



鐘聲慈善社顏劉崑珠社會服務中心

2024年10月份活動通訊

中心地址：九龍長沙灣李鄭屋邨和平樓平台315室

電話：2361 2865 傳真：2708 8624 WHATSAPP: 6360 7433

機構網址：www.chungsing.org.hk



本社專頁



中心WHATSAPP



《優化活動報名流程》

中心將優化活動報名流程，分別以抽籤及先到先得兩種形式進行，詳細安排如下：

10月活動報名最新流程

登記抽籤



先到先得



備註一：上述活動流程適用於一般情況，個別活動會因應性質和服務對象不同而有差異，中心會因應實際狀況作出適時調整。

備註二：活動確實報名方法以刊登於活動通訊之內容為準，敬請會員留意。

10月活動報名概覽表

先到先得

7/10(一)下午2:00開始報名(即時取票)。

活動編號	活動名稱	服務對象	費用
1	14/10(一)認識白內障	會員	全免
2	21/10(一)低脂肪飲食及烹調方法	會員	全免

抽籤

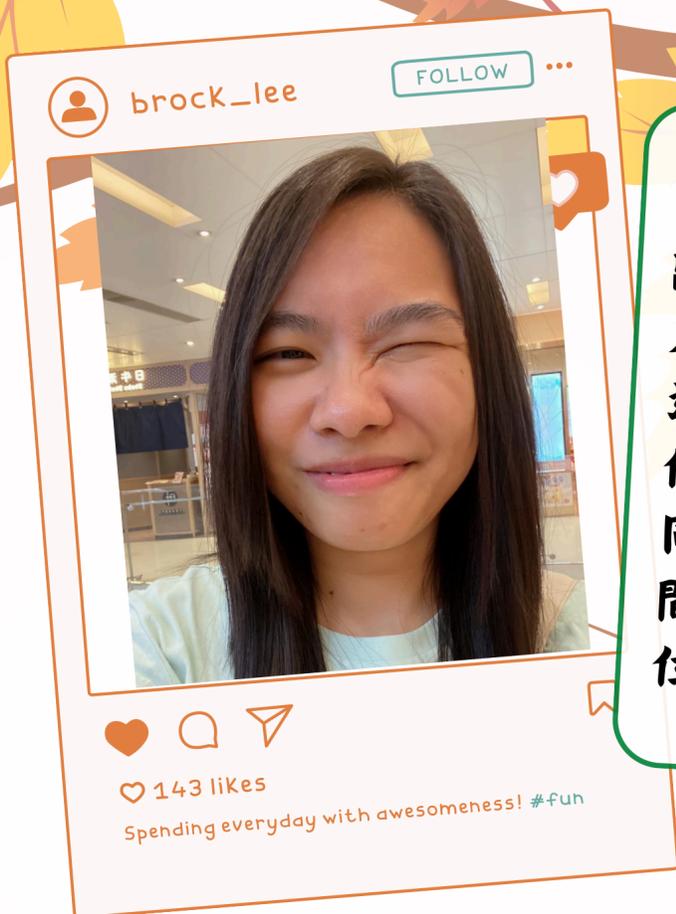
7/10(一)-9/10(三)下午5:00前交抽籤表，10/10(四)下午陸續公佈抽籤結果。

活動編號	活動名稱	服務對象	費用
3	18/10、25/10、1/11、8/11、22/11、29/11(五)表達藝術小組	會員	全免
4	12/10(六)常好師生同樂日	會員	\$5
5	26/10(六)研藝師生演唱會	會員	\$5

中心開放時間

	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六	星期日	公眾假期
早上9:00-下午5:00	✓		✓		✓	✓		
早上8:30-下午5:00		✓						
早上8:30-晚上8:00				✓				
不開放							✓	✓

10月崑珠新動向



各位老友記，司徒姑娘將於2024年10月18日後離開鐘聲慈善社這個大家庭，很感恩及慶幸加入鐘聲慈善社顏劉崑珠社會服務中心工作後能遇上您們每一位，同時亦很感謝您們對我的信任、支持和包容諒解，與我分享生活點滴與不同的經驗，給予我不同的意見，在這工作的期間會成為我生命中別具意義的記憶。在此祝各位身體健康、笑口常開！

講座系列

1 認識白內障

日期：2024年10月14日(星期一)
時間：上午9:30-10:30
地點：中心
內容：了解白內障之成因、徵狀、治療、處理方法及認識視障人士生活上須注意之事項。
對象：中心會員
名額：40
費用：全免
報名：10月7日(一)下午2:00
開始報名(即時取票)。
負責職員：余姑娘



2 低脂肪飲食及烹調方法

日期：2024年10月21日(星期一)
時間：上午9:30-10:30
地點：中心
內容：從不同的食物類別中選擇低脂肪食物及掌握烹調的方法。
對象：中心會員
名額：40
費用：全免
報名：10月7日(一)下午2:00
開始報名(即時取票)。
負責職員：余姑娘



中心職員：司徒詠欣姑娘(署理主任)、陳穎琛姑娘(項目主任健康教育)、黃敏芝姑娘(活動幹事)、余佩雯姑娘(活動幹事)、陳美蘭姑娘(文員)、丁淑梅姑娘(工友)

特別活動

3 表達藝術小組

日期：2024年10月18、25日；11月1日、8日、22日、29日(逢星期五)(共6節)
時間：下午1:30-3:00
地點：中心
內容：運用音樂、視覺藝術、舞蹈動作等藝術練習調適參加者的身心狀態及思緒。
講者：賽馬會「柏動愛」柏金遜症關懷計劃導師
對象：中心會員
名額：15
費用：全免
報名：10月7日(一)至10月9日(三)下午5:00前遞交抽籤表格，
10月10日(四)起陸續公佈抽籤結果。
負責職員：黃姑娘



義工活動

4 常好師生同樂日

日期：2024年10月12日(星期六)
時間：下午1:00-3:00
地點：中心
內容：由義工團表演、玩遊戲及送贈紀念品。
對象：中心會員
名額：40
費用：5元
報名：10月7日(一)至10月9日(三)下午5:00前遞交抽籤表格，
10月10日(四)起陸續公佈抽籤結果。
負責職員：余姑娘



5 研藝師生演唱會

日期：2024年10月26日(星期六)
時間：上午9:30-10:30
地點：中心
內容：由義工團表演、玩遊戲及送贈紀念品。
對象：中心會員
名額：40
費用：5元
報名：10月7日(一)至10月9日(三)下午5:00前遞交抽籤表格，
10月10日(四)起陸續公佈抽籤結果。
負責職員：余姑娘



環保活動

環保回收站

如果家中有可回收的物品，歡迎於指定時間內帶同前來中心，一齊為環保出一分力！

日期：2024年10月8日及10月22日(逢星期二)

時間：下午2:00-4:00

內容：1. 請先清洗乾淨回收物品。

2. 可回收物品包括：報紙、玻璃樽、鋁罐或塑膠樽。

3. 收集最少三個可回收物品，即獲小禮物一份。

對象：中心會員

費用：全免

名額：不限

負責職員：余姑娘

備註：參加者每次最多可領取隨機發放的禮物一份。

10月例會

日期：2024年11月4日(星期一)

時間：上午9:15-10:30

地點：中心

名額：50人(名額有限,額滿即止)

形式：實體例會

對象：中心會員

內容：介紹11月份的精彩活動及服務



意見反映

如對本中心服務有任何意見，歡迎向當值職員或中心主任提出，您的寶貴意見有助我們持續提升服務質素。謝謝！

會員可運用WhatsApp接收中心資訊

申請方法及流程：
確保智能電話已安裝WhatsApp，並將中心電話號碼(6360 7433)儲存為聯絡人及親臨本中心簽署同意書接收WhatsApp訊息。

恶劣天氣下的中心服務安排

暴雨警告信號	室內活動/室內班組		戶外活動		中心開放
	活動前2小時懸掛	活動進行中	活動前2小時懸掛	活動進行中	/
黃色	✓	✓	✓	✓	✓
紅色	✓	✓	✗	✗	✓
黑色	✗	視乎情況	✗	✗	視乎情況

熱帶氣旋警告信號及極端情況	室內活動/室內班組		戶外活動		中心開放
	活動前2小時懸掛	活動進行中	活動前2小時懸掛	活動進行中	/
一號	✓	✓	✓	✓	✓
三號	✓	✓	✗	✗	✓
八號或以上或極端情況	✗	✗	✗	✗	✗



2024年10月時間表

星期日	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六	
6	7 資訊科技小幫手 9:00 9:15 月會 10:45 常好唱歌班(1) 12:30 夏威夷小吉他班(1) 3:30 舒壓運動樂(1)	8 12:30 2024 防跌風險及肌少症篩查日 國慶 8:45 運動閣 11:45 GIGI教室進階班(1) 12:00 變八段錦班(1) 1:30 普通話班(1) 2:00 楊氏28式太極扇班(1) 2:00 環保回收站 3:00 中國舞進階班(9)	9 2:00 義剪無邊界 9:15 歌唱研習班(1) 11:00 拋出高眼界(1) 3:00 混合集體舞(1)	10 8:45 書法班(1) 10:30 國畫A班(1) 12:30 國畫B班(1) 1:00 陳氏太極拳老架一路74式班(1) 2:00 乒乓球班(1) 2:15 粵曲班(1) 3:00 蔡李佛拳班(1) 4:00 拍打推拿班(1) 5:30 懷舊金曲A班(1)	11 重陽節 9:00 運動閣 9:00 健康檢查 1:00 常好師生同樂日	12 10:00 健康毛巾操 11:00 倍力康奶粉售賣 12:00 活力跆拳道班(1) 1:30 吳派鄭式太極拳(1) 3:30 懷舊金曲B班(補)	15 9:00 運動閣 9:00 健康檢查
13	14 資訊科技小幫手 9:00 9:30 認識白內障 10:45 常好唱歌班(2) 12:30 夏威夷小吉他班(2) 1:30 卡拉OK 3:30 舒壓運動樂(2)	15 8:45 運動閣 10:00 司徒老師歌唱班(1) 11:45 GIGI教室進階班(2) 12:00 變八段錦班(2) 1:30 普通話班(2) 2:00 楊氏28式太極扇班(2) 3:00 中國舞進階班(補)	16 9:15 歌唱研習班(2) 11:00 拋出高眼界(2) 2:00 音樂舒舒你的心(1) 3:00 混合集體舞(2)	17 8:45 書法班(2) 10:30 國畫A班(2) 12:30 國畫B班(2) 1:00 陳氏太極拳老架一路74式班(2) 2:00 乒乓球班(2) 2:15 粵曲班(2) 3:00 蔡李佛拳班(2) 4:00 拍打推拿班(2) 5:30 懷舊金曲A班(2)	18 9:15 研藝唱歌班(1) 11:00 GIGI歌唱技巧班(1) 12:00 活力跆拳道班(2) 1:30 吳派鄭式太極拳(2) 1:30 表達藝術小組(1) 3:30 懷舊金曲B班(1)	19 9:00 運動閣 9:00 健康檢查	22 8:45 運動閣 10:00 司徒老師歌唱班(2) 11:45 GIGI教室進階班(3) 12:00 變八段錦班(3) 1:30 普通話班(3) 2:00 楊氏28式太極扇班(3) 2:00 環保回收站 3:00 中國舞進階班(10)
20	21 資訊科技小幫手 9:00 9:30 低脂飲食及烹調方法 10:45 常好唱歌班(3) 12:30 夏威夷小吉他班(3) 3:30 舒壓運動樂(3)	22 8:45 運動閣 10:00 司徒老師歌唱班(3) 11:45 GIGI教室進階班(4) 12:00 變八段錦班(4) 1:30 普通話班(4) 2:00 楊氏28式太極扇班(4) 2:00 環保回收站 3:00 中國舞進階班(10)	23 9:15 歌唱研習班(3) 11:00 拋出高眼界(3) 2:00 音樂舒舒你的心(2) 3:00 混合集體舞(3)	24 8:45 書法班(3) 10:30 國畫A班(3) 12:30 國畫B班(3) 1:00 陳氏太極拳老架一路74式班(3) 2:00 乒乓球班(3) 2:15 粵曲班(3) 3:00 蔡李佛拳班(3) 4:00 拍打推拿班(3) 5:30 懷舊金曲A班(3)	25 9:15 研藝唱歌班(2) 11:00 GIGI歌唱技巧班(2) 12:00 活力跆拳道班(3) 1:30 吳派鄭式太極拳(3) 1:30 表達藝術小組(2) 3:30 懷舊金曲B班(2)	26 9:00 運動閣 9:00 健康檢查 1:00 研藝師生演唱會	29 8:45 運動閣 10:00 司徒老師歌唱班(4) 11:45 GIGI教室進階班(5) 12:00 變八段錦班(5) 1:30 普通話班(5) 2:00 楊氏28式太極扇班(5)
27	28 資訊科技小幫手 9:00 10:45 常好唱歌班(4) 12:30 夏威夷小吉他班(4) 1:30 卡拉OK 3:30 舒壓運動樂(4)	30 9:15 歌唱研習班(4) 11:00 拋出高眼界(4) 2:00 音樂舒舒你的心(3) 3:00 混合集體舞(4)	31 8:45 書法班(4) 10:30 國畫A班(4) 12:30 國畫B班(4) 1:00 陳氏太極拳老架一路74式班(4) 2:00 乒乓球班(4) 2:15 粵曲班(4) 3:00 蔡李佛拳班(4) 4:00 拍打推拿班(4) 5:30 懷舊金曲A班(4)	3 10:00 智方便手機班 11:00 柑橘橋眼部精華素工作坊	4 10:00 健康毛巾操 11:00 倍力康奶粉售賣 12:00 活力跆拳道班(1) 1:30 吳派鄭式太極拳(1) 3:30 懷舊金曲B班(補)	5 9:00 運動閣 9:00 健康檢查 1:00 月聲音樂中心	