



中華便利會恩慈長者鄰舍中心
 2019年6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	
				<div style="border: 2px solid red; padding: 5px;"> <p>【7月份月會】：6月28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門票，請大家按時出席。</p> </div>			
2 廿九	3 五月	4 初二	5 初三	6 芒種	7 初五	8 初六	
	9:30 新聞雷達站 10:00 護老者講座：(衛生署)家事有妙法 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(8) 10:15 長者中文班(8) 11:30 便以利美食坊(A) 2:15 耆智遊樂園(4)	9:30 新聞雷達站 10:00 樂在耆中識字班(7) 2:00 護老表達藝術小組(5)	9:00 長者健康舞基礎班(完) 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(完) 11:00 長者健康舞進階班(完) 1:00 長者小結他班(8) 3:00 下午鬆一鬆(A)	<p style="font-size: 2em; color: red;">端午節 公眾假期</p>		9:30 喜樂在耆中(7)
9 初七	10 初八	11 初九	12 初十	13 十一	14 十二	15 十三	
	9:30 新聞雷達站 10:15 雀巢三花奶粉售賣 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(9) 10:15 長者中文班(9) 2:15 耆智遊樂園(5)	9:00 父親節小禮物 10:00 樂在耆中識字班(8) 2:00 護老表達藝術小組(6)	9:00 活力先鋒隊探訪 9:15 養生太極班(9)(松) 10:00 認知障礙症患者家屬減壓工作坊 10:30 手工藝班(9)(松) 1:00 長者小結他班(9) 2:30 卡拉OK(一) 3:30 卡拉OK(二)	9:00 區區有睇頭-參觀香港文化博物館 10:00 寫真萬花筒 2:30 樂怡互助小組	9:30 喜樂在耆中(9)	
16 十四	17 十五	18 十六	19 十七	20 十八	21 夏至	22 二十	
	8:30 班組報名 9:30 新聞雷達站 11:00 非洲鼓班(完) 1:00 長者唱歌技巧班(8) 2:30 長者粵曲班(完)	9:15 英文ABC班(完) 10:15 長者中文班(完) 11:30 便以利美食坊(B) 2:15 耆智遊樂園(完)	9:30 新聞雷達站 10:00 樂在耆中識字班(完) 2:00 樂韻見晴天(1)	9:15 養生太極班(完)(松) 10:00 護老探訪義工工作坊 10:30 手工藝班(完)(松) 1:00 長者小結他班(完) 2:00 男士本色小組 3:00 下午鬆一鬆(B)	9:00 健康檢查 1:15 大劇院 【寶麗金25週年演唱會1995】 3:00 愛心茶座	9:30 喜樂在耆中(完)	
23 廿一	24 廿二	25 廿三	26 廿四	27 廿五	28 廿六	29 廿七	
30 廿八		9:00 便以利開心之旅 10:30 護老同行加油站 2:00 格不同同樂日 2:30 深東聯開幕禮(白田)	9:30 新聞雷達站 10:30 護老天使小組 2:00 樂韻見晴天(2)	9:30 眼睛去旅行 10:00 護老義工探訪隊 2:00 男士本色小組(外出探訪) 2:30 卡拉OK(一) 3:30 卡拉OK(二)	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 棋樂無窮 3:00 BB 醫生探訪	