

青衣長者鄰舍中心 2026年3月份活動節目表

週日	週一	週二	週三	週四	週五	週六	
1	2 2:00 ●關愛大使培訓—瞓得好 健康好 2:00 ♥「智」老友義工訓練 4:15 ★明愛長者學苑陪你學(2月-3月)	3 9:15 ●★關愛大使探訪服務1— 義工招募(3月) 9:45 ●★關愛大使探訪服務1—長者 10:00 唱遊普通話2025-26年度(第三期)④ 2:00 ●「時間銀行」兌換活動-芬蘭木柱體驗	4 9:40 ★青怡堂新春樂齡歡聚2026 10:00 ♥樂齡科技好好玩(1月-3月) 11:15 認知「腦」友記小組(1月-3月)⑧ 2:30 米蘭牌 3:30 米蘭牌 	5 2:30 米蘭牌 3:30 米蘭牌 	6 9:30 剪髮服務(2026年3月) 2:00 ●「時間銀行」兌換活動-飛鏢 3:15 簡易家居維修班- 選購「小型」家電基本常識及安全 要點 	7 9:30 ★50+社區街站 10:00 同樂街舞班⑦ 2:30 米蘭牌 3:30 米蘭牌 	
8	9 9:30 ●動動腦筋我至叻—義工招募 10:00 ●動動腦筋我至叻—長者 2:00 ♥「智」老友義工訓練 4:15 ★明愛長者學苑陪你學(2月-3月)	10 10:00 唱遊普通話2025-26年度(第三期)⑤ 10:30 ♥繽紛時光-沙燭創作 2:30 ●關愛大使核心會議	11 9:00 護士診所(2026年1-3月) 10:00 ♥樂齡科技好好玩(1月-3月) 11:15 認知「腦」友記小組(1月-3月)⑨	12 10:00 ●護航大使培訓—長者數碼培訓之智方便 2:30 米蘭牌 3:30 米蘭牌 	13 10:00 25-26電話關心一線通(第四季) 2:30 米蘭牌 3:30 米蘭牌 	14 10:00 同樂街舞班⑧ 10:00 25-26通訊耆兵義工(第四季) 2:30 米蘭牌 3:30 米蘭牌 	
15	16 10:00 3月中中心資訊日 2:00 「智」老友齊齊玩	17 10:00 唱遊普通話2025-26年度(第三期)⑥ 2:00 義工大學 - 「義工與你齊齊玩」 (2026年1-3月)	18 10:00 福安組(2025年10月-2026年3月) 10:00 ♥樂齡科技好好玩(1月-3月) 11:15 認知「腦」友記小組(1月-3月)⑩	19 9:30 米蘭牌 10:30 米蘭牌 2:30 ★●關愛大使探訪服務2—義工招募(3月) 2:30 ★●關愛大使探訪服務2—長者 2:30 ♥BGCA長幼共融同樂日	20 10:15 ●「守望相助」社區合作活動— 齊齊參與「時間銀行」 2:30 米蘭牌 3:30 米蘭牌 	21 2:30 米蘭牌 3:30 米蘭牌 	
22	23 9:30 飲得營養(2026年3月) 09:30 米蘭牌 10:30 米蘭牌 1:00 ★維園花展遊 2:00 ♥「智」老友義工訓練	24 9:30 ★50+社區街站 10:00 唱遊普通話2025-26年度(第三期)⑦ 2:30 米蘭牌 3:30 米蘭牌 	25 9:30 米蘭牌 10:30 米蘭牌 4:00 2026年1至3月生日會 	26 10:00 快活三寶(2025年10月- 2026年3月) 1:30 25-26耆兵義工會(第四季)	27 9:30 ●家居環境安全評估重溫課程 及上門服務—義工招募 10:00 25-26電話關心一線通(第四季) 3:15 ●「時間銀行」義工服務核心會議 4:45 ●「時間銀行」兌換站	28 9:30 ★2026年賣旗義工隊 2:30 米蘭牌 3:30 米蘭牌 	
29	30 10:00 衛生署健康講座(2025年10- 2026年3月) 3:30 ●「跨界別協作平台」會議	31 10:00 唱遊普通話2025-26年度(第三期)⑧ 10:00 25-26通訊耆兵義工(第四季) 1:30 25-26通訊耆兵義工(第四季) 2:30 米蘭牌 3:30 米蘭牌				<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 ♥樂青蒼 聖經金句:「我懼怕的時候要倚靠你。」詩篇 56:3</p>	