

日	一	二	三	四	五	六
				1 10:00 主廚練習生 10:30 懷緬治療 12:00 健康檢查 13:00 認知訓練小組 13:00 嘉年華會遊戲 14:00 氣功班	2 ★ 10:00 MLC老友茶居 10:30 社區生活技巧小組 12:00 健康檢查 13:00 電影欣賞 13:00 自立支援推廣ADL	3 ● 12:00 嘉年華會遊戲 12:00 生活小貼士 13:00 電影欣賞
4	5 ● 10:00 MLC魔術 10:00 精彩人生 12:00 立體向日葵 13:00 嘉年華會遊戲 13:00 自立支援推廣ADL (個別訓練) 13:45 玩轉星期一	6 10:00 MLC老友茶居 10:30 記憶訓練 10:30 橡筋操 12:00 現實導向小組 12:00 桌遊時間 13:00 電影欣賞	7 10:00 音樂治療小組 10:00 參觀香港文化博物館 12:00 電影欣賞 13:00 飲飲食食 13:30 MLC 椅子舞	8 10:00 主廚練習生 10:30 懷緬治療 12:00 眼睛去旅行 13:00 認知訓練小組 13:00 嘉年華會遊戲 14:00 氣功班	9 ★ 10:00 MLC老友茶居 10:30 社區生活技巧小組 12:00 桌遊時間 13:00 電影欣賞 13:00 自立支援推廣ADL	10 ● 12:00 嘉年華會遊戲 12:00 生活小貼士 13:00 電影欣賞
11	12 ● 10:00 MLC魔術 10:00 精彩人生 13:00 電影欣賞 13:00 嘉年華會遊戲 13:00 自立支援推廣ADL (個別訓練) 13:45 玩轉星期一	13 10:00 MLC老友茶居 10:30 記憶訓練 12:00 立體向日葵 12:00 現實導向小組 12:00 桌遊時間 13:00 電影欣賞	14 10:00 音樂治療小組 自立支援 12:00 心靈洗滌小組 12:00 電影欣賞 13:00 飲飲食食 13:30 MLC 椅子舞	15 10:30 懷緬治療 12:00 眼睛去旅行 13:00 認知訓練小組 13:00 嘉年華會遊戲 14:00 氣功班	16 ★ 10:00 MLC老友茶居 10:30 社區生活技巧小組 12:00 桌遊時間 13:00 電影欣賞 13:00 自立支援推廣ADL	17 ● 10:00 (新) 「耆」樂園長者嘉年華 12:00 生活小貼士 13:00 電影欣賞
18	19 ● 10:00 MLC魔術 10:00 精彩人生 12:00 自由畫 13:00 家頭細務運動會遊戲 13:00 電影欣賞 13:00 自立支援推廣ADL (個別訓練)	20 10:00 MLC老友茶居 10:30 記憶訓練 12:00 現實導向小組 12:00 桌遊時間 13:00 電影欣賞	21 10:00 音樂治療小組 12:00 老友(自煮)工作坊 13:00 飲飲食食 13:00 電影欣賞 13:30 MLC 椅子舞	22 10:00 主廚練習生 10:30 懷緬治療 12:00 老友(自煮)工作坊 13:00 認知訓練小組 13:00 家頭細務運動會遊 14:00 氣功班	23 ★ 10:00 MLC老友茶居 10:30 社區生活技巧小組 12:00 桌遊時間 13:00 電影欣賞 13:00 自立支援推廣ADL	24 ● 自立支援 12:00 心靈洗滌小組 12:00 嘉年華會遊戲 12:00 生活小貼士 13:00 電影欣賞
25	26 ● 10:00 MLC魔術 10:00 精彩人生 13:00 電影欣賞 13:00 家頭細務運動會遊戲 13:00 自立支援推廣ADL (個別訓練) 13:45 玩轉星期一	27 10:00 MLC老友茶居 10:30 記憶訓練 12:00 現實導向小組 12:00 自由畫 12:00 桌遊時間 13:00 電影欣賞	28 10:00 音樂治療小組 10:30 橡筋操 12:00 電影欣賞 13:00 飲飲食食 13:30 MLC 椅子舞	29 10:00 主廚練習生 10:30 懷緬治療 12:00 眼睛去旅行 13:00 家頭細務運動會遊 13:00 認知訓練小組 13:30 衛生署健康講座 (精明使用長者醫療券)	30 ★ 10:00 MLC老友茶居 10:30 社區生活技巧小組 12:00 桌遊時間 13:00 電影欣賞 13:00 自立支援推廣ADL	31 ● 12:00 嘉年華會遊戲 12:00 生活小貼士 13:00 電影欣賞
註*	8:45-11:00 每天早上運動 12:00/13:00 趣聞分享時間 10:30及12:30 感官治療 12:00 活腦遊戲時間 每月健康檢查:量度體重 活動助理伍姑娘負責 PCW負責		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。 自立支援推廣ADL 為推廣自立支援，配合遊戲訓練，提升長者參與復健運動，為長者進行12堂ADL訓練，每次時間大約1小時，人數10-12名長者。	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。 智活記憶及認知訓練小組 (MLC) 活動: 乾花相架、馬賽克相架 外購小組: 音樂治療小組 活動: 藝術治療手指畫、愛心肌理畫 橡筋操 氣功班		