

退有所為 退休人士義務工作計劃

隨着醫療和科技的改進，港人愈見長壽。到了退休年齡，生活有更大的空間和自由。除了陪伴家人和聯繫親友的時間外，有沒有想過如何令生活活得更有意義和精彩、生命變得更加璀璨和豐盛？不妨考慮貢獻所長，服務社區上有需要的群體，為他人施予援手，提供實質的幫助。

只要你願意付出鍥而不捨的精神和時間，並關懷他人的愛心及熱忱，生命的光華便會因此而展開，別人的光輝亦會因你而燃點起來。

目標：為社區內弱勢群體提供服務，實踐自我，貢獻所長，積極回饋社會。

內容：1. 定期替低收入家庭兒童進行功課輔導；

2. 探訪長者人士及進行活動；

3. 參與怡情養生課程，提昇個人生活素質。

日期：義工培訓—11月26日（下午2時30分至3時30分）

對象：已退休人士或準備2年內退休之人士

費用：\$50/\$80（會員/非會員）【包括義工培訓及首年加入同學會之會籍費用】

查詢：冼姑娘（2816 8030）、黃姑娘（2816 8033）或陸先生（2816 8018）

備註：凡參加是項計劃將優先參與同學會定期舉辦之活動，包括生日會、資訊講座、旅行活動等。

退有所為 退休人士優化生活計劃

退休的生活看似悠閒，但其實又可以叫人活得充實而精彩。退而不休，樂此不疲。

內容	日期	時間	地點	對象	名額	收費
天台有機種植	9月23日至 11月11日（逢二）	上午10:30至 12:00	A004室 及天台	已退休人士 或準備退休 之人士	15人	\$120(會員)/ \$150(非會員)
書法及 國畫研習	10月9日至 11月27日（逢四）	上午11:00至 下午1:00	B306室		10人	\$120(會員)/ \$150(非會員)

備註：1.參加種植班者可自攜食水、太陽帽及毛巾等用品；2.參加書法班者須自攜毛筆、墨汁盛器等用品。

查詢：冼姑娘（2816 8030）

地址：堅尼地城蒲飛路27號