



**Carefirst Seniors & Community Services Association**  
耆暉會

**Community Support Services -Scarborough and York Region**  
社區支援服務部 --士嘉堡及約克區

**April to June (2022) Program Schedule**  
二零二二年四月至六月份活動表

**Week Day Information and Referral Service (Monday to Friday)**  
**Services include: Senior Benefits, Aging at Home, Integrate Care, Transitional Care Centre and Supportive Counseling and Referral etc.**  
**Service Hours: 9:00am to 5:00pm**

週一至週五服務資訊及轉介:  
內容包括: 有關長者福利諮詢, 長者整體護理, 短期暫住護理服務, 支援輔導及轉介服務等  
服務時間: 早上九時至下午五時

**報名、查詢及索取 ZOOM ID**  
**請致電: 416-502-2323 內綫: 6178**

**For Registration and ZOOM ID**  
**Please contact: 416-502-2323 Ext. 6178**

**耆暉會保護長者華語熱線服務: 416-502-2321**  
**Carefirst Chinese Elder Abuse Helpline: 416-502-2321**

安省免費【長者安全熱線】1-866-299-1011，全年每日 24 小時運作，  
并有包括國粵語在內的 150 多種語言傳譯。

Parking Fee at 300 Silver Star Blvd. \$2.00 /day  
停車場費: \$2.00/日



**Carefirst Seniors & Community Services Association**  
耆暉會

**Community Support Services -Scarborough and York Region**  
社區支援服務部--士嘉堡及約克區

**April to June (2022) Program Schedule**  
二零二二年四月至六月份活動表

Topic/講題	Date/日期	Time/時間	Venue/活動地點
<b>April /四月份</b>			
道路使用者及交通安全須知 (粵語) <b>Road User &amp; Traffic Safety (Cantonese)</b>	四月一日 (星期五) <b>April 1 (Friday)</b>	上午十時至十一時 <b>10:00 am - 11:00 am</b>	網上平台  <b>Virtual (ZOOM)</b>
認識地區醫療整合網絡 (粵語) <b>Knowing Local Health Integration Network (LHINs) (Cantonese)</b>	四月五日 (星期二) <b>April 5 (Tuesday)</b>	上午十時至十一時 <b>10:00 am - 11:00 am</b>	
認知障礙症照顧篇之: 護腦活動 (粵語) <b>Caring for Someone with Dementia: Brain Protection Activities (Cantonese)</b>	四月八日 (星期五) <b>April 8 (Friday)</b>	上午十時至十一時 <b>10:00 am - 11:00 am</b>	
預置計劃 (粵語) <b>Advance Care Planning (Cantonese)</b>	四月十二日 (星期二) <b>April 12 (Tuesday)</b>	上午十時至十一時 <b>10:00 am - 11:00 am</b>	



**April to June (2022) Program Schedule**  
二零二二年四月至六月份活動表

Topic/講題	Date/日期	Time/時間	Venue/活動地點
<b>April / 四月份</b>			
認知障礙症照顧篇之：溝通策略 (粵語)  <b>Caring for someone with dementia : Communication Strategies (Cantonese)</b>	四月十九日 (星期二)  <b>April 19 (Tuesday)</b>	上午十時至十一時  <b>10:00 am - 11:00 am</b>	網上平台  <b>Virtual (ZOOM)</b>
在家千日好” - 可以嗎? (粵語)  <b>“Aging At Home”-Does It Work? (Cantonese)</b>	四月二十二日 (星期五)  <b>April 22 (Friday)</b>	上午十時至十一時  <b>10:00 am - 11:00 am</b>	
情緒管理之：你憤怒嗎? (國語)  <b>Anger Management (Mandarin)</b>	四月二十六日 (星期二)  <b>April 26 (Tuesday)</b>	上午十時至中午十二時  <b>10:00 am -12:00 pm</b>	
長者關顧 (粵語)  <b>Aging Care (Cantonese)</b>	四月二十九日 (星期五)  <b>April 29 (Friday)</b>	上午十時至中午十二時  <b>10:00 am -12:00 pm</b>	
廣東話關顧者互助小組 (粵語)  <b>Caregivers Support Group (Cantonese)</b>	四月二十九日(星期五)  <b>April 29 (Friday)</b>	下午三時至四時三十分  <b>3:00 pm – 4:30 pm</b>	



**April to June (2022) Program Schedule**  
二零二二年四月至六月份活動表

Topic/講題	Date/日期	Time/時間	Venue/活動地點
<b>June / 六月份</b>			
愛情騙案之：糖衣陷阱 (粵語)  <b>Romantic Scam: “Candy Trap (Cantonese)</b>	六月二十四日 (星期五)  <b>June 24 (Friday)</b>	上午十時至十一時  <b>10:00 am – 11:00 am</b>	網上平台  <b>Virtual (ZOOM)</b>
廣東話關顧者互助小組 (粵語)  <b>Caregivers Support Group (Cantonese)</b>	六月二十四日 (星期五)  <b>June 24 (Friday)</b>	下午三時至四時三十分  <b>3:00 pm – 4:30 pm</b>	<b>300 Silver Star Blvd, Scarborough</b>  耆暉會一站式綜合社區服務中心
長者醫療福利知多少 (粵語 )  <b>Understand Senior’s Health Related Services (Cantonese)</b>	六月二十八日 (星期二)  <b>June 28 (Tuesday)</b>	上午十時至十一時  <b>10:00 am – 11:00 am</b>	網上平台  <b>Virtual (ZOOM)</b>



## April to June (2022) Program Schedule 二零二二年四月至六月份活動表

Topic/講題	Date/日期	Time/時間	Venue/活動地點
<b>June / 六月份</b>			
安省長者經濟福利 (粵語)  Senior Financial Benefits in Ontario (Cantonese)	六月十一日 (星期六)  June 11 (Saturday)	上午十時至十一時  10:00 am – 11:00 am	420 High Way 7 East #104A  耆暉會約克區服務中心 104A 室
長者關顧 (英語)  Aging Care (English)	六月十四日 (星期二)  June 14 (Tuesday)	上午十時至十一時  10:00 am – 11:00 am	網上平台  Virtual (ZOOM)
醫食住行 互助小組 (粵語)  Staying Healthy Support Group (Cantonese)	六月十五日至七月二十日 (逢星期三)  June 15th to July 20th, 2022 (Consecutive Wednesday)	上午九時三十分至十一時  9:30 am – 11:00 am	300 Silver Star Blvd, Scarborough  耆暉會一站式綜合社區服務中心
如何提升情緒健康 (粵語)  How to Stay Mentally Strong? (Cantonese)	六月十七日 (星期五)  June 17 (Friday)	上午十時至十一時  10:00 am – 11:00 am	網上平台  Virtual (ZOOM)
樂居安省 (粵語)  Living Options in Ontario (Cantonese)	六月二十一日 (星期二)  June 21 (Tuesday)	上午十時至十一時  10:00 am – 11:00 am	



## April to June (2022) Program Schedule 二零二二年四月至六月份活動表

Topic/講題	Date/日期	Time/時間	Venue/活動地點
<b>May / 五月份</b>			
長者房屋知多少? (粵語)  How Much Do You Know about Seniors Housings? (Cantonese)	五月二日 (星期一)  May 2 (Monday)	下午三時至四時  3:00pm - 4:00pm	420 High Way 7 East #104A  耆暉會約克區服務中心 104A 室
“別了，親愛的” - 喪偶支援小組 (粵語)  CBS Spousal Loss Support Group (Cantonese)	五月至六月 (逢星期二)  May to June, 2022 (Consecutive Tuesday)	下午二時至三時三十分  2:00 pm-3:30pm pm	300 Silver Star Blvd, Scarborough  耆暉會一站式綜合社區服務中心
安省長者福利 (英語)  Senior Financial Benefits (English)	五月三日 (星期二)  May 3 (Tuesday)	上午十時至十一時  10:00 am – 11:00 am	網上平台  Virtual (ZOOM)
如何準備退休生活? (粵語)  Get Ready for Retirement (Cantonese)	五月七日 (星期六)  May 7 (Saturday)	上午十時至十一時  10am to 11:00am	300 Silver Star Blvd, Scarborough  耆暉會一站式綜合社區服務中心
權益篇：“善侍” 善終服務 (國語)  Palliative Care Services in Ontario (Mandarin)	五月十日 (星期二)  May 10 (Tuesday)	上午十時至十一時  10:00 am – 11:00 am	網上平台  Virtual (ZOOM)



**April to June (2022) Program Schedule**  
二零二二年四月至六月份活動表

Topic/講題	Date/日期	Time/時間	Venue/活動地點
<b>May / 五月份</b>			
安省醫療福利及保健資源 (粵語) Ontario Medical Benefits (Cantonese)	五月十三日 (星期五) May 13 (Friday)	上午十時至十一時 10:00 am – 11:00 am	網上平台 Virtual (ZOOM)
安省電費補助計劃 (粵語) Ontario Electricity Program (Cantonese)	五月十七日 (星期二) May 17 (Tuesday)	上午十時至十一時 10:00 am – 11:00 am	
護老係列之: 家庭關係 (粵語) EA Series – Family Relationship (Cantonese)	五月二十日 (星期五) May 20 (Friday)	上午十時至十一時 10:00 am – 11:00 am	
食物安全金字塔 (粵語) Food Safety (Cantonese)	五月二十四日 (星期二) May 24 (Tuesday)	上午十時至十一時 10:00 am – 11:00 am	
護老係列之: 如何避免經濟剝削 (粵語) EA Series: Taking Charge of Your Finance (Cantonese)	五月二十七日 (星期五) May 27 (Friday)	上午十時至十一時 10:00 am – 11:00 am	



**April to June (2022) Program Schedule**  
二零二二年四月至六月份活動表

Topic/講題	Date/日期	Time/時間	Venue/活動地點
<b>May / 五月份</b>			
廣東話關顧者互助小組 (粵語) Caregivers Support Group (Cantonese)	五月二十七日 (星期五) May 27 (Friday)	下午三時至四時三十分 3:00 pm – 4:30 pm	300 Silver Star Blvd, Scarborough 耆暉會一站式 綜合社區服務中心
情緒管理 (粵語) Emotion Management (Cantonese)	五月三十一日 (星期二) May 31 (Tuesday)	上午十時至十一時 10:00 am – 11:00 am	網上平台 Virtual (ZOOM)
<b>June / 六月份</b>			
護老係列之: 何謂疏忽照顧? (粵語) EA Series: Neglect Abuse (Cantonese)	六月三日 (星期五) June 3 (Friday)	上午十時至十一時 10:00 am – 11:00 am	網上平台 Virtual (ZOOM)
什麼是委托授權書 (國語) What is Power of Attorney (POAs)? (Mandarin)	六月七日 (星期二) June 7 (Tuesday)	上午十時至十一時 10:00 am – 11:00 am	
護老係列之: 安全計劃及社區資源 (粵語) EA Series: Safety Plan (Cantonese)	六月十日 (星期五) June 10 (Friday)	上午十時至十一時 10:00 am – 11:00 am	