

# 青衣長者鄰舍中心 2025年7月份活動節目表

| 週日 | 週一  | 週二  | 週三  | 週四   | 週五   | 週六  |
|----|---|---|---|--|--|---|
|    | <p><b>1初七</b></p> <p><b>香港特別行政區<br/>成立紀念日</b></p>    | <p><b>2初八</b></p> <p>9:30 吞嚥困難健康講座<br/>11:15 認知「腦」友記小組(7月-9月)①</p>   | <p><b>3初九</b></p> <p>10:00 粵曲藝社(第一期)25-26年度⑥<br/>2:30 米蘭牌<br/>3:30 米蘭牌</p>   | <p><b>4初十</b></p> <p>9:30 剪髮服務(2025年7月)<br/>2:00 易筋棒八段錦2025-26年度(第一期)⑤</p>                              | <p><b>5十一</b></p> <p>9:30 米蘭牌<br/>10:30 米蘭牌<br/>2:30 愛「護」友加—<br/>護老園藝治療小組①</p>    |   |
| 6  | <p><b>7十三</b></p> <p>9:30 米蘭牌<br/>10:30 米蘭牌<br/>2:00 「智」老友義工訓練</p>  | <p><b>8十四</b></p> <p>9:15 ★●關愛大使探訪服務—<br/>義工招募(6月)<br/>11:15 ●關愛大使聚會<br/>2:30 米蘭牌<br/>3:30 米蘭牌</p>            | <p><b>9十五</b></p> <p>11:15 認知「腦」友記小組(7月-9月)②<br/>3:30 老有所為-方型踏步舞訓練班①</p>   | <p><b>10十六</b></p> <p>10:00 粵曲藝社(第一期)25-26年度⑦<br/>3:30 方型踏步運動班25-26年度(第二期)④</p>                         | <p><b>11十七</b></p> <p>10:00 25-26電話關心一線通(第二季)<br/>2:00 易筋棒八段錦2025-26年度(第一期)⑥<br/>3:30 認識灰甲講座</p>   | <p><b>12十八</b></p> <p>10:00 老有所為-方型踏步舞訓練班②<br/>2:30 愛「護」友加—<br/>護老園藝治療小組②</p>  |
| 13 | <p><b>14二十</b></p> <p>9:30 米蘭牌<br/>10:30 米蘭牌<br/>2:00 「智」老友義工訓練</p>    | <p><b>15廿一</b></p> <p>9:15 ★●家居環境安全評估上門服務—<br/>義工招募<br/>2:00 ●關愛大使培訓—電話詐騙要小心<br/>2:30 米蘭牌<br/>3:30 米蘭牌</p>  | <p><b>16廿二</b></p> <p>9:00 護士診所(2025年7-9月)<br/>10:00 福安組(2025年4-9月)<br/>11:15 認知「腦」友記小組(7月-9月)③<br/>3:30 老有所為-方型踏步舞訓練班③</p>  | <p><b>17廿三</b></p> <p>9:15 ★●關愛大使探訪服務—<br/>義工招募(6月)<br/>10:00 粵曲藝社(第一期)25-26年度⑧<br/>11:15 ●關愛大使聚會<br/>3:30 方型踏步運動班25-26年度(第二期)②</p>  | <p><b>18廿四</b></p> <p>9:30 雅培活動：骨質密度檢查<br/>2:00 易筋棒八段錦2025-26年度(第一期)⑦</p>  | <p><b>19廿五</b></p> <p>10:00 老有所為-方型踏步舞訓練班④<br/>10:00 ★愛羣學苑開學禮暨畢業禮<br/>2:30 愛「護」友加-護老園藝治療小組③<br/>3:30 ★「雀·友」玩樂(7月)<br/>3:30 25-26通訊耆兵義工(第一季)</p>                   |
| 20 | <p><b>21廿七</b></p> <p>9:30 ★●「親近鄰舍」社區宣傳服務<br/>及走訪宣傳<br/>10:00 7月中心資訊日<br/>2:00 「智」老友齊齊玩(7-8月)<br/>3:30 ●簡易家居維修班-<br/>廁所水箱及水龍頭</p>  | <p><b>22廿八</b></p> <p>9:30 飲得營養(2025年7月)<br/>2:00 ●動動腦筋我至叻—義工招募<br/>2:30 米蘭牌<br/>3:30 米蘭牌</p>               | <p><b>23廿九</b></p> <p>2:00 ●護航大使培訓—<br/>心靈垃圾清一清(網上講座)<br/>3:00 ●「時間銀行」兌換站<br/>3:30 老有所為-方型踏步舞訓練班⑤</p>                        | <p><b>24六月</b></p> <p>10:00 快活三寶(2025年4-9月)<br/>2:00 樂齡男士組-AI生活體驗④<br/>3:30 方型踏步運動班25-26年度(第二期)③</p>  | <p><b>25初二</b></p> <p>9:30 米蘭牌(娛樂室)<br/>10:30 米蘭牌(娛樂室)</p>    | <p><b>26初三</b></p> <p>10:00 老有所為-方型踏步舞訓練班⑥<br/>2:30 愛「護」友加-護老園藝治療小組④<br/>3:30 ★「雀·友」玩樂(7月)</p>  |
| 27 | <p><b>28初五</b></p> <p>10:00 衛生署健康講座(2025年4-9月)<br/>2:00 *關愛大使培訓—<br/>拆解痛風之謎(網上講座)<br/>2:00 「智」老友義工訓練日</p>   | <p><b>29初六</b></p> <p>2:00 *「時間銀行」義工服務核心會議<br/>3:30 *「時間銀行」兌換站</p>    | <p><b>30初七</b></p> <p>9:30 米蘭牌<br/>10:30 米蘭牌</p>   | <p><b>31</b></p> <p>10:00 粵曲藝社(第一期)25-26年度⑨<br/>11:30 ★中銀人壽第十屆黃金時代<br/>展覽暨高峰會2025<br/>2:00 樂齡男士組-AI生活體驗⑤<br/>3:30 25-26通訊耆兵義工(第一季)</p>   | <p><b>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。</b></p> <p><b>備註2: ●本中心與CIIF合辦之活動<br/>★外出活動</b></p>  <p><b>聖經金句: 我們愛, 因為神先愛我們。(約翰一書 4:19)</b></p> |   |