



**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: Health Care in Spring

Date: March 1, 2021 (Monday)

Time: 2 p.m. – 3 p.m.

Language: Mandarin

Speaker: Ms. Hurong Yu, R.Ac

講座編號: 1

講座: 春季的保健

日期: 2021 年 3 月 1 日 (星期一)

時間: 下午 2 時至 3 時

語言: 普通話 / 國語

講員: 安省註冊針灸師余滬榮女士

Webinar No.: 2

Topic: Sleep Health

Date: March 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: 睡眠健康

日期: 2021 年 3 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: March 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 3 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: Understanding Creative Thinking

Date: March 9, 2021 (Tuesday)

Time: 10 a.m. – 11 a.m.

Language: Cantonese

Speaker: Mr. Nicky Lam, RSW

講座編號: 4

講座: 思考力之創意與思維

日期: 2021 年 3 月 9 日 (星期二)

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.: 5

Topic: Healthy Ageing --Japanese

Date: March 10, 2021 (Wednesday)

Time: 2 p.m. – 3 p.m.

Language: English

Speakers: Yee Hong Staff & Momiji Staff

講座編號: 5

講座: 健康養生一日本篇

日期: 2021 年 3 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.: 6

Topic: Speaking of Bones

Date: March 11, 2021 (Thursday)

Time: 10 a.m. – 11 a.m.

Language: Mandarin

Speaker: Ms. Priscilla Ching, Speaker from Osteoporosis Canada

講座編號: 6

講座: 骨質知多少

日期: 2021 年 3 月 11 日 (星期四)

時間: 上午 10 時至 11 時

語言: 普通話 / 國語

講員: 加拿大骨質疏鬆協會講員程何婉華女士

Webinars

網上講座

Webinar No.: 7

Topic: Music Café

Date: March 15, 2021 (Monday)

Time: 10 a.m. – 11 a.m.

Language: Cantonese

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

講座編號: 7

講座: 音樂聊天室

日期: 2021 年 3 月 15 日(星期一)

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.: 8

Topic: Understanding COVID-19 Vaccination

Date: March 16, 2021 (Tuesday)

Time: 10 a.m. – 11:30 a.m.

Language: Cantonese

Speaker: Dr. Jason Kwok, Family Physician

講座編號: 8

講座: 認識新冠疫苗

日期: 2021 年 3 月 16 日(星期二)

時間: 上午 10 時至 11 時半

語言: 廣東話

講員: 家庭醫生郭詠觀醫生

Webinar No.: 9

Topic: Zoom Overview and Tutorial

Date: March 17, 2021 (Wednesday)

Time: 2 p.m. – 3 p.m.

Language: Cantonese

Speaker: Mr. Nicky Lam, RSW

講座編號: 9

講座: Zoom 使用教學

日期: 2021 年 3 月 17 日(星期三)

時間: 下午 2 時至 3 時

語言: 廣東話

講員: 安省註冊社工林世強先生

Webinar No.: 10

Topic: Speaking of Bones (2)

Date: March 18, 2021 (Thursday)

Time: 10 a.m. – 11 a.m.

Language: Cantonese

Speaker: Ms. Priscilla Ching, Speaker from Osteoporosis Canada

講座編號: 10

講座: 骨質知多少 (2)

日期: 2021 年 3 月 18 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.: 11

Topic: Brain Beat Dance

Date: March 19, 2021 (Friday)

Time: 10 a.m. – 10:30 a.m.

Language: Cantonese/ Mandarin

Speakers: Ms. May Wong, President of BBDCSA

講座編號: 11

講座: 腦保健舞: 腦得健康工作坊

日期: 2021 年 3 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.: 12

Topic: Emotional Health

Date: March 22, 2021 (Monday)

Time: 10 a.m. – 11 a.m.

Language: Cantonese

Speaker: Ms. Mabel Ho, RSW

講座編號: 12

講座: 情緒健康

日期: 2021 年 3 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.: 13

Topic: Advanced Care Planning

Date: March 23, 2021 (Tuesday)

Time: 10 a.m. – 11 a.m.

Language: Mandarin

Speaker: Ms. Angela Guo, RSW

講座編號: 13

講座: 預定醫療計劃

日期: 2021 年 3 月 23 日(星期二)

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

Webinars

網上講座

Webinar No.: 14

Topic: Look Around the World—What is Beauty?

Date: March 24, 2021 (Wednesday)

Time: 10 a.m. – 11 a.m.

Language: Cantonese

Speaker: Mr. Nicky Lam, RSW

講座編號: 14

講座: 世界觀, 觀世界之什麼是美

日期: 2021 年 3 月 24 日(星期三)

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.: 15

Topic: Zoom Overview and Tutorial

Date: March 24, 2021 (Wednesday)

Time: 2 p.m. – 3 p.m.

Language: Mandarin

Speaker: Mr. Billy Tung, Yee Hong Centre Social work Student

講座編號: 15

講座: Zoom 使用教學

日期: 2021 年 3 月 24 日(星期三)

時間: 下午 2 時至 3 時

語言: 普通話 / 國語

講員: 頤康中心社工實習生董柏佑先生

Webinar No.: 16

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

Date: March 26, 2021 (Friday)

Time: 10 a.m. – 11 a.m.

Language: Cantonese

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

講座編號: 16

講座: 長者及護老者網上旅行團 – 日本篇

日期: 2021 年 3 月 26 日(星期五)

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.: 17

Topic: Self-Care for Family Caregivers

Date: March 29, 2021 (Monday)

Time: 10 a.m. – 11 a.m.

Language: Mandarin

Speaker: Ms. Angela Guo, RSW

講座編號: 17

講座: 善待自己-關顧者角色

日期: 2021 年 3 月 29 日(星期一)

時間: 上午 10 時至 11 時

語言: 普通話 / 國語

講員: 安省註冊社工郭偉女士

Webinar No.: 18

Topic: Funeral Preparation

Date: March 30, 2021 (Tuesday)

Time: 10 a.m. – 11:30 a.m.

Language: Cantonese

Speaker: Ms. Joanna Ha, Family Services (Funeral Planning)

講座編號: 18

講座: 生命的禮讚

日期: 2021 年 3 月 30 日(星期二)

時間: 上午 10 時至 11:30 分

語言: 廣東話

講員: 墓園顧問夏麗容女士

Webinar No.: 19

Topic: Understanding Attention & Concentration

Date: March 31, 2021 (Wednesday)

Time: 10 a.m. – 11 a.m.

Language: Cantonese

Speaker: Mr. Nicky Lam, RSW

講座編號: 19

講座: 認識專注力

日期: 2021 年 3 月 31 日(星期三)

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.: 20

Topic: Understanding on Elder Abuse and the Problems of Chinese Canadian Older Adults Encountered

Date: March 31, 2021 (Wednesday)

Time: 2 p.m. – 3 p.m.

Language: Mandarin

Speaker: Ms. Amber Chang, Social Service Worker Student

講座編號: 20

講座: 認識虐老: 加拿大華裔長者常遇到的虐老問題

日期: 2021 年 3 月 31 日(星期三)

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



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 Mar 3 月 4 日	3pm-4pm 三時至四時	廣東話
2021 Mar 3 月 11 日	3pm-4pm 三時至四時	普通話 / 國語
2021 Mar 3 月 18 日	3pm-4pm 三時至四時	廣東話
2021 Mar 3 月 25 日	3pm-4pm 三時至四時	普通話 / 國語

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援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