



# 東華三院賽馬會大角咀綜合服務中心

Tung Wah Group of Hospitals Jockey Club Tai Kok Tsui Integrated Services Centre

地址：九龍大角咀通州街 28 號頌賢花園地下 2 號及 9 號

電話：2392 2133

傳真：2390 0282



## 2022 年 4 月至 2022 年 5 月【雙月刊】

中心開放時間：

	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六	星期日
上午 9:00-10:00	特別開放時段						
上午 10:00 至 下午 1:00		✓	✓	✓	✓	✓	
午膳時間：13:00-14:00 (暫停開放)							
下午 2:00 至 下午 6:00	✓	✓	✓	✓	✓	✓	
下午 6:00 至 晚上 10:00		✓		✓	✓	✓	



逢公眾假期休息

### 例會日期

日期：2022 年 4 月 4 日(一) 及  
上午 10:30 (youtube 網上直播)

2022 年 5 月 16 日(一)  
上午 10:30 (youtube 網上直播)

「耆樂頻道」  
二維碼：



**戶外活動：** 如活動前 2 小時發出黃、紅或黑色暴雨警告訊號或  
懸掛一號或以上風球、活動將會改期或取消。

**室內活動：** 如活動前 2 小時發出紅或黑色暴雨警告訊號或  
懸掛三號或以上風球、活動將會改期或取消。



優先報名時段 (長者可親身/致電/Whatsapp 報名):

**活動 ① - ⑤:**

4月4日下午2:00 至4月6日中午12:00 接受優先報名

**活動 ⑥ - ⑦:**

5月16日下午2:00 至5月17日下午6:00 接受優先報名

抽籤結果會分別於4月6日及5月18日下午4:00於中心張貼及群組發放

**活動介紹 (活動如報名人數超過限額將會進行抽籤)**

**①復活節手工**

活動日期：2022年4月13日(三)

活動時間：A組上午10:30 - 11:30

B組下午2:30 - 3:30

活動地點：ZOOM (線上活動)

活動內容：復活節想更有氣氛？讓我們一起做下手工，又可以傾下計！

活動收費：\$30 名額：每組8人

(交費及領取物資時間會再個名通知)

**②齊齊動動十巧手**

活動日期：2022年4月21日(四)

活動時間：下午2:30 - 3:30

活動地點：ZOOM (線上活動)

活動內容：常常聽到十巧手運動，到底甚麼是十巧手呢？我們會一齊做下運動，輕鬆渡過一小時。

活動收費：全免 名額：20人

**③簡易蒸蛋糕**

活動日期：2022年4月26日(二)

活動時間：下午2:30-3:30

活動地點：ZOOM (線上活動)

活動內容：用非常簡單的材料就可以整出美味的蒸蛋糕，大家可以做甜點大師傅！

活動收費：\$20 名額：20人

(交費及領取物資時間會再個名通知)

#### **④母親節紙捲花畫**

活動日期：2022年5月5日(四)

活動時間：A組上午10:30 - 11:30 / B組下午2:30 - 3:30

活動地點：ZOOM (線上活動)

活動內容：用顏色紙捲出美麗圖畫，送給各位母親！

活動收費：\$30 名額：每組8人

(交費及領取物資時間會再個名通知)

#### **⑤動腦 ZOOM - ZOOM**

活動日期：2022年4月11日(三)

活動時間：A組上午10:30 - 11:30 / B組下午2:30 - 3:30

活動地點：ZOOM (線上活動)

活動內容：疫情下，讓我們從遊戲中，做一些腦袋訓練。

活動收費：全免 名額：每組12人

#### **⑥魔術輕鬆玩**

活動日期：2022年5月20日(五)

活動時間：上午10:30 - 11:30

活動地點：ZOOM (線上活動)

活動內容：由魔術師教大家利用簡單的道具做出奇妙的魔術。

活動收費：全免 名額：20人

#### **⑦ZOOM 遊台灣**

活動日期：2022年5月25日(三)

活動時間：下午2:30 - 3:30

活動地點：ZOOM (線上活動)

活動內容：已經有兩年沒有去旅行，今次由中心帶大家去一轉台灣，認識下台灣景點同文化。

活動收費：全免 名額：20人

#### **血氧計登記**

登記日期：2022年4月4日上午10時至4月8日下午6時

登記方法：致電中心登記

名額：75人

\*每個家庭一份

\*只限早前沒有在中心群組登記的長者會員(不論中籤/落選)

\*中籤長者會於4月11月前收到 sms 短訊/電話通知領取安排

# 二零二二年四月份小組、興趣班、活動總表

星期日	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六
1.					1. 初一	2. 初二
3. 初三	4. 初四 長者例會(線上) 10:30	5. 初五 清明節假期	6. 初六	7. 初七	8. 初八	9. 初九
10. 初十	11. 十一	12. 十二	13. 十三 復活節手工(A) 10:30 復活節手工(B) 2:30	14. 十四	15. 十五 耶穌受難節假期	16. 十六 耶穌受難節翌日假期
17. 十七 復活節	18. 十八 復活節補假	19. 十九	20. 二十	21. 廿一 齊齊動動十巧手 2:30	22. 廿二	23. 廿三
24. 廿四	25. 廿五	26. 廿六 簡易蒸蛋糕 2:30	27. 廿七	28. 廿八	29. 廿九	30. 三十

# 二零二二年五月份小組、興趣班、活動總表

星期日	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六
1. 初一 勞動節	2. 初二 勞動節補假	3. 初三	4. 初四	5. 立夏 母親節紙捲花畫(A) 10:30 母親節紙捲花畫(B) 2:30	6. 初六	7. 初七
8. 初八 佛誕	9. 初九 佛誕補假	10. 初十	11. 十一 動腦 zoom 一 zoom(A) 10:30 動腦 zoom 一 zoom(B) 2:30	12. 十二	13. 十三	14. 十四
15. 十五	16. 十六 長者例會(線上) 10:30	17. 十七	18. 十八	19. 十九	20. 二十 魔術輕鬆玩 10:30	21. 小滿
22. 廿二	23. 廿三	24. 廿四	25. 廿五 ZOOM 遊台灣 2:30	26. 廿六	27. 廿七	28. 廿八
29. 廿九	30. 初一	31. 初二				

## 如果下載 ZOOM 程式：

Android 安卓裝置下載點：



Apple 蘋果裝置下載點：



## 如果使用 ZOOM 程式：

可到中心「耆樂頻道」youtube 頻道觀看 ZOOM 安裝及開啓教學短片



三 Premium<sup>HK</sup> 耆樂頻道

ZOOM  
下載及開啓  
教學

0:00 / 4:58

ZOOM安裝及開啓教學  
收看次數：217 次 · 2020年8月18日

大角咀老友記-耆樂頻道  
262 位訂閱者

已訂閱



如遇到任何使用 ZOOM 程式上的問題，

歡迎致電中心與鄧姑娘聯絡。

# 東華三院賽馬會大角咀綜合服務中心

## 二零二二年四月至二零二二年五月班組活動時間表

★ (所有以下活動班組, 必需年滿六十歲或以上會員, 才可參加)

課程名稱	課程內容	開課日期	堂數	名額	導師	收費	報名方法	備註
書法班	教授書法 筆法技巧	(逢星期三) 下午 2:00-3:30	/	15	周伍根	/	請先向 鄧姑娘登記	所有 興趣班 暫停 直至 另行通知
普通話班	教授普通話 語句運用	(逢星期四) 上午 10:00-11:00	/	14	胡東霞	/	請先向 鄧姑娘登記	
耆樂畫班	學習靜物 繪畫練習	(逢星期五) 下午 2:00 至 3:30	/	18	張施烈	/	請先向 鄧姑娘登記	

\*如需了解活動詳情或對活動有任何疑問，請與鄧姑娘聯絡。



# << 老友記天地 >>



## 注意

1. 5/4, 15/4 - 18/4, 2/5, 9/5 為公眾假期，  
中心暫停開放

2. 新增設中心長者 whatsapp 電話: 9213 2894

(如想以 whatsapp 收取中心活動資訊，請自行發放 whatsapp 訊息至  
9213 2894。如有要事，請致電中心電話 2392 2133)

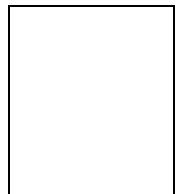
3. 如有長者沒有智能電話，而又欲收到中心最新資訊及活動，請致電中心  
與鄧姑娘聯絡。



### 東華三院賽馬會大角咀綜合服務中心

Tung Wah Group of Hospitals Jockey Club Tai Kok Tsui Integrated Services Centre

地址：九龍大角咀通州街 28 號頌賢花園地下 2 號及 9 號  
電話：2392 2133 傳真：2390 0282



印刷品

督印人：李顯澄  
印刷份數：100 份

編輯：鄧鈺霖  
印刷日期：2022 年 3 月 23 日