

基督教會
香港崇真會



福禧頤樂天地

2026年4月份 活動通訊

活動報名日期

3月1至10日 中午12:00

活動抽籤結果公佈日

3月20日 上午 9:00

活動繳費日期

3月20至27日 下午4:45前

- 有興趣參加活動或班組之會員，請親臨或致電中心留名。
- 如所報活動之留名人數超出限額，將進行電腦抽籤，中籤者需自行到中心查詢結果。
- 如需繳費之活動，請於活動抽籤結果公佈日起計，7天內到中心繳付有關費用，否則當自動放棄參加。



粉嶺聯和墟海聯廣場一樓130室



2677 4111 / 2677 4332 / 3590 2494 / 3565 4245



2677 1300



<https://www.ttmssd.org/Elder/IB/jb.php>

本中心保留修改以上活動時間表之內容權利，而無須另行通知。



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

新年度計劃：以愛相連

上月跟大家分享福禧本年度服務主題為「以愛相連」，今次為大家介紹不同服務範疇的負責職員：

隱蔽長者及義工服務：黃生、陶生、朱姑娘

護老者及至尊護老者支援服務：林姑娘、黎生

認知障礙支援服務：朱姑娘、陳姑娘

中心活動服務：葉姑娘、黃生、張姑娘、何姑娘

一同響應411 崇真會賣旗日



是年喜能獲社會福利署予准於2026年4月11日(星期六)舉行全港賣旗籌款活動，以支持各項自負盈虧服務，包括綜合服務(兒童、青少年、家庭、輔導及學前康復服務)、臨床心理服務、教育心理服務及長者服務。

現招募30名義工協助進行賣旗籌款，請聯絡社工陶生報名，謝謝!

箴言11:25 「好施捨的，必得豐裕，滋潤人的，必得滋潤。」

服務調整

中心同事已密鑼緊鼓為大家籌劃多元化又創新的活動，為配合活動推展，及更有效靈活運用地方；由4月1日起，逢星期四的「福禧棋藝坊」會作出以下調整：**每月由第二個星期四開始上午9:00-11:00 時間不變，敬請留意!**

耶和華所賜的福使人富足，
並不加上憂慮。

箴言 10:22

心靈
愛語

中心會員活動

有興趣參加義工者，
可聯絡黃sir或陶sir

數碼科技諮詢站(04-06/2026)

(JB-PG-2627-042) 【負責職員:黃俊庭先生】

日期：2026年4月1, 8, 15, 22, 29日(逢星期三) 時間：下午3:30 - 4:30

地點：福禧頤樂天地大廳

費用：全免

名額：20人

對象：中心會員

內容：本中心的數碼科技大使們協助解答會員在使用手機時遇到的問題，秉持互相尊重與分享的精神，與會員與時並進。

備註：每人可諮詢15分鐘



書法初班(2026-04-06)

(JB-PG-2627-034) 【負責職員：何曉鏗姑娘】

日期：2026年4月1、8、15、29日

5月13、27日

6月3、10、17日

(逢星期三，共9堂)



時間：上午9:30 - 11:30

地點：中心禮堂

費用：\$180 名額：12人

對象：對書法零認識的中心會員

義務導師：譚松佳老師

內容：學習執筆的方法，基本筆劃的運筆方法及字的結構等。先習楷書，即席示範練習及批改習作。

書法研習社(2026-04-06)

JB-PG-2627-035) 【負責職員：何曉鏗姑娘】

日期：2026年4月1、8、15、29日

5月13、27日

6月3、10、17日

(逢星期三，共9堂)



時間：上午11:40-下午1:40

地點：中心禮堂

費用：\$180 名額：12人

對象：對書法已有基本認識及經驗的中心會員

義務導師：譚松佳老師

內容：與志同道合者交流練習書法心得，更可陶冶性情。

“*參加者需自備毛筆、小碟、墨汁及九宮格宣紙。”

“*如出席率低如七成者(最少出席7堂)，下期名額將由後備補上。”

縫紉小角落(2026-04)

(JB-PG-2627-036) 【負責職員：何曉鏗姑娘】

日期：2026年4月8、15、22、29日(逢星期三，共4堂)

時間：下午2:30-4:30

地點：中心禮堂

費用：\$ 60

名額：4人

對象：改衣服義工

義務導師：李潔餘老師

內容：提供改衣服務前的褲腳/衣袖改長短及褲頭鬆緊訓練。



中心會員活動

養生八段錦(2026-04-06)

(JB-PG-2627-037) 【負責職員:何曉鏗姑娘】

日期：2026年4月10、17、24日

5月8、15、22、29日

6月5、12日(逢星期五，共9堂)

時間：上午9:15- 10:15

地點：中心禮堂

費用：\$45

名額：15人

對象：中心會員

義務導師：黎瑞玉老師

內容：學習基礎養生氣功八段錦，強身健體，養成運動的習慣。

*如出席率低如7成者(最少出席7堂)

將不能參加下期抽籤



乒乓「添」樂趣(2026-04-05)

(JB-PG-2627-038) 【負責職員:何曉鏗姑娘】

日期：2026年4月10、17、24日

5月8、15、22、29日 (逢星期五，共7堂)

時間：下午1:00-3:00

地點：聯和墟體育館

費用：\$35

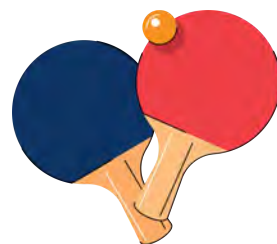
名額：16人

對象：需要懂得乒乓球基本技巧中心會員

內容：透過乒乓球互動，讓會員強化肢體機能，減低跌倒風險。

*如出席率低如7成者(最少出席5堂)

將不能參加下期抽籤



齊跳排排舞(2026-04-06)

(JB-PG-2627-033) 【負責職員：何曉鏗姑娘】

日期：2026年4月13、20、27日

5月4、11、18日

6月1、8、15、22、29日(逢星期一，共11堂)

時間：下午2:00-4:00

地點：聯和墟體育館

費用：\$220

名額：20人

對象：中心會員

義務導師：蔡玉玲老師

內容：排排舞步法輕鬆簡單而有節奏感，向四週步進，最後循環原位的一種集體舞。本課程簡單易學，適合任何沒有跳舞經驗人士參加。

無需抽籤，先到先得，直接繳費作實。

**4月6日及5月25日為紅日，課堂暫停。



中心會員活動

沒有活動

2026年4月2日
2026年5月7日
2026年6月4日

福禧棋藝坊

(JB-PG-2627-009)

逢星期四

上午9:00-11:00

福禧頤樂天地禮堂



魔力健腦樂

(JB-PG-2627-011)

逢星期六

上午9:00-中午12:00

福禧頤樂天地禮堂

健康講座-「郁」得健康

(JB-PG-2627-039) 【負責職員:黃俊庭先生】

日期：2026年4月22日 (星期三) 時間：上午10:30-11:30

地點：中心禮堂 費用：免費

名額：20人 對象：中心會員

內容：講解長者如何適當選擇體能活動、進行體能活動的注意事項及示範運動的基本技巧。

備註：由衛生署長者健康外展分隊主講



卡啦OK在福禧(4.2026)

(JB-PG-2627-013) 【負責職員:張淑芬姑娘】

日期：2026年4月24日 (星期五) 時間：上午11:30-下午1:30

地點：中心禮堂 費用：免費

名額：10人 對象：中心會員

內容：不論您是喜歡聽歌還是愛唱歌，讓我們用歌聲連結彼此，讓心更靠近，期待與您共度美好時光！



開心識字班(4-6.2026)

(JB-PG-2627-005) 【負責職員:張淑芬姑娘】

日期：2026年4月13、20、27日、

5月4、11、18日、

6月1、8、15及22日 (逢星期一，共10堂)

時間：中午12:00-下午1:00 地點：中心禮堂

費用：\$50 名額：16人 對象：中心會員 義務導師：朱燕莉老師

內容：開啟學習新旅程，歡迎加入我們，一起探索中文的奇妙世界，提升您的閱讀和書寫能力！讓我們共同進步，享受學習的樂趣！



無需抽籤，
先到先得，
直接繳費作實。



認知障礙支援活動

精靈無懵懂-認知訓練76

(JB-PG-2627-021) 【負責職員:朱嘉文姑娘】

日期：2026年4月14至6月23日(逢星期二，共11堂)

時間：上午10:45 - 11:45

地點：中心禮堂

費用：\$55

名額：12人

對象：認知障礙或嚴重記憶問題長者

內容：透過認知訓練及不同遊戲去協助患有認知障礙的長者延緩認知退化的速度，強化腦部思考功能。



護老者支援活動

護老運動體驗 (4.2026)

(JB-PG-2627-024) 【負責職員:黎重良先生】

日期：2026年4月20日 (星期一)

時間：下午2:30-3:30

地點：中心禮堂

費用：免費

名額：12位

對象：中心護老者

內容：透過『布袋球』等輕鬆運動，讓護老者及被照顧長者一同參與，提升身心健康並舒緩日常壓力。



護老者WHATSAPP 社群



崇真會福禧護老者社群



公告

5/2/2026

可直接按公告查看資訊



體弱長者陪診服務

服務對象：

- 年滿60歲以上長者
- 申請人需為中心有需要護老者會員照顧的體弱長者 / 接受個案服務之護老者 / 獨居會員。
- 居住地區需為本中心服務範圍

服務安排細則：

- 每名體弱長者每月最多可以使用1次陪診服務；每次服務最多4小時。
- 每次申請服務僅接受服務使用者在一個月內的覆診期預約申請，最遲須於覆診期前五個工作天提出申請。
- 陪診服務只適用於接送體弱長者由住所往返北區內的政府醫院 / 政府診所，陪診員只執行陪診工作，其不會執行陪診以外的工作。
- 如需乘搭交通工具，陪診員的交通費以實報實銷的形式向申請人取回，需於覆診前或當天支付。
- 如須取消使用陪診服務，須於陪診當天8:45 AM或之前致電：2677 4111通知中心職員；否則中心有權暫停其下月陪診服務一次。

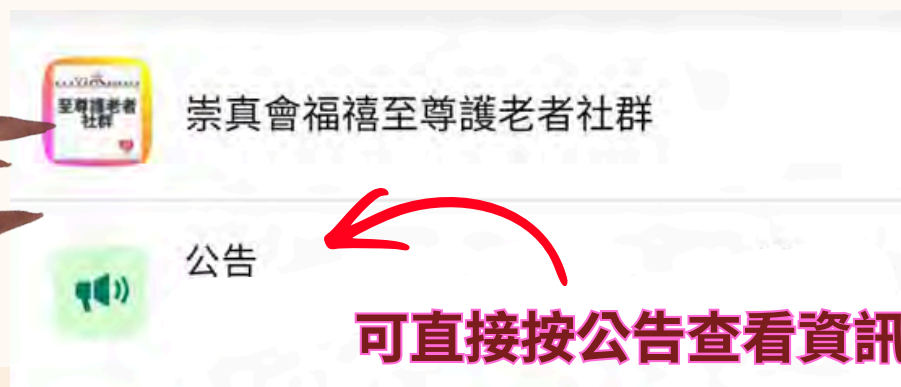
服務範圍：

- 北區醫院
- 粉嶺家庭醫學診所
- 打鼓嶺家庭醫學診所
- 北區家庭醫學綜合中心

所有申請視乎社工評估是否適合及有需要使用本服務以及中心人手安排而定，中心保留是否給予陪診服務的最終權利。

如有任何查詢，
歡迎與社工林幸怡姑娘聯絡。

至尊護老者WHATSAPP 社群



可直接按公告查看資訊

至尊護老者支援活動

和諧粉彩療心室

(JB-PG-2627-025) 【負責職員:林幸怡姑娘】

日期：2026年4月9、16、23、30日(逢星期四，共4堂)

時間：上午11：00-12：30

地點：福禧頤樂天地禮堂

費用：\$20

名額：12人

對象：至尊護老者及護老者

內容：透過繪畫和諧粉彩，讓你在過程中享受創作的樂趣，體驗寧靜的時光，學習表達和轉化情緒，釋放生活壓力，從而重視自身的健康狀況和需要關顧自己的身心健康，方可做好照顧者角色。



護老健體操 (4.2026)

(JB-PG-2627-023) 【負責職員:黎重良先生】

日期：2026年4月17日 (星期五)

時間：下午2:30-3:30

地點：中心禮堂

費用：免費

名額：15位

對象：至尊護老者及護老

內容：透過護老健體操活動，讓至尊護老者學習並實踐『強化肌肉運動八式』，以維持及改善身體機能，促進身心健康。



義工活動

新義工招募及簡介會(一)

(JB-PG-2627-019) 【負責職員:黃俊庭先生】

日期：2026年4月14日 (星期二)

地點：中心禮堂

名額：20人

內容：簡介新年度義工服務方向，介紹不同的義工隊，讓參加者按自己自身興趣和專長參與的不同義工服務活動。

**VOLUNTEERS
NEEDED**

時間：下午2:30-3:30

費用：免費

對象：中心會員



義工活動

「你的故事 · 我的啟示」 - 《傳承 · 從故事開始》

(JB-PG-2627-020) 【負責職員:黃俊庭先生】

日期：2026年4月17日及6月30日 (星期二、五)

時間：上午11:15-下午1:15/上午11:45-下午1:45

地點：鳳溪廖萬石堂中學/中心禮堂 費用：免費

名額：10人 對象：中心義工

內容：由社企陸續出版主辦，長者與鳳溪廖萬石堂中學學生進行交流，分享自己的人生故事。學生將長者的故事制作成生活故事書，贈送給長者。

備註：參加者必須出席兩堂



暖心護老隊 (4.2026)

(JB-PG-2627-022) 【負責職員:黎重良先生】

日期：2026年4月24日 (星期五) 時間：下午2:30-3:30

地點：中心禮堂 費用：免費

名額：12人 對象：中心護老者

內容：招募及統籌有興趣參與協助護老者服務進行的義工。



外展服務

龍躍頭外展服務(4-6.2026)

(JB-PG-2627-040) 【負責職員:陶展鵬先生】

日期：2026年4月10, 17, 24日 (星期五) 時間：上午10:00-11:30

地點：龍躍頭永寧村村公所 (永寧村籃球場側圍牆內)

對象：居於龍躍頭之長者 費用：免費

內容：每個星期五上午為村內老友記舉行不同種類的活動，包括健康講座、保健運動、手工製作、認知訓練及遊戲等、節日活動及外出活動等。每星期都有不同主題活動，讓參加者能夠參與有益身心的活動外，更可以認識更多街坊，建立鄰里支援網絡。

崇謙堂外展服務(4-6.2026)

(JB-PG-2627-041) 【負責職員:陶展鵬先生】

日期：2026年4月24日 (星期五) 時間：上午10:00 - 11:30

地點：崇真會粉嶺崇謙堂 (教堂內) 對象：居於崇謙堂及附近村落之長者

費用：免費

內容：為崇謙堂會友及村民舉行健康講座及不同主題的活動。

星期一

星期二

星期三



基督教香港崇真會 福禧頤樂天地 4月月曆

1/4
上午9:30-10:30 中心例會
上午9:30-11:30 書法初班
上午11:40-下午1:40 書法研習社

下午2:30-3:30
數碼科技大使會議(一)
下午3:30-4:30
數碼科技諮詢站當值(大廳)

6/4

清明節 翌日

7/4

復活節星期一 翌日

8/4
上午9:30-11:30 書法初班
上午11:40-下午1:40 書法研習社

下午2:30-4:30 縫紉小角落
下午3:30-4:30
數碼科技諮詢站當值(大廳)

13/4

上午9:15-10:15 健體太極班
上午10:30-11:30 花棒隊
中午12:00-下午1:00 開心識字班

下午2:00-4:00 齊跳排排舞

14/4

上午9:30-10:30 非鼓隊
上午10:45-11:45 精靈無懵懂

下午2:30-3:30
新義工招募及簡介會(一)

15/4

上午9:30-11:30 書法初班
上午11:40-下午1:40 書法研習社

下午2:30-4:30 縫紉小角落
下午3:30-4:30
數碼科技諮詢站當值(大廳)

20/4

**上午9:00
活動抽籤公佈結果**

上午9:15-10:15 健體太極班
上午10:30-11:30 花棒隊
中午12:00-下午1:00 開心識字班

下午2:00-4:00 齊跳排排舞
下午2:30-3:30 護老運動體驗

21/4

上午9:30-10:30 非鼓隊
上午10:45-11:45 精靈無懵懂

22/4

上午10:30-11:30
健康講座-「郁」得健康

下午2:30-4:30 縫紉小角落
下午3:30-4:30
數碼科技諮詢站當值(大廳)

27/4

上午9:15-10:15 健體太極班
上午10:30-11:30 花棒隊
中午12:00-下午1:00 開心識字班

下午2:00-4:00 齊跳排排舞

28/4

上午9:30-10:30 非鼓隊
上午10:45-11:45 精靈無懵懂

29/4

上午9:30-11:30 書法初班
上午11:40-下午1:40 書法研習社

下午3:30-4:30
數碼科技諮詢站當值(大廳)

星期四

2/4

下午3:00-4:00 福禧閒聚星期四

星期五

3/4

耶穌受難節

星期六

4/4

耶穌受難節 翌日

9/4

上午9:00-11:00 福禧棋藝坊

上午11:00-12:30

和諧粉彩療心室

下午3:00-4:00 福禧閒聚星期四

10/4

**中午12:00
活動報名截止**

上午9:15-10:15 養生八段錦

上午10:00-11:30

龍躍頭外展服務(永寧村村公所)

下午1:00-3:00 乒乓「添」樂趣

11/4

上午9:00-中午12:00 魔力健腦樂

16/4

上午9:00-11:00 福禧棋藝坊

上午11:00-12:30

和諧粉彩療心室

下午3:00-4:00 福禧閒聚星期四

17/4

上午9:15-10:15 養生八段錦

上午10:00-11:30

龍躍頭外展服務(永寧村村公所)

上午11:15-下午1:15

「你的故事·我的啟示」

(鳳溪廖萬石堂中學)

下午1:00-3:00 乒乓「添」樂趣

下午2:30-3:30 護老健體操

18/4

上午9:00-中午12:00 魔力健腦樂

23/4

上午9:00-11:00 福禧棋藝坊

上午11:00-12:30

和諧粉彩療心室

下午3:00-4:00 福禧閒聚星期四

24/4

上午9:15-10:15 養生八段錦

上午10:00-11:30

龍躍頭外展服務(永寧村村公所)

上午10:00-11:30

崇謙堂外展服務(崇謙堂)

上午11:30-下午1:30 卡拉OK

下午1:00-3:00 乒乓「添」樂趣

下午2:30-3:30 暖心護老隊

25/4

上午9:00-中午12:00 魔力健腦樂

30/4

上午9:00-11:00 福禧棋藝坊

上午11:00-12:30

和諧粉彩療心室

下午3:00-4:00 福禧閒聚星期四



16個服務質素標準 (標準)及準則

標準1

服務單位確保製備說明資料，清楚陳述其宗旨、目標和提供服務的形式，隨時讓公眾索閱

標準2

服務單位應檢討及修訂有關服務提供方面的政策和程序。

標準3

服務單位存備其服務運作和活動的最新準確記錄。

標準4

所有職員、管理人員、管理委員會和／或理事會或其他決策組織的職務及責任均有清楚的界定。

標準5

服務單位/機構實施有效的職員招聘、簽訂職員合約、發展、訓練、評估、調派及紀律處分守則。

標準6

服務單位定期計劃、檢討及評估本身的表現，並制定有效的機制，讓服務使用者、職員及其他關注人士就服務單位的表現提出意見。

標準7

服務單位實行政策及程序以確保有效的財政管理。

標準8

服務單位遵守一切有關的法律責任。

標準9

服務單位採取一切合理步驟，以確保職員和服務使用者處身於安全的環境。

標準10

服務單位確保服務使用者獲得清楚明確的資料，知道如何申請接受和退出服務。

標準11

服務單位運用有計劃的方法以評估和滿足服務使用者的需要(不論服務對象是個人、家庭、團體或社區)。

標準12

服務單位盡量尊重服務使用者知情下作出服務選擇的權利。

標準13

服務單位尊重服務使用者的私人財產權利。

標準14

服務單位尊重服務使用者保護私隱和保密的權利。

標準15

每一位服務使用者及職員均有自由申訴其對機構或服務單的不滿，而毋須憂慮遭受責罰，所提出的申訴亦應得到處理。

標準16

服務單位採取一切合理步驟，確保服務使用者免受侵犯。

督 印 人：張淑賢主任

編 輯 小 組：葉轉笑、黎重良、黃俊庭
朱嘉文、陶展鵬、林幸怡、
張淑芬、何曉鏘、賴六妹

核 對：林幸怡

排版及設計：何曉鏘

數 量：200本(非賣品)

出版日期：2026年3月