



2021年12月份活動

MERRY CHRISTMAS

	一	二	三 1(廿七)	四 2(廿八)	五 3(廿九)	六 4(十一月初一)
	溫馨提示： 雖然疫情稍為緩和，請各位會員仍要提高警覺，必須配戴口罩及勤多洗手，注重個人衛生。 		8:30 健康運動操 9:30 龍獅組(暫停) 10:30 茉莉花舞蹈組 11:30 蝶舞組(暫停) 12:00 開心飯堂 1:00 和諧粉彩組 1:45 捲紙小組 3:00 芬蘭木柱	8:30 太極班 9:30 手語班 11:00 扭氣球班 12:00 開心飯堂 1:15 瑜珈班 2:30 小結他班(暫停) 3:30 地壺班 	9:00 溝通的力量(賽馬會活動) 9:45 摺紙小組 10:00 中文如此多FUN 11:00 簡體字班 11:00 門球班(暫停) 12:00 開心飯堂 1:30 齊齊唱小曲班 3:15 穴位按摩-中醫講座(賽馬會活動)	9:30 伴你護行認知路月會(伴你護行認知路) 9:30 健康生活小組(護老者活動) 9:30 簡易毛冷公仔製作班2 10:30 奇趣廣東話 12:30 護老者月會冬季省電小貼士(護老者活動)
5(初二)	6(初三)	7(初四)	8(初五)	9(初六)	10(初七)	11(初八)
8:30 太極班 10:30 水墨畫班 11:00 電腦班 12:00 開心飯堂 1:00 聖誕手工樂 2:15 鶴組例會 3:00 安全用藥講座(護老者活動) 	8:30 松組例會 9:15 毛筆書法班 11:00 門球班(暫停) 11:00 毛筆書法二班 12:00 開心飯堂 2:15 長青組例會 3:30 心理治療小組(地區伙伴協作計劃) 	8:30 健康運動操 9:30 龍獅組(暫停) 10:00 智醒家居睇真D導賞團(伴你護行認知路) 10:30 茉莉花舞蹈組 11:30 蝶舞組 12:00 開心飯堂 1:00 和諧粉彩組 1:45 捲紙小組 2:00 「智身音境」體驗團(伴你護行認知路) 3:00 芬蘭木柱	8:30 太極班 9:30 手語班 11:00 扭氣球班 12:00 開心飯堂 1:15 瑜珈班 2:30 小結他班 3:30 地壺班 	9:00 溝通的力量(賽馬會活動) 9:45 摺紙小組 10:00 中文如此多FUN 11:00 簡體字班 11:00 門球班(暫停) 12:00 開心飯堂 1:30 齊齊唱小曲班	9:00 姊妹閒情 10:00 「英國. 應覺」認識異鄉小組 11:00 國皇棋運動 	
12(初九)	13(初十)	14(十一)	15(十二)	16(十三)	17(十四)	18(十五)
8:30 太極班 10:30 水墨畫班(暫停) 11:00 電腦班 11:00 開開心心食冬至飯 12:00 開心飯堂(暫停) 2:15 鶴組例會 3:00 辛丑年農曆十至十二月小型生日會 	8:30 松組例會 9:15 毛筆書法班(暫停) 11:00 門球班(暫停) 11:00 毛筆書法二班(暫停) 11:00 開開心心食冬至飯 12:00 開心飯堂(暫停) 1:00 聖誕手工樂 2:15 長青組例會 3:00 辛丑年農曆十至十二月小型生日會 	8:30 健康運動操 9:00 心理治療工作坊(地區伙伴協作計劃) 9:30 龍獅組(暫停) 10:30 茉莉花舞蹈組(暫停) 11:00 開開心心食冬至飯 11:30 蝶舞組(暫停) 12:00 開心飯堂(暫停) 1:00 和諧粉彩組 1:45 捲紙小組 3:00 芬蘭木柱	8:30 太極班 9:30 手語班(暫停) 11:00 扭氣球班(暫停) 11:00 開開心心食冬至飯 12:00 開心飯堂(暫停) 1:15 瑜珈班 2:30 小結他班 3:30 地壺班 	9:00 溝通的力量(賽馬會活動) 9:45 摺紙小組 10:00 中文如此多FUN 11:00 簡體字班(暫停) 11:00 門球班(暫停) 11:00 開開心心食冬至飯 12:00 開心飯堂(暫停) 1:30 齊齊唱小曲班 3:00 獨居組(第1至3組)	10:00 辛丑年農曆十至十二月小型生日會 10:30 奇趣廣東話(暫停) 	
19(十六)	20(十七)	21(十八)	22(十九)	23(二十)	24(廿一)	25(廿二)
8:30 太極班 10:00 冬至共樂-義工探訪(賽馬會活動) 10:30 水墨畫班(暫停) 11:00 電腦班 12:00 開心飯堂 2:15 鶴組例會 3:00 護老者聖誕聚會(伴你護行認知路) 	8:30 松組例會 9:15 毛筆書法班 11:00 門球班(暫停) 11:00 毛筆書法二班 12:00 開心飯堂 1:00 聖誕手工樂 2:15 長青組例會 3:30 心理治療小組(地區伙伴協作計劃) 	8:30 健康運動操 9:30 龍獅組(暫停) 9:30 雜技工作坊(賽馬會活動) 10:30 茉莉花舞蹈組 11:30 蝶舞組 12:00 開心飯堂 1:00 和諧粉彩組(暫停) 1:45 捲紙小組 2:00 雅培奶粉銷售及講座 低糖飲食做得到 3:00 芬蘭木柱	8:30 太極班 9:30 手語班 11:00 扭氣球班 12:00 開心飯堂 1:15 瑜珈班(暫停) 2:00 益力多銷售及講座: 消化系統及飲食健康 2:30 小結他班(暫停) 3:30 地壺班	9:00 溝通的力量(賽馬會活動) 9:45 摺紙小組 10:00 中文如此多FUN 11:00 簡體字班 11:00 門球班(暫停) 12:00 開心飯堂 1:30 齊齊唱小曲班 3:00 獨居組(第4至6組) 	聖誕節 假期 	
26(廿三)	27(廿四)	28(廿五)	29(廿六)	30(廿七)	31(廿八)	
聖誕節翌日 假期 		8:30 松組例會 9:15 毛筆書法班 11:00 門球班(暫停) 11:00 毛筆書法二班 12:00 開心飯堂 1:00 聖誕手工樂 2:15 長青組例會 3:15 鬆弛技巧-運動講座(賽馬會活動) 3:30 心理治療小組(地區伙伴協作計劃)	8:30 健康運動操 9:30 龍獅組(暫停) 9:30 雜技工作坊(賽馬會活動) 10:30 茉莉花舞蹈組 11:30 蝶舞組 12:00 開心飯堂 1:00 和諧粉彩組 1:45 捲紙小組 3:00 芬蘭木柱	8:30 太極班 9:30 手語班(暫停) 11:00 扭氣球班(暫停) 12:00 開心飯堂 1:15 瑜珈班(暫停) 2:00 衛生署講座: 癌症小百科 2:30 小結他班(暫停) 3:30 地壺班	9:45 摺紙小組 10:00 中文如此多FUN 11:00 簡體字班(暫停) 11:00 門球班(暫停) 12:00 開心飯堂 1:30 齊齊唱小曲班 3:00 松鶴義工組	