



# 卡城華人耆英會耆英園地

The Calgary Chinese Elderly Citizens' Association

卡城西南河濱大道一一一號 (Suite 100, 111 Riverfront Avenue S.W., Calgary, AB T2P 4Y8)  
電話：(403)269-6122 傳真：(403)269-1951 電郵：cceca@cceca.ca 網址：[www.cceca.ca](http://www.cceca.ca)  
本會乃非牟利社會服務機構，需依賴捐款維持日常運作，歡迎慷慨捐助，惠及老人。

第一六五六期  
2017.12.08

Charitable Registration Number:  
126698018 RR0002

## 賀

# 2017亞省政府 優質長者服務獎 慶祝晚宴

2017 Alberta Minister's Seniors Service Award Celebration Banquet

日期：2017年12月8日(星期五)  
Date: December 8, 2017 (Friday)

時間：晚上六時正  
Time: 6:00pm

地點：亞洲軒酒家  
Venue: 295-1623 Centre St NW, Calgary  
(Central Grand Restaurant)

特此鳴謝所有參加晚宴的來賓、特刊廣告商及捐款的善長人翁，感謝對本會的支持，行善積德，福有攸歸！

耆英會三喜臨門，包括：

\* 認證機構 CARF 向本會頒發三年的認證證書  
3 years Accreditation by CARF (April 27-28, 17)



\* 亞省長者及房屋部長向本會頒發優質長者服務獎  
2017 Alberta Minister's Seniors Service Award  
(October 2, 17)

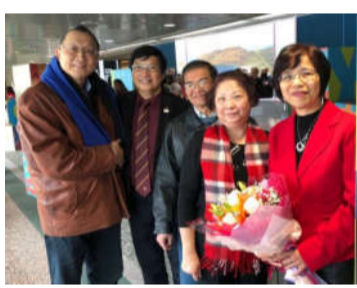


圖左：本會領取亞省  
優質長者服務獎時攝  
圖右：本會資深義工  
陳壽添先生接受被提名獎狀



\* 本會總幹事李陳美儀女士榮獲 YWCA(女青年會)選為一百五十位對卡城作出重大貢獻的女性之一

Liza Chan, Executive Director, was selected by YWCA as one of the 150 women who had made significant impact in Calgary (October 26, 17)



### 報稅準備與須知 (粵語) 費用全免

每年三、四月都是報稅季節，耆英會為鼓勵長者為來年報稅作好準備及加強了解新的報稅安排如電子報稅和自動填表等，特別舉行是次免費講座。

講座內容：1) 分析電子報稅的好處 2) 報稅與福利的關係 3) 2017 年度報稅新安排 4) 報稅須知及要準備的文件

日期：2017年12月19日(二) 時間：10-11:30am 地點：二樓課室

### 看圖編織班

耆英會現正舉辦看圖編織班。此課程為基礎入門班，教授及講解看圖編織的技巧，讓你學懂看書編織。編織老師具有三十多年編織經驗，著重靈活變通，令你編織無難度。第一堂至三堂將教授看圖編織入門，示範如何織高針、低針、起針、收針及間色，然後練習。第四堂至六堂將教授如何看圖織各種花款和示範，及練習。(包基礎圖示一份；自備冷針及其他毛冷)

日期：2018年1月9日至2月13日(逢星期二 共六堂) 時間：10:30am - 12:00pm  
地點：地庫活動室 費用：會員 30元 非會員 40元

### 安卓手機平板入門班 (粵)

本入門課程以五節的時間，及簡單易明的方法帶你進入有趣的高科技的世界。適用於所有對安卓智能手機及平板電腦沒有認識的人參加。名額有限，報名從速。課程內容：1. 入門基礎 - 使用及中文系統設定 2. 基本軟件使用 - 語音及手寫輸入、上網 \*參加者必須自備 Android 安卓智能電話或平板電腦



日期：2018年1月9日至2月5日(逢星期一) 共五堂  
時間：10:00am-12:00pm 地點：地庫活動室 費用：會員 20元 非會員 25元

### 象棋友誼賽(2017 冬季)

為推動弈象棋的樂趣，耆英會將聯同卡城棋藝社，舉辦象棋友誼賽，藉此以棋會友。比賽以循環計分賽形式進行。每局限時三十分鐘，每步加 10 秒。比賽設有四個現金獎，並會頒發獎狀。如有興趣參加，請到耆英會報名。日期：初賽 - 2017年12月13日(三) 決賽 - 2017年12月14日(四)



時間：上午 10 時至下午 5 時 地點：地下活動室 費用：每人 5 元

所有耆英會活動之查詢及報名：請親臨耆英會或致電 403-269-6122

### 篆刻講座 - 費用全免

古時印章多是由工匠鑄成，自從文人染指篆刻藝術之後，使這門藝術更加燦爛。在卡城裏，篆刻藝術人才不多，今次請到郭福林先生，為本會講術及分享他在這方面經驗，機會不可多得。大綱：1. 印章應用 2. 印章源流 3. 篆刻欣賞 4. 設計及選料 5. 篆刻示範

· 講座以廣東話為主，輔以普通話  
日期：2017年12月12日(二) 時間：10am-12pm 講者：郭福林先生

### 通告

聖誕及新年期間，本中心將於以下兩天關閉，停止服務：

2017年12月25日(星期一) 聖誕節法定假期

2018年1月1日(星期一) 新年法定假期

因聖誕及新年假期，地下辦公室及二樓外展部服務將於以下時間暫停，但中心仍然保持開放，供會員使用：

2017年12月26日(星期二) 聖誕節翌日 敬希各會員垂注

### 趣味數獨(Sudoku)遊戲免費國粵語教學

「數獨」是一種流行的數字遊戲，Sudoku 在日本、英國、美國、香港、印度等地，上至專業人士上下至小學生都為它著迷。耆英會特別安排此次示範與交流活動，費用全免，屆時準時自備鉛筆、膠擦前往即可。

日期：2017年12月20日(星期三)  
時間：上午十時至中午十二時 地點：地下活動室 主持：余永就先生

### 卡城區域醫管局優質生活教育課程 (免費課程)

報名及查詢：醫管局陸太(403)955-6857 或者耆英會(403)269-6122

#### 怎樣處理高血壓和膽固醇(粵)

日期：2017年12月11日(一) 時間：9:00am-1:00pm 地點：二樓教學室  
講師：陳李佩詩註冊營養師及王國賓糖尿病導師，歡迎一位家人陪同參加

#### 怎樣預防患上糖尿病(粵)

日期：2018年1月22日(一) 時間：9:00am-1:00pm 地點：二樓教學室  
講師：陳李佩詩註冊營養師

#### 骨質疏鬆症(粵)

日期：2018年1月15日(一) 時間：9:00am - 12:30pm 地點：二樓教學室  
導師：陳李佩詩註冊營養師

歡迎十八歲以上會員  
及非會員參加

免費個人營養輔導(國)(粵) 預約服務請致電醫管局(403)955-6857。