

	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六
四樓		1) 9:15-11:15 喜羊羊之家 11:45-1:00 長者小型飯堂 1:30-3:00 智能手機基礎班(丙) 3:15-4:45 智能手機基礎班(丁)	十五 2) 9:30-11:00 篆書研習班 11:45-1:00 長者小型飯堂 1:30-3:00 輕鬆國畫班 3:15-4:45 國畫研習班	十六 3) 11:45-1:00 長者小型飯堂 1:30-3:00 門球同樂 3:20-4:50 書法研習班	十七 4) 8:45-9:45 做個有福人 10:00-11:30 英文會話班 11:45-1:00 長者小型飯堂 3:00-4:30 金齡樂隊	十八 5) 10:00-11:30 粵韻心曲
五樓			10:30-12:30 「50展新睛」工作坊	9:00-10:00 太極氣功十八式 1:30-2:30 二胡進修班 3:00-4:30 二胡深造班 10:00-11:00 CIIF推廣街站暨社區走訪(商場)	2:00-4:00 「50展新睛」工作坊 2:00-3:30 活力舞蹈(體)	
四樓	廿一 7) 9:30-10:30 月會 11:45-1:00 長者小型飯堂 2:30-3:30 月會	廿二 8) 9:15-11:15 喜羊羊之家 11:45-1:00 長者小型飯堂 1:30-3:00 智能手機基礎班(丙)(完) 3:15-4:45 智能手機基礎班(丁)(完)	廿三 9) 9:30-11:00 篆書研習班 11:45-1:00 長者小型飯堂 1:30-3:00 輕鬆國畫班 3:15-4:45 國畫研習班	廿四 10) 9:30-10:30 護老健康講座 11:45-1:00 長者小型飯堂 1:30-3:00 滾球同樂 3:20-4:50 書法研習班	廿五 11) 8:45-9:45 做個有福人 10:00-11:30 英文會話班 11:45-1:00 長者小型飯堂 3:00-4:30 金齡樂隊	廿六 12) 10:00-11:30 粵韻心曲 11:30-3:00 連網小組聯歡活動
五樓	11:30-12:30 二胡入門班	2:30-4:00 慈承結手作坊	10:30-12:30 「50展新睛」工作坊 1:30-3:30 愛民大電影	9:00-10:00 太極氣功十八式 1:30-2:30 二胡進修班 3:00-4:30 二胡深造班 10:00-11:00 CIIF推廣街站暨社區走訪(商場)	2:00-4:00 「50展新睛」工作坊 10:00-11:30 一饊一湯簡易煮法(青) 2:00-3:30 活力舞蹈(體)	
四樓	廿八 14) 9:30-11:00 消暑甜品小教室 11:45-1:00 長者小型飯堂 2:15-4:15 篆刻研習班	廿九 15) 9:15-11:15 喜羊羊之家 11:45-1:00 長者小型飯堂	七月 16) 9:30-11:00 篆書研習班 11:45-1:00 長者小型飯堂 1:30-3:00 輕鬆國畫班 3:15-4:45 國畫研習班	初二 17) 11:45-1:00 長者小型飯堂 1:30-3:00 門球同樂 3:20-4:50 書法研習班	初三 18) 8:45-9:45 做個有福人 10:00-11:30 英文會話班 11:45-1:00 長者小型飯堂 3:00-4:30 金齡樂隊	初四 19) 10:00-11:30 粵韻心曲
五樓	10:00-11:00 開心做運動 11:30-12:30 二胡入門班 2:15-3:15 大雁拍打健身功 3:30-5:00 護老者自我管理小組		10:30-12:30 「50展新睛」工作坊 1:30-3:45 愛民大電影	9:00-11:00 三花奶粉銷售 1:30-2:30 二胡進修班 3:00-4:30 二胡深造班 9:00-10:00 太極氣功十八式(體) 10:00-11:00 CIIF推廣街站暨社區走訪(商場)	2:00-4:00 「50展新睛」工作坊 10:00-11:30 一饊一湯簡易煮法(青) 2:00-3:30 活力舞蹈(體)	
四樓	初六 21) 9:30-11:00 最佳玩家 11:45-1:00 長者小型飯堂 2:00-4:45 卡拉OK	初七 22) 9:15-11:15 喜羊羊之家 11:45-1:00 長者小型飯堂 2:00-4:45 卡拉OK	處暑 23) 9:30-11:00 篆書研習班 11:45-1:00 長者小型飯堂 1:30-3:00 輕鬆國畫班 3:15-4:45 國畫研習班	初九 24) 9:30-11:00 護老加油站 - 減壓好輕鬆 11:45-1:00 長者小型飯堂 1:30-3:00 滾球同樂 3:20-4:50 書法研習班	初十 25) 8:45-9:45 做個有福人 9:15-12:15 體驗非凡(403集合) 10:00-11:30 英文會話班 11:45-1:00 長者小型飯堂 1:30-2:30 每月一APP 3:00-4:30 金齡樂隊	十一 26) 10:00-11:30 粵韻心曲
五樓	10:00-11:00 開心做運動 11:30-12:30 二胡入門班 2:15-3:15 大雁拍打健身功 3:30-5:00 護老者自我管理小組	10:30-11:30 CIIF按摩班(長者篇) 2:30-4:00 慈承結手作坊	10:30-12:30 「50展新睛」工作坊 12:00-2:30 愛民FunFun生日會- 外出自助餐篇 3:00-4:30 認知障礙症協會- 大腦健康講座及初步認知篩查	9:00-11:00 雅培奶粉銷售 1:30-2:30 二胡進修班 3:00-4:30 二胡深造班 9:00-10:00 太極氣功十八式(體) 10:00-11:00 CIIF推廣街站暨社區走訪(商場)	2:00-4:00 「50展新睛」工作坊 10:00-11:30 一饊一湯簡易煮法(青) 2:00-3:30 活力舞蹈(體)	9:00-4:00 護老家庭樂聚日(戶外) 10:00-11:15 CIIF耆織·啟航活動日3
四樓	十三 28) 11:45-1:00 長者小型飯堂 2:15-4:15 篆刻研習班	十四 29) 9:15-11:15 喜羊羊之家 11:45-1:00 長者小型飯堂 3:15-4:15 歡樂茶聚	十五 30) 9:30-11:00 篆書研習班 11:45-1:00 長者小型飯堂 1:30-3:00 輕鬆國畫班(完) 3:15-4:45 國畫研習班(完)	十六 31) 9:00-11:30 喜晴計劃-專業護士健康檢查(2) 11:45-1:00 長者小型飯堂 1:30-3:00 門球同樂 3:20-4:50 書法研習班	 <h1>八月主題</h1> <h2>消防安全做好準備</h2>	
五樓	10:00-11:00 開心做運動 11:30-12:30 二胡入門班 2:15-3:15 大雁拍打健身功 3:30-5:00 護老者自我管理小組 10:00-11:30 CIIF 5分鐘免費認知檢測(戶外)	10:30-11:30 CIIF按摩班(照顧者篇)	10:30-12:30 「50展新睛」工作坊 2:30-4:30 CIIF告別長新冠- 長者健康錦囊講座	9:00-10:00 太極氣功十八式 1:30-2:30 二胡進修班 3:00-4:30 二胡深造班 10:00-11:00 CIIF推廣街站暨社區走訪(商場)		

會堂(愛民社區會堂) 體(何文田體育館) 四樓(中心404室) 五樓(中心509室) 青年(502室青少年中心) 愛民商場對出空地(商場)

所有活動逾時不候，敬請準時出席 (活動時間表之節目如有更改，請留意中心最新消息，如有任何查詢，請致電2715-8677與中心職員查詢)