



2026年5月

「直到你們年老，我仍這樣；直到你們髮白，我仍懷抱。我已造作，也必懷抱；我已拯救，也必拯救。」 (以賽亞書46:4)

WhatsApp: 6414 0583

Facebook: 基督復臨安息日會 恒安老人中心

老樂通訊



會員續會

請大家致電中心預約時間辦理續會手續：

- 請攜帶**「會員證」及「身份證」**以便核對資料
- 會費 \$24 (包括會費 \$21 及行政費 \$3)
- 會籍由 2026 年 5 月至 2027 年 3 月，共 11 個月。
- 會籍有效期：2027 年 3 月 31 日



新會員入會

凡年滿 50 歲人士，歡迎致電預約時間辦理入會手續，申請時請攜帶：

- 身份證正本及近照一張
- 會費 \$24 (包括會費 \$21 及行政費 \$3)
- 會籍由 2026 年 5 月至 2027 年 3 月，共 11 個月。
- 會籍有效期：2027 年 3 月 31 日



5月27日(星期三)

例會 A：上午 9：00-10：00

例會 B：上午 10：30-11：30

例會 C：下午 2：00-3：00



例會呀

每場名額 40 位

5月28日(星期四)

例會 D：上午 9：00-10：00



會員價目

金裝加營養素900克：\$205

低糖加營養素850克：\$220

活力加營養素850克：\$230

怡保康 850克：\$230

訂購下列奶粉日期：

●低糖加營養素 2026年 5月4至6日

●活力加營養素 6月1至5日

●怡保康

奶粉限購!!

每人每月限購

每款奶粉 6 罐。

數量有限，

售完即止！

擁抱生命 祝福社群

中心辦公時間

●星期一至四

上午 8：30 至 下午 12：30

下午 1：30 至 5：30

●星期五

上午 8：30 至 下午 12：30

下午 1：30 至 4：30



午飯時間
下午 12:30 - 1:30
(中心暫停開放)

●星期六

上午 9：00 至 下午 12：00

(不設奶粉售賣及活動報名服務)

注意

重要通告

由2025年7月2日開始，中心已全面改為：

八達通收費

加營養素價格調整

因應高調售價錢，於2026年4月1日起，加營養價格調整如下：



售賣產品(會員價目)

低糖加營養素(850克)	\$220 ↑
活力加營養素(850克)	\$230
怡保康(850克)	\$230
金裝加營養素(900克)	\$205

齊齊找不同

上期答案：
8 處不同的地方(綠圈)



恒安 HENG ON



中心活動介紹



耆青樂歡聚

日期：2026年5月5日(星期二)

時間：下午2:45 - 4:00

內容：健康運動、香薰製作

費用：全免 名額：20位

集合地點：本中心一樓

合辦機構：香港青少年服務處賽馬會
恆安綜合青少年服務中心

負責職員：譚兆然姑娘



樂韻傳愛心

日期：2026年5月6日(星期三)

時間：下午2:30 - 4:00

內容：歌曲欣賞

費用：全免 名額：50位

地點：本中心一樓

合辦機構：古天樂慈善基金
古仔義工隊

負責職員：譚兆然姑娘



福音粵曲欣賞會

日期：2026年5月7日(星期四)

時間：下午2:00 - 4:30

費用：全免 名額：45位

地點：本中心一樓

合辦機構：恆安佈道所

負責職員：譚兆然姑娘



智能手機主題班

銀髮老友玩轉 AI 相片

日期：2026年5月20日(星期三)

時間：下午2:30 - 4:00

地點：地下G6室

費用：\$30

名額：6位/班

負責職員：何朗天先生(天SIR)



上下肢肌肉測試

日期：2026年6月11日(星期四)

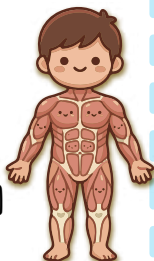
時間：下午2:30 - 4:30

費用：全免 名額：30位

地點：本中心一樓

合辦機構：美國雅培製藥有限公司

負責職員：譚兆然姑娘



「埋嚟睇、埋嚟揀!」中心義賣日

日期：2026年6月18日(星期四)

時間：上午9:00 - 中午12:00

下午2:00 - 5:00

內容：物資義賣，收入用作
本中心營運用途。

歡迎光臨

如大家有全新並能
正常使用的物資
(食物除外)，欲
捐贈作義賣用途，
請於6月5日或之前
交予中心職員。



健康教育講座

題目：高血壓之藥物治療

日期：2026年5月13日(星期三)

時間：上午10:00 - 11:00

合辦機構：衛生署

剩餘少量
名額



題目：預防家居意外

日期：2026年6月3日(星期三)

時間：上午10:00 - 11:00

合辦機構：衛生署



費用：全免 名額：40位 地點：本中心一樓
負責職員：譚兆然姑娘 何朗天先生(天SIR)



夏



影片：
★女人的秘密★

主演：
丁瑩
林家聲

5月

日期：2026年5月11日(星期一)
時間：下午 2 : 00 - 4 : 00

影片：
★美男子★

主演：
董驪
沈殿霞
吳耀漢

6月

日期：2026年6月8日(星期一)
時間：下午 2 : 00 - 4 : 00

費用：全免 名額：40位 地點：本中心一樓
負責職員：周惠珊姑娘



生命教育小組

日期：逢星期二
時間：A) 上午 10 : 15 - 11 : 15
B) 下午 1 : 30 - 4 : 00
內容：心靈信息分享
地點：地下 G6 室
名額：15位 費用：全免



愛心小聚

日期：逢星期六
時間：上午 10 : 15 - 中午 12 : 00
內容：心靈信息及讚美歌曲分享
地點：本中心一樓
名額：40位
費用：全免



合辦機構：恒安佈道所
負責職員：鄭伙好姑娘
查詢電話：2630 3565

【帶長者去旅行：重拾「九龍城寨」舊日情懷】

各位老友記，記唔記得幾十年前嘅九龍城寨？橫街窄巷、懷舊冰室、仲有飛機喺頭頂飛過嘅震撼……呢啲畫面而家喺城寨原址重現眼前啦！

位於九龍寨城公園嘅「九龍城寨光影之旅」展覽，透過精緻嘅場景佈置，將昔日城寨嘅生活縮影融入古色古香嘅衙門建築入面。展覽正正喺城寨原址舉行，等大家可以親身感受呢份獨特嘅歷史氣息！

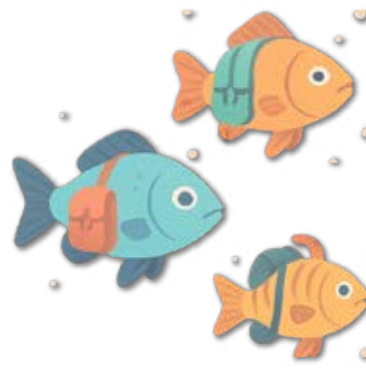
參觀資訊

展期：即日起至 2028 年 5 月 23 日
時間：每日早上 9 時至下午 6 時
地點：九龍寨城公園衙門（南門外）
費用：免費入場 **FREE**

交通

港鐵：屯馬線宋皇臺站 B3 出口，步行約 5-10 分鐘
巴士：乘搭 1, 11K, 11X, 12A, 15, 25A, 85A, 85B 於「九龍寨城公園」站下車

約埋班老友記一齊去感受城寨嘅生命力與故事，影返輯懷舊靚相啦！





【榮華血壓計送贈計劃】

榮華慈善基金更新了 5 月份領取血壓計嘅日子，未領取過此血壓計的老友記網上填表登記啦！



猶在耳

點解要收資料？ 會唔會影印我份文件？

絕對唔會影印！大家請放心，我哋現場只會核對正本做登記，資料睇完之後會即時還返正本畀你，唔會影印或者留低任何證件副本。登記資料係為咗確認係我們嘅派發對象，落實「一戶一部」原則，確保資源可以公平分配，令更多未領取過嘅家庭都有機會攞到。



譚兆然姑娘
(中心主任)
基督復臨安息日會
恆安老人中心

💡 提提你

申請人必須親身前往榮華慈善基金領取血壓計。

✅ 申請資格

必須年滿 55 歲或以上的人士，並須符合以下其中一項資格：

1. 領取綜合社會保障援助，或
2. 領取長者生活津貼（現時每月金額為\$4,345），或
3. 居於租住公屋之獨居/雙老長者（租約上所有同住家人必須年滿 55 歲或以上）

❌ 暫不接受傷殘津貼作為領取資格

📌 申請及領取程序

1. 申請人須填妥「血壓計送贈計劃 - 個人申請表。」
2. 榮華慈善基金審閱申請人資料後，申請人將收到 Whatsapp 通知，以及領取血壓計詳情。
3. 申請人領取血壓計時，必須攜帶身份證正本、所需文件及圖章(如適用)，親臨指定地方領取。
4. 職員將會為申請人教授血壓計使用方法、血壓計送贈簽收手續及講解服務條款，過程需時約 30 分鐘。

!! 注意事項

1. 一個家庭只可申領一部血壓計。
2. 申請人必須親身領取血壓計。如申請人行動不便，提交申請後，可致電 2155 5588 與職員聯絡，並提供相關專科覆診紙，以便申請代領。
3. 成功領取血壓計後，申請人資料將會在 7 年後銷毀。
4. 申請人可通過以下網址查詢血壓計的申請狀況：

<https://application.wing-wah.org/enquiry>

我哋派嘅血壓計 準唔準㗎？

呢點大家可以絕對放心！我哋派發嘅血壓計都擁有 FDA（美國食品藥物管理局）認證，準確度達到醫療級標準。希望大家每日準時量血壓，好好守護自己同家人嘅健康！



會唔會洩漏 我嘅個人資料？

絕對唔會！我哋非常重視大家嘅私隱，一定會嚴格遵守《個人資料（私隱）條例》。資料只會用嚟審核同埋日後嘅保養支援。當血壓計派發計劃結束，我哋就會將資料徹底銷毀，一定唔會將資料轉交或者外洩畀第三方。



資料來源：榮華慈善基金。2026年4月17日、4月27日。

網址：<https://www.facebook.com/share/1CpygydmCK/?mibextid=wwXlfr>



珊情語意

【生命的豐收：陽光與風雨都是恩典】



大地回春，讓我們感受到上帝創造萬物的美妙，而且細心想想這份創造更是很有智慧，一年四季、天氣變幻都是奇妙的作工。

從前有一個老農夫，總覺得上帝在天氣的安排上做得很差，使他的土地一直貧瘠，他常抱怨說：「神啊！祢顯然不是很懂得農作物需要的天氣！如果能讓我來控制天氣，一切的事情都會變得更好！」

沒想到，上帝真的給了他一年的時間，讓他隨心所欲控制天氣。農夫開心極了！在他掌控天氣下，他想要陽光，太陽就露臉；他想要水分，天空就降下甘霖。而作農最不喜歡的狂風、暴雨、嚴寒天氣等通通都沒有，結果農作物在充足的陽光和雨水下迅速生長，農夫得意地想著：「看吧，我果然比神更懂得種田！」

到了收割季節，農夫滿心期待大豐收的拿著鐮刀下田。可是，當他割下小麥時，驚見麥穗裡面竟然空空如也，一點穀子都沒有。

農夫難過地問上帝：「為什麼我給了最好的陽光和雨水，最後卻是白忙一場？」

上帝溫柔地告訴他：「你只想要舒服的環境，卻忘了農作物也需要學習適應強風、暴雨和冰雪。沒有這些，空氣也沒辦法淨化，植物的根部就不會長得堅硬扎實。沒有抵抗力，外表再綠，裡面也結不出果實。」

這則故事告訴我們，人生就像種田，順境可以是養份，但逆境才最能幫助我們扎根的。我們都希望生活一帆風順，但那些突如其來的困難，其實是為了讓我們變得更堅強、更有韌性。



李潔珊姑娘
基督復臨安息日會
港澳區會
社會服務部
督導主任

各位老友記，無論是晴天還是雨天，每一段經歷都有它的意義。讓我們學習放開接受，信任上帝的安排，祝福大家心裡有平安，生命結實累累！

「我們曉得萬事都互相效力，叫愛神的人得益處……」（羅馬書 8:28）





復康用品外借服務



本中心為長者提供短期復康用品外借服務，詳情如下：

- 1) 復康用品：輪椅、助行架、手杖
- 2) 租借費用：會員 - \$20 / 1 星期
非會員 - \$40 / 1 星期
每次可連續借 2 星期
(如有特別情況，請向中心職員查詢)
- 3) 服務範圍：馬鞍山區
- 4) 服務對象：長者
- 5) 借用須知：外借物品如有任何損毀或遺失，在可修理之情況下，借用人需支付維修費用；如未能維修，借用人需照價賠償。

訂購《金花油》

金花油是一種純正天然的金色山茶花籽油，對於敏感性皮膚、有斑點、皺紋、暗瘡、濕疹及乾燥的皮膚最為有效。如欲購買，請致電中心查詢。



會員優惠價：

每瓶 \$195
(200ml)

*買3瓶，
送1小瓶(10ml)*

特殊天氣下之活動，興趣班及中心開放安排

特殊
天氣

“✓” 照常舉行/開放，“X” 取消或延期，“☎” 致電中心查詢

	中心	室內活動	戶外活動
雷暴警告	✓	✓	☎
一號風球	✓	✓	✓
三號風球	✓	X	X
八號風球以上風球	X	X	X
黃色暴雨訊號	✓	✓	☎
紅色暴雨訊號	✓	X	X
黑色暴雨訊號	X	X	X

★ 參加者應考慮當時個別地區的天氣、路面、斜坡及交通情況，自行決定應否回中心參加活動。



