

聖經金句：神差他獨生子到世間來，神愛我們的心在此就顯明了。約翰一書 4:9 卅
如活動有任何變動，恕不另行通知，並以中心最後決定為準。

星期日	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六
		1 二十 9:30 活絡伸展入門班(9) 10:30 活絡伸展進深班(9) 2:30 飛鏢同樂會 A(1)(初學)\$25 3:30 飛鏢同樂會 B(1)(深造)\$25	2 廿一 9:30 祖堯方型踏步訓練班 A(9) 11:00 祖堯方型踏步訓練班 B(9) 4:30 減壓運動 430	3 廿二 10:00 開心動腦筋 2:00 粵語金曲歌唱進階班 A(10) 3:45 國語金曲歌唱班(10)	4 廿三 9:30 智能手機應用班(1)\$80 2:00 粵語金曲歌唱進階班 B (7) 3:45 粵語金曲歌唱初級班(7)	5 廿四 2:30 「百發百中」布袋球 A 3:30 「百發百中」布袋球 B
6 廿五	7 廿六 10:00 護老同行小組(1) 2:30 活力廣場舞(1)	8 廿七 9:30 活絡伸展入門班(10) 10:30 活絡伸展進深班(10) 1:30 護老體健樂 3:00 飛鏢同樂會 A(2)(初學) 4:00 飛鏢同樂會 B(2)(深造)	9 廿八 9:30 祖堯方型踏步訓練班 A(10) 11:00 祖堯方型踏步訓練班 B(10) 1:30 護老有方：藥劑師諮詢及藥物管理服務 3:00 耆義糖水站\$10 4:30 減壓運動 430	10 廿九 10:00 健康講座-預防長者受虐-長者篇 10:30 智醒生活秘笈 2:30 與你慶生\$50	11 八月 9:30 智能手機應用班(2) 2:00 粵語金曲歌唱進階班 B (8) 3:00 電話慰問義工隊(1) 3:45 粵語金曲歌唱初級班(8)	12 初二 10:00 愛心義工剪髮活動 2:00 「護」愛工坊
13 初三	14 初四 10:00 護老同行小組(2)	15 初五 10:00 坐式八段錦(1) 2:30 飛鏢同樂會 A(3)(初學) 3:30 飛鏢同樂會 B(3)(深造)	16 初六 11:00 動動小手 - 中秋節創意光影扇子製作班\$20 4:30 減壓運動 430	17 初七 10:00 祖堯資訊站 2:30 電玩開心玩	18 初八 9:30 智能手機應用班(3) 2:00 粵語金曲歌唱進階班 B (9) 3:00 益智過五關 3:45 粵語金曲歌唱初階班(9)	19 初九 10:00 祖堯探訪隊 2:30 芬蘭木柱 A 3:30 芬蘭木柱 B
20 初十	21 十一 10:00 護老同行小組(3) 2:30 活力廣場舞(2)	22 十二 10:00 坐式八段錦(2) 2:30 飛鏢同樂會 A(4)(初學) 3:30 飛鏢同樂會 B(4)(深造)	23 十三 2:00 歡聚佳節在祖堯\$50 4:30 減壓運動 430	24 十四 10:00 防災及危機處理知多 D 2:00 「護」老手作鬆一鬆	25 十五 9:30 智能手機應用班(4) 2:00 粵語金曲歌唱進階班 B (10) 3:00 電話慰問義工隊(2) 3:45 粵語金曲歌唱初階班(10)	26 十六 中秋節翌日 假期 
27 十七	28 十八 10:00 護老同行小組(4) 2:30 活力廣場舞(3)	29 十九 11:00 耆義義工會 2:30 飛鏢同樂會 A(5)(初學) 3:30 飛鏢同樂會 B(5)(深造)	30 二十 10:00 乾隆議會 2:00 護老家庭關愛行動 4:30 減壓運動 430	*照顧者友善喘息空間		

聖經金句：你們要謹慎行事，不要像愚昧人，當像智慧人。 以弗所書 5:15
如活動有任何變動，恕不另行通知，並以中心最後決定為準。

督印人：孫頌欣

編印：李綺婷

查詢：2743 5626 / 5647 9149(Whatsapps)