

# 明愛元朗長者社區中心(天澤中心) 2019年4月活動時間表

星期日	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六
	1(廿六)	2(廿七)	3(廿八)	4(廿九)	5(清明)	6(初二)
	10:00 健腦遊樂場 11:00 認知同行義工組 12:30 六湖自由行-暢遊T-PARK 2:00 e健樂血糖測試 2:30 男士義工組	9:30 智友醫社 10:15 會員同樂日(天恆幼兒園) 2:30 智友醫社 2:30 延智俱樂部	11:30 四旬期：感恩克己午餐  <b>中午停飯</b>	9:30 智友醫社 2:30 智友醫社	 <b>清明節</b>	3:00 週末好節目
7(初三)	8(初四)	9(初五)	10(初六)	11(初七)	12(初八)	13(初九)
	10:00 天澤職員會 2:00 e健樂血糖測試 2:30 拍打健體功(e健樂)	9:30 智友醫社 2:30 智友醫社 2:30 延智俱樂部	1:00 園來有你小組 2:00 天水圍耆兵義工組 2:30 喘息雅座(護老者) 2:45 so素健康	9:30 智友醫社 2:00 六湖別動隊 2:30 智友醫社	10:00 健體fit—fit 10:00 星期五主場 10:30 U3A-智能手機Q&A 2:30 康樂組	2:00 會員同樂日(明愛專上學院) 3:00 週末好節目
		<b>10:00 會員月會</b>	<b>10:00 會員月會</b>	<b>10:00 會員月會</b>		
14(初十)	15(十一)	16(十二)	17(十三)	18(十四)	19(十五)	20(十六)
	10:00 辦公室接待處大使 2:00 e健樂血糖測試 2:00 U3A-品茶會(A班) 2:30 中心代表會 2:45 U3A-品茶會(B班)	9:30 智友醫社 10:00 健體fit—fit 2:30 智友醫社 2:30 延智俱樂部	10:00 健康講座:認識抑鬱症 10:00 正念心房 10:30 U3A-數多酷遊戲 1:00 園來有你小組 2:30 音樂舒緩鬆一鬆(e健樂) 2:30 天澤全能組	9:00 挪亞方舟之旅 2:00 智友醫社畢業禮 2:00 U3A-鈎織班-進階班 3:00 U3A-鈎織班-入門班	 <b>耶穌受難日</b>	 <b>耶穌受難日翌日</b>
		<b>2:30 活動抽籤日</b>				
21(十七)	22(十八)	23(十九)	24(二十)	25(廿一)	26(廿二)	27(廿三)
 <b>復活節星期一</b>		9:30 智友醫社 10:00 e健樂月會 11:00 健康義工組 2:30 智友醫社 2:30 延智俱樂部	10:00 元極健體舞 10:30 U3A-數多酷遊戲 1:00 園來有你小組 2:00 耆兵壽星靚湯 2:00 U3A-鈎織班-進階班 2:30 護老茶室 3:00 U3A-鈎織班-入門班	9:30 智友醫社 10:00 健康星期四 2:30 智友醫社	10:00 天北關注組(線上論壇) 10:30 U3A-智能手機Q&A 2:00 義心湯 2:30 男士天地	3:00 週末好節目
28(廿四)	29(廿五)	30(廿六)				
	10:00 神召會幼稚園同樂日 10:00 友情有義義工組 10:00 智友堂 2:00 e健樂血糖測試 2:30 中心服務會 2:30 U3A-蔬果tea—tea	9:30 智友醫社 10:00 健體fit—fit 2:30 智友醫社 2:30 延智俱樂部				

中心地址：天水圍天澤邨服務設施大樓6樓602室  
 明愛安老服務網址：<http://www.caritasse.org.hk>  
 查詢電話：3904 3155  
 印刷日期：28/2/2018  
 印刷份數：300份

## 2019年4月(預告)

督導主任：馬玉霞  
 (中心服務) 社會工作員：袁耀全  
 一級活動幹事：蕭嘉如、尹銘恩  
 (智友醫社團隊) 資深護師：譚耀能 社會工作員：趙婉雯 物理治療師：鄭泳珊  
 展護老者及認知服務團隊) 社會工作員：何創傑、黃麗華、陳穎心 二級文員：陳素芝 保健員：張淑嫻 護理助理：黃麗兒  
 二級文員：張凱斯 服務員：占素琼