

活动 通讯

2019年01月-03月



蓬江区居家养老服务中心

蓬江区恒爱社会工作综合服务中心



活动咨询或报名请到二楼服务大厅

寄语

在过去的一年里
在区委区政府的领导下
区民政局的指导下
蓬江区居家养老服务中心
坚守服务初心，以长者为本
从深度和广度出发，专研服务
会员康乐服务、上门支援服务、社区饭堂服务
三大服务齐头并进

累计服务人次超过10万

树立较好的社会服务口碑！

2018年的列车即将驶入终点站

2019年的列车准备开车

我们有理由相信，在2018年的基础上

蓬江区居家养老服务中心

扎根需求，踏实前进，挖掘品牌服务

以更专业的姿态引领我区养老服务行业的发展

打造具有本地特色的居家安养服务



往期活动通讯

微信公众号



打开微信扫一扫，
关注微信公众号，
中心资讯首先知！

目录 Contents

- 01 寄语
- 03 2018年第四季度服务回顾
- 05 长者学苑积分奖励计划
- 06 长者学苑·小组及讲座
- 08 长者社区融入计划
- 09 义工发展计划
- 11 长者家友站
- 12 上门居家养老服务
- 13 社区饭堂服务
- 14 中心服务/设施使用时间表



2018年度长者学苑毕业典礼圆满成功

为满足广大长者会员继续学习需要，2018年度，蓬江区居家养老服务中心联动优质教学资源，为长者会员开展丰富多彩的课程学习内容。截止2018年底，共有150多名长者会员参与长者学苑积分计划，其中，接近40名长者会员参加年度毕业典礼，6名获得博士耆英奖荣誉称号，4名获得硕士耆英奖荣誉称号，22名获得学士耆英奖荣誉称号，长者会员践行着“活到老，学到老”的精神，让我们为他们喝彩吧！

博士耆英奖

会员编号	姓名	总分	会员编号	姓名	总分
1118	李金意	270.5	1273	黄玉英	265.5
1287	陈顺满	217.5	1338	谢举莲	214.5
334	黄云玉	199.5	1269	张泳雯	184.5

硕士耆英奖

会员编号	姓名	总分	会员编号	姓名	总分
154	窦丽莲	175	717	梁长好	163
1151	李玉屏	152.5	1281	卢少芳	150

学士耆英奖

会员编号	姓名	总分	会员编号	姓名	总分
869	李淑群	147	60	冯带好	145.5
1169	黎翠葵	142	1270	黎翠梅	127.5
28	谭国根	126	673	肖彩凤	126
1248	何绮霞	123	1406	何桂芳	116
1268	徐桂英	114	762	黎沃池	105.5
146	黄容球	91.5	770	陈荣春	86
1415	蔡少连	85.5	62	邱桂梅	81.5
1336	林焕根	72	1156	赵其生	70
1384	胡石凤	67.5	1370	李文龙	66
1428	文丽屏	58	65	张民慈	56.5
514	张佩珍	54.5	138	刘素兰	51

春节临近 民警教你防盗防诈骗

内容：春节临近，小偷、骗子也开始忙碌起来，盯上了老年人这个群体。老年人如何辨别各种骗局，如何做好家居春节防盗呢，中心邀请沙仔尾派出所民警为广大长者会员支招了！

日期：1月11日星期五

时间：上午9:00-10:00 **主讲人：**沙仔尾派出所民警

地点：4楼多功能室 **积分：**2分



老年人如何防范金融诈骗

内容：随着社会经济的飞速发展，金融类诈骗层出不穷，严重危害了人们的财产安全，甚至影响家庭的和谐，了解金融安全知识，防范金融诈骗，才能提升财产安全，安度幸福生活。

日期：1月9日星期三

时间：上午9:00-10:00

主讲人：江门农商银行羊桥支行

地点：4楼多功能室 **积分：**2分



老年人口腔溃疡，怎么办？

内容：口腔溃疡几乎每个人都遭遇过，虽然多数能自行愈合，但它带来的疼痛却让人刻骨铭心，老年人对口腔保健重视不够，常患口腔溃疡。那么老年人为什么会经常口腔溃疡，老年人长期口腔溃疡怎么办呢？

日期：1月17日星期四 **时间：**上午9:00-10:00

主讲人：五邑中医院老年病科医生 **地点：**5楼电影室

积分：2分



节后消食

内容: “每逢佳节胖三斤”，春节期间，很多人忙着走亲访友，各种饭局接踵而来，酒足饭饱后又总是久坐不动，着实给肠胃增加了不少负担。因此，对于很多人来说，节后的这一周，不仅要收心，还要收胃，适当地做好“消食”工作噢！

春节前



春节后



日期: 2月14日星期四

时间: 上午9:00-10:00

主讲人: 中心医护专员李姑娘

地点: 5楼电影室 **积分:** 2分

老年人腰酸背痛，肯定有这些原因

内容: 人上了年纪，常容易感到腰酸背痛，不过导致腰酸背痛的原因并不是唯一，只有搞明白了疼痛的真正原因，才知道要怎么办。你知道经常腰酸背痛都有哪些原因吗？中老年人常常腰酸背痛，常见的原因都有哪些呢？

日期: 3月28日星期四

时间: 上午9:00-10:00

主讲人: 白沙兴盛社区卫生服务中心医生

地点: 5楼电影室 **积分:** 2分



血压 血糖 测量服务

内容: 中心提供测量血压、血糖便民服务，方便有需要的会员关注自己的血压、血糖水平。

日期	时间	地点	收费标准
1月9、23日	8:00-8:40	二楼 服务大厅	血压: 免费 血糖: 5元/次
2月13、27日			
3月13、27日			

耆乐融融生日会

内容: 每个人的生日都具有特别的纪念意义，您是否期待和大家一起分享呢？喜爱热闹的您快来和老友记们一起庆祝生日吧！

活动: 1&2月生日会

日期: 2月27日 星期三

时间: 上午9:00-10:30

地点: 4楼多功能室



欢乐闹元宵

内容: 在这春意盎然的季节里，一年一度的传统元宵佳节即将到来，为丰富中心长者会员的文化生活，共度团圆喜庆的节日，中心为长者会员准备了灯笼DIY活动，环保又有趣，欢迎会员积极参加啦！

日期: 2月15日星期五

时间: 上午9:00-10:30

地点: 2楼服务大厅



喜迎三八妇女节

内容: 阳春三月，桃花争艳，我们迎来了国际“三八”妇女节，中心为女性会员准备了精彩有趣的活动，欢迎女性会员踊跃参加，感受来自中心的祝福！

日期: 3月8日星期五

时间: 上午9:00-10:30

地点: 4楼多功能室



Women's Day...

义工发展计划

2017年4月起，在原有长者义工基础上，整合社会义工资源，扩大发展中心义工队伍。截止2018年12月底，场室管理义工队、会员宣传队、导师义教团（含长者导师、社会义教）各司其职，共同为中心会员提供义工服务，服务人次超过1万次，服务时数超过3287小时。

如果您有时间，欢迎您加入我们的义工队伍~

中心自管队伍

管理场地	时间	工作内容
服务大厅	上午 8:30-10:30 下午 2:30-4:30	介绍中心场室活动及服务，车卡年审，医保卡查询服务
电脑室		为会员提供简单电脑知识，管理书法用品
图书室		管理图书室书刊，协助会员进行图书借出、归还登记
日托室		协助会员播放电视节目，组织会员进行健身操等康乐活动，整理日托室生活用品
4-5楼功能室		协助管理4-5楼功能室，做好登记工作，开关设备等，协助活动开展

关怀大使队伍

代表中心定期电话慰问少来中心活动的高龄长者人群，上门探望生病或家庭出现变故的会员，让会员感受到来自中心的关怀，增强会员的社区支援。

会员月会

内容：在月会上，您可以第一时间了解中心服务动态，还有精彩的活动资讯等您来报名哟！欢迎广大会员踊跃参加！

日期：1月23日星期三 3月27日星期三

时间：上午9:00-10:00 地点：4楼多功能室

长者导师讲堂

日期	时间	地点	主题	面向人群	主讲人
1月24日（周四）	9:00-10:00	5楼 电影室	我们在变老的路上	中心会员	陈奇颐先生
2月21日（周四）			如何预防老人痴呆	中心会员	冼锡良先生
3月14日（周四）			养生保健知识一： 呼吸功+床上八段锦	中心会员	冼大志先生

2018年度，中心涌现了一批优秀的义工，他们以各种方式参与中心服务，为长者服务尽一份力。在此，中心表示深深的感谢之情，同时，中心真诚期待更多的义工加入到我们的队伍中。

2018年度优秀义工个人及团体名单

“优秀义工个人”（以下排名不分先后）

场室管理义工：梁惠芬、陈玉霞、张民慈、唐瑞嫦、朱小玲、林丽嫦、冯带好、谢举莲、张洁英

长者导师：陈奇颐、冼锡良、冼大志

义教义工：梁敏清、何丽珍、宋素有、李艳丰、谭国根

社会义工：邵玉萍、林悦欢、廖北能、陈晓清、吕东兰、陈锡君

学生义工：谭颖梅、江文梓

“优秀义工团体”（以下排名不分先后）

江门海关党员义工、五邑中医院老年病科、五邑中医院眼科、金梦莎美发化妆职业培训学校、白沙兴盛社区卫生服务中心、江门农商银行羊桥支行、老干部大学舞蹈科、五邑大学电子信息协会、五邑大学智能制造学部青年志愿者协会、工人艺术团、工会曲艺社、欢乐歌声班、欢乐乐队、风采艺术团、白沙丽群曲艺社、会员宣传队、沙仔尾派出所、森叶燃气、世越口腔、共青团江门幼师委员会、友缘热心社会团体、刘有弟等人。

春节慰问活动

内容: 居家养老上门服务部携手社会热心团体及人士，在新春来临之际走进社区，提前为社区内的困难长者送上节日的祝福。

日期: 1月16日星期三

地点: 蓬江区

负责职员: 黄姑娘、李姑娘



长者团年饭活动

内容: 籍2019年春节来临之际，居家养老上门服务部组织辖区内特殊困难长者共聚一堂，欢度新春佳节。

时间: 2月3日星期日

地点: 中心社区饭堂

负责职员: 黄姑娘、廖社工



恒常服务

内容: 居家养老上门服务部的社工及志工上门探访居家养老服务对象，为长者提供精神慰藉、资源链接等服务。

日期: 1、2、3月

地点: 蓬江区

负责部门: 居家养老服务上门部

居家康复服务

内容: 康复治疗师上门为活动能力受限的居家养老服务对象提供居家康复训练服务。

日期: 1、2、3月

地点: 蓬江区

负责职员: 李姑娘

义剪

每月两次

由金梦莎培训学校每月提供两次免费剪发服务，需剪发的会员请提前到二楼服务大厅报名。

月份	时间	
1月	8日(周二)	周二上午 10:30
2月	暂无安排	周四下午 3:00
3月	12日(周二)、28日(周四)	

会员剪发需提前到二楼服务大厅报名，如剪发时间有变，以实际剪发时间为准。



义修

每月15日前将需要维修的电器交到服务大厅登记，由义工师傅进行维修，最后电话通知您取回电器。



晒相



证件相: 1寸或大1寸，7元8张
2寸，7元5张

生活相: 1元1张(含过塑)

注: 价钱会根据市价进行调整

复印

单面复印: 0.3元/张

双面复印: 0.5元/张

(该服务仅对会员开放)



五邑通长者卡年审

年审时间: 生日当月

所需证件: 五邑通长者卡



社区饭堂“新花款”—素食自助餐来啦

内容: 社区饭堂链接社会资源, 将于元宵和春分为长者提供「素食自助餐」, 长者团聚一堂, 共话悠长岁月。菜品不少于8个, 只需按平日用餐收费, 不设另外加收。



节日	日期	时间	地点
元宵节	2月19日 (农历正月十五)	11:00-13:00	社区饭堂
春分	3月21日 (农历二月十五)		

大家齐齐参与社区饭堂互动

2019年提升社区饭堂质量, 切实解决老年人用餐, 增强老年人幸福感和归属感。

长者满意度调查

内容: 饭堂工作人员准备调查表, 长者参与其中, 调查用餐长者对饭堂膳食的评价及建议。

报名人数: 3名长者

调查时间: 2月27日 **地点:** 社区饭堂

联系人: 朱姑娘

电话: 0750-8223769



社区饭堂 监管会

内容: 了解社区饭堂现在状况, 未来动向。

报名人数: 5名长者

调查时间: 3月18日

地点: 二楼会议室 **联系人:** 朱姑娘

电话: 0750-8223769



中心服务/设施使用时间表

地点	时间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六
一楼							
社区饭堂	7:30-9:00	正常开放 温馨提示: 就餐时间会根据实际情况进行调整, 请谅解					
	11:00-13:00						
	17:00-18:00						
二楼							
服务大厅	8:00-12:00	正常办公, 欢迎咨询具体理发时间					
	14:30-17:00						
电脑室	8:00-12:00	√	√	√	√	√	√
	14:30-17:00	√	√	√	√	√	√
书法室	8:00-12:00	正常开放					
	14:30-17:00						
理发室	8:00-12:00	请参看“长者家友站”版面P11					
	14:30-17:00						
会议室	8:00-12:00	√	√	√	√	√	√
	14:30-17:00	√	√	√	√	√	√
三楼							
图书室	8:00-12:00	√	√	√	√	阅读班	√
	14:30-17:00	√	√	√	√	√	√
日托室	8:00-12:00	休闲娱乐	智醒工作坊	休闲娱乐	休闲娱乐	休闲娱乐	休闲娱乐
	12:30-14:30	午休时间					
	14:30-17:00	休闲娱乐					
四楼							
舞蹈室	8:00-12:00	交谊舞	气功	民族舞	太极	健康舞	交谊舞
	14:30-17:00	暂无安排, 可申请使用					
多功能室	8:00-12:00	卡拉OK/工人艺术团练舞	欢乐歌声班练歌	详情见P06-10	卡拉OK	工人艺术团练舞	自由活动
	14:30-17:00	白沙丽群曲艺社	工会曲艺社	白沙丽群曲艺社	工会曲艺社	白沙丽群曲艺社	工会曲艺社
棋艺室	8:00-12:00	暂无安排, 可申请使用					
	14:30-17:00	棋艺切磋					
五楼							
电影室	8:00-10:00	工人合唱团练歌 (周三提前半小时结束)			详情见P06-10	工人合唱团练歌	暂停使用
	10:00-11:30	电视、电影欣赏					
	14:30-17:00	暂无安排, 可申请使用					
乒乓球室	7:30-17:00	全日开放, 欢迎使用					



位置图示



中心开放时间

开放时间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六	星期日
上午 8:00-12:00	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✗
下午 2:30-5:00	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✗



微信ID: jmhengai
扫一扫上方二维码加关注
关注恒爱, 关注公益



微信ID: jmqjyyl
扫一扫上方二维码加关注
了解更多养老资讯



蓬江区居家养老服务示范中心



蓬江区恒爱社会工作综合服务中心

出版日期: 2018年12月

印刷数量: 500本

总编辑: 蔡淑蕾

责任编辑: 黄旭华 陈月娥

美术编辑: Kim Huang

电邮: hr@jmhengai.org

咨询电话: 0750-8227944

传真: 0750-3321399

联系地址: 江门市蓬江区汲芳里五巷一号