

2019 年 9 月份活動一覽表

星期日	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六	
1 初三 	2 初四 瑜伽普及 A 班 9:00-10:00 智樂小組 10:15-12:15 愛笑瑜珈服務 2:30-3:30 國粵語時代曲普及班 2:30-4:00	3 初五 耆樂合唱團 9:15-10:30 睡得好健康支援小組 10:15-11:30	4 初六 電腦基礎 B 班 9:30-10:45 麵粉花製作班 9:30-11:00 心靈小組-日式和諧粉彩 10:00-11:30 暫託服務 10:00-12:00 長者手機班 11:00-12:30 友誼茶坊及 OK 點唱站 2:00-4:00 長者國畫班 2:30-3:30	5 初七 瑜伽普及 B 班 9:00-10:00 電腦基礎 A 班 9:30-10:45 智樂小組 10:15-12:15 集體舞普及班 10:30-12:00 匡老大使義工會 2:30-3:30 養生保健氣功班 2:30-3:30	6 初八 小飾物工作坊 9:15-10:45 長者書法班(行書) 9:15-10:45 中心例會 9:30-10:30 關慰天使義工組 10:30-11:30 活力醒獅班 11:00-1:00 農耕展耆才義工組 2:00-3:00	7 初九 週末精選劇場之 公主刁蠻駙馬嬌 9:30-11:00 在家離世講座 10:30-11:45	
8 白露 	9 十一 智樂小組 10:15-12:15 中秋歡樂嘩啦啦 2:15-3:15 國粵語時代曲普及班 2:30-4:00	10 十二 耆樂合唱團 9:15-10:30 愛笑瑜珈推計劃 10:00-11:00 中心諮詢委員會 2:00-4:00	11 十三 電腦基礎 B 班 9:30-10:45 麵粉花製作班 9:30-11:00 心靈小組-日式和諧粉彩 10:00-11:30 暫託服務 10:00-12:00 長者手機班 11:00-12:30 暫託服務義工組 12:00-1:00 友誼茶坊及 OK 點唱站 2:00-4:00 長者國畫班 2:30-3:30	12 十四 瑜伽普及 B 班 9:00-10:00 電腦基礎 A 班 9:30-10:45 智樂小組 10:15-12:15 集體舞普及班 10:30-12:00 養生保健氣功班 2:30-3:30 中秋迎月慶團圓暨謝師聯歡晚宴 5:30-9:30	13 十五 小飾物工作坊 9:15-10:45 長者書法班(行書) 9:15-10:45 活力醒獅班 11:00-1:00 	14 十六 中秋節翌日 公眾假期 	
15 十七 	16 十八 瑜伽普及 A 班 9:00-10:00 我要靚 D! 講座 10:15-11:15 國粵語時代曲普及班 2:30-4:00	17 十九 耆樂合唱團 9:15-10:30 春夏養生講座 10:15-11:15	18 二十 電腦基礎 B 班 9:30-10:45 麵粉花製作班 9:30-11:00 暫託服務 10:00-12:00 長者手機班 11:00-12:30 友誼茶坊及 OK 點唱站 2:00-4:00 長者國畫班 2:30-3:30 敬老生日義工組 4:00-5:00	19 廿一 瑜伽普及 B 班 9:00-10:00 電腦基礎 A 班 9:30-10:45 護老群英會之捧捧捧 10:15-11:15 集體舞普及班 10:30-12:00 小中風大危險講座 2:15-3:15 養生保健氣功班 2:30-3:30	20 廿二 環保科技一天遊 9:00-4:00 認知無障礙街展 9:00-11:00 小飾物工作坊 9:15-10:45 長者書法班(行書) 9:15-10:45 活力醒獅班(補) 11:00-1:00 民族舞普及班 2:30-4:00 仁愛堂新界區售旗日簡介會 4:00-5:00	21 廿三 週末精選劇場之 羅成叫關 9:30-11:00 仁愛堂新界區 售旗日 8:00-12:00	
22 廿四 	23 秋分 瑜伽普及 A 班 9:00-10:00 識飲識食健康有營講座 2:15-3:15 國粵語時代曲普及班 2:30-4:00	24 廿六 耆樂合唱團 9:15-10:30 平安三寶講座 (持久授權書及監戶令) 10:15-11:30 愛心剪髮服務 2:00-4:00 剪髮服務義工組 4:00-4:30	25 廿七 電腦基礎 B 班 9:30-10:45 麵粉花製作班 9:30-11:00 心靈小組-日式和諧粉彩 10:00-11:30 暫託服務 10:00-12:00 長者手機班(補) 11:00-12:30 友誼茶坊及 OK 點唱站 2:00-4:00	26 廿八 瑜伽普及 B 班 9:00-10:00 防跌講座及少肌症檢查 9:00-12:00 電腦基礎 A 班 9:30-10:45 集體舞普及班 10:30-12:00 養生保健氣功班 2:30-3:30	27 廿九 智樂關愛耀沙田 敬老生日會 11:30-1:15	28 三十 長者街頭全接觸街展 9:00-11:00 週末精選劇場之 唐伯虎點秋香 9:30-11:00 長者 VR 體驗樂 10:00-11:00	
29 九月 	30 初二 瑜伽普及 A 班 9:00-10:00 善生現彩虹計劃-日營活動 9:15-4:00 國粵語時代曲普及班 2:30-4:00	<p>【晨光健體操】 逢星期一至五 上午 9 時 至 9 時 30 分</p> <p>【早晨知多啲】 逢星期一至五 上午 9 時 30 分至 10 時</p> <p>【雲端全人健康檢查】 逢星期一、三、五 上午 9 時 至 10 時</p> <p>以上活動如有更改，一切以中心公佈為準，敬請留意!</p>					