

仁愛堂彭鴻樟長者鄰舍中心 2019年1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
	<p>長者免費 量血壓服務 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)</p> 	<p>1 廿六</p> <p>元旦日 假期</p>	<p>2 廿七</p> <p>松柏健體操(運)上午 9:00 昭叔唱歌班(運)上午 10:00</p>	<p>3 廿八</p> <p>懷舊歌曲組(運)上午 10:00 健體活力操(德)下午 3:30</p>	<p>4 廿九</p> <p>松柏健體操(運)上午 9:00 書法基礎班(運)上午 11:00 耆英操(運)下午 2:00</p> <p>「樂群之友」 地區協作計劃 滋心湯計劃(下午 3:45)</p>	<p>5 小寒/三十</p> <p>卡拉OK 齊齊唱</p> <p>愛心伴耆年社區義工 嘉許禮暨家庭 同樂日 2019</p>
6 十二月初一	7 初二	8 初三	9 初四	10 初五	11 初六	12 初七
	<p>松柏健體操(運)上午 9:00 社交舞班(A)(德)上午 9:30 書法入門班(運)上午 11:30 英文歌唱組(運)下午 3:00</p>	<p>粵曲班(德)上午 10:00 剪髮服務(德)上午 10:30</p> <p>愛·健康- 全人健康檢查 (上午 9:00)</p>	<p>松柏健體操(運)上午 9:00 昭叔唱歌班(運)上午 10:00 國畫初班(德)(上午 9:30) 國畫中班(德)(上午 11:30) 集體舞 A 班(德)(上午 10:00) 韻律操(德)(上午 11:40) 寒冬送暖茶聚活動 -義工會議(運)上午 10:00</p>	<p>按摩服務</p> <p>社交舞班(B)(德)上午 9:30 懷舊歌曲組(運)上午 10:00 太極拳毛巾操(德)下午 10:30 健體活力操(德)下午 3:30</p>	<p>書法基礎班(運)上午 11:00</p> <p>華永會 善生現彩虹計劃- 頑疾下的天空 講座(運)下午 2:30</p>	<p>卡拉OK 齊齊唱 粵曲研習班(運)下午 1:15</p>
13 初八	14 初九	15 初十	16 十一	17 十二	18 十三	19 十四
<p>善生 現彩虹 計劃 啓動禮暨 推廣日 下午 2:30</p>	<p>松柏健體操(運)上午 9:00 社交舞班(A)(德)上午 9:30 書法入門班(運)上午 11:30 集體舞(德)下午 12:55 集體舞 C 班(德)下午 12:55 英文歌唱組(運)下午 3:00</p>	<p>粵曲班(德)上午 10:00</p> <p>太極扇 毛巾操(德)下午 10:30</p>	<p>松柏健體操(運)上午 9:00 昭叔唱歌班(運)上午 10:00 國畫初班(德)(上午 9:30) 國畫中班(德)(上午 11:30) 集體舞 A 班(德)(上午 10:00) 韻律操(德)(上午 11:40) 寒冬送暖- 茶聚活動(運)上午 10:30</p>	<p>社交舞班(B)(德)上午 9:30 懷舊歌曲組(運)上午 10:00 健體活力操(德)下午 3:30</p>	<p>仁愛耆心賀壽會 暨團年飯 2019 (明星皇宮-上午 10:00)</p>	<p>卡拉OK 齊齊唱 粵曲研習班(運)下午 1:15</p> <p>寒冬送暖 探訪活動</p> <p>歲晚輕鬆樂歡聚 (德)下午 3:00</p>
20 大寒/十五	21 十六	22 十七	23 十八	24 十九	25 二十	26 廿一
	<p>松柏健體操(運)上午 9:00 社交舞班(A)(德)上午 9:30 書法入門班(運)上午 11:30 集體舞(德)下午 12:55 集體舞 C 班(德)下午 12:55 英文歌唱組(運)下午 3:00</p>	<p>粵曲班(德)上午 10:00</p> <p>太極扇 毛巾操(德)下午 10:30</p>	<p>松柏健體操(運)上午 9:00 昭叔唱歌班(運)上午 10:00 國畫初班(德)(上午 9:30) 國畫中班(德)(上午 11:30)</p> <p>新春頌-長者家居 清潔及歲晚親善 探訪 2019</p>	<p>按摩服務</p> <p>社交舞班(B)(德)上午 9:30 懷舊歌曲組(運)上午 10:00 太極拳毛巾操(德)下午 12:00 健體活力操(德)下午 3:30</p> <p>「寒冷天氣下的 照顧」探訪活動</p>	<p>松柏健體操(運)上午 9:00 書法基礎班(運)上午 11:00 耆英操(運)下午 2:00</p>	<p>卡拉OK 齊齊唱 粵曲研習班(運)下午 1:15</p> <p>「長幼樂融融」 親子探訪活動 (德)上午 10:30</p> <p>仁愛堂售旗日</p>
27 廿二	28 廿三	29 廿四	30 廿五	31 廿六	<p>長者免費剪髮服務 有興趣之會員，請先向職員登記 時有確實日期後， 中心將個別通知參加者 (名額有限，額滿即止)</p>	
	<p>松柏健體操(運)上午 9:00 社交舞班(A)(德)上午 9:30 集體舞(德)下午 12:55 集體舞 C 班(德)下午 12:55 書法入門班(運)上午 11:30 英文歌唱組(運)下午 3:00</p> <p>認識社區照顧服務講座 (德)下午 3:00</p>	<p>粵曲班(德)上午 10:00</p> <p>老友記月會 (上午 9:30) (下午 2:30)</p>	<p>松柏健體操(運)上午 9:00 昭叔唱歌班(運)上午 10:00 集體舞 A 班(德)(上午 10:00) 韻律操(德)(上午 11:40)</p> <p>活動報名日(運)下午 2:00</p>	<p>社交舞班(B)(德)上午 9:30 懷舊歌曲組(運)上午 10:00 健體活力操(德)下午 3:30</p>		