

星期一

星期二

星期三

## 愛心叮嚀

## 午餐时间

- 。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 **12時至下午1時**
- 。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
- 。本月剪髮服務是三月十三日和三月二十七日

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

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

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

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

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  
1-1:30生日慶祝會/ 會員大會  
1:30-4 卡拉OK


14  
9-10健康操  
10-11英文班  
11-12失智與中風的關係  
1:30-2:30健康舞  
2-3 二胡班

19  
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

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

21  
9-10健康操  
10-11英文班  
11-12聯合保險講座  
1:30-2:30健康舞  
2-3 二胡班

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

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

28  
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

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 1-2手機資訊班 2-3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 1-2手機資訊班 2-3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 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>17 9-10健康操 10-12 電腦班 1-2手機資訊班 2-3健康舞 2:30-4 卡拉OK</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 -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 1:30-2:30 社交舞 2-3 二胡班 2:30-4 卡拉OK</p>	<p>24 9-10健康操 10-12 電腦班 1-2手機資訊班 2-3健康舞 2:30-4 卡拉OK</p>
<p>29 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 -4 卡拉OK</p>	<p>30 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>31 9-10健康操 10-12 電腦班 1-2手機資訊班 2-3健康舞 2:30-4 卡拉OK</p>