

### 第三齡自務學苑(U3A)興趣班

日期：2月10、17、24日(五)

時間：上午9:45-11:00

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「新春行大運」(慈善步行)

日期：2月19日(日)

時間：上午6:00-10:00

地點：香港大球場至香港仔郊野公園

(約9公里)

對象：中心會員

收費：活動費全免，交通費自付

負責同事：林韋坤先生

請已報名會員準時出席

### 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：2月2日至4月6日(逢四)

時間：上午10:00-11:00

地點：寶糧 CAFÉ

費用：\$20(共十節)

名額：30名

對象：中心會員

負責同事：林韋坤先生

### 「精靈生活耀雲漢」歡樂聚會

內容：當日將有豐富的表演、健康問答遊戲、攤位遊戲、健康運動示範及聚餐時間，讓大家分享計劃成果。

日期：2月28日(二)

時間：上午9:00-1:30

地點：寶糧 CAFÉ

費用：全免

名額：60名

對象：中心會員

報名日期：07/02/2017 下午2:30

抽籤日期：22/02/2017 下午2:30

負責同事：吳秀媛姑娘及謝小霞姑娘

\*計劃由觀塘健康城市督導委員會-「健康屋邨」計劃贊助



保良局華永會生命教育及長者支援中心

(16/17 第十一期) 2017年2月中心會員通訊



## 保良局安老服務 丁酉年敬老賀新春

日期：2017年2月15日(星期三)  
農曆正月十九日

時間：上午8時45分至下午3時

地點：九龍灣國際展貿中心

內容：午宴、表演、專車接送

費用：\$90

集合時間：8:45

集合地點：中心

報名日期：2月7日下午5時截止

抽籤日期：2月8日下午

(中籤者需於2月10日(五)下午3時前交費，逾時者由後補替上)

各位老友記：

祝 新年快樂  
萬事如意  
龍馬精神  
笑口常開



保良局華永會生命教育及長者支援中心  
全體同工 敬上

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3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 9:00 早餐 12:30 午餐 17:30 晚餐	2 9:00 早餐 10:00 鬆一鬆運動小組 (第三期) 12:30 午餐 17:30 晚餐	3 9:00 早餐 12:30 午餐 17:30 晚餐	4 9:00 早餐 10:00 血壓量一量 12:30 午餐 17:30 晚餐
5	6 9:00 早餐 9:15 生命號@柏立基教育學校校友會何壽基學校-教師發展日 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	7 9:00 早餐 12:30 午餐 17:30 晚餐	8 9:00 早餐 12:30 午餐 17:30 晚餐	9 9:00 早餐 10:00 鬆一鬆運動小組 12:30 午餐 17:30 晚餐	10 9:00 早餐 9:45 第三齡自務學苑興趣班 12:30 午餐 17:30 晚餐	11 9:00 早餐 10:00 血壓量一量 17:30 晚餐
12	13 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	14 9:00 早餐 12:30 午餐 17:30 晚餐	15 9:00 早餐 8:45 敬老賀新春 12:30 午餐 17:30 晚餐	16 9:00 早餐 10:00 鬆一鬆運動小組 12:30 午餐 17:30 晚餐	17 9:00 早餐 9:45 第三齡自務學苑興趣班 11:00 服務券職業治療小組 12:30 午餐 17:30 晚餐	18 9:00 早餐 10:00 血壓量一量 12:30 午餐 17:30 晚餐
19 保良局 「新春行大運」 (慈善步行) 7:00-10:00	20 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	21 9:00 早餐 12:30 午餐 17:30 晚餐	22 9:00 早餐 12:30 午餐 17:30 晚餐	23 9:00 早餐 10:00 鬆一鬆運動小組 12:30 午餐 17:30 晚餐	24 9:00 早餐 9:45 第三齡自務學苑興趣班 11:00 服務券職業治療小組 12:30 午餐 17:30 晚餐	25 9:00 早餐 10:00 血壓量一量 17:30 晚餐
26	27 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	28 9:00 早餐 9:00 「精靈生活耀雲漢」歡樂聚會 12:30 午餐 17:30 晚餐				