

週日	週一	週二	週三	週四	週五	週六
1	2 09:30 ❤長者健體訓練班(第二期)⑥ 02:00 ●關愛大使培訓-輕鬆管理 糖尿病之飲食運動篇 02:00 ❤「智」老友義工訓練 03:15 ●★社區走訪-義工 招募(外出活動) 04:15 ★明愛長者學苑陪你學 (2月-3月)	3 09:15 ●★關愛大使探訪服務1— 義工招募(2月) 09:45 ●★關愛大使探訪服務1—長者 10:00 唱遊普通話2025-26年度(第三期)① 02:00 A班:義工大學 - 「義工與 你齊齊玩」(2026年1-3月) 03:15 B班:義工大學 - 「義工與 你齊齊玩」(2026年1-3月)	4 09:30 米蘭牌 10:30 米蘭牌 11:15 認知「腦」友記小組(1-3月)⑤ 02:30 ❤樂齡科技好好玩(1月-3月)	5 09:30 米蘭牌 10:30 米蘭牌 01:30 25-26耆兵義工會(第四季) 03:00 方型踏步運動班25-26年度(第三期)⑨	6 09:30 剪髮服務(2026年2月) 09:30 ❤樂齡健體閣(第二期)⑥ 09:30 ★50+社區街站 02:30 ❤樂齡科技好好玩(1月-3月)	7 10:00 ❤同樂街舞⑤ 12:00 新春歌唱欣賞會
8	9 09:30 ❤長者健體訓練班(第二期)⑦ 10:00 ●簡易家居維修班— 選購「固定」家電基本常識 及安全要點 02:00 「智」老友齊齊玩 02:30 ★明愛長者學苑陪你學(2月-3月) 03:30 ●護航大使培訓-新春竹編挂飾	10 10:00 唱遊普通話2025-26年度(第三期)② 10:30 ❤繪出竹韻工作坊 01:30 ❤★義工大學聚會— 「關懷一百天」探訪 03:00 動動腦筋我至叻—義工招募 03:30 動動腦筋我至叻—長者	11 09:00 護士診所(2026年1-3月) 10:00 福安組(2025年10月-2026年3月) 11:15 認知「腦」友記小組(1-3月)⑥ 02:00 ★東華護理學院-營養資 多啲健康常伴迎新年 02:30 米蘭牌 03:30 米蘭牌	12 09:30 米蘭牌 10:30 米蘭牌 01:00 愛「護」友加-「描」筆生「花」 03:00 方型踏步運動班25-26年度 (第三期)⑩	13 09:30 ❤樂齡健體閣(第二期)⑦ 10:00 25-26電話關心一線通(第四季) 01:30 ●★「時間銀行」義工服務 跨區聚會(外出活動)	14 10:00 25-26通訊耆兵義工(第四季) 11:15 ★世德小學探訪活動 02:30 米蘭牌 03:30 米蘭牌
15	16 10:00 2月中心資訊日 04:00 百發百中飛鏢樂(2026年2月)	17 農曆年初一	18 農曆年初二	19 農曆年初三	20 09:30 米蘭牌 10:30 米蘭牌 02:30 25-26電話關心一線通(第四季)	21 09:30 米蘭牌 10:30 米蘭牌 02:30 25-26電話關心一線通(第四季)
22	23 09:30 ❤長者健體訓練班(第二期)⑧ 10:00 衛生署健康講座 (2025年10月-2026年3月) 02:30 米蘭牌 03:30 米蘭牌	24 10:00 唱遊普通話2025-26年度(第三期)③ 10:00 ●「時間銀行」兌換活動-飛鏢 02:00 ●「時間銀行」兌換活動- 芬蘭木柱體驗 04:30 ●「時間銀行」兌換站	25 09:30 ★50+社區街站 11:15 認知「腦」友記小組(1-3月)⑦ 02:30 米蘭牌 03:30 米蘭牌	26 09:15 ●★關愛大使探訪服務2 —義工招募(2月) 10:00 快活三寶(2025年10月-2026年3月) 03:00 ●★關愛大使探訪服務2—長者	27 09:30 飲得營養(2026年2月) 09:30 ❤樂齡健體閣(第二期)⑧ 10:00 ●關愛大使跨區聚會 10:00 25-26電話關心一線通(第四季) 02:30 ❤樂齡科技好好玩(1月-3月)	28 09:30 米蘭牌 10:00 25-26通訊耆兵義工(第四季) 10:00 ❤同樂街舞⑥ 10:30 米蘭牌 01:30 25-26通訊耆兵義工(第四季)

恭賀新年  
馬年大吉



備註1: 中心活動有機會因應惡劣天氣情況而作出取消或改期。

職員會於活動前通知所有參加者。敬請留意。

備註2: ●本中心與CIIF合辦之活動

★外出活動

❤樂薈

聖經金句:「你的話是我腳前的燈，是我路上的光。」詩篇119:105