

退有所為 退休人士義務工作計劃

Volunteer Program for Retirees

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。

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。

查詢：冼姑娘（2816 8030）、陸先生（2816 8018） / * 費用：會員 \$ 50、非會員 \$ 80

內容	日期	時間	對象
1. 定期替低收入家庭兒童進行功課輔導；	義工培訓	下午 3:00 至 4:30	已退休人士或準備 2 年內退休之人士
2. 探訪長者人士及進行活動；	2017 年		
3. 參與怡情養生課程，提昇個人生活素質。	2 月 22 日		

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。

* 包括義工培訓及首年加入同學會之會籍費用

退休人士優化生活計劃

Enrichment Program for Retirees

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。

負責人：冼姑娘（2816 8030）

內容	日期	時間	地點	對象	名額	金額
天台有機種植 (剝水仙頭)	1 月 3 日至 17 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	\$ 100(會員)/ \$ 130(非會員)
天台有機種植	2 月 7 日至 4 月 25 日 (逢二)	上午 11:00 至下午 1:00	B306 室		15 人	\$ 120(會員)/ \$ 150(非會員)
書法研習	2 月 23 日至 4 月 13 日 (逢四)					
攝影入門	2 月 16 日至 3 月 9 日 (逢四)	下午 2:30 至 下午 4:00	10 人		\$ 50(會員)/ \$ 80(非會員)	

備註： 1. 參加學習界水仙者須自備水仙頭、界刀及盆等用品；
2. 參加種植班者可自攜食水、太陽帽及毛巾等用品；
3. 參加書法班者須自攜毛筆、墨汁盛器等用品。