



地址：九龍土瓜灣馬頭涌道 50 號 3 樓

電話：2768 8902

電郵地址：hltkw@hongling.org.hk

中心網址：http://www.hongling.org.hk

(5月 - 6月) 2021年5月出版

開放時間：星期一至五

星期六

中心主任：高德從

上午9時至下午5時

上午9時至下午1時

福利工作人員：曾向健

午膳時間：下午1時至2時

(星期日及公眾假期休息)

活動幹事：司徒曉茵 兼職事務助理：廖招娣

雙月刊  
印製 400 份

2021-22 | 政府財政預算案



## \$5,000 電子消費券

### 政府透露最快於 2021年暑假開始接受登記



#### 如何申請? (2021年4月27日更新)

據立法會資料草案顯示，登記人只須提供基本個人資料，包括姓名、身份證/豁免登記證明書號碼及簽發日期、可收取電話短訊的本地流動電話號碼，並選定收取消費券的儲值支付工具等資料。除了網上中央登記系統外，合資格人士也可填寫書面登記表格，連同身份證副本於指定地點遞交。



#### 透過電子支付平台使用消費券?

儲值支付工具包括支付寶香港、八達通、Tap & Go 拍住賞及 WeChat Pay HK，政府將會適時公布細節詳情。



#### 甚麼商戶可以使用 \$5,000 電子消費券?

統合網上資料，財政預算案推出的消費券旨在提振本港消費市場，估計廣泛覆蓋本地有安裝指明儲值支付工具的商業機構，相信包括本地食店、街市檔販、本地網購平台。



電子消費券是不能用於海外商戶、無商業登記的網店、繳交水、電費或稅項等用途。

#### 八達通儲值限額至\$3,000?

八達通已為消費券作好準備，由4月29日起，市民可在交通補貼領取站、八達通服務站、八達通 App 或指定零售點拍卡，八達通儲值限額將自動提升至 3000 元。

# 活動推介

## 「工聯會康齡服務社」全港賣旗日 2021年7月31日(星期六)

(獲社會福利署批准公開籌款許可)

工聯會康齡服務社自1994年成立以來，在沒有政府常規資助下，自資開辦兩間長者活動中心「土瓜灣中心」和「翠屏中心」，致力提供適切及多元化活動和服務以滿足長者需要，使長者能夠「老有所為」、「老有所學」、「老有所樂」，更積極推動全港地區團體舉辦長者服務。本社得以繼續發展，實有賴各界、社區人士、會員及義工們的支持，現呼籲各位慷慨捐款，共襄善舉！同時，誠請各位成為賣旗義工，協助本社賣旗日，令更多長者得益受惠。

### 惡劣天氣指引

適逢春夏季節，請大家留意惡劣天氣指引。當遇颱風或暴雨時，本中心會作以下安排：

天氣情況 中心服務	黃色暴雨警告	紅色暴雨警告	黑色暴雨警告(9時前懸掛)	黑色暴雨警告(9時後懸掛)	一號風球	三號風球	八號或以上風球
中心開放	✓	✓	✗	✓	✓	✓	✗
興趣班組	✓	✗	✗	✗	✓	✗	✗
小組活動	✓	✗	✗	✗	✓	✗	✗
戶外活動	☎	✗	✗	✗	☎	✗	✗

✓: 表示中心開放及活動如期舉行 ✗: 表示取消班組或活動。

☎: 表示視乎情況而定，請致電 2768 8902 向中心查詢。

備註：

1. 天文台懸掛三號風球及/或紅色暴雨時，中心維持開放。
2. 天文台懸掛八號風球及/或黑色暴雨時，中心暫停開放。
3. 當天文台除下八號風球及/或黑色暴雨警告，中心於2小時內回復正常運作。
4. 如下午1時天文台仍然懸掛八號或以上風球，中心下午將暫停開放。
5. 各項活動及興趣班組舉行前2小時仍懸掛紅色暴雨或黑色暴雨；三號風球或八號風球時，活動及興趣小組將會取消。
6. 如室內活動及室內的興趣班進行中懸掛三號風球及/或黑色暴雨時，活動將繼續進行直至活動完結，而下一節之活動將會取消。
7. 如戶外活動進行中懸掛黑色暴雨時，中心職員將會安排活動參加者前往安全地方暫避，直至黑色暴雨除下。



**工聯會康齡土瓜灣中心**  
**興趣班組**  
**課程均為 10 堂**

課程名稱	開課日期	上課時間	收費 (會員/非會員)
民族舞	4月12日(星期一)	上午 9:30-10:45	\$145/\$155
書法中班	4月12日(星期一)	上午 9:30-10:30	\$175/\$185
水墨畫 A 班	4月12日(星期一)	上午 10:45-12:15	\$225/\$235
新編舞班	4月12日(星期一)	上午 11:00-12:15	\$145/\$155
徒手健身操 A 班	4月12日(星期一)	下午 2:00-3:15	\$155/\$165
中醫養生實用課程	4月12日(星期一)	下午 2:15-3:30	\$150/\$160
長者瑜珈班	4月13日(星期二)	上午 9:30-11:00	\$210/\$220
英文初班	4月13日(星期二)	上午 10:30-11:30	\$105/\$115
楊式太極扇班	4月13日(星期二)	上午 11:15-12:15	\$110/\$120
輕鬆學英語	4月13日(星期二)	上午 11:45-12:45	\$165/\$175
社交舞 A 班	4月13日(星期二)	下午 2:05-3:20	\$165/\$175
社交舞 B 班	4月13日(星期二)	下午 3:30-4:45	\$165/\$175
排排舞班	4月7日(星期三)	上午 9:00-10:15	\$110/\$120
吳家太極 A 班	4月7日(星期三)	上午 10:30-12:00	\$100/\$110
徒手健身操 B 班	4月7日(星期三)	下午 2:00-3:15	\$155/\$165
時代曲 A 班	4月8日(星期四)	上午 9:30-10:45	\$170/\$180
水墨畫 B 班	4月8日(星期四)	上午 9:30-11:00	\$225/\$235
時代曲 B 班	4月8日(星期四)	上午 11:00-12:15	\$170/\$180
書法基礎班	4月8日(星期四)	上午 11:15-12:15	\$165/\$175
網上手機班(網上課程)	4月8日(星期四)	下午 2:00-3:00	\$150/\$160
健體拉闊橡筋操	4月8日(星期四)	下午 2:15-3:15	\$220/\$230
網上手機 B 班 (網上課程)	4月8日(星期四)	下午 3:15-4:15	\$150/\$160
吳家太極 B 班	4月9日(星期五)	上午 9:30-11:00	\$100/\$110
長者伸展健康操	4月9日(星期五)	上午 11:15-12:30	\$175/\$185
暢談普通話	4月9日(星期五)	上午 11:30-12:30	\$145/\$155
粵曲班	4月9日(星期五)	下午 2:15-4:15	\$270/\$280

備註：

(1)請各會員報名時出示有效的會員証正本(有效期至 2022 年 3 月)。

(2)如會員証上之有效日期非為 2022 年 3 月，即為非會員。

(3)如有任何人士對中心報名日有任何意見或爭議，工聯會康齡土瓜灣中心保留最終解釋權及決定權。



5 月份興趣班組/活動一覽表

星期日	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六
<p><b>活動/班組如有任何更改，以中心通告及海報為準，敬請各活動/班組參加者留意。</b></p> 						<p>1(二十) <b>勞動節</b> (公眾假期)</p>
2(廿一)	3(廿二) 9:30 民族舞(4) 9:30 書法中班(4) 10:45 水墨畫 A 班(4) 11:00 新編舞班(4) 2:00 徒手健身操 A 班(4)	4(廿三) 9:30 長者瑜珈班(4) 10:30 英文初班(4) 11:15 楊式太極扇班(4) 11:45 輕鬆學英語(4) 2:05 社交舞 A 班(4) 3:30 社交舞 B 班(4)	5(立夏) 9:00 排排舞班(5) 10:30 吳家太極 A 班(5) 2:00 徒手健身操 B 班(5)	6(廿五) 9:30 時代曲 A 班(5) 9:30 水墨畫 B 班(5) 11:00 時代曲 B 班(5) 11:15 書法基礎班(5) 2:15 健體拉闊橡筋操(5) 2:00 網上手機 A 班(5) 3:15 網上手機 B 班(5)	7(廿六) 9:30 吳家太極 B 班(5) 11:15 長者伸展健康操班(5) 11:30 暢談普通話(5) 2:15 粵曲班(5)	8(廿七) 
9(廿八) 	10(廿九) 9:30 民族舞(5) 9:30 書法中班(5) 10:45 水墨畫 A 班(5) 11:00 新編舞班(5) 2:00 徒手健身操 A 班(5)	11(三十) 9:30 長者瑜珈班(5) 10:30 英文初班(5) 11:15 楊式太極扇班(5) 11:45 輕鬆學英語(5) 2:05 社交舞 A 班(5) 3:30 社交舞 B 班(5)	12(四月) 9:00 排排舞班(6) 10:30 吳家太極 A 班(6) 2:00 徒手健身操 B 班(6)	13(初二) 9:30 時代曲 A 班(6) 9:30 水墨畫 B 班(6) 11:00 時代曲 B 班(6) 11:15 書法基礎班(6) 2:15 健體拉闊橡筋操(6) 2:00 網上手機 A 班(6) 3:15 網上手機 B 班(6)	14(初三) 9:30 吳家太極 B 班(6) 11:15 長者伸展健康操班(6) 11:30 暢談普通話(6) 2:15 粵曲班(6)	15(初四)
16(初五)	17(初六) 9:30 民族舞(6) 9:30 書法中班(6) 10:45 水墨畫 A 班(6) 11:00 新編舞班(6) 2:00 徒手健身操 A 班(6)	18(初七) 9:30 長者瑜珈班(6) 10:30 英文初班(6) 11:15 楊式太極扇班(6) 11:45 輕鬆學英語(6) 2:05 社交舞 A 班(6) 3:30 社交舞 B 班(6)	19(初八) <b>佛誕</b> (公眾假期) 	20(初九) 9:30 時代曲 A 班(7) 9:30 水墨畫 B 班(7) 11:00 時代曲 B 班(7) 11:15 書法基礎班(7) 2:15 健體拉闊橡筋操(7) 2:00 網上手機 A 班(7) 3:15 網上手機 B 班(7)	21(小滿) 9:30 吳家太極 B 班(7) 11:15 長者伸展健康操班(7) 11:30 暢談普通話(7) 2:15 粵曲班(7)	22(十一) 
23(十二)	24(十三) 9:30 民族舞(7) 9:30 書法中班(7) 10:45 水墨畫 A 班(7) 11:00 新編舞班(7) 2:00 徒手健身操 A 班(7)	25(十四) 9:30 長者瑜珈班(7) 10:30 英文初班(7) 11:15 楊式太極扇班(7) 11:45 輕鬆學英語(7) 2:05 社交舞 A 班(7) 3:30 社交舞 B 班(7)	26(十五) 9:00 排排舞班(7) 10:30 吳家太極 A 班(7) 2:00 徒手健身操 B 班(7)	27(十六) 9:30 時代曲 A 班(8) 9:30 水墨畫 B 班(8) 11:00 時代曲 B 班(8) 11:15 書法基礎班(8) 2:15 健體拉闊橡筋操(8) 2:00 網上手機 A 班(8) 3:15 網上手機 B 班(8)	28(十七) 9:30 吳家太極 B 班(8) 11:15 長者伸展健康操班(8) 11:30 暢談普通話(8) 2:15 粵曲班(8)	29(十八)
30(十九)	31(二十) 9:30 民族舞(8) 9:30 書法中班(8) 10:45 水墨畫 A 班(8) 11:00 新編舞班(8) 2:00 徒手健身操 A 班(8)	<p><b>活動/班組如有任何更改，以中心通告及海報為準，敬請各活動/班組參加者留意。</b></p>				

6 月份興趣班組/活動一覽表

星期日	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六
		1(廿一) 9:30 長者瑜珈班(8) 10:15 英文初班(8) 11:15 楊式太極扇班(8) 11:30 輕鬆學英語(8) 2:05 社交舞 A 班(8) 3:30 社交舞 B 班(8)	2(廿二) 9:00 排排舞班(8) 10:30 吳家太極 A 班(8) 2:00 徒手健身操 B 班(8)	3(廿三) 9:30 時代曲 A 班(9) 9:30 水墨畫 B 班(9) 11:00 時代曲 B 班(9) 11:15 書法基礎班(9) 2:15 健體拉闊橡筋操(9) 2:00 網上手機 A 班(9) 3:15 網上手機 B 班(9)	4(廿四) 9:30 吳家太極 B 班(9) 11:15 長者伸展健康操班(9) 11:30 暢談普通話(9) 2:15 粵曲班(9)	5(芒種)
6(廿六)	7(廿七) 9:30 民族舞(9) 9:30 書法中班(9) 10:45 水墨畫 A 班(9) 11:00 新編舞班(9) 2:00 徒手健身操 A 班(9)	8(廿八) 9:30 長者瑜珈班(9) 10:15 英文初班(9) 11:15 楊式太極扇班(9) 11:30 輕鬆學英語(9) 2:05 社交舞 A 班(9) 3:30 社交舞 B 班(9)	9(廿九) 9:00 排排舞班(9) 10:30 吳家太極 A 班(9) 2:00 徒手健身操 B 班(9)	10(五月) 9:30 時代曲 A 班(10) 9:30 水墨畫 B 班(10) 11:00 時代曲 B 班(10) 11:15 書法基礎班(10) 2:15 健體拉闊橡筋操(10) 2:00 網上手機 A 班(10) 3:15 網上手機 B 班(10)	11(初二) 9:30 吳家太極 B 班(10) 11:15 長者伸展健康操班(10) 11:30 暢談普通話(10) 2:15 粵曲班(10)	12(初三) 
13(初四)	14(初五) <b>端午節 (公眾假期)</b> 	15(初六) 9:30 長者瑜珈班(10) 10:15 英文初班(10) 11:15 楊式太極扇班(10) 11:30 輕鬆學英語(10) 2:05 社交舞 A 班(10) 3:30 社交舞 B 班(10)	16(初七) 9:00 排排舞班(10) 10:30 吳家太極 A 班(10) 2:00 徒手健身操 B 班(10)	17(初八)	18(初九)	19(初十)
20(十一) 	21(夏至) 9:30 民族舞(10) 9:30 書法中班(10) 10:45 水墨畫 A 班(10) 11:00 新編舞班(10) 2:00 徒手健身操 A 班(10)	22(十三)	23(十四)	24(十五)	25(十六)	26(十七)
27(十八)	28(十九)	29(二十)	30(廿一)	<b>活動/班組如有任何更改，以中心通告及海報為準，敬請各活動/班組參加者留意。</b>   		



為加強中心資訊傳遞，本中心將透過 WhatsApp 〈廣播功能〉發放訊息給各有效會員，這功能可保障各收訊人的手機號碼，不會被其他人知悉，因有防止濫發訊息功能，故必須要收訊人先將中心手機號碼加入其手機通訊錄後，才可以收到以 WhatsApp 〈廣播功能〉發放的訊息。

### 新增中心 WhatsApp 號碼流程

1. 選取「通訊錄/聯絡人」，新增聯絡人
2. 填寫聯絡人姓名，如「康齡土瓜灣中心」
3. 填寫中心手提電話號碼「5319 2554」
4. 然後按儲存

備註：此 WhatsApp 只作中心發放訊息之用，中心不會回覆任何訊息，如有查詢請於辦公時間內致 2768 8902 與職員聯絡。



WhatsApp



QR CODE 5319 2554

## 溫馨提示：防止新冠肺炎擴散 - 中心措施

中心暫未能開放予會員、社區人士作休憩之用，只作入會填表或報讀課程人士之用，會員進入中心必需佩戴口罩、。中心擺放消毒搓手液供會員及社區人士使用。中心會安排職員每天以1:99 稀釋漂白水拭抹消毒及清潔中心公用設施，如洗手間、枱及椅等。

**\*義\*工\*報\*務\*篇\***

活動負責人：高德從先生/曾向健先生

工聯康齡長者服務社土瓜灣中心一直以來秉承「老有所依、老有所為、老有所學」理念服務長者，推廣多元化活動。每一次活動成功的關鍵，實有賴一班熱情投入服務的義工們全力支持。只要您有一顆『服務人群』的心，我們誠邀您加入義工隊，一起服務長者。我們的服務非常多元化，包括探訪、電話問候、籌辦活動等等，總有您發揮的天地。

## 工聯會康齡服務社 賣旗日 - 義工招募

日期：2021年7月31日(星期六)

時間：上午8:00 - 中午12:00

地點：土瓜灣區

內容：協助本社賣旗日

對象：中心義工及有意成為義工的人士

報名：2021年5月3日(星期一)起

查詢：高先生/司徒姑娘

(如有更改，以中心最後公佈為準，請留意中心 WhatsApp。)



## 迪士尼賞義工行動

「迪士尼賞義工行動」由義務工作發展局及香港迪士尼樂園度假區於 2010 年首度攜手合作，旨在鼓勵及推動市民服務社會。中心亦參與計劃，凡義工參與於中心服務時數達 **10** 小時者。中心將協助義工申請有關獎賞。

### 捐款方法：

現金：請存入「中國銀行(香港)」戶口：031-354-1-076530-6

支票抬頭：工聯會康齡服務社

(本中心為非社會福利署資助服務機構，自資方式維持運作，實有賴社會各界的慷慨捐贈。)