

# 人人做義工

## 生活不一樣【義工篇】

### 義工探索與體驗系列

#### (1) 【參與“樂餉社”食物分類及包裝活動】

日期：2019年5月20日（星期一） 時間：下午2:30至5:30  
地點：樂餉社油塘食物銀行倉庫  
內容：協助將食物進行檢查、分類和重新包裝，方便分配給本地慈善團體  
義工名額：12位

#### (2) 【參與“齊惜福”油塘社區廚房 - 惜福飯盒義工服務】

日期：2019年6月3日（星期一） 時間：上午9:30至11:30  
地點：齊惜福油塘社區廚房  
內容：參觀及體驗社區廚房製作愛心飯盒及了解服務運作  
義工名額：12位

#### (3) 【參觀“聖雅各福群會 - 眾膳坊”食物銀行服務】

日期：2019年6月12日（星期三） 時間：下午3:00至4:00  
地點：慈惠軒  
內容：參觀及認識食物銀行的運作 義工名額：12位

### 義工參與外展服務系列

#### (1) 【3H 健康生活推廣 I】

日期：2019年5月8日（星期三） 時間：下午2:30至3:30  
地點：港澳信義會社會服務耆福中心  
內容：推廣健康飲食訊息  
服務對象：耆福中心婦女組  
義工名額：4位

#### (2) 【3H 健康生活推廣 II】

日期：2019年7月5日、12日及19日（星期五）  
時間：下午2:30至3:30 地點：香港心理衛生會立人坊（庇護工場）  
內容：推廣健康飲食、運動及綠色生活  
服務對象：輕度智障人士及精神病康復者  
義工名額：4位

#### (3) 【老有所為活動計劃：Smart 零距離】

目標：藉著長者義工及少數族裔長者或婦女互相交流分享健康飲食常識、有趣學習語言及認識傳統文化習俗，然後一同探訪私型安老院舍，實踐老有所為及關愛社區。

服務時段：5月至12月 服務對象：少數族裔長者或婦女及長者  
服務形式：交流工作坊、探訪私型安老院及茶聚  
長者義工名額：10位

### 義工參與中心服務系列

#### (1) 【同心同 FUN 飢饉一餐】

招募義工製作手工藝飾物用作義賣用途

#### (2) 【影音小組】

義工在接受及完成影音拍攝訓練後，協助中心製作宣傳短片及拍攝中心活動花絮。

#### (3) 【中心健腦大使】

協助中心推行各類健腦小組活動，例如：椅上運動、桌上遊戲、藝術活動等。

如有興趣以上義工服務及了解服務詳情，可聯絡中心職員鄧姑娘。