



中華便利會恩慈長者鄰舍中心
2019年5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

印刷數量：500份

星期日	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六
			1 廿七	2 廿八	3 廿九	4 三十
			勞動節 公眾假期	9:00 長者健康舞基礎班(3) 9:15 養生太極班(3)(松) 10:30 手工藝班(3)(松) 10:00 長者健康舞初班(3) 11:00 長者健康舞進階班(3) 1:00 長者小結他班(3) 3:00 下午鬆一鬆(A)	小型工程 (換燈盆) 「中心維持開放」	9:30 喜樂在耆中(3)
5 四月	6 立夏	7 初三	8 初四	9 初五	10 初六	11 初七
 9:30 新聞雷達站 10:00 寫真萬花筒 11:00 非洲鼓班(3) 1:00 長者唱歌技巧班(3) 2:30 長者粵曲班(3)		8:45 健腦之旅(外出) 9:15 英文ABC班(4) 10:15 長者中文班(4) 11:30 便以利美食坊(A) 小型工程 (換燈盆) 「中心維持開放」	9:00 母親節小禮物 10:00 樂在耆中識字班(3) 1:00 耆義策劃會議 2:00 護老表達藝術小組(1)	9:00 長者健康舞基礎班(4) 9:15 養生太極班(4)(松) 10:30 手工藝班(4)(松) 10:00 長者健康舞初班(4) 11:00 長者健康舞進階班(4) 1:00 長者小結他班(4) 2:30 卡拉OK(一) 3:30 卡拉OK(二)	9:00 活力先鋒隊探訪 10:00 護老同行加油站 2:00 楊玉光慈善基金義工探訪	9:30 喜樂在耆中(4)
12 佛誕  母親節	13 初九	14 初十	15 十一	16 十二	17 十三	18 十四
佛誕翌日 公眾假期		9:15 英文ABC班(5) 10:15 長者中文班(5) 2:15 耆智遊樂園(1)	9:30 新聞雷達站 10:00 樂在耆中識字班(4) 2:00 護老表達藝術小組(2)	9:00 長者健康舞基礎班(5) 9:15 養生太極班(5)(松) 10:30 手工藝班(5)(松) 10:00 長者健康舞初班(5) 11:00 長者健康舞進階班(5) 1:00 長者小結他班(5) 3:00 下午鬆一鬆(B)	9:30 新聞雷達站 10:00 社區護士會診 10:30 健樂互助小組 2:00 社區護士會診 2:00 便以利家事議會 2:30 男士本色小組(外出)	9:30 喜樂在耆中(5)
19 十五	20 十六	21 小滿	22 十八	23 十九	24 二十	25 廿一
 Happy Birthday!! 9:30 新聞雷達站 10:15 雅培加營養、怡保康奶粉售賣 11:00 非洲鼓班(4) 1:00 長者唱歌技巧班(4) 2:30 長者粵曲班(4)		9:15 英文ABC班(6) 10:15 長者中文班(6) 11:30 便以利美食坊(B) 2:15 耆智遊樂園(2)	9:30 新聞雷達站 10:00 樂在耆中識字班(5) 11:00 恩慈賀端陽暨4-6月生日會(多) 2:00 護老表達藝術小組(3) 3:30 開心老友記賀端陽	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) 1:00 長者小結他班(6) 2:30 卡拉OK(一) 3:30 卡拉OK(二)	9:00 健康檢查 1:15 大劇院 【紅腔鳳女粵曲演唱會】 3:00 愛心茶座	9:30 喜樂在耆中(6) 9:30 剪髮服務
26 廿二	27 廿三	28 廿四	29 廿五	30 廿六	31 廿七	
 9:30 新聞雷達站 10:00 護老者講座：(衛生署)認識冠心病 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)		9:15 英文ABC班(7) 10:15 長者中文班(7) 2:15 耆智遊樂園(3)	9:30 新聞雷達站 10:00 樂在耆中識字班(6) 2:00 護老表達藝術小組(4) 3:30 護老天使小組	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) 11:00 長者健康舞進階班(7) 1:00 長者小結他班(7) 2:30 興高采烈賀端午	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	