

機場富豪-實現千歲願活動

日期：1月17日(二)
 集合時間：上午10:00
 集合地點：寶糧 CAFÉ
 活動地點：機場富豪酒店
 費用：\$55(專車接送)
 名額：18名
 對象：中心會員
 負責同事：林韋坤先生
 報名日期：1月3日下午2時至
 1月5日下午5時
 抽籤日期：1月6日

「綠綠無窮」綠色社區日

內容：計劃成果分享、義工嘉許、攤位遊戲、即場進行廢物回收(請自備環保袋回收)。
 日期：1月11日(三)
 時間：下午2:00-4:00
 集合時間：下午12:30中心集合
 地點：觀塘麗港城商場
 費用：全免
 名額：15名
 對象：「綠綠無窮」計劃義工優先
 負責同事：謝小霞姑娘
 *計劃由「環境及自然保育基金」贊助

鬆一鬆運動小組(第四期)

內容：透過體適能運動讓長者享受運動帶來的歡樂，培養健康的運動習慣和擴闊社交，增加生活樂趣。
 日期：26/1/2017至30/3/2017(逢四)
 時間：上午10:00-11:00
 地點：寶糧 CAFÉ
 費用：\$20(共十節)
 名額：25名
 對象：中心會員
 負責同事：林韋坤先生
 報名日期：1月3日下午2時至
 1月5日下午5時
 抽籤日期：1月6日

今冬，動起來(歷奇挑戰)

日期：1月21日(六)
 時間：下午1:00-下午4:00
 地點：寶糧 CAFÉ
 內容：與年青合作接受一系列歷奇挑戰，打破兩代隔膜帶來新的學習體驗，重拾人生價值及意義。
 名額：15名
 對象：中心會員
 收費：\$10
 負責同事：實習學生林寶義、雷祖兆
 報名日期：1月5日(四)上午10時
 抽籤日期：1月11日(三)上午11時

「精靈」生活在雲漢-「精靈健康操」

內容：透過體適能教練，教授「精靈健康操」及推廣恆常體能活動的重要性。
 日期：6/1/2017及20/1/2017(五)
 時間：下午2:00-4:00
 地點：寶糧 CAFÉ
 費用：全免
 名額：30名
 對象：中心會員
 負責同事：吳秀媛姑娘
 *計劃由觀塘健康城市督導委員會-「健康屋邨」計劃贊助

第三齡自務學苑(U3A)手工班

日期：2017年1月6、13、20日(逢五)
 時間：上午9:30-11:00
 地點：寶糧 CAFÉ
 費用：全免
 名額：8名
 對象：中心會員
 (曾參與U3A活動者優先)
 負責同事：林韋坤先生
 *計劃由「港燈百週年紀念基金」贊助



保良局華永會生命教育及長者支援中心

(16/17 第十期) 2017年1月中心會員通訊



保良局華永會生命教育及長者支援中心 主辦 雲漢邨屋邨管理諮詢委員會 贊助

「鄰舍關愛·樂在雲漢」

嘉年華

活動日期：2017年1月7日(星期六)
 活動時間：下午2:00至4:00
 活動地點：觀塘雲漢邨漢松樓地下羅馬廣場
 活動內容：人生劇場話劇表演、布偶劇表演、椅子舞表演、攤位遊戲



開放時間：

星期一至六 上午8:30-下午6:00
[星期日及公眾假期休息]

下次例會時間：

2017年2月7日(二)
時間:上午9:30

地址：觀塘雲漢邨漢柏樓地下5號
 電話：3690 2291 傳真：3690 2294
 電郵：bmcpc@poleungkuk.org.hk

星期日	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六
1	2 元旦假期	3 9:00 早餐 9:30 例會 12:30 午餐 14:00「綠綠無窮」計劃「耆藝舍」 17:30 晚餐	4 9:00 早餐 12:30 午餐 14:00「綠綠無窮」計劃「耆藝舍」 17:30 晚餐	5 9:00 早餐 10:00 鬆一鬆運動小組 (第三期) 10:30 「那些年.我們懷念的歲月」(八) 12:30 午餐 14:00「綠綠無窮」計劃「耆藝舍」 17:30 晚餐	6 9:00 早餐 9:30 第三齡自務學苑手工班 12:30 午餐 14:00「綠綠無窮」計劃「耆藝舍」 14:00 精靈生活在雲漢-精靈健康操 17:30 晚餐	7 9:00 早餐 10:00 血壓量一量 12:30 午餐 14:00「鄰舍關愛·樂在雲漢」嘉年華 14:00「綠綠無窮」計劃「耆藝舍」 17:30 晚餐
8	9 9:00 早餐 10:00 售賣飯票 11:00 服務券職業治療小組 12:30 午餐 14:00「綠綠無窮」計劃「耆藝舍」 16:30 生命號@呂陳慧貞幼稚園暨幼兒園 17:30 晚餐	10 9:00 早餐 10:00 生命號@陳維周夫人紀念學校 12:30 午餐 14:00「綠綠無窮」計劃「耆藝舍」 17:30 晚餐	11 9:00 早餐 12:30 午餐 12:30「綠綠無窮」綠色社區日 13:30 食得精靈健康講座 14:30 護士諮詢站 16:30 生命號@瀝源幼稚園暨幼兒園 17:30 晚餐	12 9:00 早餐 12:30 午餐 17:30 晚餐	13 9:00 早餐 9:30 第三齡自務學苑手工班 11:00 服務券職業治療小組 12:30 午餐 14:00 生命號@牛頭角下邨嘉年華 16:30 生命號@陳黎惠蓮幼稚園暨幼兒園 14:00「綠綠無窮」木偶劇表演(順天) 17:30 晚餐	14 9:00 早餐 10:00 血壓量一量 14:00 生命號@長發邨嘉年華 17:30 晚餐
15	16 9:00 早餐 10:00 售賣飯票 11:00 服務券職業治療小組 12:30 午餐 17:30 晚餐	17 9:00 早餐 10:15 機場富豪-實現千歲願活動 12:30 午餐 17:30 晚餐	18 9:00 早餐 12:30 午餐 17:30 晚餐	19 9:00 早餐 10:00 鬆一鬆運動小組 (第三期) 12:30 午餐 17:30 晚餐	20 9:00 早餐 9:30 第三齡自務學苑手工班 11:00 服務券職業治療小組 12:30 午餐 14:00 精靈生活在雲漢-精靈健康操 17:30 晚餐	21 9:00 早餐 10:00 血壓量一量 12:30 午餐 13:00 今冬,動起來(歷奇挑戰) 14:00 生命號@葵盛東邨嘉年華 17:30 晚餐
22 13:30 「精靈」生活在雲漢-聯合嘉許禮(順天社區會堂)	23 9:00 早餐 10:00 售賣飯票 11:00 服務券職業治療小組 12:30 午餐 14:30 服務券新年慶祝活動 17:30 晚餐	24 9:00 早餐 12:30 午餐 17:30 晚餐	25 9:00 早餐 12:30 午餐 17:30 晚餐	26 9:00 早餐 10:00 鬆一鬆運動小組 (第四期) 12:30 午餐 17:30 晚餐	27 9:00 早餐 11:00 服務券職業治療小組 12:30 午餐 17:30 晚餐	28 農曆年初一
29 農曆年初二	30 農曆年初三	31 農曆年初四				