

## 仁愛堂彭鴻樟長者鄰舍中心 2018 年 10 月份通訊

星期日	星期 一	星期 二	星期 三	星期 四	星期 五	星期六
	1 廿二	2 廿三	3 廿四	4 廿五	5 廿六	6 廿七
	 <b>國慶日</b>  <b>假期</b>	<b>「先知先覺」</b> <b>橡筋帶</b> (上午 9:00)	松柏健體操 昭叔唱歌班	<b>按摩服務</b>	<b>仁愛堂</b> <b>獎券銷售</b>	卡拉 OK 齊齊唱
		<b>易徑玩樂</b> (下午 2:30)			<b>「先知先覺」</b> <b>桌上遊戲</b> (下午 2:30)	<b>愛·健康 - 仁愛</b> <b>滙聚健康</b> <b>分享日</b> (中午 2:30)
7 廿八	8 寒露/廿九	9 九月	10 初二	11 初三	12 初四	13 初五
	松柏健體操   <b>「先知先覺」</b> <b>方型踏步</b> (下午 2:30)	<b>「先知先覺」</b> <b>橡筋帶</b> (上午 9:00)	松柏健體操 昭叔唱歌班  <b>易徑玩樂</b> (下午 2:30)	<b>仁愛耆心</b> <b>賀壽會</b> (上午 10:00)	<b>「樂群之友」</b> <b>地區協作計劃</b> <b>滋心湯計劃</b> (下午 3:45)	卡拉 OK 齊齊唱
		<b>愛·健康 - 全人健康檢查</b> (上午 9:00)			<b>「先知先覺」</b> <b>桌上遊戲</b> (下午 2:30)	<b>仁愛堂</b> <b>獎券銷售</b>  <b>仁愛耆義網 - 愛在長青咖啡店</b> (下午 1:15)
14 初六	15 初七	16 初八	17 初九	18 初十	19 十一	20 十二
	松柏健體操   <b>「先知先覺」</b> <b>方型踏步</b> (下午 2:30)	太極拳毛巾操	<b>重陽節</b>  <b>假期</b>  	太極拳毛巾操	松柏健體操 耆英操	武術 交流組
		<b>「先知先覺」</b> <b>橡筋帶</b> (上午 9:00)			卡拉 OK 齊齊唱	
		<b>健康講座 - 關注</b> <b>虐老 - 長者篇</b> (上午 10:00)			<b>仁愛耆義網 - 愛在長青咖啡店</b> (下午 1:15)	
		<b>易徑玩樂</b> (下午 2:30)				
21 十三	22 十四	23 霜降/十五	24 十六	25 十七	26 十八	27 十九
	松柏健體操   <b>「先知先覺」</b> <b>方型踏步</b> (下午 2:30)	<b>愛·健康 - 全人健康檢查</b> (上午 9:00)	松柏健體操 昭叔唱歌班  <b>易徑玩樂</b> (下午 2:30)	太極拳毛巾操 <b>按摩服務</b>	松柏健體操 耆英操	武術 交流組
		<b>「先知先覺」</b> <b>地壺球</b> (上午 9:00)		<b>「長期護理服務」面面觀</b> (下午 2:30)	<b>「先知先覺」</b> <b>橡筋操</b> (下午 2:30)	卡拉 OK 齊齊唱
28 二十	29 廿一	30 廿二	31 廿三	<b>長者免費</b> <b>剪髮服務</b> 有興趣之會員，請先向職員登記，待有確實日期後，中心將個別通知參加者 (名額有限，額滿即止)		<b>長者免費</b> <b>量血壓服務</b> 逢星期一至五 (上午 9:00 - 10:30) (月會、健康檢查及公眾假期除外)
	松柏健體操   <b>「先知先覺」</b> <b>方型踏步</b> (下午 2:30)	太極扇毛巾操 <b>「先知先覺」</b> <b>地壺球</b> (上午 9:00)	松柏健體操 昭叔唱歌班 <b>易徑玩樂</b> (下午 2:30)			
		<b>老友記月會</b> (上午 9:30) (下午 2:30)	<b>活動報名日</b> (下午 2:00)			