

2020年7月份活動

	一	二	三 1(十一)	四 2(十二)	五 3(十三)	六 4(十四)
			回歸紀念日 假期	8:30 太極班 9:30 春藝新天地 (賽馬會活動) 10:30 眾「樂」樂·小組 (賽馬會活動) 12:00 開心飯堂(暫停) 1:30 瑜珈班 1:45 摺紙小組 2:30 小結他班 3:30 地壘班	9:30 手語班 11:00 扭汽球班 11:00 簡體字班(暫停) 12:00 開心飯堂(暫停) 1:30 齊齊唱小曲班 	
5 (十五)	6(十六)	7(十七)	8(十八)	9(十九)	10(二十)	11(廿一)
	8:30 太極班 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(暫停) 2:00 齊來「薰」FUN樂 (賽馬會活動) 2:15 鶴組例會(暫停) 3:00 桌遊小組(暫停)	8:30 松組例會(暫停) 9:15 毛筆書法班 11:00 毛筆書法二班 12:00 開心飯堂(飯堂) 2:15 長青組例會(暫停) 3:00 倍力康奶粉銷售 及講座:少肌症問題並不少 	8:30 健康運動操 9:30 龍獅組(暫停) 10:00 關懷鄰里顯愛心探訪 (賽馬會活動) 10:30 紫荊花舞蹈組 11:00 電腦班 11:30 蝶舞組 12:00 開心飯堂(飯堂) 2:30 豆豆拼貼工作坊 (伴你護行認知路) 3:00 芬蘭木柱	8:30 太極班 9:30 眾「樂」樂2 (賽馬會活動) 10:30 普拉提工作坊 (賽馬會活動) 12:00 開心飯堂(飯堂) 1:30 瑜珈班 1:45 摺紙小組 2:30 小結他班 3:30 地壘班	9:30 手語班 11:00 扭汽球班 11:00 簡體字班(暫停) 12:00 開心飯堂(暫停) 1:30 齊齊唱小曲班 3:00 獨居組(I) (第1組至第3組) 	
12 (廿二)	13(廿三)	14(廿四)	15(廿五)	16(廿六)	17(廿七)	18(廿八)
	8:30 太極班 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(暫停) 2:15 鶴組例會(暫停) 2:15 自得音樂 (賽馬會活動) 3:00 桌遊小組(暫停) 	8:30 松組例會(暫停) 9:15 毛筆書法班 11:00 毛筆書法二班 12:00 開心飯堂(暫停) 2:15 長青組例會(暫停) 3:15 關節炎的運動及護理 (賽馬會活動) 	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 蝶舞組 12:00 開心飯堂(暫停) 3:00 芬蘭木柱 	8:30 太極班 9:30 眾「樂」樂2 (賽馬會活動) 10:30 普拉提工作坊 (賽馬會活動) 11:30 伴你護行: Art Jam工作坊 12:00 開心飯堂(暫停) 1:30 瑜珈班 1:45 摺紙小組 2:30 小結他班 3:30 地壘班	9:30 手語班 11:00 扭汽球班 11:00 簡體字班(暫停) 12:00 開心飯堂(暫停) 1:30 齊齊唱小曲班 3:00 獨居組(II) (第4組至第6組) 	10:00 「伴你護行」月會 (伴你護行認知路) 12:30 護老者月會之 資訊科技你要知 
19 (廿九)	20(三十)	21(六月)	22(初二)	23(初三)	24(初四)	25(初五)
	8:30 太極班 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(暫停) 2:15 鶴組例會(暫停) 2:15 自得音樂 (賽馬會活動) 3:00 桌遊小組(暫停)	8:30 松組例會(暫停) 9:15 毛筆書法班 10:30 護老者關愛探訪 (護老者活動) 11:00 毛筆書法二班 12:00 開心飯堂(暫停) 2:00 護老者關愛探訪 (護老者活動) 2:15 長青組例會(暫停) 3:15 衛生署講座:頸、 腰背護理	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 蝶舞組 12:00 開心飯堂(暫停) 2:00 三花奶粉銷售及 講座:防癌養生之道 3:00 芬蘭木柱	8:30 太極班 9:30 眾「樂」樂2 (賽馬會活動) 10:30 普拉提工作坊 (賽馬會活動) 11:30 伴你護行: Art Jam工作坊 12:00 開心飯堂(暫停) 1:30 瑜珈班 1:45 摺紙小組 2:30 小結他班 3:30 地壘班	9:30 手語班 11:00 扭汽球班 11:00 簡體字班(暫停) 12:00 開心飯堂(暫停) 1:30 齊齊唱小曲班 	9:00 姊妹閒情 
26 (初六)	27(初七)	28(初八)	29(初九)	30(初十)	31(十一)	
	8:30 太極班 9:30 長者示範參觀活動 (護老者活動) 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(暫停) 2:15 自得音樂 (賽馬會活動) 3:00 桌遊小組(暫停)	8:30 松組例會(暫停) 9:15 毛筆書法班 11:00 毛筆書法二班 12:00 開心飯堂(暫停) 2:15 長青組例會(暫停) 3:00 夏日涼浸浸 (賽馬會活動) 	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 蝶舞組 12:00 開心飯堂(暫停) 2:30 乾花藝術工作坊 (伴你護行認知路) 3:00 芬蘭木柱	8:30 太極班 9:30 眾「樂」樂2 (賽馬會活動) 10:30 普拉提工作坊 (賽馬會活動) 12:00 開心飯堂(暫停) 1:30 瑜珈班 1:45 摺紙小組 2:30 小結他班 3:30 地壘班 	9:30 手語班 11:00 扭汽球班 11:00 簡體字班(暫停) 12:00 開心飯堂(暫停) 1:30 齊齊唱小曲班 3:00 松鶴義工組 	