

青衣長者鄰舍中心 2026年5月份活動節目表

週日	週一	週二	週三	週四	週五	週六
	<p>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。職員會於活動前通知所有參加者。敬請留意。</p> <p>備註2: ●本中心與CIIF合辦之活動</p> <p>★外出活動</p> <p>♥樂青薈</p> <p>聖經金句: 追求公義仁慈的, 就尋得生命、公義和尊榮。</p> <p>箴言 21:21</p>				<p>1</p> <h1>勞動節</h1>	<p>2</p> <p>10:00 Silver Swag街舞班①</p> <p>2:30 米蘭牌</p> <p>3:30 米蘭牌</p> 
3	4	5	6	7	8	9
	<p>9:30 ★樂活到戶運動小組④</p> <p>11:00 我和「腦」友有一趟旅程①</p> <p>2:00 ♥「智」老友義工訓練2627</p>	<p>9:30 ●★「親近鄰舍」社區宣傳服務</p> <p>10:00 ♥樂齡科技小組</p> <p>10:00 唱遊普通話2026(一)②</p> <p>2:00 義工大學-「義工與你齊齊玩」(2026年4-5月)</p> <p>2:00 ●兌換活動-芬蘭木柱體驗</p> <p>3:30 方型踏步進階班2026(一)②</p> 	<p>9:15 SSE方型踏步初班(第一期)①</p> <p>11:15 認知「腦」友記小組1④</p> <p>2:30 米蘭牌</p> <p>3:30 米蘭牌</p> 	<p>9:30 米蘭牌</p> <p>10:30 米蘭牌</p> <p>3:30 ♥保良局世德小學探訪活動</p> <p>4:00 芬蘭木柱班2026(一)③</p> 	<p>9:30 ★青衣主恩小學探訪活動</p> <p>10:00 福安組(2627第一季)</p> <p>10:00 26-27電話關心一線通(第一季)</p> <p>2:00 ★青衣主恩小學探訪活動</p> <p>2:00 ●★家居環境安全評估—義工招募</p> <p>2:30 ●家居環境安全評估服務—長者</p> 	<p>9:30 ●★大型友善探訪</p> <p>10:00 Silver Swag 街舞班②</p> <p>2:30 米蘭牌</p> <p>3:30 米蘭牌</p> 
10	11	12	13	14	15	16
	<p>9:30 長者健體訓練班①</p> <p>9:30 ★樂活到戶運動小組⑤</p> <p>9:30 ●簡易家居維修班—防火小貼士</p> <p>11:00 我和「腦」友有一趟旅程②</p> <p>2:00 ♥「智」老友義工訓練2627</p> <p>2:00 ●關愛大使培訓—焦慮自救SOS(網上講座)</p>	<p>9:15 ●★關愛大使探訪服務—義工招募</p> <p>9:45 ●★關愛大使探訪服務1—長者</p> <p>10:00 ♥樂齡科技小組</p> <p>10:00 唱遊普通話2026(一)③</p> <p>2:00 ♥照護食介紹及烹調示範工作坊</p> <p>3:30 方型踏步進階班2026(一)③</p>	<p>9:15 SSE方型踏步初班(第一期)②</p> <p>11:00 ♥《共敘·起行》照顧者小組①</p> <p>11:15 認知「腦」友記小組1⑤</p> <p>2:00 ♥失禁處理技巧及皮膚護理</p> <p>2:30 米蘭牌</p> <p>3:30 米蘭牌</p> 	<p>9:30 2026雅培活動:血管測試</p> <p>1:30 ★仁濟小學與你FUN(5月)</p> <p>1:30 26-27耆兵義工會(第一季)</p> <p>4:00 芬蘭木柱班2026(一)④</p>	<p>9:30 ●動動腦筋我至叻—義工招募</p> <p>10:00 ●動動腦筋我至叻—長者</p> <p>2:00 ●兌換活動-飛鏢</p>	<p>9:30 明愛聖若瑟中學探訪活動(5月)</p> <p>10:00 26-27通訊耆兵義工(第一季)</p> <p>10:00 Silver Swag 街舞班③</p> <p>2:30 米蘭牌</p> <p>3:30 米蘭牌</p> 
17	18	19	20	21	22	23
	<p>9:30 ★長者健體訓練班②</p> <p>10:00 5月中心資訊日</p> <p>11:00 我和「腦」友有一趟旅程③</p> <p>2:00 「智」老友齊齊玩2</p>	<p>10:00 ♥樂齡科技小組</p> <p>10:00 唱遊普通話2026(一)④</p> <p>3:30 方型踏步進階班2026(一)④</p> 	<p>9:00 護士診所(2026年5月)</p> <p>9:15 SSE方型踏步初班(第一期)③</p> <p>11:00 ♥《共敘·起行》照顧者小組②</p> <p>2:30 ♥2026年4月-6月生日會</p>	<p>9:30 米蘭牌</p> <p>10:30 米蘭牌</p> <p>2:30 ●★關愛大使探訪服務—義工招募</p> <p>2:30 ●★關愛大使探訪服務2—長者</p> <p>4:00 芬蘭木柱班2026(一)⑤</p>	<p>10:00 26-27電話關心一線通(第一季)</p>  	<p>10:00 Silver Swag 街舞班④</p> <p>2:30 米蘭牌</p> <p>3:30 米蘭牌</p> <p>4:00 樂齡男士組(2026年5-7月)</p> 
24	25	26	27	28	29	30
	<h1>佛誕翌日</h1>	<p>8:30 ★樂齡科技知多D</p> <p>10:00 ♥樂齡科技小組</p> <p>10:00 唱遊普通話2026(一)⑤</p> <p>3:30 方型踏步進階班2026(一)⑤</p> 	<p>9:15 SSE方型踏步初班(第一期)④</p> <p>11:00 ♥《共敘·起行》照顧者小組③</p> <p>11:15 認知「腦」友記小組1⑥</p> <p>2:30 五味人生·預設照顧桌遊坊</p>	<p>10:00 快活三寶(2627第一季)</p> <p>1:30 ★仁濟小學與你FUN(5月)</p> <p>4:00 芬蘭木柱班2026(一)⑥</p>	<p>9:30 飲得營養(4月至9月)</p> <p>10:00 ♥衛生署健康講座(5月)</p> <p>10:00 ●「時間銀行」義工服務核心會議</p> <p>11:30 ●「時間銀行」兌換站</p> <p>2:30 ♥「護」愛—春暖花開綢絲扇</p> <p>2:30 米蘭牌</p> <p>3:30 米蘭牌</p> 	<p>10:00 26-27通訊耆兵義工(第一季)</p> <p>10:00 Silver Swag 街舞班⑤</p> <p>1:30 26-27通訊耆兵義工(第一季)</p> <p>2:30 米蘭牌</p> <p>3:30 米蘭牌</p> 