



列治文公共衛生署與市中心社區中心合作

公眾健康座談——育嬰常識

普通話（國語）&粵語（廣東話）小組

初為人母，不知如何入手？參加護理嬰兒的座談會！如您的嬰兒未滿 10 個月：

- 可為您解答一些問題
- 讓您結識其他父母
- 相互交流照顧新生兒的經驗
- 為您的嬰兒稱體重



日期：逢星期四(普通話), 逢星期五 (廣東話)下午 1:30-3:30

地點：City Centre Community Centre, 5900 Minoru Blvd., Richmond

諮詢電話：604-233-3150

費用全免, 無需登記報名

Richmond Public Health in Partnership with

City Centre Community Centre

Baby Days In Mandarin and Cantonese

Drop-in with your babies under 10 months of age:

- Find out answers to your questions
- Meet other new parents
- Come to hear topics/discussions
- Have your babies weighed

Time: **Thursdays(Mandarin), Fridays (Cantonese)** from 1:30 – 3:30 PM

Location: City Centre Community Centre, 5900 Minoru Blvd., Richmond

Phone: 604-233-3150

No Charge for Drop-In. Registration is Not Necessary



逢星期四下午 1:30-3:30	普通話（國語）小組 Mandarin	逢星期五下午 1:30-3:30	粵語（廣東話）小組 Cantonese
April 4, 2019 4 月 4 日	Sun Safety / Skin Care 預防陽光的傷害 / 保護皮膚	April 5, 2019 4 月 5 日	Sun Safety / Skin Care 預防陽光的傷害 / 保護皮膚
April 11, 2019 4 月 11 日	Infant Crying / Adjusting To Parenthood 嬰兒哭啼 / 初為父母的適應	April 12, 2019 4 月 12 日	Infant Crying / Adjusting To Parenthood 嬰兒哭啼 / 初為父母的適應
April 18, 2019 4 月 18 日	Healthy Family Relationships 健康的家庭關係	April 19, 2019 4 月 19 日	NO CLASS 沒有課程
April 25, 2019 4 月 25 日	Postpartum Posture/ Exercise 產后姿勢, 運動及回到工作	April 26, 2019 4 月 26 日	Postpartum Posture/ Exercise 產后姿勢, 運動及回到工作
May 2, 2019 5 月 2 日	Travelling with Baby 與嬰兒旅行 / 皮膚護理	May 3, 2019 5 月 3 日	Travelling with Baby 與嬰兒旅行 / 皮膚護理
May 9, 2019 5 月 9 日	Speech & Language Development 言語啟發	May 10, 2019 5 月 10 日	Speech & Language Development 言語啟發
May 16, 2019 5 月 16 日	Dental 牙齒保健	May 17, 2019 5 月 17 日	Dental 牙齒保健
May 23, 2019 5 月 23 日	Common Childhood Illness 常見的幼兒疾病	May 24, 2019 5 月 24 日	Common Childhood Illness 常見的幼兒疾病
May 30, 2019 5 月 30 日	Baby's First Year 嬰兒最初的第一年	May 31, 2019 5 月 31 日	Baby's First Year 嬰兒最初的第一年
June 6, 2019 6 月 6 日	Introduction To Solid Foods 固體食物的介紹	June 7, 2019 6 月 7 日	Introduction To Solid Foods 固體食物的介紹
June 13, 2019 6 月 13 日	Infant Sleep 幼兒的睡眠習慣	June 14, 2019 6 月 14 日	Infant Sleep 幼兒的睡眠習慣
June 20, 2019 6 月 20 日	Community Resources/ Return to work 社區資源 / 重返工作崗位	June 21, 2019 6 月 21 日	Community Resources/ Return to work 社區資源 / 重返工作崗位
June 27, 2019 6 月 27 日	Infant Development/Play 嬰兒發育與成長和遊戲	June 28, 2019 6 月 28 日	Infant Development/Play 嬰兒發育與成長和遊戲
July 4, 2019 7 月 4 日	Infant Safety 幼兒的安全常識	July 5, 2019 7 月 5 日	Infant Safety 幼兒的安全常識