

2017年12月 中美護健活動中心 布碌崙日落公園6大

星期一

星期二



星期三

愛心叮嚀

- 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點心
- 本月剪髮服務是十二月五號和十二月十九號

午餐時間

12時至下午1時

<p>4 9-10 健康操 10-4 粵曲班 11-12 銀鞋健身操 1-2 手工藝/手機通訊</p>	<p>5 9-10 健康操 10-11 時事討論 11-12 人壽保險講座 1-2 廣場舞</p> 	<p>6 9-10 健康操 10-11 乒乓球班 11-12 銀鞋健身操 1-2 英語學習班 2-3 茶藝班/電腦班</p>
<p>11 9-10 健康操 10-4 粵曲班 11-12 銀鞋健身操 1-2 手工藝/手機通訊</p>	<p>12 9-10 健康操 10-11 時事討論 11-12 健康保險講座 1-2 廣場舞</p>	<p>13 9-10 健康操 10-11 乒乓球班 11-12 銀鞋健身操 1-2 英語學習班 2-3 茶藝班/電腦班</p>
<p>18 9-10 健康操 10-4 粵曲班 11-12 銀鞋健身操 1-2 手工藝/手機通訊</p>	<p>19 9-10 健康操 10-11 時事討論 11-12 防火安全講座 1-2 廣場舞</p> 	<p>20 9-10 健康操 10-11 乒乓球班 11-12 銀鞋健身操 1-2 英語學習班 2-3 茶藝班/電腦班</p>
<p>25 聖誕節 公眾假期 休息一天 Closed for Christmas</p>	<p>26 9-10 健康操 10-11 時事討論 11-12 尊巴舞 1-2 廣場舞</p>	<p>27 9-10 健康操 10-11 乒乓球班 11-12 銀鞋健身操 1-2 英語學習班 2-3 茶藝班/電腦班</p>

星期四	星期五	星期六
	<p>1 9-10 健康操 10-11 社交舞 11-12 導師教授社教舞 1-2 歌唱會</p>	<p>2 9-10 健康操 10-4 粵曲班 11-12 電視游戲 1-2 桌上游戲</p>
<p>7 9-10 健康操 10-11 書法/閱讀分享 11-12 乒乓球班/互助班 1-2 太極 2-3 粵曲班</p>	<p>8 9-10 健康操 10-11 社交舞 11-12 導師教授社教舞 1-2 歌唱會</p>	<p>9 9-10 健康操 10-4 粵曲班 11-12 電視游戲 1-2 桌上游戲</p>
<p>14 9-10 健康操 10-11 書法/閱讀分享 11-12 乒乓球班 1-2 太極 2-3 粵曲班</p>	<p>15 9-10 健康操 10-11 社交舞 11-12 導師教授社教舞 1-2 歌唱會</p>	<p>16 9-10 健康操 10-4 粵曲班 11-12 電視游戲 1-2 桌上游戲</p>
<p>21 9-10 健康操 10-11 書法/閱讀分享 11-12 乒乓球班 1-2 太極 2-3 粵曲班</p>	<p>22 9-10 健康操 10-11 社交舞 11-12 導師教授社教舞 1-2 歌唱會</p>	<p>23 9-10 健康操 10-4 粵曲班 11-12 電視游戲 12-2 聖誕節大會 2-3 桌上游戲</p> 
<p>28 9-10 健康操 10-11 書法/閱讀分享 11-12 乒乓球班 1-2 太極 2-3 粵曲班 3-4 生日大會</p> 	<p>29 9-10 健康操 10-11 社交舞 11-12 導師教授社教舞 1-2 歌唱會</p>	<p>30 9-10 健康操 10-4 粵曲班 11-12 電視游戲 1-2 桌上游戲</p>