



# 中華便以利會恩慈長者鄰舍中心

2023年5月份活動表 九龍大坑東邨東怡樓地下 電話：2778 3618 Whatsapp:6996 4825 傳真：2776 2548 印刷數量：550份 督印人：中心主任楊雅燕女士

## 2023年5月份

星期日	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六
	1 十二	2 5月份活動抽籤日 十三	3 5月份活動抽籤結果公佈日 十四	4 十五	5 十六	6 立夏
		9:15 英文ABC班(2) 10:15 長者中文班(2)	9:00 玩轉星期三 10:15 中文研習班(2) 11:30 水墨畫班(2)	9:15 養生太極班(2) 10:30 手工藝班(2)	9:00 健康檢查(5月)	9:15 樂無窮-魔力橋牌
		2:00 視障人士福音中心探訪		1:00 長者小結他班(2) 2:30 糖尿病老友記互助小組(1)	2:30 恩慈生日之星4-6月生日會	
7 十八	8 十九	9 二十	10 廿一	11 廿二	12 廿三	13 廿四
	10:00 大坑西外展(外) 11:15 非洲鼓班(1)	9:15 英文ABC班(3) 10:15 長者中文班(3)	9:00 玩轉星期三 10:15 中文研習班(3) 11:30 水墨畫班(3)	9:15 養生太極班(3) 10:30 手工藝班(3)	9:00 日式和諧粉彩義工導師聚會(補)	9:15 樂無窮-魔力橋牌
	1:00 長者唱歌技巧班(1) 2:30 長者粵曲班(1)	1:00 護老天使小組(5月)	2:00 護老技巧工作坊(1)	2:30 糖尿病老友記互助小組(2)	2:00 智能手機應用班(進階)	
14 廿五	15 廿六	16 廿七	17 廿八	18 廿九	19 四月	20 初二
	9:00 護老香薰按摩(5月)(第一場) 10:00 護老香薰按摩(5月)(第二場) 11:15 非洲鼓班(2)	9:15 英文ABC班(4) 10:15 長者中文班(4)	9:00 玩轉星期三 10:15 中文研習班(4) 11:30 水墨畫班(4)	9:15 養生太極班(4) 10:30 手工藝班(4)	9:00 便以利家事議會(5月)	10:00 護老同行加油站(5月)
	1:00 長者唱歌技巧班(2) 2:30 長者粵曲班(2)	2:30 笑口組(5月)	2:00 護老技巧工作坊(2) 3:30 摺月訊	1:00 長者小結他班(3) 2:30 剪髮服務(5月)	1:00 夫婦同樂日-茶道(外) 2:30 糖尿病老友記互助小組(3)	
21 小滿	22 初四	23 初五	24 初六	25 初七	26 初八	27 初九
	10:00 健康講座-排便可以好輕鬆 11:15 非洲鼓班(3)	9:15 英文ABC班(5) 10:15 長者中文班(5)	9:00 玩轉星期三 10:15 中文研習班(5) 11:30 水墨畫班(5)	9:15 養生太極班(5) 10:30 手工藝班(5)	<b>佛誕公眾假期</b>	
	1:00 長者唱歌技巧班(3) 2:30 長者粵曲班(3)	1:00 愛心劇院(5月) 3:00 環保教育工作坊-紙包飲品篇	2:00 護老技巧工作坊(3) 3:30 6月份月會紙知多D 3:30 男士小組(5月)(外)	1:00 長者小結他班(4) 2:30 糖尿病老友記互助小組(4) 2:30 恩慈愛心靚湯贈長者(5月)		
28 初十	29 十一	30 十二	31 十三	2023-2024年度會員續會或新入會時間，有興趣可按以下時間親臨辦理 星期一至五：上午9:00-11:00 下午2:00-4:00 *有需要星期六或其他時間辦理，請先聯絡職員另行預約。 *帶備文件：會員證、身份證及所需費用。 *長者會員收費：\$21、耆青會員：\$50 *2023-2024年度會員證有效期至2024年3月31日。		
	10:00 雅培奶粉售賣 11:15 非洲鼓班(4)	9:15 英文ABC班(6) 10:15 長者中文班(6)	9:00 玩轉星期三 10:15 中文研習班(6) 11:30 水墨畫班(6)			
	1:00 長者唱歌技巧班(4) 2:30 長者粵曲班(4)	2:00 日式和諧粉彩體驗活動(5月)	2:00 護老技巧工作坊(4) 3:30 健步行			