仁愛堂田家炳銅鑼灣長者活動中心

中心網址：http://se5.yot.org.hk

銅鑼灣伊榮街7-17號欣榮商業大廈4樓　　電話:28829936 / 28829961（FAX）　　Whatsapp：53784491

辦公時間：星期一至五上午9:00 – 12:30及下午1:30 – 5:30　星期六上午9:00 – 12:00（星期日、公眾假期休息）

會員通訊 2018年7月

下次會員大會：2018年8月1日（上午9:30 ）（星期三）

《慈山寺一天遊》

活動日期:7/8/2018 （星期二）
集合日期/時間：9:15AM（仁愛堂中心集合）
收費：$110（會員）,$140（非會員）
名額：58人
行程:元朗勞斯萊斯展覽-天平富臨酒家午膳
香港教育博物館-參觀慈山寺
會員報名日期: 7月10日(上午9:00)
每位會員只可以參加1個旅行和最多只可購買門票2張(包括自己),當日到達中心時請到接待處簽到和選擇購買項目,寫購買門票數目（預備會員證）
活動額滿即止

非會員報名日期: 7月12日(上午9:00)

《社區文化一天遊》

活動日期：27/7/2018(星期五)
集合日期/時間：9:15AM（仁愛堂中心集合）
收費：$110（會員）,$140（非會員）
名額：59人
行程：尖沙咀歷史博物館-紅磡海逸皇宮酒
午膳-參觀前中區警署（大館）
會員報名日期: 7月10日(上午9:00)
每位會員只可以參加1個旅行和最多只可購
門票2張(包括自己),當日到達中心時請到接
處簽到和選擇購買項目,寫購買門票數目
（預備會員證）　活動額滿即止
非會員報名日期: 7月12日(上午9:0(

《健體運動時段》

內容：由體適能導師於課堂教授適合在家中做伸展健體運動.
活動日期：7月27日,8月3日
8月10日,8月17日,8月24日
活動時間：下午2:00-3:00
活動地點:本中心
費用全免　;會員報名日期 :7月4日
非會員報名日期 :7月11日
名額:20位　（額滿即止）
此活動優先予第一次參與會員報名,
如已參與6月22日運動時段會員想再參與,
只可登記後補名額,如之後確實有名額,
將會最遲7月24日或之前依登記次序
通知登記者

《仁愛堂長者雲端健康管理計劃》

驗血糖,血氧,血壓,量體溫健康檢查
日期:7月13/20日　或 8月10/17日
星期五 上午 9:15-10:45

7月11/18日　星期三　下午1:30-2:45
（請各已開戶參加者必須致電中心向職員登記出席日期）

《中醫養生保健講座》

講者為博愛醫院　中醫中心註冊中醫師
活動日期:7月23日-星期一 (2:00-3:00PM),8月1日-星期三(1:45-2:45PM)
8月20日-星期一 (2:00-3:00PM)　活動費用全免　每次講座名額 :30位
由7月到9月底前,博愛醫院中心註冊中醫師將會到中心講5次健康講座
而7,8月份講題有-7月23日-中醫如何預防流感 ,8月1日-中醫看睡眠
8月20日-中醫預防糖尿病及心血管病
會員報名日期:7月4日　非會員報名日期:7月11日
參加者可同時參加7,8月份所有講座,當日參加講座出席者,將會派發湯包一份.
活動名額先到先得,額滿即止