

青衣長者鄰舍中心
 2026年8月份活動節目表

| 週日 | 週一                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | 週二                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | 週三                                                                                                                                                                                                                                    | 週四                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 週五                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | 週六                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|----|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | <div>1</div> <div>                     9:30 米蘭牌<br/>                     10:30 米蘭牌<br/>                     2:30 米蘭牌<br/>                     3:30 米蘭牌                 </div>                               |
| 2  | <div>3</div> <div>                     9:30 米蘭牌<br/>                     10:30 米蘭牌<br/>                     2:00 ♥「智」老友義工訓練2627④                 </div>                                                                 | <div>4</div> <div>                     9:15 ●★關愛大使探訪服務—義工招募<br/>                     9:45 ●★關愛大使探訪服務1—長者<br/>                     10:00 唱遊普通話2026(二)①<br/>                     2:00 ●動動腦筋我至叻—義工招募<br/>                     2:30 ●動動腦筋我至叻—長者<br/>                     3:30 方型踏步進階班2026(二)④<br/>                     4:00 ★2026「袋袋」有祝福②                 </div> | <div>5</div> <div>                     10:00 齊學米蘭牌(8月)①<br/>                     11:00 護老者與認知障礙症患者平衡小組<br/>                     2:00 愛「護」友加 - 美膳小組①                 </div>                                                            | <div>6</div> <div>                     9:30 米蘭牌<br/>                     10:30 米蘭牌<br/>                     10:00 ♥生命之旅·生死教育小組④<br/>                     4:00 芬蘭木柱班2026(二)③                 </div>  | <div>7</div> <div>                     9:30 剪髮服務(2026年8月)<br/>                     10:00 26-27電話關心一線通(第二季)<br/>                     11:00 ♥快樂無限<br/>                     2:00 易筋棒八段錦2026(一)⑧                 </div>                                                                                                        | <div>8</div> <div>                     9:30 米蘭牌<br/>                     10:30 米蘭牌<br/>                     2:30 米蘭牌<br/>                     3:30 米蘭牌                 </div>                               |
| 9  | <div>10</div> <div>                     3:00 ●★「栽」種有「時」·<br/>沿途有你感恩暨分享禮                 </div>                                                                                                                                                                                                           | <div>11</div> <div>                     10:00 唱遊普通話2026(二)②<br/>                     11:00 ♥齊做繞線畫<br/>                     3:30 方型踏步進階班2026(二)⑤                 </div>                                                                                                                                                                                       | <div>12</div> <div>                     9:00 ♥護士診所(2026年8月)<br/>                     10:00 齊學米蘭牌(8月)②<br/>                     2:15 ★社區照顧-日間中心服務睇真D<br/>                     3:30 「雀·友」玩樂(第二季)①                 </div>                | <div>13</div> <div>                     10:00 ●關愛大使跨區聚會<br/>                     11:15 ♥認知「腦」友記小組2 ①<br/>                     2:00 愛「護」友加 - 美膳小組②<br/>                     2:30 ♥26-27耆兵義工會(第二季)<br/>                     4:00 芬蘭木柱班2026(二)④                 </div>                    | <div>14</div> <div>                     10:00 福安組(2627第二季)<br/>                     10:00 26-27電話關心一線通(第二季)<br/>                     10:30 ●★「時間銀行」義工服務跨區聚會<br/>                     2:00 易筋棒八段錦2026(一)⑨<br/>                     3:15 ●★關愛大使探訪服務—義工招募<br/>                     4:00 ●★關愛大使探訪服務2—長者                 </div> | <div>15</div> <div>                     9:00 ★愛羣學苑開學禮暨畢業典禮2026<br/>                     10:00 26-27通訊耆兵義工(第二季)<br/>                     2:30 米蘭牌<br/>                     3:30 米蘭牌                 </div>  |
| 16 | <div>17</div> <div>                     10:00 8月中心資訊日<br/>                     10:00 ♥人生鐵路馬賽克手作<br/>                     11:00 ●兌換活動-飛鏢<br/>                     2:00 ●關愛大使培訓—<br/>血壓管理全攻略(飲食篇)<br/>                     2:00 ♥「智」老友齊齊玩3<br/>                     3:00 ●「時間銀行」兌換站                 </div> | <div>18</div> <div>                     10:00 唱遊普通話2026(二)③<br/>                     3:30 方型踏步進階班2026(二)⑥<br/>                     4:00 ★2026「袋袋」有祝福③                 </div>                                                                                                                                                                                 | <div>19</div> <div>                     10:00 齊學米蘭牌(8月)③<br/>                     2:00 愛「護」友加 - 美膳小組③<br/>                     2:00 ♥手機安全你要知<br/>                     3:30 「雀·友」玩樂(第二季)②                 </div>                       | <div>20</div> <div>                     9:30 飲得營養(4月至9月)<br/>                     11:15 ♥認知「腦」友記小組2 ②<br/>                     2:30 ♥五味人生·預設照顧桌遊坊(8月)<br/>                     3:00 芬蘭木柱自主小組(8月)<br/>                     4:00 芬蘭木柱班2026(二)⑤                 </div>                    | <div>21</div> <div>                     9:30 米蘭牌<br/>                     10:30 米蘭牌<br/>                     10:00 26-27電話關心一線通(第二季)                 </div>                                                                           | <div>22</div> <div>                     9:30 米蘭牌<br/>                     10:30 米蘭牌<br/>                     2:30 米蘭牌<br/>                     3:30 米蘭牌                 </div>                            |
| 23 | <div>24</div> <div>                     9:30 米蘭牌<br/>                     10:30 米蘭牌<br/>                     4:00 樂齡男士組                 </div>                                                                        | <div>25</div> <div>                     10:00 唱遊普通話2026(二)④<br/>                     11:00 ♥小食製作<br/>                     3:30 方型踏步進階班2026(二)⑦                 </div>                                                                                                                                                                                        | <div>26</div> <div>                     9:30 米蘭牌<br/>                     10:30 米蘭牌<br/>                     2:30 輪椅維修講座                 </div>  | <div>27</div> <div>                     10:00 快活三寶(2627第二季)<br/>                     11:15 ♥認知「腦」友記小組2 ③<br/>                     2:00 愛「護」友加 - 美膳小組④<br/>                     4:00 芬蘭木柱班2026(二)⑥                 </div>                                                               | <div>28</div> <div>                     10:00 ♥樂齡科技同樂玩(8月)<br/>                     2:00 易筋棒八段錦2026(一)⑩<br/>                     3:15 ●兌換活動-芬蘭木柱體驗                 </div>                                                                                                                                                  | <div>29</div> <div>                     9:30 米蘭牌<br/>                     10:30 米蘭牌<br/>                     2:30 米蘭牌<br/>                     3:30 米蘭牌                 </div>                            |
| 30 | <div>31</div> <div>                     10:00 衛生署健康講座(8月)<br/>                     10:00 26-27通訊耆兵義工(第二季)<br/>                     1:30 26-27通訊耆兵義工(第二季)<br/>                     2:00 ♥「智」老友義工訓練2627⑥                 </div>                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                        | 備註1: 中心活動有機會因應惡劣天氣情況而作出取消或改期。<br>職員會於活動前通知所有參加者。敬請留意。<br>備註2: ●本中心與CIIF合辦之活動<br>★外出活動<br>♥樂青薈<br>聖經金句: 我們愛, 因為神先愛我們。(約翰一書 4:19)                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                |