

	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六	
四樓	 <p>5月月會主題： 香港國安法你要知</p>		1) 廿三 勞動節假期 	2) 廿四	3) 廿五	4) 廿六	
五樓				11:45-12:30 長者小型飯堂 1:30-3:00 門球同樂	10:00-11:15 飛躍舞蹈班 2:00-3:00 二胡進修班 3:00-4:30 二胡深造班	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	10:00-11:30 粵韻心曲 3:30-5:00 CIIF長幼有約
外					1:00-3:00 CIIF長幼有聚I(會堂)	2:00-3:30 活力舞蹈(體)	
四樓	6) 廿八 9:00-10:00 月會 11:45-12:30 長者小型飯堂 2:00-3:00 月會	7) 廿九 9:30-11:30 喜羊羊之家 11:45-12:30 長者小型飯堂 2:00-4:45 開心卡啦ok	8) 初一 10:00-11:30 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	9) 初二 11:45-12:30 長者小型飯堂 1:30-3:00 滾球同樂	10) 初三 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	11) 初四 10:00-11:30 粵韻心曲 11:30-15:30 連網小組聯歡(1)	
五樓	10:00-11:00 CIIF不作伏地魔(防跌講座) 11:30-12:30 二胡入門班	9:30-11:30 腦友學堂A班(5-6月)	9:30-10:30 護老健康講座 1:30-2:30 樂齡科技新體驗 2:30-4:30 護老同盟-50展新晴運動訓練	10:00-11:15 飛躍舞蹈班 2:00-3:00 二胡進修班 3:00-4:30 二胡深造班			
外	2:30-4:30 護老同盟-50展新晴運動訓練(青年)			1:00-3:00 CIIF長幼有聚II(會堂)	2:00-3:30 活力舞蹈(體)	10:00-12:00 CIIF包滿足(青年502)	
四樓	13) 初六 11:45-12:30 長者小型飯堂 2:45-4:45 篆刻研習班	14) 初七 9:30-11:30 喜羊羊之家 11:45-12:30 長者小型飯堂 2:00-4:45 開心卡啦ok	15) 初八 佛誕假期 	16) 初九 9:00-11:00 愛民大電影 11:45-12:30 長者小型飯堂 1:30-3:00 門球同樂	17) 初十 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	18) 十一 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 1:45-2:45 大雁拍打健身功 3:00-4:30 「社區版痛症自理課程」重聚日	9:30-11:30 腦友學堂B班(5-6月) 4:00-4:45 每月一APP(5月)		10:00-11:15 飛躍舞蹈班 2:00-3:00 二胡進修班 3:00-4:30 二胡深造班	10:30-11:00 「智惜用電生活廊」虛擬導賞團 1:15-2:45 中國語文及文學高班 3:00-4:30 普通話會話延續班		
外	2:30-4:30 護老同盟-50展新晴運動訓練(青年)				2:00-3:30 活力舞蹈(體) 1:45-4:00 CIIF「遊」間下午(外)	9:00-4:00 護老家庭樂聚日(外)	
四樓	20) 十三 11:45-12:30 長者小型飯堂 2:45-4:45 篆刻研習班	21) 十四 9:30-11:30 喜羊羊之家 11:45-12:30 長者小型飯堂 2:45-3:45 歡樂茶聚	22) 十五 10:00-11:30 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	23) 十六 11:45-12:30 長者小型飯堂 1:30-3:00 滾球同樂	24) 十七 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	25) 十八 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 1:45-2:45 大雁拍打健身功	9:30-11:30 腦友學堂A班(5-6月)	10:00-11:30 出奇「製」「剩」—環保工作坊 2:30-4:30 護老同盟-50展新晴運動訓練 12:00-2:30 愛民FunFun生日會(外)	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	11:00-12:00 好好人生-蘇東坡的前世今生(4) 1:15-2:45 中國語文及文學高班 3:00-4:30 普通話會話延續班	9:15-1:00 護老鬆一鬆-單車戶外日	
外	2:30-4:30 護老同盟-50展新晴運動訓練(青年)	1:30-4:45 CIIF聾人生活體驗館(外)			2:00-3:30 活力舞蹈(體)		
四樓	27) 廿十 11:45-12:30 長者小型飯堂 2:45-4:45 篆刻研習班	28) 廿一 9:30-11:30 喜羊羊之家 11:45-12:30 長者小型飯堂 3:00-5:00 花之盛宴	29) 廿二 9:00-9:20 關心組早會 10:00-11:30 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	30) 廿三 8:45-10:00 護老加油站 11:45-12:30 長者小型飯堂 1:30-3:00 門球同樂	31) 廿四 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(乙)		
五樓	10:00-11:00 開心做運動 11:30-12:30 二胡入門班 1:45-2:45 大雁拍打健身功	9:30-11:30 腦友學堂B班(5-6月) 2:45-4:45 長者進階數碼培訓計劃	9:00-9:30 禁區遊·沙頭角集舍 10:00-1:00 足診治療 2:30-4:30 護老同盟-50展新晴運動訓練	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	1:15-2:45 中國語文及文學高班 3:00-4:30 普通話會話延續班		
外	2:30-4:30 護老同盟-50展新晴運動訓練(青年)		9:00-5:00 禁區遊·沙頭角(外)	10:00-12:00 護老鬆一鬆-單車活動初學班	2:00-3:30 活力舞蹈(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) (商場) 愛民商場對出空地 (外)戶外或外出活動

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)