

	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六
四樓			1) 十八 9:30-11:00 篆書研習班 11:45-12:30 長者小型飯堂 1:30-3:00 輕鬆國畫班 3:15-4:45 國畫研習班	十九 11:45-12:30 長者小型飯堂 1:30-3:00 滾球同樂	廿十 8:45-9:45 做個有福人 10:00-11:30 英文會話班 11:45-12:30 長者小型飯堂 3:00-4:30 金齡樂隊	廿一 10:00-11:30 粵韻心曲
五樓			8:30-2:00 森度遊(戶外)	9:00-10:00 八段錦 2:00-3:00 二胡進修班	1:15-2:45 中國語文及文學初班 3:00-4:30 普通話會話基礎班 10:30-11:30 陪著你走-夏威夷小結他人門篇(青) 2:00-3:30 活力舞蹈(體)	
四樓	廿三 6) 9:30-10:30 月會 11:45-12:30 長者小型飯堂 2:30-3:30 月會 3:30-5:00 護老者自我管理小組II	廿四 7) 9:15-11:15 喜羊羊之家 11:45-12:30 長者小型飯堂 2:00-4:45 11月開心卡啦OK	廿五 8) 9:30-11:00 篆書研習班 11:45-12:30 長者小型飯堂 1:30-3:00 輕鬆國畫班 3:15-4:45 國畫研習班	廿六 9) 9:30-10:30 護老健康講座 11:45-12:30 長者小型飯堂 1:30-3:00 門球同樂	廿七 10) 8:45-9:45 做個有福人 10:00-11:30 英文會話班 11:45-12:30 長者小型飯堂 1:00-3:00 智能手機基礎班 3:15-4:45 金齡樂隊	廿八 11) 10:00-11:30 粵韻心曲 09:00-12:30 護老鬆一鬆單車活動(戶外)
五樓	11:30-12:30 二胡入門班 2:15-4:15 篆刻研習班	2:30-4:00 慈承結手作坊	2:30-3:30 CIIF-HIC義工服務日	9:00-10:00 八段錦 2:00-3:00 二胡進修班 3:00-4:30 二胡深造班	1:15-2:45 中國語文及文學初班 3:00-4:30 普通話會話基礎班 10:30-11:30 陪著你走-夏威夷小結他人門篇(青) 2:00-3:30 活力舞蹈(體) 2:30-3:30 CIIF-HIC義工服務日(青)	9:30-11:00 CIIF-HIC義工服務日
四樓	初一 13) 11:45-12:30 長者小型飯堂 2:00-4:45 11月開心卡啦OK	初二 14) 9:15-11:15 喜羊羊之家 11:45-12:30 長者小型飯堂 3:00-4:00 歡樂茶聚	初三 15) 9:30-11:00 篆書研習班 11:45-12:30 長者小型飯堂 1:30-3:00 輕鬆國畫班 3:15-4:45 國畫研習班	初四 16) 9:00-11:00 智能手機基礎班 11:45-12:30 長者小型飯堂 1:30-3:00 滾球同樂 3:20-4:50 書法研習班	初五 17) 8:45-9:45 做個有福人 10:00-11:30 英文會話班 11:45-12:30 長者小型飯堂 1:00-3:00 智能手機基礎班 3:15-4:45 金齡樂隊	初六 18) 10:00-11:30 粵韻心曲 9:00-4:00 11月護老家庭樂聚日
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II	9:30-11:30 腦友學堂A班 2:30-4:00 慈承結手作坊 9:30-11:30 手機資訊站(面)	2:00-3:00 認知障礙症的世界 3:30-4:30 每月一APP(11月)	9:00-10:00 八段錦 2:00-3:00 二胡進修班 3:00-4:30 二胡深造班	10:30-11:30 陪著你走-夏威夷小結他人門篇(青) 2:00-3:30 活力舞蹈(體) 6:00-8:00 愛回家之相聚1刻	11:10-3:45 頤康耆樂日(戶外)
四樓	初八 20) 9:00-11:00 愛民大電影 11:45-12:30 長者小型飯堂 2:15-4:15 篆刻研習班	初九 21) 9:15-11:15 喜羊羊之家 11:45-12:30 長者小型飯堂 2:00-4:45 11月開心卡啦OK 9:30-11:30 手機資訊站(面)	初十 22) 9:30-11:00 篆書研習班(完) 11:45-12:30 長者小型飯堂 1:30-3:00 輕鬆國畫班 3:15-4:45 國畫研習班	十一 23) 9:30-11:00 護老加油站 11:45-12:30 長者小型飯堂 1:30-3:00 門球同樂 3:20-4:50 書法研習班	十二 24) 8:45-9:45 做個有福人 10:00-11:30 英文會話班 11:45-12:30 長者小型飯堂 1:00-3:00 智能手機基礎班 3:15-4:45 金齡樂隊	十三 25) 10:00-11:30 粵韻心曲 2:00-4:00 Chill時代.生日嘉年華
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II(完)	9:30-11:30 腦友學堂B班 2:30-4:00 慈承結手作坊 12:00-2:30 愛民FunFun生日會-外出自助餐篇	2:00-3:00 與「痛」共唱音樂治療工作坊	9:00-11:00 三花奶粉銷售 2:00-3:00 二胡進修班 3:00-4:30 二胡深造班	10:30-11:30 陪著你走-夏威夷小結他人門篇(青) 2:00-3:30 活力舞蹈(體) 6:00-8:00 愛回家之相聚2刻	
四樓	十五 27) 11:45-12:30 長者小型飯堂 2:15-4:15 篆刻研習班 9:30-11:30 手機資訊站(面談室B)	十六 28) 9:15-11:15 喜羊羊之家 11:45-12:30 長者小型飯堂 9:30-11:30 手機資訊站(面)	十七 29) 9:00-9:20 關心組早會 11:45-12:30 長者小型飯堂 1:30-3:00 輕鬆國畫班(完) 1:30-3:00 國畫研習班(完)	十八 30) 9:00-11:00 智能手機基礎班 11:45-12:30 長者小型飯堂 1:30-3:00 滾球同樂		
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	9:30-11:30 腦友學堂A班 2:30-4:00 慈承結手作坊	2:00-3:00 與「痛」共唱音樂治療工作坊2 9:00-4:00 食玩農莊樂行沙田集合	9:00-11:00 雅培奶粉銷售 2:00-3:00 二胡進修班 3:00-4:30 二胡深造班 9:00-10:00 八段錦(體)		

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) 面談室(面)

\*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)