

青衣長者鄰舍中心 2026年1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 ★外出活動 ♥樂耆薈</p> <p>聖經金句:「一宿雖然有哭泣,早晨便必歡呼。」詩篇 30:5</p>			<p>1 元旦</p>	<p>2</p> <p>9:30 剪髮服務 9:30 ♥樂齡健體閣(第二期)① 2:30 米蘭牌 3:30 米蘭牌</p> 	<p>3</p> <p>9:30 米蘭牌 10:30 米蘭牌</p> 
4	<p>5</p> <p>9:30 ♥長者健體訓練班(第二期)② 2:00 ♥「智」老友義工訓練 2:30 米蘭牌 3:30 米蘭牌</p> 	<p>6</p> <p>9:15 ★●關愛大使探訪服務1—義工招募(1月) 9:30 ★50+社區街站 9:45 ★●關愛大使探訪服務1—長者 10:00 唱遊普通話2025-26年度(第二期)⑧ 11:00 ●關愛大使聚會1</p>	<p>7</p> <p>10:00 福安組 11:15 認知「腦」友記小組(1月-3月)① 2:30 米蘭牌 3:30 米蘭牌</p> 	<p>8</p> <p>9:30 米蘭牌 10:30 米蘭牌 1:30 25-26耆兵義工會(第四季) 3:00 方型踏步運動班25-26年度(第三期)⑦</p> 	<p>9</p> <p>9:30 ●「時間銀行」兌換活動-芬蘭木柱體驗 9:30 ♥樂齡健體閣(第二期)② 10:00 25-26電話關心一線通(第四季) 2:30 ●家居環境安全評估重溫課及上門服務—義工招募 2:30 ♥樂齡科技好好玩(1月-3月) 3:00 ★●家居環境安全評估上門服務—長者</p>	<p>10</p> <p>9:30 米蘭牌 10:30 米蘭牌</p> 
11	<p>12</p> <p>9:30 藥劑師藥物諮詢(1月) 9:30 ♥長者健體訓練班(第二期)③ 2:00 ♥「智」老友義工訓練 2:30 ●護航大使培訓-手機網上購物及電子支付(下)</p>	<p>13</p> <p>10:00 唱遊普通話2025-26年度(第二期)⑨ 10:00 ♥易徑玩樂腦朋友① 1:30 義工大學-「義工與你齊齊玩」(2026年1-3月) 2:30 ●動動腦筋我至叻—義工招募 3:00 ●動動腦筋我至叻—長者</p>	<p>14</p> <p>9:00 護士診所(2026年1-3月) 10:00 ♥易徑玩樂腦朋友② 11:15 認知「腦」友記小組(1月-3月)② 2:30 米蘭牌 3:30 米蘭牌</p> 	<p>15</p> <p>3:00 方型踏步運動班25-26年度(第三期)⑧ 2:30 ★●關愛大使探訪服務2—義工招募(1月) 3:00 ★●關愛大使探訪服務2—長者 4:15 ●關愛大使聚會2</p>	<p>16</p> <p>9:30 ♥樂齡健體閣(第二期)③ 2:30 米蘭牌 3:30 米蘭牌</p> 	<p>17</p> <p>9:30 米蘭牌 10:30 米蘭牌 10:00 25-26通訊耆兵義工(第四季)</p> 
18	<p>19</p> <p>9:30 ♥長者健體訓練班(第二期) 10:00 1月中心資訊日 2:30 「智」老友齊齊玩 4:00 樂齡男士組</p> 	<p>20</p> <p>9:30 ●★「親近鄰舍」社區宣傳服務 9:30 ★50+社區街站 10:00 唱遊普通話2025-26年度(第二期)⑩ 10:00 ♥易徑玩樂腦朋友③ 1:30 ★義工大學聚會-「關懷一百天」 2:30 ●簡易家居維修班—發熱電器安全使用及保養方法</p>	<p>21</p> <p>10:00 衛生署健康講座 11:15 認知「腦」友記小組(1月-3月)③ 2:30 米蘭牌 3:30 米蘭牌</p> 	<p>22</p> <p>10:00 快活三寶(2025年10月-2026年3月) 10:30 ♥鬆一鬆活力伸展工作坊 2:30 米蘭牌 3:15 ★●流動「真人圖書館」 3:30 米蘭牌</p> 	<p>23</p> <p>9:30 飲得營養(2026年1月) 9:30 ♥樂齡健體閣(第二期)④ 10:00 25-26電話關心一線通(第四季) 2:30 ♥樂齡科技好好玩(1月-3月) 2:30 米蘭牌 3:30 米蘭牌</p>	<p>24</p> <p>8:30 ★義工嘉許暨團年25-26年度</p> 
25	<p>26</p> <p>9:30 ♥長者健體訓練班(第二期)⑤ 9:30 米蘭牌 10:30 米蘭牌 2:00 ♥「智」老友義工訓練</p> 	<p>27</p> <p>9:30 ●「時間銀行」兌換活動-飛鏢 10:00 ♥易徑玩樂腦朋友④ 2:30 ●「時間銀行」義工服務核心會議 4:00 ●「時間銀行」兌換站</p>	<p>28</p> <p>11:15 認知「腦」友記小組(1月-3月)④ 2:30 米蘭牌 3:30 米蘭牌</p> 	<p>29</p> <p>10:00 ●關愛大使培訓-長者運動及防跌評估 2:30 米蘭牌 3:30 米蘭牌</p> 	<p>30</p> <p>9:30 ♥樂齡健體閣(第二期)⑤ 9:30 米蘭牌 10:30 米蘭牌 2:30 ♥樂齡科技好好玩(1月-3月)</p> 	<p>31</p> <p>9:30 米蘭牌 10:00 25-26通訊耆兵義工(第四季) 10:30 米蘭牌 1:30 25-26通訊耆兵義工(第四季)</p> 