

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。

只要你願意付出鏗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25日（下午3時00分至4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15日至 11月3日(逢二)	上午11:00 至 12:30	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)
	11月10日至 12月15日(逢二)					
書法及國畫 研習	9月10日至 11月12日(逢四) *(10月1日 及8日除外)	上午11:00 至 下午1:00	B306室		10人	\$120(會員)/ \$150(非會員)
	11月19日至 1月14日(逢四) *(12月24日除外)					

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

「做義工很開心」、「幫助他人的感覺很好」、「帶領活動令我有滿足感」，
原來當義工是很快樂的！

同行義社區參與計劃

長者服務篇

Volunteer Service For The Elderly

日期	時間	活動詳情
29/10/2015 (星期四)	下午 4:30-6:00	義務工作概念
05/11/2015 (星期四)	下午 4:30-6:00	服務對象特色及需要
12/11/2015 (星期四)	下午 4:30-6:00	義工技巧篇 1(汽球?作)
19/11/2015(星期四)	下午 4:30-6:00	探訪長者服務單位
26/11/2015(星期四)	下午 4:30-6:00	義工技巧篇 2(小魔術)
時間日期待定*		長者服務日*

查詢：2816 8031 黃慶禧先生

參加資格：中二至中五學生

收費：免費(需繳付\$50 留位費，出席不少於 3 次聚會可發還款項)

備註：1. 服務體驗日期待定，落實後將儘快通知；

2. 凡出席率達 80%及完成服務環節者，可獲頒義工證書乙張。