

星期日	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六
1/5 四月 勞動節 	2/5 初二 勞動節翌日 勞動節快樂 	3/5 初三 ※早上 8:00 接受電話報名※ 以下為活動編號·詳見第二頁 1-12 號	4/5 初四 	5/5 初五 ※領取工作紙※ 腦當益壯(一)【工作紙】 護老減壓活動(一)【工作紙】	6/5 初六 	7/5 初七
【5 月份壽星會員】5 月 3 至 5 月 31 日期間於辦公時間內可到中心領取壽星禮物一份						
8/5 初八 佛誕節	9/5 初九 佛誕節翌日 	10/5 初十	11/5 十一  我播你唱【短片+答題】	12/5 十二 10:30 智能手機 Q&A(一)A【二樓】 2:30 智能手機 Q&A(一)B【二樓】	13/5 十三 10:00 中心通訊義工組【二樓】	14/5 十四 
【5 月份壽星會員】5 月 3 至 5 月 31 日期間於辦公時間內可到中心領取壽星禮物一份						
15/5 十五	16/5 十六 	17/5 十七  護老者趣聞(一)【短片+答題】	18/5 十八 10:30 好歌唱給你(二)【三樓】 10:00 護老伸展操【短片+答題】	19/5 十九 10:30 舒閒禪繞畫(一)【三樓】 (活動會按社署指引舉行實體或網上活動)	20/5 二十 10:00 機構借用場地【二樓】	21/5 小滿
【5 月份壽星會員】5 月 3 至 5 月 31 日期間於辦公時間內可到中心領取壽星禮物一份						
22/5 廿二	23/5 廿三  中心服務巡禮【影片】	24/5 廿四 3:00 認識有需要護老者講座【ZOOM】	25/5 廿五 2:30 潮流關注組【ZOOM】	26/5 廿六 2:30 盞鬼廣東話(一)【三樓】 (活動會按社署指引舉行實體或網上活動)	27/5 廿七 11:00 棋中有你(二)【ZOOM】 2:00 樂齡女童軍(5月)【三樓】 (活動會按社署指引舉行實體或網上活動)	28/5 廿八 
續證週	上午:9:30-12:00 會員號碼:10-422	上午:9:30-12:00 會員號碼:884-1087	上午:9:30-12:00 會員號碼:1253-1413	上午: 9:30-12:00 會員號碼:1497-1617	上午: 9:30-12:00 會員號碼:1684-1787	
	下午:2:30-5:00 會員號碼:423-883	下午: 2:30-5:00 會員號碼:1088-1252	下午: 2:30-5:00 會員號碼:1414-1496	下午: 2:30-5:00 會員號碼:1618-1683	下午: 2:30-5:00 會員號碼:1788-1885	
【5 月份壽星會員】5 月 3 至 5 月 31 日期間於辦公時間內可到中心領取壽星禮物一份						
29/5 廿九	30/5 五月	31/5 初二 10:00 輕黏土畫(一)【三樓】 (活動會按社署指引舉行實體或網上活動)	1/6 初三	2/6 初四  6 月月訊 ※6 月份活動宣傳·請留意中心 張貼海報及企牌	3/6 初五端午節 	4/6 初六
續證週	上午: 9:30-12:00 會員號碼:1886-2010	上午: 9:30-12:00 會員號碼:2105-2185	上午: 9:30-12:00 會員號碼:2257-2317	上午: 9:30-12:00 會員號碼:2379-2440		
	下午: 2:30-5:00 會員號碼:2011-2104	下午: 2:30-5:00 會員號碼:2186-2256	下午: 2:30-5:00 會員號碼:2318-2378	下午: 2:30-5:00 會員號碼:2441-2497		
【5 月份壽星會員】可到中心領取壽星禮物一份						

5 月份 中心活動報名

★ 護老者減壓活動(一)【工作紙】

取工作紙日期:2022年5月5日起
名額:10人 費用:免費
內容:透過填顏色遊戲舒緩壓力
及放鬆身心。(林姑娘)

1

★ 腦當益壯(一)【工作紙】

日期:2022年5月5-11日
時間:不限 地點:會員家中
名額:10人
內容:會員需到中心領取工作紙,完成工作紙
後交回中心可獲學分一個。(恩姑娘)

2

★ 智能電話 Q&A(一)

日期:2022年5月12日(四)
時間:上午10:00-11:00
下午2:30-3:30
名額:4人(每人30分鐘)
地點:中心二樓
內容:由梁姑娘解答會員個人日常遇
到智能電話的問題。(梁姑娘)

3

招募 中心通訊義工

日期:2022年5月13日(五)
時間:上午10:00-12:00(分段進行)
名額:4人
內容:協助包裝郵寄中心通訊(梁姑娘)

4

好歌唱給你(二)

日期:2022年5月18日(三)
時間:上午10:30-11:30
名額:2人 地點:中心三樓
內容:到中心錄影4分鐘內的個人唱歌
片段。(廖先生)

5

★ 健康資訊交流(二)【ZOOM】

日期:2022年5月19日(四)
時間:下午2:30-3:30
名額:不限 地點:家中
內容:由職員分享有關最新健康資訊,讓參
加者們互相交流健康知識。(梁姑娘)

6

★ 舒閒禪繞畫(一)

日期:2022年5月19日(四)
時間:上午10:30-11:00
地點:中心三樓 名額:10人
內容:一起舒閒地繪畫禪繞畫忘憂半天
(盧姑娘)

7

★ 認識有需要護老者講座【Zoom】

日期:2022年5月24日(二)
時間:下午3:00-4:00 地點:會員家中
內容:由中心社工黎先生講解有需要護老者,
並了解護老者面對的壓力。(黎先生)

8

★ 潮流關注組【ZOOM】

日期:2022年5月25日(三)
時間:下午2:30-3:30
名額:不限 地點:家中
內容:潮流不分年齡,關注組同
大家緊貼現時熱門話題、人氣食
品、生活時尚等等.....(梁姑娘)

9

★ 輕黏土畫(一)

日期:2022年5月31日(二)
時間:上午10:00 地點:中心三樓
名額:6人
內容:用繽紛色彩的輕黏土創作畫作。
(林姑娘)

11

★ 盞鬼廣東話(一)

日期:2022年5月26日(四)
時間:下午2:30-3:30 地點:中心三樓
名額:10人
內容:廣東話大家日日都講,但係好多識講
唔識寫,重有典故同大家一齊分享。
(盧姑娘)

12

★ 棋中有你(二)【Zoom】

日期:2022年5月27日(五)
時間:上午11:00-11:45
名額:4人
內容:在zoom玩小遊戲,互相交流。(廖先生)

10



我播你唱【短片+答題】

日期:2022年5月5日(三)
時間:上午10:00-下午5:00
地點:會員家中 名額:20人
內容:會員需要觀看短片,並於當天致電中心答
題,答題正確可獲小禮物一份。(恩姑娘)

13

護老者趣聞(一)【短片+答題】

日期:2022年5月17日(二)
時間:上午10:00 地點:會員家中
名額:20人
內容:會員需要觀看短片,並於5月23日或
之前致電中心答題,答題正確可獲小禮
物一份。(林姑娘)

14

護老伸展操【短片+答題】

日期:2022年5月18日(三)
時間:上午10:00 地點:會員家中
名額:20人
內容:會員需要觀看短片,並於當天致電中心答
題,答題正確可獲小禮物一份。(恩姑娘)

15