

# 2018年3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

## 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
- 。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小點心
- 。本月剪髮服務是三月六日和三月二十日

12時至下午1時

5  
9-10 健康操  
10-4 粵曲班  
11-12 銀鞋健身操  
1-2 手機通訊

6  
9-10 健康操  
10-11 時事討論  
11-12 糧食券講座  
1-2 廣場舞



7  
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

12  
9-10 健康操  
10-4 粵曲班  
11-12 銀鞋健身操  
1-2 手機通訊

13  
9-10 健康操  
10-11 時事討論  
11-12 抑鬱症講座  
1-2 廣場舞

14  
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

19  
9-10 健康操  
10-4 粵曲班  
11-12 銀鞋健身操  
1-2 手機通訊

20  
9-10 健康操  
10-11 時事討論  
11-12 身份盜竊講座  
1-2 廣場舞




21  
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

26  
9-10 健康操  
10-4 粵曲班  
11-12 銀鞋健身操  
1-2 手機通訊

27  
9-10 健康操  
10-11 時事討論  
11-12 尊巴舞  
1-2 廣場舞

28  
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

星期四	星期五	星期六
<p>1 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>2 9-10 健康操 10-11 社交舞 11-12 導師教授社教舞 1-2 歌唱會/手工藝 2-4 元宵大會/生日大會</p> 	<p>3 9-10 健康操 10-4 粵曲班 11-12 電視游戲 1-2 桌上游戲</p>
<p>8 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>9 9-10 健康操 10-11 社交舞 11-12 導師教授社教舞 1-2 歌唱會/手工藝</p>	<p>10 9-10 健康操 10-4 粵曲班 11-12 電視游戲 1-2 桌上游戲</p>
<p>15 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>16 9-10 健康操 10-11 社交舞 11-12 導師教授社教舞 1-2 歌唱會/手工藝</p>	<p>17 9-10 健康操 10-4 粵曲班 11-12 電視游戲 1-2 桌上游戲</p>
<p>22 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>23 9-10 健康操 10-11 社交舞 11-12 導師教授社教舞 1-2 歌唱會/手工藝</p>	<p>24 9-10 健康操 10-4 粵曲班 11-12 電視游戲 1-2 桌上游戲</p>
<p>29 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>30 9-10 健康操 10-11 社交舞 11-12 導師教授社教舞 1-2 歌唱會/手工藝</p>	<p>31 9-10 健康操 10-4 粵曲班 11-12 電視游戲 1-2 桌上游戲</p>