

中心3月至4月活動及班組推介

(1) 【智趣小組齊齊玩 II】

日期：2018年3月2日至3月23日（逢星期五）【4堂】

時間：上午11:30至中午12:45

地點：中心活動室4

內容：透過“方型踏步、桌上遊戲、想當年、藝術體驗”，讓參加者體驗健腦的活動

名額：8位

對象：中心會員

費用：\$40

(2) 【羊家聚】

日期：2018年3月7日（星期三）

時間：上午11:00至12:00

地點：中心大堂

內容：詩歌分享及福音信息

對象：中心會員及50歲以上人士

費用：全免

(3) 【新春逍遙遊】

日期：2018年3月12日（星期一）

時間：上午9:15至下午3:30

集合時間：上午9:15

集合地點：中心

行程內容：參觀錦田鄉村俱樂部 → 午餐於蔚豪酒家 → 餐後參觀河上鄉美味棧及開心抽獎

對象：中心會員及50歲以上人士

費用：\$140（會員） \$160（非會員）

(4) 【醫生與你：認識白內障】

日期：2018年3月14日（星期三）

時間：上午10:00至11:00

地點：中心大堂

內容：認識白內障的成因及治療方法

對象：中心會員及50歲以上人士

講員：趙懿行醫生（香港浸信會醫院眼科中心眼科顧問醫生）

(5) 【馮姑娘約定你】

(逢每月第3個星期二下午2:30，馮姑娘約定你暢談健康之道)

日期：2018年3月20日(星期二)

時間：下午2:30至3:30

地點：中心活動室2

內容：茶聚及分享健康之道

名額：12位

對象：中心會員

費用：全免

(6) 【春暖花開春季生日會】

日期：2018年3月21日(星期三)

時間：上午11:00至下午2:00

地點：旺角倫敦大酒樓

(地址：九龍旺角彌敦道612號，旺角港鐵站E2出口)

內容：大合唱、表演、遊戲、午膳，為1、2、3月壽星賀壽

對象：中心會員及50歲以上人士

費用：\$170(會員) \$190(非會員)

(7) 【恩典的愛 - 復活節慶祝會】

日期：2018年3月28日(星期三)

時間：上午9:30至中午12:00

地點：香港浸信會醫院D座9樓禮堂

內容：嘉賓見證(萬斯敏女士)、福音粵曲獻唱、信息分享、送贈小禮物及聚餐

對象：中心會員及50歲以上人士

費用：\$60(會員) \$70(非會員)

(8) 【健腦擂台 - 眼明手快百變七巧板】

日期：2018年3月29日(星期四)

時間：上午10:00至11:00

地點：中心大堂

內容：以比賽形式，儘快拼出七巧板圖形

對象：中心會員及50歲以上人士

費用：全免

獎勵：勝出可得小禮物一份

(9) 【智趣小組齊齊玩 III】

日期：2018年4月6日至4月27日（逢星期五）【4堂】

時間：上午11:30至中午12:45

地點：中心活動室4

內容：透過“方型踏步、桌上遊戲、想當年、藝術體驗”，讓參加者體驗健腦的活動

名額：8位

對象：中心會員

費用：\$40

(10) 【方型踏步運動小組】

日期：2018年4月10日至5月29日（逢星期二）【6堂】

（1/5及22/5公眾假期停課）

時間：下午2:15至3:15

地點：中心活動室2

內容：透過練習方型踏步，訓練手腳協調、平衡力及下肢力量。

對象：中心會員

名額：8位

費用：\$60

(11) 【慎防跌倒小組】

日期：2018年4月12日至4月26日及5月24日（逢星期四）【4堂】

時間：下午2:00至3:30

地點：中心活動室2

內容：認識導致跌倒的各項生理因素、跌倒後對長者心理及社交方面的影響、什麼是環境陷阱、如何避免「危險行為」發生及學習「長者平衡健康操」

名額：8位

對象：中心會員

費用：\$60

負責導師：卓姑娘（九龍城長者健康服務外展隊護士）

(12) 【馮姑娘約定你】

（逢每月第3個星期二下午2:30，馮姑娘約定你暢談健康之道）

日期：2018年4月17日（星期二）

時間：下午2:30至3:30

地點：中心活動室2

內容：茶聚及分享健康之道

名額：12位

對象：中心會員

費用：全免

(13) 【大腦動·樂·健】

日期：2018年4月30日（星期一）

地點：中心活動室4

名額：20位

費用：全免

時間：下午1:30至2:30

內容：體驗不同健腦活動

對象：中心會員

5月份

醫生與你：耳鳴問題

日期：2018年5月29日（星期二）

時間：下午1:00至2:00

地點：中心大堂

內容：耳鳴的成因及治療方法

對象：中心會員及50歲以上人士

費用：全免

講員：陳熠醫生

（香港浸信會醫院耳鼻喉科中心主任）

3及4月精彩星期三

日期：逢星期三上午9:15至11:30

地點：大堂

對象：中心會員及50歲以上有興趣人士

形式：健腦運動、健康小貼士、焦點主題、清晨甘露及茶點

3月份焦點

3月7日 健康講座：長者常見眼疾
及護眼之道

3月14日 醫生與你：認識白內障

4月份焦點

4月18日 健康講座：規劃圓滿人生

4月25日 心靈加油站

歡迎新會員

歡迎2018年1月至2月期間加入中心的新會員：

吳素玉、容愛蓮、何麗寬、劉襯顏、歐惠鳳、朱麗霞、
余棟華、張志雄、謝秀玲、劉素霞、葉麗高、劉月華、
羅麗珍、陳遠根

盼望您們能積極投入參與中心活動，享受豐盛人生。

以下日子為公眾假期，中心暫停開放：

30/3/2018 至 2/4/2018 為復活節公眾假期

5/4/2018 為清明節公眾假期