



2020年12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
	1 十七	2 十八	3 十九	4 二十	5 廿一	
	9:15 英文ABC班(9) 10:15 長者中文班(9) 2:00 舒緩痛症工作坊(4)(外)	10:15 樂在耆中識字班(8)	9:00 便以利家事議會(12月) 10:30 手工藝班(9) 1:00 長者小結他班(9)		2:00 樂活健腦站 2:30 護老健體班(5)	
6 廿二	7 大雪	8 廿四	9 廿五	10 廿六	11 廿七	12 廿八
	11:15 非洲鼓班(完) 2:00 雅培奶粉售賣 2:15 耆義聚會(12月)	9:15 英文ABC班(完) 10:15 長者中文班(完) 2:00 頑疾飲食講座	10:15 樂在耆中識字班(完) 2:30 舒緩痛症工作坊(5)	10:30 手工藝班(完) 1:00 長者小結他班(完) 2:30 男士本色小組(12月)	10:00 義工賀聖誕之愛心佈置 1:00 筋膜放鬆體驗 2:00 樂活健腦站 2:30 護老健體班(6)	
13 廿九	14 三十	15 十一月	16 初二	17 初三	18 初四	19 初五
	11:15 非洲鼓班(補) 2:00 雀巢三花奶粉售賣 5:00 佳音迎聖誕(社)	2:30 熱熱鬧鬧賀聖誕(一) 3:45 熱熱鬧鬧賀聖誕(二)	10:00 義工手作迎聖誕 2:30 舒緩痛症工作坊(完)	10:00 護老同行加油站 2:30 樂怡互助小組	9:00 健康檢查(12月) 2:30 護老健體班(7)	
20 初六	21 冬至	22 初八	23 初九	24 初十	25 十一	26 十二
	11:15 非洲鼓班(補) 2:30 增肌減脂健體講座	10:00 認知障礙症知多D：護理篇 (講座及網上直播) 1:30 開心老友記過聖誕(一) 2:45 開心老友記過聖誕(二)	2:30 護老天使小組			
27 十三	28 十四	29 十五	30 十六	31 十七	<p>聖誕節 公眾假期</p> <p>聖誕節翌日 公眾假期</p> <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。 歡迎會員預約參加活動，或留意網上影片活動。謝謝！</p>	