



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
- ◆ 本中心每週三為講座開放日，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小點心
- ◆ 本月剪髮服務是二月六號和二月二十七號

<p>5 9-10健康操 10-11 英文班 11-12椅子瑜伽 1:30-2:30太極 2:30-4 卡拉OK</p>	<p>6 9-10健康操 10-11手工藝班/書法班 11-12銀鞋運動 1-2:30 繪畫班/賓果遊戲 2:30-4 卡拉OK</p> 	<p>7 9-10健康操 10-11英文班 11-12醫生講座 1:30-2:30健康舞 2-3 二胡班</p>
<p>12 9-10健康操 10-11 英文班 11-12椅子瑜伽 1:30-2:30太極 2:30-4 卡拉OK</p>	<p>13 9-10健康操 10-11手工藝班書法班 11-12銀鞋運動 1-2:30 繪畫班/賓果遊戲 2:30-4 卡拉OK</p>	<p>14 9-10健康操 10-11英文班 11-12市府辦公室講座 1:30-2:30健康舞 2-3 二胡班</p>
<p>19 總統紀念日 公眾假期 休息</p>	<p>20 9-10健康操 10-11手工藝班/書法班 11-12銀鞋運動 1-2:30 繪畫班/賓果遊戲 2:30-4 卡拉OK</p>	<p>21 9-10健康操 10-11英文班 11-12營養講座 1:30-2:30健康舞 2-3 二胡班</p>
<p>26 9-10健康操 10-11 英文班 11-12椅子瑜伽 1:30-2:30太極 2:30-4 卡拉OK</p>	<p>27 9-10健康操 10-11手工藝班/書法班 11-12銀鞋運動 1-2:30 繪畫班/賓果遊戲 2:30-4 卡拉OK</p> 	<p>28 9-10健康操 10-11英文班 11-12健康講座 1:30-2:30健康舞 2-3 二胡班</p>

星期四	星期五	星期六
<p>1 9-10健康操 10-11手工藝班 11-12椅子瑜伽 1-2:30國畫班/健康舞 2:30-4 卡拉OK</p>	<p>2 9-10 健康操 10-11國語班/書法班 11-12銀鞋運動 1:30-2:30 社交舞 2-3 二胡班 2:30-4 卡拉OK</p>	<p>3 9-10健康操 10-12 電腦班 1:30-2:30 健康舞 2:30-4 卡拉OK</p>
<p>8 9-10健康操 10-11手工藝班 11-12椅子瑜伽 1-2:30國畫班/健康舞 2:30-4 卡拉OK</p>	<p>9 9-10 健康操 10-11國語班/書法班 11-12銀鞋運動 1:30-2:30 社交舞 2-3 二胡班 2:30-4 卡拉OK</p>	<p>10 9-10健康操 10-12 電腦班 1:30-2:30 健康舞 2:30-4 卡拉OK</p>
<p>15 9-10健康操 10-11手工藝班 11-12椅子瑜伽 1-2:30國畫班/健康舞 2:30-4 卡拉OK</p>	<p>16 農曆新年 年初一 休息</p>	<p>17 農曆新年 年初二 休息</p>
<p>22 9-10健康操 10-11手工藝班 11-12椅子瑜伽 1-2:30國畫班/健康舞 2:30-4 卡拉OK</p>	<p>23 9-10 健康操 10-11國語班/書法班 11-12銀鞋運動 1-3:00新春/生日慶祝會/會員大會</p> 	<p>24 9-10健康操 10-12 電腦班 1:30-2:30 健康舞 2:30-4 卡拉OK</p>
<p>午餐时间 12 時至下午1 時</p>		