

# 青衣長者鄰舍中心 2024年8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>聖經金句: 應當一無掛慮, 只要凡事藉著禱告、祈求和感謝, 將你們所要的告訴上帝。(腓立比書4:6)</p>				<p>1廿七</p> <p>10:00 粵曲藝社(第二期)③</p> <p>2:30 米蘭牌(娛樂室)</p> <p>3:00 方型踏步運動班(第二期)①</p> <p>3:30 米蘭牌(娛樂室)</p> <p align="center">  </p>	<p>2廿八</p> <p>9:30 米蘭牌(娛樂室)</p> <p>10:00 義工電話關心一線通</p> <p>10:30 米蘭牌(娛樂室)</p> <p>2:00 研發小組</p> <p>2:00 易筋棒八段錦(第一期)⑥</p> <p>3:30 耆兵義工會</p>	<p>3廿九</p> <p>10:00 愛「護」友加—護老園藝治療小組④</p> <p>11:30 老有所為活動計劃—舞舞無難度街舞訓練①</p> <p>2:00 「再走一步」護老同行小組④</p> <p>2:30 *★「連結葵青 說好故事」—「樓長」及「護航大使」嘉許暨分享禮</p>
4	<p>5初二</p> <p>9:00 中心進行高空清洗</p> <p>2:00 「智」老友義工訓練①</p> <p>2:00 * 關愛大使培訓—「健康有法」多元社區健康工作坊(小組活動)</p> <p>4:00 樂齡男士組(手機應用篇)</p>	<p>6初三</p> <p>10:00 唱遊普通話(第二期)④</p> <p>11:00 桌遊「智」多星小組⑥</p> <p>1:00 綜合英文班(第二期)⑨</p> <p>2:00 * 關愛大使電話慰問—義工招募(8月)</p> <p>2:00 中華文化班-(成語篇)(第二期)⑨</p> <p>3:15 時代金曲齊齊唱(第二期)⑧</p>	<p>7立秋</p> <p>10:00 ★恩福組</p> <p>11:15 認知「腦」友記小組⑤</p> <p>3:00 健腦健康資訊</p> <p align="center">  </p>	<p>8初五</p> <p>10:00 粵曲藝社(第二期)④</p> <p>2:30 米蘭牌(娛樂室)</p> <p>3:00 方型踏步運動班(第二期)②</p> <p>3:30 米蘭牌(娛樂室)</p>	<p>9初六</p> <p>9:30 * 「時間銀行」服務簡介會</p> <p>10:30 * 「時間銀行」兌換站</p> <p>2:00 易筋棒八段錦(第一期)⑦</p> <p>2:30 米蘭牌(娛樂室)</p> <p>3:30 米蘭牌(娛樂室)</p>	<p>10初七</p> <p>10:00 愛「護」友加—護老園藝治療小組⑤</p> <p>11:30 老有所為活動計劃—舞舞無難度街舞訓練②</p> <p>2:00 「再走一步」護老同行小組⑤</p> <p>4:00 電子飛鏢樂</p>	
11	<p>12初九</p> <p>11:00 樂齡科技好好玩</p> <p>2:00 「智」老友玩桌遊</p> <p>3:15 *★參觀投委會理財教育體驗館—外出活動</p> <p>3:30 照顧者痛症運動</p>	<p>13初十</p> <p>10:00 唱遊普通話(第二期)⑤</p> <p>11:00 桌遊「智」多星小組⑦</p> <p>1:00 綜合英文班(第二期)⑩</p> <p>2:00 中華文化班-(成語篇)(第二期)⑩</p> <p>3:15 時代金曲齊齊唱(第二期)⑨</p>	<p>14十一</p> <p>9:00 護士診所</p> <p>10:00 衛生署健康講座—精明使用長者醫療券</p> <p>11:15 認知「腦」友記小組⑥</p> <p>1:30 盡在不言中—護老者軟餐製作</p> <p>3:30 中風預防照顧者支援護老講座</p>	<p>15十二</p> <p>10:00 粵曲藝社(第二期)⑤</p> <p>2:00 搓一搓 鬆一鬆 腦清空</p> <p>2:30 米蘭牌(娛樂室)</p> <p>3:00 方型踏步運動班(第二期)③</p> <p>3:30 米蘭牌(娛樂室)</p>	<p>16十三</p> <p>10:00 * 關愛大使跨區聚會</p> <p>2:30 米蘭牌</p> <p>3:30 米蘭牌</p> <p align="center">  </p>	<p>17十四</p> <p>9:00 * 大型友善探訪—中信銀行</p> <p>10:00 通訊耆兵義工</p> <p>10:00 愛「護」友加—護老園藝治療小組⑥</p> <p>11:30 老有所為活動計劃—舞舞無難度街舞訓練③</p> <p>2:00 「再走一步」護老同行小組⑥</p>	
18	<p>19十六</p> <p>9:30 *★「親近鄰舍」社區宣傳服務—義工招募</p> <p>10:00 8月中心資訊日</p> <p>11:00 醫護行社區藥房服務簡介</p> <p>2:00 「智」老友義工訓練②</p> <p>2:00 * 護航大使培訓—「認識脂肪肝」(網上講座)</p> <p>3:00 * 「時間銀行」兌換站</p> <p>4:00 樂齡男士組(資訊科技篇)</p>	<p>20十七</p> <p>10:00 義工電話關心一線通</p> <p>10:00 唱遊普通話(第二期)⑥</p> <p>11:00 桌遊「智」多星小組⑧</p> <p>1:00 綜合英文班(第三期)24-25年-唱歌學英文①</p> <p>2:00 中華文化班(第三期)24-25年-成語篇(III)①</p> <p>2:00 * 關愛大使探訪服務</p> <p>3:15 時代金曲齊齊唱(第二期)⑩</p>	<p>21十八</p> <p>9:30 飲得營養</p> <p>10:00 雅培活動: 心房顫動測試</p> <p>11:15 認知「腦」友記小組⑦</p> <p>3:30 玻璃彩繪燈工作坊①</p> <p align="center">  </p>	<p>22虛暑</p> <p>10:00 快活三寶</p> <p>2:00 愛羣學苑—學長交流會—環保工作坊</p> <p>2:30 米蘭牌(娛樂室)</p> <p>3:30 米蘭牌(娛樂室)</p>	<p>23二十</p> <p>9:30 藥劑師藥物諮詢服務</p> <p>9:30 * 動動腦筋我至叻</p> <p>11:00 愛「護」友加—土耳其浮水畫絲巾工作坊</p> <p>2:00 易筋棒八段錦(第一期)⑧</p> <p>3:30 * 簡易家居維修班—洗手盤及廁所水箱</p>	<p>24廿一</p> <p>10:00 愛「護」友加—護老園藝治療小組⑦</p> <p>11:30 老有所為活動計劃—舞舞無難度街舞訓練④</p> <p>2:00 「再走一步」護老同行小組⑦</p> <p>2:30 米蘭牌(娛樂室)</p> <p>3:30 米蘭牌(娛樂室)</p> <p>4:00 芬蘭木柱初體驗</p>	
25	<p>26廿三</p> <p>9:00 中心大清潔</p> <p>3:00 資訊科技你要知(8月)</p> <p>4:00 「好好坐」照顧者休息站—中藥按摩捶保健工作坊</p>	<p>27廿四</p> <p>10:00 唱遊普通話(第二期)⑦</p> <p>10:30 *★時間銀行跨區會議—外出活動</p> <p>1:00 綜合英文班(第三期)24-25年-唱歌學英文②</p> <p>2:00 中華文化班(第三期)24-25年-成語篇(III)②</p> <p>3:15 時代金曲研習班(第三期)24-25年①</p>	<p>28廿五</p> <p>10:00 愛「護」友加—活力健康操</p> <p>11:15 認知「腦」友記小組⑧</p> <p>3:30 玻璃彩繪燈工作坊②</p> <p align="center">  </p>	<p>29廿六</p> <p>10:00 粵曲藝社(第二期)⑥</p> <p>2:30 米蘭牌(娛樂室)</p> <p>3:00 方型踏步運動班(第二期)④</p> <p>3:30 米蘭牌(娛樂室)</p>	<p>30廿七</p> <p>10:00 寶可夢模型體驗班</p> <p>2:00 易筋棒八段錦(第一期)⑨</p> <p>2:30 通訊耆兵義工</p> <p align="center">  </p>	<p>31廿八</p> <p>10:00 愛「護」友加—護老園藝治療小組⑧</p> <p>11:30 老有所為活動計劃—舞舞無難度街舞訓練⑤</p> <p>2:00 「再走一步」護老同行小組⑧</p> <p>2:30 米蘭牌(娛樂室)</p> <p>3:30 米蘭牌(娛樂室)</p> <p>4:00 在職護老好幫手—沖泡抹茶體驗</p>	