

2024年6月



f

救世軍旺角長者綜合服務海嵐長者中心

# 嵐紙



救世軍海嵐長者中心  
The Salvation Army  
Hoi Lam Centre for Senior Citizens



📍：旺角海庭道2號海富苑海裕閣1字樓

☎：2148 1481

📠：2626 9996

🌐：https://www.salvationarmy.org.hk/ssd/hlsc/hk

✉：HLNEC.SC@hkm.salvationarmy.org

社會福利署資助服務

🕒：星期一至六 上午9時至下午5時 (星期日及公眾假期除外)

Subsidised Service by  
the Social Welfare Department



## 登「床」入「蝨」

黃文彥 先生

近日亞洲地區爆發床蝨危機，公共交通工具、酒店、戲院等也是床蝨傳播的溫床，難免令人擔心床蝨也會經不同途徑傳播到香港。那麼到底知道床蝨是如何傳播的？床蝨咬特徵又是甚麼？怎樣可預防床蝨？

### 床蝨特徵與傳播

床蝨身長約4-6mm、闊度約3mm，全身呈橢圓形及鏽紅色。床蝨能經衣物、行李、舊傢俬等傳播。床蝨入侵家中後，會躲藏在細小縫隙、地板、床架、衣櫃、牆腳線等隱蔽地方，待晚間才尋找人類吸血。



### 被床蝨叮咬的症狀

床蝨通常叮咬暴露的皮膚，當發現手腳等部位出現一條線或一排紅腫、發癢的症狀時，可能是床蝨叮咬。床蝨叮咬後，最初可能沒有任何反應，部分人可能叮咬而引起過敏反應，包括皮膚紅腫、發炎，甚至出現皮疹。

### 家居床蝨預防

- 定期檢查家中的床、傢俬、舊衣服等是否有床蝨或蟲卵滋生，特別是床蝨愛躲藏的縫隙，新舊傢俬入屋前會否有床蝨滋生
- 乘坐交通工具回家後，盡快更換及清洗衣服，而更換衣服前不要直接坐到家中的沙發、床上或布製座墊上

### 發現床蝨跡象應如何處理？

- 有床蝨的毛氈及寢具須用熱水（攝氏60度或以上）洗滌，並在陽光下曬乾或以高溫整熨
- 不能以高溫處理的物品，可放於膠袋內密封後置於冰箱（攝氏零下18度）24小時
- 直接把熱空氣或熱蒸汽噴入發現床蝨裂縫和罅隙
- 於發現床蝨處如傢俱、牆壁或地面之隙縫噴灑具有殘留性的除害劑
- 如有需要，請聘用專業滅蟲公司提供防治床蝨的服務

資料來源：<https://www.chp.gov.hk/> 衛生署

f

救世軍旺角長者綜合服務海嵐長者中心

歡迎到中心的Facebook專頁瀏覽

助理高級主任 – 何嘉安 (督印人)  
高級程序工作員 – 李健芝  
職工 – 林秀英

隊長 – 黎焯君  
活動助理 – 曾巧云

社工 – 溫浩軒、陳思恩、黃嘉瑜、黃文彥  
程序工作員 – 區佩君、盧佩汶、陳志峰

印製數量：500份



## 實習社工介紹



### 實習社工 伍慧微姑娘

「大家好，我是來自辰恩基督教書院的實習社工學生伍慧微，由五月到八月起逢星期三、四、五會在中心舉辦活動，歡迎各位會員一齊參加。」

W E L C O M E



## 中心資訊

### 服務質素標準知多少?

為確保服務使用者獲得優質的社會福利服務，本機構與社會福利署制定了一套共16項「服務質素標準」。十六項服務質素標準包括：

標準	內容	標準	內容
1*	服務資料	9*	安全的環境
2*	檢討及修訂政策和程序	10*	申請和退出服務
3*	運作及活動記錄	11*	評估服務使用者的需要
4*	職務及責任	12*	知情的選擇
5	人力資源	13*	私人財產
6*	計劃、評估及收集意見	14*	私隱和保密
7	財政管理	15*	申訴
8	財政管理	16*	免受侵犯

\*為服務使用者及其他關注人士可索閱之服務質素標準政策文件



如對內容有查詢，歡迎與本中心職員聯絡

## 颱風及暴雨期間中心服務安排



- ✓ = 中心開放及活動如期舉行
- ◇ = 中心將視乎情況作決定，致電中心查詢
- × = 中心關閉或活動暫停

	飯堂服務	室內班組及活動	戶外活動	中心開放
黃色暴雨警告/ 一號風球	✓	✓	◇	✓
紅色暴雨警告/ 三號風球	✓	× 倘若活動前2小時仍懸掛 此類暴雨/風球警告， 該活動將會取消或延期		✓
八號風球	如上午9時 前除下， 飯堂服務 照常提供			×
超強颱風後的 「極端情況」				×
黑色暴雨警告  (鼓勵長者在安全情況下 應盡快離開中心返家或 不要前來中心)				如在上午9時前發出，中 心暫停開放；當有關警告 除下時(下午3時或之前)， 中心盡快恢復開放  在中心開放時間內發出， 中心則照常開放

## 酷熱天氣無有怕！預防中暑小貼士



1. 盡量打開窗戶，保持室內通風涼爽。也可以使用風扇或冷氣，以防止室內溫度過高
2. 在炎熱的日子，應盡量留在室內陰涼地方，減少戶外活動
3. 避免進行劇烈運動或作長程的登山或遠足等活動，因高溫、出汗和疲勞都會額外消耗體力
4. 外出應帶備太陽傘和避免在陽光下曝曬。最好安排在早上或黃昏後外出戶外活動
5. 留意天氣報告，穿著適合的衣服，例如鬆身、輕便、淺色的棉質衣服，有助散熱及吸汗
6. 注意適量地補充水份，避免喝濃茶、咖啡和酒類等利尿飲品
7. 進行活動時若感不適，應立刻停止，並儘快求診
8. 留意天文台發出的天氣警告



主辦機構：

捐助機構：



救世軍旺角長者綜合服務海嵐長者中心  
The Salvation Army Mongkok Integrated Service for Senior Citizens  
Hoi Lam Centre for Senior Citizens



香港賽馬會慈善信託基金



賽馬會「e健樂」電子健康管理計劃  
Jockey Club Community Health Care Project

7月

# 賽馬會「e健樂」電子健康管理計劃

報名安排：

所有活動費用全免!

	日期	程序
登記週	6月3日至 6月14日	- 可親臨或致電中心登記 (會員可選擇登記多個活動，不設限額)
抽籤日	6月17日 上午10時正	- 如e健樂活動登記人數超出名額上限，將邀請長委代表於18/6上午10時正在中心進行抽籤，順序抽出正選及後備參加者
報名週	6月18日至 6月22日	- 中籤者名單會在中心接待處張貼，亦歡迎會員親臨/致電中心查詢 - 中籤會員必須於此段期間親臨中心或電話確認報名

(如中籤之正選會員未能依時於18/6至22/6報名，職員將於24/6/2024開始通知後備會員補上其空缺，敬請留意!)

## 開心操

日期：2024年4-6月（逢星期五）

名額：30人

時間：上午11:00 - 11:30

地點：海裕閣一樓

內容：透過簡單運動，保持長者身心健康及培養維持恆常運動習慣

報名方法：現場即時參加

## 海嵐鏢局

日期：2024年7月4、11日（星期四）

名額：12人

時間：上午10:00 - 11:00

地點：智友薈

內容：透過進行好玩又刺激的飛鏢遊戲，訓練手眼協調

報名方法：詳情請參閱e健樂活動報名安排

## 桌上冰壺

日期：2024年7月3日、10日（星期三）

名額：8人

時間：下午2:30 - 3:30

地點：海裕閣一樓

內容：體驗新式易學健康運動-桌上冰壺，增強思考及手眼協調能力

報名方法：詳情請參閱e健樂活動報名安排

## 拋拋布袋球

日期：2024年7月3、10日（星期三）

名額：10人

時間：上午10:00 - 11:00

地點：海裕閣一樓

內容：透過新興布袋球運動，訓練手、腦及眼協調能力，強化上肢力量

報名方法：詳情請參閱e健樂活動報名安排

對象  
「e健樂」會員

如有興趣參與計劃或想了解更多計劃詳情，請與負責職員陳志峰先生聯絡

# 活動推介 - 心理、教育發展及社交康樂

## 生日派對 (2024年4-6月)



日期：2024年6月26日 (星期三)      名額：50人  
時間：下午2:30 - 4:00      費用：\$30  
地點：海裕閣一樓      對象：中心會員 (4-6月生日之會員優先)  
內容：與4至6月生日之會員慶祝，並一同渡過歡樂的下午  
報名方法：即日起親身或致電報名，並最遲需於活動舉行前一星期到接待處付款  
負責職員：區佩君姑娘

## 福樂在早晨 (2024年4-6月) (合辦單位：救世軍九龍中央堂)

日期：2024年6月6、20日 (星期四)      名額：25人 (每場)  
時間：上午10:00 - 11:00      費用：免費  
地點：海裕閣一樓      對象：中心會員  
內容：由中央堂成員分享福音訊息、聽詩歌、觀賞影片  
報名方法：即日起親身或致電報名      負責職員：李健芝姑娘



## 「騷Time」 Show Us YOUR TALENT

日期：2024年6月4日 (星期二)      名額：15人  
時間：下午3:00 - 3:30      費用：免費  
地點：海裕閣一樓  
對象：中心會員  
表演項目：由會員楊愛群表演金曲  
報名方法：即日起親身或致電報名  
負責職員：區佩君姑娘

### 藝人招募

「騷Time」逢每個月第一個星期二下午時段舉行，讓您一展所長，表演才藝！誠邀大家於「騷Time」時段為會員演出及分享，有興趣成為「騷Time」藝人的您，歡迎與中心職員聯絡了解更多詳情。

## 甜蜜小聚

日期：2024年6月24日 (星期一)      款式：椰汁西米露  
時間：下午2:30 - 3:30      名額：15人  
地點：海裕閣一樓 (意閒居)      費用：每份\$10 (每人每節限買一份)  
對象：中心會員  
內容：由長委自家製作美味食物，與會員一同享用及交流  
報名方法：由5月30日起親身或致電報名，並最遲需於活動舉行前一星期到接待處付款  
負責職員：李健芝姑娘



## 海嵐影院 (2024年4-6月)

日期：2024年4-6月 (逢星期六)      名額：每節10人  
時間：下午2:30 - 4:00      費用：免費  
地點：海裕閣一樓      對象：中心會員  
內容：本季播放由演員梁朝偉主演的電影系列  
報名方法：即日起親身或致電報名      負責職員：區佩君姑娘



## 活動推介 - 心理、教育發展及社交康樂

### 閃閃馬賽克收納盒

日期：2024年6月14日（星期五）

時間：上午9：30 - 11：00

地點：海裕閣一樓

內容：製作押馬賽克收納盒訓練手眼協調及裝飾家居

報名方法：由5月30日起親身或致電報名，並最遲需於活動舉行前一星期到接待處付款

負責職員：盧佩汶姑娘

名額：6人

費用：\$35

對象：中心會員



### 智能電話萬事屋

日期：2024年6月19日（星期三）

時間：下午2：30 - 3：30

地點：海裕閣一樓

內容：解答使用智能電話時遇到的問題

報名方法：即日起親身或致電報名

名額：12人（每節3人）

費用：免費

對象：中心會員

負責職員：盧佩汶姑娘



### 迎新匯（2024年6月）

日期：2024年6月24日（星期一）

時間：上午10：00 - 11：00

地點：海裕閣一樓

對象：中心會員（新會員優先）

名額：15人 費用：免費

內容：介紹群組單位及其服務讓新會員認識

報名方法：即日起親身或致電報名

負責職員：李健芝姑娘

### 耆義髮廊（2024年7月）

日期：2024年7月20日（星期六）

時間：下午2：00 - 4：00（每位15-20分鐘）

地點：智友薈（海泰閣地下）

對象：中心會員 名額：10人 費用：\$5

內容：髮型師為長者恤髮，保持儀容整潔

報名方法：由5月30日起親身或致電報名，並最遲

需於活動舉行前一星期到接待處付款

負責職員：區佩君姑娘



## 活動推介 - 義工發展

### 「義式Phone情」電話關顧訓練工作坊

日期：2024年6月11日（星期二）

時間：下午2：30 - 3：30

地點：海裕閣一樓

內容：透過遊戲及角色扮演，與義工分享電話關顧技巧，歡迎有興趣參與電話關顧的義工參加

報名方法：即日起親身或致電報名

名額：10人

費用：免費

對象：中心義工

負責職員：溫浩軒先生



### 「聊·里·玩」關愛探訪活動（2024年6月）

日期：2024年6月27日（星期四）

時間：下午2：30 - 3：30

地點：海富苑（中心集合）

內容：是次活動邀請義工上門探訪有需要長者，與被探訪長者及一起遊玩「反應燈」，為長者送上關懷

報名方法：即日起親身或致電報名

名額：6人

費用：免費

對象：中心義工

負責職員：溫浩軒先生



## 活動推介 - 健康及積極頤年、退休前規劃及應用數碼和樂齡科技

### 日式甜品 - 紅糖糍粑

日期：2024年6月12日（星期三）  
時間：下午2：30 - 4：00  
地點：海裕閣一樓  
對象：中心會員

名額：6人  
費用：\$10



內容：一起製作健康的小吃及提升廚藝興趣，保持與社區聯繫及接觸  
報名方法：由5月30日起親身或致電報名，並最遲需於活動舉行前一星期到接待處付款  
負責職員：曾巧云姑娘

### 退而不「憂」及早規劃退休理財講座 I

日期：2024年6月4日（星期二）  
時間：下午1：30 - 3：00  
地點：海裕閣一樓  
對象：55歲以上人士之社區人士

名額：50人  
費用：免費

內容：認識投資風險管理  
報名方法：即日起親身或致電報名  
負責職員：黎焯君姑娘

### 退而不「憂」及早規劃退休理財講座 II

日期：2024年6月6日（星期四）  
時間：下午1：30 - 3：00  
地點：海裕閣一樓  
對象：55歲以上人士之社區人士

名額：50人  
費用：免費

內容：講解如何有效運用現有退休收入、自製長糧的方法  
報名方法：即日起親身或致電報名  
負責職員：黎焯君姑娘

### 積骨防鬆講座及初步篩檢

(合辦團體：香港大學李嘉誠醫學院藥理及藥劑學系)

日期：2024年8月5日（星期一）  
時間：下午2：30 - 3：30  
地點：海裕閣一樓

名額：40人  
費用：免費

對象：60歲或以上沒有確診骨質疏鬆的中心會員  
內容：講解骨質疏鬆的成因及預防資訊，並為參加者以問卷形式進行初步篩檢  
報名方法：即日起至7月27日期間帶同會員證到接待處報名  
備註：若報名人數少於35人，此活動將會取消  
負責職員：李健芝姑娘



## 活動推介 - 護老者支援及認知障礙症服務

### 「樂活好人生」小組

日期：2024年6月21、28日、7月5、12、19、26日（逢星期五）（共6節）  
時間：上午10：00 - 11：00  
地點：海裕閣一樓

名額：6人  
費用：免費

對象：患有認知障礙症會員優先  
內容：透過不同的遊戲及活動，保持老友記的認知能力  
報名方法：即日起親身或致電報名  
負責職員：伍慧微姑娘（實習社工）



# 活動推介 - 護老者支援及認知障礙症服務

## 風濕病與中醫講座

(合辦單位：博愛醫院病人資源中心)

日期：2024年6月14日 (星期五) 名額：25人  
時間：下午2：30 - 3：30 費用：免費  
地點：海裕閣一樓 對象：護老者會員優先  
內容：從中醫角度認識風濕病成因和解決方法  
報名方法：即日起親身或致電報名  
負責職員：黃文彥先生

## 遊戲鬆一鬆

日期：2024年6月18日 (星期二) 名額：6人  
時間：下午2：30 - 3：30 費用：免費  
地點：海裕閣一樓 對象：護老者會員優先  
內容：讓護老者感受遊戲的樂趣，促進身心健康  
報名方法：即日起親身或致電報名  
負責職員：黃嘉瑜姑娘



## 抑鬱症的迷思講座

(合辦單位：博愛醫院病人資源中心)

日期：2024年6月19日 (星期三)  
時間：下午2：30 - 3：30  
地點：海裕閣一樓  
名額：25人  
費用：免費  
對象：護老者會員優先  
內容：增加對抑鬱症的認識及迷思  
報名方法：即日起親身或致電報名  
負責職員：黃文彥先生



## 護老者講座 - 慎防食物中毒

(合辦單位：衛生署)

日期：2024年6月25日 (星期二)  
時間：上午10：00 - 11：00  
地點：海裕閣一樓  
名額：6人  
費用：免費  
對象：中心會員  
內容：講解食物中毒的原因及處理方法  
報名方法：即日起親身或致電報名  
負責職員：盧佩汶姑娘



## 長青樂探訪

(合辦單位：香港基督少年軍)

日期：2024年6月27日 (星期四)  
時間：上午10：00 - 11：00 名額：15人  
地點：海裕閣一樓 費用：免費  
對象：護老者會員優先  
內容：活動將由香港基督少年軍臻品中心帶同華英中學學生到訪中心與長者同樂  
報名方法：即日起親身或致電報名  
負責職員：黃嘉瑜姑娘



## 智醒星期二

日期：2024年8月6、13、20、27日 (逢星期二)  
時間：上午10：00 - 11：00  
地點：海裕閣一樓  
名額：5人  
費用：免費  
對象：患有認知障礙症會員優先  
內容：以平板遊戲為認知障礙患者作訓練  
報名方法：即日起親身或致電報名  
負責職員：李健芝姑娘



## 智趣藝聚

日期：2024年7月3、10、17、24、31日 (逢星期三)  
時間：下午2：30 - 3：30 名額：6人  
地點：海裕閣一樓 費用：\$10 (每節)  
對象：患有認知障礙症會員優先  
內容：與參加者一同參與藝術活動  
報名方法：由6月1日起親身或致電報名，並最遲需於活動舉行前一星期到接待處付款  
負責職員：區佩君姑娘



## 腦友桌遊遊

日期：2024年7月4、11、18、25日 (逢星期四)  
時間：上午10：00 - 11：00 名額：每節4人  
地點：海裕閣一樓 費用：免費  
對象：患有認知障礙症會員優先  
內容：透過益智桌遊活動，訓練參加者社交及認知能力  
報名方法：由6月1日起親身或致電報名  
負責職員：盧佩汶姑娘





上一期的「粵曲齊來估」答案揭曉：

### 黛玉葬花

我繞過花徑穿柳陰  
祇聽得怨笛一聲聲  
大觀園裡四時春  
在我的眼中變作一愁城

風一吹 雨一淋  
飛花飛絮一陣陣  
牡丹謝 芍藥驚  
海棠濺淚 桃花也帶恨

### 紫釵記之劍合釵圓

男：霧月夜抱泣落紅  
險些破碎了燈釵夢  
喚魂句頻頻  
喚句卿須記取再重逢  
嘆病染芳軀不禁動  
重似望夫山半崎帶病容  
千般話猶在未語中  
深驚燕好皆變空  
女：處處仙音飄飄送  
暗驚夜台露凍

本月題目「粵曲齊來估」

### 胭脂扣

夜寒\_\_冷侵\_\_幕  
怕望\_\_ \_\_森森  
\_\_若\_\_灼般熱  
捧\_\_中胭\_\_扣  
猶未向癡\_\_問  
十\_\_少 如花  
含\_\_共對\_\_涼甚  
更在秉\_\_更深  
明白\_\_你\_\_事  
卻不\_\_聽  
遽向檀\_\_問

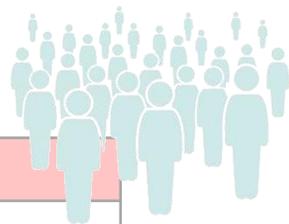
### 還琴記

風清\_\_綠  
眼底\_\_光丹\_\_掛  
書生\_\_春花  
不\_\_五\_\_馬  
抱了\_\_瑤琴  
倚\_\_渡仙橋畔\_\_風雅  
春風\_\_香滿衿袖  
似憑錯胭\_\_架  
鶯飛\_\_驚  
哪方俗庸\_\_客誤闖\_\_華  
繽紛\_\_花 綠顫\_\_斜



## 嵐紙提提你

6月月會



日期	時間
2024年6月25日 (二)	下午2:00 - 3:00
2024年6月26日 (三)	上午10:00 - 11:00

未能出席月會者可於中心索取最新月訊，以了解中心最新動向及資訊

記得留意啦！



### 續會提提你

2024年5月31日到期續會之會員，請於2024年6月內親臨中心續會。會籍已到期而尚未續會之會員，請帶同會員證及\$21續會費用親臨中心辦理手續。



### 成為中心會員?

如有興趣成為會員，請自備以下物品，包括：

- ◆ 身份證
- ◆ \$21年費

並於辦公時間內親臨中心辦理入會。

### 成為護老者

本中心歡迎要照顧長者的社區人士、會員等成為護老者成員，在有需要的情況使用以下服務：

- ✓ 復康用具借用 (綜援人士可免租借費用)
- ✓ 康樂活動
- ✓ 情緒支援小組或輔導服務
- ✓ 服務轉介
- ✓ 護老書籍及光碟借用
- ✓ 桌上遊戲借用

### 加入義工行列

本中心致力推行各類長者服務，並希望得到社區人士協助。現誠邀有興趣參與義工的社區人士，不分性別和年齡，參加本中心的義工服務，以幫助更多有需要之區內長者。

如有興趣，請與本中心職員查詢。

### 意見表

歡迎會員及社區人士向本中心提出任何意見，從而提升服務質素  
閣下可透過親身/傳真(2626 9996)/郵寄方法將意見表交予中心職員

姓名：\_\_\_\_\_ 填表日期：\_\_\_\_\_ 聯絡電話：\_\_\_\_\_

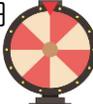
意見：\_\_\_\_\_

(\*閣下給予的意見及個人資料本中心將會保密\*)

# 班組報名最新安排

有興趣報名中心班組(包括志趣會)之會員，請留意以下日子：



	日期	程序
登記週	6月1日至 6月15日	- 可親臨或致電中心登記 (會員可選擇報名多個班組及活動，不設限額)
抽籤日	 6月17日 上午10時正	- 如班組登記人數超出名額上限，將邀請長委代表於17/6在中心進行抽籤，順序抽出正選及後備參加者 - 抽籤後職員將致電通知中籤會員，亦歡迎會員親臨/致電中心查詢
報名週	6月18日至 6月29日	- 中籤會員必須於此段期間親臨中心報名及繳費，而每位會員亦可替最多1位未能親身報名的中籤會員到中心報名及繳費

(如中籤之正選會員未能依時於18/6-29/6報名，職員將於2/7/2024開始通知後備會員補上其空缺，敬請留意！)



## 2024-2025年度耆智學堂課程 (2024年7 - 9月)

### 語文學系

課程名稱	日期及時間	地點	堂數	費用	名額	導師
普通話唱練班	7月16、23日、8月13、20日、 9月3、10日 (逢星期二) 上午9:45 - 上午10:45	海裕閣1樓 (樂聚坊)	6	\$54	20人	黃奕龍先生
普通話會話班	7月16、23日、8月13、20日、 9月3、10日 (逢星期二) 上午11:00 - 中午12:00	海裕閣1樓 (樂聚坊)	6	\$54	20人	黃奕龍先生
中文進階班	7月17、24、31日、8月7、14、21日、 (逢星期三) 下午2:30 - 3:30	海裕閣1樓 (樂聚坊)	6	\$54	10人	官春梅女士
ABC英文初班 (不可同時報 讀英文進階班)	7月18、25日、8月1、8、15、22日 (逢星期四) 下午2:00 - 3:00	海裕閣1樓 (藝聚坊)	6	\$36	10人	方顏玲女士
英文進階班	本季暫停，如有興趣請留意稍後公佈					潘敏兒女士

### 興趣學系

課程名稱	日期及時間	地點	堂數	費用	名額	導師
粵曲班	7月17、24日、8月7、14、21日、 8月4日 (逢星期三) 上午10:00 - 中午12:00	海裕閣1樓 (藝聚坊)	6	\$156	15人	蔡漢文先生
椅子瑜伽班	7月18、25日、8月1、8日、 9月5、12日 (逢星期四) 下午3:15 - 4:15	海裕閣1樓 (樂聚坊)	6	\$300	8人	黃千欣女士
魔術進階班	7月19、26日、8月2、9、16、23日 (逢星期五) 上午10:00 - 11:30	海裕閣1樓 (樂聚坊)	6	\$48	10人	曾金漢先生
硬地滾球A班 (不可同時報 讀硬地滾球B 班)	7月20、27日、 8月3、10、17、24日 (逢星期六) 下午1:00 - 2:00	海裕閣1樓 (樂聚坊)	6	\$18	8人	李俊傑先生
硬地滾球B班 (不可同時報 讀硬地滾球A 班)	7月20、27日、 8月3、10、17、24日 (逢星期六) 下午2:15 - 3:15	海裕閣1樓 (樂聚坊)	6	\$18	8人	李俊傑先生



# 手語歌志趣會介紹

手語歌志趣會成立於2012年，由一群對手語歌有著濃厚興趣，並有志於推廣手語歌的銀齡族所組成，是旺角長者綜合服務首個成立的志趣會。

「志趣會」強調精簡的組織架構，按長者能力而延續及發展的管理模式，讓成員經歷「自發、自管、自教、自學」的「四自」經驗。

## 四自精神：

➤ 定期會議商討會務

**自管**

➤ 核心成員擔任手語歌初班導師

**自教**

➤ 參與手語歌進階班及第三齡學苑課程，持續進修

**自學**

➤ 積極推動手語歌推廣活動

**自發**



有興趣手語歌或想加入志趣會之老友記，留意以下重點活動介紹喇！

### 手語歌進階班 (2024年7-9月)

(贊助機構：U3A)

日期：2024年7月20、27日、8月3、10、17、24、31日、9月7日（逢星期六）

時間：上午10：30 - 11：30

名額：10人

對象：手語歌志趣會核心成員

地點：海裕閣一樓

費用：\$136 (8堂)

導師：陳植偉先生

內容：教授手語歌（歌曲：千個太陽）及日常生活溝通的詞語和句子

報名方法：請參閱班組報名最新安排

### 手語歌進階班練習 (2024年7-9月)

日期：2024年7月20、27日、8月3、10、17、24、31日、9月7日（逢星期六）

時間：上午9：15 - 10：15

名額：10人

費用：免費 (8堂)

地點：海裕閣一樓

對象：參與手語歌進階班(2024年7-9月)的會員

內容：手語歌志趣會核心成員一起練習本季及過往學習之曲目

報名方法：請參閱班組報名最新安排

### 手語歌初班 (2024年7-9月)

日期：2024年7月22、29日、8月12、19、26日、9月9日（逢星期一）

時間：上午9：30 - 10：30

名額：10人

對象：中心會員

地點：海裕閣一樓

費用：\$24 (6堂)

導師：手語歌志趣會核心成員

內容：導師以輕鬆手法教授手語歌（歌曲：風雨同路）

報名方法：請參閱班組報名最新安排

### 手語歌初班練習 (2024年7-9月)

日期：2024年7月22、29日、8月19、26日（逢星期一）

時間：上午10：45 - 11：15

名額：10人

費用：免費 (4堂)

地點：海裕閣一樓

對象：參與手語歌初班(2024年7-9月)之會員

內容：一起練習本季學習之曲目

報名方法：請參閱班組報名最新安排

想了解更多有關志趣會的詳情？歡迎向中心職員查詢  
亦請大家繼續留意並支持志趣會最新動向啦！