



星期日	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六
		1/9 二十	2/9 廿一	3/9 廿二 10:00 智趣懷舊樂小組 1/4[二樓] 11:00 膝痛講座[三樓] 2:45 樂在「棋」中 1/4[二樓]	4/9 廿三	5/9 廿四
6/9 廿五	7/9 白露	8/9 廿七	9/9 廿八	10/9 廿九	11/9 八月 10:00 膝痛小組評估[二及三樓]	12/9 初二
	上午 8:00 接受電話報名 或 上午 10:00 接受親身報名					
	只限例會現場報名 1-4 號活動 10:00 9 月份例會[海傍體育館] 10:00 長者禮物義工組 [三樓]	同日每人限報 2 個活動 1-10 號活動 10:45 串起幸福 1/4[三樓] 3:00 樂齡友里義工組[三樓]	同日每人限報 2 個活動 11-18 號活動 10:00 長者禮物義工組 [三樓] 2:30 伴伴義工光影扇[二樓]	開放所有活動報名餘下名額 10:00 智趣懷舊樂小組 2/4[二樓] 10:15 樂齡之友義工組[三樓] 2:45 樂在「棋」中 2/4[二樓]		
13/9 初三	14/9 初四 10:00 長者禮物義工組 [三樓] 	15/9 初五 10:00 中秋節義工探訪[島內] 10:45 串起幸福 2/4[三樓]	16/9 初六 8:30 六通拳自務組[三樓] 11:00 舒壓布袋球 A [三樓] 2:00 改善記憶講座[三樓] 3:00 義務助同樂[三樓]	17/9 初七 10:00 智趣懷舊樂小組 3/4[二樓] 10:00 長者禮物義工組 [三樓] 2:30 機構借用場地[三樓] 2:45 樂在「棋」中 3/4[二樓]	18/9 初八 10:30 手機資訊(二)[二樓] 2:30 機構借用場地[三樓]	19/9 初九 3:00 輝映西灣： 長洲花燈中秋嘉 年華[西灣]
20/9 初十	21/9 十一 10:00 長者禮物義工組 [二樓] 10:00 認識認知障礙症講座[三樓] 11:15 幻彩轉轉轉 A[三樓] 1:30 幻彩轉轉轉 B[三樓] 3:00 魔術工作坊[三樓]	22/9 十二 10:00 智趣迎中秋[二樓] 10:45 串起幸福 3/4[三樓]	23/9 秋分 8:30 六通拳自務組[三樓] 11:00 舒壓布袋球 B [三樓] 2:00 記憶與你講座(護 9 月) [三樓] 3:00 中秋聯歡會[三樓]	24/9 十四 10:00 智趣懷舊樂小組 4/4[二樓] 10:00 長者禮物義工組 [三樓] 2:30 機構借用場地[三樓] 2:45 樂在「棋」中 4/4[二樓]	25/9 十五 10:30 長期護理服務之心理預備 講座[三樓] 2:15 機構借用場地[三樓]	26/9 十六 中秋翌日
27/9 十七	28/9 十八 10:45 棋中有你(二) [二樓] 11:00 酒精墨水舒閒樂(二)[三樓] 2:00 悠閒時光[三樓]	29/9 十九 10:45 串起幸福 4/4[三樓]	30/9 二十 8:30 六通拳自務組[三樓] 2:00 六通拳體驗日(二)[三樓] *10 月月訊，請於中午留意相關活動 資訊	例會消息 9 月 7 日(一)上午 10:00 於海傍體育館進行 9 月份例會，例會發放活動資訊及會後部份活動現場報名，有興趣的會員記得參與。		

[祝賀 9 月份壽星會員活動] 由 9 月 1 日至 9 月 30 日於辦公時間內到中心出示有效會員證領取生日禮物一份，逾期無效。

◆改善記憶講座

日期：9 月 16 日(三)
時間：下午 2:00-3:00
地點：三樓 名額：40 人
對象：會員 費用：免費
內容：由衛生署姑娘講解遺忘的原因及列出改善記憶的一些方法、一些增強記憶的技巧、活動及輔助器具。
負責職員：梁姑娘

活動 1

◆認識認知障礙症講座

日期：9 月 21 日(一) (世界認知障礙症日)
時間：上午 10:00-11:00
地點：三樓 名額：40 人
對象：會員 費用：免費
內容：認識認知障礙症、發病高危成因及預防方法。
負責職員：婷姑娘

活動 2

◆記憶與你講座(護 9 月)

日期：9 月 23 日(三)
時間：下午 2:00-3:00
地點：三樓 名額：40 人
對象：護老者及其長者 費用：免費
內容：由衛生署姑娘講解影響長者日常記憶的因素及處理記憶問題的有效方法。
負責職員：黎姑娘

活動 3

◆長期護理服務之心理預備講座

日期：9 月 25 日(五)
時間：上午 10:30-11:30
地點：三樓 名額：40 人 費用：免費
對象：有需要護老者及會員
內容：分享長者進入院舍服務的心理轉變與情緒困擾，如何在入住院舍前有否足夠心理準備。
負責職員：林姑娘

活動 4

◆智趣懷舊樂小組

日期：9 月 3、10、17、24 日(星期四，共 4 堂)
時間：上午 10:00-11:00
名額：8 個家庭 地點：二樓 收費：免費
對象：患有認知障礙症或有認知缺損的長者及照顧者。
(長者需經社工評估)
內容：與腦退化朋友一起懷緬今昔遊戲。
負責職員：婷姑娘

活動 5

長者禮物義工組 – 義工招募

日期：9 月 7、9、14、17、21、23 日(逢星期一、三、四)
時間：上午 10:00-11:00
地點：中心二樓或三樓 名額：12 人
對象：會員 費用：免費
內容：為長者月製作禮物送給長洲的人瑞長者。
負責職員：施姑娘

活動 6

伴伴義工光影扇

日期：9 月 9 日(三)
時間：下午 2:30 -3:30
地點：三樓 名額：6 人
對象：會員 費用：免費
內容：由伴伴義工與大家起製作光影扇，需要細心巧手，有需要自備眼鏡參加。
負責職員：盧姑娘

活動 7

中秋節義工探訪-義工招募

日期：9 月 15 日(二)
時間：上午 10:00-12:00
地點：上門探訪 名額：16 人
對象：會員 費用：免費
內容：中秋佳節前到有需要護老者家庭探訪。
負責職員：林姑娘

活動 8

◆舒壓布袋球(三)

日期：A 班 9 月 16 日(三) □
B 班 9 月 23 日(三) □
時間：上午 11:00-12:00
地點：三樓 名額：每班 8 人
對象：會員 費用：免費
內容：開心舒壓布袋球，等緊你來參與。
負責職員：盧姑娘

活動 9

◆手機資訊(二)

日期：9 月 18 日(五)
時間：上午 10:30-11:30
地點：二樓 名額：25 人
對象：會員 費用：免費
內容：由職員向會員分享有關智能手機最新資訊。
負責職員：梁姑娘

活動 10

◆ME TIME：幻彩轉轉轉

日期：9 月 21 日(一)
時間：A 班上午 11:15 -12:15 □
B 班下午 1:30-2:30 □
地點：三樓 名額：每班 8 人
對象：會員 費用：免費
內容：一起以萬花呔及炫彩紙轉走壓力，淺談轉念。
負責職員：盧姑娘

活動 11

◆魔術工作坊

日期：9 月 21 日(一)
時間：下午 3:00-4:30
地點：三樓 名額：20 人
對象：會員 費用：免費
內容：由新生會魔術師帶大家拆解魔術的秘密，體驗成為魔術師的感覺。
負責職員：廖先生

活動 12

◆智趣迎中秋

日期：9 月 22 日(二)
時間：上午 10:00-11:30
名額：6 個家庭 地點：二樓 收費：免費
對象：患有認知障礙症或有認知缺損的長者及照顧者
(長者需經社工評估)
內容：與腦退化朋友一起慶祝中秋節。
負責職員：婷姑娘

活動 13

◆中秋聯歡會

日期：9 月 23 日(三)
時間：下午 3:00-4:00
地點：三樓 名額：12 人
對象：會員 費用：免費
內容：與各位玩遊戲，一起歡渡中秋佳節。
負責職員：恩姑娘

活動 14

◆棋中有你(二)

日期：9 月 28 日(一)
時間：上午 10:45-11:45
地點：二樓 名額：8 人
對象：會員 費用：免費
內容：由職員與會員一起玩集體遊戲，讓會員認識多點朋友，廣闊社交圈子。
負責職員：黎姑娘

活動 15

◆酒精墨水舒閒樂(二)

日期：9 月 28 日(一)
時間：上午 11:00-12:00
地點：三樓 名額：8 人
對象：會員 費用：免費
內容：一起製作中空圖案的酒精墨水作品。
負責職員：盧姑娘

活動 16

◆悠閒時光

日期：9 月 28 日(一)
時間：下午 2:00-3:00
地點：三樓 名額：8 人
對象：會員 費用：免費
內容：一起悠閒地做手工，有興趣會員記得報名啦！
(如有需要請帶備老花眼鏡)
負責職員：恩姑娘

活動 17

◆六通拳體驗日(二)

日期：9 月 30 日(三)
時間：下午 2:00-3:00
地點：三樓 名額：8 人
對象：會員 費用：免費
內容：由中心六通拳自務組組員帶領會員齊齊學習六通拳運動。
負責職員：梁姑娘

活動 18