

**智能手機應用培訓活動**  
**長者服務設施開展培訓活動資訊**

| 序 | 設施名稱               | 舉辦日期                                           | 舉辦時間        | 培訓活動名稱                    | 對象             | 名額       | 地點                              | 聯絡電話     |
|---|--------------------|------------------------------------------------|-------------|---------------------------|----------------|----------|---------------------------------|----------|
| 1 | 工聯台暉長者服務中心         | 2/5/2025-26/9/2025(五)                          | 15:00-15:45 | 外賣點餐簡單D                   | 中心會員           | 5名，先到先得  | 台中街, 台暉樓3樓, 多功能室                | 28211761 |
|   |                    | 5/5/2025-29/9/2025(一)                          | 15:00-15:45 | 電子支付知多D                   | 中心會員           | 5名，先到先得  |                                 |          |
|   |                    | 7/5/2025-24/9/2025(三)                          | 15:00-15:45 | 電子一戶到處通                   | 中心會員           | 5名，先到先得  |                                 |          |
| 2 | 澳門江門同鄉會<br>頤康活動中心  | 6/5(二)、8/5(四)、15/5(四)、<br>19/5(一)、26/5/2025(一) | 10:00-10:45 | 「便民應用」－<br>一戶通培訓活動        | 中心會員           | 20名，先到先得 | 澳門俾利喇街 130-136C<br>望賢樓地面層 A-F 舖 | 28228301 |
|   |                    | 15/5(四)、21/5(三)、27/5/20<br>25(三)               | 14:00-14:45 | 「便民應用」－<br>一戶通培訓活動        | 中心會員           | 20名，先到先得 |                                 |          |
|   |                    | 2/5、9/5、16/5、23/5、30/5/<br>2025 (逢星期五)         | 10:00-10:45 | 「我的健康2.0」手機應用培訓<br>活動     | 中心會員           | 20名，先到先得 |                                 |          |
| 3 | 澳門海島市居民群益會<br>頤康中心 | 2/5/2025-26/9/2025<br>(逢星期三、四、五)               | 14:00-14:45 | 手機“咨”多D 你我都要識             | 中心會員           | 10名，先到先得 | 氹仔黑橋平民新邨第十座<br>75B地下            | 28825273 |
| 4 | 澳門菜農合群社<br>康年之家    | 6/5/2025-30/9/2025<br>(逢星期二、四)                 | 10:00-10:45 | “智慧耆趣玩盡手機樂”<br>培訓活動       | 中心會員           | 10名，先到先得 | 黑沙環關閘騎士馬路41號<br>信智花園            | 28481885 |
|   |                    | 2/5/2025-26/9/2025<br>(逢星期五)                   | 10:30-11:15 | “智慧耆趣玩盡手機樂”<br>培訓活動       | 中心會員           | 10名，先到先得 |                                 |          |
| 5 | 澳門街坊會頤駿中心          | 6/5/2025-30/5/2025<br>(逢星期二、四、六)               | 10:00-10:45 | “一戶通”手提應用程式應用<br>培訓       | 中心會員/學員/<br>義工 | 4名，先到先得  | 澳門白朗古將軍大馬路街<br>坊總會社區服務大樓2樓      | 28227677 |
| 6 | 母親會頤康中心            | 5/5/2025-29/9/2025<br>(逢星期一，共22節)              | 11:00-12:00 | “電子支付你我都識用”<br>培訓活動       | 中心會員           | 6名，先到先得  | 澳門馬交石炮台馬路1號B<br>母親會大廈地下         | 28717801 |
|   |                    | 7/5/2025-24/9/2025<br>(逢星期三，共21節)              | 11:00-12:00 | “數碼點餐好方便”<br>培訓活動         | 中心會員           | 6名，先到先得  |                                 |          |
|   |                    | 2/5/2025-26/9/2025<br>(逢星期五，共22節)              | 11:00-12:00 | 齊來認識“一戶通、<br>我的健康2.0”培訓活動 | 中心會員           | 6名，先到先得  |                                 |          |
| 7 | 沙梨頭坊眾互助會<br>頤康中心   | 2/5/2025-30/9/2025<br>(逢星期一、三、五)               | 14:30-15:30 | "電子支付"手機培訓班               | 中心會員           | 10名      | 沙梨頭麻子街53號A地下                    | 28955745 |

| 序  | 設施名稱                  | 舉辦日期                                            | 舉辦時間        | 培訓活動名稱               | 對象     | 名額       | 地點                       | 聯絡電話     |
|----|-----------------------|-------------------------------------------------|-------------|----------------------|--------|----------|--------------------------|----------|
| 8  | 下環坊會頤康中心              | 2/5/2025-29/9/2025<br>(逢星期一、五)                  | 14:15-15:00 | “一戶通”手機應用程式齊齊學培訓活動   | 中心會員   | 8名，先到先得  | 河邊新街131號地下               | 28551472 |
|    |                       | 3/5/2025-27/9/2025<br>(逢星期六)                    | 10:15-11:00 | “我的健康2.0”智能體驗最易學培訓活動 | 中心會員   | 6名，先到先得  |                          |          |
| 9  | 港澳信義會恩耆中心             | 6/5/2025-30/9/2025<br>(逢星期二)                    | 10:00-10:45 | “電子支付你我都識用”工作坊       | 中心會員   | 5名       | 澳門路環十月初五馬路<br>(無門牌)      | 28882227 |
|    |                       | 8/5/2025-30/9/2025<br>(逢星期四)                    | 10:00-10:45 | “電子支付你我都識用”工作坊       | 中心會員   | 5名       |                          |          |
|    |                       | 12/5/2025-30/9/2025<br>(逢星期一)                   | 10:15-11:00 | 智能手機應用工作坊            | 中心會員   | 5名       |                          |          |
| 10 | 青頤長者綜合服務中心            | 6/5/2025-30/9/2025<br>(逢星期一、二、三)<br>(假日及中心活動除外) | 10:30-11:15 | "智能電話輕鬆上手"           | 中心服務對象 | 10名，先到先得 | 青洲新馬路青洲社屋青松樓五樓           | 28271013 |
| 11 | 澳門街坊會聯合總會<br>氹仔日昇長者中心 | 6/5/2025-30/9/2025<br>(逢星期二、四)                  | 16:00-17:00 | “電子支付你我都識用”培訓活動      | 中心會員   | 4名，先到先得  | 氹仔東北馬路日昇樓一座<br>地下D RC    | 28575884 |
|    |                       | 3/5/2025-27/9/2025 (逢星期六)                       | 10:00-10:45 | 齊來認識“我的健康2.0”培訓活動    | 中心會員   | 8名，先到先得  |                          |          |
| 12 | 工聯氹仔松柏之家              | 6/5/2025-30/9/2025<br>(逢星期二)                    | 09:30-10:15 | APPLE系統使用簡介          | 中心會員   | 8名，先到先得  | 氹仔施督憲政街24號地下             | 28825488 |
|    |                       | 8/5/2025-30/9/2026<br>(逢星期四)                    | 09:30-10:15 | android系統使用簡介        | 中心會員   | 8名，先到先得  |                          |          |
|    |                       | 3/5/2025-30/9/2025<br>(逢星期六)                    | 09:30-10:15 | 點點好方便                | 中心會員   | 5名，先到先得  |                          |          |
| 13 | 青洲坊眾互助會<br>頤康中心       | 12/5/2025-30/9/2025<br>(逢星期一)                   | 14:30-15:15 | 手機培訓班講座              | 中心會員   | 20名，先到先得 | 青洲和樂巷25號嘉應花園<br>第三期地下BB舖 | 28261305 |
|    |                       | 2/5/2025-30/9/2025<br>(逢星期三、五)                  | 09:15-10:00 | 手機培訓班教學              | 中心會員   | 5名，先到先得  |                          |          |

| 序  | 設施名稱               | 舉辦日期                                                                     | 舉辦時間                                        | 培訓活動名稱                    | 對象     | 名額        | 地點                         | 聯絡電話     |
|----|--------------------|--------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------|---------------------------|--------|-----------|----------------------------|----------|
| 14 | 民眾頤菁中心             | 7/5/2025-30/6/2025<br>(逢星期一、三)                                           | 14:30-15:15                                 | “掌上生活知多D”長者一戶通<br>應用培訓活動  | 中心會員   | 10名(先到先得) | 氹仔律政司街松樹尾社區<br>中心二樓        | 28841344 |
|    |                    | 2/5/2025-30/6/2025<br>(逢星期五)                                             | 14:30-15:15                                 | “電子支付零距離”長者手機<br>應用培訓     | 中心會員   | 10名(先到先得) |                            |          |
| 15 | 頌暉長者中心             | 2/5/2025-11/7/2025<br>(逢星期三、四、五)                                         | 16:00-16:45                                 | 「心有靈犀一戶通」<br>一戶通培訓活動      | 中心會員   | 10名       | 下環街61-63號地下                | 28932901 |
| 16 | 婦聯頤康中心             | 7/5/2025-28/5/2025<br>(逢星期三)                                             | 14:30-15:15、<br>15:30-16:15、<br>16:30-17:15 | "智能生活好easy" 培訓活動          | 中心會員   | 3名，先到先得   | 澳門渡船街婦聯綜合服務<br>大樓1樓—頤康中心   | 28217333 |
| 17 | 黑沙環天主教牧民中心<br>耆康樂園 | 2/5/2025-30/9/2025<br>(逢星期五)                                             | 15:00-16:00                                 | 科技新體驗之“一戶通”<br>手機應用程式培訓活動 | 中心會員   | 5-10名     | 黑沙環祐漢新邨<br>第二街2號<br>祐添大廈地下 | 28341924 |
|    |                    | 8/5/2025-30/9/2025<br>(逢星期四)<br>15/5(四)調至13/5(二)上課<br>22/7(四)調至23/7(二)上課 | 14:00-15:00                                 | 科技新體驗之“我的健康2.0”<br>培訓活動   | 中心會員   | 5-10名     |                            |          |
|    |                    | 7/5/2025-8/6/2025<br>(逢星期三)<br>28/5上課時間改至2:00-3:00                       | 15:00-16:00                                 | 科技新體驗之“我的健康2.0”<br>培訓活動   | 中心會員   | 5-10名     |                            |          |
|    |                    | 9/6/2025-30/9/2025<br>(逢星期一)                                             | 16:00-17:00                                 | 科技新體驗之“一戶通”<br>手機應用程式培訓活動 | 中心會員   | 5-10名     |                            |          |
| 18 | 台山坊眾互助會<br>頤康中心    | 6/5/2025-31/5/2025<br>(逢星期一、二、四)                                         | 15:00-15:45                                 | “數碼點餐你要識” 培訓活動            | 頤康中心會員 | 30名       | 台山平民新邨A座<br>台山坊會頤康中心       | 28400425 |
| 19 | 澳門馬黑祐頤康中心          | 2/5/2025-31/5/2025<br>(逢星期二、三、五)                                         | 10:45-11:30                                 | “電子消費好簡單” 培訓活動            | 中心會員   | 10名，先到先得  | 澳門中心街永添新村地下<br>B&C座        | 28415542 |
| 20 | 望廈坊會頤康中心           | 7/5/2025-30/9/2025<br>(逢星期一、三)                                           | 15:00-15:45                                 | “電子支付” 手機培訓活動             | 中心會員   | 3名        | 澳門美副將大馬路16 - AB<br>號地下     | 28522361 |
|    |                    | 2/5/2025-30/9/2025<br>(逢星期五)                                             | 15:00-15:45                                 | “一戶通” 手機培訓活動              | 中心會員   | 3名        |                            |          |

| 序  | 設施名稱                    | 舉辦日期                                                    | 舉辦時間        | 培訓活動名稱                              | 對象    | 名額       | 地點                                        | 聯絡電話     |
|----|-------------------------|---------------------------------------------------------|-------------|-------------------------------------|-------|----------|-------------------------------------------|----------|
| 21 | 澳門工會聯合總會<br>望廈老人中心      | 2/5/2025(星期五)                                           | 15:00-15:45 | “電子支付你我都識用”<br>培訓活動                 | 中心會員  | 12名，先到先得 | 澳門慕拉士大馬路178-<br>182號<br>望廈社屋望善樓1樓B1單<br>位 | 28317832 |
|    |                         | 6/5/2025-29/5/2025<br>(逢星期一、二)                          | 15:00-15:45 | "智能手機應用之Android和iOS<br>的不同操作方式"培訓活動 | 中心會員  | 15名，先到先得 |                                           |          |
|    |                         | 8/5/2025-29/5/2025<br>(逢星期四)                            | 15:00-15:45 | "認識如何上網連WIFI"<br>培訓活動               | 中心會員  | 15名，先到先得 |                                           |          |
| 22 | 滙暉長者中心                  | 2/5/2025、2/6/2025、7/7/202<br>5、4/8/2025、1/9/2025<br>共5節 | 15:00-15:45 | "滙智慧生活一點通"-<br>介紹「一戶通」講座            | 快富樓住戶 | 40名      | 澳門筷子基社屋快富樓7<br>樓滙暉長者中心                    | 28220095 |
|    |                         | 5/5/2025-30/7/2025<br>(逢星期一，三，五)共36節                    | 10:30-11:15 | "滙智慧生活一點通"-<br>「一戶通」手機應用程式培訓<br>班   | 快富樓住戶 | 5至8名     |                                           |          |
| 23 | 松柏之家老人中心                | 7/5/2025-30/9/2025<br>(逢星期三)                            | 09:30-11:00 | 智NET學堂-<br>智醒方程式                    | 中心會員  | 10-15名   | 澳門連勝馬路92號A地下                              | 28556234 |
|    |                         | 3/5/2025-30/9/2025<br>(逢星期二、六)                          | 09:30-10:15 | 智NET學堂-<br>智NET加油站                  | 中心會員  | 8名，先到先得  |                                           |          |
| 24 | 青洲老人中心                  | 7/5/2025-28/9/2025<br>(逢星期一、三)                          | 10:00-10:45 | 手機應用程式培訓                            | 中心會員  | 5-10名    | 澳門李寶椿街122號青洲<br>坊大廈第二座2樓C2                | 28244222 |
|    |                         | 6/5/2025-29/9/2025<br>(逢星期二、四)                          | 16:00-16:45 | 手機應用程式培訓                            | 中心會員  | 5-10名    |                                           |          |
| 25 | 康暉長者日間護理中心              | 6/5/2025-30/9/2025<br>(逢星期二)                            | 10:30-11:15 | “電子支付好easy”工作坊                      | 中心會員  | 各10名     | 澳門布拉干薩街<br>濠景花園28座翠菊苑地下                   | 28842577 |
|    |                         | 9/5/2025-26/9/2025<br>(逢星期五)                            | 10:30-11:15 | “電子支付好easy”工作坊                      |       | 各10名     |                                           |          |
| 26 | 澳門街坊會聯合總會<br>綠楊長者日間護理中心 | 28/4/2025-12/5/2025<br>(逢星期一、四、五)                       | 10:00-10:45 | “一戶通”手機應用程式培訓活<br>動                 | 中心會員  | 10名，先到先得 | 筷子基飛喇士街362號綠<br>楊花園第一及第二座地下               | 28266850 |
|    |                         | 15/5/2025-23/5/2025<br>(逢星期一、四、五)                       | 10:00-10:45 | “我的健康2.0”應用概述培訓活<br>動               | 中心會員  | 10名，先到先得 |                                           |          |
|    |                         | 26/5/2025-9/6/2025<br>(逢星期一、四、五)                        | 10:00-10:45 | “一戶通”手機應用程式培訓活<br>動                 | 中心會員  | 10名，先到先得 |                                           |          |

| 序  | 設施名稱             | 舉辦日期                              | 舉辦時間        | 培訓活動名稱                | 對象      | 名額       | 地點                           | 聯絡電話     |
|----|------------------|-----------------------------------|-------------|-----------------------|---------|----------|------------------------------|----------|
| 27 | 同善堂長者活動中心        | 7/5/2025-8/5/2025<br>(星期三至四)      | 10:10-11:00 | 活用電子支付Easy pay        | 中心會員    | 10名，先到先得 | 澳門黑沙環1A號同善堂崔德祺主席紀念樓地下及一樓     | 28521871 |
|    |                  | 14/5/2025-15/5/2025<br>(星期三至四)    | 10:10-11:00 | 活用電子支付Easy pay        | 中心會員    | 10名，先到先得 |                              |          |
|    |                  | 21/5/2025-22/5/2025<br>(星期三至四)    | 10:10-11:00 | 活用智能生活通               | 中心會員    | 10名，先到先得 |                              |          |
|    |                  | 28/5/2025-29/5/2025<br>(星期三至四)    | 10:10-11:00 | 活用智能生活通               | 中心會員    | 10名，先到先得 |                              |          |
|    |                  | 8/5、15/5、22/5、29/5/2025<br>(逢星期四) | 15:30-16:20 | 智能活用班之智識食             | 中心會員    | 10名，先到先得 |                              |          |
| 28 | 新橋區坊眾互助會<br>頤康中心 | 3/5/2025-30/9/2025<br>(逢星期二、四、六)  | 15:00-16:00 | 智能手機教學                | 55歲以上人士 | 10名      | 新橋打纜前地2-2<br>A銀都大廈地下         | 28351080 |
| 29 | 澳門提柯街坊會<br>頤康中心  | 2/5/2025-27/6/2025<br>(逢星期三、四、五)  | 16:00-17:00 | 學習一戶通                 | 會員及市民   | 40名，先到先得 | 澳門高士德大馬路76號                  | 28319299 |
| 30 | 澳門聖安多尼堂<br>頤老之家  | 12/5/2025-31/5/2025<br>(逢星期一)     | 14:30-15:15 | “善用一戶通，查詢事務無難度”培訓活動   | 中心會員    | 5名，先到先得  | 澳門花王堂前地4-B - 4-D號新運大廈地下      | 28578531 |
|    |                  | 8/5/2025-31/5/2025<br>(逢星期四)      | 15:30-16:15 | “善用一戶通，申請手續好easy”培訓活動 | 中心會員    | 5名，先到先得  |                              |          |
|    |                  | 3/5/2025-31/5/2025<br>(逢星期六)      | 10:00-10:45 | “手機用處多，基礎用法你要識”培訓活動   | 中心會員    | 5名，先到先得  |                              |          |
| 31 | 海傍區老人中心          | 2/5/2025-29/9/2025<br>(逢星期一、三、五)  | 15:00-16:00 | “手機軟件你我都識用”           | 中心會員    | 10名，先到先得 | 澳門缸瓦巷4號<br>海傍區老人中心<br>(中心三樓) | 28920041 |
| 32 | 婦聯樂頤長者日間中心       | 3/5/2025-30/9/2025<br>(逢星期二、四、六)  | 14:30-15:15 | 一戶通應用程式知多D            | 中心會員長者  | 20名      | 路環石排灣和諧廣場樂群樓第二座地面及一樓ER/C     | 28502311 |

| 序  | 設施名稱        | 舉辦日期                           | 舉辦時間        | 培訓活動名稱                   | 對象   | 名額       | 地點                                | 聯絡電話     |
|----|-------------|--------------------------------|-------------|--------------------------|------|----------|-----------------------------------|----------|
| 33 | 南區社匯頤康中心    | 6/5/2025-30/9/2025<br>(逢星期二)   | 15:00-15:45 | “電子支付你我都識用”<br>培訓活動      | 中心會員 | 10名，先到先得 | 澳門福寧里3號地下                         | 28934036 |
|    |             | 8/5/2025-30/9/2025<br>(逢星期四)   | 10:00-10:45 | “我健康你放心，我的健康2.0”<br>培訓活動 | 中心會員 | 10名，先到先得 |                                   |          |
|    |             | 2/5/2025-30/9/2025<br>(逢星期五)   | 15:00-15:45 | “一戶通樣樣通”培訓活動             | 中心會員 | 10名，先到先得 |                                   |          |
| 34 | 筷子基耆康中心     | 7/5/2025-30/9/2025<br>(逢星期一、三) | 16:00-16:45 | “電子支付你我都識用”培訓<br>活動      | 中心會員 | 50名，先到先得 | 澳門筷子基南街快達樓2<br>座2樓B座              | 28261491 |
|    |             | 2/5/2025-30/9/2025<br>(逢星期五)   | 16:00-16:45 | 齊來認識“我的健康2.0”培訓<br>活動    | 中心會員 | 20名，先到先得 |                                   |          |
| 35 | 澳門街坊總會頤康中心  | 12/5/2025-29/9/2025<br>(逢星期一)  | 15:45-16:30 | “電子支付你我都識用”培訓<br>活動      | 中心會員 | 10名，先到先得 | 澳門荷蘭園正街28號2樓A<br>座                | 28522979 |
|    |             | 6/5/2025-30/9/2025<br>(逢星期二)   | 11:00-11:45 | “數碼點餐好方便”培訓活動            | 中心會員 | 10名，先到先得 |                                   |          |
|    |             | 2/5/2025-26/9/2025<br>(逢星期五)   | 14:45-15:30 | “電子支付你我都識用”培訓<br>活動      | 中心會員 | 10名，先到先得 |                                   |          |
| 36 | 同善堂新橋長者活動中心 | 12/5/2025-30/9/2025<br>(逢星期一)  | 13:45-14:30 | 輕鬆玩轉智能手機－<br>如何使用手機掃碼    | 中心會員 | 25名，先到先得 | 澳門惠愛街79-<br>81號及銅錢巷4號，善惠<br>樓一至四樓 | 28861108 |
|    |             | 6/5/2025-30/9/2025<br>(逢星期二)   | 10:30-11:30 | 輕鬆玩轉智能手機－<br>認識電子支付      | 中心會員 | 10名，抽籤   |                                   |          |
|    |             | 8/5/2025-30/9/2025<br>(逢星期四)   | 10:30-11:30 | 輕鬆玩轉智能手機－<br>一戶通&我的健康2.0 | 中心會員 | 10名，抽籤   |                                   |          |

| 序  | 設施名稱             | 舉辦日期                          | 舉辦時間        | 培訓活動名稱                  | 對象   | 名額       | 地點                                    | 聯絡電話     |
|----|------------------|-------------------------------|-------------|-------------------------|------|----------|---------------------------------------|----------|
| 37 | 三巴門坊眾互助會<br>頤康中心 | 12/5/2025-30/9/2025<br>(逢星期一) | 15:00-15:45 | “電子支付你我都識用”<br>培訓活動     | 中心會員 | 24名      | 澳門連興街高發樓6號地<br>下                      | 28324259 |
|    |                  | 7/5/2025-30/9/2025<br>(逢星期三)  | 15:00-15:45 | “數碼點餐好方便”<br>培訓活動       | 中心會員 | 24名      |                                       |          |
|    |                  | 3/5/2025-30/9/2025<br>(逢星期六)  | 15:00-15:45 | 一戶通及我的健康2.0             | 中心會員 | 24名      |                                       |          |
| 38 | 筷子基坊會<br>青松頤老中心  | 12/5/2025-29/9/2025<br>(逢星期一) | 14:30-15:15 | “電子支付你我都識用”<br>培訓活動     | 中心會員 | 10名，先到先得 | 澳門飛喇士街/筷子南街4<br>02號綠楊花園-<br>利泰閣2座，GF樓 | 28261973 |
|    |                  | 7/5/2025-24/9/2025<br>(逢星期三)  | 14:30-15:15 | “一戶通”手機應用程式培訓<br>活動     | 中心會員 | 10名，先到先得 |                                       |          |
|    |                  | 9/5/2025-26/9/2025<br>(逢星期五)  | 14:30-15:15 | “我的健康2.0”手機應用程式<br>培訓活動 | 中心會員 | 10名，先到先得 |                                       |          |

備註：上述活動的日期和時間以社會服務設施的最終公告為準。如有任何疑問，請與相關設施聯絡以獲取更多資訊。