



2020年10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>根據社會福利署於9月14日的公告，長者鄰舍中心的服務使用者可於9月23日起，透過預約參加小組及活動，但中心暫時不設偶到服務。</p>			1 十五	2 十六	3 十七
				國慶 公眾假期 中秋節	中秋節翌日 補假		
4 十八	5 十九	6 二十	7 廿一	8 寒露	9 廿三	10 廿四	
	11:15 非洲鼓班(1)	9:15 英文ABC班(1) 10:15 長者中文班(1)	10:15 樂在耆中識字班(1)	10:30 手工藝班(1)	9:00 便以利家事議會(10月)		
		2:30 男士本色小組	2:30 中醫食療養生講座 (網上直播)	1:00 長者小結他班(1) 2:30 增肌減脂健體班(1)	2:30 護老者大會		
11 廿五	12 廿六	13 廿七	14 廿八	15 廿九	16 三十	17 九月	
	11:15 非洲鼓班(2) 2:00 雅培奶粉售賣	9:15 英文ABC班(2) 10:15 長者中文班(2) 2:30 樂怡互助小組	10:15 樂在耆中識字班(2) 2:00 樂活健腦站 2:30 護老同行加油站	10:30 手工藝班(2) 1:00 長者小結他班(2) 2:30 增肌減脂健體班(2)			
18 初二	19 初三	20 初四	21 初五	22 初六	23 霜降	24 初八	
	11:15 非洲鼓班(3) 影片「生命旅程」後事規劃講座 (網上影片) 2:00 雀巢三花奶粉售賣	9:15 英文ABC班(3) 10:15 長者中文班(3) 2:30 復康用品講座 (講座及網上直播)	10:15 樂在耆中識字班(3) 2:30 長者通識問答比賽	10:30 手工藝班(3) 1:00 長者小結他班(3) 2:30 增肌減脂健體班(3)	9:00 健康檢查 2:00 樂活健腦站		
25 初九	26 初十	27 十一	28 十二	29 十三	30 十四	31 十五	
	重陽節翌日 補假		9:15 英文ABC班(4) 10:15 長者中文班(4) 2:30 耆義聚會	10:30 手工藝班(4) 1:00 長者小結他班(4) 2:30 增肌減脂健體班(4)			