



中華便以利會恩慈長者鄰舍中心

印刷數量：500份

2019年2月份活動表 九龍大坑東邨東怡樓地下 電話：2778 3618 傳真：2776 2548 督印人：中心主任楊雅燕女士

星期日	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六	
<p>新一年恭祝大家： 新年快樂，身體健康</p>						1 廿七 9:00 活力先鋒隊探訪 10:00 寫真萬花筒 11:00 護老天使小組 2:30 樂怡互助小組 3:30 賀年掛飾製作	
3 廿九	4 立春	5 正月	6 初二	7 初三	8 初四	9 初五	
10:00 耆義策劃會議 11:00 非洲鼓班(5) 1:00 長者唱歌技巧班(5) 2:30 長者粵曲班(5)	年初一 公眾假期 猪年大吉			年初二 公眾假期 猪年大吉		年初三 公眾假期 猪年大吉	
10 初六	11 初七	12 初八	13 初九	14 初十	15 十一	16 十二	
9:30 新聞雷達站 10:15 雀巢三花奶粉銷售 11:00 非洲鼓班(6) 1:00 長者唱歌技巧班(6) 2:30 長者粵曲班(6)	9:15 英文ABC班(5) 10:15 長者中文班(5)	9:30 新聞雷達站 10:00 樂在耆中識字班(5) 11:15 開心老友記	9:00 長者健康舞基礎班(6) 9:15 養生太極班(6)(松) 10:30 手工藝班(6)(松) 10:00 長者健康舞初班(6) 11:00 長者健康舞進階班(6)	9:00 健康檢查 10:00 夫婦情半日營	9:30 喜樂在耆中(7)		
17 十三	18 十四	19 十五	20 十六	21 十七	22 十八	23 十九	
9:30 新聞雷達站 11:00 非洲鼓班(7) 1:00 長者唱歌技巧班(7) 2:30 長者粵曲班(7)	9:15 英文ABC班(6) 10:15 長者中文班(6) 11:30 健康粥餐(A)	9:30 新聞雷達站 10:00 樂在耆中識字班(6)	9:00 長者健康舞基礎班(7) 9:15 養生太極班(7)(松) 10:30 手工藝班(7)(松) 10:00 長者健康舞初班(7) 10:00 護老新春團拜(彩) 11:00 長者健康舞進階班(7)	9:00 黃金組月會 11:00 翡翠組月會 2:00 鑽石組月會 3:30 珍珠組月會	9:30 喜樂在耆中(8)		
24 二十	25 廿一	26 廿二	27 廿三	28 廿四	【3月份月會】：2月22日(星期五) 黃金組：上午9時，翡翠組：上午11時 鑽石組：下午2時，珍珠組：下午3時30分 當日將會發售下個月之活動票，請大家按所屬組別時間出席。		
9:30 新聞雷達站 10:00 護老者講座：認識消化不良(衛生署) 11:00 非洲鼓班(8) 1:00 長者唱歌技巧班(8) 2:30 長者粵曲班(8)	9:15 英文ABC班(7) 10:15 長者中文班(7) 11:30 健康粥餐(B)	9:30 新聞雷達站 10:00 樂在耆中識字班(7)	9:00 長者健康舞基礎班(8) 9:15 養生太極班(8)(松) 10:30 手工藝班(8)(松) 10:00 長者健康舞初班(8) 11:00 長者健康舞進階班(8)	1:00 長者小結他班(4) 3:00 下午鬆一鬆(C)			