

2024年10月份中心活動表

更新日期：30/09/2024

星期日	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六
29	30	1	2	3	4	5
		PH	剪髮日 10:30 橡筋操 12:00 講飲講食認知訓練 13:00 桌遊時間 13:30 MLC 椅子舞	10:00 音樂治療小組 12:00 舊日情懷 13:00 桌遊時間 13:00 OT認知訓練小組 14:00 氣功班	10:00 MLC 老友茶居 10:30 物理治療肢體訓練小組 10:30 記憶訓練小組 10:30 懷緬治療 12:00 娛樂無窮 12:00 黏土花座枱鏡	10:00-15:30 自立支援 家頭細務運動會
6	7	8	9	10	11	12
	10:00 老友所為 - 雜耍練習生 10:30 物理治療肢體訓練小組 12:00 講飲講食認知訓練 13:00 OT認知訓練小組 13:30 衛生署健康講座 (規劃圓滿人生) 13:30 玩轉星期一	10:00 MLC 老友茶居 10:30 現實導向小組 10:30 橡筋操 12:00 舊日情懷 13:30 - 14:30 生日會	10:30 社區生活技巧小組 10:30 橡筋操 12:00 娛樂無窮 自立支援 12:00 心靈洗滌小組 13:00 桌遊時間	10:00 社區書廊樂遊遊 10:00 音樂治療小組 10:30 和諧粉彩小組 12:00 講飲講食認知訓練 13:00 桌遊時間 14:00 氣功班	PH	12:00 生活小貼士 13:00 電影欣賞
13	14	15	16	17	18	19
	10:00 老友所為 - 雜耍練習生 10:30 物理治療肢體訓練小組 12:00 舊日情懷 12:00 老友 (自煮) 工作坊 13:30 玩轉星期一	10:00 MLC 老友茶居 10:30 現實導向小組 10:30 橡筋操 12:00 娛樂無窮 12:00 老友 (自煮) 工作坊 13:00 桌遊時間	10:30 社區生活技巧小組 10:30 橡筋操 12:00 講飲講食認知訓練 13:30 益力多講座	10:00 音樂治療小組 10:30 和諧粉彩小組 12:00 舊日情懷 13:00 OT認知訓練小組 14:00 氣功班	10:00 MLC 老友茶居 外展牙科 12:00 娛樂無窮 12:00 立體盆花畫	12:00 生活小貼士 自立支援 12:00 心靈洗滌小組 13:00 電影欣賞
20	21	22	23	24	25	26
	10:00 老友所為 - 雜耍練習生 10:30 物理治療肢體訓練小組 12:00 講飲講食認知訓練 13:00 OT認知訓練小組 13:30 玩轉星期一	10:00 MLC 老友茶居 10:30 現實導向小組 10:30 橡筋操 12:00 舊日情懷 12:00 立體盆花畫	10:30 橡筋操 10:30 社區生活技巧小組 12:00 娛樂無窮 13:00 桌遊時間 13:30 MLC 椅子舞	10:00 樂在棋中 12:00 講飲講食認知訓練 13:00 桌遊時間 14:00 氣功班	10:00 MLC 老友茶居 10:30 物理治療肢體訓練小組 10:30 記憶訓練小組 10:30 懷緬治療 12:00 舊日情懷 13:00 桌遊時間	12:00 生活小貼士 13:00 電影欣賞
27	28	29	30	31		
	10:30 和諧粉彩小組 10:30 物理治療肢體訓練小組 12:00 娛樂無窮 13:30 玩轉星期一	10:00 MLC 老友茶居 10:30 現實導向小組 10:30 橡筋操 12:00 講飲講食認知訓練 12:00 立體盆花畫	10:30 橡筋操 10:30 社區生活技巧小組 12:00 舊日情懷 13:00 桌遊時間 13:30 MLC 椅子舞	10:00 音樂治療小組 10:30 和諧粉彩小組 12:00 娛樂無窮 13:00 OT認知訓練小組 14:00 氣功班		
中心恒常活動		備註				
8:45-10:45 每天早上運動 10:30 椅上操 10:30 / 12:30 感官治療 13:00 電影欣賞 每月健康檢查:量度體重: 2,3/10		自立支援 - 心靈洗滌小組 部分會員因不同原因未能如常返教會，開設小組以滿足有信仰長者屬靈上需要，同時達到自立支援效果。				
		社署資助活動 - 老友所為 (雜耍練習生) 由雜耍導師設計可行而有趣味的雜耍課程，既能鍛鍊上肢的活動能力；亦能訓練不同的認知功能。在過程中，亦能帶來滿足感及自我效能感。				
自立支援 - 家頭細務運動會 由總會舉辦的運動會，中心甄選10位會員作為選手，參與不同的家務項，從而提升生活技能，達致自立支援效果		老友 (自煮) 工作坊 透過與會員一同製作不同簡單食物，令他們重拾自信而烹調好的成品會與中心會員分享，同時達到自立支援效果。				

