



**Yee Hong Centre
For Geriatric Care**

頤康中心

Caregiver Education & Support Services – October Programs

護老教育及支援服務 – 十月活動

Webinars

網上講座

Webinar No.: 1

Topic: Understanding Pressure Injury

Date: October 1, 2021 (Friday)

Time: 2 p.m. – 3 p.m.

Language: Mandarin

Speaker: Ms. Yvonne Chen, RN

[Please Click Here For Registration](#)

講座編號: 1

講座: 認識褥瘡

日期: 2021年10月1日(星期五)

時間: 下午2時至3時

語言: 普通話 / 國語

講員: 安省註冊護士陳葉明女士

[請按此處登記](#)

Webinar No.: 2

Topic: Fire Safety at Home

Date: October 4, 2021 (Monday)

Time: 10 a.m. – 11 a.m.

Language: Cantonese

Speakers: Mr. Alexander Chan, Fire Prevention Officer

Markham Fire and Emergency Services

[Please Click Here For Registration](#)

講座編號: 2

講座: 家居防火-火警的發生

日期: 2021年10月4日(星期一)

時間: 上午10時至11時

語言: 廣東話

講員: 萬錦市防火督察 Alexander Chan 先生

[請按此處登記](#)

Webinar No.: 3

Topic: Alzheimer's Disease and Research Updates in Chinese Population

Date: October 6, 2021 (Wednesday)

Time: 10 a.m. – 11 a.m.

Language: English

Speaker: **Dr. Wai Haung (Ho) Yu, Professor of**

Pharmacology and Toxicology, University of Toronto

[Please Click Here For Registration](#)

講座編號: 3

講座: 華人阿茲海默症的特點和最新研究項目介紹

日期: 2021年10月6日(星期三)

時間: 上午10時至11時

語言: 英文

講員: 多倫多大學藥理學和毒理學余衛雄教授

[請按此處登記](#)

Webinar No.: 4

Topic: Easy Steps to Maintain a Healthy Home

Date: October 7, 2021 (Thursday)

Time: 3 p.m. – 4 p.m.

Language: Cantonese

Speaker: Ms. Taylor Ma, RSSW, Yee Hong Centre

[Please Click Here For Registration](#)

講座編號: 4

講座: 你的家安全嗎? 長者環境健康指南

日期: 2021年10月7日(星期四)

時間: 下午3時至4時

語言: 廣東話

講員: 安省註冊社會服務工作者馬麗嫦女士

[請按此處登記](#)

Webinars

網上講座

Webinar No.: 5

Topic: Brain Health

Date: October 12, 2021 (Tuesday)

Time: 2 p.m. – 3 p.m.

Language: Mandarin

Speakers: Ms. Julie Wong, Public Education & Regional Support Lead, Alzheimer Society of Toronto

[Please Click Here For Registration](#)

講座編號: 5

講座: 大腦健康

日期: 2021年10月12日(星期二)

時間: 下午2時至3時

語言: 普通話 / 國語

講員: 多倫多認知障礙症協會公共教育和地區支持負責人黃翠珊女士

[請按此處登記](#)

Webinar No.: 6

Topic: Psychological Health I - Constipation

Date: October 13, 2021 (Wednesday)

Time: 10 a.m. – 11 a.m.

Language: Cantonese

Speakers: Mr. Nicky Lam, RSW, Yee Hong Centre

[Please Click Here For Registration](#)

講座編號: 6

講座: 心理與健康 I - [便]意

日期: 2021年10月13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

[請按此處登記](#)

Webinar No.: 7

Topic: Lung Health and Disease

Date: October 13, 2021 (Wednesday)

Time: 3 p.m. – 4 p.m.

Language: Mandarin

Speaker: Ms. Julia Qiao, Nutrition Practitioner

[Please Click Here For Registration](#)

講座編號: 7

講座: 秋冬肺部健康與疾病

日期: 2021年10月13日(星期三)

時間: 下午3時至4時

語言: 普通話 / 國語

講員: 營養師喬紅女士

[請按此處登記](#)

Webinar No.: 8

Topic: Understanding Elder Abuse

Date: October 14, 2021 (Thursday)

Time: 10 a.m. – 11 a.m.

Language: Mandarin

Speaker: Ms. Angela Guo, RSW, Yee Hong Centre

[Please Click Here For Registration](#)

講座編號: 8

講座: 護老與虐老

日期: 2021年10月14日(星期四)

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

[請按此處登記](#)

Webinar No.: 9

Topic: Look Around the World - Amazing Nature

Date: October 14, 2021 (Thursday)

Time: 11 a.m. – 12 noon

Language: Cantonese

Speakers: Mr. Nicky Lam, RSW, Yee Hong Centre

Please Click [社群服務 - NYCBC](#) to Register

講座編號: 9

講座: 世界觀, 觀世界之奇妙大自然

日期: 2021年10月14日(星期四)

時間: 上午11時至中午12時

語言: 廣東話

講員: 安省註冊社工林世強先生

[請按社群服務 - NYCBC 登記](#)

Webinar No.: 10

Topic: Integrated Stretching Exercise

Date: October 15, 2021 (Friday)

Time: 10 a.m. – 11 a.m.

Language: Cantonese

Speakers: Ms. Alice Cheng (DOMP, R. TCMP, R. AC, IAYT, MYT)

Remark: Please prepare a resistant band to the session

[Please Click Here For Registration](#)

講座編號: 10

講座: 綜合伸展運動

日期: 2021年10月15日(星期五)

時間: 上午10時至11時

語言: 廣東話

講員: 鄭心依女士 (安省認可整骨治療師, 註冊中醫及針灸師, 國際瑜珈治療師, 高級瑜珈教師, 專業講師)

備註: 請預備運動用橡筋帶一條

[請按此處登記](#)

Webinars

網上講座

Webinar No.: 11

Topic: Gender and Communication

Date: October 18, 2021 (Monday)

Time: 10 a.m. – 11 a.m.

Language: Cantonese

Speaker: Mr. Nicky Lam, RSW, Yee Hong Centre

[Please Click Here For Registration](#)

講座編號: 11

講座: 性別與溝通模式

日期: 2021年10月18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

[請按此處登記](#)

Webinar No.: 12

Topic: Effective Communication

Date: October 18, 2021 (Monday)

Time: 2 p.m. – 3 p.m.

Language: Cantonese

Speaker: Ms. Alice Fu, RSW, Yee Hong Centre

[Please Click Here For Registration](#)

講座編號: 12

講座: 有質素的溝通

日期: 2021年10月18日 (星期一)

時間: 下午2時至3時

語言: 廣東話

講員: 安省註冊社工傅家麗女士

[請按此處登記](#)

Webinar No.: 13

Topic: Medical Devices for Home Use

Date: October 19, 2021 (Tuesday)

Time: 10 a.m. – 11 a.m.

Language: Cantonese

Speaker: Mrs. Katie Cheng, RN

[Please Click Here For Registration](#)

講座編號: 13

講座: 家居醫療器材的使用

日期: 2021年10月19日 (星期二)

時間: 上午10時至11時

語言: 廣東話

講員: 安省註冊護士鄭陳秀華女士

[請按此處登記](#)

Webinar No.: 14

Topic: Coping with Anxiety During the Pandemic

Date: October 19, 2021 (Tuesday)

Time: 2:40 p.m. – 4 p.m.

Language: Mandarin

Speakers: Ms. Rene Wang, Mental Health Ambassador for Wellness Counseling Centre for Youth Canada

[Please Click Here for Registration](#)

講座編號: 14

講座: 如何緩解疏離導致的焦慮

日期: 2021年10月19日 (星期二)

時間: 下午2時40分至4時

語言: 普通話 / 國語

講員: 加拿大青少年心理諮詢中心心理健康大使 Rene Wang 女士

[請按此處登記](#)

Webinar No.: 15

Topic: Sleep Well

Date: October 20, 2021 (Wednesday)

Time: 10 a.m. – 11 a.m.

Language: Cantonese

Speakers: Ms. Mabel Ho, RSW, Yee Hong Centre

[Please Click Here For Registration](#)

講座編號: 15

講座: 睡得好

日期: 2021年10月20日 (星期三)

時間: 上午10時至11時

語言: 廣東話

講員: 安省註冊社工何美寶女士

[請按此處登記](#)

Webinar No.: 16

Topic: Aging and Digestive System

Date: October 21, 2021 (Thursday)

Time: 10 a.m. – 11 a.m.

Language: Cantonese

Speakers: Dr. Jason Kwok, Family Physician

[Please Click Here For Registration](#)

講座編號: 16

講座: 老化與消化系統

日期: 2021年10月21日 (星期四)

時間: 上午10時至11時

語言: 廣東話

講員: 家庭醫生郭詠觀醫生

[請按此處登記](#)

Webinars

網上講座

Webinar No.: 17

Topic: Rehabilitative Exercise for Caregivers

Date: October 25, 2021 (Monday)

Time: 2 p.m. – 3 p.m.

Language: Cantonese

Speakers: Mr. Andrew Auw-yang (RPT)

[Please Click Here For Registration](#)

講座編號: 17

講座: 專屬照顧者運動保健

日期: 2021年10月25日 (星期一)

時間: 下午2時至3時

語言: 廣東話

講員: 安省註冊物理治療師歐陽清毅先生

[請按此處登記](#)

Webinar No.: 18

Topic: Housing Options for Older Adults

Date: October 27, 2021 (Wednesday)

Time: 10 a.m. – 11 a.m.

Language: Mandarin

Speakers: Ms. Angela Guo, RSW, Yee Hong Centre

[Please Click Here for Registration](#)

講座編號: 18

講座: 長者住房選擇

日期: 2021年10月27日 (星期三)

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

[請按此處登記](#)

Webinar No.: 19

Topic: My Sweet Hometown - ShunDe

Date: October 28, 2021 (Thursday)

Time: 10 a.m. – 11 a.m.

Language: Cantonese

Speakers: Mr. Nicky Lam, RSW, Yee Hong Centre

[Please Click Here For Registration](#)

講座編號: 19

講座: 我的故鄉情懷 - 順德

日期: 2021年10月28日 (星期四)

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

[請按此處登記](#)

Webinar No.: 20

**Topic: Virtual Tour for Older Adults and Caregivers
– Places to Enjoy Autumn View**

Date: October 29, 2021 (Friday)

Time: 3 p.m. – 4 p.m.

Language: Cantonese

Speaker: Ms. Taylor Ma, RSSW, Yee Hong Centre

[Please Click Here For Registration](#)

講座編號: 20

講座: 長者及護老者網上旅行團 - 秋季好去處

日期: 2021年10月29日 (星期五)

時間: 下午3時至4時

語言: 廣東話

講員: 安省註冊社會服務工作者馬麗嫦女士

[請按此處登記](#)



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: 833-7475-6615

Zoom Password: 123456

Telephone: +16473744685

Oct 07	10月7日	3pm-4pm 三時至四時	廣東話
Oct 14	10月14日	3pm-4pm 三時至四時	普通話/國語
Oct 21	10月21日	3pm-4pm 三時至四時	廣東話
Oct 28	10月28日	3pm-4pm 三時至四時	普通話/國語

For inquiries in Cantonese/ Mandarin /English, please call 416-412-4571 Ext. 2363

or email to caregiver.edu@yeehong.com

廣東話 / 普通話 / 英語查詢，請電 416-412-4571 內線 2363 或電郵致

caregiver.edu@yeehong.com

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：

<http://www.yeehong.com/carelearning>

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



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 (C LHIN) and Central East Local Health Integration Network (CE LHIN) 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