



基督教聖約教會耀安長者鄰舍中心

地址：馬鞍山耀安邨耀頌樓地下

電話：2641 7787

歡迎掃二維碼登入中心網頁






郵寄地址：




2025 年 3 月份耆訊 家會主題：回顧與心聲

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

活動報名方式：

所有 **新** 活動請 3 月 6 日(星期四)，上午 9 時開始
 致電  報名、親身  或需抽籤 ，額滿即止。
 每次來電只限會員/代一位會員報名
 紅色/黑色暴雨警告訊號或 3 號風球或以上颱風，
 所有活動將會取消或另作安排。

[家會] 以實體方式提供(須報名登記)

家會日期	主題	選擇場次	名額	家會 QR Code
25 年 4 月 9 日 (星期三)	「耆」妙恩典· 分處開「展」	(A) (N03640) 上午 9:30-10:30	60	
		(B) (N03641) 下午 2:00-3:00	60	

備註：中心當日同時以 YouTube 直播方式讓會員參與，請自行儲存
 中心手機號碼：6846 1892，並掃描 QR code 加入家會群組，
 以獲取連結。

2024/25 年度美國雅培製藥有限公司代售加營素/怡保康奶粉安排：

日期、 購買時間	產品	加營素 \$185(900 克)/ \$90(400 克)	低糖加營素 \$190(850 克)	怡保康(新價) \$225(850 克)/ \$105(400 克)	活力加營素 \$225(850 克)
2025 年 3 月 13 日(四)	下午 2:15-3:45 (截止登記日期：3 月 6 日)				
2025 年 3 月 25 日(二)	上午 10:00-11:30 (截止登記日期：3 月 18 日)				

- 請致電中心登記，按職員提供之時段到中心購買奶粉。如需要更改數量，必須於截止日前致電更改，活動當天不能更改任何數量。
 - 每位會員限購最多 6 罐。
 - 請自備輔幣、購物袋，不接受 \$1000 紙。
- 嚴正聲明：
 會員不應替別人購買，以防止團購或不法外銷謀取利益，
 一經發現，即會取消購買資格及列入黑名單。

不可借他人證件訂購奶
 粉，必須要親身購買或親
 屬代購買奶粉。

<中心保留最終修改權利，恕不另行通知。>

社交及康樂



精神健康體驗館 流浮山一天團(N03646)

日期：2025年4月28日(星期一)

時間：上午 8:45 – 下午 4:00

對象：活動能力良好的會員報名

名額：24人

地點：屯門精神健康體驗館、流浮山海鮮午餐、流浮山海味街

費用：\$190

內容：早上由中心出發前往位於屯門的精神健康體驗館，認識香港精神科服務的百年變遷，館內設有語音導賞以互動式展示和科研實證解說，並透過模擬徵狀體驗房讓參觀者感受精神病徵狀。以及有朋輩工作人員講解體驗房內容及分享康復經歷，教育公眾對精神病人的誤解；隨後轉往元朗享用中式流浮山海鮮午餐，並暢遊海味街。最後再返回中心。中午隨後轉往元朗流浮山享用中式海鮮午餐，餐後前往海味街，可盡情選購本土特產及海味。之後返回中心解散。

備註：1. **2025年3月6日上午9:00開始**接受致電或親身登記，3月31日截止報名。成功登記者將由中心姑娘通知繳費，並需於4月7日或之前繳交活動款項作實

2. 會員可以1人或2人同行為單位報名，報名按登記次序編配座位，如有相熟同行者請於報名時提出

3. 當日行程緊湊，大多景點需以步行前往 4. 參加者當日上午8:45於中心集合，逾時不候。

新



午餐餐單

白灼蝦	清蒸海上鮮
粉絲蒜蓉蒸扇貝	白切雞
生炒骨	蒸鮑魚
蒜蓉蒸茄子	田園油菜
絲苗白飯	

24/25年度「天天有禮」總結積分賞 (N03596)

日期：2025年3月31日(星期一)

內容：如會員累積分數截至3月31日滿80分以上者，可於當日親臨中心即時換領指定禮物，換領後隨即扣減分數及歸零。(逾期無效，不再補領)。

新年度由25年4月1日起，分數會重新計算。

是次換領無須預約

備註：1. 3月底會員累積分數達80分或以上毋需預約可在3月31日親臨中心即時換領禮物。數量有限，換完即止。

2. 會員所累積分數會保留至25年3月底，新年度4月開始會重新計算分數。

不用登記

陳震夏中學樂繽紛(N03545)

日期：2025年3月28日(星期五)

時間：下午 2:00 – 3:15

集合時間/地點：

對象：中心會員

名額：80人

地點：香港中文大學校友會聯會陳震夏中學(馬鞍山西沙路632號)

費用：免費

內容：由香港中文大學校友會聯會陳震夏中學的中學生悉心籌備不同的攤位遊戲活動，學生們用心準備了一系列既有趣又富教育意義的遊戲，旨在促進跨代溝通與交流。老友記與青年人共享歡樂時光，並透過遊戲挑戰自己的反應和智慧。

備註：1. **可即時報名**，報名時需要選擇集合地點：聖公會青少年中心 / 自行前往學校，額滿即止。

2. 活動與香港聖公會馬鞍山青少年綜合服務中心協作

3. 會員可選擇下午1點30分到達聖公會馬鞍山青少年綜合服務中心集合或準時下午1:50分自行前往陳震夏中學。

地點：香港中文大學校友會聯會陳震夏中學(馬鞍山西沙路632號)



尚餘少量名額

健康教育及生活推廣



自助按摩講座(N03601)

日期：2025年4月16日(星期三)

時間：上午9:30 – 10:30

費用：免費

地點：中心禮堂

對象：中心會員

名額：30人

內容：介紹正確的按摩方法、一般手力按摩的禁忌症和安全要點。簡單的手力按摩技巧及自我護理方法。

備註：

1. 2025年3月6日上午9:00後接受電話登記。活動名額有限，先到先得，額滿即止。
2. 此活動由衛生署長者健康服務沙田區長者健康外展分隊主講



新

自己有幾甜(血糖測試活動)(N03600)

日期：2025年4月23日(星期三)

時間：上午9:30 – 10:30

費用：免費

地點：中心禮堂

對象：中心會員

名額：100人

內容：透過相關機構姑娘協助參加者針刺手指測試血糖成分，講解其數值加以參加者對食物的認識。

備註：

1. 若參加者檢驗當天空腹血糖(需與前一餐間隔至少八小時)最為準確。如須要用餐(應在飯後兩小時檢驗血糖，時間要從第一口飯開始計算(建議將用膳時間控制在30分鐘內)一般人用餐後2小時，血糖就會恢復正常。如果2小時後，你的血糖還是超出理想範圍，你就要加倍留意，並諮詢醫生意見，看看是否有需要調整用藥量、飲食習慣等。
2. 2025年3月6日上午9:00後接受電話或親臨中心登記，活動名額有限，先到先得，額滿即止。
3. 此活動由香港傳染病預防中心主辦。



新

教育及發展



一線通平安鐘服務簡介講座(N03514)

日期：2025年3月27日(星期四)

時間：上午9:30 – 10:30

費用：免費

地點：中心禮堂

對象：會員

名額：15人

內容：長者安居協會派員到中心主講新推出的一線通守護卡，介紹現有的室內及流動服務，讓長者更簡單在戶外使用平安鐘服務。亦會介紹協會一線通平安鐘服務的登記手續及政府津助資格。

備註：

1. 2025年3月6日上午9:00接受電話報名。
2. 此活動由一線通平安鐘派員主講



新



耆樂團契(第一期)(N03684)

(聚會日期及時間：2025年4月8日至5月27日，逢星期二，上午10:30-11:30)

「無論你信奉任何宗教」，歡迎你參加團契聚會，享受肢體關顧的生活。如遇到生活困擾，亦可找牧者或弟兄姊妹為你禱告，天父必會賜你平安。

聚會內容：

日期：	4月8日	4月15日	4月22日	4月29日	5月6日
內容：	查經週	信仰探討之受難篇	電影週(見證篇)	探訪	讚美操

歡迎有興趣長者向儀姑娘 或 耀安堂張傳道 聯絡及查詢。

智能手機應用班(N03540)

日期：2025年4月16日(星期三)

時間：下午2:30 – 3:30

費用：免費

地點：中心禮堂

對象：需有使用手機的習慣者為佳

名額：15人

內容：介紹手機連接WIFI方法及下載應用程式方法，亦會分享對日常生活有幫助的手機應用程式，例如九巴/城巴app等。

備註：

1. 2025年3月6日上午9:00接受電話報名，額滿即止。
2. 由長者安居協會協作主辦。
3. 參加者需自備個人智能手機作教學之用。



新

圓滿人生之親友離去如何處理講座(N03629)

日期：2025年4月23日(星期三)

時間：下午2:30 – 3:30

費用：免費

地點：中心禮堂

對象：中心會員

名額：40人

內容：講座介紹生前規劃，環保殯葬以及最新殯儀資訊給參加者認識。

備註：

1. 2025年3月6日上午9:00接受電話報名，額滿即止。
2. 此活動由東華三院人員主講。



新

益力多講座 – 消化系統與飲食健康(N03599)

日期：2025年4月29日(星期二)

時間：上午9:45 – 10:15

費用：免費

地點：中心禮堂

對象：會員

名額：40人

內容：介紹有關細菌與健康的知識，再播放大約5-15分鐘關於健康的小動畫及進行問答環節。講座完結後會派發紀念品給參加者。

備註：

1. 2025年3月6日上午9:00可以致電中心報名，名額有限，額滿即止。
2. 此活動由益力多職員主講。



新

推廣健康老齡化



25/26 全城步賞·行住 FUN - (簡介會,健步行教學) (N03627)



新

日期：2025年4月30日(三) 上午 10:30 – 12:30(簡介會)

2025年5月7日(三) 上午 11:00 – 13:00(健步教學)

2025年4月24日、8月5日、11月18日(分三個階段身體評估)

地點：中心禮堂

對象：60歲以上會員(需備有智能電話及可使用 FITBIT 程式，以記錄步行數據)

每星期運動少於 2.5 小時的長者及未曾參與過 24/25 全城步賞的會員參加者

名額：32人

費用：全免

內容：必須出席 30/4 活動簡介會、7/5 健步行教學及共三次身體評估

1) 活動簡介會包括計步程式使用教學：4月30日上午 10:30-12:30

2) 健步行教學：5月7日上午 11:00-13:00 (由適能導師教授正確步行姿勢及健步行知識)

3) 參加者需接受三次由(香港大學)協作之基本身體評估(肌耐力、骨質、血壓等身體指數)

參加者需要出席前測、中測、後測三個階段的身體評估

身體評估三個階段進行日期: i) 24/4 ii) 5/8 iii) 18/11 所屬時段由(香港大學)編排參加者評估日子，敬請預留日子作評估

4) 參加者將隨機獲配對受訓健步領袖帶領參加者步行遊走社區路線，鼓勵在區內遊覽及發掘社區特色，養成持續「健步行」習慣體驗健步行帶來的樂趣

5) 參加者使用自己的智能電話記錄步行數據，以步行里數換取獎賞(現金券或禮物) (時期:6個月)

備註：1. 2025年3月6日上午 9:00 起接受電話或親臨中心登記，活動名額有限，先到先得，額滿即止

2. 此活動由基督教家庭服務中心主辦 3. 穿著輕便運動服及鞋方便進行運動，及自備食水

積極健康樂頤年



25/26 “愛我” 運動日(4月) (N03603)



日期：2025年4月25日(星期五)

時間：上午 9:00 – 11:25

日期：2025年4月16日、23、30日(星期三)

時間：下午 1:30 – 3:55

(每人只可預約兩節其中一時段，45分鐘一節)

費用：免費

地點：休憩室

對象：必須曾修畢“愛我”健康日，及獲發「愛我」健康襟章

名額：72人

內容：持續自我使用中心之運動器材及設備如血壓計、手握力儀器、BMI、滑輪吊環訓練器、震健樂等，而提升肌肉功能、改善血液循環及增強肌力，使關注自己健康及減慢衰老，有助維持日常生活活動的獨立性。

備註：

1. 參加者按分流時間出席。(時間由報名日/個別通知)

2. 必須曾修畢“愛我”健康日及獲發「愛我」健康襟章，才可預約使用中心設施。

3. 如預約時段尚有餘額，歡迎即場登記使用。未修畢“愛我健康日”而未獲「愛我健康襟章」之人士，可向莊姑娘查詢。

4. 2025年3月6日上午 9:00 起接受電話登記，名額有限，額滿即止。

認知障礙症及照顧者活動



24/25 護腦知多點 (4-6 月) (N03650)

日期：2025 年 4 月 7 日至 6 月 9 日(逢星期一)

時間：上午 9:00 – 10:00

費用：免費

地點：中心禮堂

對象：現有會員或(輕度認知缺損或已確診有早期認知障礙症的長者優先參與)

名額：15 人

內容：1. 進行現實導向 2. 運動 3. 大腦訓練的活動或護腦資訊

備註：1. 對象: 曾在中心「認知障礙症大檢測」之檢測中介定為輕度認知缺損或已確診有早期認知障礙症的長者優先參與·職員會個別邀請其參與此活動。

2. 2025 年 3 月 6 日起接受致電中心預約登記。

3. 歡迎有興趣參加此活動的會員先聯絡文先生/黎姑娘登記安排。

4. 2025 年 4 月 21 日復活節及 5 月 5 日佛誕暫停小組活動



24/25 棋樂無窮 (4-6 月) (N03651)

日期：2025 年 4 月 8 日至 5 月 27 日(逢星期二)

時間：下午 2:00 – 3:30

費用：免費

地點：中心多用途室

對象：中心會員(必須自行組隊·每 4 人一組)

名額：24 人

內容：於逢星期二提供場地及米蘭棋借用服務·讓長者能享受捉米蘭棋的樂趣。

備註：1. 參加者必須自行組隊·每 4 人一組·每節活動只有 5 組可參加·超出 5 組·將抽籤輪流參加活動。

2. 2025 年 3 月 6 日早上 9 時正開始接受致電中心登記報名·至 2025 年 3 月 17 日下午 5 時正截止登記報名。

3. 座位名單將於 2025 年 3 月 20 日貼在中心壁報板上·負責職員亦會將出席活動資料個別 whatsapp 通知各組組長·由組長個別通知各組組員。

4. 活動日期: 2025 年 4 月 8 日,15 日,22 日,29 日,5 月 6 日,13 日,20 日,27 日(逢星期二)。



24/25 棋樂無窮 D(4-6 月) (N03652)

日期：2025 年 4 月 8 日至 5 月 27 日(逢星期二)

時間：下午 3:45 – 4:45

費用：免費

地點：中心多用途室

對象：只限有早期至中期認知障礙症的長者參加(由文先生及黎姑娘作個別邀請合適的參加者)

名額：8 人

內容：進行認知訓練如：現實導向、做運動、記憶訓練、懷緬治療等。

備註：1. 此為預約小組·只限有早期至中期認知障礙症的長者參加·由文先生及黎姑娘作個別邀請合適的參加者。

2. 照顧者若家中有已確診早期至中期認知障礙症的長者欲參加此小組·請與文先生及黎姑娘聯絡。

1. 活動日期: 2025 年 4 月 8 日, 15 日, 22 日, 29 日, 5 月 6 日, 13 日, 20 日, 27 日(逢星期二)。



「金影伴行」照顧者的心理支援計劃小組(N03602)

日期：2025年4月7日至6月23日(逢星期一)

時間：上午10:15 – 11:45

費用：免費

地點：中心禮堂

對象：認知情緒障礙長者的照顧者(已確診認知障礙症的長者及其照顧者優先參與)。

名額：14人

內容：「金影伴行」先導計劃由香港中文大學精神科學系研發，林翠華教授負責，是一項旨在為認知情緒障礙長者的照顧者提供心理支援的計劃。支援計劃以適量運動為引導，並以提升自我覺知、自我放鬆為介入，改善身心健康，從而讓肩負重任的家屬能夠在照顧長者的路上注入新動力，繼續前行。課堂內容包括以下三部分：

第一部份：知識 - 覺知身體面對壓力及負擔時發出的內在訊號

第二部份：身心運動練習 (瑜伽及體適能) - 覺知與放鬆

第三部份：重新發現 - 重新發現「照顧者」角色的意義

備註：1. 2025年4月21日復活節及5月5日佛誕暫停小組活動。

2. 由職員邀請適合的參加者參加此小組活動。

3. 歡迎有興趣的照顧者在2025年3月6日上午9:00開始致電/親臨中心預約登記,額滿即止。

新



義工發展



中心義工 招募

中心現招募新一年的義工，協助中心內不同的活動及服務。義工同時可接受不同的培訓機會(例如義務工作基礎培訓、服務技巧培訓)及聚會，從而提升個人的技能和團隊精神。歡迎有興趣的會員加入義工的團隊。請致電或親臨中心與湯 Sir 或何姑娘查詢。

2024-2025 年度義工嘉許禮暨義工會議 (N03664)

日期：2025年3月26日(星期三)

時間：上午10:00 – 下午1:00

對象：中心義工(因場地限制，所以曾出席及參與2024-2025年度義工服務20小時以上的義工優先)，若時數不足作後備登記。

名額：60人 地點：中心禮堂 / 耀安邨麗苑酒家

費用：\$50(部份費用由中心津貼)

內容：透過短片及分享，和義工回顧一年的服務，鞏固當中的得著；並且嘉許當值義工及感謝義工一年來的付出，簡介來年計劃，展望將來。

上半場先在中心禮堂舉行義工嘉許禮，然後一同前往麗苑酒家共享午膳。

備註：1. 2025年3月6日上午9:00開始報名繳費，3月18日截止，3月19日公佈結果作繳費作實。



午餐餐單

鮮龍躉件蒸飯	玫瑰豉油雞
星洲炒米	白灼菜心
蟹籽燒賣皇	鮮竹牛肉球
香煎蘿蔔糕	椒鹽一口豆腐

菜單會因應酒樓供應而有所更改。

新

愛心義工組會議(3月)(N03535)(4-6月)(N03660)

日期：2025年3月26日(星期三) 時段：上午10:00 – 11:00

2025年4月30日(星期三) 時段：下午3:00-4:00；

2025年5月28日(星期三) 時段：上午10:00-11:00；

2025年6月25日(星期三) 時段：下午3:00-4:00；

費用：免費

地點：中心禮堂

對象：中心長者義工

名額：180人

內容：1. 每月一次與愛心義工組的義工作定期會議。

2. 跟進及檢討過往義工服務的情況、介紹最新的義務工作發展服務內容。

備註：對義工服務有任何查詢，可聯絡湯 Sir。 2. 2025年3月6日上午9:00起接受電話登記。



有需要護老者支援活動



有需要護老者支援活動

歡迎需要照顧六十歲或以上體弱人士，如行動不便、懷疑或確診患者認知障礙症等，申請成為有需要護老者會員。

➢ 協助護老者按個別需要提供情緒支援及綜合到戶服務，如陪診、護送、中心或家中暫托服務。此服務需經社工評估及只限中心個案的服務範圍，如欲了解詳情，請向中心吳姑娘查詢。

「好心情」有需要護老者月會 2025- 4 月(N03662)

日期：2025 年 4 月 9 日(星期三)

時間：下午 3:30 – 下午 4:45

費用：免費

地點：中心禮堂

對象：有需要護老者及其照顧者一同參與

名額：15 人

內容：1. 照顧者資訊 2. 新財政預算案與照顧者相關福利 3. 照顧者新興活動推廣

備註：1. 本年度參加以上月會 8 次及累積 8 個蓋印，即可得出席獎勵禮物。

2. 2025 年 3 月 6 日上午 9:00 起接受電話或親身報名。



護老者支援活動



護老者支援服務

歡迎需要全/半職照顧六十歲或以上人士申請成為護老者會員

➢ 提供支援小組、減壓工作坊、照顧技巧及溝通培訓等。
➢ 如欲了解詳情，請向中心梁姑娘查詢。

「顧得開心」護老者月會之斷捨離(N03648)

日期：2025 年 4 月 9 日(星期三)

時間：下午 3:30 – 4:45

費用：免費

地點：中心禮堂

對象：護老者

名額：35 人

內容：認識「斷捨離」的生活概念，讓護老者透過整理的過程以淨化心靈及學習放下執著，保持愉悅舒暢的心面對生活上的照顧壓力。

備註：本年度參加以上月會 8 次及累積 8 個蓋印，即可得出席獎勵禮物。2025 年 3 月 6 日上午 9:00 起接受電話報名。



24/25 護老達人開心 share (N03561)

日期：2025 年 3 月 22 日(星期六)

時間：上午 10:30 – 11:30

費用：免費

地點：中心禮堂

對象：護老者、有需要護老者

名額：20 人

內容：讓護老年期為 3 年以下之新手護老者認識照顧長者的技巧、社區資源及支援服務，以提升照顧長者的能力，從而增強照顧信心；同時亦有過來人分享照顧心得，從而得到正能量，為護老旅程作好準備。

備註：1. 此活動的對象主要是護老年期為 3 年以下之新手護老者。

2. 即日起接受電話登記，非新手護老者將由社工個別邀請。



尚餘少量名額

25/26「護老好新手」關顧計劃(第一期) (N03649)

日期：28/4, 12/5, 19/5, 26/5, 2/6(星期一) · 6/5(星期二)

時間：下午 2:00 – 3:00

費用：免費

地點：護老者家人

對象：護老者

名額：10人

內容：此計劃尤其適合在職的新手護老者，透過六節的主題短片，讓新手護老者認識長者的護理需要及照顧長者的基本技巧、社區資源及支援服務，以提升照顧長者的能力，從而增強照顧信心，為自己的護老旅程上作好準備，社工同時會進行定期的電話關顧，以提供適切的支援。新手護老者亦可從中建立正面思想以面對照顧壓力。

第一節：認識長者的護理需要及中心護老者支援服務

第二節：長期護理服務知多少

第三節：認識認知障礙症及照顧技巧

第四節：預防家居意外

第五節：資源好幫手

第六節：做個輕鬆護老者

備註：1.此小組適合護老年期為 3 年以下之護老者參加。 2.參加者需略懂使用智能手機及可於 whatsapp 接收短片。

3.2025 年 3 月 6 日上午 9:00 起接受電話報名。



新

我的香氛療癒時光 (N03681)

日期：2025 年 4 月 5 日(星期六)

時間：上午 9:30 – 11:30

費用：\$20

地點：中心禮堂

對象：有需要護者 / 護老者

名額：10人

內容：讓護老者的身心進入一個放鬆與心境平靜的狀態。在香薰芳香的氛圍下，透過自我鬆弛活動以調節呼吸，讓身心放慢下來，舒緩緊張的心情；同時，一起製作乾花擴香石，讓護老者在家都可以自行點滴香薰精油以享受放鬆的感覺。

備註：1.2025 年 3 月 6 日上午 9:00 起接受電話登記，截止日期：3 月 22 日；登記後，社工梁姑娘會進行簡單評估及甄選，因照顧壓力而受到情緒困擾之護老者將獲優先考慮，並個別通知親臨中心繳費報名。

邀請您加入「家會」WhatsApp 公告群組，接收最新資訊。只作接收信息，不作留言回覆之用。

加入程序如下：



將 6846 1892 儲存至聯絡人名稱設定為耀安長者鄰舍中心



掃描 QR Code 以透過連結加入「家會」群組。



日後家會連結會轉為藍色，點擊後便直接進入收看家會直播、及接收[書訊]。



WhatsApp:6846 1892



中心電話:2641 7787

流感高峰期，會員進入中心請量體溫及使用潔手液消毒雙手；如身體不適者請佩戴口罩、謝謝合作！

25 年 3 月家事報告

1.	<p style="text-align: center;">簽發正式收據事宜</p> <p>為優化中心報名活動的方式，及環保減少紙張緣故，會員以電話方式報名免費活動後請自行記下日期及時間出席，恕未能即時簽發收據。因中心按財政年度結算，故新年度之會費、和各項收費活動如：活動費、班組學費等將會以臨時收據提供。參加者如需正式收據，請在 4 月 7 日後親臨中心索取。不便之處，敬希見諒。謝謝。</p>												
2.	<p style="text-align: center;">2025/26 年度【會員續會】安排</p> <p>為處理續會事宜，由 3 月 3 日(星期一)開始請會員親臨中心在辦公時間內辦理續會，並繳交會費 21 元。如欲變更接收【耆訊】資料方式，請填妥【接收耆訊更新表】交回中心。若你未能抽空續會，可委託親友代辦。謝謝。</p> <ul style="list-style-type: none"> • 會籍到期日統一至 2026 年 3 月 31 日(每年度須辦理續會) • 如遺失會員證，補領費用為 20 元 • 若你選擇不再續會，會籍逾期會自動失效。日後退會者須重新資料輸入及辦理手續。 • 如有個人資料更改如聯絡手電、居住狀況或離世等，請盡早致電通知中心更新。 												
3.	<p style="text-align: center;">【喂·新老友】入會安排</p> <p>由 25 年 1 至 3 月暫停辦理新入會手續；4 月 7 日(星期一)起才開始處理新入會事宜。若 60 歲以上、居住鄰近區域的合資格長者欲申請入會，請先致電或親臨中心登記基本資料，由當值職員預約辦理，請攜同有效身份證明文件、近照乙張(如有)、會費 21 元等預約指定日期辦理入會手續。會籍到期日統一至 2026 年 3 月 31 日(每年度須辦理續會)</p>												
4.	<p style="text-align: center;">寄發【年歷咭】2025/26 年度</p> <p>3 月【耆訊】會一併寄發新年度【年歷咭】予有效會員，方便通知每次家會舉行的日期。歡迎邀請會員新年度 4 月起實體出席、或加入家會公告群組連結直播參與。不論會員/護老者會員，如未索取新【年歷咭】，可向接待處索取。</p>												
5.	<p style="text-align: center;">拍卡簽到</p> <p>凡每次進入中心及參與中心活動/班組時，會員務必憑會員證拍卡簽到，以便中心統計使用率。</p> <p style="text-align: center;">2025/26 年度「天天有禮」獎勵計劃</p> <p>本計劃設立鼓勵會員積極參與中心服務，而非只拍卡不停留的意義。今年 4 月 1 日起開始新年度之「天天有禮」獎勵計劃：會員「每日一到中心」(上午 8:30-下午 5:30) 拍卡獲 1 分，累積滿 80 分以上可於每次家會日親身換領指定禮品，換領後隨即扣取分數。 註：所累積分數至明年 3 月底歸零作廢。故 25 年 4 月起重新計算分數，不作另行通知。</p>												
6.	<p style="text-align: center;">「中心智囊團」會議</p> <p>會議日期將於 3 月 26 日(星期三)下午 2:15 分在中心禮堂舉行，議程內容是評估 25/26 年度的中心計劃及活動建議，敬請家會大使、委員預留時間出席。如需了解，可向陳經理、或儀姑娘查詢。基於新一屆「中心智囊團」即將開始，歡迎有興趣人士在會議內列席旁聽或向中心表達意見。如欲加入「中心智囊團」成為正式委員，必須符合以上資格，包括：</p> <ul style="list-style-type: none"> • 參加者需具中心會員、和護老者/義工/家會大使身分； • 曾參與中心服務至少一年以上、和每年出席 3 次以上中心活動 • 樂意完成連續出席 3 次以上智囊團會議 • 履行委員的職責，在會議積極表達意見的權利。 												
7.	<p style="text-align: center;">外間消息:康文署香港花卉展覽 2025</p> <p>香港花卉展覽 2025 由康樂及文化事務署主辦，將於 3 月 14 至 23 日為期十天在銅鑼灣維園舉行。開放時間由上午 9 時至晚上 9 時。今屆花展以「秋英」為主題花，並以「綻放英姿」為主題。場內除展出顏色豐富的主題花和其他花卉外，市民更可以觀賞到本地、內地及海外機構展出悉心栽培的盆栽、造型優美的花藝擺設，以及色彩繽紛的園景設計。會場亦設有售賣花卉和園藝產品的攤位。入場成人收 \$14；長者、殘疾人士及同行照顧者半價 \$7。而星期一至五期間入場，60 歲或以上長者免費參觀。</p>												
8.	<p style="text-align: center;">[家會]~以實體及直播方式同時進行</p> <p>請留意下次家會日期:25 年 4 月 9 日(星期三),會員可登記出席實體、或透過手機連結直播即時進入家會現場視聽。並可同步瀏覽中心網頁 www.yuonec.org.hk 登入【每期耆訊】下載最新消息。</p> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse; margin-top: 10px;"> <thead> <tr> <th style="width: 25%;">家會日期</th> <th style="width: 50%;">主題</th> <th style="width: 25%;">主持人</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>4 月 9 日(三)</td> <td>「耆」妙恩典•分處開「展」</td> <td>陳經理</td> </tr> <tr> <td>5 月 7 日(三)</td> <td>錫自己•撐得起</td> <td>梁姑娘</td> </tr> <tr> <td>6 月 4 日(三)</td> <td>特「義」工「能」</td> <td>湯 Sir</td> </tr> </tbody> </table> <div style="text-align: right; margin-top: 10px;">  </div> <div style="text-align: center; margin-top: 10px;">  </div>	家會日期	主題	主持人	4 月 9 日(三)	「耆」妙恩典•分處開「展」	陳經理	5 月 7 日(三)	錫自己•撐得起	梁姑娘	6 月 4 日(三)	特「義」工「能」	湯 Sir
家會日期	主題	主持人											
4 月 9 日(三)	「耆」妙恩典•分處開「展」	陳經理											
5 月 7 日(三)	錫自己•撐得起	梁姑娘											
6 月 4 日(三)	特「義」工「能」	湯 Sir											