

眾心行善

煮埋你果份

透過烹調家鄉菜，關心長者，互相分享美食及家鄉故事。



志趣助人計劃

善用自己的技能和專長，例如手機上網、攝影、導賞等，去幫助有需要的人吧！



生日節日預埋你

在生日/節日等大日子，會考慮為他人也送上祝福嗎？

生日篇 走訪不同長者中心為體弱長者慶祝生日。

節日篇 大時大節將溫暖送上門，讓獨居長者感受溫暖。



編織守護團

透過編織毛公仔、頸巾等手織品，將關心化成心意，將愛心送給有需要的人！

50+

上門應援團

社區上有很多獨居體弱長者行動不便、缺乏親友支援。

有沒有想過...可以上門陪他們傾談，或是陪他們外出參加社區活動？快來協助他們增加社交，與社區保持聯繫吧！



50+

幫緊你幫緊理



歡迎與朋友組隊，向我們提出長者服務計劃書，為社區的長者設計最適合他們需要的服務計劃方案！



賽馬會
眾心行善
JC VOLUNTEER
TOGETHER

策劃及捐助：



香港賽馬會慈善信託基金

合作夥伴：



基督教香港信義會社會服務部



50+ Café



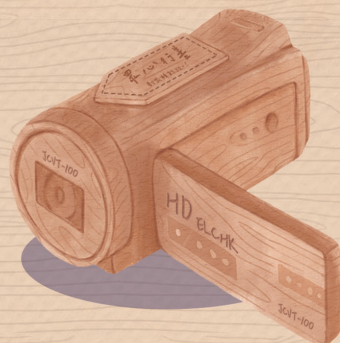
計劃自己的「退休」不容易，當中可能有很多事情想做、想學，但亦有很多擔心、煩惱。

有沒有興趣與退休路上的同路人分享退休生活智慧和經驗？

歡迎成為心靈咖啡師，學習沖煮咖啡，互相分享退休生涯規劃。

「跨代·承傳愛」 全港短片募集暨義工關懷行動

歡迎大家組隊，按主題拍攝短片，及後將所拍攝之短片分享予安老院舍的長者共賞，讓長者們藉短片增加社交互動，感受社區關愛。



眾心行善

50+ 義工推廣計劃

聯絡資料

電話 3598-8955 / 4629-1281
電郵 jcvrt@elchk.org.hk



義工登記
QR Code

歡迎登記成為
我們的義工！

* 歡迎企業/團體義工與我們聯絡及合作 *

關於計劃

「賽馬會眾心行善 -
50+ 義工推廣計劃」

由香港賽馬會慈善信託基金策劃及捐助，計劃會以多元化的義工培訓及服務機會，鼓勵充滿魄力及經驗的 50+ 社群參與及帶領義工活動，開展幫助別人、關懷社區的「義工」人生。



計劃目的

1. 宣揚具生產力老年 (Productive Ageing)，扭轉社會對 50+ 義工的固有形象；
2. 透過不一樣的義務工作，讓金齡人士探索及實踐有意義的生活；
3. 建構金齡人士參與義工服務之社會氣氛，確立身份及價值，建立與家庭及社會互信。

全城關愛 150



除左自己做運動，大家都可以幫手鼓勵長者一齊做運動，齊齊保持身體健康。喜歡做運動的你，快來加入我們！

你會如何雕琢自己的 50+ 人生？

