



2020年1月份活動



	一	二	三 1(初七)	四 2(初八)	五 3(初九)	六 4(初十)
				8:30 太極班 9:30 做個開心老友記 (賽馬會活動) 10:30 長者加油站 (賽馬會活動) 12:00 開心飯堂 1:45 摺紙小組 1:45 反斗英語班 3:00 地壺班 (暫停) 3:00 形神莊 (賽馬會活動)	9:30 手語班 9:30 中文識字班 11:00 門球班 11:00 扭氣球班 11:00 簡體字班 12:00 開心飯堂 1:30 齊齊唱小曲班 3:00 潤手霜DIY工作坊 (伴你護行)	9:30 齡科技、樂安居 分享會 (老有所為活動計劃) 10:00 乒乓天地 (暫停)
5 (十一) 	6(十二) 8:30 太極班 9:00 物理治療加油站 9:45 粵曲班 (暫停) 10:30 水墨畫班 11:30 戲劇天地 12:00 開心飯堂 2:15 鶴組例會 3:00 桌遊小組 3:00 中醫講座:預防流感 (伴你護行)	7(十三) 8:30 松組例會 9:15 毛筆書法班 11:00 門球班 11:00 毛筆書法二班 12:00 開心飯堂 2:15 長青組例會 3:00 倍力康奶粉銷售及講座:有[營]賀鼠年	8(十四) 8:30 健康運動操 9:30 龍獅組 10:30 紫荊花舞蹈組 11:00 電腦班 11:30 碟舞組 (暫停) 12:00 開心飯堂 2:00 益力多銷售及講座:細菌與健康 3:00 芬蘭木柱	9(十五) 8:30 太極班 9:30 做個開心老友記 (賽馬會活動) 10:30 長者加油站 (賽馬會活動) 12:00 開心飯堂 1:45 摺紙小組 1:45 反斗英語班 3:00 地壺班 (暫停) 3:00 形神莊 (賽馬會活動)	10(十六) 9:30 手語班 9:30 中文識字班 11:00 門球班 11:00 扭氣球班 11:00 簡體字班 12:00 開心飯堂 1:30 齊齊唱小曲班 (暫停) 5:30 己亥年農曆十二至三月生日會暨團年飯活動	11(十七) 10:00 乒乓天地
12 (十八) 	13(十九) 8:30 太極班 (暫停) 9:00 物理治療加油站 (暫停) 9:45 粵曲班 (暫停) 10:30 水墨畫班 (暫停) 11:30 戲劇天地 (暫停) 12:00 開心飯堂 (暫停) 2:15 鶴組例會 (暫停) 2:30 己亥年歲晚敬老活動 3:00 桌遊小組 (暫停)	14(二十) 8:30 松組例會 9:15 毛筆書法班 (暫停) 11:00 門球班 11:00 毛筆書法二班 (暫停) 12:00 開心飯堂 2:15 長青組例會 3:15 衛生署講座:太極拳運動	15(廿一) 8:30 健康運動操 9:30 龍獅組 (暫停) 10:30 紫荊花舞蹈組 11:00 電腦班 11:30 碟舞組 (暫停) 12:00 開心飯堂 2:00 三花奶粉銷售及講座:醒眼視力健康有辦法 3:00 芬蘭木柱	16(廿二) 8:30 太極班 10:30 長者加油站 (賽馬會活動) 12:00 開心飯堂 1:45 摺紙小組 1:45 反斗英語班 3:00 地壺班 (暫停) 3:00 形神莊 (賽馬會活動)	17(廿三) 9:30 手語班 9:30 中文識字班 11:00 門球班 11:00 扭氣球班 11:00 簡體字班 12:00 開心飯堂 1:30 齊齊唱小曲班 3:00 獨居組	18(廿四) 9:00 姊妹閒情 10:00 乒乓天地 10:00 「伴你護行」月會 (伴你護行認知路) 12:45 護老者月會 (護老者活動)
19 (廿五) 	20(大寒) 8:30 太極班 9:00 物理治療加油站 9:45 粵曲班 (暫停) 10:30 水墨畫班 11:30 戲劇天地 12:00 開心飯堂 2:15 鶴組例會 3:00 桌遊小組 3:00 [中國面譜] 工藝體驗 (伴你護行)	21(廿七) 8:30 松組例會 9:15 毛筆書法班 11:00 門球班 11:00 毛筆書法二班 12:00 開心飯堂 2:15 長青組例會 3:15 情緒壓力要調理 (賽馬會活動)	22(廿八) 8:30 健康運動操 9:30 龍獅組 (暫停) 10:30 紫荊花舞蹈組 (暫停) 11:00 電腦班 (暫停) 11:30 蝶舞組 (暫停) 12:00 開心飯堂 2:00 [老、有營]健康生活推廣計劃展覽及嘉許禮 (中西區區議會) 3:00 芬蘭木柱 (暫停)	23(廿九) 8:30 太極班 9:30 玩樂「耆」中 (賽馬會活動) 10:30 長者加油站 (賽馬會活動) 12:00 開心飯堂 1:45 摺紙小組 1:45 反斗英語班 3:00 地壺班 (暫停) 3:00 形神莊 (賽馬會活動)	24(三十) 9:30 手語班 9:30 中文識字班 (暫停) 11:00 門球班 11:00 扭氣球班 11:00 簡體字班 (暫停) 12:00 開心飯堂 1:30 齊齊唱小曲班	25(正月) 正月初一 假期
26 (初二) 正月初二 假期	27(初三) 正月初三 假期 	28(初四) 正月初四 補假 	29(初五) 8:30 健康運動操 9:30 龍獅組 (暫停) 10:30 紫荊花舞蹈組 (暫停) 11:00 電腦班 (暫停) 11:30 蝶舞組 (暫停) 12:00 開心飯堂 3:00 芬蘭木柱	30(初六) 8:30 太極班 9:30 玩樂「耆」中 (賽馬會活動) 12:00 開心飯堂 1:45 摺紙小組 1:45 反斗英語班 2:00 大笑瑜珈工作坊 (護老者活動) 3:00 地壺班	31(初七) 9:30 手語班 9:30 中文識字班 (暫停) 11:00 門球班 11:00 扭氣球班 11:00 簡體字班 (暫停) 12:00 開心飯堂 1:30 齊齊唱小曲班 3:00 松鶴義工組	正月初七 假期