

## 青衣長者鄰舍中心 2026年4月份活動節目表

週日	週一	週二	週三	週四	週五	週六
	 <p><b>復活節快樂</b> Happy Easter</p>		<p>1</p> <p>9:30 米蘭牌 10:30 米蘭牌 2:30 腦退化症與口腔健康講座</p> 	<p>2</p> <p>9:30 米蘭牌 10:30 米蘭牌 3:15 ♥「銀髮安心三步曲」—長者防跌、防騙、防災工作坊</p> 	<p>3</p> <p><b>耶穌受難節</b></p>	<p>4</p> <p><b>耶穌受難節翌日</b></p>
5	<p>6</p> <p><b>清明節翌日</b></p>	<p>7</p> <p><b>復活節星期一翌日</b></p>	<p>8</p> <p>9:00 護士診所(2026年4月) 10:00 照顧者登記日 3:45 ♥「開心講舊時」懷緬小組④</p>	<p>9</p> <p>11:00 ●護航大使培訓—穴位按摩工作坊 2:30 米蘭牌 3:15 ♥「銀髮安心三步曲」—長者防跌、防騙、防災工作坊⑤ 3:30 米蘭牌</p>	<p>10</p> <p>10:00 福安組(2627第一季) 2:30 ●★家居環境安全評估—義工招募 3:00 ●★家居環境安全評估服務—長者</p>	<p>11</p> <p>2:30 米蘭牌 3:30 米蘭牌</p> 
12	<p>13</p> <p>9:30 飲得營養(4月至9月) 9:30 ★樂活到戶運動小組 ① 9:30 ●動動腦筋我至叻—義工招募 10:00 26-27電話關心—線通(第一季) 10:00 ●動動腦筋我至叻—長者 2:00 ●關愛大使培訓—脂肪肝飲食 3:45 ♥「開心講舊時」懷緬小組⑥</p>	<p>14</p> <p>9:15 ●關愛大使探訪服務—義工招募 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)⑦ 11:00 ●關愛大使聚會—義工招募 2:00 義工大學—「義工與你齊齊玩」 3:15 ●★關愛大使探訪服務1—長者</p>	<p>15</p> <p>11:15 認知「腦」友記小組1 2:00 投委會退休自主理財講座</p>	<p>16</p> <p>9:30 ●關愛大使探訪服務—義工招募 10:00 ●★關愛大使探訪服務2—長者 11:15 ●關愛大使聚會—義工招募</p>	<p>17</p> <p>9:30 剪髮服務(2026年4月) 2:30 米蘭牌 3:30 米蘭牌</p>  	<p>18</p> <p>9:30 ♥樂齡科技同樂玩 10:00 26-27通訊耆兵義工(第一季) 2:30 米蘭牌 3:30 米蘭牌 3:30 ★「雀·友」玩樂(4月)</p>
19	<p>20</p> <p>9:30 ★樂活到戶運動小組 ② 10:00 4月中心資訊日 2:00 「智」老友齊齊玩1 3:45 ♥「開心講舊時」懷緬小組⑥</p>	<p>21</p> <p>9:30 ♥長者健體評估日 10:00 唱遊普通話2025-26年度(第三期)⑧ 2:30 米蘭牌 3:30 米蘭牌</p> 	<p>22</p> <p>10:00 預防肌肉流失講座 11:15 認知「腦」友記小組1 2:30 米蘭牌 3:30 米蘭牌</p> 	<p>23</p> <p>10:00 快活三寶(2627第一季) 1:30 26-27耆兵義工會(第一季) 4:00 芬蘭木柱班2026(一)</p>	<p>24</p> <p>10:00 舒「護」痛症健體工作坊 10:00 26-27電話關心—線通(第一季) 2:30 ♥柔和粉彩復活節工作坊 A班 3:30 ♥柔和粉彩復活節工作坊 B班 2:30 米蘭牌 3:30 米蘭牌</p>	<p>25</p> <p>9:30 ♥樂齡科技同樂玩 9:30 米蘭牌 10:30 米蘭牌 3:30 ★「雀·友」玩樂(4月)</p> 
26	<p>27</p> <p>9:30 ★樂活到戶運動小組 ③ 10:00 衛生署健康講座(4月) 2:00 卡路里 理唔理? 3:45 呂明才小學「成長的天空」探訪</p>	<p>28</p> <p>10:00 唱遊普通話2026(一)① 10:00 ●兌換活動-飛鏢 2:00 ★仁濟小學與你FUN 2:00 ●簡易家居維修班—選購家電 3:30 ●兌換活動-芬蘭木柱體驗 4:30 ●「時間銀行」兌換站</p>	<p>29</p> <p>11:15 認知「腦」友記小組1 2:30 米蘭牌 3:30 米蘭牌</p> 	<p>30</p> <p>9:30 米蘭牌 10:00 26-27通訊耆兵義工(第一季) 10:30 米蘭牌 1:30 26-27通訊耆兵義工(第一季) 2:00 ★仁濟小學與你FUN 4:00 芬蘭木柱班2026(一)</p>	<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 ♥樂青薈 聖經金句:你的話是我腳前的燈,是我路上的光。 詩篇 119:105</p>	