

醒腦活動/服務(認知障礙症服務)

據估計，在香港 65 歲以上的長者中，每 100 人便約有 5 至 8 人患有認知障礙症，而 80 歲以上更有近 2 成至 3 成的人患上不同程度的認知障礙症。目前雖然沒有根治認知障礙症的方法，但如果及早發現，可以用藥物或健腦幫助維持腦部功能，減慢衰退的速度。

因此中心於 10 月推展全新服務，期望回應相關需要，一起同行！

及早認識認知障礙症講座

內容：註冊社工講解何謂認知障礙症、及早發現及延緩認知障礙症的方法。

日期：2020 年 10 月 6 日(星期二)

時間：上午 10:30-11:30

地點：本中心

費用：全免

對象：中心會員及護老者 名額：20 人

報名：即日起電話或親臨中心預約



耆玩之旅義工隊及義工訓練

內容：參加者將接受由註冊社工提供的義工訓練，包括溝通技巧、行為問題之應對方法、活動策劃等，完成訓練後將安排加入中心義工隊，為有需要長者服務，發揮義工精神及所長！

日期：2020 年 10 月 13 日至 12 月 29 日(逢星期二)
(10 月 27 日、11 月 3 日及 11 月 10 日除外)

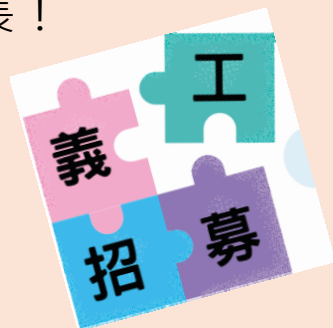
時間：10:30 至 12:00

地點：本中心

對象：有意成為義工及有興趣服務認知障礙症人士

報名：即日起電話或親臨中心與職員陳生聯絡

備註：參加者需先繳交 \$20 元保證金，於完成所有訓練節數及出席服務最少四節之參加者，將退回保證金並獲發感謝狀。



耆玩之旅小組

內容：以「S(sport)運動·P(Play)玩樂·A(Art)藝術」三種元素介入手法為基礎，透過認知訓練和集體活動，延緩長者認知衰退，並鼓勵互動和溝通，從而改善參加者情緒和整體認知能力。

日期：2020 年 11 月 17 日至 12 月 22 日(逢星期二，共 6 節)

時間：上午 10:30-12:00

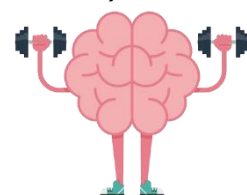
地點：本中心

費用：\$60

名額：8 至 12 人

對象：中心會員(需通過測驗)

報名：即日起電話或親臨中心預約時間，職員會再安排時間進行測驗



仁愛堂新界區賣旗日

日期：2020年10月10日(星期六)

時間：上午7時正至中午12時30分

地點：新界區

(包括屯門、元朗、天水圍、荃灣、葵青、北區、大埔、沙田、馬鞍山、將軍澳及東涌)

籌款目的：為仁愛堂長者及弱勢社群服務籌款，請大家多多支持 !!!



「仁愛堂 YES 培訓學院」合辦系列

骨質疏鬆與肌肉強化工作坊

內容：工作坊由註冊物理治療師教授，成功修畢後，將獲發由「仁愛堂 YES 培訓學院」及本中心聯合發出之聽講證書。

1. 了解骨質疏鬆的成因
2. 預防方法及運動建議
3. 學習簡單的家居運動減少骨質疏鬆的風險
4. 運動示範



仁愛堂 YES 培訓學院
Yan Oi Tong YES Training Institute

日期：2020年10月30日(星期五)

時間：下午 5:00 - 7:00

費用：每人\$150

對象：長者及先進會員/年滿 18 歲或以上有興趣之人士

地點：本中心

名額：10 - 12 人

報名：即日起電話或親臨中心預約

中醫成藥與保健產品全攻略工作坊

內容：工作坊由註冊中醫師教授，成功修畢後，將獲發由「仁愛堂 YES 培訓學院」及本中心聯合發出之聽講證書。

1. 了解坊間五花八門的中醫成藥與保健產品及其功效
2. 認識中醫成藥與保健產品之成份、營養價值及用途
3. 服用中醫成藥與保健產品的謬誤及注意事項



仁愛堂 YES 培訓學院
Yan Oi Tong YES Training Institute

日期：2020年10月31日(星期六)

時間：下午 1:00 - 3:00

費用：每人\$150

對象：長者及先進會員/年滿 18 歲或以上有興趣之人士

地點：本中心

名額：10 - 12 人

報名：即日起電話或親臨中心預約

輕鬆「星期一」

與耆防跌

日期：2020年10月14日至11月18日(逢星期三，共6節)

時間：下午2:30-3:30 地點：本中心 名額：6-8人

對象：本中心會員 費用：長者會員\$10 / 先進會員\$20

內容：隨著身體機能退化，長者特別容易發生跌倒意外，輕則擦傷或扭傷，嚴重則會骨折，影響日後生活，因此中心舉辦是次小組，讓長者可以認識跌倒的危機和預防方法，增強長者的防跌意識。

報名：即日起電話或親臨中心預約。

瓶栽盆景製作體驗

內容：教授利用微景觀玻璃花瓶，配合多肉植物或葉子及小人動物等製作成不同景觀的瓶栽盆景。

日期：2020年10月19日(星期一) 時間：上午11:00-12:30

對象：中心會員 費用：全免 名額：20人

報名：即日起電話或親臨中心預約

玩轉「星期二」

桌遊無限 Fun

內容：除了攻陷「四方城」外，其實坊間也有很多桌上遊戲可讓老友記樂在「棋」中。在這活動，不消3分鐘就可學懂「以色列麻雀」！

日期：2020年10月6日(星期二)

時間：下午2:00-3:30

對象：中心會員 費用：全免

名額：8人

報名：即日起電話或親臨中心預約

Switch 動起來

內容：電子遊戲機 Switch 近年風靡香港，究竟這款遊戲機有何刺激之處？玩過你就知！中心將與你玩轉 Switch 精選遊戲！

日期：2020年10月13日(星期二)

時間：下午2:00-3:30

對象：中心會員 費用：全免

名額：8人

報名：即日起電話或親臨中心預約

粵唱粵好戲

內容：大家平時少有機會唱粵曲，中心安排機會讓你唱夠本！

日期：2020年10月20日(星期二)

時間：下午2:00-4:00 費用：全免

對象：中心會員 名額：15人

報名：即日起電話或親臨中心預約

備註：參加者需自備或購買中心咪套

流行經典唱盡佢

內容：疫情期間大家等待多時的歌喉終於可以再次展現！

日期：2020年10月27日(星期二)

時間：下午2:00-4:00 費用：全免

對象：中心會員 名額：15人

報名：即日起電話或親臨中心預約

備註：參加者需自備或購買中心咪套