



2026年9月份通訊
香港基督教新生會
新田圍堂長者鄰舍中心



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



齊賀

香港基督教新生會
立會70周年

凝聚眾心
創建新生

你們就要意念相同，愛心相同，有一樣的心思，有一樣的意念，使我的喜樂可以滿足。(腓2:2)



活動推薦：

8/9 粵曲班演唱會

9/9 「樂活齡動新田圍」計劃分享會

14, 17/9 「7-9月生日會」

16/9 吾湯吾水

21/9 認識冠心病(講座)

15, 22, 29/9 舞動拍子操

23/9 70周年會慶同樂日(例會)



Happy
BIRTHDAY

Happy
BIRTHDAY



1.	公眾假期： 9月26日(六)為中秋節的翌日公眾假期，本中心暫停開放一天。
2.	2026-2027 年度續會事宜： 中心已於4月初開始續証，請未續証之會員儘快到中心辦理有關手續，成功續証者將獲精美豐富禮紀念品，數量有限送完即止。
3.	2026-2027 年度招募長者會員： 歡迎年滿60歲或以上之長者加入本中心成為會員；可於辦公時間內，帶同身份証、半身近照乙張及\$31.00(包括年費\$21.00及會員証費\$10.00)到本中心辦理，如有查詢可致電或親臨本中心。
4.	2026-27 年度招募服務成員： -包括第三齡(55-59歲)人士服務、護老者、義工(詳情見中心單張)，歡迎登記及享用不同服務。
5.	2026-27 年度主題： 中心本年度主題為「 健康揸 fit 人 」，將透過不同活動服務讓大家認識健康之道，並建立健康生活，詳情請留意各月份之通訊及例會之介紹，歡迎踴躍參與。
6.	新「中心簡介」單張： 本中心之「中心簡介」單張已更新並於4月開始放於接待處，歡迎欲了解中心服務之人士免費索取。

目錄	
P.1	封面
P.2	中心快訊
P.3	中心常設服務
P.4	70周年會慶祝及餐單
P.5	70周年特別活動
P.6	靈言蜜語
P.7	中心例會、特別活動推介
P.8-9	月曆
P.10	認知障礙症服務
P.11	護老者支援服務、外展長者服務
P.12	有需要護老者支援服務、義工服務
P.13-14	長者進修學院課程
P.15	第三齡服務
P.16	底頁-預設醫療指示
附頁	腦智趣

統一報名日

日期：9月2日(三)
時間：上午9:15起
地點：本中心正堂
對象：中心長會員

備註：1. 請帶備有效會員證親臨中心報名；
2. 活動名額有限，額滿即止。
3. 憑已填活動報名日表格，向中心職員報名作實。
包括免費活動及收費活動。
4. 由當天下午2:00開始，可以用以下形式報名。(親臨、電話、代別人報名)。

惡劣天氣活動安排	中心開放	活動照常
 黃色暴雨/一號風球 T1	✓	✓
 紅色暴雨/三號風球 3	✓	✗
 黑色暴雨/八號風球 8	✗	✗



「常設服務/活動」齊參加!

常設服務名稱	日期/時間	內容	參加辦法
①健康站 (量血壓,單車機,綠動機等) (歡迎第3齡人士參加)	9月1日至9月30日 逢周一至五 上午9:30-下午12:30 下午2:15-下午5:00 地點：中心分處 (公眾假期除外*)	每位每節到中心分處使用一次	為加強大家對健康關注，中心於4月份開始免費有器材給中心會員自行使用！ 如需協助，可向當值職員查詢！
②棋藝共展 (魔力橋) (歡迎第3齡人士參加)	詳見第8-9頁月曆 上午9:15-下午12:30 下午2:15-5:30	動動腦筋、切磋棋藝、增進友誼	-在接待處出示會員証，向職員登記及借棋，玩完交回。 -每枱3-4人 -因應場地和活動安排，每節可開放的枱數有限，詳情請向當值職員查詢。
③「愛回家」積分獎勵計劃 	第一期 18/8-31/8 [換禮物：9月1日] 第二期 1/9-14/9 [換禮物：9月15日] 第三期 15/9-28/9 [換禮物：9月29日]	多來中心，見您一面，蓋個印仔，換份禮物。	-憑「愛回家票」到中心蓋印仔，每節可蓋1個印仔，每期累積10個印仔或以上可獲獎，印仔愈多，獎品愈豐富。 (註：上午及下午各為一節，每節只可蓋1個印仔)
④嘉頓麵包派發 	9月10、24日(四) 上午10:30-下午12:30	隔周派發，憑券領取嘉頓麵包，逾期不候	-出示有效會員證 -只限已續會會員拿取(2025-2026年度) 1.由2025年7月份起，中心不再以排隊形式領取麵包。 改由參加周三的中心例會後領取麵包換領券，並於周四上午10:30-下午12:30期間領取麵包，逾時作廢。 2.領取人需帶備會員證和換領麵包券，於領取時間內到中心領取麵包，不得轉讓他人。如代領，請出示該會員的會員證。
⑤購取加營素  (歡迎第3齡人士訂購)	登記日期： 8月5日(三) (統一報名日) 購取日期： 2026年9月10(四) 下午2:30-3:30	請按照指定時間到中心購取奶粉，逾時不候。	1. 須出示有效會員証 2. 每人最多只限訂購6罐 3. 只收現金(不收一千元紙幣) 4. 敬請自備購物袋/購物車 15/5/26 雅培金裝加營素(雲哩拿/朱古力味)調整900克調整為850克，價錢不變！ 從2026年10月開始，雅培奶粉不再提供400克的奶粉(即是金裝加營素及怡保康) 全部奶粉只提供850克裝 由2026年10月19日起價格調整如下： 金裝加營素(原味)\$205； 金裝加營素(朱古力味)\$205； 活力加營素\$253； 怡保康(大)\$236；
⑥義剪服務 	登記日期：10月7日(統一名日) 剪髮日期： 2026年11月6日(五) 上午9:30-中午12:00	為長者提供免費剪髮服務	活動前必需在家中預先洗頭，沒有洗頭的參加者，本中心有權停止提供剪髮服務 *活動與「香港髮型協會」合辦，謹此謝忱！



歡迎大家來中心，多參加活動！多歡笑！



香港基督教新生會

70周年堂慶 感恩崇拜暨午宴



日期：2026年9月27日(周日)

時間：上午10:00--下午3:00

地點：沙田麗豪酒店一樓麗豪廳

內容：詩歌.信息.短片.中式午宴...等



我要舉起救恩的杯，稱揚耶和華的名。

(詩篇116:13)

集合時間：1車:上午9:00 / 2車:上午9:15 / 3車:上午8:45
(免費專車接送，逾時不候。)

餐單

桂花糕	蓮子百合紅豆沙	鮑汁炆伊麵	錦繡炒飯	金銀元貝雙翡翠	瑤柱貴妃雞	古法蒸沙巴金花尾	福建雲珍扒翡翠	海皇魚肚粟米羹	拔絲菠蘿咕嚕肉	彩虹甜豆炒蝦仁蚌片	富豪燒味大拼盤
-----	---------	-------	------	---------	-------	----------	---------	---------	---------	-----------	---------

每名參加者可免費有兩杯飲品

查詢電話：2604 6524

憑券依時出席者可參加大抽獎及獲精美紀念福袋乙份



70周年 會慶同樂日

日期：2026年9月23日(三)

時間：下午2:15-4:00

地點：新田圍社區會堂

內容：詩歌、遊戲、信息、大抽獎等

對象：本中心會員

費用：全免

報名：2/9

統一報名日開始，
派完即止。



歡迎參加！
開心感恩！

「教導智慧人，他就越發有智慧；指示義人，他就增長學問。敬畏耶和華是智慧的開端；認識至聖者便是聰明。」(箴言 9:9-10)意思是「教導人啟發智慧，指示好人增長學問。有對耶和華上帝的敬畏是智慧的首要，有對至聖者的知識便是聰明」。

(一)認知障礙的症狀

長者出現喪失短期記憶、判斷力衰退、說話或書寫表達有困難、對時間及方向感到混亂等情況，可能是患上認知障礙症。認知功能退化，會影響日常生活，患者會以迷路作為初期症狀。資深演藝及傳媒人朱維德晚年飽受認知障礙困擾、曾跌傷頭。認知障礙症不單是記性差，更會影響患者的判斷力、空間感及平衡力，增加跌倒的危險。

(二)保持社交的活動

保持社交活動能保護我們免於認知衰退。中年與晚年社交活動較活躍的人，患認知障礙症的風險低 30%至 50%。保持社交有助降低壓力，使我們更能應對生活挑戰。當我們與他人互動時，我們會動用大腦許多不同功能，包括語言、記憶與計劃，能促進腦部健康。多與親朋好友聯絡，參加義工活動或加入興趣小組。參與運用大腦的活動，例如填字遊戲、拼圖、捉棋、練習書法等。

(三)持續終身的學習

接受教育時間較長的人，認知障礙的風險較低。在一生中持續學習，也能帶來相同的健康保護效果。我們的大腦喜歡新事物，因為這會強化那些容易老化的腦部。學習會產生新的神經元，同時強化現有神經元，從而對抗老化與細胞死亡。

參考資料：衛生署、BBC News

請您作以下祈禱：

「親愛的天父上帝！求祢賜給我們智慧，能夠預防認知障礙症，保持社交的活動，持續終身的學習。奉主耶穌基督的名祈禱，阿們！」

世界認知障礙症日 護腦10招防退化



多動腦筋



攝取充足營養



養成運動習慣



維持社交活動



保持心境開朗



養成充足睡眠



拒絕煙酒



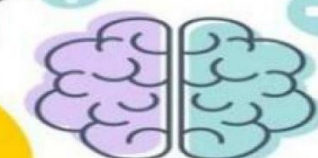
注意體重血壓



定時進餐



免受外來撞擊



sofitsogood
sofitsogood.ig

中心例會

「樂活齡動新田圍」計劃

分享會

日期：9月9日（星期三）

時間：下午 2:15-4:00

內容：閉幕禮，活動短片回顧。

對象：本中心會員、第三齡人仕

名額：200人 費用：全免

地點：新田圍社區會堂 禮堂

負責職員：馮姑娘

統一報名日：8月5日（三）

3

70周年會慶同樂日

日期：9月23日（星期三）

時間：下午 2:15-4:00

內容：詩歌、短片、訊息、表演、禮物。

講員：李炳新牧師

對象：本中心會員、第三齡人仕

名額：200人 費用：全免

地點：新田圍社區會堂 禮堂

負責職員：何牧師

統一報名日：9月2日（三）

備註：依時出席者憑票可參加大抽獎

3

特別活動推介

7-9月生日會

日期：9月14日（星期一）

9月17日（星期四）

時間：上午 11:00-12:00

地點：中心禮堂

內容：與 7-9 月份壽星慶祝

生日茶點、遊戲。

對象：中心會員

（每位壽星可與一位非壽星會員一起報名）

名額：每場 25人 費用：\$30

負責職員：關姑娘

統一報名日：9月2日（三）



14/9 場次滿額，才開放

17/9 場次。

吾湯吾水

日期：9月16日（星期三）

時間：下午 2:30-3:00

內容：加強長者對健康飲食之關注

材料：花膠、熟木瓜、雪耳、百合、蓮子、豬展湯。

對象：中心會員、第三齡人仕

地點：中心禮堂 費用：\$10

名額：40人

負責職員：婉媚幹事、蕭幹事

統一報名日：9月2日（三）



3

舞動拍子操

日期：9月15、22、29日（星期二）

時間：下午 2:00-4:00

對象：中心會員

內容：一同在椅子上配合音樂節拍律動身體，強身又健腦。

地點：新田圍社區會堂

費用：全免

名額：20人（抽籤活動）

（登記抽籤截止為 9月9日，

9月10日公布結果）

負責職員：陽幹事

統一報名日：9月2日（三）



3

（大電影-縱橫四海）

日期：9月19日（星期六）

時間：上午 9:30-11:30

地點：中心禮堂

內容：故事描述三個青梅竹馬的孤兒被

養父培訓為國際大盜，在經歷背叛、

假死與浪漫情懷後，聯手對抗惡勢力的傳奇故事。

名額：35人 費用：全免

對象：中心會員、第三齡人仕

負責職員：婉媚幹事

統一報名日：9月2日（三）



3

治療流沙畫工作坊

日期：10月5日（星期一）

時間：上午 10:00-11:30

內容：製作流沙畫，在製作與觀察成品的過程中緩和情緒及舒壓。

地點：中心禮堂

對象：中心會員、第三齡人仕

名額：12人 費用：\$15

負責職員：關姑娘

統一報名日：9月2日（三）



3



香港基督教新生會新田圍堂長者鄰舍中心

2026 年
9 月通訊

星期日	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六
		五餅二魚服務計劃 1(七月二十)	統一報名日 2(廿一)	3(廿二)	五餅二魚服務計劃 4(廿三)	5(廿四)
		9:00 開始愛回家小結(第一期) 11:00-12:00 抒出好心情小組 9:15-12:30 棋藝共展(中心分處) 9:30-12:30 健康站(中心分處) 2:00-4:00 健康舞班(會堂會議室) 2:00-4:00 起「動」樂(會堂禮堂) 2:00-4:30 粵曲班 2:15-5:00 棋藝共展(中心分處) 2:30-5:30 健康站(中心分處)	9:15-12:30 棋藝共展(中心分處) 9:30-12:00 健康站(中心分處) 2:15-5:00 棋藝共展(中心分處) 2:30-5:30 健康站(中心分處)	9:05-9:50 金曲唱歌學中文 9:15-10:15 書法班(中心分處) 9:30-12:30 健康站(中心分處) 10:00-12:00 逆齡慢慢舞 2:00-3:15 讚美操班(會堂禮堂) 2:30-3:30 新里程(中心分處) 2:30-5:30 健康站(中心分處)	9:15-12:30 健康站(中心分處) 9:15-12:30 棋藝共展(中心分處) 2:15-3:45 開心天地 2:15-5:00 棋藝共展(中心分處) 2:30-5:30 健康站(中心分處) 3:45-4:45 奇聲小組	☆社區護老者支援服務 9:15-12:30 棋藝共展 10:00-11:30 非遺工作坊@新田圍 燒箔畫(中心分處) 2:15-5:00 棋藝共展 3:00-5:00 奇樂小組 (東莞工商總會張煌偉小學)
6(廿五)	7(廿六)	五餅二魚服務計劃 8(廿七)	9(廿八)	派麵包 10:30 開始 10(廿九)	五餅二魚服務計劃 11(八月初一)	12(初二)
主日崇拜 10:00-11:30	9:15-12:30 棋藝共展 9:30-12:30 健康站(中心分處) 2:15-3:45 *健腦下午茶 2:15-5:00 棋藝共展(中心分處) 2:30-5:30 健康站(中心分處)	9:15-10:15 繽紛色彩班 9:15-12:30 棋藝共展((中心分處) 9:30-12:30 健康站(中心分處) 11:00-12:00 *「肌」會難逢 2.0 2:00-4:00 健康舞班(會堂會議室) 2:30-5:00 粵曲班演唱會(會堂禮堂) 2:15-5:00 棋藝共展(中心分處) 2:30-5:30 健康站(中心分處)	9:15-12:30 棋藝共展(中心分處) 9:30-10:45 逆齡全身操 (會堂禮堂) 9:30-12:00 健康站(中心分處) 11:00-12:00 普通話班 2:15-4:00 例會： 樂活齡動新田圍分享會 (會堂禮堂)	9:15-10:15 金曲唱歌學中文 9:15-10:15 書法班(中心分處) 9:30-12:30 健康站(中心分處) 10:30-11:30 金曲/起動齊歡聚 2:00-3:15 讚美操班(會堂禮堂) 2:30-3:30 購取加營養 2:30-3:30 新里程(中心分處) 2:30-5:30 健康站(中心分處)	9:15-12:30 健康站(中心分處) 9:15-12:30 棋藝共展(中心分處) 10:00-11:00 *桌上遊樂 2:15-3:45 開心天地 2:15-5:00 棋藝共展(中心分處) 2:30-5:30 健康站(中心分處) 3:45-4:45 奇聲小組	9:15-12:30 棋藝共展 10:00-11:30 非遺工作坊@新田圍 中秋燈籠(中心分處) 2:15-5:00 棋藝共展 3:00-5:00 奇樂小組 (東莞工商總會張煌偉小學)
13(初三)	14(初四)	五餅二魚服務計劃 15(初五)	16(初六)	17(初七)	五餅二魚服務計劃 18(初八)	19(初九)
主日崇拜 10:00-11:30	9:15-12:30 棋藝共展(中心分處) 9:30-12:00 健康站(中心分處) 9:30-10:45 *一手造成工作坊 11:00-12:00 7-9 生日會(1) 2:15-3:45 *健腦下午茶 2:15-5:00 棋藝共展(中心分處) 2:30-5:30 健康站(中心分處)	9:00 開始愛回家小結(第二期) 9:15 注射流感疫苗登記 9:15-10:15 繽紛色彩班 9:30-12:30 健康站(中心分處) 2:00-4:00 健康舞班(會堂會議室) 2:00-4:00 舞動拍子操(會堂禮堂) 2:00-4:30 粵曲班 2:15-5:00 棋藝共展(中心分處) 2:30-5:30 健康站(中心分處)	9:15-12:30 棋藝共展(中心分處) 9:30-10:45 逆齡全身操 (會堂禮堂) 9:30-12:00 健康站(中心分處) 9:30-10:30 *電玩天地 1 10:45-11:45 *電玩天地 2 (中心分處) 11:00-12:00 普通話班 2:30-3:00 吾湯吾水 2:15-5:00 棋藝共展(中心分處) 2:30-5:30 健康站(中心分處)	9:15-12:30 棋藝共展 9:30-12:00 健康站(中心分處) 11:00-12:00 7-9 生日會(2) 2:00-3:15 讚美操班(會堂禮堂) 2:15-5:00 棋藝共展(中心分處) 2:30-3:30 新里程(中心分處) 2:30-4:15 *腦友同歡聚 2:30-5:30 健康站(中心分處)	9:15-12:30 健康站(中心分處) 9:30-11:00 ★生命清泉： 靜觀工作坊 (中心分處) 10:00-11:00 ♥新友里聚會 2:15-3:45 開心天地 2:15-5:00 棋藝共展(中心分處) 2:30-5:30 健康站(中心分處) 3:45-4:45 奇聲小組	9:15-12:30 棋藝共展(中心分處) 9:30-11:30 大電影：縱橫四海 2:15-3:15★護老者月聚 2:15-5:00 棋藝共展 (中心分處) 3:00-5:00 奇樂小組 (東莞工商總會張煌偉小學) 3:15-4:15★護老者舞蹈
20(初十)	*整「裝」義工隊 21(十一)	五餅二魚服務計劃 22(十二)	23(十三)	派麵包 10:30 開始 24(十四)	五餅二魚服務計劃 25(十五)	26(十六)
主日崇拜 10:00-11:30	9:15-12:30 棋藝共展(中心分處) 9:30-12:30 健康站(中心分處) 9:30-10:30 認識冠心病(講座) 2:15-3:45 *健腦下午茶 2:15-5:00 棋藝共展(中心分處) 2:30-5:30 健康站(中心分處)	9:15-10:15 繽紛色彩班 9:15-12:30 棋藝共展(中心分處) 9:30-12:00 健康站(中心分處) 11:00-12:00 ☆護老哈哈慶中秋 2:00-4:00 健康舞班(會堂會議室) 2:00-4:00 舞動拍子操(會堂禮堂) 2:00-4:30 粵曲班 2:15-5:00 棋藝共展(中心分處) 2:30-5:30 健康站(中心分處)	9:15-12:30 棋藝共展 9:30-10:45 逆齡全身操 (會堂禮堂) 9:30-12:00 健康站(中心分處) 11:00-12:00 普通話班 2:15-4:00 例會： 70 周年會慶同樂日 (會堂禮堂) 4:15-5:00 *義工組	9:30-12:00 健康站(中心分處) 10:00-11:00 ★「與老共行」： 解讀長者情緒 與溝通藝術 2:30-3:30 新里程(中心分處) 2:30-4:15 *腦友同歡聚 2:30-5:30 健康站(中心分處)	9:30-12:00 健康站(中心分處) 9:15-12:30 棋藝共展 2:15-3:45 開心天地 2:15-5:00 棋藝共展(中心分處) 2:30-5:30 健康站(中心分處) 3:45-4:45 奇聲小組	中秋節翌日 公眾假期 3:00-5:00 奇樂小組 (中心分處)
27(十七)	28(十八)	五餅二魚服務計劃 29(十九)	30(二十)	 這是耶和華所定的日子， 我們在其中要高興歡喜！(詩篇 118:24)		
70 周年會感恩 崇拜暨午宴 10:00-3:00 集合時間：1 車：上午 9:00 2 車：上午 9:15 3 車：上午 8:45	9:15-12:30 棋藝共展(中心分處) 9:30-10:30 *男士腦力再拉伸 9:30-12:30 健康站(中心分處) 2:15-3:45 *健腦下午茶 2:15-5:00 棋藝共展(中心分處) 2:30-5:30 健康站(中心分處)	9:00 開始愛回家小結(第三期) 9:15-12:30 棋藝共展 9:30-12:00 健康站(中心分處) 2:00-4:00 健康舞班(會堂會議室) 2:00-4:00 舞動拍子操(會堂禮堂) 2:15-5:00 棋藝共展 2:30-5:30 健康站(中心分處)	9:15-12:30 棋藝共展(中心分處) 9:30-12:00 健康齊綠動 9:30-10:45 逆齡全身操 (會堂禮堂) 2:15-5:00 棋藝共展(中心分處) 2:30-5:30 健康站(中心分處)			

認知障礙症服務

【負責社工：林先生】



健腦下午茶

日期：9月7、14、21、28日
(逢星期一)
時間：下午2:15-3:45
內容：一同享用下午茶，傾吓講下。
選擇喜歡的健腦活動。
地點：中心禮堂
對象：欲維持認知情況之會員
(由社工邀請)
名額：8人
費用：\$25 (4節收費)



一手造成工作坊

日期：9月14日(星期一)
時間：上午9:30-10:45
內容：發揮顏色的配搭，為中秋主題的環保袋添上色彩。
地點：中心禮堂
對象：欲維持認知能力之中心會員
名額：8人 (由社工邀請)
費用：全免 負責職員：陽幹事

腦友同歡聚

日期：7月16、30日
8月13、20、27日
9月17、24日 (逢星期四)
時間：下午2:30-4:15
內容：透過每星期的定期聚會，以不同元素(五感、認知刺激療法、藝術、運動等)，讓組員有認知刺激、互相分享聯誼，激發參加者的能力。
對象：欲維持認知能力之中心會員 (由社工邀請)
地點：中心禮堂 名額：12人
費用：全免
負責職員：林先生、陽幹事

桌上遊樂

日期：9月11日(星期五)
時間：上午10:00-11:00
內容：一同學習不同種類的桌上遊戲，動動腦筋、延緩腦退化！
地點：中心禮堂
對象：欲維持認知能力之中心會員
名額：20人 費用：全免
負責職員：林先生、陽幹事
*10名公開報名(參加者可於9月2日(三)「統一報名日」報名)
10名由社工個別邀請。



電玩天地

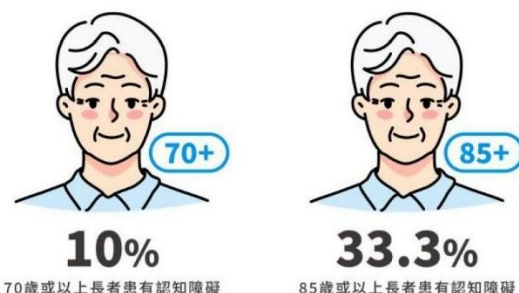
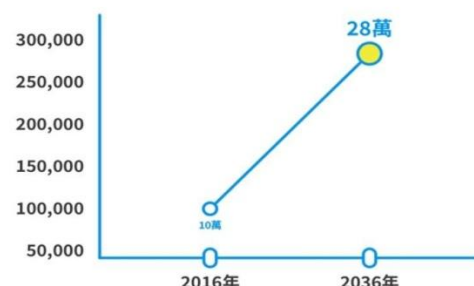
日期：9月16日(星期三)
時間：上午9:30-10:30(1組)
上午10:45-11:45(2組)
內容：一同遊玩體感電子遊戲激活腦筋，齊齊守護腦健康。
地點：中心分處 費用：全免
對象：關注腦健的會員
名額：每組8人
負責職員：林先生
1組：參加者可於9月2日(三)「統一報名日」起報名。
2組：由社工邀請



男士腦力再拉伸

日期：9月28日(星期一)
時間：上午9:30-10:30
內容：一同透過集體遊戲，鬥智鬥力。
地點：中心禮堂
對象：欲維持認知能力之中心男士會員
(由社工邀請)
名額：10人
費用：全免
負責職員：林先生

香港認知障礙症患者人數



護老者支援服務

【負責社工：何先生】

護老月聚 本月主題： 中秋節燈籠工作坊

日期：9月19日(星期六)
時間：下午2:15-3:15
地點：中心禮堂
內容：以遊戲、分享、小禮物，讓護老者能互相支持。
對象：所有已登記或新登記之護老者
名額：15人 費用：全免



生命清泉：靜觀工作坊

日期：9月18日(星期五)
時間：9:30-11:00
地點：中心分處
內容：透過練習及分享，讓護老者可認識靜觀，作為緩減壓力的方法。
對象：所有已登記或新登記之護老者
名額：15人 費用：全免



復康用品借用

時間：中心開放時間
手續：借用復康用品人士，需親身到中心辦理借用手續，並繳交按金\$100。
每次可借用兩星期，按金會於歸還復康用品時退回！
對象：中心會員及已登記的護老者。
可借用之復康用品：輪椅，拐杖，助行架，四腳拐杖。



外展長者服務

【負責社工：林姑娘】

新友里聚會

日期：9月18日(星期五)
時間：上午10:00-11:00
內容：分享社區信息、以遊戲、互相分享近況。
對象：區內非會員獨居及雙老長者
地點：中心禮堂
名額：12人 費用：全免



友好計劃

日期及時間：9月彈性時間
內容：會員如發覺需要支援而未有適切服務之長者，可轉介給本中心。
對象：區內非會員獨居及雙老長者
*推薦人可獲禮物乙份以資鼓勵！



社區護老者支援服務 7-9 月份

中心為有需要的照顧者及其家人提供支援服務，讓照顧者得到及時喘息空間。

時間：辦公室時間內

①《護送》：護送中心或指定地點、陪診等
②《中心看顧》：在照顧者沒有其他人手看顧的情況下、或有需要處理私務等情況下，長者家人可短暫時間在中心看顧，期間按不同長者需要，由照顧員提供認知或運動練習。

③《家居看顧》：在照顧者沒有其他人手看顧的情況下、或需要處理私務等情況下，提供短暫的上門看顧服務，期間按長者需要，提供認知或運動練習。

④《義工探訪》：中心義工探訪及慰問其需要

對象：有需要護老者及其長者家人

*如有查詢及有需要，請與社工馮姑娘

聯絡及預約*

負責職員：馮姑娘、陽幹事 **服務全免**

「肌」會難逢 2.0

日期：9月8日(二)

時間：上午 11:00-中午 12:00

地點：中心禮堂

內容：承接肌少症講座，一同鍛煉「強化肌肉八式」運動，一同面對共同問題，舒展身心。

對象：已登記之有需要護老者會員

名額：10人 費用：全免

對象：已登記有需要護老者

護老哈哈慶中秋 中秋佳節

日期：9月22日(二)

時間：上午 11:00-中午 12:00

地點：中心禮堂

內容：透過中秋遊戲、唱遊與運動，一同慶祝中秋節，舒緩個人情緒。

對象：已登記之有需要護老者會員

名額：15人 費用：全免

對象：已登記有需要護老者



長者進修學院/課程

查詢可聯絡負責職員

為鼓勵長者持續進修之終生學習精神，造就長者達到與時並進，服務社會之果效，本會於2003年成立香港基督教新生會長者進修學院。並由2022年1月1日起，凡中心之會員自動成為長者進修學院的學員，如報讀有學分制的課程活動而出席率達八成者，可獲該課程所設之學分。有關計算學分的課程，可參閱以下課程一覽表！

繽紛色彩班

日期：7月7日至9月22日(二)
(約8堂)

時間：上午 9:15-10:15

內容：透過填色，讓參加者發揮創意，舒壓寬心。

地點：中心禮堂

對象：中心會員

名額：15人 學分：8分

費用：\$30

負責職員：陳幹事

粵曲班

日期：7月7日至9月22日(二)
(約8堂)

時間：下午 2:00-4:30

內容：學習粵劇的唱功技巧，了解戲曲文化

地點：中心禮堂

對象：中心會員(舊生優先)

名額：25人 學分：16分

費用：\$80 義務導師：葉瑞燕女士

負責職員：關姑娘

起「動」樂

日期：7月7日至9月1日(二)
(約10堂)

時間：下午 2:15-3:15

內容：一齊做拉筋及球類等運動。

地點：新田圍社區會堂

對象：中心會員

名額：20人 學分：8分

費用：\$20

負責職員：婉媚幹事

金曲唱歌學中文

日期：7月9日至9月10日(四)
(約8堂)

時間：上午 9:15-10:15

內容：透過懷舊金曲，學讀寫中文，培養唱歌興趣，擴闊社交圈子

地點：中心禮堂

對象：本中心會員(舊生優先)

名額：17人 學分：8分

費用：\$40 負責職員：婉媚幹事

書法班

日期：7月16日至9月10日(四)
(約8堂)

時間：上午 9:15-10:15

內容：學習基本楷書筆法、單字練習詩句等。

地點：中心分處(青草地)

對象：中心會員

名額：10人 學分：8分

費用：\$50 學費(需另購紙筆用品)

導師：張詠梅女士 負責職員：關姑娘

普通話班

日期：7月8日至9月23日(三)
(約8堂)

時間：上午 11:00-中午 12:00

內容：讓長者學習普通話日常用語，以及唱普通話歌曲。

地點：中心禮堂

對象：中心會員

名額：17人 學分：8分

費用：\$40 義務導師：周惠萍姑娘

負責職員：關姑娘

歡迎大家加入
義工行列！

義工服務

【負責社工：林先生】



義工組

日期：9月23日(星期三)

時間：下午 4:15-5:00

內容：信息交流，互相聯繫和報告中心最新資訊。

對象：長者義工 地點：中心禮堂

整「裝」義工隊

日期及時間：9月份彈性時間

(按中心需要)

內容：義工協助中心包裝通訊/禮物

長者進修學院/課程

查詢可聯絡負責職員

為鼓勵長者持續進修之終生學習精神，造就長者達到與時並進，服務社會之果效，本會於2003年成立香港基督教新生會長者進修學院。並由2022年1月1日起，凡中心之會員自動成為長者進修學院的學員，如報讀有學分制的課程活動而出席率達八成者，可獲該課程所設之學分。有關計算學分的課程，可參閱以下課程一覽表！

開心天地 日期：7月3日至9月25日(五) 時間：下午2:15-3:45 (學分：10分) 內容：詩歌、遊戲、分享學習靈性知識，聯誼分享。 地點：中心禮堂 對象：中心會員 費用：全免 負責職員：劉牧師	奇聲小組 日期：7月3日至9月25日(五) 時間：下午3:45-4:45 (學分：10分) 內容：學習詩歌，抒懷減壓及在聚會獻唱。 地點：中心禮堂 對象：中心會員 費用：全免 負責職員：劉牧師
新理程 日期：7月16日至9月10日(四) 時間：下午2:30-3:30 地點：中心分處(青草地) 內容：學習要理、培育靈性，聯誼分享。 對象：有興趣進一步認識人生要理人士。 費用：全免 報名查詢：劉牧師	奇樂小組 日期：7月4日至9月19日(六) 時間：下午3:00-5:00 地點：東莞工商總會張煌偉小學 內容：遊戲、詩歌、分享、手工、茶點等。 對象：長者會員(參加者願與青少年一同學習、協助導師進行活動) 費用：全免 負責職員：劉牧師 何牧師
讚美操班 日期：7月2日至9月17日(四)(約8堂) 時間：下午2:00-3:15(學分：8分) 地點：新田圍社區會堂 內容：透過練習讚美操，增強體能、提昇身心、社靈健康。 對象：中心會員 導師：陳秀清女士 費用：\$40 名額：20人 負責職員：關姑娘	逆齡慢慢操 日期：7月8日至9月30日(三)(約10堂) 時間：上午9:30-10:45 (學分：8分) 地點：新田圍社區會堂 內容：舒緩關節不適及肌腱痠緊，使筋肌鬆軟，增進血液循環，增加活動能力。 對象：中心會員 費用：\$40 導師：周惠萍姑娘 名額：20人 負責職員：媚幹事
認識冠心病(講座) 日期：9月21日(星期一) 時間：上午9:30-10:30 (學分：1分) 內容：冠心病的成因、徵狀、預防及處理方法，給予高危者輔導及建議以預防冠心病。 對象：中心會員、第三齡人士、外展長者 地點：中心禮堂 費用：全免 名額：40人 負責職員：林姑娘 統一報名日：9月2日(三) 講座由「衛生署沙田區長者健康外展隊伍」註冊護士/職員主講，謹致謝忱！	健康舞班 日期：7月7日至9月29日(二)(約8堂) 時間：下午2:00-4:00(學分：8分) 地點：新田圍社區會堂 會議室 內容：讓長者保持有運動習慣，並提供演出機會，提升自信心。 對象：中心會員 費用：\$40 導師：衛沛琮女士、傅秀珍女士 名額：12人 負責職員：關姑娘



香港基督教新生會新田圍堂長者鄰舍中心

地址：正堂--沙田新田圍邨豐園樓114-117號地下

分處--沙田新田圍邨康園樓6樓平台47號舖(青草地) 電話：2604 6524



社會福利署資助服務

Subsidised Service by the Social Welfare Department

休悅空間

本中心特設休悅空間
為55-59人士(第三齡)而設

- # 培養興趣與技能
- # 盡展所能祝福社群
- # 認識社區資訊
- # 策劃人生下半場



參加資格：55歲或以上人士

- 55-59歲：免費登記第三齡會員
優先即日起報名9月份活動
- 60歲或以上：必須為「中心會員」
活動前一個星期六起報名

非遺工作坊@新田圍

活動地點：本中心分處

9月5日 燒箔畫

早上10:00-11:30

收費：\$15 (原價：\$25)



9月12日 中秋燈籠

扭扭棒魚造型

早上10:00-12:00

收費：\$20 (原價\$25)

報名方法

- 途徑1：親臨中心正堂 報名、入會及繳費
- 途徑2：電話報名 (只限已登記第三齡會員)
- 途徑3：網上登記及報名 (55-59歲未入會人士)
- 報名成功後將收到 WhatsApp 確定短訊
請於活動前親臨中人正堂付款作實

如有查詢，可致電 26046524

聯絡負責社工關姑娘

未登記第三齡人士
網上登記及活動報名

第三齡會員還可參與
中心不同的活動或班組

詳情請掃描以下中心網頁
<通訊> 內標記



什麼是「預設醫療指示」？

「預設醫療指示」是指以書面作出的陳述，以便訂立者在精神上有能力作出決定時，在陳述中指明自己一旦無能力作決定時所拒絕的維持生命治療。

「預設醫療指示」(Advance Medical Directive) 的廣泛定義

「預設醫療指示」是一份法定文件，讓我們在神智清醒時，預先告知醫護人員在未來無法自主決定時，不進行維持生命的治療，例如心肺復甦或使用呼吸機，讓我們能有尊嚴地自然離世。



資料來源：
「家支援」(香港大學李嘉誠醫學院臨床腫瘤科)及
安心三寶(社企)

制定「預設醫療指示」

簽署

- 患者和兩名見證人

患者

- 年滿十八歲
- 精神上有自決能力
- 清晰闡述當生命末段不能自決時，在特定情況下拒絕維生治療

見證人

- 在遺產中沒有獲取權益
- 其中一位為香港註冊醫生

正本文件

- 患者和家屬保管
- 放於最當眼位置，方便家人/救護人員辨識

患者

兩名見證人

地址：沙田新田圍郵豐園樓 114-117 室地下
沙田新田圍郵康園樓 6 樓平台 47 號舖(分處)

網址：www.nlcchkstwnec.org

Facebook：www.facebook.com/nlcchkstwnec/
(歡迎讚好及追蹤中心的 Facebook 專頁)

開放時間：星期一至六 上午 9:00 至下午 6:00
(下午 1:00-2:00 午膳時間暫停開放)
星期日設有早、午堂崇拜
公眾假期休息

電話：2604-6524 傳真：2604-6136
3758-4114(分處)

電郵：stwnec@nlcchkstwnec.org
WhatsApp：5426-2172(只限中心發放訊息)
(不設回覆) (請將中心電話 5426-2172 加入
手機通訊錄以接收最新資訊)



WhatsApp



Facebook



中心網頁

讚賞/建議/意見欄

你們的意見，都是對中心服務改善的機會，請踴躍發表！亦歡迎對中心服務提出任何讚賞/建議，請填妥以下表格交回中心或致電 2604 6524 與我們聯絡，謝謝你！

填表人姓名：_____ 填表日期：_____

聯絡電話：_____

讚賞/建議/意見：_____

中心督導 何國添會牧

教牧同工 劉邦華牧師

中心同工 何笑琴牧師、林頌銘先生、
馮慧寶姑娘、何俊文先生、
伍樂遙姑娘、林才玲姑娘、
關潔玲姑娘、陽小慶幹事、
陳麗雯幹事、梁婉媚幹事、
蕭云英幹事



香港基督教新生會新田圍堂長者鄰舍中心

活動報名表

2026 年 9 月份

姓名：_____

會員編號：_____

報名須知

活動報名日期：2026 年 9 月 2 日 (星期三)

時間：上午 9:15-下午 12:30; 下午 2:00-5:00

地點：本中心禮堂

報名規則： 請出示有效的會員証、填妥此報名表及預備有關費用(如有)，於活動報名日上午 9 時 15 分至下午 12 時 30 分，親身到中心報名，按籌號輪候登記報名，如超過 5 個籌號則要重新輪候。先到先得，額滿即止。

** 若上午不便，請於活動報名日的下午 2 時開始，可以電話/親友代報名/親身等形式報名。 **

★ 為收費活動，以付款作實。

其他/特別服務/活動 有關報名時間請留意中心通訊、例會或 WhatsApp 公告群組資料個別宣傳。

~ 如有查詢，歡迎與中心職員聯絡 ~

請在報名欄下之空格 “✓” 選想參加之服務/活動。

報名	活動/服務名稱	日期	時間及地點	名額	費用	對象
中心例會						
☐	「樂活齡動新田圍」計劃分享會	9 月 9 日 (星期三)	下午 2:15-4:00 社區會堂 禮堂	200	免費	會員
☐	70 周年會慶同樂日	9 月 23 日 (星期三)	下午 2:15-4:00 社區會堂 禮堂	200	免費	會員

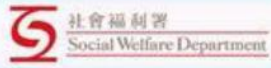
報名	活動/服務名稱	日期	時間及地點	名額	費用	對象
中心活動						
☐	7-9 月生日會★ 遊戲、茶點、小禮物 (*9 月 14 日場次滿額後，才開 9 月 17 日場次)	9 月 14 日 (星期一) 9 月 17 日 (星期四)	上午 11:00- 12:00 中心禮堂	每場 25	\$30	生日會員

☐	吾湯吾水★ (花膠、熟木瓜、雪耳、百合、蓮子、豬展湯)	9月16日 (星期三)	下午 2:30-3:00 中心禮堂	40	\$10	會員
☐	9月大電影 —— 縱橫四海	9月19日 (星期六)	上午 9:30-11:30 中心禮堂	40	免費	會員
☐	認識冠心病(講座)	9月21日 (星期一)	上午 9:30-10:30 中心禮堂	40	免費	會員
☐	治療流沙畫工作坊★	10月5日 (星期一)	上午 10:00-11:30 中心禮堂	12	\$15	會員
第三齡服務						
☐	非遺工作坊@新田圍 燒箔畫★原價 \$25	9月5日 (星期六)	上午 10:00-11:30 分處	8	\$15	第三齡人士/會員
☐	非遺工作坊@新田圍 中秋燈籠★原價 \$25 扭扭棒魚造型燈籠	9月12日 (星期六)	上午 10:00-12:00 分處	8	\$20	第三齡人士/會員

報名	活動/ 服務名稱	日期	時間及地點	名額	費用	對象
中心活動 < 抽籤 >						
☐	舞動拍子操	9月15、22、29日 (星期二, 3堂)	下午 2:00-4:00 社區會堂 禮堂	20	免費	會員
	抽籤	(9月9日截止登記, 9月10日公佈結果)				

報名	活動/ 服務名稱	日期	時間及地點	名額	費用	對象
認知障礙症服務 < 2個活動只可以 2選1 >						
☐	桌上遊樂	9月11日 (星期五)	上午 10:00-11:00 中心禮堂	10	免費	會員
☐	電玩天地	9月16日 (星期三)	上午 9:30-10:30 分處	8	免費	會員

合辦


社會福利署
Social Welfare Department


沙田區福利辦事處


政府資助計劃
Government programme

協辦


賽馬會口家
Jockey Club Ageing Home


elcss
長者社會服務處


50th


HKCSS


Cyberport
數碼港


沙田區
「地區服務及關愛隊伍 - 支援長者及照顧者計劃」

2026年
9月5日 星期六
下午 1:30 - 2:40* (下午 1:30 中心正堂集合)
一齊乘坐九巴 281**

近大圍港鐵站B出口
大圍圍方商場2/F中庭


活動詳情 一掃即知

健康沙田·
樂齡科技展

負責職員：婉媚幹事

時間	主題及內容	講者
14:00	<u>智建安全網：無感偵測與居家安老新體驗</u> 呼應「居家安老」政策，探討如何利用科技及輔助器材改造家居，減少意外同時保障私隱。	- 基督教香港信義會社會服務部代表 - 賽馬會「a家」樂齡科技教育及租賃服務代表 - 沙田關愛隊(翠田區)代表 - 參展商代表


智能健診區


智慧安居區


數碼樂活區


連環專題講座 下午2時起，每小時一場專家專題分享：


智建安全網


慢性病管理


守護記憶


科技撐您


長青無界

*下午 1:30 中心正堂集合，下午 2:40 於圍方商場自行解散

**參加者需自行支付乘坐九巴 281 之車費



會員姓名: _____

會員編號: _____

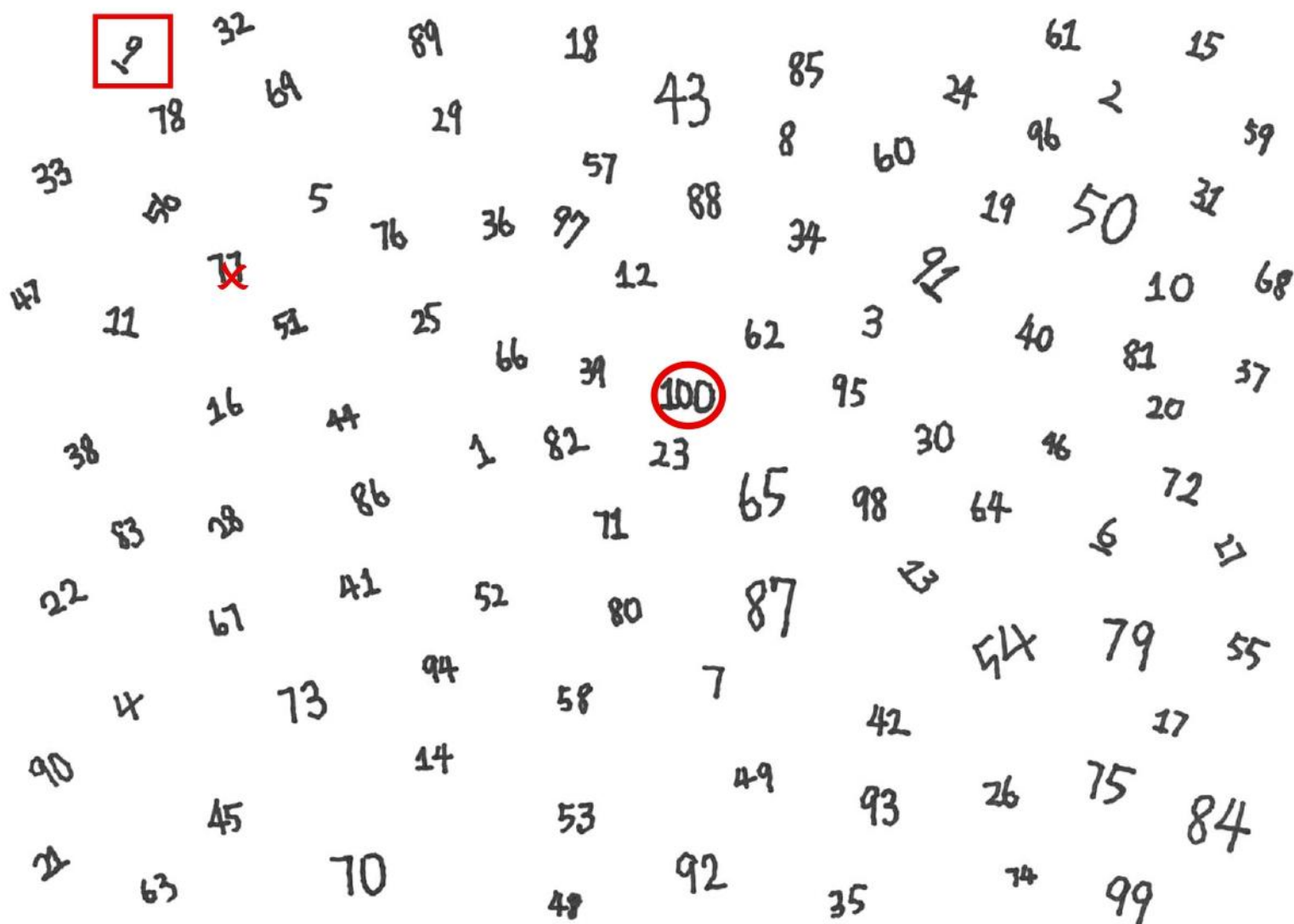


月份/年份: 9/2026 主題: 找數字

請於 9 月 10 日前交回中心接待處。答對正確答案的會員，將獲發小禮物。

物。

請大家在圖中按指示圈出/刪去相應的數字。



1. 請用圓圈(○)圈出以下數字: 8 23 33 56 64 (例如: 100)
2. 請用四方形(□)圈出所有 9 的倍數: 例如: 9
(提示: 總共有 11 個)
3. 請用 × 刪去有 7 的數字。例如: 77 (提示: 總共有 19 個)



會員姓名: _____

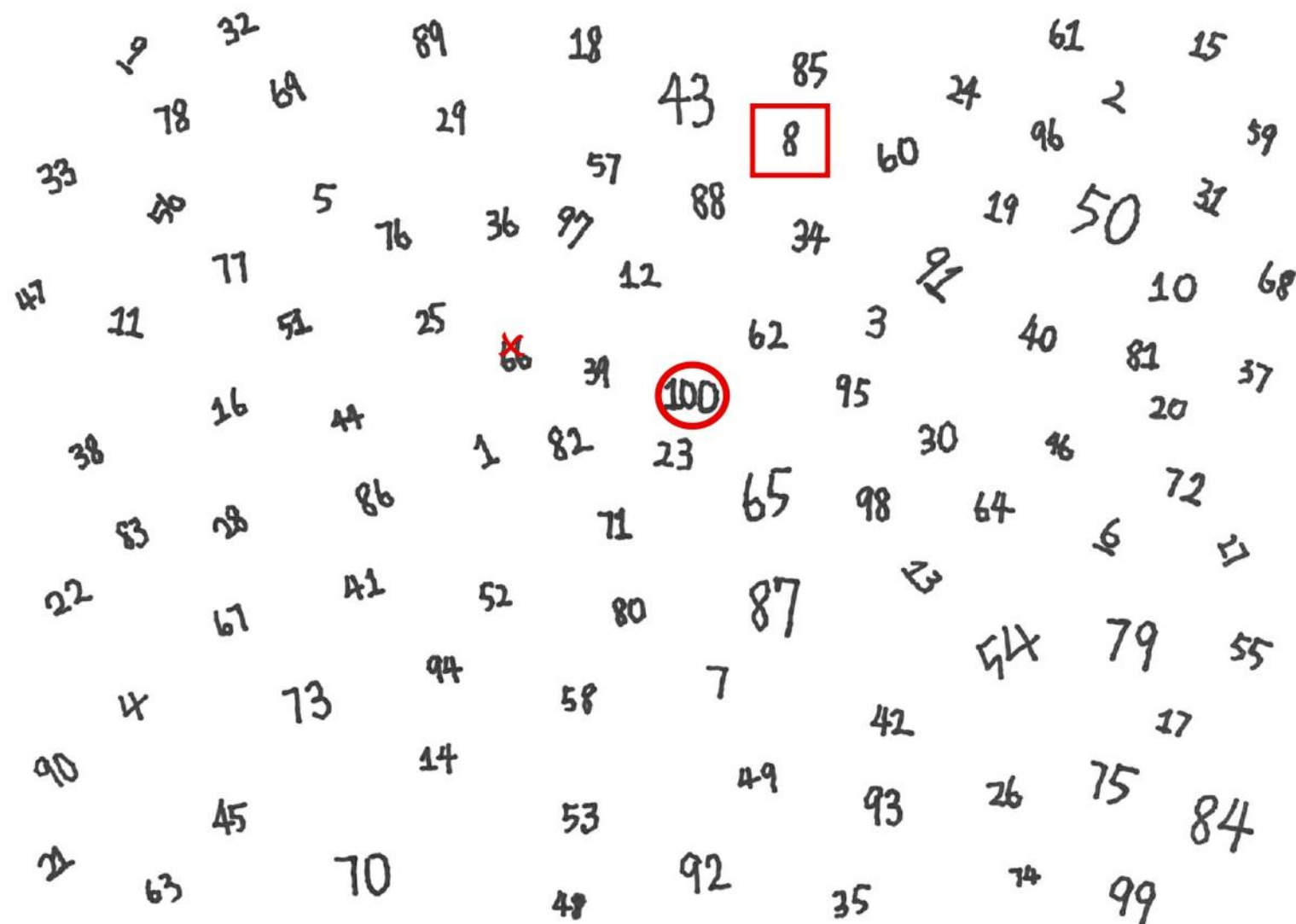
會員編號: _____



月份/年份: 9/2026 主題: 找數字

請於 9 月 10 日前交回中心接待處。答對正確答案的會員，將獲發小禮物。

請大家在圖中按指示圈出/刪去相應的數字。



1. 請用圓圈(○)圈出以下數字: 13 37 59 97 (例如: 100)
2. 請用四方形(□)圈出所有 8 的倍數: 例如: 8
(提示: 總共有 12 個)
3. 請用 × 刪去有 6 的數字。例如: 66 (提示: 總共有 19 個)