

「由我管」 健腦學會

獨立自主，生活繼續任我行

開課日期:2025年9月23日（星期二）起

上課日子:逢星期二、四（參加者每星期最少參加一節）

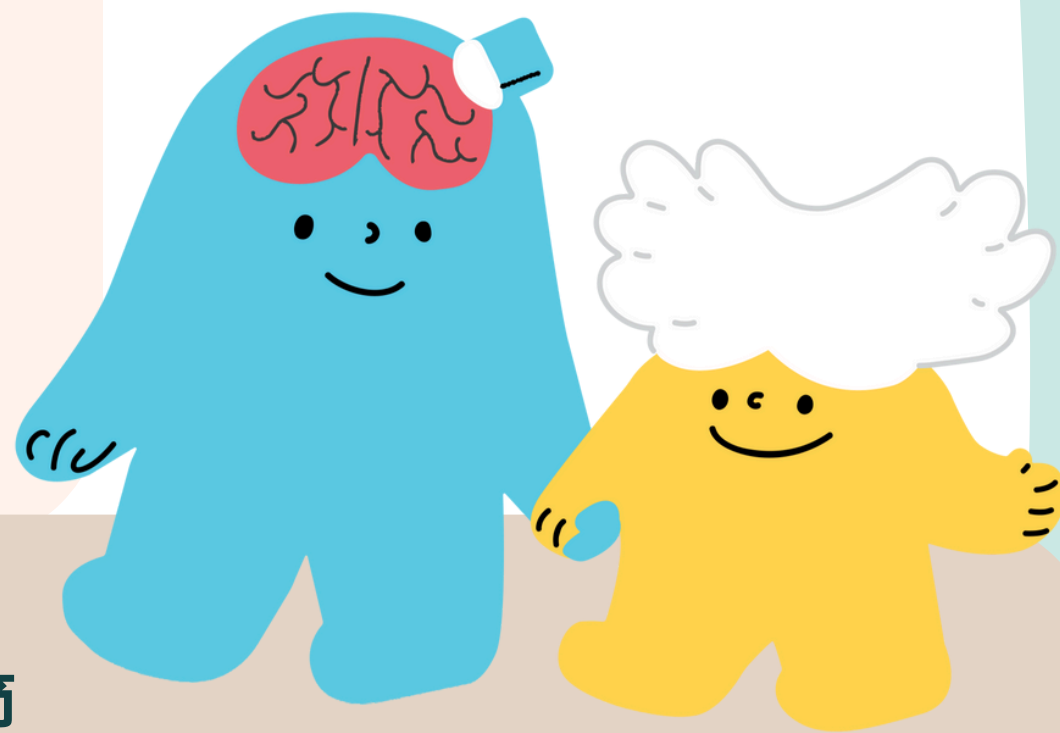
時間: 上午10:30至中午12:00（每節1.5小時）

地點: 沙田亞公角街27號（沙田醫院A座）

賽馬會耆智園

名額: 8-10位

對象: 輕度認知障礙或初期腦退化症人士



收費:

計劃一（基本）\$200/節

計劃二（全方位）\$1,500

包括: a) 小組課四節
b) 由註冊社工提供個案諮詢服務
c) 「透顱直流電刺激 (tDCS)」一節
d) 連續報讀3個月課堂，可享MoCA + FAST評估一次
e) 專為照顧者而設的免費 EDU 腦退化症網上學習平台課程（有效期6個月）

註:

1. 所有新參加者均可免費體驗兩次 Zoom 網上課程
2. 所有新參加者均可以\$300優惠價加購「透顱直流電刺激 (tDCS)」一節（原價\$390）

課程六大範疇



人生100事

個人音樂
PLAYLIST製作



心靈健康發展



生命故事集



電影圍爐分享會

認識同路人



社交互動

靜觀練習



自我減壓及情緒表達

買餸易



實戰生活技能訓練



交通王

用藥安全



樂齡「動」起來



健腦運動



科技與生活應用



賽馬會耆智園
Jockey Club Centre for Positive Ageing



查詢: 2946-8180 /
WhatsApp 6120-9629 (李先生)



賽馬會耆智園

Jockey Club Centre for Positive Ageing



《「由我管」健腦學會》申請表格

請填妥以下表格Whatsapp至 6120 9629 或 電郵至 info@jccpa.org.hk

上課時間：

☐ 星期二

☐ 星期四

服務使用者資料

姓名：_____ (中文) _____ (英文)

身份證號碼：_____ 性別：☐ 男 ☐ 女

出生日期：_____ 年 _____ 月 _____ 日

聯絡電話：_____

住址：_____

現時工作狀況：☐ 半職 ☐ 全職 ☐ 退休 ☐ 家庭主婦

教育程度：☐ 小學 ☐ 中學 ☐ 大專或以上 ☐ 其他 _____

以往職業：_____

對服務期望：_____

申請人姓名：_____ 與服務使用者的關係：_____

電話：_____ 電郵：_____

申請人簽署：_____ 日期：_____

繳費方法：

1. 申請一經確認後，本園職員每月將發送月結單予申請人。

2. 申請人可透過以下途徑繳交費用。

● 現金

● 銀行入數：恒生銀行戶口：290-070853-668 (入數紙背面需寫上服務使用者姓名、參加期次及班別)

● 支票：抬頭：耆智有限公司 (背面需寫上服務使用者姓名、參加期次及班別)