

Caregiver Education & Support Services – September Programs

護老教育及支援服務 – 九月活動

Webinars

網上講座

<p><u>Webinar No.: 1</u> Topic: Get moving... Health Exercise Date: September 2, 2022 (Friday) Time: 10 a.m. – 11 a.m. Language: Cantonese Speakers: Ms. Stella Ng, Instructor of community exercise program Remark: Participants please wear comfortable clothing, exercise shoes and reserve small space for activities Please Click Here For Registration</p>	<p><u>講座編號: 1</u> 講座: 動起來...綜合養生運動 日期: 2022年9月2日(星期五) 時間: 上午10時至11時 語言: 廣東話 講員: 社區運動導師吳惠嫦女士 備註: 參加者須穿著舒適衣著, 運動鞋及預留小活動空間 請按此處登記</p>
<p><u>Webinar No.: 2</u> Topic: Dangers of Second-Hand Smoke Date: September 2, 2022 (Friday) Time: 3 p.m. – 4 p.m. Language: Cantonese Speakers: Ms. Taylor Ma, RSSW, Yee Hong Centre Please Click Here For Registration</p>	<p><u>講座編號: 2</u> 講座: 二手煙的危害 日期: 2022年9月2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</p>
<p><u>Webinar No.: 3</u> Topic: Understanding Human System – Part 6 Date: September 6, 2022 (Tuesday) Time: 10 a.m. – 11 a.m. Language: Cantonese Speakers: Ms. Taylor Ma, RSSW, Yee Hong Centre Please Click Here For Registration</p>	<p><u>講座編號: 3</u> 講座: 認識人體系統 – 第六篇 日期: 2022年9月6日(星期二) 時間: 上午10時至11時 語言: 廣東話 講員: 安省註冊社會服務工作者馬麗嫦女士 請按此處登記</p>
<p><u>Webinar No.: 4</u> Topic: Understanding Human System – Part 6 Date: September 6, 2022 (Tuesday) Time: 3 p.m. – 4 p.m. Language: Mandarin Speakers: Ms. Taylor Ma, RSSW, Yee Hong Centre Please Click Here For Registration</p>	<p><u>講座編號: 4</u> 講座: 認識人體系統 – 第六篇 日期: 2022年9月6日(星期二) 時間: 下午3時至4時 語言: 普通話 / 國語 講員: 安省註冊社會服務工作者馬麗嫦女士 請按此處登記</p>

Webinars

網上講座

Webinar No.: 5

Topic: Mid - Autumn Festival Celebration

Date: September 7, 2021 (Wednesday)

Time: 10 a.m. – 11:30 a.m.

Language: Cantonese / Mandarin

Speakers: Yee Hong Staff

[Please Click Here For Registration](#)

講座編號: 5

講座: 慶祝中秋

日期: 2021年9月7日(星期三)

時間: 上午10時至11時30分

語言: 廣東話 / 普通話 / 國語

講員: 頤康中心職員

[請按此處登記](#)

Webinar No.: 6

Topic: About Rash

Date: September 8, 2022 (Thursday)

Time: 11 a.m. – 12 p.m.

Language: Cantonese

Speakers: Dr. Yi Zhang, Registered Naturopathic Practitioner

Click [NYCBC](#) to Register

講座編號: 6

講座: 關於皮疹的那些事

日期: 2022年9月8日(星期四)

時間: 上午11時至中午12時

語言: 廣東話

講員: 安省註冊自然療法師張藝女士

[請按社群服務 - NYCBC 登記](#)

Webinar No.: 7

Topic: Dangers of Second-Hand Smoke

Date: September 13, 2022 (Tuesday)

Time: 10 a.m. – 11 a.m.

Language: Mandarin

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

[Please Click Here For Registration](#)

講座編號: 7

講座: 二手煙的危害

日期: 2022年9月13日(星期二)

時間: 上午10時至11時

語言: 普通話 / 國語

講員: 安省註冊社會服務工作者馬麗嫦女士

[請按此處登記](#)

Webinar No.: 8

Topic: Programs and Services for Older Adults in Ontario

Date: September 15, 2022 (Thursday)

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: 8

講座: 安省長者社會福利和社區服務簡介

日期: 2022年9月15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: Food for Thought

Date: September 16, 2022 (Friday)

Time: 10 a.m. – 11 a.m.

Language: Cantonese

Speakers: Ms. Marinda Fung, Retired Staff of Yee Hong Centre

[Please Check Here For Registration](#)

講座編號: 9

講座: 清談美食一個鐘

日期: 2022年9月16日(星期五)

時間: 上午10時至11時

語言: 廣東話

講員: 頤康中心退休職員馮美蓮女士

[報名請先查看此處](#)

Webinar No.: 10

Topic: Brain Health

Date: September 21, 2022 (Wednesday)

Time: 3 p.m. – 4 p.m.

Language: English

Speaker: Ms. Nicole Cardenas, Public Education Coordinator, Alzheimer Society Toronto

[Please Click JSS to Register](#)

講座編號: 10

講座: 腦健康

日期: 2022年9月21日(星期三)

時間: 下午3時至4時

語言: 英文

講員: 多倫多認知障礙症協會公共教育協調員 Nicole Cardenas 女士

[請按 JSS 登記](#)

Webinars

網上講座

Webinar No.: 11

Topic: Stand Strong and Keep Moving with Arthritis in Your Spine

Date: September 22, 2022 (Thursday)

Time: 10 a.m. – 11 a.m.

Language: English

Speaker: Ms. Tara Stier, Occupational Therapist of Arthritis Society

[Please Click Here For Registration](#)

講座編號: 11

講座: 愛護關節系列三: 脊柱

日期: 2022年9月22日(星期四)

時間: 上午10時至11時

語言: 英文

講員: 加拿大關節炎協會職業治療師 Tara Stier 女士

[請按此處登記](#)

Webinar No.: 12

Topic: Care Tips for Respiratory System During Autumn and Winter Months

Date: September 26, 2022 (Monday)

Time: 10 a.m. – 11:30 a.m.

Language: Cantonese

Speakers: Mr. Wong Hon Chau, DOM

[Please Click Here For Registration](#)

講座編號: 12

講座: 秋冬氣管的保養

日期: 2022年9月26日(星期一)

時間: 上午10時至11時30分

語言: 廣東話

講員: 整骨治療師黃漢疇醫師

[請按此處登記](#)

Webinar No.: 13

Topic: Introduction to Monkeypox

Date: September 27, 2022 (Tuesday)

Time: 10 a.m. – 11 a.m.

Language: Cantonese

Speakers: Dr. Jason Kwok, Retired Family Physician

[Please Click Here For Registration](#)

講座編號: 13

講座: 猴痘症知多點

日期: 2022年9月27日(星期二)

時間: 上午10時至11時

語言: 廣東話

講員: 退休家庭醫生郭詠觀醫生

[請按此處登記](#)

Webinar No.: 14

Topic: Choose the Right Cooking Oils

Date: September 28, 2022 (Wednesday)

Time: 10 a.m. – 11 a.m.

Language: Mandarin

Speakers: Ms. Li Feng (Oria) Xie, Registered Dietitian in Canada and the United States; Ph.D. Candidate in Nutrition at McGill University

[Please Click Here For Registration](#)

講座編號: 14

講座: 食用油怎樣選擇才健康?

日期: 2022年9月28日(星期三)

時間: 上午10時至11時

語言: 普通話 / 國語

講員: 加拿大和美國註冊營養師; 加拿大營養學博士生謝麗鳳女士

[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

Sep 01 9月01日	3pm-4pm 三時至四時	廣東話
Sep 08 9月08日	3pm-4pm 三時至四時	普通話/國語
Sep 15 9月15日	3pm-4pm 三時至四時	廣東話
Sep 22 9月22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:

頤康關護網



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

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

頤康講座群



加入頤康講座微信群

Funding for the Caregiver Education & Support Services has been provided by the Ontario Health East and Ontario Health Central.
以上活動由 Ontario Health East 及 Ontario Health Central 資助