



2023 年 1 月份耆訊



家會：暖暖在心頭

郵寄地址

疫情通告(1月)

基於疫情持續,為了減低染疫風險,但政府進一步放寬防疫措施,本中心逐步恢復正常服務。

- 開放偶到拍咭服務,會員憑會員證拍卡點名
- 進入休憩室不設人數限制,會員應保持社交距離;中心設施逐步開放予預約會員
- 家會轉以實體方式進行,會後發放錄影片段。家會前中心寄發[耆訊]予有效會員以知悉最新活動;其他人士亦可透過中心網頁 www.yuonec.org.hk 下載[耆訊]內容。
- 中心戶外、飲宴式和大型活動,視情況許可下逐步恢復。
- 個案社工為有需要長者進行安老服務統一評估工作。
- 所有小組/活動改以預約方式報名。收費的小組/活動安排在舉行當日繳交費用。

[中心開放-注意事項]

中心使用者須遵守以下防疫措施:

1. 任何時間必須一直佩戴口罩,包括全程在中心內,否則不得參與活動
2. 必須量度體溫;及使用消毒潔手液
3. 活動期間應保持社交距離,避免多人聚集
4. 中心範圍內均不可飲食
5. 若正接受強制隔離檢疫/進行強制檢測,請勿前往中心

訪客/非會員(如導師/外傭/家屬等) 須遵守以下防疫措施:

1. 如確診者須繼續按政府要求接受隔離安排;若同住家人確診或曾接受確診者,建議進入中心前先進行快測並須獲得陰性結果。
2. 取消疫苗通行證,及所有入境強制核酸檢測,建議剛抵港人士進入中心前先進行快測並須獲得陰性結果。

如有任何不適,特別發燒或有上呼吸道感染徵狀,應留家休息至康復。

敬請大家仍須保持高度防疫意識,顧己及人。

[家會] 以實體方式提供(須預約登記)

家會日期	主題	選擇場次	名額
23 年 2 月 8 日	兔氣揚眉 賀新歲	(A) (N02448) 上午 9:30-10:30	50
		(B) (N02447) 下午 2:00-3:00	50

備註:① 1 月 12 日(四)致電中心登記

②會員(僅使用手機及 WhatsApp) 如未能出席實體,可登記[觀賞家會錄影],中心安排當日向登記者發放。若遇技術上問題,可向當值職員協助

③家會當日不作活動報名和出席蓋印

揚眉「兔」氣~新春送暖行動(N02430)

臨近新春，寒冬時節，疫情下本中心安排在 2023 年 1 月 16 至 18 日(星期一至三)送贈窩心禮物予今年度有效會員，傳遞溫暖訊息，祝各位身心安康。此活動設有賀年影片由中心職員向長者拜年，掃瞄二維碼可分享觀賞。隨耆訊附上禮物領取紙，請會員於指定日期及時間內必須憑領取紙親臨中心領取。

備註:

1. 會員憑領取紙可委託配偶、直屬親友或工人代領禮物一份。
2. 領取逾期無效，名額有限，額滿即止。
3. 由於資源有限，心意禮物未盡相同，望能見諒。
4. 視乎疫情進展，中心會保留作出修改活動的權利。



以下活動請於 1 月 12 日(星期四)上午 9 時開始

親身  報名，額滿即止

智能手機應用 A+B 班(N02388)

日期：2023 年 2 月 8 日、15 日、22 日(星期三)

時間：A 班下午 2:00 / B 班下午 3:30 (只可選擇一個時段)

地點：明愛賽馬會臻匯坊(沙田大圍文禮路 23-25 號 2 樓)

首次集合地點：車公廟港鐵站 A 出口等

集合時間：A 班下午 1:30 B 班下午 3:00

對象：需略懂使用智能手機為佳

名額：20 人

費用：\$30 (參加者需自備車資前往明愛賽馬會臻匯坊)

內容：由明愛賽馬會第三齡人士義務教導參加者智能手機基本操作及其它應用程式的操作方式。

小組課程共 3 日，每節 75 分鐘。日期是 2 月 8 日,2 月 15 日,2 月 22 日(星期三)。

2 月 8 日~基本手機操作(字體大小，屏幕光暗，音量高低，手機截圖及其它手機設定等)

2 月 15 日~參加者自行應用所教授的手機操作及教授日常應用 App

(地圖，巴士時間及 HA GO 等)

2 月 22 日~Whatsapp 應用(視像，下載圖片影片，打電話)

1. 2023 年 1 月 12 日起親臨中心報名及繳交費用作實。
2. 課程共 3 日每節 75 分鐘，日期是 2 月 8 日,2 月 15 日,2 月 22 日(星期三)。參加者必須出席共 3 節課堂。
3. 與明愛賽馬會臻匯坊協作主辦。部分費用由中心津貼以作資助臻匯坊第三齡義工。
4. 活動完結後參加者可自行解散。
5. 參加者需自備個人智能手機作教學之用。
6. 活動前兩小時懸掛三號或以上風球或紅、黑色暴雨警告訊號，活動將另作安排。
7. 活動期間請保持足夠社交距離，嚴禁飲食及全程配帶口罩。



2023年1至3月份最新活動推介

以下活動請於1月12日(星期四)，可上午9時開始

致電  **報名或需抽籤** ，額滿即止。

每次致電只限會員/代一位會員報名

將軍新春行大運之休閒半日遊 (N02451)

日期：2023年2月21日(星期二) 時間：上午8:45 – 下午2:00

對象：會員 名額：40人

地點：新蒲崗帝豪中菜廳、將軍澳跨灣連接路(大橋)、香港單車館公園

費用：\$75

內容：早上由中心出發前往新蒲崗中菜廳享用早茶點心，之後乘機車至將藍隧道外，於新啟用的將軍澳跨灣大橋行人路散步，近距離觀賞無敵大海景及跨灣大橋景，最後乘車前往將軍澳文曲里公園單車館漫步後返回中心解散。

備註：

- 2023年1月12日開始接受致電登記，1月31日截止報名。此活動只限活動能力良好的會員報名，名額40人，會員可以1人或2人同行為單位報名；如報名人數超出名額，將會於2月1日進行抽籤。結果會個別通知中籤者必須2月11日或之前繳費作實。
- 此活動由永東旅行社有限公司承辦，費用已包括膳食、車費、導遊及司機服務費，亦包括參與者之平安保險。
- 每名參加者必須遵從香港旅遊業議會之指引及防疫措施，必須於出發當天自行做快測及持陰性結果證明(附日期之手機照片)方可參與活動，如遇即日強檢安排則恕未能出行。
- 遵守政府要求的防疫政策。
- 按旅行社要求，中心需要提供參加者的中英名姓名、出生日期及聯絡資料用作購買保險之用。
- 活動前兩小時發出紅或黑色暴雨警告，三號風球或以上，活動將取消，安排再容後通知。

新



22/23 “愛我”運動日(2月)(N02443)

日期：2023年2月8日、15日、22日(星期三) 時間：下午1:30 – 4:45
2023年2月11日、18日、25日(星期六) 時間：上午8:45 – 11:10
共6節。每人只可預約一節其中一時段(45分鐘)

地點：休憩室 費用：免費

對象：只限曾修畢“愛我”健康日，及獲發「愛我」健康襟章的會員預約

名額：84人(每節名額4人，先到先得)

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：

- 對象：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。
- 參加者活動於1月12日起電話預約登記。每節名額有限，先到先得。
- 參加者按分流時間出席。(時間由報名日/個別通知)

新



香港門總盃 2022-23 (N02439)

日期：2023年1月8日至1月29日(星期日)

時間：上午9:00 – 下午5:00

費用：免費

對象：已報名的組員

名額：8人

地點：梨木道公園多用途草場 (2023年1月8日及15日)：
斧山道運動場 (2023年1月29日)

內容：比賽於1月8日及15日(第一階段)及1月29日(第二階段)舉行，比賽以小組單循環賽決定首2名隊伍進入第2階段。

備註：

1. 對象：自備門球棒、有效身份證、號碼布及糧水、統一的制服及包趾包蹠的運動鞋，如賽事當日上午7時正天文台發出紅、黑色暴雨警告信號或懸掛三號或以上熱帶氣旋警告信號，賽事將會取消。更改日期時間地點將盡快另行通知。

飲食預防骨質疏鬆講座+三花買奶粉(N02442)

日期：2023年2月27日(星期一)

時間：上午9:00 – 10:30

活動地點：中心禮堂

對象：中心會員

名額：50人

費用：免費

內容：講座讓長者了解肌肉流失的後果就像骨質疏鬆，降低活動能力、增加跌傷風險，更有可能因骨折而導致殘障甚至死亡。及介紹飲食方法及生活習慣。講座後有三花奶粉銷售。

備註：

1. 此活動由雀巢三花外展隊伍派員主講。
2. 紅色暴雨警告訊號或3號風球或以上颱風，此活動將會取消。
3. 2月9日至2月23日接受預先登記奶粉數量，所有買奶粉者(包括預先登記人士)，必須要聽完整個講座。講座當天9:00會派奶粉籌，須按籌號順序購買奶粉。
高鈣活關節低脂奶粉(3健：健骨、健肌、健關) - 800克，售價每罐\$85
柏齡健心奶粉(護心) - 800克，售價每罐\$75 雙效降醇素營養奶粉 - 800克，售價每罐\$100
三效高鈣低脂奶粉(3效：護心、護骨、活關節) - 750克，售價每罐\$100
3. 需於預約期內致電中心登記，額滿即止。

新



社區「自在」舞蹈工作坊(N02449)

日期：2023年2月1日、15日及3月1日(逢星期三)

時間：下午2:00 – 4:00

活動地點：中心禮堂

對象：中心會員

名額：15人

費用：免費

內容：邀請到兩位導師到中心與參加者分享藝術創作的過程，及教導參加者配合各種主題做出不同舞蹈動作。

備註：

1. 對象：參加者需有良好活動能力、及對舞蹈有愛好或興趣者為佳。
2. 2023年1月12日起接受電話登記，名額有限，先到先得，額滿即止。
3. 與賽馬會「暮齡自在」舞蹈教育協作主辦。
4. 活動前兩小時懸掛三號或以上風球或紅、黑色暴雨警告訊號，活動將另作安排。
5. 參加者須穿著輕便服飾參與。
6. 參加者報名後必須出席共3節工作坊。
7. 活動期間請保持足夠社交距離，嚴禁飲食及全程配帶口罩。

新



智能手機基本學習班(N02446)

日期：2023年2月1日(星期三)

時間：上午10:00-11:00

地點：中心禮堂

對象：需有使用手機的習慣者為佳

名額：15人

費用：免費

內容：介紹手機的基本操作技巧，教導參加者如何使用WIFI及下載手機應用程式，同時分享系統通知欄應用及手機拍攝小秘技。

1. 2023年1月12日起可致電中心報名，額滿即止。
2. 活動前兩小時懸掛三號或以上風球或紅、黑色暴雨警告訊號，活動將另作安排。
3. 由長者安居協會協作主辦。
4. 參加者需自備個人智能手機作教學之用。
5. 活動期間請保持足夠社交距離，嚴禁飲食及全程配帶口罩。



22/23「天天有禮」積分賞(四)(N02432)

日期：2023年2月8日(領取禮物日)

對象：中心會員

時間：上午9:00-下午4:00

名額：300人

內容：基於「天天VIP」會員之前所累積分數，滿80分或以上者可致電中心登記換領禮品(禮品包括：A-烏冬 B-洗潔精 C-洗衣粉 D-蝦子麵)，由負責員工預約指定時間內領取，領取後會隨即扣分數。

註：1. 報名方式：2023年1月12日起致電報名登記



耆樂團契(N02420)(聚會時間：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。2023年1、2月份聚會內容：

日期：	1月3日	1月10日	1月17日	2月7日	2月14日
內容：	查經週	手工週	送舊迎新	新春敬拜	情人節敬拜

有興趣會員，可向儀姑娘或教會傳道人 - 張先生聯絡及查詢。

2022/23 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 \$175(900克)/ \$83(400克)	低糖加營素 \$180(850克)	怡保康 \$216(850克)/ \$95(400克)	活力加營素 \$215(850克)
2023年3月2日(四)	下午2:00-3:30(截止登記日期：2月23日) 名額：80名額滿即止				
2023年3月21日(二)	上午10:00-11:30(截止登記日期：3月10日) 名額：80名額滿即止				

- ① 請致電中心登記，按職員提供之時段到中心購買奶粉。
- ② 預訂時需登記數量及產品種類，登記後不得更改
- ③ 每位會員每期一次只限購最多6罐
- ④ 請自備輔幣、購物袋，先到先得，售完即止。

嚴正聲明：

1. 會員切勿冒稱會員名義或借用他人證件。
2. 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。

<中心保留最終修改權利，恕不另行通知。>

* 有需要護老者活動 *

「好心情」有需要護老者月會- 2月(N02450)

日期：2023年2月8日(星期二)

時間：下午 3:30 – 4:45

對象：有需要護老者

名額：15人

地點：中心禮堂

費用：免費

內容：1.與照顧者玩健腦遊戲，讓護老者以輕鬆的方式學習認知障礙症訓練技巧。

2.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(罐裝鮑魚)。

備註：1.2023年1月12日起接受電話報名。3.活動前兩小時懸掛三號或以上風球或紅、黑色暴雨警告訊號，活動將另作安排。

新



物理治療服務 1-3月(N02405)

日期：2023年1月13日至3月24日(星期五)

對象：有需要護老者、護老者

地點：中心多功能室

時間：上午 9:00 – 下午 1:00

名額：10人

費用：小組形式：\$120/節；上門形式：\$200/節 (八成費用由中心經常費津貼)

內容：每月提供兩節專業物理治療服務(每隔一個星期五)，所需節數由物理治療師評估後安排。

備註：1. 如長者缺席治療活動，費用則不獲退回

參加資格：

1. 屬有需要護老者或護老者會員個案(服務範疇：薈晴、錦英苑、雅景臺、新港城第一、二、三期、耀安邨及錦禧苑)
2. 需持有註冊西醫轉介信
3. 服務次數需由本中心物理治療師評估安排
4. 活動前必須量度體溫及用消毒酒精清潔雙手、完成安心出行及疫苗通行證
5. 在本中心範圍內所有參加者均需佩戴口罩，活動期間禁止飲食及保持社交距離

注意：

只限服務範圍的個案，合資格者須預先致電查詢：3741 2189



特別公告

中心新增 WhatsApp 廣播宣傳活動，發放最新消息，方便在疫情下隨時收到中心最新資訊。若會員有興趣於中心 WhatsApp 廣播收到宣傳活動，請先新增本中心手提 **9348-8640** 為聯絡人，留意此號碼只供宣傳活動，不作留言回覆之用。

* 若會員使用智能手機及懂得 WhatsApp+ZOOM，中心在每月家會前發放 ZOOM 連結讓相關會員屆時登入出席家會，無須預先報名 *

* 義工服務 *

2022/2023 愛心義工組(1-3)(N02435)

日期：2023年1月31日(星期二) 上午 10:00 – 11:00
2023年2月22日(星期三) 下午 03:00 – 04:00
2023年3月29日(星期三) 上午 10:00 – 11:00

對象：中心長者義工

名額：150人

形式：實體進行

地點：中心禮堂

內容：每個月一次與愛心義工組的義工作定期會議，因疫情關係，活動可能以 zoom 形式舉行。跟進及檢討過往義工服務的情況、計劃新一季義務工作發展服務，並作人手分配。

備註：

先  登記，後抽籤 

長青樂同行- 我哋帶你去旅行(計劃篇) (N02457)

日期：2023年1月27日(星期五)及2月4日(星期六)

時間：上午 9:30 – 下午 2:00

對象：懂得使用 zoom 及健行的長者義工

名額：5人

地點：自己家中、中心；港九新界(待定)

費用：免費

內容：透過 Zoom，由長者義工及青年人一起商議去港九新界的旅行地點，然後計劃當日的行程，活動安排及安全注意事項等。然後參與長者義工學習當日戶外活動作帶領者。長者義工及青年人與長者一同前往旅行地點及執行計劃的行程。

備註：

1. 報名日期：12/1 起致電中心登記，截止登記日期 1月19日；
2. 如人數超過名額，1月20日起抽籤決定，隨後公佈結果。
3. 活動與聖公會馬鞍山(南)青少年綜合服務中心協作
4. 請參加者自行帶備保暖外套及水
4. 請準時到達，逾時不候。

先  登記，後抽籤 

新

長青樂同行- 我哋帶你去旅行(實踐篇) (N02458)

日期：2023年2月4日(星期六)

時間：上午 9:30 – 下午 2:00

對象：健行的長者義工

名額：10人

地點：港九新界(待定)

費用：免費

內容：由參加《長青樂同行-我哋帶你去旅行(計劃篇)》的長者義工及青年人作帶領者，一同帶領參加的義工前往旅行地點及執行計劃的行程。(旅行地點，待計劃後落實)活動與聖公會馬鞍山(南)青少年綜合服務中心協作，及津貼活動費用

備註：

1. 報名日期：12/1 起致電中心登記，截止登記日期 1月19日；
2. 如人數超過名額，1月20日起抽籤決定，隨後公佈結果。
3. 對象：健行的長者義工
4. 請參加者自行帶備保暖外套及水
5. 請準時到達，逾時不候。

先  登記，後抽籤 

新

* 義工服務 *

M+ 藏品遊 (N02459)

日期：2023年2月15日(星期三)

時間：上午8:45 – 下午1:30

對象：健行的長者義工

(參加者最少一年內有 20 小時的義工時數才可以報名)

名額：30人

地點：九龍博物館道38號西九文化區 M+

內容：參觀 M+ 展廳，一起探索 M+ 焦點藏品，並發掘展品背後創作者與藝術家的故事。參加者亦會了解更多由赫爾佐克和德默隆建築事務所設計的 M+ 大樓所呈現的建築特色。從而更了解何謂當代藝術，提升欣賞藝術的興趣，豐富晚年生活。

備註：

1. 報名日期：12/1 起致電中心登記，截止登記日期 2 月 7 日；如人數超過名額，2 月 8 日起抽籤決定，隨後公佈結果。
2. 對象：健行的長者義工
3. 每名參加者須於出發當天自行做快測及持陰性結果證明(附日期之手機照片)方可參與活動，如遇即日強檢安排則恕未能出行。
4. 此活動由中心津貼旅遊車費用。
5. 請參加者自行帶備保暖外套及水
6. 請準時到達，逾時不候。

先  登記，後抽籤 

新

愛心義工組 – 致電關懷 2023 年 1-3 月 (N02434)

日期：2023年1月10日至3月28日(星期二)(6節)

時間：上午10:00 – 10:30

地點：中心禮堂

對象：中心義工

名額：20人

費用：免費

內容：透過電話慰問，向會員表達中心的關懷，並且從中了解會員的需要，讓中心更掌握會員狀況，有需要時作出介入。

備註：如有興趣之義工/會員，請致電向湯先生查詢及登記。



* 認知障礙症及照顧者活動 *

22/23 護腦知多點 (N02397)

日期：2023年1月9日至3月20日(星期一)(23/1, 30/1, 27/2 暫停)

時間：上午9:30 – 10:30

地點：中心禮堂

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。

名額：15人

費用：免費

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

1. 報名方式：2022年12月8日起致電報名登記



* 護老者活動 *

「顧得開心」護老者月會之快樂椅子舞 (N02452)

日期：2023年2月8日(星期三) 時間：下午3:30-4:45

對象：護老者 名額：30人

費用：免費 地點：中心禮堂

內容：「快樂椅子舞」是一項比較創新且安全的運動，舞步簡單易學，有助訓練長者的四肢協調、平衡力和肌力，同時有助提升大腦功能。是次月會讓護老者體驗快樂椅子舞，並可於家中與長者一起進行，感受箇中的樂趣及此項運動的好處。

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。

新



22/23「護老好新手」關顧計劃(第二期) (N02453)

日期：2023年2月13日至3月24日 時間：下午2:00-3:00

對象：護老者 名額：10人

費用：免費 地點：護老者家中

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。

新



22/23 護老者復康用品借用服務(第四期) (N02406)

日期：2023年1月3日至3月31日

時間：上午8:30至下午5:30

地點：本中心 名額：不限

費用：免費 對象：護老者及中心會員

內容：護老者會員可免費借用復康用具給有需要長者，如輪椅/助行器等。

備註：免費借用復康用具兩星期，情況許可下能續借一次。

22/23 護老資訊支援服務(第四期) (N02408)

日期：2023年1月3日至3月31日

時間：上午8:30至下午5:30 對象：護老者

地點：多用途室 費用：免費

內容：由社工向護老者介紹社區資源及支援服務等實用的資訊，以協助解決護老者的照顧困難，令他們能有信心地持續在家照顧長者。

1 月家事報告

1.	2023 年 1 月 2 日(星期一)為元旦翌日公眾假期，中心暫停開放。1 月 3 日(星期二)照常開放。而 1 月 22 日(農曆年初一)至 25 日(農曆年初四)為農曆新年公眾假期，中心暫停開放，2 月 26 日(農曆年初五)照常開放。在此敬祝各位老友記，踏入新一年蒞臨，祝各位新春愉快、身壯力健、「兔」氣揚眉、主恩滿溢!!
2.	[疫情最新通告] 鑑於政府進一步放寬社交距離措施，為避免服務使用者因人流聚集而增加相互感染的風險，本中心應社署要求，中心恢復正常服務，直至另行通知。請會員配合中心防疫措施以避免社交接觸和保障整體公眾健康。請會員注意活動報名日安排在每月家會翌日上午 9 時開始以 <u>電話/登記抽籤/或親臨繳費</u> 方式進行。(詳情見耆訊首頁) 為保障會員安全，如公佈之活動/小組須有所更改或取消則以另行通知作準。
3.	「長者醫療券計劃」之溫馨提示: 「長者醫療券計劃」~該計劃成為恆常設施，由 1 月 1 日起，每名合資格 65 歲以上長者的醫療券金額增加至每年 2,000 元，累積金額上限為 8,000 元。每名長者亦可用於視光服務的醫療券金額設每兩年 2,000 元的上限。會員可透過政府網頁之「醫健通」系統，以了解個人使用醫療券的餘額情況。溫馨提示：長者必需親身接受醫療服務後才可使用醫療券支付相關服務費用。醫療券不可用於純粹購買物品(包括藥物、眼鏡、海味、食品等)、兌換現金、轉贈別人或與別人共享。
4.	「利是」通告 新年期間「利是」取其意頭指順利各事，擁有健康財富之意。基於根據《防止賄賂條例》指引，本中心所訂定收受利益的指引上，指明「員工不可接受會員給予的金錢或饋贈」。如會員節贈紅包，鼓勵會員自行投入「愛心箱」，於每年度結束交由中心智囊團委員點算，並將所得款項直接存入老人中心發展基金作為發展服務之用。敬請會員懇辭「利是」錢在中心給個別員工、導師或義工，在此多謝會員對中心及員工的愛戴和心意。
5.	送贈「禦寒毛氈」: 現進入冬季，請會員多進食均衡營養食物，以保持身體有足夠的熱能，並留意每日的天氣預報，早晚在進行戶外活動時要穿上足夠的禦寒衣服，並要多飲水，避免著涼及感染流行性感冒。另外，中心備由社署「禦寒毛氈」免費送贈給有需要的長者 - 只要符合以下條件可向本中心申請：60 歲以上、經濟困難、有緊急需要、缺乏支援等，請向中心社工查詢。
6.	冬防措施 臨近歲晚及農曆新年將至，會員請留意家居安全，做足防盜措施，慎防罪案發生。 ✧ 外出前，應確保所有門窗已經上鎖； ✧ 避免於屋內放置貴重物品，貴重物品應鎖好，以免引起匪徒注意； ✧ 如須出門遠行，應囑託鄰居或朋友留意門戶及定期清理信件； ✧ 打開窗戶或大門通風的住戶，應在窗口位置安裝軟鋼鐵窗花或定位鎖； ✧ 如大廈外牆圍有棚架，住戶應確保窗戶鎖好，以免賊人由棚架入屋內爆竊； ✧ 切記對上門兜售/銷售入屋的人員，或陌生人搭訕時，提高警覺慎防騙案。
7.	請留意下次家會日期: 23 年 2 月 8 日(星期三)，家會以 <u>實體</u> 進行(需預約方式，名額有限)提供。家會前中心寄發耆訊予有效會員，及同步在中心網頁 www.yiuonec.org.hk 登入【每期耆訊】上載最新活動。 另歡迎會員登入 Play Store 或 App Store 下載中心【傳心全意】手機程式 Apps，使用會員編號和密碼(預設 12345678)登入介面，便可搜尋中心最新活動或分享相片。如何啟動程式之步驟，可向當值員工查詢。