(星期四)
時間：上午10:00至11:30
地點：樂興樓218室
內容：音樂可以拉近人與人之間的距離、創造共同的回憶、引起我們的喜怒哀愁。是次活動透過分享流行歌曲，從中了解情緒。
費用：全免
名額：40人
報名方法：4月28日例會優先報名、
4月29日公開報名
負責職員：嚴潞愉姑娘

火警演習及防火講座

日期：5月13日(星期三)
時間：下午2:30至3:30
地點：樂興樓218室
內容：由消防員到講解防火資訊及火警演習。
費用：全免
名額：30人
報名方法：4月28日例會優先報名、
4月29日公開報名
負責職員：王彩容姑娘

認識柏金遜症

日期：5月20日(星期三)
時間：上午10:30至11:30
地點：樂興樓218室
內容：透過認識柏金遜症，辨識早期典型病徵，講解食物、運動與病症的影響，並示範家居物理治療操。
費用：全免
名額：10人
報名方法：4月28日例會優先報名、
4月29日公開報名
負責職員：譚雅麗姑娘

福樂組

日期：4月1日、4月15日、
5月6日、5月20日(逢星期三)
時間：下午2:30至3:30
地點：樂興樓218室
內容：讚美操、輕鬆談信仰、福音粵曲及樂在耆中，透過不同形式輕鬆認識基督信仰。
費用：全免
名額：15人
報名方法：歡迎有興趣人士參加
負責職員：區鳳萍姑娘、王彩容姑娘

電影欣賞：歲月神偷

日期：4月23日(星期四)
時間：下午2:00至4:00
地點：樂興樓218室
內容：播放金像獎最佳編劇得獎電影，由著名演員吳君如主演。
費用：全免
名額：25人
報名方法：3月31日例會優先報名、
4月1日公開報名
負責職員：陳家音姑娘

Switch齊齊遊戲：做運動 (4/2026)

日期：4月10日(星期五)
時間：上午10:00至11:00
地點：樂興樓218室
內容：一起用新型電子遊戲機(Switch)玩「Nintendo Switch運動」，活動身體，度過快樂時光。
費用：\$5
名額：8人
報名方法：3月31日例會優先報名、
4月1日公開報名
負責職員：陳天恒先生

TANO體感遊戲(4/2026)

日期：4月20日、4月27日
(星期一，共2節)
時間：下午2:30至3:30
地點：樂興樓218室
內容：TANO是一個多元化的復康訓練系統，主要針對運動及認知能力，進行訓練以作及早介入，減少腦退化的機會。
費用：\$5
名額：10人
報名方法：3月31日例會優先報名、
4月1日公開報名
負責職員：陳天恒先生

齊齊認識復活節

日期：4月10日(星期五)
時間：下午2:30至3:30
地點：樂興樓218室
內容：了解復活節的由來。
費用：全免
名額：20人
報名方法：3月31日例會優先報名、
4月1日公開報名
負責職員：陳家音姑娘

包剪揼大賽

日期：4月30日(星期四)
時間：上午10:30至11:30
地點：樂興樓218室
內容：齊齊玩包剪揼比賽，重溫童年回憶。
費用：全免
名額：20人
報名方法：3月31日例會優先報名、
4月1日公開報名
負責職員：王彩容姑娘

TANO體感遊戲(5/2026)

日期：5月4日、5月11日
(星期一、共2節)
時間：下午2:30至3:30
地點：樂興樓218室
內容：TANO是一個多元化的復康訓練系統，主要針對運動及認知能力，進行訓練以作及早介入，減少腦退化的機會。
費用：\$5
名額：10人
報名方法：4月28日例會優先報名、4月29日公開報名
負責職員：陳天恒先生

電影欣賞：黃金花

日期：5月15日(星期五)
時間：下午2:00至4:00
地點：樂興樓218室
內容：播放香港亞洲電影節特別推介電影，由著名演員毛舜筠主演。
費用：全免
名額：25人
報名方法：4月28日例會優先報名、4月29日公開報名
負責職員：陳家音姑娘

永生花掛飾DIY

日期：5月5日(星期二)
時間：下午2:15至4:00
地點：樂興樓218室
內容：齊齊製作永生花掛飾。
費用：\$15
名額：8人
報名方法：4月28日例會優先報名、4月29日公開報名
負責職員：陳家音姑娘

Switch齊齊遊戲： 打太鼓(5/2026)

日期：5月22日(星期五)
時間：下午2:30至3:30
地點：樂興樓218室
內容：一起用新型電子遊戲機(Switch)玩「太鼓達人」，鍛練節奏感，度過快樂時光。
費用：\$5
名額：8人
報名方法：4月28日例會優先報名、4月29日公開報名
負責職員：陳天恒先生

Switch齊齊遊戲：動腦筋 (5/2026)

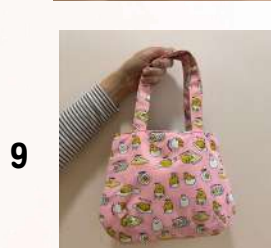
日期：5月8日(星期五)
時間：下午2:30至3:30
地點：樂興樓218室
內容：一起用新型電子遊戲機(Switch)玩「靈活腦學校」，鍛練腦筋，度過快樂時光。
費用：\$5
名額：8人
報名方法：4月28日例會優先報名、4月29日公開報名
負責職員：陳天恒先生

友誼手鍊DIY

日期：5月27日(星期三)
時間：下午2:30至4:00
地點：樂興樓218室
內容：齊齊串英文名手鍊。
費用：\$20
名額：10人
報名方法：3月31日例會優先報名、4月1日公開報名
負責職員：王彩容姑娘

號外！號外！

「興興袋」小組同學仔畢業啦！他們有些作品可以義賣，收益將撥入中心活動之用。所有作品由他們一手一腳製作，並配搭具有特色的設計。希望大家可以多多支持！數量有限，賣完即止。(歡迎向中心同工查詢。)



以上活動安排如有調動，一切以中心公佈為準

購買加營素/三花奶粉程序

1. 中心將於每次購買三花奶粉/加營素日子之前的星期四及星期五兩天辦公時間內進行抽籌程序，讓有意購買人士前來中心抽籌。
2. 每位人士必須持有效會員證前來中心抽籌，每人只限抽籌一次，並請按籌號安排的時間於當日購買三花奶粉/加營素。
3. 缺席抽籌程序的人士，將不能使用該次購買服務，購買當日中心不會安排派籌。
4. 中心職員將會登記獲得該籌號的會員姓名及會員證號碼，購買當日須出示所登記之會員證進行付款手續，否則中心職員將會拒絕其購買三花奶粉/加營素。

購買雀巢三花奶粉服務

抽籌日期：4月9及10日(星期四及星期五)

購買日期：4月14日(星期二)

時間：下午2:30至4:30 (必須於4:30前到達樂興樓218室，逾時不候)

費用：【三花高鈣健骨低脂奶粉(800克)】 \$80

【三花柏齡健心高鈣較低脂奶粉(750克)】 \$90

【三效高鈣較低脂奶粉(750克)】 \$100

備註：每人最多可手持兩個會員證購買，每張會員證最多限買6罐大或15罐細
恕不接受\$1000紙幣，並敬請自備購物袋。請當面點算金額。



購買雅培加營素服務

抽籌日期：5月14及15日(星期四及星期五)

購買日期：5月19日(星期二)

時間：下午2:30至4:30 (必須於4:30前到達樂興樓218室，逾時不候)

費用：【低糖加營素】 (850克) \$212

【活力加營素】 (850克) \$223

費用：【加營素】 大(900克) \$195 / 細(400克) \$94

【怡寶康(糖尿病專用)】 大(850克) \$225 / 細(400克) \$102

備註：每人最多可手持兩個會員證購買，每張會員證最多限買6罐大或15罐細
恕不接受\$1000紙幣，並敬請自備購物袋。請當面點算金額。



興華耆樂中心 2026年4月節目一覽表

星期日	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六
			1(十四) 9:30愛心剪髮 10:30鼓舞樂 ----- 2:30福樂組	2(十五) 9:15早操 10:30心星圖書館 ----- 2:15緩痛班 2:30健智樂天地	3(十六) 耶穌受難節 公眾假期	4(十七) 耶穌受難節翌日 公眾假期
5	6(十九) 清明節翌日 公眾假期	7(二十) 復活節星期一翌日 公眾假期	8(廿一) 9:15早操 10:30鼓舞樂 ----- -----	9(廿二) 奶粉抽籌 9:15早操 10:00健康新知 10:30心星圖書館 ----- 2:30健智樂天地	10(廿三) 奶粉抽籌 9:15早操 10:00 Switch遊戲: 做運動 ----- 2:30齊齊認識 復活節	11(廿四) 9:45拉筋班 ----- ----- ----- 1:30卡拉OK 自由唱 2:00種植計劃
12 (廿五)	13(廿六) 9:15早操 10:30護老專題 認識腦退化 ----- 2:30護老藝墟 讓木頭飛	14(廿七) 9:15早操 10:30太極班 10:30排排舞 12:15歌唱技巧 ----- 2:30喜三花奶粉	15(廿八) 9:15早操 10:30鼓舞樂 ----- 2:30福樂組 2:30編織樂 2:30國家安全 活動日	16(廿九) 9:15早操 10:00鈎出新天地 ----- 2:15緩痛班 2:30健智樂天地	17(初一) 9:15早操 10:30義互例會 ----- 2:30鈎織新手	18(初二) 9:45拉筋班 ----- ----- ----- 1:30卡拉OK 自由唱
19 (初三)	20(初四) 9:15早操 10:30椅球操 ----- 2:30甩手功 2:30TANO體感 遊戲	21(初五) 9:15早操 10:30太極班 10:30排排舞 12:15歌唱技巧 ----- 2:15手機遊戲教學 工作坊	22(初六) 9:15早操 10:00護老加油站 ----- 2:30編織樂 2:30護老工作坊 和諧粉彩	23(初七) 9:15早操 10:00商品說明 條例講座 10:00鈎出新天地 ----- 2:00電影欣賞: 歲月神偷 2:15緩痛班 2:30健智樂天地	24(初八) 9:15早操 10:30代代同樂樂 融融 ----- 2:30高爾滾球 2:30鈎織新手	25(初九) 9:45拉筋班 ----- ----- ----- 1:30卡拉OK 自由唱
26 (初十)	27(十一) 9:15早操 10:30椅球操 ----- 2:30電話解答 2:30TANO體感 遊戲	28(十二) 9:30例會 10:30太極班 10:30排排舞 12:15歌唱技巧 ----- 2:30例會	29(十三) 9:15早操 ----- ----- ----- 2:00智友同行 - 認知評估 2:30編織樂	30(十四) 9:15早操 10:00鈎出新天地 10:30包剪搽大書 ----- ----- ----- 2:15緩痛班 2:30健智樂天地		

以上活動安排如有調動，一切以中心公佈為準

興華耆樂中心 2026年5月節目一覽表

星期日	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六
					1(十五) 勞動節 公眾假期	2(十六) 9:45拉筋班 ----- 1:30卡拉OK 自由唱 2:00種植計劃
3 (十七)	4(十八) 9:15早操 10:30椅球操 ----- 2:30TANO體感 遊戲	5(十九) 9:15早操 10:30排排舞 12:15歌唱技巧 2:15永生花掛飾	6(二十) 9:15早操 ----- 2:30福樂組	7(廿一) 9:15早操 10:00鈎出新天地 ----- 2:15緩痛班 2:30健智樂天地	8(廿二) 9:15早操 9:30家傳財智小組 ----- 2:30鈎織新手 2:30Switch遊戲: 動腦筋	9(廿三) 9:45拉筋班 ----- 1:30卡拉OK 自由唱
10 (廿四)	11(廿五) 9:15早操 10:30椅球操 11:45實用英語 ----- 2:30TANO體感 遊戲	12(廿六) 9:15早操 10:30排排舞 12:15歌唱技巧 2:30伸展及強化 肌力運動	13(廿七) 9:15早操 10:00健康新知 ----- 2:30火警演習 及防火講座	14(廿八) 奶粉抽籌 9:15早操 10:00鈎出新天地 10:30耆旗簡介會 ----- 2:15緩痛班 2:30健智樂天地	15(廿九) 奶粉抽籌 9:15早操 9:30家傳財智小組 ----- 2:00電影欣賞: 黃金花 2:30鈎織新手	16(三十) 耆旗日
17 (初一)	18(初二) 走火警 9:15早操 10:30護老專題 - 中風錦囊 11:45實用英語 ----- 2:30拒絕肌少症	19(初三) 9:15早操 10:30排排舞 12:15歌唱技巧 ----- 2:30耆加營養	20(初四) 9:15早操 10:30認識柏金 遜症 ----- 2:30福樂組	21(初五) 9:15早操 10:00從音樂看 情緒講座 ----- 2:15緩痛班 2:30健智樂天地	22(初六) 9:15早操 9:30家傳財智小組 ----- 2:30Switch遊戲: 打太鼓	23(初七) 9:45拉筋班 ----- 1:30卡拉OK 自由唱 2:30智活遊戲日
24 (初八)	25(初九) 佛誕翌日 公眾假期	26(初十) 9:30例會 10:30排排舞 12:15歌唱技巧 ----- 2:30例會	27(十一) 9:15早操 ----- 2:30友誼手鏈 DIY 2:30護老藝墟 - 讓布袋飛	28(十二) 9:15早操 ----- 2:15緩痛班 2:30健智樂天地	29(十三) 9:15早操 9:30家傳財智小組 ----- 2:30電話解答 2:30如果我有認知 障礙症	30(十四) 9:45拉筋班 ----- 1:30卡拉OK 自由唱
31 (十五)						

以上活動安排如有調動，一切以中心公佈為準

義工消息

秉承中心過往推動『社區關懷』的優良傳統，我們一直致力推動長者參與中心的義工服務，因為我們堅信長者有無限潛能。您的參與，定能為社區中的弱老獻出一分力量。
如您尚未成為中心義工，歡迎隨時加入成為我們的一份子，詳情請與中心職員聯絡。

智在幫手-電話解答

日期：4月27日(星期一)、5月29日(星期五)
時間：下午2:30至3:30
地點：樂興樓217室
內容：教導長者使用智能電話。
費用：全免
名額：4人
報名方法：義工大會優先報名、
翌日公開報名
備註：歡迎有志者成為智能義工
負責職員：彭詩雅姑娘



義工例會

日期：4月17日(星期五)
時間：上午10:30至11:30
地點：樂興樓218室
內容：1. 宣傳中心義工服務及報名
2. 凝聚中心義工
費用：全免
名額：20人
報名方法：3月31日例會優先報名、
4月1日公開報名
負責職員：彭詩雅姑娘

2026耆旗日簡介會

日期：5月14日(星期四)
時間：上午10:30至11:30
地點：樂興樓218室
內容：簡介當日安排、
工作細節及賣旗技巧。
費用：全免
名額：40人
報名方法：義工大會優先報名、
翌日公開報名
備註：歡迎有志者成為義工
負責職員：彭詩雅姑娘

代代同樂樂融融

日期：4月24日(星期五)
時間：上午10:30至11:30
地點：樂興樓218室
內容：透過互動遊戲及交流環節，
讓長者與學生共度溫馨時光，
促進跨代理解與連結。
費用：全免
名額：15人
報名方法：義工大會優先報名、
翌日公開報名
負責職員：彭詩雅姑娘

機構港島區耆旗日2026

循道愛華村服務中心社會福利部將於2026年5月16日(星期六)舉行港島區賣旗日。是次活動所籌得的善款將用於支持本機構轄下各服務單位的服務發展及運作，讓機構能持續為更多東區有需要的家庭及居民提供支援。

誠邀各位老友記預留時間協助，共襄善舉！

日期：5月16日(星期六)
時間：上午7:30至下午12:30
地點：港島區
費用：全免
負責職員：彭詩雅姑娘



耆義小天使

認知障礙症患者支援服務(1)

認知障礙症患者通常會察覺到自己在記憶方面的能力有所下降，但一般認知能力和日常活動則並未顯著受到影響。如能準確地識別，盡早進行早期治療干預，即使病情不能逆轉，但總可以顯著舒緩，甚至停止認知障礙症帶來的情緒和經濟上的影響。因此，及早檢測、及早診斷和及早介入，實在非常重要。大家如想知道更多有關認知障礙症的資訊，

或想進行初步評估，歡迎聯絡社工鄭蘭詩姑娘。

「健·智」樂天地

日期：4月2日至5月28日(逢星期四)

地點：樂興樓217室

時間：下午2:30至4:00

內容：1. 透過多元化運動及訓練，改善平衡力及四肢協調能力，強化身體機能。

2. 進行認知刺激遊戲及導向訓練，改善記憶力、專注力、視覺空間及語言能力，延緩退化的情況。

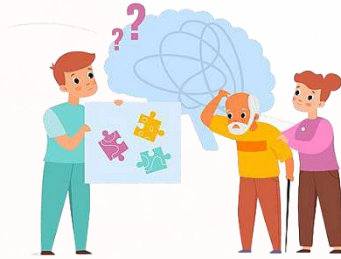
對象：疑似或已確診輕度至中度認知障礙症長者

費用：全免

名額：15人/每節

報名方法：請聯絡負責職員，進行認知能力評估

負責職員：鄭蘭詩姑娘、譚雅麗姑娘



「健·智」指導員～

招募行動!!!

只要你願意安排時間，

陪伴長者玩遊戲!

歡迎有志成為指導員的會員參加!

請聯絡負責職員鄭蘭詩姑娘。

「智友同行」計劃- 認知障礙症評估(4/2026)

日期：4月29日(星期三)

時間：下午2:00至4:30

地點：樂興樓218室

內容：由社工為懷疑有認知缺損的長者進行初步評估。

對象：疑似有認知障礙的長者

費用：全免

名額：5人

報名方法：3月31日例會優先報名、
4月1日公開報名

負責職員：鄭蘭詩姑娘

認知障礙症患者支援服務(2)

認知障礙症患者通常會察覺到自己在記憶方面的能力有所下降，但一般認知能力和日常活動則並未顯著受到影響。如能準確地識別，盡早進行早期治療干預，即使病情不能逆轉，但總可以顯著舒緩，甚至停止認知障礙症帶來的情緒和經濟上的影響。因此，及早檢測、及早診斷和及早介入，實在非常重要。大家如想知道更多有關認知障礙症的資訊，或想進行初步評估，歡迎聯絡社工鄭蘭詩姑娘。

智活遊戲日 (5/2026)

日期：5月23日(星期六)
時間：下午2:30至3:30
地點：樂興樓217室
內容：教授長者使用手機或平板電腦進行認知刺激遊戲，並成為日常練習，預防及改善認知能力。
對象：認知障礙症長者優先
費用：全免
名額：6人
報名方法：4月28日例會優先報名、4月29日公開報名
負責職員：鄭蘭詩姑娘

如果我有認知障礙症

日期：5月29日(星期五)
時間：下午2:30至3:30
地點：樂興樓218室
內容：如果我有認知障礙症，想家人如何看待自己？
對象：長者及照顧者
費用：全免
名額：20人
報名方法：3月31日例會優先報名、4月1日公開報名
負責職員：鄭蘭詩姑娘

護老者服務

復康用品租用收費

本中心復康用具租用計劃收費詳情如下：

可供租用的復康用具 (每件收費)	一星期	一個月內
大型用具 (輪椅)	\$10	\$30
小型用品 (四腳架、手杖等)	\$5	\$10

1. 可供租用的物品數量有限，以先到先得為原則。
2. 逾期歸還除須要繳交期間的應付租金外，另須要繳付每天\$5的逾期附加費。
3. 每件用具的租用時限最多為一個月。
4. 租用/歸還復康器材時，中心職員會與租用者當面檢查清楚，如有損壞，租用者需負責維修或賠償的費用。

以上活動安排如有調動，一切以中心公佈為準



護老者活動 (1)

護老者定義：正在照顧60歲或以上長者的人士，為他們提供身體護理、經濟援助或心靈支持。護老者可以是長者的家人、親屬或朋友。

護老專題 - 認識腦退化

日期：4月13日(星期一)
時間：上午10:30至11:30
地點：安興樓504室
內容：觀看「認識腦退化」的教育影片，探討認知障礙症及分享紓緩照顧壓力的途徑，認識社區資源，並提升護老者對認知障礙症的認識。
費用：全免
名額：15人、護老者優先
報名方法：3月31日例會優先報名、
4月1日公開報名
負責職員：徐朝煒先生

護老加油站-太極拳運動

日期：4月22日(星期三)
時間：上午10:00至11:00
地點：樂興樓218室
內容：由物理治療師從現代醫學剖析太極拳的特點及健康功效，讓學員實習簡化24式太極拳的部分動作，及探討一些學習太極拳時要注意的事項，從而鼓勵學員學習太極拳。
費用：全免
名額：20人、護老者優先
報名方法：3月31日例會優先報名、
4月1日公開報名
備註：參加者須行動方便
負責職員：陳天恒先生

護老藝墟 - 讓木頭飛

日期：4月13日(星期一)
時間：下午2:30至3:30
地點：安興樓504室
內容：投擲木柱去擊中目標，鍛煉手眼協調力。
費用：\$5
名額：10人、護老者優先
報名方法：3月31日例會優先報名、
4月1日公開報名
備註：參加者穿著運動鞋履
負責職員：徐朝煒先生

護老工作坊 - 和諧粉彩

日期：4月22日(星期二)
時間：下午2:30至3:30
地點：安興樓504室
內容：護老者透過製作和諧粉彩，互相探討紓緩照顧壓力的方法。
費用：\$10
名額：10人、護老者優先
報名方法：3月31日例會優先報名、
4月1日公開報名
負責職員：徐朝煒先生

高爾滾球體驗日

日期：4月24日(星期五)
時間：下午2:30至3:45
地點：樂興樓218室
內容：進行高爾滾球，學習玩法及計分方法，體驗不同項目競賽的樂趣。
費用：\$5
名額：10人、護老者優先
報名方法：3月31日例會優先報名、
4月1日公開報名
負責職員：鄭蘭詩姑娘



護老者活動 (2)

護老者定義：正在照顧60歲或以上長者的人士，為他們提供身體護理、經濟援助或心靈支持。護老者可以是長者的家人、親屬或朋友。

伸展及強化肌力運動～ 坐式篇

日期：5月12日(星期二)
時間：下午2:30至3:30
地點：樂興樓218室
內容：教授在椅上進行伸展及肌力運動，提升柔軟度和關節活動度，降低受傷風險。
對象：下肢活動能力較弱的護老者
費用：全免
名額：20人、護老者優先
報名方法：4月28日例會優先報名、
4月29日公開報名
負責職員：鄭蘭詩姑娘、譚雅麗姑娘

護老藝墟 - 讓布袋飛

日期：5月27日(星期三)
時間：下午2:30至3:30
地點：安興樓504室
內容：透過擲布袋球，鍛煉手眼協調能力，紓緩照顧壓力。
費用：\$5
名額：10人、護老者優先
報名方法：4月28日例會優先報名、
4月29日公開報名
負責職員：徐朝煒先生

護老藝墟 - 張振興公益少年團同樂日

日期：5月待定
時間：下午3:30至4:30
地點：安興樓503及504室
內容：張振興伉儷書院學生義工到中心與護老者遊玩及談天，並送上祝福。
費用：全免
名額：20人、護老者優先
報名方法：4月28日例會優先報名、
4月29日公開報名
備註：參加者只可報名其中一場，不能重覆。
負責職員：徐朝煒先生

護老專題 - 中風錦囊

日期：5月18日(星期一)
時間：上午10:30至11:30
地點：安興樓504室
內容：觀看教育影片「一人中風全家發瘋？」，讓護老者加深認識中風的徵兆，以及照顧中風患者的方法，同時提高他們對社區資源的基本認知。
費用：全免
名額：15人、護老者優先
報名方法：4月28日例會優先報名、
4月29日公開報名
負責職員：徐朝煒先生

一證通行安排

為讓本機構屬下長者鄰舍中心會員可以共享兩所耆樂中心之活動，中心早年已落實推行「一證通行」措施，現再詳列有關安排如下：



1. 會員均享有平等機會參與兩所中心的例會及抽籤安排。
2. 會員均可報名參加兩所中心舉辦的活動及使用中心設施。
3. 合資格會員只可參加所屬中心的「愛與樂」長者支援計劃，並只可獲取所屬中心的耆樂券，但可於兩所中心使用(*愛華衛理長者學苑課程除外)。

設立WhatsApp社群 / 廣播功能安排

中心已開設WhatsApp社群功能以便發放服務資訊，中心會於進行入會/續證工作時向會員作出邀請，此項安排屬自願參與性質，目的亦純是資訊發放，如會員日後希望取消有關安排，可選擇自行退出社群或告知職員便可。

中心手提電話：6389 7319 (請會員自行輸入此電話號碼至手機通訊錄)



個人資料收集聲明

小組及活動中所拍攝之相片/影像，將用作中心製作宣傳刊物、網頁、報告書、Facebook、機構年報，如有查詢請與職員聯絡。

「十六項服務質素標準你要知」

服務服務質素標準(十三)

尊重私人財產權利：致力保障服務使用者的個人物品及財產的安全，亦讓他們明瞭自己的權利和責任。

服務質素標準(十四)

尊重私隱和保密：致力確保服務使用者的私隱及保密權利受到保護。

入會手續

對象：60歲或以上

會費：\$21 (入會當日起計算一年)

手續：攜帶1) 身份證、2) 證件相1張、3) \$21會費(領取綜援可豁免)

於星期一至星期五辦公時間親臨中心辦理手續。

如有查詢，請致電2245 1500聯絡中心職員。



興華耆樂中心



興華耆樂中心網頁

興華小型飯堂服務

為支援體弱長者，中心提供飯堂服務，有需要可向當值社工查詢。

飯堂時間：逢星期一至六下午12:00至1:00 (需於星期五或之前預訂下週飯餐)

地點：自取回家用膳 *湯水供應：逢星期一、三、五

費用可選其一：可循環飯盒及自備湯盒/或不要湯：每餐 \$20 / 即棄餐盒：每餐 \$24



以上活動安排如有調動，一切以中心公佈為準

財政預算案2026-2027 摘要

關愛惠民

支援措施

寬減2026-27年度首2季住宅物業差餉，每季上限500元

寬減2025-26課稅年度100%的薪俸稅和個人入息課稅，上限3,000元

發放額外1個月綜援標準金額、高齡津貼、長者生活津貼或傷殘津貼；在職家庭津貼作相若安排關顧社群。

關顧長者

「廣東院舍照顧服務計劃」本月起新增兩家至二十六家，覆蓋大灣區內地九個城市；去年底亦推出為期兩年的「醫療補貼試行安排」，上限為每人每年門診費人民幣一萬元及住院費三萬元。

政府年中將推出新安排，讓參與「廣東計劃」、「福建計劃」和「綜援長者廣東及福建省養老計劃」的長者，可選擇由政府將款項直接匯入其指定內地銀行帳戶。

「長者醫療券獎賞先導計劃」延長至2028年底，同一年度使用1,000元醫療券於特定基層醫療服務，可獲發額外500元醫療券，涉約10億元。

至2026-27年度：

長者院舍券增至7,000張，每年開支19.7億元

長者社區照顧服務券增至16,000張，每年開支12億元

優化醫療服務

推進基層醫療

政府會深化社區基層醫療，推出「基層醫療共同治理網絡」，擴大篩查至乙型肝炎等病種，強化跨專業協作，並完善醫務化驗及放射診斷等輔助服務，首五年目標參與人數約七十萬。政府亦會在下半年推動社區藥物名冊和社區藥房計劃，方便市民。

推展公營醫療

「第一個醫院發展計劃」的十六個項目將陸續完成。我們正按最新人口結構及分布，檢視「第二個醫院發展計劃」的項目規模及優次，並會適時公布及有序推展。

促進就業

關顧與津貼

「中高齡就業計劃」鼓勵僱主聘用年滿40歲或以上人士，並提供在職培訓。僱主聘用每名合資格人士，每月可獲發最高5,000元津貼，為期3至12個月。計劃去年資助近4,500宗個案。再培訓局去年亦為50歲或以上人士專設兩項新培訓課程。

資料來源：

https://www.budget.gov.hk/2026/chi/pdf/Budget26-27_Chi_Leaflet.pdf

<https://www.budget.gov.hk/2026/chi/speech.html>

以上活動安排如有調動，一切以中心公佈為準

興 趣 班 / 小 組

名稱	學習內容	舉辦日期	上課時間	費用	地點	負責職員	導師
椅球操減痛運動班	用瑜珈球坐在椅上 做不同帶氧運動	4月20日至 5月11日 (逢星期一)	上午 10:30至11:30	\$100/4堂 可用耆樂券 名額16人	安興樓 504室	陳家音 姑娘	體適能 教練 Miss Eva
實用英語會話班	用趣味方法學習 英語·模擬日常 對話等	5月11日至 7月6日 (逢星期一)	上午 11:45至12:45	\$100/ 8堂 可用耆樂券 名額15人	樂興樓 218室	陳秋儀 姑娘	劉幼麗 女士
多姿多彩排排舞	學習排排舞的跳舞 技巧·結交新朋友	4月14日至 6月2日 (逢星期二)	上午 10:30至12:00	\$110 / 8堂 可用耆樂券 名額20人	總部舊 大廈4 樓大堂	陳秋儀 姑娘	趙汝鈞 先生
歌唱技巧班	由資深音樂老師 教授簡單樂理及 歌唱技巧	4月14日至 6月2日 (逢星期二)	下午 12:15至1:15	\$120/8堂 可用耆樂券 名額27人	樂興樓 218室	王彩容 姑娘	劉卓輝 先生
編織樂	教授編織掛飾及 小物品	4月15日至 4月29日 (逢星期三)	下午 2:30至3:30	\$50/4堂 不能用 耆樂券 名額8人	樂興樓 217室	王彩容 姑娘	蔣玉蓮 女士 陳玉玲 女士
舒筋緩痛運動班	進行姿態及痛症評 估·教授不同肌肉 伸展運動及治療	5月14日至 7月2日 (逢星期四)	下午 2:15至3:15 自備瑜伽墊	\$180 / 8堂 可用耆樂券 名額13人	安興樓 504室	陳天恒 先生	伸展 治療師 鄒益珉 先生
鉤出新天地進階班	教授鉤織技巧· 鉤織1大1小的 物品	4月16日至 5月14日 (逢星期四)	上午 10:00至11:00	\$75/ 5堂 可用耆樂券 名額20人	樂興樓 217室	王彩容 姑娘	方錦文 女士
鉤織新手	教授簡單鉤織 技巧·鉤織小物品	4月17日至 5月15日 (逢星期五)	下午 2:30至3:30	\$55/4堂 可用耆樂券 名額12人	樂興樓 217室	王彩容 姑娘	甘秀明 女士 劉雪薇 女士
輕鬆拉筋班	學習正確拉筋動作 減輕及預防痛症	4月11日至 6月6日 (逢星期六) 5月16日暫停	上午 9:45至11:15 自備瑜伽墊	\$180 / 8堂 可用耆樂券 名額10人	樂興樓 218室	王彩容 姑娘	瑜伽 導師 余嘉麗 小姐

所有班組/活動公眾假期暫停。如收生不足會安排延期或取消，敬請原諒。

報名方法：聯絡中心職員；班組於每期最後一堂的前一星期截止留名。

「愛與樂」長者支援計劃

為鼓勵有經濟困難的長者參加社區活動，以擴闊其生活圈子，本機構特別在2010年的賣旗籌款活動中預留部份款項，設立「愛與樂」長者支援計劃。下列為此計劃的詳細內容，盼望各位合資格的長者善用此計劃的資助，多參與有益身心的活動。

對象：1. 本機構屬下長者鄰舍中心領取綜援會員，或愛鄰舍長者支援計劃領取綜援的服務使用者，或
2. 收入低於或等如家庭入息中位數55%的長者，或
3. 雖未能提供收入證明，但經本中心註冊社工評估推介的合資格長者

計劃內容：

新一年計劃推動時段為2026年4月1日至2027年3月31日

- 計劃目的是鼓勵合資格的長者參加本機構屬下兩所長者鄰舍中心舉辦的活動，特別是一些收費較高的活動，如旅行、生日會、興趣班及週年聚餐等。
- 申請人可使用津貼的活動/班組收費須為\$50或以上。
- 每人每年的津貼上限為\$250元。
- 津貼以\$25為一個單位，每次的津貼上限為\$50，以鼓勵合資格長者參與更多類型的中心活動。新申請並領取綜援的會員須填寫「中心會員參與計劃同意書」；其他有需要的長者由本中心註冊社工填寫「申請津助記錄表」向機構推薦。(舊有申請人不須再重新申請)
- 參與的長者將獲分發一張記錄卡，由中心職員每次蓋印作記錄，並交回申請人自行保管。
- 由於名額有限，有興趣參與計劃的長者請盡快到中心登記，先到先得，額滿即止。
- 同一位計劃參與者於本機構屬下兩所長者鄰舍中心均可使用耆樂券。

中心職員全面睇

督導主任(註冊社工)：	陳珮華姑娘	福利助理：	王彩容姑娘
中心主任(註冊社工)：	黃靖雯姑娘	二級行政助理：	莫一心先生
助理中心主任(註冊社工)：	招聘中	二級福利助理：	陳家音姑娘
個案輔導主任(註冊社工)：	嚴潞愉姑娘	二級福利助理：	陳天恒先生
註冊社工：	鄭蘭詩姑娘	物理治療助理：	譚雅麗姑娘
註冊社工：	彭詩雅姑娘	庶務助理：	劉付嫦女士
註冊社工：	徐朝煒先生		
註冊社工：	陳秋儀姑娘		

以上活動安排如有調動，一切以中心公佈為準