

基督教香港信義會馬鞍山長者地區中心

地址 香港新界沙田馬鞍山
錦泰苑商場一樓
電話 3124-7633
傳真 3124-7712
電郵 mosdecc@elchk.org.hk
網址 www.elchk.org.hk/service

香港教育學院「長者學苑」

地址 香港教育學院D3座2樓03室
電話 2948-8761 / 2948-6450
傳真 2948-8775
電郵 elder@ied.edu.hk
網址 www.ied.edu.hk/elderacademy

香港教育學院「長者學苑」與信義會合辦

樂為耆師

長者導師培訓專業證書課程

Professional Certificate Programme in Lifelong and Elderly Education

畢業特刊 2010-2011



「樂為耆師」課程簡介

「樂為耆師」課程為期八個月，包括四個科目，每科授課二十小時，共八十小時。教授科目包括：終身學習理論與研究、高齡學習發展及趨勢、長者學習心理與需要、針對高齡學習的教學法。課程毋須考試，學員修畢各科、完成教學實習及功課即可獲授由香港教育學院「長者學苑」與基督教香港信義會長者綜合服務聯合頒發的專業證書。

此外，課程更增設獎學金計劃。計劃由安老事務委員會「長者學苑發展基金」贊助，其目的是鼓勵和資助長者導師持續進修及提升教學水平。修畢課程及合格之學員均可獲頒發獎學金。

學以致用，回饋社會，應屆畢業同學樂於為長者擔任課程導師，部份更樂意義務任教，課程包括：語文、通識及法律、健康飲食、飲食及養生氣功、藝術欣賞、攝影、舞蹈、國畫、電腦知識、財務管理、自我認識及情緒管理、手工、穴位推拿、按摩及筋絡課程、體能訓練等。有興趣者，請聯絡：

基督教香港信義會馬鞍山長者地區中心
李貴女士
電話：3124-7633 電郵：kwaili@elchk.org.hk

特別鳴謝（排名不分先後）

- | | | |
|---------|---------|---------|
| ● 張炳良校長 | ● 陳培佳教授 | ● 任伯江教授 |
| ● 梁智鴻醫生 | ● 葉芊芊教授 | |
| ● 林超英先生 | ● 莫世民教授 | ● 陳湛杰教授 |

目錄

- | | |
|--------------|------|
| ● 嘉賓賀辭 | P.4 |
| ● 訓勉 | P.8 |
| ● 校園點滴 | P.20 |
| ● 同學分享 | P.22 |
| ● 畢業同學名單 | P.36 |
| ● 獎學金名單 | P.37 |
| ● 教院「長者學苑」簡介 | P.38 |
| ● 信會長者綜合服務 | P.39 |

編印人
陳靜宜
譚小玲

基督教香港信義會實踐總幹事
香港教育學院長者學苑總監

編者

黃翠雲
李貴
蘇曉蓮
陳燕

信會長者綜合服務總監
信義會馬鞍山長者地區中心副總監
香港教育學院終身學習研究與發展中心行政主任
香港教育學院終身學習研究與發展中心行政助理

校對及資料整理

王寶雲
戴安雯
黃偉亮
鄧智強

康區同學
信義會馬鞍山長者地區中心社會工作員
信義會馬鞍山長者地區中心社會工作員
信義會馬鞍山長者地區中心高級活動助理

排版助理

鄧志桓
鍾運好
伍家聰

康區同學
康區同學
康區同學

設計及製作
E/C Design

(電話 96799808；電郵 ecderne@gmail.com)

出版

基督教香港信義會長者綜合服務

地址 香港新界沙田博鞍山與泰苑商場一樓
電話 3124-7633
傳真 3124-7712
電郵 mcoedcc@elchk.org.hk
網址 www.elchk.org.hk/service

香港教育學院「長者學苑」

地址 香港教育學院D3室2樓03室
電話 2948-8765 / 2948-6480
傳真 2948-8775
電郵 elder@ied.edu.hk
網址 www.ied.edu.hk/elderacademy

印刷數量 1,000本
出版日期 2011年11月

嘉賓賀辭

第一屆「樂為耆師」長者導師培訓專業證書課程畢業誌慶

終身學習
樂為耆師

香港教育學院校長

張炳良



敬啟



第一屆「樂為耆師」長者導師培訓專業證書課程畢業誌慶

耆英高志
博學勵行

長者學院發展基金委員會主席

梁智鴻



敬啟



第一屆「樂為耆師」長者導師培訓專業證書課程畢業誌慶

人生是一個 不斷發現的旅程

前天文台台長
林超英敬啟



Across the globe, the world population is ageing. In Hong Kong, the rate of people ageing is growing at an unprecedented rate from the ratio of 1 in 8 citizens aged 65 or above in 2008 to 1 in 4 by 2033. In the wake of a fast growing ageing population, Hong Kong is facing the challenge of providing quality care and support for the elderly with an aim to enhance the quality of life as people age.

Since 1997 the Hong Kong government has set up the Elderly Commission to provide advice on the formulation of a comprehensive policy in caring for elders. Notable among the Commission's activities has been the development of a network of Elder Academies (EAs) across Hong Kong, to provide a range of different learning opportunities for the elderly. To date, a network of over 100 EAs in schools, universities and NGOs has been established, which creates an evident need and demand for professional development of EA tutors and practitioners.

The Hong Kong Institute of Education recognizes that it has a particular and unique contribution to make in the provision of educational opportunities for the elderly in Hong Kong, particularly through its HKIEd Elder Academy, to take a lead role in the provision of teaching and professional development of EA tutors and coordinators across Hong Kong. As a result, the Professional Certificate Programme in Lifelong and Elderly Education (樂為耆師—長者導師培訓專業證書課程) was developed and jointly offered by the HKIEd Elder Academy and Shatin Integrated Services for the Elderly of the Evangelical Lutheran Church of Hong Kong (ELCHK) in October 2010 as a train-the-trainer initiative. The aim of the

programme is to provide a high quality study opportunity for practitioners in lifelong and elderly education, to enhance their knowledge, sensitivity and capacity to work in a fully professional manner in the field.

Being the first of its kind offered by a higher education institution in Hong Kong, the Professional Certificate Programme has a focus on both theory and practice pertinent to the teaching and learning of elders. Endorsing the value and contribution of this programme, the Elderly Commission has awarded a sum of HK\$120,000 to set up a scholarship scheme to reward and recognize meritorious academic performance. Students who have successfully completed both the course and teaching practicum requirements will get a scholarship.

After almost a year of hard work and strenuous effort, our first cohort will soon graduate with their graduation ceremony scheduled for November 9, 2011. To carry on the motto and spirit of lifelong learning, I hope our graduates will not see the completion of the programme as an end to their own learning and contribution to the learning of others. Now being professionally trained tutors of older learners, our graduates are more empowered than ever to contribute to active ageing and active learning for themselves, as well as, for many others.

譚小玲博士

香港教育學院長者學苑總監



快樂老師

老師角色不易擔任。為人師表，是知識的承傳，是關愛的表達，要有一顆愛心及堅持。以年青人為教學對象，看到的是學生們長大成人，在品格和知識上的成熟；以成年人為教學對象，則看到他們學以致用，在工作上更多貢獻；若以長者為教學對象，則可看到什麼呢？

首先，我們可看到一班不被年紀限制，終身學習的可愛可敬長者。

其次，願意擔任長者同學的老師們，相信必是一群「另類老師」。他們不計較金錢回報、有加倍的愛心和耐力。

很多人以為「另類老師」並非正規教學人員，應該不難擔任。這個想法在現今要求卓越的社會並非正確，因為適合年青人的教學方式，可能並不適合高齡人士的學習特性。前者的有效教學法已開發及實証了一段長時間，反之高齡人士的有效教學法，社會過去較少討論和強調。

信義會有見高齡人士的強大學習訴求，除了提供足夠的學習機會，多辦課程外；提升長者課程教學水平亦是我們看到的未來工作重點。香港教育學院以培養優秀教學人員為己任，亦具長遠教學視野，看到高齡化社會的需要，設計專以長者為教學對象的老師培訓課程；第一屆「樂為耆師」課程由此產生，課程展示跨專業跨界別合作的成果，令人鼓舞。

在此，多謝教育學院的積極，各位未來「另類老師」的投入勤學。

「另類老師」亦是「快樂老師」：帶給長者快樂晚年，自己也因助人而樂。



陳靜宜

信義會長者綜合服務助理總幹事

齊享學教欣悅 共展耆師潛能

在從事中、小學職前與在職培訓多年後，去年度有幸參與了香港教育學院（以下簡稱「教院」）與基督教香港信義會長者綜合服務（以下簡稱「信義會」）聯合舉辦的「耆師」課程，並於本年八月底完作成了對首屆學員的成績評核。此課程可算為本港「耆師」培訓領域，踏出新的第一步—穩重、多元化而初見成效。

「耆師」培訓要在香港特區得以正規化，仍須假以時日及通過各種考驗。可是，本港第三年齡組別人士（即所謂「長者」）的人口比例，在未來的十至二十年間將顯著上升；而他們對學習的需求亦大增。順理成章，各界對「耆師」的素質及培訓課程正規化的要求，亦必相應提高。

在此，祝願教院與信義會繼續努力，精益求精，共同辦好「耆師」課程，以作回應未來需要的先導者；也衷心恭賀「耆師」課程的首屆畢業同學，期許他們能秉持「終身學習，師生互勵」的精神，樂於為第三齡人士持續服務。

最後，謹撰六言排句「齊享學教欣悅，共營耆師潛能」以誌「耆師」首屆課程圓滿完成之慶，並與教院及信義會同工及關心本課程的舊雨新知共勉。



陳培佳教授

教育是終生的過程

首先，我要恭賀各畢業同學，他們是「耆師」課程的第一屆畢業生。

本屆畢業學員大多數是第三齡學習者，來自各行各業，部份具大專學歷。他們上課認真，絕少遲到早退，一直都很努力為將來成為專業長者導師裝備自己。我很欣賞他們的學習熱誠。在我心中，他們全是模範的終身學習者，也是主動的社會服務參與者。他們各自在其專業領域中，累積了許多寶貴的技術、知識和經驗，是長者教育的珍貴人力資源。從這班多才多藝的學員身上，我也學到了很多新的東西，如「英語時態四因歌」、長者理財新概念、攝影技巧等。

香港老齡人口的規模和比例都增加了，怎樣提高長者生活質素、開發潛能、保持積極活躍等議題，一直都受到關注。很多學者都認為長者面對的挑戰，如經濟安全、生理及心理的健康、潛能發揮等，都可藉由學習及教育來處理。

教育是終生的過程，不是少年人的專利，亦不應以年齡為依據。我們應鼓勵長者多參與文化、教育、休閒、義務工作等學習活動。現時本港長者地區中心、大專院校等開辦了不同類型的長者課程，如第三齡學院，長者學苑、興趣班等，讓長者更新知識，面對改變，繼續貢獻社會。

香港的長者教育不斷發展，對長者導師的需求極為殷切。本班同學都是高質素、專業、充滿服務熱誠的長者教育專才。我衷心希望他們日後能肩負推動本港長者教育的重任，協助長者「終身學習」，讓他們能「老有所學，老有所為，老有所樂。」

莫世民教授



活出彩虹 這在乎 你怎樣看你自己

「……對長者而言，任何的藝術創作[針織手工藝品、歌唱、烹飪、書法、舞蹈、太極拳]都是人生再出發的恩賜，讓他們重拾、持續、創造新意思、接受新挑戰、營造新希望、設計新創作，表現他們的信心、成就和貢獻，確認他們的身心健康、思維積極的活動，持續他們的豐盛人生。」(譯自《Serenity》“An Age of Creativity”In Little Sisters of the Poor: April, 2011, No.151, Baltimore,M.D.,USA.)

我非常感謝 30 多位長者教育導師與我分享多年來的教與學的經驗，他們教授健康常識、法律知識、插花和造花藝術、體能鍛鍊、實用英語，以及多項保健常識與學習工作坊。他們的教、學員的學和分享都引起我的學習動機。

這些可敬可佩的長者學員和導師，給我一股「耆力量」，激勵我侍奉、學習；在十多

次教學實習的聽課、評課等視導經驗之所見，雖然他們絕大部分沒有實際教學經驗，但他們的教學表現讓我覺得猶勝某些經驗豐富的註冊教師；他們備課充足、教材資料實用、教學負責、具深層創意、熱忱、多變、師生間互動愉悅、反應靈活。也特別欣賞長者學員的投入、認真、勇於表達、樂於學習、善於傳意和分享。長者教育使「導師、學員、學員家庭成員」都受益不淺，因為三者都在教與學的過程當中愉悅地學習，享受「人與仁」的接觸，教與學的樂趣。

任伯江教授

人貴立志

去年大約四月分，我誠惶誠恐地接受了譚博士的邀請，任教這門課程。我擔心因為我沒受過教育學科的傳統訓練，更不用說長者教育了。沒想到，我在不知不覺中，與三十二個學習的朋友踏上了一條愉快的合作學習的道路。我會尊重和愛他們。

我很尊重他們，因為他們的奉獻和承諾。他們是成果導向的。他們努力，定期上課，並相互支持對方。因為他們想學，所以他們在那裡。他們接納我成為他們的一員，我們榮辱與共。

我愛他們，因為他們願意與我在過程中合作，協作促進認知的增長。因為協作允許更先進的方法去認識和處理世界的發展。

最後，我感謝他們，因為透過他們的各種豐富的生活經驗的分享，他們闡釋了長者的教育。因為解釋清楚的主題事項，往往較容易

從記憶中檢索出來。我的自尊提高了，因為我在他們的眼中看到理解的火花。

親愛的學友，祝願你們保持終身學習，學習終身！讓我們以占士·艾倫的說話共勉：

人貴立志
琢磨心智
雖歷千憂
終能洞察

思考求通
創意無窮
複有千喜
造化大工

葉芊芊教授





校園點滴



同學分享



伍家駒－大專學院體能教練
教學範疇：體適能訓練

我不是一個在職長者導師，過往也不曾想過擔當有關工作。偶然機會下入讀「樂為耆師長者導師」課程，幾位殿堂級教授對教學的熱誠，令我的思想受到很大衝擊，希望將來自己能在長者教育領域上，多出一分力。我想，這可能就是教學相長所產生的效應。

There is an old saying that "a good teacher teaches, a great teacher inspires". I wish to take this opportunity to thank you all that have inspired me along the way, and I feel honored to have been one of your students. I look forward to teaching senior adults with the skills I have acquired and light up more lives that cross my path.



吳瑞愛－秘書
教學範疇：英文、英文會話



吳瑞瓊－傳道人
教學範疇：宗教教育

教與學，是傳遞與溝通的過程。見到一班「老友記」風雨無間地回到學校上課，每一位導師盡心盡力地教導我們，都是我今次學習的收益。真摯與熱忱是老師的教學理念，也將成為我繼續學習的明燈。

讀書的主要目的是想持續學習，希望獲取新知識。在參加這個課程的過程中，除了獲得無數的寶貴意見和知識，我還得到了珍貴的友誼。能與一班志趣相投的朋友一起學習和研究、交流經驗和互動，實在是非常難得。



沈慶禧－退休公務員
教學範疇：基本法通識



張桂英－文員
教學範疇：手工美術設計

做導師真的不容易，還記得實習時，茫無頭緒地搜集資料，準備好教案後，又擔憂學員不知道能否適應我的教法。幸最終能順利完成。最開心是課後教授的評語及指導，對我十分有用，自己也有機會參與其他同學的實習課，增進了不少知識。



陳漢琪－銀行工作
教學範疇：楊家太極拳

知道課程有實習環節，原本打算不如扮病逃過就算了。後來想一想，如果不能畢業豈不是辜負了多位教授的教導？最終打消了這個念頭。由籌備課程、寫教案，思量如何教導學生，都令我明白到甚麼是「教學相長」。



林璨琦－教師
教學範疇：舞蹈

終身學習使我們的生活充滿色彩，不論年齡，我們要保持永久不衰的好奇心；永不熄滅的孩提般求知慾和追求事業的歡樂與熱情。我相信每個人心底都有一座無線電台，它能接收到人間的美好、歡樂和力量，幫助我們保持年輕。



陸錦富－財務策劃師
教學範疇：財務策劃

能夠參與這次課程，我覺得是一種難得的緣份。同學們來自五湖四海，包括有律師、中醫師和退休公務員等，雖然大家背景各異，卻具有相同的理念—就是抱着終身學習的精神，發揮自己所長，達至教學相長的目的。



梁楚常－退休會計師
教學範疇：英文會話

「一億的英文怎麼講啊？手提電話呢？請等一等的英文呢？」在實習課中，聽到學員不斷提出的問題，我又驚又喜，這種好學的精神不就是終身學習的典範嗎？我深深地感受到「樂為耆師」課程，為我的退休生活打開了美好的新一頁。





人生如課堂，我們有時候是學生，在課堂上學習知識；有時候是老師，與他人分享經驗，在學習和分享中，我們不斷成長。光是「學習」這條題目，相信也許要花我們一輩子的時間去研究。

湯嘉耀—經筋治療師
教學範疇：手力按摩及急救

「樂」於學，樂於學
「為」人師，為人師
「耆」艾讚，耆艾讚
「師」資良，師資優
校友良，友誼厚。



鄧惠蓮—銀行從業員
教學範疇：健怡飲食、健腦畫



鄭美芳—文員
教學範疇：國畫

我從小喜愛讀書及繪畫，無奈家貧，早進社會工作，常羨慕別人可成為老師。直到退休後，希望能在餘下歲月裡完成心願，多謝信義會及教育學院給我機會走進校園尋找我失去的夢，讓我活到老、學到老、教到老。



黎詩韻—退休公務員
教學範疇：營養標

未退休的時候，除了工作所需，並無報讀其它課程或興趣班，每天忙忙碌碌，只為上班。退休了，報讀不同的課程吸收新知識，也認識了很多新朋友。每一天都過得很充實，這時才發現「終身學習」是我生活快樂的泉源。



古偉霖－資訊科技
教學範疇：電腦應用

為師之道，浩瀚如海；
開心教導，喜歡學習；
身教言教，互動增長；
教育理念，闡釋無遺；
課程設計，積極創新；
教案編製，紋理清晰；
傳意傳心，心領神會；
要為人師，樂為人師；
多謝老師！祝福老師！



郭志桓－商業管理及董事
教學範疇：數碼攝影

經過「樂為書師」的課程
後，我感到學習的重要性，即
使是為人師，亦必須不斷學習
才可於教學上有進步。



區德全－退休公務員
教學範疇：宗教教育

這個課程給我很大的鼓
勵去持續學習，從課程中學
到不同的教學法，亦讓我對
長者心理學有更多的認識，
也掌握了教學技巧。



王實云－記者
教學範疇：普通話

人生有很多次畢業典禮，幼稚
園、小學、中學、大學……最特別算
是這一次，莫名其妙地報名，然後跟
一班生活上原本不可能會有交叉點的
同學一起上課，很想藉此向所有參與
課程的人說聲「謝謝」，你們讓我擁
有一段非常美好的回憶。



鄧桂芳－特殊學校助理教學
教學範疇：手工藝

我很高興能完成「樂為書師」
的課程，從中我學習到理論課例如
心理學，以及有機會參與實習，將
所學的實踐出來。我會謹記教授們
的教導，希望將來能學以致用，為
長者服務。



李妙賢－財務策劃師
教學範疇：手工藝

每個人的經歷都不同，各有一個生命的倉庫，所有的人生經歷都儲存在這個生命的倉庫中，感謝各位教授能退而不休，不斷在倉庫中取材教學，看到他／她們真的很感動，亦成為了自己在未來日子的推動力。

退休後希望自己能活出彩虹，能有另類發展、實踐自己的理想和樂趣，修讀了「樂為耆師」課程後，學會運用自己的專才，與他人分享及推廣知識，同時亦鼓勵我持續進修。



司徒少梅－營養學及長者護理導師
教學範疇：營養學及長者護理



只想向各位老師說聲：「春風化雨沐師恩！終生受用、感激無限！」

何珮彤－推拿治療師
教學範疇：穴位治療、耳穴治療



陳煥榮－退休助理總裁
教學範疇：理財知識

以前一直未想過能擔任導師義工，但「樂為耆師」課程卻成為我人生的一個轉捩點，從課程中學習到不同的教學技巧，讓我能將自己的專長與人分享。感謝各教授的悉心教導、各同學的互相支持。



「樂」能終身學習，
「為」圓兒時夢想，
「書」時學以致用，
「師」願教學相長。



鍾蓮好－製衣商人
教學範疇：八段錦

學而後知不足，
教學相長！



繆彩蘭－健體導師
教學範疇：健體操、體能訓練

在課程中，接觸到不同背景
的同學，見到大家認真地學習，
以及構思者如何協助長者的晚年
生活，更積極和有意義，的確是
令人振奮的經歷。



袁國良－大律師
教學範疇：法律知識

不只從這個課程中學習到很
多新知識，還認識到很多同學，
他們給我很多鼓勵，使我知道終
身學習和不斷上進的重要性。



董惠卿－物流工作
教學範疇：養生食療





「樂」於學習有恆心，
「為」學最樂不怕辛。
「耆」年專長齊分享，
「師」長教誨永感恩。



葉沛源－電腦教師
教學範疇：電腦應用

「樂為耆師」課程令我增加了自信、學會了獨立思考、解難、變通和創新，更有意義的是以往學習都是為自己，這次卻能運用所學到的教學理論回饋社會，幫助長者學習新事物，令他們與時並進，避免與社會脫節。



徐皓寧－秘書、寶石鑑賞
教學範疇：西洋畫欣賞

課程給了我新的思維，令我對腦部結構有更多認識，在教學技巧方面更是獲益良多，同時亦認識了一班優秀的同學。在此多謝各位老師的教導以及信義會李姑娘、教育學院的安排。



羅小燕－人事管理
教學範疇：溝通技巧訓練

「樂」樂共融，
「為」其大為，
「耆」教耆學，
「師」生共師。



楊美美－高級按摩推拿師及太極導師
教學範疇：保健推拿、中國註冊營養學

畢業同學名單

| | | | | |
|------|-----|-----|-----|-----|
| 何珮彤 | 陳煥榮 | 王寶雲 | 沈慶禧 | 徐皓寧 |
| 袁國良 | 鄧惠蓮 | 李妙賢 | 鍾蓮好 | 邱桂芳 |
| 陸錦富 | 葉沛源 | 吳瑞瓊 | 郭志桓 | 羅小燕 |
| 吳瑞愛 | 鄭美芳 | 陳漢琪 | 張桂英 | 古偉霖 |
| 司徒少梅 | 黎詩韻 | 湯嘉耀 | 林潔琦 | 區德全 |
| 繆彩蘭 | 伍家駒 | 楊美美 | 梁楚常 | 董惠卿 |



36

獎學金名單

| | | |
|-----|-----|------|
| 袁國良 | 鍾蓮好 | 湯嘉耀 |
| 沈慶禧 | 林潔琦 | 董惠卿 |
| 區德全 | 張桂英 | 黎詩韻 |
| 伍家駒 | 古偉霖 | 郭志桓 |
| 陸錦富 | 繆彩蘭 | 吳瑞瓊 |
| 徐皓寧 | 王寶雲 | 司徒少梅 |
| 陳煥榮 | 楊美美 | 羅小燕 |
| 吳瑞愛 | 鄭美芳 | 邱桂芳 |
| 鄧惠蓮 | 梁楚常 | 何珮彤 |
| 葉沛源 | 李妙賢 | 陳漢琪 |



37

香港教育學院「長者學苑」

香港教育學院於二零零八年九月成立「長者學苑」，目標是提供多元化的課程以供長者有更多的學習機會。透過學苑專門為長者而設的科目及其他常規課程，長者不僅可以獲取新知識，更可以體驗大學生活。香港教育學院「長者學苑」還致力為長者學苑導師及相關工作者，提供專業培訓發展機會，同時進行長者學習與教育研究，以促進長者學習發展。香港教育學院「長者學苑」現設於終身學習研究與發展中心。

自二零零九年九月，香港教育學院透過「長者學苑」提供一系列本科生科目供長者修讀。長者學員以旁聽生申請報讀，不需參與任何考核或評估，亦不計算任何學位或學分，完成科目後即可獲頒發進修證書。

自二零一零年十月開始，香港教育學院「長者學苑」聯合基督教香港信義會推出「樂為耆師」長者導師培訓專業證書課程。課程目的是為長者導師及相關工作者提供專業的教師培訓，尤其是針對終身教育、高齡教育與學習及相關教學法，幫助學員進一步擴闊知識層面、提升專業的教學水平及增強靈活的工作技能，為香港社會培育出高齡教育的專業人才。



基督教香港信義會社會服務部 長者綜合服務

沙田多元化老人社區服務中心

沙田瀝源邨貴和樓123,125-140號地下
電話：2691-7163 傳真：2694-8158
電郵：sme@elchk.org.hk

沙田扶輪社社區資訊科技學院

沙田瀝源邨貴和樓123,125-140號地下
電話：2691-7163 傳真：2694-8158
電郵：sme@elchk.org.hk

慧妍雅集長青成長坊

沙田瀝源邨祿泉樓地下
電話：2691-7163 傳真：2694-8158
電郵：sme@elchk.org.hk

馬鞍山長者地區中心

馬鞍山錦泰苑商場一樓
電話：3124-7633 傳真：3124-7712
電郵：mosdecc@elchk.org.hk

沙田護老坊

沙田秦石邨石玉樓3樓341-360號
電話：2698-4881 傳真：2695-7588
電郵：scc@elchk.org.hk

沙田及新界東(大埔及北區)

改善家居及社區照顧服務
沙田秦石邨石玉樓3樓341-360號
電話：2698-4881 傳真：2695-7588
電郵：scc@elchk.org.hk

頌安長者鄰舍中心

馬鞍山頌安邨頌智樓地下
電話：2144-3199 傳真：2144-3177
電郵：conec@elchk.org.hk

善學慈善基金

關宜卿愉翠長者鄰舍中心
馬鞍山愉翠苑服務設施大樓地下
電話：2630-7070 傳真：2630-7123
電郵：ycnec@elchk.org.hk

葵涌長者鄰舍中心

葵涌石蔭邨商場平台A單位
電話：2420-1906 傳真：2427-2817
電郵：kc@elchk.org.hk

屯門改善家居及社區照顧服務

屯門山景邨景榮樓15號地下
電話：2467-7040 傳真：2454-4482
電郵：fmehccs@elchk.org.hk

屯門西長者日間護理中心

屯門西山景邨景樂樓8-10號地下
電話：2467-1812 傳真：2462-3881
電郵：tmde@elchk.org.hk

山景長者護理院

屯門山景邨景榮樓2、3樓
電話：2467-6612 傳真：2463-6689
電郵：skca@elchk.org.hk

信義健顧會

屯門山景邨景榮樓7-9號地下
電話：2467-2620 傳真：2463-9998
電郵：lhac@elchk.org.hk

信義尊長會

屯門兆康苑商場2樓227號
電話：2465-7166 傳真：2468-4290
電郵：lsc@elchk.org.hk

長者病人出院家居支援計劃

屯門青松觀路屯門醫院康復大樓二樓
老人科日間醫院
電話：3767-7386 傳真：3767-7387
電郵：IDSP@elchk.org.hk

恩顧居

葵涌葵盛圍364號馮鑑社會服務大樓2-5樓
電話：2155-2828 傳真：2612-2339