樂心樂力樂善終

香港樂心會 LCC

Life Commitment Charity Club

每月通訊

2025年7月至8月

*慈善機構註冊號碼：91/12101

香港樂心會 Life Commitment Charity Club

*慈善機構註冊號碼：91/12101

每月通訊

香港樂心會（樂心會）成立於2007年，並於2012年註冊為香港政府認可之非牟利慈善團體，多年來積極推行「耆樂同行」計劃，提供一站式免費居家照顧服務。

聯絡我們

9853 8283

香港樂心會 HKL3C

深水埗醫局街207號健基閣一樓B室
3619 9544
contactus@hkl3c.org
hkl3c.org
HK_L3C

hkl3c.org

【樂心會的目標】

「耆樂同行」計劃透過改善獨居長者和兩老家庭的身心健康，以達致居家安老為目標。計劃按長者需要提供一站式免費居家照顧服務，與不同團體合作建立社區網絡，讓長者在自己熟悉的地方，有充足的支援下頤養天年，並且活得豐盛及有尊嚴。本會最終目標將計劃推行至18區，提供服務給全港有需要的長者。

建立社區支援網

【社區保姆】

我們積極在區內聘請退休人士及婦女等擔任「社區保姆」，為有需要的長者提供居家服務，除可推動區內就業，讓退休人士及婦女重投社會，更可以利用「同區」的優勢，凝聚社區力量，重建互助互愛的鄰舍關係。

【運用社會資源】

我們與不同社福機構和專業團體合作，透過本會建立的慈善服務平台，轉介及跟進個案，建立多元化的支援網絡，讓長者可及時得到適切的幫助。

如果您認同本會的工作理念，歡迎加入我們的義工團隊或以捐款形式支持我們！

網上捐款

轉數快識別碼 9235102

香港樂心會有限公司

直接捐款銀行戶口

HSBC 賬戶號碼：741-233894-838

「以愛傳愛」

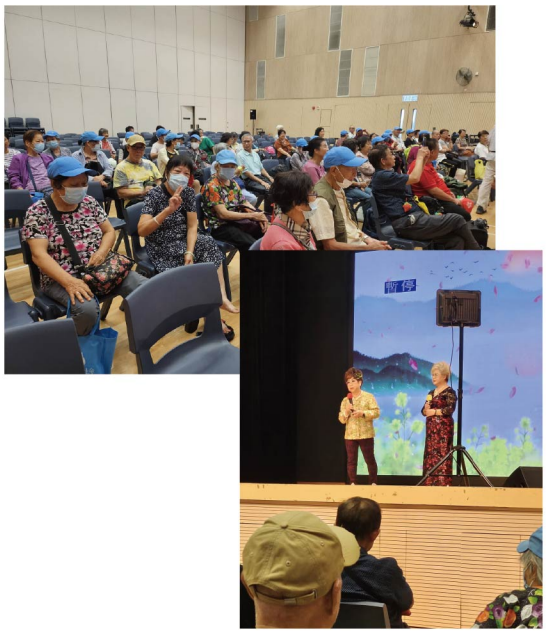
持續性地為長者送上祝福

義工招募

報名表格

樂心樂力樂善終
香港樂心會
Life Commitment Charity Club
*慈善機構註冊號碼：91/12101

"活動回顧"



【粵曲會知音．綜合節目表演】

7月18日特別鳴謝『紅聲曲藝社主辦』的粵曲節目表演活動，邀請我們香港樂心會一班老友記到紅磡社區會堂欣賞表演。

愛心義工們透過表演，並與長者們一起唱歌和跳舞，營造了充滿歡樂的氛圍。他們都非常投入及顯得開心不已。在場充滿了歡樂的笑聲、愉快的互動！回程時老友記都開心地獲得善長機構贊助一個豐富的大福袋！

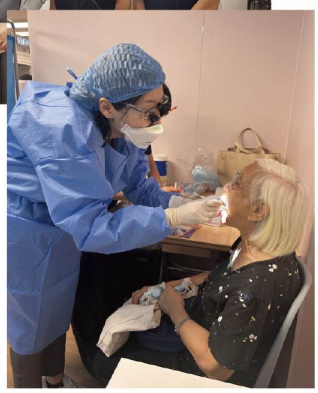
【樂心健康齊關注】

7月29日及8月19日『香港中文大學那打素護理學院』的老師和學生為老友記提供健康評估服務。體檢程序包括驗身者填寫個人健康、詳細病歷問卷，以協助初步了解他們的整體健康狀況。學生們測量老友記的血壓、血糖、體脂、心率等健康狀況。

香港人口漸趨老化，關注長者健康實在不容忽視。定期檢查身體，除了能增強個人健康意識、令長期病患者病情得以控制外；更能夠從中及早發現疾病先兆！

樂心樂力樂善終
香港樂心會
Life Commitment Charity Club
*慈善機構註冊號碼：91/12101

"活動回顧"



【長者檢查牙齒服務】

8月1日『優越護理慈善有限公司』醫護牙科團隊到中心，為老友記提供講座及檢查牙齒服務。

透過講座可令長者增加對護理牙齒的知識，從而幫助更多有需要的長者，讓他們接受有需要的牙科治療。在醫護人員檢查牙齒時，如發現有需要的長者可安排免費接受補牙和脫牙服務。

【關懷長者探訪活動：7月份】

7月25日『樂心會親子義工隊』上門探訪長者和派飯活動。

香港樂心會積極鼓勵義工們帶同子女參加「親子義工隊」，透過探訪獨居長者，家長可以身教讓孩子明白敬老的概念，孩子亦會從旁觀察父母如何關懷長者，鼓勵小朋友與長者對話互動，學習如何與長輩溝通！以愛傳愛的精神，趁周末或假期一起體驗做義工的樂趣！

樂心樂力樂善終
香港樂心會
Life Commitment Charity Club
*慈善機構註冊號碼：91/12101

"活動回顧"

【一日遊活動：愛滿關懷．樂也融融】

2025年8月10日，MPL培訓中心的LC112團隊，學員帶老友記登上香港最高的太平山頂大富翁夢想世界」，亦是全球首個大富翁主題館。老友記彷彿置身於遊戲世界之中，親身體驗成為大富翁的樂趣和挑戰！還緊貼著潮流，與一眾老友記齊齊「返老還童」！

中午一起到酒樓食大餐和玩集體遊戲，義工們整天細心陪伴每一位老友記，一齊遊玩，回程時更收到一個大大的福袋，所有參與者都整天笑容滿面，樂而忘返！

【關懷長者探訪活動：8月份】

8月16日『Australian International School Hong Kong香港澳洲國際學校』一群學生上門探訪活動，他們完全打破語言的障礙，用大愛的力量關懷長者，令老友記感到溫暖和愛心！

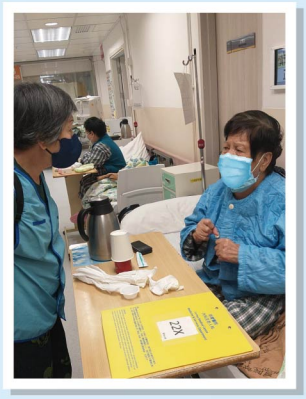
這次活動讓各位老師和同學眼界大開，有助培養她們敬老和關懷長者，學生除了向長者傳達問候和關心外，更親自贈送福袋給老友記們，表達愛與祝福的心意！

樂心樂力樂善終
香港樂心會
Life Commitment Charity Club
*慈善機構註冊號碼：91/12101

每月通訊

自2025年8月起，香港樂心會增設「義工醫院探訪服務」，只為將正面及樂觀的訊息帶進潔白的病房，送到本會每一位住院「老友記」的床前。

我們深知，醫院裡的時光格外漫長，因此，義工們帶去的，不僅僅是問候，更是最真摯的情感支持、陪伴與心靈的互動。每一次探訪，都是一次溫柔的陪伴，藉此帶走疾病給與的孤寂，用傾聽與對話，為長者的內心注入力量，讓他們重新感受到與外界緊緊相連的歸屬感。



每月通訊

樂心樂力樂善終
香港樂心會
Life Commitment Charity Club

*慈善機構註冊號碼：91/12101

2025中秋月餅義賣
義工活動花絮

"感謝各位善長的支持！
讓我們可以繼續與長者同行！
祝大家中秋節快樂，團圓如意！"

香港樂心會得到劉森記麵家全力贊助，推出「以愛傳愛」慈善月餅禮盒，所有收益扣除成本後，將全數捐贈樂心會用作慈善用途。

每月通訊

樂心樂力樂善終
香港樂心會
Life Commitment Charity Club
*慈善機構註冊號碼：91/12101

銀齡夢飛航2025
台北4天之旅
活動花絮

香港樂心會 x 銀齡夢飛航

香港樂心會一直以來以照顧基層獨居長者和兩老家庭為主，今年我們跳出自己框框，突破恆常的服務，首次舉辦**「銀齡夢飛航」**的計劃，帶領21位銀齡長者，體驗他們人生第一次的旅行。今個意義非凡的台北4天之旅，有賴「銀齡夢飛航」發起人Tammy，與及出心出力的合作夥伴，包括協辦義遊、毋忘愛及醫護行者，讓長者在義工及醫護人員陪伴下展開旅途。

台灣中正紀念堂

樂心樂力樂善終
香港樂心會
Life Commitment Charity Club
*慈善機構註冊號碼：91/12101

每月通訊

銀齡夢飛航2025
台北4天之旅・活動花絮

香港樂心會務求為今次旅行安排妥善，我們花了9個月籌備，由健康評估、家訪、辦理護照、義工配對。而每位參與長者都經歷嚴格甄選，需具備70歲以上、獨居或雙老、從未出境旅遊、社交能力穩定等條件。當中最年長的長者是94歲，而最年輕的義工是00後，透過今次旅行共創多代共融的時光，彼此學習與陪伴，一起放天燈、走進台北101、製作鳳梨酥、晚間派對、懷舊服飾街拍等。每一個環節均讓長者建立人與人之間連繫，重拾對世界的好奇，對生命的熱情及展現久違的活力和喜悅。

今次是一趟心靈上的療癒之旅，燃點長者內心的希望和生命力，絕對不是一次普通的旅行，而是見證了年齡不是限制，只是故事的開始。

樂心樂力樂善終
香港樂心會
Life Commitment Charity Club
*慈善機構註冊號碼：91/12101

每月通訊

銀齡夢飛航2025之
九十四歲的李伯伯台北之旅

九十四歲的李伯伯，人生早已習慣平靜。一趟夢飛航的台灣之旅，意外為他牽起一份新緣份。李伯伯是這趟旅程最大年紀的一位老友記，我們安排他與九十後的義工同房四日三夜。旅程中，兩人同住同行，簡單相處，滋生了自然情誼。不論是在十分放天燈，一同許下願望；還是一同登上台北101的觀景台，都為這對跨世代的友情帶來珍貴的回憶。

旅程結束，故事卻未完結。主動延續聯繫的，竟是李伯伯。伯伯記下所有同行義工的聯絡方式，時不時打電話或傳訊息，問候樸實真切：「返工辛唔辛苦?」「食咗飯未？」這份反過來的關心讓義工倍感窩心。義工習慣了付出關懷，從未想過會成為一位九旬長者持續惦記、主動問候的對象。這種牽掛，讓他感到份外深刻。

對李伯伯而言，義工的真誠和這次旅程的溫暖，在他平靜的心湖投下石子，帶來了久違的觸動。這份跨代情誼，讓他深深信任樂心會。對義工而言，就如多了一位和藹可親的爺爺。生活中的喜怒哀樂都有了傾訴的對象，彼此溫暖照應。每當收到李伯伯的關心，就像喝下一碗暖胃的熱湯，簡單卻治癒。而當義工訴說煩惱時，伯伯總會用九十載的人生閱歷，作出最樸實的開解。

李伯伯見人就講：「臨老俾我行咗個尾運，可以去旅行不特止，重識到咁多對我咁好嘅人。」後來，李伯伯主動找我們樂心會，想將自己的善終安排轉托到我們手上。「我信得過你哋。」這句簡單的託付，是對機構最大的肯定，也是一段始於旅程、真摯情誼所結下的最重要的信任。

樂心樂力樂善終
香港樂心會
Life Commitment Charity Club
*慈善機構註冊號碼：91/12101

每月通訊

銀齡夢飛航2025之
芬姐和趙伯伯台北之旅

芬姐和趙伯結婚五十六年了。
他們的婚姻始於動盪的年代。那時文化大革命，貧窮是生活的全部。像許多同時代的夫婦一樣，他們沒有婚禮，甚至沒有一張像樣的合影。那個遺憾，深深埋在了芬姐心底。

直到這次夢飛航的台灣之旅。
行程中一個溫暖的安排，是為長者拍一輯精心打扮好的照片。當芬姐穿着旗袍、趙伯換上唐裝，兩人站在鏡頭前，閃光燈亮起的剎那，彷彿穿越了半個多世紀的時光，補回了最初就該有的那一刻。芬姐沒想到，人生走到這個階段，還能圓了這個年輕時的夢。

這份遲來的紀念，讓她重新審視身邊這個沉默卻堅實的伴侶。在感恩環節，情緒激動的她，淚水止不住地流：「多謝你，一直以來照顧我……」千言萬語，都化在這句簡單卻沉重的感謝裡。

旅程的尾聲，他們一起放天燈。芬姐在燈上寫下心願。她說，人老了，有時覺得人生也就這樣了，沒什麼盼望。但當看著承載著心願的天燈緩緩升空，愈飛愈高，照亮夜空時，她心裡好像也有些東西被點亮了，重新感受到了久違的盼望。

一趟旅行，補上了一張遲來了五十六年的照片，也讓兩顆老夫老妻的心，重新靠攏，找到了繼續走下去的溫暖和力量。

樂心樂力樂善終
香港樂心會
Life Commitment Charity Club
*慈善機構註冊號碼：91/12101

“居家安老”定期恆常服務

香港樂心會主張提供一站式個案管理服務，因應個別長者的需要，協調及安排6大範疇的支援服務，致力改善長者的生活質素。

包括：生活照顧、改善家居、醫療義診、情緒輔導、創建社交、善終服務

上門派飯

生活照顧

免費為長者提供上門派飯、陪診、代購、陪散步、剪甲、剪髮等服務。

陪診

剪甲

剪髮

上門清潔

上門維修

改善家居

因應長者家居環境需要，提供清潔及維修等支援。

每月通訊

中醫義診

醫療義診

定期為長者安排中醫義診、針灸治療、眼睛檢查及白內障手術、痛症治療、牙科服務、長者健康諮詢街站及醫療講座等。

睛彩驗眼服務

牙科服務

健康諮詢街站

心靈茶敍

情緒輔導小組

情緒輔導

提供認知障礙症情緒輔導轉介服務。

太極健走

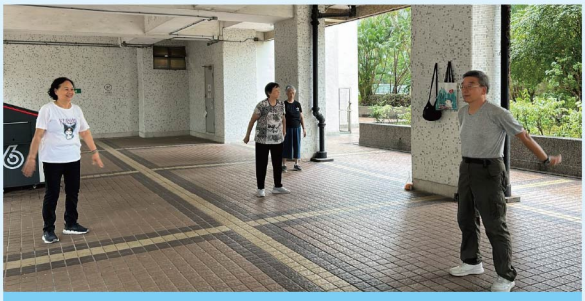
創建社交

定期舉辦不同興趣班和節日聚餐，鼓勵長者積極參與社區活動，增進長者社區參與度及精神健康，其中「太極健走」最受長者會員喜愛的活動。

每月通訊

香港樂心會
Life Commitment Charity Club
*慈善機構註冊號碼：91/12101

創建社交


八段錦

伴你鬆一鬆

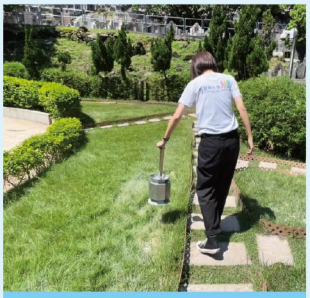
長者一天遊

癒療工作坊

智能電話教授日

義工上門探訪

頌缽放輕鬆


撒放骨灰

殯葬事宜

善終服務

善終服務為沒有親人或有需要的長者辦理身後事，包括為先人安排所有殯葬事宜，當中包括殮房認屍、辦理死亡證、訂火化爐、設靈、守夜等。2021~2023年共有15名長者會員簽署善終服務同意書，2023年度有一位長者離世，樂心會全權包辦長者的身後事。

每月通訊

多謝你的支持香港樂心會（機構/團體）

我們衷心感謝以下機構、基金會、團體及個別人士透過捐款、撥款，或爲我們提供免費公益服務，給予香港樂心會無比重要的支持，一起讓長者老有所安、老有所依。

下列名單

- **中醫義診＋派發營養飯盒**
  贊助機構：榕光社

- **上門派飯**
  贊助派飯保姆費用：HAFFA（香港貨運物流業協會）
  贊助飯盒費用　　：惜食堂

- **上門清潔**
  贊助機構：泓福慈善基金

- **眼科檢查**
  贊助機構：睛彩慈善基金

- **痛症護理**
  贊助機構：香港拉筋專業總會

- **指甲護理**
  贊助機構：惜、剪（香港美甲義工服務聯會）

- **儀容護理**
  贊助機構：Beijing Hair Culture (Hair & Nail's)

- **運動班**
  贊助機構：ChiRunning

樂心樂力樂老終

香港樂心會 L3C

Life Commitment Charity Club

*慈善機構註冊號碼：91/12101

每月捐款計劃

Monthly Donation Scheme

有你的一份支持，
獨居長者便多一份關懷！

立即成為
每月
捐款同行者
Be a Regular Donor NOW !

ACTION NOW!
立即捐款

香港樂心會於2017年開始紮根深水埗，服務基層獨居長者和兩老家庭，致力提供居家安老的支援予有需要的長者，包括上門派飯、陪診、家居清潔、中醫義診、情緒支援和善終服務等，讓他們可以在自己熟悉的社區內生活，並且活得豐盛及有尊嚴，今年更擴展服務至心靈層面的項目。

籌得之善款將繼續為香港樂心會用作支持「居家安老服務計劃」專為深水埗獨居長者及雙老家庭支援。

The funds raised will continue to be used by Life Commitment Charity Club to support the "Home Care Service Programm" which specifically supports elderly people living alone & elderly families in Sham Shui Po.

每月捐款平台

Monthly Donation Platform

香港樂心會一直以來都有賴各界人士的捐款支持，讓我們有能力為長者提供服務，由日常生活照顧至百年歸老的善終安排，務求令獨居長者晚年生活得到尊嚴和溫暖。贊助每位長者每月只需港幣$400，讓我們有能力提供一年持續性的服務。

+852 3619 9544
hkl3c.org
中心會址 - 深水埗醫局街207號健基閣1樓B室
+852 9889 7751
HK_L3C
香港樂心會HKL3C
hk.l3c

謝謝你的善心捐款和支持
讓我們一齊讓愛傳出去