



中華便以利會恩慈長者鄰舍中心

印刷數量：500份

2019年3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>【4月份月會】：3月29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，請大家按時出席。</p>					<p>1 廿五 2 廿六</p> <p>9:30 新聞雷達站 10:00 寫真萬花筒(3月)</p> <p>9:00 春日樂悠遊(外) 9:30 喜樂在耆中(9)</p> <p>2:30 健樂互助小組</p> <p>2:00 認知友善好友地區分享會(外)</p>
3 廿七	4 廿八	5 廿九	6 驚蟄	7 二月	8 初二	9 初三	
<p>9:30 新聞雷達站 10:15 佳膳奶粉銷售 11:00 非洲鼓班(9)</p> <p>1:00 長者唱歌技巧班(5) 2:30 長者粵曲班(5)</p>	<p>9:15 英文ABC班(8) 10:15 長者中文班(8) 11:30 健康粥餐(A)</p> <p>1:00 卡啦OK 3:00 耆幻藝行表達藝術小組(7)</p>	<p>9:30 新聞雷達站 10:00 樂在耆中識字班(8)</p> <p>2:00 護老減壓小組(4) 3:00 智醒一族(2)</p>	<p>9:00 「身壯腦健」健康長者活動(外) 9:00 長者健康舞基礎班(9) 9:15 養生太極班(9)(松) 10:30 手工藝班(9)(松) 10:00 長者健康舞初班(9) 11:00 長者健康舞進階班(9)</p> <p>1:00 長者小結他班(5) 3:00 下午鬆一鬆(A)</p>	<p>9:00 春日繽紛大旅行</p> <p>1:00 棋樂無窮</p>	<p>9:30 喜樂在耆中(完)</p>		
10 初四	11 初五	12 初六	13 初七	14 初八	15 初九	16 初十	
<p>9:30 新聞雷達站 10:15 雅培加營養奶粉銷售 11:00 非洲鼓班(完)</p> <p>1:00 長者唱歌技巧班(完) 2:30 長者粵曲班(完)</p>	<p>9:15 英文ABC班(9) 10:15 長者中文班(9) 11:30 健康粥餐(B)</p> <p>1:00 卡啦OK 3:00 耆幻藝行表達藝術小組(8)</p>	<p>9:30 新聞雷達站 10:00 樂在耆中識字班(9)</p> <p>3:00 智醒一族(3)</p>	<p>9:00 長者健康舞基礎班(完) 9:15 養生太極班(完)(松) 10:30 手工藝班(完)(松) 10:00 長者健康舞初班(完) 11:00 長者健康舞進階班(完)</p> <p>1:00 長者小結他班(完) 3:00 下午鬆一鬆(B)</p>	<p>9:00 活力先鋒隊探訪</p> <p>2:00 眼睛去旅行</p>	<p>9:30 棋樂無窮</p>		
17 十一	18 十二	19 十三	20 十四	21 春分	22 十六	23 十七	
<p>9:30 新聞雷達站 10:30 護老天使小組</p> <p>1:00 棋樂無窮</p>	<p>9:15 英文ABC班(完) 10:15 長者中文班(完) 11:30 健康粥餐(C)</p> <p>1:00 卡拉OK</p>	<p>9:00 山藝耆英團 9:30 新聞雷達站 10:00 樂在耆中識字班(完)</p> <p>3:00 智醒一族(完)</p>	<p>10:00 義工週年聚會</p> <p>2:00 男士本色小組 3:00 下午鬆一鬆(C)</p>	<p>9:00 健康檢查</p> <p>1:15 大劇院 【麗花皇宮2003 PART 2】 3:00 愛心茶座(3月)</p>	<p>11:00 心繫心同樂日</p>		
24 十八	25 十九	26 二十	27 廿一	28 廿二	29 廿三	30 廿四	
31 廿五	<p>9:30 新聞雷達站 10:00 護老者講座：(衛生署)皮膚病 認識真菌</p> <p>積分換禮物最後一週</p> <p>1:00 棋樂無窮</p>	<p>9:30 棋樂無窮</p> <p>積分換禮物最後一週</p> <p>1:00 卡拉OK</p>	<p>9:30 新聞雷達站</p> <p>積分換禮物最後一週</p> <p>1:00 棋樂無窮</p>	<p>9:30 棋樂無窮</p> <p>積分換禮物最後一週</p> <p>1:00 棋樂無窮</p>	<p>9:00 黃金組月會 11:00 翡翠組月會</p> <p>積分換禮物最後一週</p> <p>2:00 鑽石組月會 3:30 珍珠組月會</p>	<p>9:30 棋樂無窮</p> <p>積分換禮物截止日</p>	