



新界西長者學苑聯網

NT WEST ELDER ACADEMIES CLUSTER

2018 年 7 及 8 月課程及活動預告

6-22-2018

1. 新界西長者學苑聯網聯校畢業禮暨研習營 2018

日期：2018 年 7 月 4 日(星期三)

畢業禮

時間：上午 9 時半至上午 11 時正

地點：嶺南大學李運強教學大樓地下林護演講廳 (MBG06)

對象：聯網學苑學員

內容：

畢業禮程序		
(一)	歡迎辭及聯網工作簡報	
(二)	致勉辭	
(三)	長者才藝表演	
	二胡、阮、笛子、敲擊演奏	新界西長者學苑聯網中樂團小組
	「長幼弱」奇妙合奏	樂頤長者學苑木箱鼓小組 仁濟醫院第二中學學生長笛小組 新界西長者學苑聯網口琴小組
	功夫扇表演	新界西長者學苑聯網長者
(四)	致送紀念品	
(五)	拍攝大合照	
(六)	頒發證書及各獎項	
(七)	長者代表致謝辭	

研習營

「同學·同行·同分·同 FUN」

時間：上午 11 時半至下午 1 時正

地點：嶺南大學(課室待定)

對象：參加「聯網」畢業禮的學員

內容：共分為三個主題(屆時再為學員分組)

1. 海洋「耆」觀
2. 食物分享會
3. 新「耆」旅遊工作坊

費用：免費



2. 義工複修課程

編號：17C-036

日期：2018年7月3日、7月10日、7月17日(逢星期二)

時間：下午2時半至下午4時正

地點：仁濟醫院第二中學5樓活動室

導師：莫世民註冊社工(香港教育大學客席講師、前社會福利署高級社會工作主任、新界西長者學苑聯網管治委員會成員、著有《安老院舍與社會工作》一書)

內容：希望透過課程讓義工們建立自我超越、改善心智模式，建立共同願景，提升團隊精神。

對象：聯網義工成員

名額：30人

費用：免費



3. 少數民族交流活動



編號：17V-013

與元朗大會堂少數族裔人士支援服務中心珠穆朗瑪多元文化社區中心合辦

日期：2018年7月5日(星期四)

時間：中午12時半至下午2時半

地點：元朗大會堂地下禮堂(元朗體育路4號)
自行前往

內容：與不同的少數族裔婦女交流，介紹不同文化的食物、活動及傳統民族服飾。屆時亦會有元朗大會堂的翻譯員在場，不用擔心語言限制。

對象：聯網義工成員

名額：20人(名額有限，先報名先得)

參加的義工須合作準備交流用之傳統食品或服飾

費用：免費



4. 地壺球

編號：17C-036

日期：2018年7月6日(星期五)

時間：上午9時半至上午10時半

地點：仁濟醫院第二中學5樓活動室

導師：仁濟二中地壺球球隊學生

內容：由學生教授長者地壺球玩法並一起試玩

對象：聯網學苑學員

名額：12人

費用：免費

與仁濟二中合辦
長幼共融活動

已滿

5. 義工探訪活動

A

編號: 17VT-034

日期: 2018 年 7 月 10 日、8 月 7 日、9 月 4 日(星期二)

時間: 下午 2 時半至下午 4 時正

地點: 救世軍錦田長者之家
(元朗錦田公路 103 號)自行前往

內容: 是次服務較體弱之院友，院舍先安排簡單護理課程予義工學習，然後分組照顧體弱院友，為他們進行桌上遊戲訓練及感官訓練。

對象: 聯網義工

名額: 10 人

費用: 免費



B

編號: 17VT-035

日期: 2018 年 7 月 16 日 (星期一)

時間: 下午 2 時 30 分至下午 3 時 15 分

地點: 東華三院戴東培護理安老院
(屯門青善街 32 號戴東培服務大樓)自行前往

對象: 聯網初班義工

名額: 10 人

費用: 免費



6. 智能手機攝影班

編號: 17C-037

日期: 2018 年 7 月 10 日、7 月 17 日 (逢星期二)

時間: 上午 9 時正至上午 10 時半

地點: 仁濟醫院第二中學 5 樓活動室

導師: 楊毅仁導師(浸大電影學院畢業生、
電影及廣告媒體工作者)

內容: 智能手機已成為日常生活的必需品，教授學員以智能手機拍攝照片，使大家能夠隨時把生活以照片形式記錄。

對象: 聯網學苑學員

名額: 30 人

費用: \$20/位 (2 堂)



7. 書法班 (暑期班)

編號: 17C-038

日期: 2018 年 7 月 11, 18, 25 (星期三)

8 月 1, 8, 15, 22, 29 日 (星期三)

時間: 早上 11:45 時至 1 時正

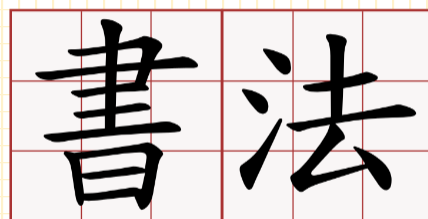
地點: 仁濟醫院第二中學 1 樓視藝室

導師: 馮美芳老師 (香港書法家協會秘書長及香港國際書法聯盟執行委員, 曾於公開書法比賽獲得冠軍)

對象: 聯網學苑學員

名額: 30 人

費用: \$120/位 8 堂 (包材料, 學員需自備毛筆)



8. 義工及中樂聯歡午宴 2018

已滿

編號: 17A-002

日期: 2018 年 7 月 11 日 (星期三)

時間: 中午 12 時正時至 2 時 15 分

地點: 屯門碼頭稻香酒家

(屯門湖翠路 168-236 號) 自行前往

對象: 聯網義工及中樂成員

名額: 124 人

費用: \$10/位



9. 終身年金講座



編號: 17T-025

日期: 2018 年 7 月 13 日 (星期五)
時間: 下午 2 時半至下午 4 時正
地點: 仁濟醫院第二中學 5 樓活動室
導師: 投資者教育中心專業講師
內容: 為 65 歲或以上的退休人士而設的專題講座
「認識公共終身年金計劃」, 講解即將推出的
公共終身年金計劃的特點、運作及風險,
及退休人士在考慮購買時需要注意的權益。
對象: 聯網學苑學員
名額: 40 人
費用: 免費



10. 園藝交流課程

編號: 17C-039

日期: 2018 年 7 月 19 日、26 日 (星期四)
8 月 2 日、9 日 (星期四)
時間: 下午 2 時正至 3 時正
地點: 仁濟醫院第二中學 5 樓活動中心
主持: 「聯網」學員陳德祥
內容: 集合對園藝有興趣的學員, 一起分享對種植的心得。
對象: 聯網學苑學員
名額: 30 人
費用: 免費

「聯網」學員
實踐「老有所為」



11. 茶藝入門

編號：17C-040

日期：2018 年 7 月 24 日(星期二)、
時間：下午 2 時半至 4 時正
地點：仁濟醫院第二中學 5 樓活動中心
導師：柯琮浩女士，喜舍茶館負責人，
國家茶儀師專業資格，從事茶文化推廣 4 年
內容：六大茶類簡介，泡茶體驗，品茶
對象：聯網學苑成員
名額：30 人
費用：\$10/人 (1 堂)



12. 參觀西九文化區「南行覓跡：M+藏品中的東南亞」展覽

編號：17V-014

日期：2018 年 7 月 27 日(星期五)、
集合時間：下午 12 時 45 分
集合地點：仁濟醫院第二中學
導賞時間：下午 2 時至 3 時正
解散時間：約下午 4 點正
解散地點：仁濟醫院第二中學
內容：「南行覓跡：M+藏品中的東南亞」是 M+ 首個聚焦特定地區的展覽，以東南亞區為題，展出設計及建築、流動影像、視覺藝術的藏品。這次展覽透過 M+ 日益豐富的多領域藏品，揭示過去半世紀以來該地區多元和廣泛的文化實踐。
對象：聯網學苑成員
名額：30 人
費用：\$10/人 (包括來回車費)
(西九文化區管理局津貼部分車資)

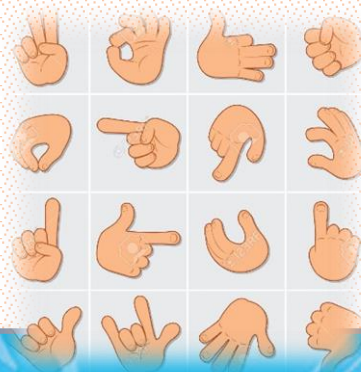


13. 手語課程

編號：17C-042

- 日期：2018年7月25日、
8月1日、8月8日、8月15日(星期三)
時間：上午十時正至11時半
地點：仁濟醫院第二中學5樓活動中心
導師：保良局銀齡展亮學苑「銀老師」陳青揚先生
內容：教授長者手語，讓長者義工能夠嘗試與失聰人士溝通，
希望將來能安排義工為失聰人士服務。
對象：聯網學苑學員，義工成員優先
名額：20人
費用：\$40/位 (4堂)

長者導師
實踐「老有所為」



14. 環保手工藝班

編號：17C-041

- 日期：2018年7月30日(星期一)
時間：下午2時半至4時正
地點：仁濟醫院第二中學5樓活動中心
主持：資深義工成員葉當女士(超過20年義工經驗，精於
製作不同手工藝作品)
內容：教授各位利用利是封製作不同成品，如金魚、星星等
讓義工們學會技能後可用於院舍探訪活動
對象：聯網學苑學員，義工成員優先
名額：30人
費用：免費

「聯網」學員
實踐「老有所為」



15. 生死教育講座

編號：17T-026

日期：2018年8月3日(星期五)
時間：上午10時半至12時正
地點：仁濟醫院第二中學5樓活動中心
主講：陳麗雲教授(現為香港大學思源基金健康及社會工作學教授、香港大學社會工作及社會行政學系教授、香港大學睿智計劃項目總監及香港復康會執行委員會副主席。)
內容：分享對生命的看法，讓長者能夠以正面態度面對死亡。
對象：聯網學苑學員
名額：60人
費用：免費



16. 雀巢健康早餐工作坊



編號：17T-027

雀巢公司為糖尿病長者及非糖尿病長者開辦健康早餐工作坊，教授大家認識 BMI 及低 GI 食物，更會為大家設定營養早餐，專業人員會為參加者量度兩星期內的脂肪及體重變化，為大家建立健康生活態度。

參加者分為糖尿病患者及非糖尿病患者，參加者需要出席足兩次的工作坊。

糖尿病患者

日期：2018年8月3日、8月10日(星期五)
時間：下午2時至4時正
地點：仁濟醫院第二中學5樓活動中心
主持：雀巢公司專業護士
對象：聯網學苑學員-糖尿病患者
名額：20人(名額有限，先到先得)
費用：免費

非糖尿病患者

日期：2018年8月17日、8月24日(星期五)
時間：下午2時至4時正
地點：仁濟醫院第二中學5樓活動中心
主持：雀巢公司專業護士
對象：聯網學苑學員-非糖尿病患者
名額：20人(名額有限，先到先得)
費用：免費



17. 經典文化系列導讀(初階)-《三字經》

編號: 17GC-302

日期: 2018年8月6日、13、20、27日、9月5日(逢星期一)

時間: 下午2時正至4時正

地點: 仁濟醫院第二中學5樓活動中心

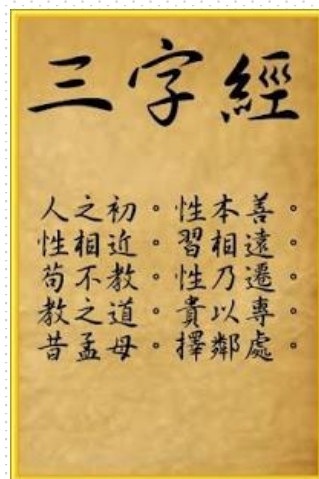
導師: 黎曾慶副主席(國際經典文化協會副主席、香港家長協進會主席、退休水警訓練學校教官、香港大學持續進修學院-成人教育深造文憑、初級管理人員訓練管理證書)

內容: 教授國學經典之一《三字經》

對象: 聯網學苑成員

名額: 30人

費用: \$50/人 (5堂)



18. 筆得了 - 《馬克筆速畫班》

編號: 17C-043

日期: 2018年8月6日(星期一)、13日(星期一)、21日(星期二)、27日(星期一)

時間: 上午10時半至12時半

地點: 仁濟醫院第二中學5樓活動中心

主講: 袁志明導師

內容: 一支筆; 素材簡單, 去到邊可以畫到邊。可以畫街景、風景、人物... 人人可以筆勞而獲。課程以深入淺出方法, 講解一幅畫作完成過程, 並有即席示範, 及學員堂上實踐。

對象: 聯網學苑學員

名額: 20人

費用: \$40/人 (4堂)



19. 認識濕疹膏及一般護膚品

編號: 17T-028

日期: 2018年8月7日(星期二)

時間: 下午2時半至4時正

地點: 仁濟醫院第二中學5樓活動中心

主講: 陳穎琳講師(香港大學李嘉誠醫學院藥理及藥劑系)

內容: 講解濕疹膏及一般護膚品的成份及用法。

對象: 聯網學苑學員

名額: 30人

費用: 免費



20. 壽司入門體驗

編號：17C-033

日期：2018年8月11日(星期六)
時間：上午10時半至12時半
地點：仁濟醫院第二中學5樓活動中心
主講：黃渭方導師(元氣壽司師傅導師)
內容：繼2月黃導師教授長者製作簡易壽司後，課程甚獲好評。是次黃導師將教授製作「手卷」及「軍艦」壽司，讓學員了解製作壽司的技巧。
對象：聯網學苑學員
名額：20人
費用：\$30/人(1堂包材料)



21. 平甩功

編號：17C-044

日期：2018年8月16日、23日、30日
9月6日、13日(逢星期四)
時間：上午10時半至11時半
地點：仁濟醫院第二中學5樓活動中心
主講：待定
內容：教授動作簡單的養生運動平甩功，適合長者強身健體
對象：聯網學苑學員
名額：30人
費用：\$50/人



22. 老人科講座

編號：17C-044

日期：2018年8月(待定)
時間：下午2時半至4時正
地點：仁濟醫院第二中學5樓活動中心
主講：屯門醫院老人科醫生
內容：(待定)
對象：聯網學苑學員
名額：30人
費用：免費



23. 參觀屯門醫院



編號: 17V-015

日期: 2018 年 8 月 31 日(星期五)
時間: 下午 4 時正至 5 時正
地點: 屯門醫院老人科日間醫院
(新界屯門青松觀路 23 號, 康復大樓, 2 樓)
自行前往
內容: 了解老人科日間醫院的服務和康復設施。
對象: 聯網學苑學員
名額: 30 人
費用: \$10/人 (出席活動後可退回\$10)



24. 中樂團 (二胡、笛子、古箏)

日期: 2018 年 7 月 7, 14, 21, 28 日(星期六)
8 月 4, 11, 18, 25 日(星期六)

時間: 二胡初班 9:00 am - 10:00 am
二胡中班 10:00 am - 11:00 am
古箏中班 9:30 am - 10:30 am
古箏初班 10:30 am - 11:30 am
阮 9:30 am - 10:30 am
笛子 10:30 am - 11:30 am
敲擊 11:00 am - 12:00 noon

地點: 仁濟醫院第二中學 1 樓課室

導師: 馮郁強老師 (二胡、阮及敲擊)、陳浩城老師(笛子)、朱慧玲老師(古箏)

內容: 歡迎有興趣之學員參加, 需自備樂器上課
(古箏班暫未有空缺, 如有意參加, 歡迎聯絡)

對象: 聯網各學苑學員

費用: 7 月-\$100/位 (4 堂)
8 月-\$100/位 (4 堂)

