



**Yee Hong Centre
For Geriatric Care**

頤康中心

Caregiver Education & Support Services – January Programs 護老教育及支援服務一月活動

Webinars

網上講座

Webinar No.: 1

Topic: Cold Injuries – Windburn, Hypothermia and Frostbite

Date: January 4, 2022 (Tuesday)

Time: 3 p.m. – 4 p.m.

Language: Mandarin

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

[Please Click Here For Registration](#)

講座編號: 1

講座: 有關冷傷 – 吹風性皮膚傷, 低溫症和凍瘡

日期: 2022年1月4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](#)

Webinar No.: 2

Topic: Virtual Tour for Older Adults and Caregivers - Let's Go to Phuket, Thailand

Date: January 5, 2022 (Wednesday)

Time: 2 p.m. – 3 p.m.

Language: Mandarin

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

[Please Click Here For Registration](#)

講座編號: 2

講座: 長者及護老者網上旅行團 – 泰國普吉島篇

日期: 2022年1月5日 (星期三)

時間: 下午2時至3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.: 3

Topic: Yee Hong Personal Support Worker (PSW) Certificate Program

Date: January 6, 2022 (Thursday)

Time: 10 a.m. – 11 a.m.

Language: Mandarin

Speakers: Ms. April Guo, Training Coordinator at Yee Hong Training and Learning Centre

[Please Click Here For Registration](#)

講座編號: 3

講座: 頤康專業培訓中心個人護理員證書課程介紹

日期: 2022年1月6日 (星期四)

時間: 上午10時至11時

語言: 普通話 / 國語

講員: 頤康專業培訓中心培訓專員郭芳菲女士

[請按此處登記](#)

Webinar No.: 4

Topic: Get Moving... Health Exercise

Date: January 7, 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](#)

講座編號: 4

講座: 動起來...綜合養生運動

日期: 2022年1月7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](#)

Webinars

網上講座

Webinar No.: 5

Topic: The Meaning of Life

Date: January 10, 2022 (Monday)

Time: 10 a.m. – 11 a.m.

Language: English

Speakers: Ms. Aathmika Nandan, Honours Bachelor of Science Program Student at University of Toronto

[Please Click Here For Registration](#)

講座編號: 5

講座: 生命的意義

日期: 2022年1月10日(星期一)

時間: 上午10時至11時

語言: 英文

講員: 多倫多大學科學學系學生 Aathmika Nandan 女士

[請按此處登記](#)

Webinar No.: 6

Topic: Hearing and Hearing Loss

Date: January 11, 2022 (Tuesday)

Time: 10 a.m. – 11 a.m.

Language: Mandarin

Speaker: Ms. Lok Chee Wu, Hearing Care Counsellor from Canadian Hearing Services

[Please Click Here For Registration](#)

講座編號: 6

講座: 聽覺保健知多少

日期: 2022年1月11日(星期二)

時間: 上午10時至11時

語言: 普通話 / 國語

講員: 加拿大聽覺服務聽覺保健輔導員胡樂之女士

[請按此處登記](#)

Webinar No.: 7

Topic: Living Safely in the Community

Date: January 11, 2022 (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: 7

講座: 友善社區守護失智症者

日期: 2022年1月11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.: 8

Topic: Technology & Care for the Elderly

Date: January 12, 2022 (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: 8

講座: 護老與科技

日期: 2022年1月12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.: 9

Topic: Alzheimer's Disease and Research Updates

Date: January 12, 2022 (Wednesday)

Time: 3 p.m. – 4 p.m.

Language: English

Speakers: Dr. Wai Haung (Ho) Yu, Professor of Pharmacology and Toxicology, University of Toronto

[Please Click JSS to Register](#)

講座編號: 9

講座: 阿茲海默症的特點和最新研究項目介紹

日期: 2022年1月12日(星期三)

時間: 下午3時至4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 JSS 登記](#)

Webinars

網上講座

Webinar No.: 10

Topic: Naturopathic with Skin Care

Date: January 13, 2022 (Thursday)

Time: 10 a.m. – 11 a.m.

Language: Cantonese

Speakers: Dr. Yi Zhang, Registered Naturopathic Practitioner

[Please Click Here For Registration](#)

講座編號: 10

講座: 自然療法教皮膚護理

日期: 2022年1月13日(星期四)

時間: 上午10時至11時

語言: 廣東話

講員: 安省註冊自然療法師張藝女士

[請按此處登記](#)

Webinar No.: 11

Topic: Home Exercises

Date: January 13, 2022 (Thursday)

Time: 11 a.m. – 12 p.m.

Language: Cantonese

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

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

講座編號: 11

講座: 家居運動新體驗

日期: 2022年1月13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.: 12

Topic: New Life after Stroke

Date: January 14, 2022 (Friday)

Time: 2 p.m. – 3 p.m.

Language: Mandarin

Speaker: Ms. Yvonne Chen, RN

[Please Click Here For Registration](#)

講座編號: 12

講座: 中風後的新生活

日期: 2022年1月14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.: 13

Topic: Awareness of Emotions (1)

Date: January 17, 2022 (Monday)

Time: 10 a.m. – 11:00 a.m.

Language: Cantonese

Speaker: Ms. Karon Ng, Social Work Supervisor / Experienced Counsellor

[Please Click Here For Registration](#)

講座編號: 13

講座: 情緒過山車(1)

日期: 2022年1月17日(星期一)

時間: 上午10時至11時

語言: 廣東話

講員: 社工督導暨心理輔導員吳冠美女士

[請按此處登記](#)

Webinar No.: 14

Topic: Introduction on Yee Hong Garden Terrace Life Lease Housing

Date: January 18, 2022 (Tuesday)

Time: 10 a.m. – 11 a.m.

Language: Mandarin

Speaker: Ms. Caroline Lin, Business Services Coordinator, Yee Hong Centre

[Please Click Here For Registration](#)

講座編號: 14

講座: 頤翠園終生租約式房屋介紹

日期: 2022年1月18日(星期二)

時間: 上午10時至11時

語言: 普通話 / 國語

講員: 頤康中心商務部主任林顯如女士

[請按此處登記](#)

Webinar No.: 15

Topic: Physio - Exercise for Sedentary Older Adult

Date: January 18, 2022 (Tuesday)

Time: 2 p.m. – 3 p.m.

Language: Cantonese

Speaker: Mr. Dominic Yeung, RPT

[Please Click Here For Registration](#)

講座編號: 15

講座: 椅上物理治療運動

日期: 2022年1月18日(星期二)

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楊浩基先生

[請按此處登記](#)

Webinars

網上講座

Webinar No.: 16

Topic: Different Types of Diet

Date: January 20, 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: 不同的飲食模式

日期: 2022年1月20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](#)

Webinar No.: 17

Topic: Singing is Good for Older Adults' Health

Date: January 21, 2022 (Friday)

Time: 12 pm. – 1:00 p.m.

Language: Cantonese

Speaker: Ms. Monie Leung, Experienced Singing Vocal Instructor & Chorus Conductor

[Please Click Here For Registration](#)

講座編號: 17

講座: 長者唱歌好處多

日期: 2022年1月21日(星期五)

時間: 中午12時至下午1時

語言: 廣東話

講員: 資深歌唱聲樂導師及合唱團指揮梁敏莉女士

[請按此處登記](#)

Webinar No.: 18

Topic: I Can Dance Beyond Limits

Date: January 24, 2022 (Monday)

Time: 10 a.m. – 11 a.m.

Language: English

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

Please Email to Dance@yeehong.com for Registration

講座編號: 18

講座: 舞蹈無限耆

日期: 2022年1月24日(星期一)

時間: 上午10時至11時

語言: 英文

講員: 安省註冊社工傅家麗女士

請電郵至 Dance@yeehong.com 登記

Webinar No.: 19

Topic: Family and Festivals - New Year

Date: January 27, 2022 (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: 家的情懷話節慶 - 新春篇

日期: 2022年1月27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](#)



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

Jan 06	1 月 06 日	3pm-4pm 三時至四時	廣東話
Jan 13	1 月 13 日	3pm-4pm 三時至四時	普通話/國語
Jan 20	1 月 20 日	3pm-4pm 三時至四時	廣東話
Jan 27	1 月 27 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