



2017-2018 老有所為活動計劃:

樂享頤年在雲漢·友善鄰舍溢觀塘

本計劃將透過一連串工作坊(園藝、手工藝、書法)、探訪及本地一日遊,鼓勵長者積極參與餘暇,發展才能,亦為長者建立鄰里顯關懷的友善社區及實踐老有所為。

活動日期及內容:

日期	內容
7-9月	老有所學才藝工作坊(園藝、書法、手工藝)
10-11月	左鄰右里樂享遊
12月	友善鄰舍探訪

本計劃現正招募老有所學才藝工作坊導師,如有興趣請聯絡張嘉豪先生。



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8月1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

第三齡自務學苑

「測隱知心」長者外展大使活動計劃

內容:透過智能手機連接儀器檢測心電圖,檢查心臟是否有問題。

日期:7月29日(六)

時間:下午 2:30-4:00

地點:中心

費用:全免

名額:10名(額滿即止)

負責同事:林韋坤先生

報名日期:7月4日下午 2:00 後

對象:未曾參與過本活動的會員

「六六無窮」手工藝小組

內容:由義工葉姑娘向大家分享不同的小手工創作-本月是創作“萬筒”,一起渡過愉快的星期六吧!!

日期:7月22日(六)

時間:下午 2:30-4:00

地點:寶糧 CAFÉ

費用:全免

名額:15名

對象:中心會員

負責同事:謝小霞姑娘

「健步如飛」智能手帶計劃簡介會

內容:簡介智能手帶的功能和計劃內容,藉以鼓勵長者從生活中養成恆常運動習慣。

日期:7月18日(二)

時間:上午 10:00-11:00

地點:寶糧 CAFÉ

名額:30名(額滿即止)

對象:中心會員

負責同事:林韋坤先生

鬆一鬆運動小組(第7期)

日期:20/7至12/10(逢星期四)

時間:上午 10:00-11:00

地點:寶糧 CAFÉ

費用:\$10(共十節)

名額:30名

對象:中心會員

報名日期:7月4日下午 2:00 後

負責同事:林韋坤先生

*如報名人數超過名額,將在7月18日抽籤決定

生命號@保良局何壽南小學

內容:透過生命教育活動增加大眾對「生命」的認識,建立正面積極的人生觀,締造和諧互愛的家庭及社會。

日期:7月12日(三)

時間:上午 7:45-12:30

集合地點:寶糧 CAFÉ

費用:全免

名額:6名

對象:中心會員

負責同事:洪倩文姑娘

生命號@保良局何壽南小學

內容:透過生命教育活動增加大眾對「生命」的認識,建立正面積極的人生觀,締造和諧互愛的家庭及社會。

日期:7月13日(四)

時間:上午 7:45-12:30

地點:寶糧 CAFÉ

名額:5名

對象:中心會員

負責同事:洪倩文姑娘

香港特別行政區成立紀念日

在香港特別行政區成立當年(1997年),設有香港特別行政區成立紀念日翌日的假期。

每年7月1日早上7時58分,行政長官會同行政會議成員及各主要官員都會出席在灣仔金紫荊廣場舉行的升旗儀式,亦會舉行香港特別行政區成立紀念酒會,邀請各界嘉賓出席。傳統上每年都有中華人民共和國黨和國家領導人在特別行政區成立紀念日前後到訪香港。

星期日	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六
						1. 回歸紀念日假期
2.	3. 9:00 早餐 10:00 售賣飯票 10:15 「那些年」小組 12:30 午餐 15:00 服務券職業治療小組 17:30 晚餐	4. 7:45 生命號@保良局何壽南小學 9:00 早餐 9:30 中心月會 10:00 特飾便服日 12:30 午餐 14:15「人生畢業禮」小組 17:30 晚餐	5. 7:45 生命號@保良局何壽南小學 9:00 早餐 12:30 午餐 17:30 晚餐	6. 9:00 早餐 8:30 銀齡畢業禮 12:30 午餐 17:30 晚餐	7. 9:00 早餐 10:15 「人生畢業禮」小組 12:30 午餐 17:30 晚餐	8. 9:00 早餐 10:00 血壓量一量 12:30 午餐 17:30 晚餐
9.	10. 9:00 早餐 10:00 售賣飯票 10:15 「那些年」小組 12:30 午餐 15:00 服務券職業治療小組 17:30 晚餐	11. 9:00 早餐 10:15「人生畢業禮」小組 12:30 午餐 14:30 生命號@友愛幼稚園 17:30 晚餐	12. 7:45 生命號@保良局何壽南小學 9:00 早餐 12:30 午餐 17:30 晚餐	13. 7:45 生命號@保良局何壽南小學 9:00 早餐 10:00 鬆一鬆運動小組 12:30 午餐 14:15 「那些年」小組 17:30 晚餐	14. 9:00 早餐 10:15 「人生畢業禮」小組 12:30 午餐 17:30 晚餐	15. 9:00 早餐 10:00 血壓量一量 12:30 午餐 17:30 晚餐
16.	17. 9:00 早餐 10:00 售賣飯票 10:15 「那些年」小組 12:30 午餐 15:00 服務券職業治療小組 17:30 晚餐	18. 9:00 早餐 10:00 「健步如飛」智能手帶計劃簡介會 12:30 午餐 14:30 捨別離話劇 17:30 晚餐	19. 9:00 早餐 12:30 午餐 17:30 晚餐	20. 9:00 早餐 10:00 鬆一鬆運動小組 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 10:00 血壓量一量 12:30 午餐 14:30 『六六無窮』手工藝小組 17:30 晚餐
23.	24. 9:00 早餐 10:00 售賣飯票 12:30 午餐 15:00 服務券職業治療小組 17:30 晚餐	25. 9:00 早餐 12:30 午餐 17:30 晚餐	26. 9:00 早餐 12:30 午餐 17:30 晚餐	27. 9:00 早餐 10:00 鬆一鬆運動小組 12:30 午餐 17:30 晚餐	28. 9:00 早餐 12:30 午餐 14:30 捨別離話劇 17:30 晚餐	29. 9:00 早餐 10:00 血壓量一量 12:30 午餐 2:30 「測隱知心」長者外展大使活動計劃 17:30 晚餐
30.	31. 9:00 早餐 12:30 午餐 17:30 晚餐					