

2017年5月

星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六
1 9-10 健康操 10-5 粵曲班 10-11 電腦班 11-12 銀鞋健身操 12-1 午餐 1-2 手工藝 / 手機通訊課	2 9-10 健康操 10-11 時事討論 11-12 銀色運動示範 12-1 午餐 1-2 廣場舞 	3 9-10 健康操 10-11 乒乓球班 11-12 銀鞋健身操 12-1 午餐 1-3 語言學習班/茶藝班	4 9-10 健康操 10-11 書法 11-12 乒乓球班 12-1 午餐 1-2 太極/麻將決賽	5 9-10 健康操 10-11 社交舞 11-12 導師指導社交舞 12-1 午餐 1-2 唱歌會/麻將決賽	6 9-10 健康操 10-5 粵曲班 11-12 電視遊戲 12-1 午餐 1-2 桌上遊戲
8 9-10 健康操 10-5 粵曲班 10-11 電腦班 11-12 銀鞋健身操 12-1 午餐 1-2 手工藝 / 手機通訊課	9 9-10 健康操 10-11 時事討論 11-12 健康資訊講座二 12-1 午餐 1-2 廣場舞	10 9-10 健康操 10-11 乒乓球班 11-12 銀鞋健身操 12-1 午餐 1-3 語言學習班/茶藝班	11 9-10 健康操 10-11 書法 11-12 乒乓球班/護健互助小組 12-1 午餐 1-2 太極	12 9-10 健康操 10-11 社交舞 11-12 導師指導社交舞 12-1 午餐 1-2 唱歌會	13 9-10 健康操 10-5 粵曲班 11-12 電視遊戲 12-1 午餐 1-2 桌上遊戲
15 9-10 健康操 10-5 粵曲班 10-11 電腦班 11-12 銀鞋健身操 12-1 午餐 1-2 手工藝 / 手機通訊課	16 9-10 健康操 10-11 時事討論 11-12 中風和癲癇講座 12-1 午餐 1-2 廣場舞 	17 9-10 健康操 10-11 乒乓球班 11-12 銀鞋健身操 12-1 午餐 1-3 語言學習班/茶藝班	18 9-10 健康操 10-11 書法 11-12 乒乓球班 12-1 午餐 1-2 太極	19 9-10 健康操 10-11 社交舞 11-12 導師指導社交舞 12-1 午餐 1-2 唱歌會	20 9-10 健康操 10-5 粵曲班 11-12 電視遊戲 12-1 午餐 1-2 桌上遊戲
22 9-10 健康操 10-5 粵曲班 11-12 銀鞋健身操 12-1 午餐 1-2 手工藝 / 手機通訊課	23 9-10 健康操 10-11 時事討論 11-12 銀行講座 12-1 午餐 1-2 廣場舞	24 9-10 健康操 10-11 乒乓球班 11-12 銀鞋健身操 12-1 午餐 1-3 語言學習班/茶藝班	25 9-10 健康操 10-11 書法 11-12 乒乓球班 12-1 午餐 1-2 太極/生日和雙親節大會 	26 9-10 健康操 10-11 社交舞 11-12 導師指導社交舞 12-1 午餐 1-2 唱歌會	27 9-10 健康操 10-5 粵曲班 11-12 電視遊戲 12-1 午餐 1-2 桌上遊戲
29 國殤日 公眾假期 休息一天 Closed for Memorial Day	30 9-10 健康操 10-11 時事討論 11-12 護士講座 12-1 午餐 1-2 廣場舞 	31 9-10 健康操 10-11 乒乓球班 11-12 銀鞋健身操 12-1 午餐 1-3 語言學習班/茶藝班	愛心叮嚀： <ul style="list-style-type: none"> ● 銀鞋會員有特別的晨運活動,詳情請向我們辦事處洽詢。 ● 本中心逢星期二,星期四供應素食,星期五供應西餐,歡迎前來進餐。 ● 本中心每週二為講座開放日,歡迎有興趣的長者登記參加。 本中心每日早晨九點三十分之前為會員提供免費健康早餐及下午三點有提供下午茶。		

