



耆暉會密西沙加社區支援服務部

Carefirst Seniors & Community Services Association

Mississauga Community Support Services

1 月份活動 January 2024 Programs

Topic 講題	Date 日期	Time 時間	Venue 活動地點
EA Happy Together Support Group 輕鬆小聚互助小組 (Cantonese 粵語) ☺	Jan 2, 9, 16, 23 & 30 (Tuesdays) 一月二、九、十六、二十三及三十日 (星期二)	1:00pm to 2:30pm 下午一時至 下午二時三十分	In-Person 現場 耆暉會密西沙加辦事處 1051 Eglinton Ave West Mississauga
Creditvale Mills - Information & Referral 諮詢及轉介服務 (Cantonese/Mandarin/English 粵/國/英語)	Jan 10, 24 (Wednesdays) 一月十、二十四日 (星期三)	9:30am to 11:30am 上午九時三十分至 上午十一時三十分	Creditvale Mills Hubs 1555 S Parade Ct, Mississauga 
2023 Income Tax Return for Seniors 2023 長者報稅知多少? (Cantonese 粵語)	Jan 2 (Tuesday) 一月二日 (星期二)	10:00am to 11:00am 上午十時至 上午十一時	Virtual Platform 網上平台 
Emergency Preparedness & Elder Abuse 護老系列：危機應變 (Cantonese 粵語)	Jan 17 (Wednesday) 一月十七日 (星期三)	10:00am to 11:00am 上午十時至 上午十一時 	In-Person 現場 頌恩華人播道會 3065 Ridgeway Dr., Unit 35-37, Mississauga
EA Lunch & Learn: Singing Together 高 Sing 歡唱 (Cantonese 粵語)	Jan 23 (Tuesday) 一月二十三日 (星期二)	11:00am to 1:00pm 上午十一時 至 下午一時 	In-Person 現場 耆暉會密西沙加辦事處 1051 Eglinton Ave West Mississauga
Food Selection & Safety during Lunar New Year 賀年美食之食得有「營」	Jan 30 (Tuesday) 一月三十日 (星期二)	10:00am to 11:00am 上午十時至 上午十一時	Virtual Platform 網上平台 

Holiday Notice 假期通知

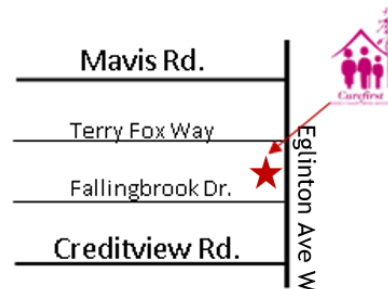
Centre will be closed on Monday, January 1 for New Year Holiday

中心將於 1 月 1 日 (星期一) 新年假期休息一天

查詢服務/ Enquiry: 905-270-9988 (潘姑娘 Michelle)

Carefirst Seniors & Community Services Association (Mississauga) is located
at St. Elizabeth Anglican Church 耆暉會密西沙加辦事處位於聖公會頌主堂內

中心地址/Address: 1051 Eglinton Ave W, ON L5V 2W3



2023-11-29



耆暉會密西沙加社區支援服務部

Carefirst Seniors & Community Services Association

Mississauga Community Support Services

2 月份活動 February 2024 Programs

Topic 講題	Date 日期	Time 時間	Venue 活動地點
EA Happy Together Support Group 輕鬆小聚互助小組 (Cantonese 粵語) ☺	Feb 6, 13, 20 & 27 (Tuesdays) 二月六, 十三, 二十及二十七日 (星期二)	1:00pm to 2:30pm 下午一時至下午二時三十分	In-Person 現場 耆暉會密西沙加辦事處 1051 Eglinton Ave West Mississauga
Creditvale Mills - Information & Referral 諮詢及轉介服務 (Cantonese/Mandarin/English 粵/國/英語)	Feb 14 & 28 (Wednesdays) 二月十四及二十八日 (星期三)	9:30am to 11:30am 上午九時三十分至上午十一時三十分	Creditvale Mills Hubs 1555 S Parade Ct, Mississauga 
Service Canada Q & A Session "遇疑難·話我知"加拿大服務局問答環節 (English/Cantonese 英/粵)	Feb 6 (Tuesday) 二月六日 (星期二)	10:00am -11:00am 上午十時至上午十一時	Virtual Platform 網上平台 
EA Series: Intergeneration Communication cum Chinese New Year Celebration 和諧世代-溝通之你「講」我「聽」暨慶賀新春(Mandarin/Cantonese 國/粵)	Feb 12 (Monday) 二月十二日 (星期一) 農曆年初三 	12 noon to 2:30 pm 中午十二時至下午兩時半	康翠酒樓 30 Eglinton Ave W, Mississauga 
2023 Top10 Frauds in Ontario 2023 安省十大詐騙案(Cantonese 粵語)	Feb 13 (Tuesday) 二月十三日 (星期二)	10:00am to 11:00am 上午十時至上午十一時	Virtual Platform 網上平台 
Client Intervention and Information & Referral 個案協助, 諮詢及轉介服務, 填表及翻譯服務等	Monday to Friday 星期一至星期五 (Cantonese/Mandarin/English 粵/國/英語)	9:00am to 3:00pm 上午九時至下午三時 *請預約登記* Please call to make appointment	耆暉會密西沙加辦事處 Carefirst Mississauga Office, 1051 Eglinton Ave W, Mississauga

Holiday Notice 假期通知

Centre will be closed on Monday, February 19 Family Day Holiday 中心將於 2 月 19 日(星期一) 家庭日假休息一天
Carefirst Seniors & Community Services Association (Mississauga) is located at St. Elizabeth Anglican Church
耆暉會密西沙加辦事處位於聖公會頌主堂內 中心地址/Address: 1051 Eglinton Ave W, ON L5V 2W3

查詢服務/ Enquiry: 905-270-9988 (潘姑娘 Michelle)



耆暉會密西沙加社區支援服務部

Carefirst Seniors & Community Services Association

Mississauga Community Support Services

3 月份活動 March 2024 Programs

Topic 講題	Date 日期	Time 時間	Venue 活動地點
EA Happy Together Support Group 輕鬆小聚互助小組 (Cantonese 粵語) ☺	Mar 5, 12, 19, 26 (Tuesdays) 三月五、十二、十九及二十六日 (星期二)	1:00pm to 2:30pm 下午一時至 下午二時三十分	In-Person 現場 耆暉會密西沙加辦事處 1051 Eglinton Ave West Mississauga
Creditvale Mills - Information & Referral 諮詢及轉介服務 (Cantonese/Mandarin/English 粵/國/英語)	Mar 13 & 27 (Wednesday) 三月十三及二十七日 (星期三)	9:30am to 11:30am 上午九時三十分至 上午十一時三十分	Creditvale Mills Hubs 1555 S Parade Ct, Mississauga 
Tax Clinic 報稅日 (Cantonese/Mandarin/English 粵/國/英語) 	Mar 7 & 20 (Thurs & Wed) 三月七及二十日 (星期三)	9:30am to 2:30pm 上午九時半至下午 二時三十分	In-Person 現場 耆暉會密西沙加辦事處 1051 Eglinton Ave West Mississauga
	Mar 13 (Wed) 三月十三日 (星期三)	9:30am to 3:30pm 上午九時半至下午 三時三十分	Creditvale Mills Hubs 1555 S Parade Ct, Mississauga
	Mar 25 (Mon) 三月二十五日 (星期一)	9:30am to 2:30pm 上午九時半至下午 二時三十分	Coral Place 家樂樓 55 Glenn Hawthorne, Mississauga
Foot Pain & Diabetes Care 足部護理及糖尿病 (English 英語)	Mar 8 (Tuesday) 三月八日 (星期五)	10:00am to 11:00 am 上午十時至 上午十一時	Virtual Platform 網上平台 
Client Intervention and Information & Referral 個案協助, 諮詢及轉介服務, 填表及翻譯服務等	Monday to Friday 星期一至星期五 (Cantonese/Mandarin/English 粵/國/英語)	9:00am to 3:00pm 上午九時至下午三時 *請預約登記* Please call to make appointment	耆暉會密西沙加辦事處 Carefirst Mississauga Office, 1051 Eglinton Ave W, Mississauga 
Holiday Notice 假期通知 Centre will be closed on March 29 Good Friday Holiday 中心將於 3 月 29 日星期五復活節假期休息一天		查詢服務/ Enquiry: 905-270-9988 (潘姑娘 Michelle)	



耆暉會密西沙加社區支援服務部

Carefirst Seniors & Community Services Association

Mississauga Community Support Services

華人【防止虐老及忽略長者】教育計劃

何謂虐老?

虐老是指傷害長者福祉或安全的行為，或不作出某些行為而令長者的福祉或安全受到傷害。一般涉及的行動包括：身體虐待；精神虐待；財政虐待；侵吞長者財物或產業；疏忽及遺棄。

保護長者錦囊

- 明瞭自己的權益，清楚瞭解何謂虐老行為
- 增強對生活事件的處理及應變能力：例如終身學習
- 如何管理個人財產
- 擴闊社交圈子，參與社區活動：增加求助渠道
- 主動向信任的人尋求協助及傾訴感受
- 提倡和發揮互相守望的精神，如發現身邊的朋友或長者懷疑遭受虐待的情況，請主動關心和聆聽其需要
- 運用社區支援服務，向專業人士查詢或求助
- 遇上危急及涉及人身安全的情況下，請撥打緊急熱線 911
- 安省免費【長者安全熱線】1-866-299-1011，全年每日 24 小時運作，並有包括國粵語在內的 150 多種語言傳譯。

耆暉會【保護長者華語熱線】 416-502-2321 逢星期一至五 早上九時至下午五時

Protecting Seniors against Elder Abuse Education Program

What is Elder abuse?

Elder Abuse is any action or inaction that jeopardizes the health, safety and well-being of an older person. Commonly seen types of abuse include Physical abuse, Psychological abuse, Financial abuse, Neglect and Abandonment.

Tips for Protecting Seniors

- Know your own rights, understand what is elder abuse
- Enhance your own skills in handling every day management and how to deal with changes, for example, learn how to manage your own finances
- Help others, if you suspect any elderly abusive situations around, proactively listen to their needs and offer help
- Utilize social support services, seek information and help from professionals
- Call 911 direct in emergency and life-threatening situation. Remember the Senior Safety Line 1-866-299-1011, which can be called from anywhere in Ontario for free. It runs 24 hours a day, 7 days a week with 150 languages including both Mandarin and Cantonese.
- Expand your social circle, participate in social activities
- Increase seek-help resources
- Actively seek help and talk with those whom you trust

Carefirst Chinese Elder Abuse Helpline 416-502-2321 Monday to Friday from 9am to 5pm



2023-11-29