



**Yee Hong Centre
For Geriatric Care**

頤康中心

Caregiver Education & Support Services – Upcoming Programs 護老教育及支援服務 – 最新活動

Webinars

網上講座

Webinar No.: 1

Topic: Care Companion Training Program

Date: February 1-3, 2021 (Monday to Wednesday)

Cantonese Program:

Time: 12:30 p.m. – 2:30 p.m. (Toronto time)

Mandarin Program:

Time: 3 p.m. – 5 p.m. (Toronto time)

Fee: \$99

講座編號: 1

講座: 關顧者訓練課程

日期: 2021 年 2 月 1 至 3 日 (星期一至三)

廣東話課程:

時間: 中午 12:30 至下午 2:30 分(多倫多時間)

普通話/國語課程:

時間: 下午 3 時至 5 時 (多倫多時間)

收費: \$99

Webinar No.: 2

Topic: What is Music Therapy?

Date: February 4, 2021 (Thursday)

Time: 10 a.m. – 11 a.m.

Language: Cantonese

Speakers: Ms. Fiona Lam, MT-BC, MTA, NMT

講座編號: 2

講座: 音樂「自」療

日期: 2021 年 2 月 4 日(星期四)

時間: 上午 10 時至 11 時

語言: 廣東話

講員: 美國及加拿大註冊音樂治療師林凱欣女士

Webinar No.: 3

Topic: Brain Beat Dance

Date: February 5, 2021 (Friday)

Time: 10 a.m. – 10:30 a.m.

Language: Cantonese

Speakers: Ms. May Wong, President of BBDCSA

講座編號: 3

講座: 腦保健舞: 腦得健康工作坊

日期: 2021 年 2 月 5 日(星期五)

時間: 上午 10 時至 10:30 分

語言: 廣東話

講員: 加拿大腦保健舞蹈學會總監黃潔薇女士

Webinar No.: 4

Topic: Back Care

Date: February 8, 2021 (Monday)

Time: 10 a.m. – 11 a.m.

Language: Mandarin

Speaker: Mr. Andrew Auw Yang, RPT

講座編號: 4

講座: 腰背護理

日期: 2021 年 2 月 8 日(星期一)

時間: 上午 10 時至 11 時

語言: 普通話 / 國語

講員: 安省註冊物理治療師歐陽清毅先生

Webinar No.: 5

Topic: Financial Planning Under Current Pandemic

Date: February 9, 2021 (Tuesday)

Time: 11 a.m. – 12:00 p.m.

Language: Cantonese

Speakers: Mr. Daniel Chan, Financial Advisor

講座編號: 5

講座: 疫情下的財務規劃管理

日期: 2021 年 2 月 9 日(星期二)

時間: 上午 11 時至中午 12 時

語言: 廣東話

講員: 理財顧問陳智恆先生

Webinars

網上講座

Webinar No.: 6

Topic: Chinese, Korean, and Japanese New Year

Date: February 10, 2021 (Wednesday)

Time: 2 p.m. – 3 p.m.

Language: English

Speaker: Yee Hong Staff & Momiji Staff

講座編號: 6

講座: 中日韓新年巡禮

日期: 2021 年 2 月 10 日(星期三)

時間: 下午 2 時至 3 時

語言: 英語

講員: 頤康中心職員及 Momiji 職員

Webinar No.: 7

Topic: Intergenerational Communication

Date: February 10, 2021 (Wednesday)

Time: 3:30 p.m. – 4:30 p.m.

Language: Mandarin

Speaker: Ms. Tracy Li, Program Coordinator of Yee Hong Markham Adult Day Program

講座編號: 7

講座: 家庭隔代溝通與理解

日期: 2021 年 2 月 10 日(星期三)

時間: 下午 3:30 至 4:30 分

語言: 普通話 / 國語

講員: 頤康萬錦日間活動中心服務主任李翠華女士

Webinar No.: 8

Topic: Speaking of Bones

Date: February 11, 2021 (Thursday)

Time: 10 a.m. – 11 a.m.

Language: Cantonese

Speaker: Ms. Priscilla Ching, Speaker from Osteoporosis Canada

講座編號: 8

講座: 骨質知多少

日期: 2021 年 2 月 11 日(星期四)

時間: 上午 10 時至 11 時

語言: 廣東話

講員: 加拿大骨質疏鬆協會講員程何婉華女士

Webinar No.: 9

Topic: Look Around the World: Bizarre Diets

Date: February 15, 2021 (Monday)

Time: 10 a.m. – 11 a.m.

Language: Cantonese

Speaker: Mr. Nicky Lam, RSW

講座編號: 9

講座: 世界觀: 觀世界之奇異飲食篇

日期: 2021 年 2 月 15 日(星期一)

時間: 上午 10 時至 11 時

語言: 廣東話

講員: 安省註冊社工林世強先生

Webinar No.: 10

Topic: First Aid at home for Older Adults

Date: February 17, 2021 (Wednesday)

Time: 10 a.m. – 11 a.m.

Language: Mandarin

Speaker: Mr. Peter Lam, Experienced First Aid Instructor

講座編號: 10

講座: 家居急救常識須知-長者篇

日期: 2021 年 2 月 17 日(星期三)

時間: 上午 10 時至 11 時

語言: 普通話 / 國語

講員: 資深急救導師林傳賜先生

Webinar No.: 11

Topic: Creative and Fun Ways for Stress Relief

Date: February 18, 2021 (Thursday)

Time: 10 a.m. – 11 a.m.

Language: Cantonese

Speaker: Ms. Fiona Lam, MTA, MT-BC, NMT

講座編號: 11

講座: 創意減壓一小時

日期: 2021 年 2 月 18 日(星期四)

時間: 上午 10 時至 11 時

語言: 廣東話

講員: 美國及加拿大註冊音樂治療師林凱欣女士

Webinars

網上講座

Webinar No.: 12

Topic: Virtual Chinese New Year Party

Date: February 18, 2021 (Thursday)

Time: 2 p.m. – 3 p.m.

Language: Cantonese

Speaker: Yee Hong Caregiver Education & Support Services & Volunteer Development Staff

講座編號: 12

講座: 新年慶祝網上派對

日期: 2021 年 2 月 18 日(星期四)

時間: 下午 2 時至 3 時

語言: 廣東話

講員: 頤康護老教育及支援服務部及義工發展部職員

Webinar No.: 13

Topic: Virtual Chinese New Year Party

Date: February 18, 2021 (Thursday)

Time: 3:30 p.m. – 4:30 p.m.

Language: Mandarin

Speaker: Yee Hong Caregiver Education & Support Services & Volunteer Development Staff

講座編號: 13

講座: 新年慶祝網上派對

日期: 2021 年 2 月 18 日(星期四)

時間: 下午 3:30 至 4:30 分

語言: 普通話 / 國語

講員: 頤康護老教育及支援服務部及義工發展部職員

Webinar No.: 14

Topic: Brain Beat Dance

Date: February 19, 2021 (Friday)

Time: 10 a.m. – 10:30 a.m.

Language: Cantonese and Mandarin

Speakers: Ms. May Wong, President of BBDCSA

講座編號: 14

講座: 腦保健舞: 腦得健康工作坊

日期: 2021 年 2 月 19 日(星期五)

時間: 上午 10 時至 10:30 分

語言: 廣東話 / 普通話 / 國語

講員: 加拿大腦保健舞蹈學會總監黃潔薇女士

Webinar No.: 15

Topic: Mindfulness-Based Stress Reduction

Date: February 22, 2021 (Monday)

Time: 10 a.m. – 11 a.m.

Language: Cantonese

Speaker: Ms. Mabel Ho, RSW

講座編號: 15

講座: 正念減壓

日期: 2021 年 2 月 22 日(星期一)

時間: 上午 10 時至 11 時

語言: 廣東話

講員: 安省註冊社工何美寶女士

Webinar No.: 16

Topic: Virtual Tour for Older Adults & Caregivers – Let's go to Taiwan!

Date: February 23, 2021 (Tuesday)

Time: 2 p.m. – 3 p.m.

Language: Mandarin

Speaker: Ms. Amber Chang, Social Service Worker Student

講座編號: 16

講座: 長者及護老者網上旅行團 – 臺灣篇

日期: 2021 年 2 月 23 日(星期二)

時間: 下午 2 時至 3 時

語言: 普通話 / 國語

講員: 實習社會服務工作者張桂娟女士

Webinar No.: 17

Topic: Tai Chi for Arthritis

Date: February 24, 2021 (Wednesday)

Time: 9:30 a.m. – 10:30 a.m.

Language: Cantonese

Speaker: Mr. Wing Kei Cheng, RPT

講座編號: 17

講座: 關節炎太極操的功效

日期: 2021 年 2 月 24 日(星期三)

時間: 上午 9:30 至 10:30 分

語言: 廣東話

講員: 安省及香港註冊物理治療師鄭永基先生

Webinar No.: 18

Topic: Ontario Benefits for Older Adults

Date: February 26, 2021 (Friday)

Time: 10 a.m. – 11 a.m.

Language: Mandarin

Speaker: Ms. Angela Guo, RSW

講座編號: 18

講座: 安省長者福利

日期: 2021 年 2 月 26 日(星期五)

時間: 上午 10 時至 11 時

語言: 普通話 / 國語

講員: 安省註冊社工郭偉女士



Drop-in Virtual Support Group (Zoom) 網上及電話支援小組

有說廣東話 / 普通話 / 國語的社工為您提供網上及電話關顧者支持小組服務

This drop-in virtual support group provides an opportunity for caregiver to meet with one of our social workers via video chat or telephone and to support each other through caregiving experience.

Zoom ID: 874-1521-9098

Zoom Password: 123456

Telephone: +16473744685



2021 Feb 2 月 4 日	3pm-4pm 三時至四時	廣東話
2021 Feb 2 月 11 日	3pm-4pm 三時至四時	普通話 / 國語
2021 Feb 2 月 25 日	3pm-4pm 三時至四時	廣東話

To register, please email to caregiver.edu@yeehong.com and kindly indicate webinar number(s).
報名詳情，請電郵致 caregiver.edu@yeehong.com，並註明講座編號。

For Cantonese/ Mandarin /English inquiries, please call 416-412-4571 Ext. 2363.
廣東話 / 普通話 / 英語查詢，請電 416-412-4571 內線 2363。

Yee Hong's CARE-Learning Website – 頤康關護網

Caregiving can be immensely rewarding, but can be emotionally and physically demanding too. Yee Hong's Caregiver Education and Support Services helps caregivers fortify their love and patience, with up-to-date knowledge, essential skills and wellness support, to ensure positive and successful results. Please visit us at:

護老是一件很有意義的事，但是它對護老者的身體和心理狀態也有較高的要求。頤康的護老教育及支緩服務可幫助護老者在愛心與耐心的基礎上掌握最新的專業知識和基本技能，並通過維持健康的身心狀態而達到確實有效的成果。請瀏覽我們的網頁：

<https://www.yeehong.com/care-learning/>



TeleCare Services
電話關顧服務



Telephone & Online Support Groups
電話及網上支援小組

We are in this together!
同心抗疫，與您同行！



Funding for the Care Ambassador Program and Caregiver Support Program has been provided by the Central Local Health Integration Network (CLHIN) and Central East Local Health Integration Network (CELHIN) respectively.

以上活動由安省中區醫療服務聯網及安省中區東部地區醫療服務聯網資助

祝大家牛年快樂，身體健康！

May the Year of the Ox bring you good luck and health!