

	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六
四樓					1) 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 智能手機進階班(甲) 3:00-5:00 香島中學X慈承結義工培訓	2) 廿二
五樓 / 戶外					10:00-12:00 輪椅維修(彩虹長者綜合服務中心合作) 1:15-2:45 中國語文及文學中 2:00-3:30 活力舞蹈(體) 3:00-4:30 普通話會話進階班	
四樓	4) 9:30-10:30 月會 11:45-12:30 長者小型飯堂 2:30-3:30 月會 廿四	5) 9:30-11:30 喜羊羊之家 11:45-12:30 長者小型飯堂 1:25-2:30 尋解美好人生的黃金歲月-退休講座 2:45-4:45 開心卡拉OK 廿五	6) 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	7) 11:45-12:30 長者小型飯堂 1:30-3:00 門球同樂 廿七	8) 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 智能手機進階班(甲) 3:00-5:00 香島中學X慈承結義工培訓 廿八	9) 10:00-11:30 粵韻心曲 廿九
五樓 / 戶外	11:30-12:30 二胡入門班	9:30-11:30 腦友學堂A班	10:30-12:00 護老者自我管理小組IV-體適能 2:00-4:30 社區版痛症自理課程 12:00-2:30 愛民FunFun生日會第四季-戶外自助餐篇	9:00-10:15 飛躍舞蹈體驗班 10:30-11:15 親善大使聚會 2:00-3:00 二胡進修班 3:00-4:30 二胡深造班	9:30-12:30 余振強學生探訪護老者家庭 1:15-2:45 中國語文及文學中 2:00-3:30 活力舞蹈(體) 3:00-4:30 普通話會話進階班	9:00-11:00 腦友學堂B班
四樓	11) 11:45-12:30 長者小型飯堂 2:15-4:15 篆刻研習班 初二	12) 9:30-11:30 喜羊羊之家 11:45-12:30 長者小型飯堂 初三	13) 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	14) 9:30-10:30 護老健康講座 11:45-12:30 長者小型飯堂 1:30-3:00 滾球同樂 初五	15) 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 智能手機進階班(甲) 3:00-5:00 香島中學X慈承結義工培訓 初六	16) 10:00-11:30 粵韻心曲 12:00-2:30 頤康耆樂日(2)口 初七
五樓 / 戶外	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B班	10:30-12:00 護老者自我管理小組IV-體適能 2:00-4:30 社區版痛症自理課程	9:00-10:15 飛躍舞蹈體驗班 10:30-12:00 護老資訊站 2:00-3:00 二胡進修班 3:00-4:30 二胡深造班	1:15-2:45 中國語文及文學中 2:00-3:30 活力舞蹈(體) 3:00-4:30 普通話會話進階班	9:00-10:00 脈有所值-心房計劃A班 10:15-11:15 脈有所值-心房計劃B班
四樓	18) 11:45-12:30 長者小型飯堂 2:15-4:15 篆刻研習班 初九	19) 9:30-11:30 喜羊羊之家 11:45-12:30 長者小型飯堂 3:00-4:00 歡樂茶聚 初十	20) 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 十一	21) 9:30-11:00 有你相伴夫婦小聚 11:45-12:30 長者小型飯堂 1:30-3:00 門球同樂 十二	22) 8:45-9:45 做個有福人 10:00-11:30 英文會話班(完) 11:45-12:30 長者小型飯堂 1:00-3:00 智能手機進階班(甲) 3:00-5:00 香島中學X慈承結義工培訓 十三	23) 10:00-11:30 粵韻心曲 十四
五樓 / 戶外	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	10:30-12:00 護老者自我管理小組IV-體適能 11:45-4:30 遠足行山遊3-松仔園(補)(外)	9:00-10:15 飛躍舞蹈體驗班 2:00-3:00 二胡進修班 3:00-4:30 二胡深造班	1:15-2:45 中國語文及文學中 2:00-3:30 活力舞蹈(體) 3:00-4:30 普通話會話進階班	
四樓	25) 11:45-12:30 長者小型飯堂 2:45-4:45 開心卡拉OK 十六	26) 9:30-11:30 喜羊羊之家 11:45-12:30 長者小型飯堂 4:00-4:45 每月一APP(3月) 十七	27) 9:00-9:20 關心組早會 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(完) 3:15-4:45 國畫研習班(完) 十八	28) 9:30-11:30 愛民大電影 11:45-12:30 長者小型飯堂 1:30-3:00 滾球同樂 十九	29) 廿十	30) 廿一
五樓 / 戶外	10:00-11:00 開心做運動 2:15-3:15 大雁拍打健身功 3:30-4:30 CIIF到此一“遊”電子遊戲日 12:30-3:30 花卉耆織再展現(商場)	9:30-11:30 腦友學堂B班 1:15-2:30 好好人生-蘇東坡的前世今生(2) 3:00-4:00 CIIF手機不是個問題	9:00-9:30 春遊.慈山寺集合 10:30-12:00 護老者自我管理小組IV-體適能 2:00-4:30 社區版痛症自理課程	9:00-10:15 飛躍舞蹈體驗班(完) 2:00-3:30 二胡班茶聚(外) 2:00-3:00 認知障礙症的世界III	<h1>耶穌受難節</h1> <h1>耶穌受難節</h1> <h2>翌日</h2>	

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) 外出活動/戶外活動(外)

\*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)