

循道衛理灣仔長者服務中心

地址：香港灣仔莊士敦道211號1至2樓
電話：2527 4123
開放時間：星期一至六上午八時至下午六時
星期日及公眾假期休息

循道衛理修頓老人中心(持續學習中心)

地址：香港灣仔軒尼詩道130號修頓中心5樓501室
電話：2838 6368
開放時間：星期一至五上午九時至十二時 下午一時至五時
星期六上午九時至下午一時 星期日及公眾假期休息

東區改善家居及社區照顧服務

地址：香港筲箕灣道361號利嘉中心19樓
電話：2527 2133
開放時間：星期一至六上午八時三十分至下午五時三十分
星期日及公眾假期休息

離院長者綜合支援計劃

地址：香港灣仔皇后大道東266號(律敦治醫院)
電話：2291 1646
地址：香港柴灣樂民道3號(東區尤德夫人那打素醫院)
電話：2595 4465
地址：香港薄扶林道102號(瑪麗醫院)
電話：2255 6754

循道衛理盈樂軒

地址：香港灣仔盧押道18號海德中心5樓
電話：2157 0951
開放時間：星期一至六上午八時至下午六時
星期日及公眾假期休息

循道衛理聯合教會智樂軒

地址：香港灣仔軒尼詩道36號循道衛理大廈9樓
電話：3106 4322
開放時間：星期一至五上午九時至十二時 下午一時至五時
星期六、日及公眾假期休息

循道衛理恩樂軒

地址：香港筲箕灣道361號利嘉中心19樓
電話：2527 2133
開放時間：星期一至五上午八時三十分至下午五時三十分
星期六、日及公眾假期休息

循道衛理鴨洲中心(家居服務)

地址：香港鴨洲西郵利福樓高座地下27-31號
電話：2866 9019
開放時間：星期一至五上午十時至下午六時三十分
星期六上午十時至下午四時三十分
星期日及公眾假期休息

綜合家居照顧服務

地址：香港灣仔莊士敦道211號1樓
電話：2527 4234
開放時間：星期一至六上午八時三十分至下午五時三十分
星期日及公眾假期休息

循道衛理健樂軒

地址：香港筲箕灣愛東邨愛善樓地下G03A
電話：2967 4983
開放時間：星期一至五上午九時至十二時 下午一時至五時
星期六上午九時至下午一時 星期日及公眾假期休息

循道衛理盈智中心

地址：香港灣仔軒尼詩道22號4樓402室
電話：2866 9019
開放時間：星期一至六上午八時至下午六時
星期日及公眾假期休息

安老院舍外展專業服務

地址：北角英皇道250號北角城中心7樓708 - 709室
電話：3577 8830
開放時間：星期一至六 上午九時至下午五時
星期日及公眾假期休息

循道衛理社區照顧中心(東區)

地址：香港北角英皇道388號北港商業大廈3樓A座
電話：2570 0311
開放時間：星期一至六上午八時至下午六時
星期日及公眾假期休息

循道衛理喜樂軒

地址：香港灣仔軒尼詩道22號4樓401,403-405室
電話：2866 9019
開放時間：星期一至六上午八時至下午六時
星期日及公眾假期休息

循道衛理康健坊

地址：香港灣仔軒尼詩道36號循道衛理大廈12及13樓
電話：3586 1811 / 3577 8830(辦公室)
開放時間：星期一至五上午九時至下午五時
星期六上午九時至下午一時
星期日及公眾假期休息
(開放時間按情況有所調整請致電預約或查詢)

灣仔地區康健站

地址：香港銅鑼灣禮頓道119號公理堂大樓16樓
電話：3751 5768
開放時間：星期一、三及五下午一時至十時
星期二、四及六上午八時至下午五時
星期日及公眾假期休息

循道 為您

感謝有您



中心通訊二維碼



02	目錄及部門主管的話
03	主題文章
04	中心消息
06	同工消息
07	義工服務專頁
09	活動回顧及預告
13	會員大會
14	節日活動
15	分區互助會
16	社交康樂
18	文化藝術
20	資訊科技
21	運動武術
23	語言學習
24	音樂舞蹈
27	生命教育/心靈關懷
30	男士活動
30	金鑽會員
31	養生健康
32	護老支援
34	中心須知

部門主管

的話

吳麗君姑娘



恩典四十

“你以恩惠為年歲的冠冕，你的路徑都滴下油脂，滴在曠野的草場上。小山以歡樂束腰，草場以羊羣為衣，谷中也長滿了五穀；這一切都歡呼歌唱”

(聖經：詩篇65篇11-13節)

感謝上帝豐盛的恩典，帶領循道衛理中心長者及健康服務踏入四十週年！

1984年，機構回應社區的需要，於灣仔及北角成立「老人外展隊」，我們服務的初心是回應社區上最有需要的一群，透過外展服務，於街頭巷尾，發掘有需要的獨居隱蔽長者，建立身心社靈全人關懷服務，走進長者的生命中。

過去四十年，見證上帝奇妙的帶領，使用機構的同工，上下一心，不斷拓展服務，相繼成立修頓老人中心、灣仔長者服務中心、循道衛理聯合教會智樂軒、改善家居及社區照顧服務隊、離院長者綜合支援計劃、安老院舍外展專業服務，以及多間長者日間照顧中心，包括：健樂軒、盈樂軒、盈智中心、喜樂軒、恩樂軒、東區社區照顧中心。長者與健康息息相關，近年機構成功投標，成為灣仔地區康健站的營運機構，開展基層醫療健康服務。

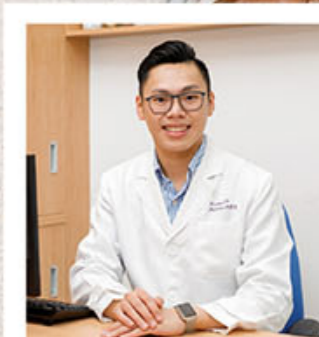
長者及健康服務至今已有16個服務單位，同工人數達250位，當中佔三分之一為醫護、物理治療、職業治療、言語治療、藥劑師、營養師等跨專業團隊，與不同界別協作，推廣健康生活，拓展基層醫療服務，照顧不同階層身心健康，回應社區的需要。

四十年的服務發展，確實得來不易，當中經歷高山低谷，挑戰重重，至今見證碩果豐收，實在感恩不盡。在此，感謝各位會員、服務使用者、家屬、社區合作伙伴，一直以來對本機構長者及健康服務的支持，並一同見證我們的成長及服務發展！更衷心感謝每一位在工作崗位上盡心服務的同工團隊，多年來一起並肩作戰，同心服侍社群！

展望未來，長者及健康服務的一眾團隊，需要繼續努力，承傳基督精神，謹守服務長者及社群的熱誠及初心，常存盼望，以多元及創新手法，拓展身心社靈全人照顧服務，將愛與關懷傳遍社區。



約見營養師不再是「無啖好食」!



盧庭威 (Kurtus Lo)
註冊營養師 (澳洲)、
運動營養師 (澳洲)、
認證FODMAP飲食法註冊營養師

營養攝取過量會導致過重及肥胖，增加患上慢性疾病的風險，例如：糖尿病、高血壓、心血管疾病等；相反，營養攝取不足亦會引致體重過輕、骨質疏鬆、肌肉流失等情況。健康飲食是重要一環，有助改善身體狀況同時預防及延緩併發症的出現。

透過約見註冊營養師進行個別飲食輔導，有助長者了解身體狀況及營養需要。

- 進行身體測量 (體重、脂肪量、肌肉量、內臟脂肪指數等)
- 提供個人化飲食建議，讓長者於日常餐膳攝取足夠營養且享受食物
- 講解與疾病相關及日常飲食注意事項 (糖尿、血壓、膽固醇、痛風等)

約見註冊營養師不再是限制你的飲食選擇，而是透過與長者、家人、照顧者溝通，一同商討因應長者的身體狀況以醫學營養治療達至健康飲食模式，讓長者享受更優質的生活。

循道衛理中心社區營養服務現已全面投入服務，歡迎預約註冊營養師個別飲食輔導服務或了解詳情。



WhatsApp :
9550 1858



查詢/預約 :
3586 1811



聯絡地址 :
香港灣仔軒尼詩道36號
循道衛理大廈12樓



長者營養諮詢服務

會員優惠價 \$200/次 (15分鐘)
附送身體成份分析報告一份
(如：體脂、肌肉、水份、代謝率等)



循道衛理中心 長者及健康服務40周年

本年度將會舉辦一連串的慶祝活動，與大家一同分享這件盛事。



標語創作比賽

*勝出者的標語
將會印刷在40
周年紀念品上



長者中心25周年 開放日暨嘉年華

內容：攤位遊戲、精彩
表演、手作工作坊、
小食。

仲夏慈善馬拉松

內容：義賣籌款、
才藝表演等。



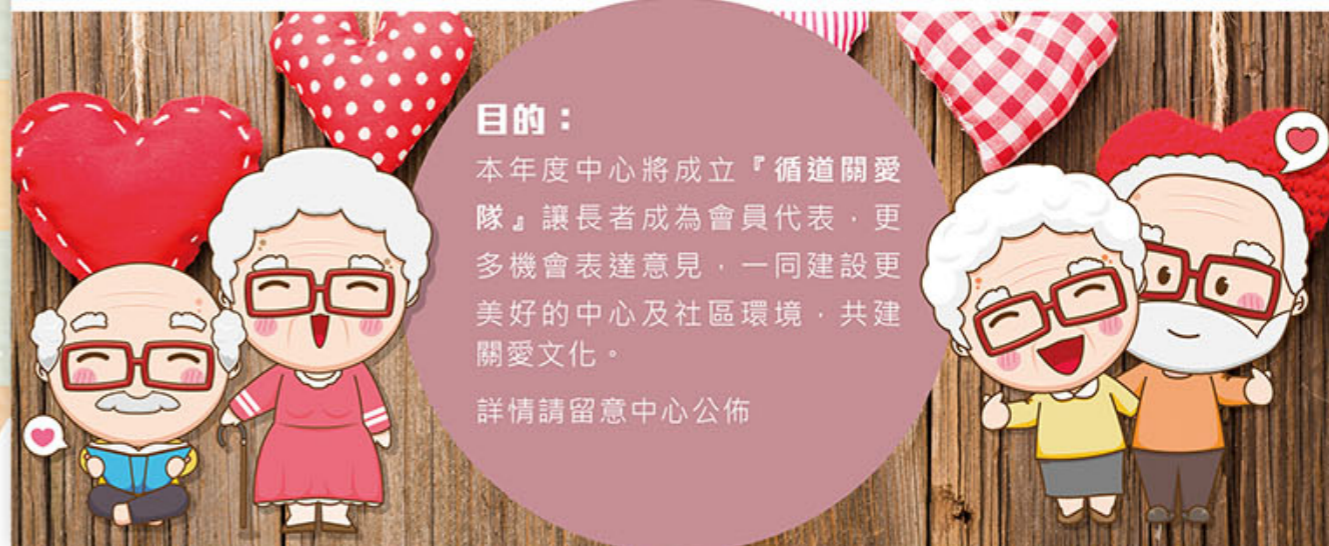
感恩會

新春聚餐

跨專業 研討會



成立「循道關愛隊」



目的：

本年度中心將成立『循道關愛隊』讓長者成為會員代表，更多機會表達意見，一同建設更美好的中心及社區環境，共建關愛文化。

詳情請留意中心公佈

護老藍圖2.0計劃

由於看見護老者在照顧路途上的需要和長遠發展護老支援服務的重要性，中心於2019年及2022年與李國賢基金及香港城市大學，聯同5間社福機構推行護老藍圖照顧者支援計劃，內容包括在護老者個案支援模型及護老同行賦權心理教育小組的研究，這些研究均得到顯著的成果。



而因為是次計劃的成功，李國賢基金會、香港城市大學及明愛專上學院（現名為：聖方濟各大學）亦希望有關計劃可於全港多間社福機構繼續推行，以訓練更多社工，同時幫助更多具需要的照顧者，中心將於2024-2026年推行「護老藍圖」2.0，並將過往的研究成果應用於護老支援服務當中。

是次計劃於2024年1月31日進行「護老藍圖」2.0啟動禮，與多間機構一同開展整個極具意義的計劃。



會員大會及分區會

3 + 2 獎勵計劃



目的：

- 讓會員能更了解中心的資訊。
- 藉著參加不同講座，鼓勵長者與時並進，過充實的生活。
- 藉分區互助會活動，鼓勵會員認識新朋友。
- 藉此建立關愛鄰舍之互助精神。

計劃安排：

- 凡於計劃內出席香港堂會員大會及分區會活動一次即可獲一個蓋印
- 凡參加3次會員大會加上2次分區會，即可到中心換領精美禮物一份。
- 換領禮物地點：灣仔莊士敦道211號2樓
- 換領禮物時期：由即日起至2025年4月30日

計劃須知：

- 活動開始15分鐘後停止替參加者蓋印，請參加者準時出席活動。
- 沒有帶備記錄表的人士，本中心恕不另行補回蓋印。
- 遺失記錄表者，可於中心補領，但本中心恕不補回蓋印。

「飯友」樂聚 (4/2024)

P-20003882

日期：2024年4月23日(二)
 時間：上午10時15分至11時15分
 地點：莊士敦道211號1樓飯堂
 內容：飲食營養知識分享及最新飯堂服務消息
 費用：免費
 對象：飯堂服務使用者
 名額：20人
 報名日期：2024年4月9日(二)
 負責職員：梁麗琮姑娘 (2527 4127)



新 同工 介紹



甘映全姑娘
 長者支援服務
 註冊社工



包佩加姑娘
 護老支援服務
 福利工作員



劉致霖先生
 長者活動中心
 註冊社工



何珮瑜姑娘
 輔導服務
 註冊社工



湛詠嵐姑娘
 護老支援服務
 註冊社工

義工 活動服務回顧

賀年義工探訪活動

新年前，多個團體義工來到中心與區內長者一同賀新年。



新春到戶探訪

新春將至，皇仁書院、社會各界及長者義工將愛心禮物及祝福送予區內長者，共同分享佳節喜悅。



新春愛心禮物製作

一班長者義工製作新春掛飾送給區內獨居長者。



衛理手作義工隊-新年佈置

今年「衛您手作義工隊」在中心各樓層佈置了不同特色的新春賀年吊飾，特別是大廳的一棵桃花樹，讓會員感受新春喜慶氣氛。



義工招募

探訪及電話關顧義工招募

本中心全年招募社會各界愛心義工支援區內獨居及雙老長者家庭，提供上門探訪及電話關顧服務，傳達關懷及愛心。

報名方法：於中心填寫義工表格
(地址：灣仔莊士敦道211號2樓)
探訪日期：2024年4月13日、5月11日、6月8日
探訪時間：上午9時正至11時30分
負責職員：李珈儀姑娘 (2527 4292)
****電話關顧義工服務日期時間另議**

M+藏品遊

P-20004000



義工活動

日期：2024年5月22日(三)
集合時間：上午11時正
集合地點：九龍站C1出口
內容：由博物館教學人員帶領，與參加者一起探索M+藏品，發掘展品背後創作者與藝術家的故事。
費用：免費
對象：曾出席3次或以上義工服務之中心義工
名額：12人
報名日期：2024年5月6日(一)起
負責職員：李珈儀姑娘 (2527 4292)
備註：1. 活動需步行一定路程，參加者需要衡量自身能力是否足以應付行程。
2. 活動以M+博物館作為解散地點。

IT義工訓練(4/2024)

日期：2024年4月24日(三)
時間：下午4時正至5時正
地點：軒尼詩道130號修頓中心5樓活動室
內容：訓練IT義工學習新的APP，分享有關資訊科技的智識。
負責職員：梁皓民先生 (2838 6368)
備註：歡迎IT義工組組員出席
如有興趣成為IT義工的會員也可以負責職員查詢



護老。護互送支援計劃

活動回顧



社區資源講座 - 申請安老院舍程序



參觀情緒體驗館 - VR體驗



表達藝術治療工作坊 - 製作花園



護老喘息服務

本計劃招募護老家庭，透過配對社區支援服務，減輕護老者心理和照顧上的壓力



喘息服務內容包括：

- 情緒支援服務
- 長者護送服務
- 家居清潔服務
- 長者日間暫托服務

上門服務內容：

- 和長者做運動
- 幫忙購物/買飯
- 與長者進行認知遊戲訓練
- 初步情緒支援

如有任何查詢，敬請與張松齡先生/黃紫珊姑娘 (2527 4123) 聯絡

護老護互送 — 身心鬆弛法講座

P-20003958

日期：2024年6月7日(五)
 時間：上午10時正至11時
 地點：莊士敦道211號2樓活動室
 內容：由臨床心理學家盛綺婷女士分享身心放鬆鬆弛法，與大家探討平日難以放鬆的原因及解決方法，並介紹及帶領練習各種鬆弛法。
 費用：免費
 對象：護老者優先
 名額：60人
 報名日期：2024年5月7日(二)起
 負責職員：黃紫珊姑娘 (2527 4107)
 備註：此活動由精神健康諮詢委員會贊助



護老護互送 — 攝影活動

P-20003959

**報名人士需參與室內學習日和戶外拍攝日

攝影活動 — 室內學習日

日期：2024年6月8日(六)
 時間：下午2時正至4時正
 地點：莊士敦道211號2樓活動室
 內容：由攝影義工指導拍攝基本技巧，協助大家用照片留下生命中珍貴時光。

攝影活動 — 戶外拍攝日

日期：2024年6月15日(六)
 時間：早上9時45分至中午12時正
 集合時間：早上9時45分
 集合地點：灣仔渡輪碼頭(來往灣仔和尖沙咀的碼頭)
 解散時間：中午12時正
 內容：由攝影義工帶領參加者到灣仔海濱公園實地拍攝，將學習到的技巧學以致用。
 費用：免費
 對象：護老者優先
 名額：20人
 報名日期：2024年5月6日(一)
 負責職員：黃紫珊姑娘 (2527 4107)
 備註：1. 此活動由精神健康諮詢委員會贊助
 2. 參加者必需自備智能電話以供上課之用
 3. 活動需步行一段路程，參加者需衡量自身活動能力是否足以應付行程



智樂軒五周年 慶祝典禮暨 老有所為活動閉幕禮



青心樂緣暨 長者樂隊七周年 音樂會



青心樂緣 - MJ Band 音樂校園遊



動物醫生探訪



跨世代共融同樂日 - 「長幼樂融融」



長幼飛鏢同樂聚



扭扭年花班



手寫揮春慶龍年

2月份會員大會-
新春賀歲慶龍年長幼同樂賀年篇：
碌柚葉皂工作坊

無障礙旅遊



嘩啦啦！復活足印大追蹤

P-20003984

4月份
會員大會

- 日期：2024年4月3日(三)
 時間：下午2時30分至4時正
 地點：循道衛理聯合教會香港堂2樓小禮堂(灣仔軒尼詩道36號)
 內容：唱歌、話劇、伸展遊戲。
 費用：免費
 對象：中心會員
 負責職員：蔣蔚勤先生(2527 4123)
 備註：1. 出席者需出示有效會員證
 2. 每位出席者可於活動後獲紀念品乙份
 3. 禮物先到先得·送完即止。

環境保護知多D

P-20003980

5月份
會員大會

- 日期：2024年5月8日(三)
 時間：下午2時30分至4時正
 地點：循道衛理聯合教會香港堂2樓小禮堂(灣仔軒尼詩道36號)
 內容：推廣環境保護的知識·提高環保意識。
 費用：免費
 對象：中心會員
 負責職員：梁皓民先生 (2838 6368)
 備註：1. 出席者需出示有效會員證
 2. 每位出席者可於活動後獲紀念品乙份
 3. 禮物先到先得·送完即止。

健康飲食知多啲-營養講座

P-20003976

6月份
會員大會

- 日期：2024年6月5日(三)
 時間：下午2時30分至4時正
 地點：循道衛理聯合教會香港堂2樓小禮堂(灣仔軒尼詩道36號)
 內容：認識食物營養標籤及端午節的營養知識。
 費用：免費
 對象：中心會員
 負責職員：陳康婷姑娘 (2527 4107)
 備註：1. 出席者需出示有效會員證
 2. 每位出席者可於活動後獲紀念品乙份
 3. 禮物先到先得·送完即止。

母親節獻花~下午班 (4/2024)



P-20003919
日期: 2024年4月17日(三)
時間: 下午2時30分至4時正
地點: 軒尼詩道130號修頓中心5樓愛社
內容: 母親節不用等人送花·來自己製作獨一無二的花吧~利用扭扭毛毛棒·製作出美麗的花朵。
費用: \$20
對象: 中心會員
名額: 10人
報名日期: 2024年3月25日(一)起
負責職員: 李仲紋姑娘(2838 6368)

母親節獻花~早晨B班 (4/2024)



P-20003920
日期: 2024年4月26日(五)
時間: 上午10時正至11時30分
地點: 軒尼詩道130號修頓中心5樓愛社
內容: 母親節不用等人送花·來自己製作獨一無二的花吧~利用扭扭毛毛棒·製作出美麗的花朵。
費用: \$20
對象: 中心會員
名額: 10人
報名日期: 2024年3月25日(一)起
負責職員: 李仲紋姑娘(2838 6368)

母親節獻花~早晨A班 (4/2024)



P-20003922
日期: 2024年4月12日(五)
時間: 上午10時正至11時30分
地點: 軒尼詩道130號修頓中心5樓信室
內容: 母親節不用等人送花·來自己製作獨一無二的花吧~利用扭扭毛毛棒·製作出美麗的花朵。
費用: \$20
對象: 中心會員
名額: 10人
報名日期: 2024年3月25日(一)起
負責職員: 李仲紋姑娘(2838 6368)

端午節香囊DIY (5/2024)

P-20003923
日期: 2024年5月29日(三)
時間: 下午2時正至3時正
地點: 軒尼詩道130號修頓中心5樓愛社
內容: 端午節除了吃糉還有什麼傳統?就是製作出美麗又實用的香囊。
費用: \$20
對象: 中心會員
名額: 10人
報名日期: 2024年4月29日(一)起
負責職員: 李仲紋姑娘(2838 6368)



端午節香囊DIY 2 (6/2024)

P-20003925
日期: 2024年6月5日(三)
時間: 下午2時正至3時正
地點: 軒尼詩道130號修頓中心5樓愛社
內容: 端午節除了吃糉還有什麼傳統?就是製作出美麗又實用的香囊。
費用: \$20
對象: 中心會員
名額: 10人
報名日期: 2024年4月29日(一)起
負責職員: 李仲紋姑娘(2838 6368)



好運「粽」在你身邊之DIY黏土Q版粽子(5/2024)

P-20003913
日期: 2024年5月31日(五)
時間: 上午10時30至11時30分
地點: 莊士敦道211號2樓活動室
內容: 製作簡單又Q版黏土粽子
費用: \$10
對象: 已登記為本中心長者支援服務之長者
名額: 20人
報名日期: 2024年4月2日(二)起
負責職員: 張靖瑤姑娘(2527 4292)



迎端午之DIY端午節香包 (6/2024)

P-20003914
日期: 2024年6月6日(四)
時間: 上午10時30至11時30分
地點: 莊士敦道211號2樓活動室
內容: 製作簡單又精美的艾草香包。
費用: \$10
對象: 中心會員
名額: 30人
報名日期: 2024年4月2日(二)起
負責職員: 張靖瑤姑娘 (25274292)



2024年4至6月份分區互助會生日會

組別	負責同工	互助會日期	時間	地點
仁愛組	黃紫珊、劉致霖	10/4/2024(三)	下午2時至3時30分	莊士敦道211號1樓飯堂
和平組	李珈儀、甘映全	17/4/2024(三)		莊士敦道211號1樓飯堂
恩慈組	何嘉利、何珮瑜	22/5/2024(三)		莊士敦道211號2樓活動室
忍耐組	蔣蔚勤、陳巧盈	26/6/2024(三)		莊士敦道211號2樓活動室
喜樂組	林芷琪、張松齡	29/5/2024(三)		莊士敦道211號2樓活動室
良善組	歐敬師、陳康婷	12/6/2024(三)		莊士敦道211號2樓活動室
溫柔組	姚斯惠、湛詠嵐	19/6/2024(三)		莊士敦道211號2樓活動室

2024年4至6月份分區互助會-季會

<p>仁愛組</p> <p>2024年 5月22日(三) 上午10:30-12:00 地點: 莊士敦道211號 2樓活動室</p>	<p>和平組</p> <p>2024年 5月8日(三) 上午11:00 地點: 九龍站C1出口</p>	<p>恩慈組</p> <p>2024年 6月21日(五) 下午2:00-3:30 地點: 莊士敦道211號 2樓活動室</p>	<p>忍耐組</p> <p>2024年 5月17日(三) 下午2:30-4:00 地點: 莊士敦道211號 2樓活動室</p>
<p>喜樂組</p> <p>2024年 6月12日(三) 下午1:00-2:30 地點: 軒尼詩道130號 修頓中心5樓501室</p>	<p>良善組</p> <p>2024年 4月24日(三) 下午2:00-3:30 地點: 莊士敦道211號 2樓活動室</p>	<p>溫柔組</p> <p>2024年 5月24日(五) 上午10:00-11:30 地點: 莊士敦道211號 2樓活動室</p>	

備註: 會員可於會員證上了解自己所屬的分區會組別



估估畫畫(4/2024)

P-20003918

日期: 2024年4月23及30日(逢星期二·共兩堂)
時間: 下午3時正至4時正
地點: 軒尼詩道130號修頓中心5樓信室
內容: 由零開始教你畫出可愛的卡通圖畫! 輕鬆愉快地學習·新手也可以~
費用: \$35(包材料費)
對象: 中心會員
名額: 10人
報名日期: 2024年3月25日(一)起
負責職員: 李仲紋姑娘(2838 6368)



日期: 2024年4月25日、5月22日及6月26日
時間: 下午2時30分至3時45分
地點: 莊士敦道211號1樓飯堂
內容: 「多面睇」最近熱門話題·原來熱話是與各位「老友記」息息相關。
費用: 免費
對象: 中心會員
名額: 15人
報名日期: 2024年3月20日(三)起
負責職員: 梁恩瀚先生 (2527 4107)

天然蚊磚DIY - A班(6/2024)

P-20003926

日期: 2024年6月14日(五)
時間: 上午10時30分正至12時正
地點: 軒尼詩道130號修頓中心5樓愛社
內容: 天然驅蚊磚·環保又實用·令你不再受蚊蟲打擾!
費用: \$20
對象: 中心會員
名額: 8人
報名日期: 2024年5月13日(一)起
負責職員: 李仲紋姑娘(2838 6368)

天然蚊磚DIY - B班(6/2024)

P-20003927

日期: 2024年6月19日(三)
時間: 下午1時30分正至3時正
地點: 軒尼詩道130號修頓中心5樓愛社
內容: 天然驅蚊磚·環保又實用·令你不再受蚊蟲打擾!
費用: \$20
對象: 中心會員
名額: 8人
報名日期: 2024年5月13日(一)起
負責職員: 李仲紋姑娘(2838 6368)

天然蚊磚DIY - C班(6/2024)

P-20003928

日期: 2024年6月21日(五)
時間: 上午10時30分正至12時正
地點: 軒尼詩道130號修頓中心5樓愛社
內容: 天然驅蚊磚·環保又實用·令你不再受蚊蟲打擾!
費用: \$20
對象: 中心會員
名額: 8人
報名日期: 2024年5月13日(一)起
負責職員: 李仲紋姑娘(2838 6368)

天然蚊磚DIY - D班(6/2024)

P-20003929

日期: 2024年6月26日(三)
時間: 下午1時30分正至3時正
地點: 軒尼詩道130號修頓中心5樓愛社
內容: 天然驅蚊磚·環保又實用·令你不再受蚊蟲打擾!
費用: \$20
對象: 中心會員
名額: 8人
報名日期: 2024年5月13日(一)起
負責職員: 李仲紋姑娘(2838 6368)

嚟循道·唱好K

連續2季火速額滿·2024年繼續舉辦·經典歌曲增至300首供你選擇·時間更延至2小時·聽人唱·自己唱又得·一齊唱都得·快D報名啦!



懷舊金曲齊齊唱

活動地點: 莊士敦道211號2樓活動室
每場費用: \$5/位
對象: 中心會員
每場名額: 20人(額滿即止)
負責職員: 鄧樂棋姑娘(2527 4123)

懷舊金曲齊齊唱(一) (5/2024)

P-20003878

日期: 2024年5月3日(五)
時間: 上午9時30分至11時30分
報名日期: 2024年4月15日(一)起

懷舊金曲齊齊唱(二) (5/2024)

P-20003879

日期: 2024年5月23日(四)
時間: 上午9時30分至11時30分
報名日期: 2024年5月3日(五)起

活動名稱	活動內容	舉行日期	時間	地點	費用/備註
P-20003886 圍棋入門班 (4-5/2024)	入門課程讓學員認識基本圍棋知識·並提供研習對奕機會·令學員體會到棋逢敵手的樂趣·從而產生積極正面的態度。	2024年4月8日至5月27日(逢一)	上午10:00至11:30	軒尼詩道130號修頓中心5樓愛社	費用: \$160(全期8堂) 費用: \$160(全期8堂) 對象: 中心會員 名額: 10人 報名日期: 2024年3月4日(一)起 負責職員: 洪俊明先生(2527 4123) 備註: 此班適合對圍棋有興趣之人士報讀·未曾接觸圍棋人士亦可。
P-20003888 圍棋進階班 (4-5/2024)	進階課程讓學員深化圍棋知識·並提供研習對奕機會·提升學員對奕技術水平。		上午11:30至下午1:00	軒尼詩道130號修頓中心5樓愛社	費用: \$160(全期8堂) 對象: 中心會員 名額: 10人 報名日期: 2024年3月4日(一)起 負責職員: 洪俊明先生(2527 4123)
P-20003891 圍棋入門班 (6-8/2024)	入門課程讓學員認識基本圍棋知識·並提供研習對奕機會·令學員體會到棋逢敵手的樂趣·從而產生積極正面的態度。	2024年6月17日至8月12日(逢一)	上午10:00至11:30	軒尼詩道130號修頓中心5樓愛社	費用: \$160(全期8堂) 對象: 中心會員 名額: 10人 報名日期: 2024年5月6日(一)起 負責職員: 洪俊明先生(2527 4123) 備註: 此班適合對圍棋有興趣之人士報讀·未曾接觸圍棋人士亦可。
P-20003892 圍棋進階班 (6-8/2024)	進階課程讓學員深化圍棋知識·並提供研習對奕機會·提升學員對奕技術水平。		上午11:30至下午1:00	軒尼詩道130號修頓中心5樓愛社	費用: \$160(全期8堂) 對象: 中心會員 名額: 10人 報名日期: 2024年5月6日(一)起 負責職員: 洪俊明先生(2527 4123)

活動名稱	活動內容	舉行日期	時間	地點	費用/備註
P-20003842 扇面水墨畫班 (7-8/2024)	由李凱璋老師教授水墨畫扇面的繪畫方法，由基礎造型、混色、不同扇形的構圖竅門等等，適合初學者及喜愛水墨畫人士參加。 *學員須自備繪畫用品上課	2024年 7月8日 至 8月26日 (逢一)	下午 3:30 至 4:45	軒尼詩道 130號 修頓中心 5樓 活動室	費用：\$300(全期8堂) 對象：中心會員 名額：20人 新生報名：2024年5月27日至6月1日 舊生報名：2024年6月3日至6月17日 公開報名：2024年6月18日(二)起 負責職員：孔御君姑娘(2838 6368) 備註：1. 新生優先報名，餘額將予舊生於最後兩堂報名，名額不足，始須抽籤。 2. 舊生報名後若有餘額，則作公開報名。
P-20003885 彩色素描班 (7-8/2024)	由李凱璋老師教授基礎素描的技巧、木顏色筆的運用、色彩的配合及講解物件的結構，擴闊參加者在不同層面及角度欣賞藝術，提高繪畫趣味及技巧，輕鬆欣賞身邊事物。 *學員須自備繪畫用品上課	2024年 7月3日 至 8月21日 (逢三)	下午 3:00 至 4:30	軒尼詩道 130號 修頓中心 5樓 活動室	費用：\$240(全期6堂) 對象：中心會員 名額：20人 新生報名：2024年6月5日至6月11日 舊生報名：2024年6月12日至6月19日 公開報名：2024年6月20日(四)起 負責職員：梁皓民先生(2838 6368) 備註：1. 新生優先報名，餘額將予舊生於最後兩堂報名，名額不足，始須抽籤。 2. 舊生報名後若有餘額，則作公開報名。
P-20003648 工筆畫入門班 (4-6/2024)	由李凱淇老師由淺入深地教授工筆畫的描繪技巧及工具運用，以提高參加者對中國繪畫的興趣。工筆畫講究工整細緻，參加者需有耐心態度，歡迎初學者及對工筆畫有興趣的人士參加。	2024年 4月11日 至 6月13日 (逢四)	上午 10:45 至 中午 12:00	軒尼詩道 130號 修頓中心 5樓 活動室	費用：\$260(全期8堂) 對象：中心會員 名額：20人 新生報名：2024年3月14日至3月20日 舊生報名：2024年3月21日至3月28日 公開報名：2024年4月2日(二)起 負責職員：梁皓民先生(2838 6368) 備註：1. 新生優先報名，餘額將予舊生於最後兩堂報名，名額不足，始須抽籤。 2. 舊生報名後若有餘額，則作公開報名。 3. 2024年5月9日及5月16日暫停
P-20003883 工筆畫入門班 (6-8/2024)	*學員須自備繪畫用品上課	2024年 6月20日 至 8月8日 (逢四)	上午 10:45 至 中午 12:00	軒尼詩道 130號 修頓中心 5樓 活動室	費用：\$260(全期8堂) 對象：中心會員 名額：20人 新生報名：2024年5月30日至6月5日 舊生報名：2024年6月6日至6月13日 公開報名：2024年6月14日(五)起 負責職員：梁皓民先生(2838 6368) 備註：1. 新生優先報名，餘額將予舊生於最後兩堂報名，名額不足，始須抽籤。 2. 舊生報名後若有餘額，則作公開報名。

活動名稱	活動內容	舉行日期	時間	地點	費用/備註
P-20003627 悠然書法班 (4-6/2024)	由李凱淇老師教授中國不同字體的書寫技巧及書法藝術，提高參加者對書法的興趣，另一方面又可訓練腦、眼及手的協調。 *學員須自備毛筆上課	2024年 4月11日 至 6月13日 (逢四)	下午 2:15 至 3:30	軒尼詩道 130號 修頓中心 5樓 活動室	費用：\$220(全期8堂) 對象：中心會員 名額：20人 新生報名：2024年3月14日至3月20日 舊生報名：2024年3月21日至3月28日 公開報名：2024年4月2日(二)起 負責職員：孔御君姑娘(2838 6368) 備註：2024年5月9日及5月16日暫停
P-20003836 悠然書法班 (6-8/2024)		2024年 6月20日 至 8月8日 (逢四)	下午 2:15 至 3:30		費用：\$220(全期8堂) 對象：中心會員 名額：20人 新生報名：2024年5月30日至6月5日 舊生報名：2024年6月6日至6月13日 公開報名：2024年6月14日(五)起 負責職員：孔御君姑娘(2838 6368)
P-20003651 篆刻班 (4-6/2024)	由余文紀老師教授富有傳統中國藝術特色的篆刻，內容有篆刻家作品的分析及欣賞，講解及示範印章雕刻的技術，培養參加者的藝術情操。	2024年 4月11日 至 6月6日 (逢四)	上午 9:30 至 10:30	軒尼詩道 130號 修頓中心 5樓 活動室	費用：\$320(全期8堂) 對象：中心會員 名額：20人 報名日期：2024年3月14日(四)起 負責職員：梁皓民先生(2838 6368) 備註：2024年5月9日及5月16日暫停
P-20003884 篆刻班 (6-8/2024)		2024年 6月20日 至 8月8日 (逢四)			費用：\$320(全期8堂) 對象：中心會員 名額：20人 報名日期：2024年5月16日(四)起 負責職員：梁皓民先生(2838 6368)
P-20003628 書法墨友 (楷書) (4-6/2024)	課程由義務導師翁光老師教授，為喜愛書法的會員提供交流研習的平台，歡迎初學者及對書法有興趣的人士參加。 *學員須自備毛筆上課	2024年 4月11日 至 6月6日 (逢四)	下午 3:45 至 5:00	軒尼詩道 130號 修頓中心 5樓 活動室	費用：\$120(全期8堂) 對象：中心會員 名額：20人 報名日期：2024年3月21日(四)起 負責職員：孔御君姑娘(2838 6368) 備註：2024年5月9日暫停
P-20003837 書法墨友 (楷書) (6-8/2024)		2024年 6月20日 至 8月8日 (逢四)			費用：\$120(全期8堂) 對象：中心會員 名額：20人 報名日期：2024年5月30日(四)起 負責職員：孔御君姑娘(2838 6368)

皇仁衛理 - 長幼中國畫及書法入門 (5/2024)

P-20003966

日期：2024年5月6, 13日(逢一，共兩堂)
時間：下午3時45分至5時45分
集合時間：下午3時35分
集合地點：皇仁書院大門口
活動地點：皇仁書院視藝室
內容：由皇仁書院舊生帶領教授筆法、筆勢、筆意、評賞與工具等。

費用：\$20
對象：中心會員
名額：10人
報名日期：2024年4月8日(一)起
負責職員：劉致霖先生(2527 4123)



報名須知

- 1) 資訊科技課程報名及上課地點為循道衛理修頓老人中心(軒尼詩道130號修頓中心5樓501室)
- 2) 所有參加智能手機系列課程的參加者，請帶備智能手機上課。
- 3) 除智能手機運用班外，所有智能手機課程皆適合Android/iOS系統。(例如：Apple、HTC、Samsung、Sony等...)的手機。
- 4) 如對自己的手機的型號不清楚，或有任何查詢，請與梁皓民先生(2838 6368)聯絡。

活動名稱	活動內容	舉行日期	報名日期	時間	費用 / 備註
P-20003907 Android智能手機/平板電腦運用初中班(5/2024)	google map教學、設定、play商店、各項實用app介紹，讓學員更了解android手機/平板電腦的運用。	2024年5月2日至5月23日(逢四)	2024年4月8日(一)起	下午1:30至3:00	費用：\$120(全期四堂) 對象：使用Android手機/平板電腦的中心會員 名額：8人 備註：中心有平板電腦借用。
P-20003908 Android智能手機/平板電腦運用高班(6/2024)	手機瀏覽器的使用、檔案傳送至電腦、錄音功能等手機進階技巧介紹。	2024年6月6日至6月27日(逢四)	2024年4月8日(一)起	下午1:30至3:00	費用：\$120(全期四堂) 對象：使用Android手機/平板電腦的中心會員 名額：8人 備註：中心有平板電腦借用。
P-20003909 How to WeChat(5/2024)	相信大家都能用wechat收發訊息，進階功能你又知多少呢？此班組將說明wechat備份功能、提取wechat內的相片或錄音，引用別人的信息以回覆等等，亦簡述Wechatpay電子支付功能，為你掀開wechat的神秘面紗。	2024年5月9日至5月23日(逢四)	2024年4月8日(一)起	下午3:30至5:00	費用：\$100(全期三堂) 對象：中心會員 名額：8人
P-20003910 面書面面睇(6/2024)	facebook除了是一個社交平台外，其實亦是尋找資料、吸收知識的地方。本課程將由淺入深，教授如何一步步從建立facebook帳號至完善管理及運用facebook各種功能，適合對facebook有興趣或加深facebook認識的會員	2024年6月6日至6月20日(逢四)	2024年4月8日(一)起	下午3:30至5:00	費用：\$100(全期三堂) 對象：中心會員 名額：8人
P-20003911 OTG USB全面睇(6/2024)	解說USB類型及使用，移存檔案到電腦或USB，說明使用OTG USB，直接傳送手機資料到USB中；適合希望學習備份手機或電腦資訊的會員。報讀課程者，將會提供32GB OTG USB以使用。	2024年6月4日至6月18日(逢二)	2024年4月8日(一)起	下午1:30至3:00	費用：\$180(全期三堂)(包含OTG USB之費用) \$100(全期三堂)(不包含OTG USB之費用) 對象：中心會員 名額：8人



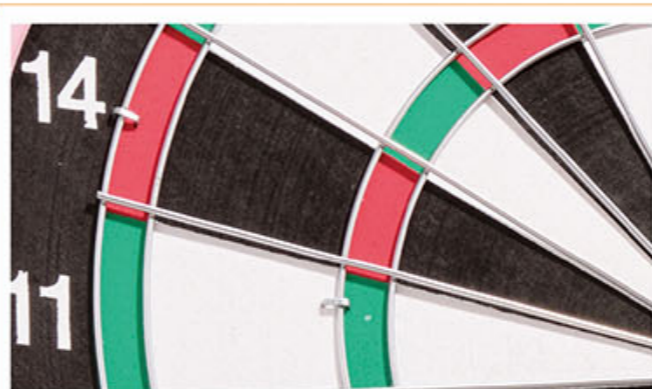
手機剪片無難度(4-5/2024)

P-20003912
日期：2024年4月30日至5月21日(逢二)
時間：下午3時30分至5時正
地點：軒尼詩道130號修頓中心5樓501室
內容：使用「InShot」之應用程式，只需要加入相片及影片即可自己制作出一段引人注目的影片。與朋友分享或自己收藏皆宜。
費用：\$120(全期4堂)
對象：中心會員
名額：8人
報名日期：2024年4月8日(一)起
負責職員：梁皓民先生(2838 6368)



旅遊攝影班(5/2024)

P-20003499
日期：2024年5月22日(三)
時間：下午1時30分至2時30分
地點：軒尼詩道130號修頓中心5樓信室
內容：教授拍攝及構圖技巧，相機進階操作和認識市面上潮流攝影執相app。
合作機構：長者安居協會
費用：免費
對象：中心會員
名額：15人
報名日期：2024年4月8日(一)起
負責職員：梁皓民先生(2838 6368)
備註：此課程於信室望軒上課



軟式飛鏢班(4-5/2024)

P-20003770
日期：2024年4月8日至5月27日(逢一)
時間：下午3時正至5時30分
地點：軒尼詩道130號修頓中心5樓愛社
內容：由中心同工領一眾參加者體驗軟式飛鏢的樂趣。
費用：\$120
對象：中心會員
名額：12人
報名日期：2024年3月4日(一)
負責職員：洪俊明先生(2527 4123)
備註：中心將提供軟式飛鏢等基本裝備



軟式飛鏢班(6-8/2024)

P-20003904
日期：2024年6月3日至8月5日(逢一)
時間：下午3時正至5時30分
地點：軒尼詩道130號修頓中心5樓愛社
內容：由中心同工領一眾參加者體驗軟式飛鏢的樂趣。
費用：\$120
對象：中心會員
名額：12人
報名日期：2024年5月6日(一)
負責職員：洪俊明先生(2527 4123)
備註：中心將提供軟式飛鏢等基本裝備

軟式飛鏢練習時段(4-5/2023)

P-20003905
 日期：2024年4月9日至5月28日(逢二)
 時間：下午4時正至5時30分
 地點：軒尼詩道130號修頓中心5樓
 內容：由中心同工領一眾參加者體驗軟式飛鏢的樂趣。
 費用：\$80
 對象：中心會員
 名額：12人
 報名日期：2024年3月5日(二)起
 負責職員：洪俊明先生(2527 4123)
 備註：中心將提供軟式飛鏢等基本裝備

軟式飛鏢練習時段(6-7/2023)

P-20003906
 日期：2024年6月3日至8月5日(逢一)
 時間：下午4時正至5時30分
 地點：軒尼詩道130號修頓中心5樓
 內容：由中心同工領一眾參加者體驗軟式飛鏢的樂趣。
 費用：\$80
 對象：中心會員
 名額：12人
 報名日期：2024年5月6日(一)起
 負責職員：洪俊明先生(2527 4123)
 備註：中心將提供軟式飛鏢等基本裝備

活動名稱	活動內容	舉行日期	時間	地點	費用/備註
P-20003946 運動世界A (4-6/2024)	由健體教練-梁心美女士·教授參與者不同的健體運動·包括：徒手操、橡筋帶、踏步操、及防跌運動·以增加參加者的肌肉彈性及耐力·用作鍛鍊身體平衡力·並改善關節靈活度。	2024年 4月22日 至 6月24日 (逢一)	上午 8:30 至 9:30	莊士敦道 211號 2樓 活動室	費用：\$220(共8堂) 對象：中心會員 名額：25人 新生報名：2024年3月11日至3月16日 舊生報名：2024年3月18日至3月25日 公開報名：2024年3月26日(二)起 負責職員：羅厚德先生(2527 4123) 備註：1. 參加者只能報讀其中一班 2. 參加者須穿著運動服裝及鞋襪。 3. 2024年5月20日及6月10日暫停
P-20003947 運動世界B (4-6/2024)		上午 9:45 至 10:45			
P-20003672 太極拳班 (4-7/2024)	由資深太極導師李雪偉先生及陳彩鳳姑娘教授養生太極操(第一套)·包括基本步姿、呼吸及熱身練習·達致養生健體的效果	2024年 4月22日 至 7月8日 (逢一)	下午 3:45 至 5:00	莊士敦道 211號 2樓 活動室	費用：\$220(共10堂) 名額：20人 新生報名：2024年3月4日至3月9日 舊生報名：2024年3月11日至3月18日 公開報名：2024年3月19日(二)起 負責職員：羅厚德先生(2527 4123) 備註：1. 此活動用的服飾及鞋需自備·詳情可向導師了解。 2. 2024年6月10日及7月1日暫停
P-20003942 智樂空手道 (4-5/2024)	由系東拳會之總教練馮華強先生及陳光德先生教授空手道運動·簡單的自衛術等·有助強身健體。	2024年 4月6日 至 5月25日 (逢六)	上午 9:30 至 10:45	軒尼詩道 130號 修頓中心 5樓 電腦室	費用：\$280(共8堂) 名額：5人 報名日期：2024年3月16日(六)起 負責職員：羅厚德先生(2527 4123) 備註：上堂時需穿著輕便運動服及赤腳進行。
P-20003943 智樂空手道 (6-7/2024)		2024年 6月1日 至 7月20日 (逢六)			

活動名稱	活動內容	舉行日期	時間	地點	費用/備註	
P-20003838 日語工作坊 (5/2024)	本工作坊由日語班李鳳嫻老師教授大家認識初級會話和文法構造·由淺至深學習·可應付日本語能力試。	2024年 5月6日 至 5月20日 (逢一)	上午 10:30 至 中午 12:00	軒尼詩道 130號 修頓中心 5樓 活動室	費用：\$120(共3堂) 名額：30人 報名日期：2024年4月15日(一)起 負責職員：孔御君姑娘(2838 6368) 備註：學員必須對五十音有一定的認識	
P-20003839 日語工作坊 (6/2024)		2024年 6月3日 至 6月24日 (逢一)				費用：\$120(共3堂) 名額：30人 報名日期：2024年5月13日(一)起 負責職員：孔御君姑娘(2838 6368) 備註：1. 學員必須對五十音有一定的認識 2. 2024年6月10日暫停
P-20003840 日語工作坊 (7/2024)		2024年 7月8日 至 7月22日 (逢一)				費用：\$120(共3堂) 名額：30人 報名日期：2024年6月17日(一)起 負責職員：孔御君姑娘(2838 6368) 備註：學員必須對五十音有一定的認識
P-20003625 中國文學趣味班 (4-6/2024)	由胡志卿老師與學員分享中國歷代詩詞歌賦·望能提昇學員欣賞文學的能力·增添雅趣。	2024年 4月10日 至 6月12日 (逢三)	上午 9:30 至 10:30	軒尼詩道 130號 修頓中心 5樓 活動室	費用：\$120(全期8堂) 名額：30人 新生報名：2024年3月13日(三)至3月19日(二) 舊生報名：2024年3月20日(三)至3月27日(三) 公開報名：2024年3月28日(四)起 負責職員：孔御君姑娘(2838 6368) 備註：1. 新生優先報名·餘額將予舊生於最後兩堂報名·名額不足·始須抽籤。 2. 舊生報名後若有餘額·則作公開報名。 3. 2024年5月1日及5月15日暫停	
P-20003846 中國文學趣味班 (6-8/2024)	由胡志卿老師與學員分享中國歷代詩詞歌賦·望能提昇學員欣賞文學的能力·增添雅趣。	2024年 6月26日 至 8月14日 (逢三)	上午 9:30 至 10:30	軒尼詩道 130號 修頓中心 5樓 活動室	費用：\$120(全期8堂) 名額：30人 新生報名：2024年5月29日(三)至6月4日(二) 舊生報名：2024年6月5日(三)至6月12日(三) 公開報名：2024年6月13日(四)起 負責職員：孔御君姑娘(2838 6368) 備註：1. 新生優先報名·餘額將予舊生於最後兩堂報名·名額不足·始須抽籤。 2. 舊生報名後若有餘額·則作公開報名。	
P-20003626 齊齊講英文 (4-6/2024)	由胡志卿老師從日常生活、發音及短語運用等方面撰寫教材·予以講解·並與學員輕鬆笑談。	2024年 4月10日 至 6月12日 (逢三)	上午 10:45 至 11:45	軒尼詩道 130號 修頓中心 5樓 活動室	費用：\$120(全期8堂) 名額：30人 新生報名：2024年3月13日(三)至3月19日(二) 舊生報名：2024年3月20日(三)至3月27日(三) 公開報名：2024年3月28日(四)起 負責職員：孔御君姑娘(2838 6368) 備註：1. 新生優先報名·餘額將予舊生於最後兩堂報名·名額不足·始須抽籤。 2. 舊生報名後若有餘額·則作公開報名。 3. 2024年5月1日及5月15日暫停	
P-20003847 齊齊講英文 (6-8/2024)	由胡志卿老師從日常生活、發音及短語運用等方面撰寫教材·予以講解·並與學員輕鬆笑談。	2024年 6月26日 至 8月14日 (逢三)	上午 10:45 至 11:45	軒尼詩道 130號 修頓中心 5樓 活動室	費用：\$120(全期8堂) 名額：30人 新生報名：2024年5月29日(三)至6月4日(二) 舊生報名：2024年6月5日(三)至6月12日(三) 公開報名：2024年6月13日(四)起 負責職員：孔御君姑娘(2838 6368) 備註：1. 新生優先報名·餘額將予舊生於最後兩堂報名·名額不足·始須抽籤。 2. 舊生報名後若有餘額·則作公開報名。	

活動名稱	活動內容	舉行日期	時間	地點	費用/備註
P-20003936 夏威夷結他班 (4-5/2024)	由導師蘇璋竣先生教授基本指法、和弦、閱讀、節奏應用、簡單歌曲(單音)	2024年 4月9日 至 5月28日 (逢二)	上午 9:15 至 10:15	軒尼詩道 130號 修頓中心 5樓 活動室	費用: \$300 (共8堂) 名額: 15人 報名日期: 2024年3月19日(二)起 負責職員: 羅厚德先生 (2527 4123)
P-20003937 夏威夷結他班 (6-7/2024)		2024年 6月11日 至 7月30日 (逢二)			費用: \$300 (共8堂) 名額: 11人 報名日期: 2024年5月21日(二)起 負責職員: 羅厚德先生 (2527 4123)
P-20003938 基礎結他班 (4-5/2024)	由導師蘇璋竣先生教授結他, 內容大致有認識結他結構、睇樂譜、彈出簡單音樂等	2024年 4月9日 至 5月28日 (逢二)	上午 10:30 至 11:30	軒尼詩道 130號 修頓中心 5樓 活動室	費用: \$300 (共8堂) 名額: 11人 報名日期: 2024年3月19日(二)起 負責職員: 羅厚德先生 (2527 4123) 備註: 因結他有限, 鼓勵參加者自備
P-20003939 基礎結他班 (6-7/2024)		2024年 6月11日 至 7月30日 (逢二)			費用: \$300 (共8堂) 名額: 11人 報名日期: 2024年5月21日(二)起 負責職員: 羅厚德先生 (2527 4123) 備註: 因結他有限, 鼓勵參加者自備
P-20003940 合唱技巧班 (4-5/2024)	由劉曉霖小姐教授, 課程內容包括介紹唱歌發聲技巧、合唱的基本知識, 及選唱多首名曲作實習。	2024年 4月5日 至 5月31日 (逢五)	上午 11:00 至 中午 12:00	軒尼詩道 130號 修頓中心 5樓 活動室	費用: \$300 (共8堂) 名額: 30人 報名日期: 2024年3月8日(二)起 負責職員: 羅厚德先生 (2527 4123) 備註: 2024年4月12日暫停
P-20003941 合唱技巧班 (6-8/2024)		2024年 6月14日 至 8月9日 (逢五)			費用: \$300 (共8堂) 名額: 30人 報名日期: 2024年5月17日(二)起 負責職員: 羅厚德先生 (2527 4123) 備註: 2024年7月19日暫停
P-20003944 粵曲研習班 (4-6/2024)	由粵曲導師黃麗芳女士教授全首粵曲, 並以演唱技巧、工尺、叮板等教授, 加強參加者對全首粵曲的認知和興趣。	2024年 4月29日 至 6月24日 (逢一)	下午 1:30 至 3:30	莊士敦道 211號 2樓 活動室	費用: \$220 (共8堂) 名額: 50人 報名日期: 2024年3月18日(一)起 負責職員: 羅厚德先生 (2527 4123) 備註: 2024年6月10日暫停
P-20003945 齊唱粵曲班 (4-6/2024)	由中心職員帶領及統籌, 用卡拉OK粵曲集體練習以及輪唱的形式和會員交流唱曲心得。	2024年 4月23日 至 6月11日 (逢二)	上午 10:30 至 中午 12:30	莊士敦道 211號 2樓 活動室	費用: \$80 (共8堂) 名額: 40人 報名日期: 2024年3月19日(二)起 負責職員: 羅厚德先生 (2527 4123)

活動名稱	活動內容	舉行日期	時間	地點	費用/備註
P-20003893 粵曲小曲合唱組 (4-6/2024)	由導師藍振邦先生及粵曲義工伴奏, 分享曲藝, 並練習合唱小曲, 也透過互動環節, 加強學員間的溝通及交流。	2024年 4月30日 至 6月18日 (逢二)	下午 1:30 至 3:30	莊士敦道 211號 2樓 活動室	費用: \$160(全期8堂) 名額: 40人 報名日期: 2024年3月12日(一)起 負責職員: 洪俊明先生(2527 4123)
P-20003895 粵曲小曲合唱組 (7-8/2024)		2024年 7月2日 至 8月20日 (逢二)			費用: \$160(全期8堂) 名額: 40人 報名日期: 2024年5月28日(一)起 負責職員: 洪俊明先生(2527 4123)
P-20003898 歌唱技巧訓練班 (4-6/2024)	教唱國、粵語流行金曲, 通過深入淺出的訓練, 提高學員之歌唱水平, 幫助改善發聲及呼吸技巧、聲音控制、音色及音準拍子、感情投入及演唱台風。	2024年 4月25日 至 6月13日 (逢四)	下午 4:00 至 5:15	莊士敦道 211號 2樓 活動室	費用: \$280(8堂) 名額: 40人 新生報名: 2024年3月7日至3月13日 舊生報名: 2024年3月14日至3月20日 公開報名: 2024年3月21日起 負責職員: 洪俊明先生(2527 4123)
P-20003900 歌唱技巧訓練班 (6-8/2024)	導師簡介: 潘世華先生(從事歌唱、主持等演藝工作多年, 曾奪多個歌唱比賽獎項, 從1998年開始執起教鞭, 於多個機構和私人教授, 累積十多年教學經驗。)	2024年 6月27日 至 8月15日 (逢四)			費用: \$280(8堂) 名額: 40人 新生報名: 2024年5月23日至5月29日 舊生報名: 2024年5月30日至6月5日 公開報名: 2024年6月6日起 負責職員: 洪俊明先生(2527 4123)
P-20003901 妙韻英文課 (4-6/2024)	由盧劍聰先生藉播放經典英文金曲影片, 教授歌詞中的英文詞彙、讀音及文法, 加上日常用語, 讓大家輕鬆愉快地學習英語。	2024年 4月25日 至 6月13日 (逢四)	上午 9:15 至 10:45	莊士敦道 211號 1樓 飯堂	費用: \$140(全期8堂) 名額: 30人 報名日期: 2024年4月14日(四)起 負責職員: 洪俊明先生(2527 4123)
P-20003902 妙韻英文課 (6-8/2024)		2024年 6月27日 至 8月15日 (逢四)			費用: \$140(全期8堂) 名額: 30人 報名日期: 2024年5月23日(四)起 負責職員: 洪俊明先生(2527 4123)
P-20003843 木箱鼓 (4-5/2024)	由蘇璋竣導師教授木箱鼓, 讓會員學習認識並掌握打木箱鼓的技巧, 增強會員們的音樂節奏感, 培養音樂情操。	2024年 4月9日 至 5月28日 (逢二)	上午 11:45 至 中午 12:45	軒尼詩道 130號 修頓中心 5樓 活動室	費用: \$300 (全期8堂) 對象: 中心會員 名額: 9人 報名日期: 2024年3月19日(二)起 負責職員: 孔御君姑娘(2838 6368)
P-20003844 木箱鼓 (6-7/2024)	由蘇璋竣導師教授木箱鼓, 讓會員學習認識並掌握打木箱鼓的技巧, 增強會員們的音樂節奏感, 培養音樂情操。	2024年 6月11日 至 7月30日 (逢二)	上午 11:45 至 下午 12:45	軒尼詩道 130號 修頓中心 5樓 活動室	費用: \$300 (全期8堂) 對象: 中心會員 名額: 9人 報名日期: 2024年5月21日(二)起 負責職員: 孔御君姑娘(2838 6368)
P-20003845 口琴班 (6-7/2024)	本課程由資深口琴導師盧德光先生教授, 主要以流行歌曲為教材分享如何透過口琴進行伴奏。歡迎已略懂使用口琴吹奏簡單歌曲者參加。 *學員請自備24孔C調複音口琴上課	2024年 6月4日 至 7月23日 (逢二)	下午 1:15 至 2:15	軒尼詩道 130號 修頓中心 5樓 活動室	費用: \$320 (全期8堂) 對象: 中心會員 名額: 20人 報名日期: 2024年5月14日(二)起 負責職員: 孔御君姑娘(2838 6368)

循道衛理琵琶樂團

中心自2007年起與樂悠悠文藝苑合作舉辦琵琶班，多年來積極訓練學員，並外出演出以及擔任琵琶義工。
(本樂團使用四相十三品琵琶進行學習)

活動名稱	活動內容	舉行日期	時間	地點	費用/備註
P-20003874 健腦琵琶初階班 (4-5/2024)	由林美齡老師教授彈奏琵琶的技巧，讓從未接觸琵琶的長者體驗琵琶的樂趣，舒緩疫情下緊張情緒及持續鍛鍊腦部，讓手指更加靈活。	2024年 4月15日 至 6月17日 (逢一)	下午 1:30 至 3:00	軒尼詩道 130號 修頓中心 5樓 活動室	費用：\$280 (全期8堂) 對象：中心會員 名額：10人 報名日期：2024年3月11日(一)起 報名地點：軒尼詩道130號修頓中心5樓 負責職員：梁皓民先生 (2838 6368) 備註：2024年5月13日及6月10日暫停
P-20003875 健腦琵琶初階班 (6-8/2024)		2024年 6月24日 至 8月19日 (逢一)	下午 1:30 至 3:00	軒尼詩道 130號 修頓中心 5樓 活動室	費用：\$280 (全期8堂) 對象：中心會員 名額：10人 報名日期：2024年6月3日(一)起 報名地點：軒尼詩道130號修頓中心5樓 負責職員：梁皓民先生 (2838 6368) 備註：2024年7月1日暫停
P-20003756 師徒匯聚樂悠悠 (4-5/2024)	透過師徒兩代互相交流、提醒以及協助，一步步提升個人之技巧以及合奏時之默契。本班組由專業琵琶導師林美齡老師教授。	2024年 4月6日 至 5月25日 (逢六)	上午 10:30 至 中午 12:00	軒尼詩道 130號 修頓中心 5樓 信室	費用：\$280 (全期8堂) 對象：中心會員 名額：8人 報名日期：2024年5月18日(六)起 報名地點：軒尼詩道130號修頓中心5樓 負責職員：林芷琪姑娘 (2838 6368)
P-20003887 師徒匯聚樂悠悠 (6-7/2024)		2024年 6月1日 至 7月20日 (逢六)	上午 10:30 至 中午 12:00	軒尼詩道 130號 修頓中心 5樓 活動室	費用：\$280 (全期8堂) 對象：中心會員 名額：8人 報名日期：2024年6月1日(六)起 報名地點：軒尼詩道130號修頓中心5樓 負責職員：林芷琪姑娘 (2838 6368)

音樂專題講座 - 長者與音樂學習(4/2024)

P-20003889

日期：2024年4月24日(三)
時間：下午1時正至2時正
地點：軒尼詩道130號修頓中心5樓501室
內容：退休人士為了善用時間，有不少人選擇學習樂器/音樂，到底音樂對年長人士的身心發展有甚麼益處，又該如何選擇適合自己的音樂之路？表達藝術治療師將與你從理論到實踐，分享學習樂器的心得，也歡迎參加者一起交流學習樂器的心路歷程。

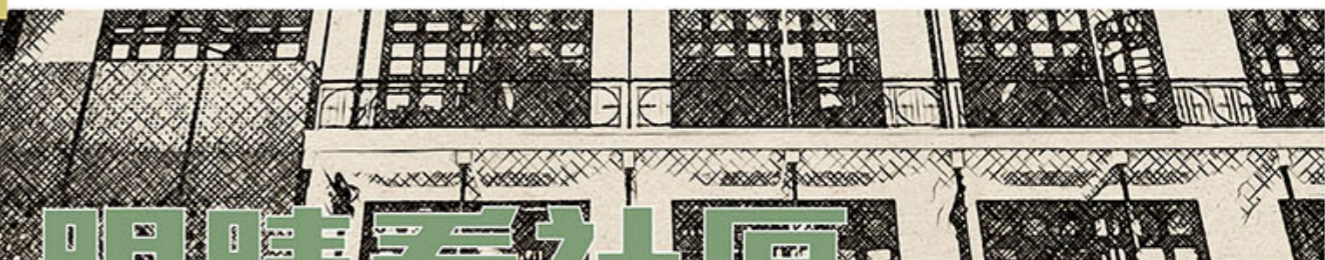
費用：免費
對象：中心會員
名額：25人
報名日期：2024年4月2日(二)起
負責職員：林芷琪姑娘 (2838 6368)



『護老。護互送』支援計劃之 參觀曾咀紀念花園 (4/2024)

P-20003881

日期：2024年4月26日(五)
時間：下午2時正至5時30分
集合時間：下午2時正
解散時間：下午5時30分
集合地點：灣仔修頓老人中心5樓信室
參觀地點：屯門曾咀紀念花園
內容：由食物環境衛生署主辦的綠色導賞之旅，途中漫步紀念花園，了解最新後事知識。
費用：免費
對象：中心會員
名額：40人
報名日期：2024年3月20日(三)起
負責職員：鄧樂棋姑娘、洪俊明先生 (2527 4123)
備註：1. 此活動由食物環境衛生署、精神健康諮詢委員會贊助
2. 由食物環境衛生署提供旅遊巴士，活動將以中心作為集合和解散地點
3. 活動以平路為主



眼睛看社區

一人睇片獨樂樂，一齊睇片眾樂樂，讓我們透過眼睛一同探索社區，從生活中尋樂趣，活動會播放不同主題影片，職員會與大家暢談當中所見所聞。

地點：莊士敦道211號2樓活動室
費用：免費
對象：中心會員
每場名額：50人
負責職員：鄧樂棋姑娘 (2527 4123)



眼睛看社區(5/2024)

P-20003877

日期：2024年5月30日(五)
時間：下午2時30分至3時45分
內容：主題 - 各行各業篇
報名日期：2024年4月15日(一)起



眼睛看社區(6/2024)

P-20003880

日期：2024年6月14日(五)
時間：下午2時30分至3時30分
內容：主題 - 灣仔人情味篇
報名日期：2024年5月3日(五)起



營養DIY(4/2024)

P-20003921

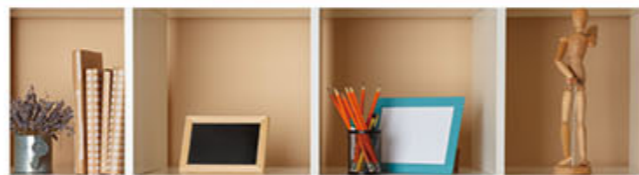
日期: 2024年4月24日(三)
時間: 上午10時30分至11時30分
地點: 莊士敦道211號2樓活動室
內容: 飲食習慣如何影響健康?透過講座分享如何從食物有效吸收各種營養以及營養補充劑的作用。
合辦機構: 長者安居服務協會
費用: 免費
對象: 中心會員
名額: 40人
報名日期: 2024年3月25日(一)起
負責職員: 李仲紋姑娘(2838 6368)



參觀益力多工廠(6/2024)

P-20003896

日期: 2024年6月17日(一)
時間: (集合)下午12時30分(解散)下午3時30分
地點: (集合及解散地點)修頓中心5樓501室
內容: 益力多早於1969年,由日本來到香港。為了生產出優質及新鮮的產品,更一直堅持香港製造。今次更有機會參觀生產線,並有工作人員講解。
合辦機構: 香港益力多乳品有限公司
費用: \$10(包旅遊巴接送)
對象: 中心會員
名額: 57人
報名日期: 2024年4月29日(一)起
負責職員: 梁皓民先生(2838 6368)、劉致霖先生(2527 4123)
備注: 活動需要步行與上落樓梯級,參加者請自行衡量。



銀髮族收納術+工作坊(5/2024)

P-20003924

日期: 2024年5月14,21,28日,6月11日(逢星期二,共四堂)
時間: 下午3時正至4時30分
地點: 軒尼詩道130號修頓中心5樓信室
內容: 垃圾徵費在即,除了要破費買膠袋外,有何應對方案?不用怕,由專業認證收納師教你如何真正斷捨離,加上實踐工作坊令你掌握實用的收納術!快點帶埋家人朋友一齊參加啦~
合辦機構: More than tidy up
導師: 日本收納檢定協會專業認證收納師及講師Kaye Li(李小姐)
費用: 每堂\$75 x 4堂,合共\$300(費用包括課程,工作坊,免費諮詢環節以及收納禮品一份)
對象: 中心會員及社區人士
名額: 20人
報名日期: 2024年4月8日(一)起
負責職員: 李仲紋姑娘(2838 6368)



益力多腸道健康教室(6/2024)

P-20003897

日期: 2024年6月4日(二)
時間: 下午3時正至3時45分
地點: 軒尼詩道130號修頓中心5樓信室
內容: 以“消化系統與飲食健康”為主題,旨在幫助大家養成良好的飲食習慣和生活方式,以保持心身健康。
合辦機構: 香港益力多乳品有限公司
費用: 免費
對象: 中心會員
名額: 30人
報名日期: 2024年4月29日(一)起
負責職員: 梁皓民先生(2838 6368)



夏日慶慶茶(5/2024)

P-20003876

日期: 2024年5月23日(四)
時間: 下午2時正至4時正
地點: 灣仔駱克道街市熟食中心2樓某茶餐廳
內容: 過往茶聚反應熱烈,繼續和大家於夏季出外飲下午茶,傾吓生活事。
集合時間: 下午2時正
集合地點: 莊士敦道211號2樓大廳
費用: 報名費全免,餐飲自費(約每人\$30-\$45)
對象: 中心會員
名額: 7人
報名日期: 2024年4月25日(四)起
負責職員: 鄧樂棋姑娘(2527 4123)



表達藝術與自我關懷工作坊(5-6/2024)

P-20003915

日期: 2024年5月16日至6月6日(逢四)
時間: 上午10時30分至12時正
地點: 軒尼詩道130號修頓中心5樓信室
內容: 自我關懷、自愛是近年經常被談及的話題,表達藝術治療師將與你分享透過跨媒介藝術來自我關懷的各種方法,並於日常生活中實踐所學。
費用: \$40(共4節)
對象: 中心會員
名額: 8人
報名日期: 2024年4月2日(二)起
負責職員: 林芷琪姑娘(2838 6368)



金色年華126期(5-6/2024)

P-20003876

日期: 2024年5月9日至6月27日(逢四)
時間: 下午2時正至3時30分
地點: 莊士敦道211號2樓活動室
內容: 唱歌、遊戲、生日會、節日活動。
費用: \$20(全期8堂)
對象: 中心會員
名額: 60人
報名日期: 2024年5月2日(四)起
負責職員: 李庭軒先生(2527 4123)





男士專區—同聲同戲

P- 20003903

日期：2024年4月30日(二)
時間：下午2時30分至3時30分
地點：灣仔軒尼詩道71-85號半島漁港
內容：由中心同工與參加者一邊「飲啖茶、食點心」，一邊分享不同年代的港產電影及香港電影產業的歷史，讓長者們渡過一個開心的下午。
費用：免費
對象：中心會員(男士限定)
名額：10人
報名日期：2024年4月6日(四)起
負責職員：張松齡先生 (2527 4123)



樂器巡禮工作坊(6/2024)

P- 20003899

日期：2024年6月7日(五)
時間：下午2時正至3時30分
地點：軒尼詩道130號修頓中心5樓501室
內容：讓金齡人士體驗較少接觸的樂器，並與其他會員一起討論與分享樂器的聲音特質，最後一同嘗試運用不同的樂器大合奏。
費用：\$5
對象：中心金鑽會員 (50-59歲)
名額：15人
報名日期：金鑽會員報名日期：2024年4月2日(二)起
 中心會員公開報名日期：2024年5月2日(四)起
負責職員：林芷琪姑娘 (2838 6368)

康雲健康 基本檢查計劃

康雲健康計劃目標是讓會員定期監察身體健康狀況及管理個人健康。現時「康雲健康計劃」推出全新升級計劃，增設不同的量度儀器，讓中心會員可以檢測多項常見慢性疾病之健康指標。另外，「康雲健康計劃」將會繼續配合雲端科技，將健康數據上傳到手機程式，以讓長者、家人或專業人士作檢視，從而監察身體健康狀況及製訂個別的健康管理方案。

日期：2024年4月3日至6月29日
對象：中心會員
地點：莊士敦道211號2樓大廳
名額：P-20003865 (*逢星期三) 名額：25名
 P-20003866 (*逢星期六) 名額：25名
報名日期：2024年3月18日起至2024年4月17日
負責職員：吳朗沂姑娘、韋雅琳姑娘(2527 4107)

編號	計劃	檢查項目	費用
P-20003865 *逢星期三 量度血糖	基本檢查計劃	1. 身高、體重及BMI 2. 血壓 3. 血氧及脈搏 4. 脂肪率 5. 骨量	\$50 (3個月)
P-20003866 *逢星期六 量度血糖		6. 肌肉比例 7. 水份比例 8. 基礎代謝率	
		*預約式量度4-8項目共一次 + 血糖 (共9次)	

備註：
 1. 本活動有效日期為：2024年4月3日至6月29日
 2. 血糖檢測時間如下
 i. 逢星期三(P-20003865)及逢星期六(P-20003866)，主要於下午2時正至3時正(公眾假期除外)；
 ii. 逢星期三(P-20003865)會於3/4, 8/5, 5/6早上8時15分至9時正進行；逢星期六(P-20003866)會於6/4, 4/5, 8/6早上8時15分至9時正進行；下午之驗血糖將會取消；
 3. 檢查項目(4-9) P-20003865 (逢星期三) 會於29/5以預約形式進行；而P-20003866(逢星期六)會於1/6以預約形式進行；負責職員會再主動聯絡參加者，並於指定日期及時間內進行。
 4. 3/4, 8/5, 5/6 (星期三) 早上8:15-9:00量度空腹血糖，當日下午之血糖量度將會取消；並於29/5 (星期三) 進行身體成份分析。
 *由於中心將於4月上旬進行冷氣維修工程，因此10/4 (星期三) 之血糖量度將轉至修頓中心 愛社 (地址：灣仔軒尼詩道130號修頓中心5樓) 進行。

眼科專科醫生講座 - 老年常見眼疾(6/2024)

P-20003961

日期：2024年6月19日(三)
時間：上午10時正至11時30分
地點：莊士敦道211號2樓活動室
內容：邀請眼科專科醫生到場講解老年常見眼疾
講師：朱仲賢醫生
費用：\$5
對象：中心會員
名額：70人
報名日期：2024年5月2日(四)起
負責職員：李庭軒先生(2527 4123)
備註：此活動與眼睛健康基金合辦



「腦友會」認知障礙症患者家屬月會 (4-6/2024)

日期：2024年4月27日(六)[P-20003856]
2024年5月25日(六)[P-20003857]
2024年6月29日(六)[P-20003858]

時間：下午2時正至3時30分

地點：莊士敦道211號地下大廳

內容：透過進行不同減壓活動、介紹社區資源及分享照顧經驗，讓參加者彼此關懷支持。

費用：免費

對象：認知障礙症患者之家屬及親友

名額：8人

負責職員：姚斯惠姑娘、湛詠嵐姑娘 (2527 4107)

備註：月會日期或會因特別安排而改動，如欲參加，請先與負責職員聯絡查詢。



健腦營(4-6/2024)

P-20003693

日期：2024年4月8日至6月24日(逢一)

時間：上午9時30分至10時45分

地點：莊士敦道211號1樓飯堂

內容：透過桌上遊戲及其他活動，建立多運用腦筋的習慣，從而提升記憶力。

費用：\$160 (全期8堂)

對象：有輕度認知及記憶問題的60歲或以上人士

名額：15人

報名日期：2024年3月18日(一)

負責職員：梁恩瀚先生、莊子蔚姑娘 (2527 4107)

備註：2024年4月15日、5月13日、6月10日及6月17日暫停



想和你搭「摩天輪」及參觀海事博物館之旅

P-20003933

日期：2024年6月28日(五)

時間：下午1時30分至5時正

集合地點：莊士敦道211號2樓大廳

內容：與中心護老者及其照顧長者體驗「摩天輪之旅」，參觀海事博物館，共享歡樂時光。

費用：\$5

對象：護老者及其照顧長者

名額：20人

報名日期：2024年5月20日(一)

負責職員：林愷欣姑娘、韋雅琳姑娘 (2527 4107)

備註：1. 活動將以中心作集合和解散地點
2. 參加者需自備八達通，並共同乘搭巴士來回中環至灣仔



護老「平靚正」雙月會

P-20003934

日期：2024年4月25日(四)

時間：上午10時正至11時30分

地點：莊士敦道211號2樓活動室

內容：與護老者講盡護老的「平靚正」生活攻略。

費用：免費

對象：護老者及其照顧長者

名額：40人

報名日期：2024年4月2日(二)

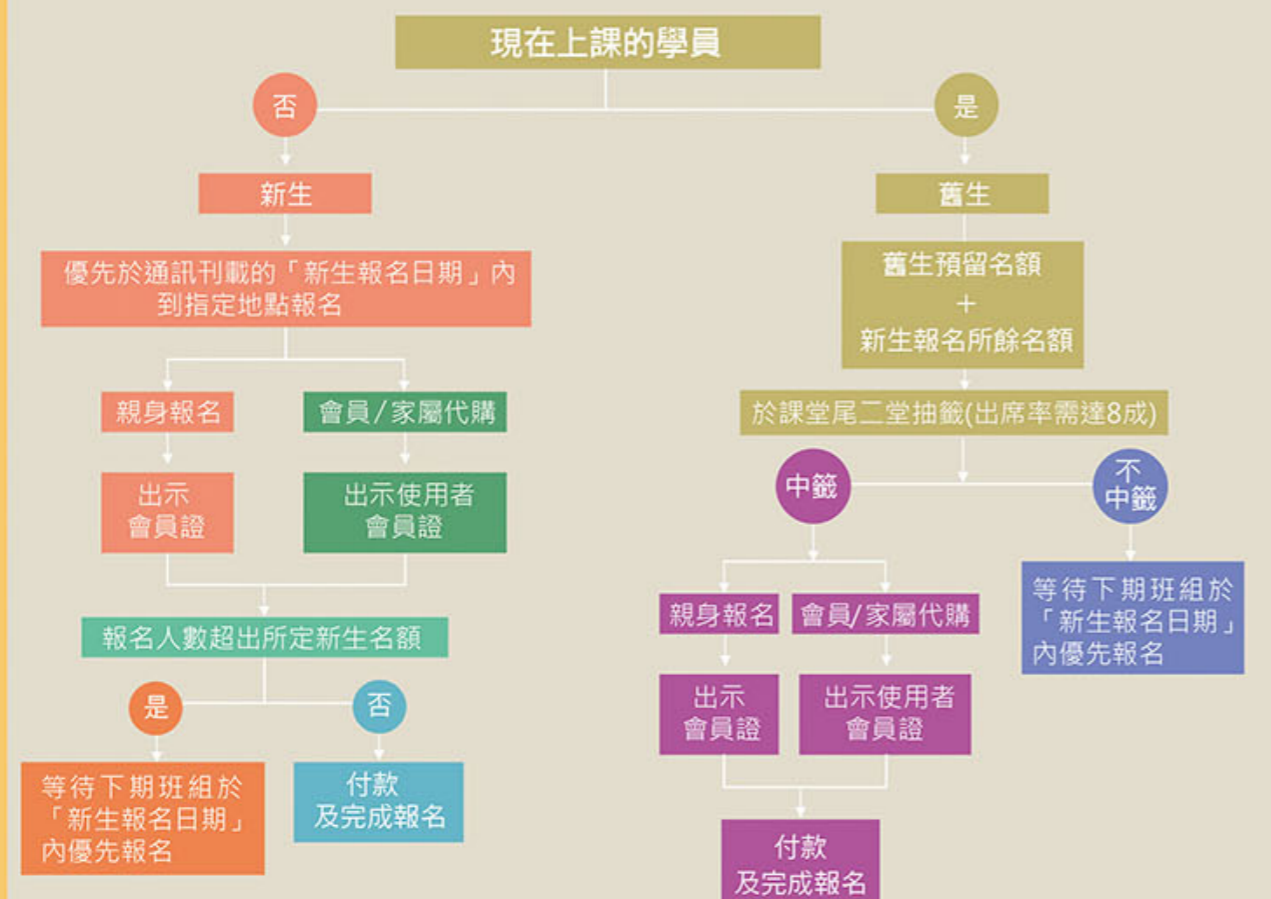
負責職員：湛詠嵐姑娘、林愷欣姑娘 (2527 4107)

活動名稱	活動內容	舉行日期	時間	地點	費用/備註
護老全接觸之預防肌肉流失 P-20003867	由註冊護士講解： • 肌肉流失的成因和影響、肌肉流失和「肌肉減少症」的分別 • 防肌肉流失的飲食及運動方法 • 課後體驗手握力測試 • 練習「強化肌肉運動八式」	2024年 4月19日 (五)	下午 3:00 至 4:00	莊士敦道211號2樓活動室	費用：免費 對象：護老者(優先)及中心會員 名額：30人 報名日期：2024年3月18日(一)起(護老者) 2024年4月2日(一)起(中心會員) 負責職員：吳朗沂姑娘/韋雅琳姑娘 (2527 4123)
護老全接觸之安全使用藥物 P-20003868	由註冊護士講解： • 透過講解身體不適、看醫生、到藥房取藥及服藥的過程 • 在就診時應提供什麼資料給醫生 • 取藥時應注意什麼事項 • 使用非處方藥物的存在危險、購買及使用非處方藥物時應注意的事項 • 明白儲存藥物的正確方法	2024年 5月17日 (五)	上午 10:30 至 11:30	莊士敦道211號2樓活動室	費用：免費 對象：護老者(優先)及中心會員 名額：30人 報名日期：2024年4月15日(一)起(護老者) 2024年4月29日(一)起(中心會員) 負責職員：吳朗沂姑娘/韋雅琳姑娘 (2527 4123)
護老全接觸之那得健康 P-20003869	由註冊護士講解： • 體能活動的重要性及其益處 • 有關體能活動的錯誤觀念 • 在生活中，實踐「少久坐、多活動」 • 適當選擇體能活動 • 進行體能活動的注意事項 • 運動的基本技巧	2024年 6月12日 (三)	上午 10:30 至 11:30	莊士敦道211號2樓活動室	費用：免費 對象：護老者(優先)及中心會員 名額：30人 報名日期：2024年5月13日(一)起(護老者) 2024年5月27日(一)起(中心會員) 負責職員：吳朗沂姑娘/韋雅琳姑娘 (2527 4123)

我們了解到護老者對於購買奶粉的需要，中心於2024年起就奶粉售賣作出調整，將取消每月由不同奶粉商協辦之展銷會，改為於每三個月進行一次不同奶粉商的合併售賣活動，希望更方便護老者進行購買，詳情請參閱以下資料，如有查詢歡迎來電中心與負責職員聯絡。

長青展銷日：「雅培」、「三花」、「倍力康」 P-20003870	以優惠價售賣奶粉，包括： • 「雅培」金裝加營素、低糖加營素、活力金裝加營素及怡保康 • 「三花」三效高鈣較低脂奶粉、三花高鈣活關節低脂奶粉、三花雙效降醇素營養奶粉、三花柏齡健心高鈣較低脂奶粉、三花高鈣健骨低脂奶粉 • 「倍力康」 「倍力康」全效均衡營養粉、倍速定關注血糖及肺部疾病營養配方、高能量高蛋白質營養品、蛋白樂蛋白質粉	2024年 6月14日 (五)	上午 10:00 至 中午 12:00	莊士敦道211號2樓活動室	費用：免費 對象：護老者(優先)及中心會員 名額：100人 報名日期：2024年4月15日(一)起(護老者) 2024年5月6日(一)起(中心會員) 負責職員：吳朗沂姑娘/韋雅琳姑娘 (2527 4123)
----------------------------------	--	-----------------------	---------------------------------	---------------	--

班組活動報名流程



各會員留意：
 * 此機制只適用於滿額班組，如不滿額之班組請照通訊內之報名日期報名。
 * 新生名額比例：若21人以上班組，新生名額為該班組名額之30%。
 若20人或以下班組，新生名額為該班組名額之50%。
 * 本中心保留最終決定權。

新班組/活動退款程序



備註：
 1. 退款者不可私自將活動票轉讓其他人，所有退款程序必須於本中心辦理，本中心並設有後補名單，以符合公平公正之原則。
 2. 後補名單以先到先得原則作為優先次序，如有退款者，後補名單第一位可優先取替其位，如此類推。
 3. 退款者若10個工作天內未能到中心退款，退款金額將會撥捐往循道衛理中心。
 4. 所有離港旅遊團及本地旅行團(由旅行社承包之活動)，一經報名，不論原因(包括持有醫生紙)，不得退款。
 5. 本中心保留最終決定權。

會員須知

為使中心能提供安全舒適環境，供各會員使用，務請會員能遵守以下規則：

1. 謝絕一切外間傳銷及商業活動，請勿在中心兜售。
2. 保持環境衛生清潔，請勿吸煙及隨意吐痰。
3. 除飯堂提供的膳食外，請勿於中心範圍內進食。
4. 愛惜公物，請小心使用中心設施及物品，如有損壞，照價賠償。
5. 為確保安全，請勿擅自開關中心任何電器(例如：電視、冷氣及風扇等)。如有需要，請與接待處職員聯絡。
6. 未經中心負責人同意，請勿拍照及錄影。
7. 請注意儀容，禮貌待人；不可粗言穢語、辱罵他人及喧鬧。
8. 小心保管個人財物，勿攜帶貴重物品到中心。
9. 請勿存放個人物品於中心；遺留之物品，將按失物處理。
10. 遇有事故/意見，請與當值社工或職員聯絡。

中心已將以上規則張貼在佈告板上，如有違反，中心有權要求違反規則者即時離開，以確保其他會員之權益，敬請留意。

會員會籍 (按財政年度計)	收費
會員會籍費用 (一年)	\$20

*入會資格詳情，請參閱中心壁報。

暴風雨安排

為保障會員安排，如遇有暴風雨及風暴信號懸掛時，中心服務將有以下安排：

天氣情況	中心開放	飯堂服務	中心內活動	戶外活動
黃色暴雨或1號風球	✓	✓	✓	✓
紅色暴雨或3號風球	✓	9時起懸掛 - 午餐取消 2時起懸掛 - 晚餐取消	✗	✗
黑色暴雨、8號風球/極端天氣	✗	✗	✗	✗
黑色暴雨>紅色暴雨 8號風球>3號風球	✓	✗	✗	✗
紅色暴雨>黃色暴雨 3號風球>1號風球	✓	9時起懸掛 - 午餐取消 2時起懸掛 - 晚餐取消	✓	✓

如活動或班組前2小時仍懸掛3號球、紅雨或更高級別的訊號，該組活動將取消。雷暴警告，戶外活動將取消、改期或安排退款。

捐款表格

如蒙惠賜捐款，支票抬頭請填寫「循道衛理中心」或「Methodist Centre」。凡壹佰圓或以上之捐款收據可作減免稅項之用。

姓名：_____ (中文) _____ (英文)
 地址：_____
 電話：_____ (住宅) _____ (辦事處)

請在適當 內加上“✓”號

本人願意捐贈以下款項予貴機構

\$5,000 \$2,000 \$1,000 \$500 \$300 \$_____ (自行填寫)

查詢電話：2527 4123 / 2838 6368 / 2527 4234

督印：吳麗君姑娘

出版日期：二零二四年四月出版

編輯：陳巧盈姑娘、李珈儀姑娘

出版：循道衛理中心-長者及健康服務