

青衣長者鄰舍中心 2025年10月份活動節目表

週日	週一	週二	週三	週四	週五	週六
	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。 備註2: ●本中心與CIIF合辦之活動 ★外出活動 ♥分中心 聖經金句: 凡事要謙虛、溫柔、忍耐, 用愛心互相寬容, 以和平彼此聯繫, 竭力保持聖靈所賜的合一。(以弗所書 4:2-3)		1初十 國慶	2十一 9:30 米蘭牌 10:30 米蘭牌 3:30 方型踏步運動班 25-26年度(第二期)⑦	3十二 9:30 剪髮服務(2025年10月) 	4十三 9:30 米蘭牌 10:30 米蘭牌 
5	6十五 11:00 愛「護」友加—護老慶中秋 2:00 護老者福袋賀中秋 2:00 「智」老友義工訓練 	7十六 中秋節翌日	8十七 9:30 ●「時間銀行」兌換活動-芬蘭木柱體驗 11:15 認知「腦」友記小組(10月-12月)① 2:00 關節炎運動與護理 2:00 ●關愛大使培訓-認識流行性感冒(網上講座)(娛樂室) 4:00 7-9月生日會慶中秋	9十八 9:30 米蘭牌 10:30 米蘭牌 2:00 細系織織(10月) 3:30 方型踏步運動班 25-26年度(第二期)⑧ 	10十九 10:00 細系織織(10月) 10:00 香港大學<社區長者預防流感綜合計劃(2025冬季)> 2:00 ●護航大使培訓—桌遊小教室 3:30 25-26耆兵義工會(第三季)	11二十 9:30 米蘭牌 10:30 米蘭牌 11:00 ●★幸福家庭 傳承規劃: 平安五寶法律講座
12	13廿二 9:30 ●動動腦筋我至叻—義工招募 10:00 ●動動腦筋我至叻 2:00 「智」老友義工訓練 2:00 愛「護」友加—中醫睡眠健康講座	14廿三 9:15 ★●關愛大使探訪服務1—義工招募(10月) 9:45 ★●關愛大使探訪服務1 11:00 ●關愛大使聚會1 2:30 ●簡易家居維修班-天花維修	15廿四 10:00 福安組(2025年10月-2026年3月) 11:15 認知「腦」友記小組(10月-12月)②	16廿五 9:30 飲得營養(2025年10月)(娛樂室) 9:30 米蘭牌 10:30 米蘭牌 3:30 方型踏步運動班 25-26年度(第二期)⑨ 	17廿六 10:00 如何處理認知障礙症患者的行為問題 2:00 ★《親友逝世 如何處理?!》	18廿七 9:30 米蘭牌 10:30 米蘭牌 3:30 25-26通訊耆兵義工(第三季) 
19	20廿九 9:30 ★紀念抗戰勝利八十周年展覽 10:00 10月中心資訊日 10:30 ★●社區走訪—義工招募 2:00 「智」老友義工訓練 2:30 ●家居環境安全評估重溫課程及上門服務—義工招募 3:15 ●家居環境安全評估上門服務 4:30 ●「時間銀行」兌換站	21九月初一 9:30 米蘭牌 10:30 米蘭牌 	22初二 9:00 護士診所(2025年10-12月) 10:00 雅培運動: 活力強肌運動帶操 11:15 認知「腦」友記小組(10月-12月)③ 	23初三 9:15 ★●關愛大使探訪服務2—義工招募(10月) 9:45 ★●關愛大使探訪服務2 10:00 快活三寶(2025年10月-2026年3月) 11:00 ●關愛大使聚會2 2:00 ♥東華護理學院-姿態與運動 3:30 方型踏步運動班 25-26年度(第二期)⑩ 	24初四 10:00 25-26電話開心一線通(第三季) 	25初五 9:30 園藝治療小組 2:00 米蘭牌 3:00 米蘭牌 
26	27初七 10:00 衛生署健康講座(2025年10月-2026年3月) 11:00 愛「護」友加—桌球體驗日 2:00 「智」老友義工訓練 2:00 輪椅維修講座	28初八 10:00 唱遊普通話2025-26年度(第一期)⑨ 3:00 樂齡男士組(2025年9-12月) 	29初九 重陽節	30初十 9:30 米蘭牌 10:30 米蘭牌 3:00 樂齡男士組(2025年9-12月) 	31十一 10:00 25-26通訊耆兵義工(第三季) 2:00 愛「護」友加—「肌」不可失網上講座	