

2022年12月刊

印刷份數：300份 製作日期：2022/10

督印：陳麗儀 編輯：馬麗貞、甘光孝、張佩芳、劉翠娟、林惠美、甄靜瑤、梁穎兒、李康彥 排版：甄靜瑤
如對本刊或本中心有任何意見，歡迎把意見投入中心的意見箱。

中心消息

1. 護老·同行嘉許禮及嘉年華

由社區投資共享基金贊助的推行「柴灣友愛」鄰里護助計劃將於本月舉辦「護老·同行嘉許禮及嘉年華」，歡迎各位社區人士來臨參與體驗，活動詳情如下：

日期：2022/11/13 (日)

時間：下午 2:30 – 4:00

地點：中心市政大廈三樓

內容：1. 嘉許計劃協作夥伴 2. 有獎攤位遊戲 3. 分享護老者資訊

對象：社區人士

費用：免費

備註：1. 攤位券可於 2022/11/2 (三) 可到中心領取

2. 2022/11/2 (三) 下午 2 時正可到悅翠分處領取手縫八達通材料包，

完成後在嘉年華當日展示製成品可獲額外獎品(名額：50 名)



2. 敬老護老愛心券 2022

本會為響應「敬老護老愛心券 2022」籌款運動，向社會各界人士義賣每張港幣 \$ 20 的「愛心券」，籌募所得之收益將會撥為本會服務之經費，請各位多多支持，共襄善舉！

1) 愛心券認購計劃 - 歡迎各會友登記認購敬老護老愛心券，特設兩個獎項作鼓勵

滿 2 本 — 關愛社群獎(感謝狀一張) 滿 5 本 — 愛心無限獎(感謝狀一張)

領取日期：2022/10/31 (五) 上午 9:00 開始

交還日期：2022/11/18 (五) 或之前交還中心

2) 愛心券中心銷售計劃 -

歡迎各會友到接待處購買，多多益善！

銷售日期：2022/10/22 (六) 至 2022/11/27 (日)

主辦機構：敬老護老愛心會有限公司

查詢：劉姑娘



< 青年會服務使命 >

香港中華基督教青年會是全球基督教青年會運動的一員，又為一建基香港之基督教服務組織，本著「非以役人，乃役於人」之基督精神，聯合同道，推廣天國，致力倡導及培育青年肩負社會責任、關懷祖國、放眼世界；並通過多元化服務、全人發展、對弱群之承擔及推動從個人至社會修和；努力建設一個文明、有愛心的香港。

快訊站 - 安心出行「檢測登記碼」

政府宣佈由 11 月起，必須透過「安心出行」填寫個人資料，繼而生成專屬「檢測登記碼」，然後於每次檢測時即場掃描，才能免費進行核酸檢測。

願檢盡檢人士必須使用「檢測登記碼」方可接受免費檢測，相關人士需預先透過「安心出行」流動應用程式填寫個人資料，然後取得專屬「檢測登記碼」，供每次檢測時即場掃描。而相關人士只需填寫資料一次，日後接受核酸檢測時可重複使用同一個二維碼。

「安心出行」使用小貼士：
「檢測登記碼」



提醒您



如何登記？

1. 更新「安心出行」流動應用程式

首先將「安心出行」更新至最新 3.4.2 版本，然後點選「檢測登記碼」，按「同意」。

2. 填寫個人資料

包括身份證明文件類型和號碼、中英文姓名、出生日期、聯絡電話等。完成後按「確認」。



3. 獲取檢測登記碼

完成登記後，「安心出行」程式會自動生成檢測登記碼。



資料來源：政府資訊科技總監辦公室

活躍「耆」年活動

目的：透過參與多元化的活動，讓長者得以保持身心健康，從而提升他們的生活質素，及擴闊其社交圈子

1. 耆長愛心廚房

日期：2022年11月7日起，逢星期一至五，公眾假期除外

領取時段：中午 12:00 – 下午 12:30

地點：活動室三

內容：為減少浪費食物及支援區內有經濟困難之長者，以提供熱飯午餐

對象：年滿 65 歲或以上之獨居或兩老之長者；及

現正領取政府發放之綜援、高額長者生活津貼或傷殘津貼

餘額：6 名

費用：免費

備註：1. 登記需接受社工評估後方可使用服務，如該月服務時間無故缺席兩次，下月服務將會被除名，名額將由後備補上

2. 如遇惡劣天氣(紅雨、黑雨、三號強風信號或以上)，服務將會暫停

3. 活動與惜食堂合辦

注意事項：1. 食物款式隨機派發，不得選擇

2. 每次領取熱餐時，需自攜食物保溫袋或乾淨環保袋作盛載

3. 領取熱餐後，需於 1.5 小時內享用

4. 為確保食物質素，如未能全部食用完畢，必須棄掉剩餘食物，不可重覆翻熱食用

5. 享用熱餐後，須自行清洗環保飯盒，並於下次領取熱餐時交回；如未有清洗乾淨或未能交回飯盒，每個飯盒需賠償\$20

查詢：甘 SIR



2. 生命之旅

日期：2022/11/9,16,23,30 及 12/7,14 (三)

時間：下午 2:00 – 3:00

地點：活動室一

內容：通過懷舊遊戲及設計生命小冊子等，和長者回憶及整合人生，以提升其心靈健康

對象：長者會友

名額：6 名

費用：\$10

查詢：實習社工包 sir



3. 織出彩虹

日期：2022/11/9,16 (三)

時間：下午 3:00 – 4:30

地點：活動室一、二

內容：由義工導師教授編織頸巾，編織所得的頸巾會送贈予區內有需要長者

對象：長者會友

名額：20 名

費用：免費

查詢：馬姑娘



活躍「耆」年活動

目的：透過參與多元化的活動，讓長者得以保持身心健康，從而提升他們的生活質素，及擴闊其社交圈子

4. 鬆一「zoom」

日期	內容
2022/11/9 (三)	「斷捨離」乜東東?
2022/11/16 (三)	世界奇趣分享
2022/11/23 (三)	牙膏牙刷產品知多啲
2022/11/28 (一)	信不信由你
2022/11/30 (三)	體適能冷知識



時間：下午 2:00 – 2:30

形式：透過 Zoom 視像進行

對象：中心會友

名額：不限

費用：免費

備註：不用報名，邀請網址將透過 Whatsapp 廣播訊息發放



5. 樂齡女童軍

戶外活動

體感運動試驗	樂齡女童軍茶聚 2022	聖誕聚餐
日期：2022/11/10 (四) 時間：下午 1:15 – 5:00 地點：油麻地禮基大廈 內容：試玩體感運動遊戲	日期：2022/11/19 (六) 時間：下午 3:30 – 晚上 9:00 地點：九龍灣宏天廣場地下百樂門國際宴會廳 內容：出席樂齡女童軍茶聚，欣賞表演	日期：2022/12/8 (四) 時間：中午 12:00 – 1:30 地點：環翠商場金都酒樓 內容：與中心手語歌小組組員一同歡度聖誕

集會活動

日期：2022/11/24 (四)

時間：下午 2:30 – 4:00

地點：活動室一、二

內容：女童軍集會

對象：樂齡女童軍隊員

費用：\$10 (月費)

備註：1. 須穿著整齊戶外制服 2. 歡迎 55 歲或以上女性會友

查詢：甄姑娘



活躍「耆」年活動

目的：透過參與多元化的活動，讓長者得以保持身心健康，從而提升他們的生活質素，及擴闊其社交圈子

6.青頤樂聚

日期：2022/11/10 (四)

時間：下午 1:30 – 2:30

地點：活動室一、二、三

內容：與國際學校學生齊玩集體遊戲

對象：長者會友

名額：28 名

費用：\$10

備註：1.活動會隨機分組
2.活動與本會康怡會所及德思齊加拿大國際學校合辦

查詢：甄姑娘



7.樂在「耆」中長青共聚日

日期：A 組：2022/11/19 (六) 或

B 組：2022/11/26 (六)

時間：下午 2:30 – 4:30

地點：活動室一、二、三

內容：1.齊玩集體遊戲
2.捲紙畫製作

對象：長者會友

名額：每組 15 名

費用：\$10

備註：1.只需參與其中一日
2.活動與本會大學青年會(香港中文大學)合辦

查詢：甘 SIR



8.器械健體教室-氣動式綜合復康器械

日期：2022/11/18,25 (五)

時間：A 班：下午 3:00 – 4:00 ;

B 班：下午 4:00 – 5:00

地點：健體閣

內容：簡介中心健身器械之正確及安全使用方法

對象：會友

名額：每班 8 名

費用：\$10

備註：1.參加者需穿著輕便衣服及運動鞋
2.課程安排器械使用評估，並會發放器械使用証

鳴謝：戴麟趾爵士康樂基金、半島南扶輪

社及台北城東扶輪社贊助購買運動器材

查詢：甘 SIR



活躍「耆」年活動

目的：透過參與多元化的活動，讓長者得以保持身心健康，從而提升他們的生活質素，及擴闊其社交圈子

9. 柴長聖誕佈置小隊(義工招募)

日期：2022/11/24 及 2023/1/5 (四)

時間：下午 2:15 – 4:30

地點：本中心

內容：與職員進行中心聖誕佈置及拆除佈置物品

對象：會友

名額：6 名

費用：免費

備註：參加者需穿著輕便衣服及鞋履以進行佈置工作

查詢：張姑娘



10. 樂悠咭登記站

日期：	2022/11/29 (二)	2022/12/20 (二)
對象：	未來 3 個月內年滿 60 歲 或 1951 至 1956 年出生長者會友	未來 3 個月內年滿 60 歲 或 1950 至 1956 年出生長者會友

時間：上午 10:30 – 11:30 (每半小時一個時段)

地點：活動室三

內容：協助合資格的長者登記樂悠咭，參加者需備有身份證、地址及白色或純淺色背景之彩色個人證件相片(硬照或手機內電子本階可)

名額：每時段 8 名

費用：免費

查詢：甄姑娘



11. 躍動康健-健體閣特別版 12/2022

日期：2022/12/5,12,19 (一)

時間：上午 9:00 – 中午 12:00 及 下午 2:00 – 5:00 (分 6 個時段，每時段 1 小時)

地點：健體閣

- 內容：
1. 健體閣器械使用
 2. 每人可選擇其中一個時段
 3. 每項器械可使用 15 分鐘

對象：躍動康健獎勵計劃舊生

名額：24 名 (每時段 4 名)

費用：\$30

備註：計劃與半島南扶輪社及台北城東扶輪社合辦

查詢：甘 SIR



活躍「耆」年活動

目的：透過參與多元化的活動，讓長者得以保持身心健康，從而提升他們的生活質素，及擴闊其社交圈子

12. 專注力訓練站

日期：2022/12/7 (三)

時間：下午 3:00 – 4:30

地點：活動室一

內容：與長者進行增強專注力的遊戲和訓練

對象：長者會友

名額：8 名

費用：免費

查詢：林姑娘



13. 迎新活動

	A 柴長歡迎你 12/2022	B 護老迎新會
日期：	2022/12/14 (三)	
時間：	下午 2:30 – 3:15	下午 3:15 – 4:00
地點：	活動室一、二，如受疫情影響則透過 Zoom 視像進行	
內容：	介紹中心服務及日常運作	簡介護老者服務

對象：2022 年 7 - 12 月新入會會友

餘額：11 名 (上月已報名者不用再報名)

費用：免費

備註：參加者可獲迎新小禮物乙份

查詢：劉姑娘及張姑娘



14. 聖誕手工製作

日期：2022/12/15 (四)

時間：下午 2:00 – 3:30

地點：活動室一

內容：製作兩款聖誕裝飾

對象：長者會友

名額：8 名

費用：\$20

查詢：林姑娘



活躍「耆」年活動

目的：透過參與多元化的活動，讓長者得以保持身心健康，從而提升他們的生活質素，及擴闊其社交圈子

15. 多元文化互動日

日期：2022/12/23 (五)

時間：上午 9:45 – 11:30

地點：柴灣伊斯蘭脫維善紀念中學

內容：與非華裔學生齊玩聯歡遊戲，
接觸多元文化

對象：長者會友

名額：20 名

費用：\$5

備註：1. 當日上午 9:45，於柴灣體育館門外集合，隨後步行前往活動場地

2. 進入校園須使用「安心出行」及符合「疫苗通行證」的要求

3. 與本會柴灣會所及伊斯蘭脫維善紀念中學合作

查詢：甄姑娘



16. 「鄰里顯耆情」獨居長者互助計劃

日期：2022/12/28 (三)

時間：時段一 下午 2:30 – 3:15

時段二 下午 3:35 – 4:30

地點：活動室一、二

內容：為獨居及兩老家庭提供最新社區資訊

對象：只限居住於樂軒台、環翠邨、悅翠苑、茵翠苑、戲院大廈、仁樂大廈、
建業大廈、富城閣、富安閣、富明閣、雅麗閣、雅景閣、新德樓、
柴灣邨、連翠邨之獨居及兩老長者參與

名額：30 名 (每時段 15 名)

費用：免費

備註：由香港耆康老人福利會柴灣地區中心主辦主講

查詢：甘 SIR



「腦」友記支援活動

目的：舉辦不同類型的活動，以支援認知障礙症患者及其護老者，以提供適切的支援服務

17. 智醒腦友記

(2022年12月-2023年1月)

日期：2022/12/5,12 及 2023/1/9,16 (一)

時間：下午 2:30 – 3:30

地點：活動室一

內容：運用懷舊元素為長者提升心理及社交健康

對象：經中心評估為輕度或初期認知障礙症長者會友

名額：12 名

費用：\$20

查詢：馬姑娘



18. 健腦手指操

(2022年12月-2023年1月)

日期：2022/12/5,12 及 2023/1/9,16 (一)

時間：下午 3:30 – 4:30

地點：活動室一

內容：通過四肢及眼睛協調等動作，可訓練腦部，提升專注力及記性，延緩大腦衰老

對象：經中心評估為輕度或初期認知障礙症長者會友

名額：8 名

費用：\$20

查詢：馬姑娘



19. 健腦智多星 (12月)

日期：2022/12/6 (二) 至 12/9 (五)

時間：12/6 (二)，上午 10:30 開始發放

形式：透過 WhatsApp 廣播訊息發放或到中心領取工作紙

內容：回答有獎問題，日常多動腦筋，有助保持良好的認知能力

對象：懷疑或確診患有認知障礙症的會友

名額：20 名

費用：免費

備註：1. 參與的參加者回答後會收到

WhatsApp 回覆

2. 答中問題可獲精美禮物一份

3. 領獎日期為 2022/12/12-19 辦公

時間內，逾時作放棄論

查詢：馬姑娘



20. 認知能力評估

日期：2022/12/12 (一)

時間：上午 9:00 – 10:00 (每 15 分鐘 1 名)

形式：活動室一或電話評估

內容：假如你發覺家人的認知及記憶狀態有所退步，但不清楚那是正常老化或是腦退化症的先兆，可以到中心預約就家人的情況作出初步的評估

對象：長者會友

名額：4 名

費用：免費

備註：敬請先行致電負責職員，

以便預約時間進行評估

查詢：馬姑娘



護老支援活動

目的：舉辦不同類型的活動，以減輕護老者的壓力，並提供適切的支援服務

21. 快樂耆聲合唱團

日期：2022/11/7,14,21、12/5,12 及
2023/1/16 (一)

時間：上午 11:00 – 中午 12:00

地點：活動室一、二

內容：以合唱形式演唱時代金曲，定期為區內的體弱長者帶來歡樂

對象：護老者 12 名；長者會友 4 名

名額：16 名

費用：\$20

查詢：馬麗貞



22. 網絡數據卡登記及派發

日期：2022/11/14 (一)

時間：下午 3:30 – 4:30 (每半小時 25 人，按預約時間領取及簽收)

地點：活動室三

內容：登記領取一張 350GB 網絡數據卡 (不含通話分鐘、信息功能)

對象：持有效會籍及已登記護老者名單之護老者會友

餘額：44 名

費用：免費

備註：1.參加者須自行處理登記啟動數據卡，本中心不設提供相關的支援服務
2.數據卡須於 2024/12/31 或之前啟動，啟動後為期一年使用
3.由新世界發展有限公司捐贈

查詢：張姑娘



23. 開心唱家班

(2022 年 12 月-2023 年 1 月)

日期：2022/12/5,12 及 2023/1/16 (一)

時間：上午 10:00 – 11:00

地點：活動室一

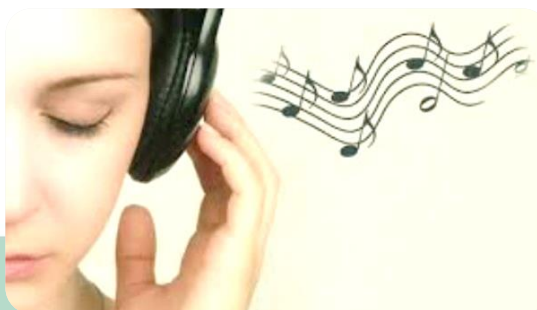
內容：用聲訓練及唱歌呼吸方法，透過練習或時代金曲，舒解壓力

對象：護老者或長者會友

名額：護老者 8 名；長者會友 4 名

費用：免費

查詢：馬姑娘



24. 港燈暖暖冬至倍溫馨

日期：2022/12/21 (三)

時間：下午 2:30 – 4:30

地點：活動室一

內容：為個案護老者家庭在冬至前值派發燒味，獻上關懷

對象：未曾受惠於 6/29 (三)「愛心速遞 2022」、9/5 (一)「港燈愛心賀中秋派發」燒味活動之個案護老者家庭

名額：50 名

費用：免費

備註：1.毋須報名或登記，經核對及電腦抽籤後，將會個別電話通知及確認
2.以家庭為單位派發
3.由港燈社福機構餐飲資助計劃贊助

查詢：張姑娘

護老支援活動

目的：舉辦不同類型的活動，以減輕護老者的壓力，並提供適切的支援服務

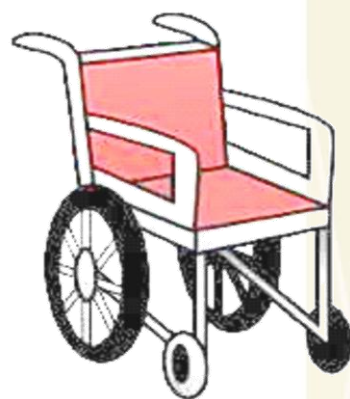
優惠天地

	 25.倍力康及倍速定	 26.加營素及怡保康
日期	2022/11/21 (一)	2022/12/19 (一)
時間	上午 10:00 – 中午 12:00	上午 9:00 – 下午 3:30
地點	活動室一	活動室一至三
內容	安排已成功訂購會友於指定時段到本中心領取奶粉	安排已登記會友於指定時段到本中心購買奶粉，每半小時 30 個名額
對象	會友	會友
費用	倍力康營養粉 500 克 \$76 倍力康 2 千卡 200ml \$486 (1 箱 24 支) 倍速定 200ml \$486 (1 箱 24 支) 果之保 200ml \$450 (1 箱 24 支)	加營素 900 克 \$173 低糖加營素 850 克 \$178 怡保康 850 克 \$215.5 活力加營素 850 克 \$215
備註	費森尤斯卡比藥廠派員主理	美國雅培製藥有限公司派員主理
	買奶粉當日必須出示有效會員證及預約紙	

27.護老資源閣服務

(一) 租借復康器材收費表

	復康器材	按金	每星期租金
1	拐杖、腳叉、圍架	\$30	\$10
2	輪椅	\$200	\$20



(二) 租借復康器材守則

對象：必須為本中心會員或護老者會員

備註：1.一般情況下，每季可借六個星期，若沒有其他會友輪侯借用，

則可再借用多兩星期

2.收費以最少一星期計算，最多以兩星期為限

3.所有租用物品必須先付按金。交還物品時須帶備「借用/租用物品登記表」作退回按金之用，交還物品經檢收無缺，按金會發還租用人

4.所有物品已於借用前檢查妥當，並懂得正確之使用方法，如有任何損毀或遺失，借用人須照價賠償

5.所有借用物品均須準時交還本中心，若逾期歸還，收費以最少一星期計算

6.若借用人經常不依期歸還借用物品，中心有權終止借用人日後借用物品的權利

潛能發展課程 – 青頤聯盟(Aging Alliance)

目的：透過邀請專業導師，以專項專教方式，鼓勵金齡人士「持續學習」、尋找新挑戰、培養新興興趣及結識新朋友，以適應人生下半場，從而使身、心、靈的轉變，達致更豐盛人生

28.健體活力操

日期：2022/11/30 (三)

時間：上午 11:00 – 中午 12:00

地點：活動室一、二

內容：跟著輕快音樂作坐式徒手舞動體操，進行有氧運動，讓長者訓練四肢協調及肌力

對象：長者會友

名額：15 名

費用：\$20

查詢：甄姑娘



29.舞動真我

日期：2022/12/2,9,16,23 (五)

時間：上午 10:00 – 11:00

地點：活動室一、二

內容：以本地或韓國流行曲，讓長者學習跳舞，培養及發展長者的舞蹈潛能、訓練四肢平衡，突破個人界限，舞出真我個性

對象：長者會友

名額：15 名

費用：\$200

備註：由豐富舞蹈教學經驗導師負責

查詢：劉姑娘



悅翠分處 - 活躍「耆」年活動

29. 魔幻耆承同樂日

日期：2022/12/3 (六)

時間：下午 2:30 - 3:30

地點：悅翠分處活動室一、二

內容：1. 齊玩集體遊戲
2. 長者及青年近身魔術示範

對象：長者會友

名額：15 名

費用：\$10

備註：活動與香港青年協會杏花邨青年空間合辦

查詢：甘 SIR、張姑娘



30. 椅上橡筋操

日期：2022/12/6,13,20 (二) 及
2023/1/3,10,17,31 (二)

時間：下午 2:30 - 3:30

地點：悅翠分處活動室一

內容：坐在椅上利用橡筋帶鍛鍊肌力運動

對象：長者會友

名額：10 名

費用：\$70

查詢：強 SIR



31. 鼓樂傳晴(2022 年 12 月-2023 年 1 月)

日期：2022/12/2,9 及

2023/1/6,13,20 (五)

時間：下午 2:00 - 3:00 (A 班舊生)

下午 3:00 - 4:00 (B 班新生)

地點：悅翠分處活動室一、二

內容：透過手鼓進行輕鬆遊戲，健體強身

對象：護老者或長者會友

名額：A 班 8 名；B 班 8 名

費用：\$50

查詢：馬姑娘



悅翠分處 - 活躍「耆」年活動

32. 支援有需要護老者服務

日期：2022/12/6,13,20 (二)

2023/1/3,10,17,31 (二)

時間：時段一：下午 1:00-3:00

時段二：下午 3:00-5:00

地點：悅翠分處活動室一

內容：為區內缺乏自我照顧能力的長者，
提供日間暫託服務，減輕有需要照顧者的壓力

對象：長者會友

名額：每時段 2 名

費用：免費

備註：活動需由照顧者會員申請評估，
才可使用服務

查詢：馬姑娘



33. 全自動沐浴機服務

香港居住環境狹窄，照顧者要照顧好家中行動不便的長者，並不是件易事。
全自動沐浴機就是讓自理能力衰退的長者，可以自理沐浴，無需依賴他人協助，
保障其私隱及尊嚴

日期：2022/10-12 月

時間：中心開放時間

地點：悅翠分處洗手間

內容：利用全自動沐浴機沐浴

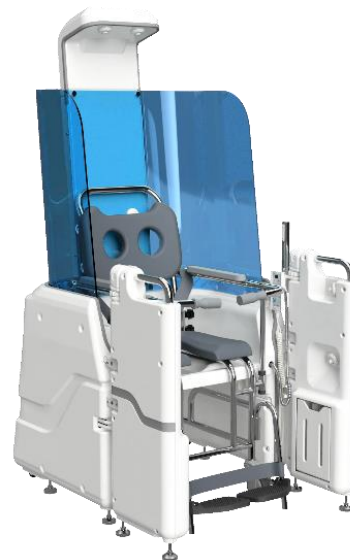
對象：有需要長者會友

名額：每日 4 名

費用：每次\$90

備註：有興趣者請先登記留名

查詢：劉姑娘及林姑娘



社區投資共享基金 - 「柴灣友愛」鄰里護助計劃

活動	日期	時間	地點	名額
34.初級手機攝影班 (社區攝影初班)	11/10,24 (四)	下午 2:30 - 3:30	悅翠分處 活動室一、二	10 名
35.水苔球種植減壓班	11/24 (四)	下午 3:30 - 5:00	悅翠分處 活動室一、二	10 名
36.大笑瑜珈 A	1/3,10,17,31 (二)	上午 11:00 - 中午 12:00	悅翠分處 活動室一、二	13 名
37.大笑瑜珈 B	1/3,10,17,31 (二)	下午 1:30 - 2:30	悅翠分處 活動室一、二	13 名

對象：長者或護老者

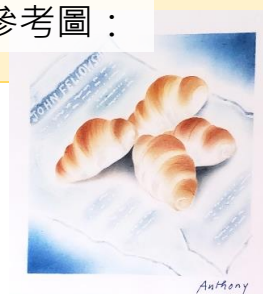
活動	日期	時間	地點	名額
38.粉彩深造班 (進階班)	11/10,17 及 12/1,15,29 (四)	上午 10:00 - 中午 12:00	悅翠分處 活動室一、二	10 名

對象：已參加初階班的長者或護老者

39.粉彩舒壓班 (初班)	11/17 及 12/1,15,29 (四)	下午 2:00 - 4:00	悅翠分處 活動室一、二	10 名
------------------	---------------------------	----------------	----------------	------

對象：從未學過粉彩畫的長者或護老者優先

粉彩參考圖：



義工招募	內容	名額
40.健康大使	接受專業培訓，學習長者身體及認知退化的知識，參與及協助「健康資訊站」、「開心舞蹈團」活動	10 名
41.護老大使	於「護老者休息站」活動當中，陪伴體弱長者進行活動，讓護老者可以參與中心的活動	10 名
42.關懷大使	由社工帶領，定期在中心當值，為社區人士及照顧者解答有關社區資源等查詢	10 名

對象：長者或護老者

報名方法及查詢：2022/11/2 (三)，下午 2:30 開始可致電悅翠分處 2556 8800，
以電話先到先得方式登記報名

備註：由民政及青年事務局社區投資共享基金資助

查詢：梁姑娘、李 SIR

中心活動花絮

腦力小跳豆



流體藝術工作坊



如會友對本期通訊活動有興趣，可按以下程序報名：

2022/11/2 (三) · 下午 2:30 開始可致電 2898 0752，以電話先到先得方式登記報名

下期例會：

2022/12/7 (三) · 上午 10:30 設網上 YouTube 例會視頻，

通訊經 WhatsApp 廣播信息發放及張貼於中心門外壁報板上



香港中華基督教青年會

柴灣長者鄰舍中心

柴灣長者鄰舍中心

地址：香港柴灣道 338 號柴灣市政大廈 3 樓

電話：2898 0752 傳真：2898 0754

電郵：cwsce@ymca.org.hk

開放時間：星期一至五 (8:30am-5:00pm)

星期六 (8:30am-1:00pm 及 2:00am-5:00pm)

星期日及公眾假期休息

悅翠分處

地址：香港柴灣茵翠街 9 號悅翠苑 B 翼地下

電話：2556 8800

開放時間：星期二、三、五 (9:00am-5:00pm) 星期四 (9:00am-1:00pm)

星期一、六、日及公眾假期休息