

	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六
四樓	2025年10月份活動時間表		1) 初十	2) 十一	3) 十二	4) 十三
五樓			國慶假期	11:45-12:30 長者小型飯堂 1:30-3:00 滾球同樂	8:45-9:45 做個有福人 11:45-12:30 長者小型飯堂	10:00-11:30 粵韻心曲
外				10:30-12:00 飛躍舞蹈班 3:00-4:30 二胡深造班(補)		
					2:00-3:30 活力舞蹈(體)	2:30-5:30 極限運動創高峰(啟德)
四樓	6) 十五	7) 十六	8) 十七	9) 十八	10) 十九	11) 二十
五樓	9:00-10:00 月會 11:45-12:30 長者小型飯堂 2:00-3:00 月會 3:30-4:30 愛民好聲音(補堂)	中秋節翌日假期	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	11:45-12:30 長者小型飯堂 1:30-3:00 門球同樂	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 11:00-12:00 照顧同行 - 愛心暖飯送關懷
外					10:30-12:00 飛躍舞蹈班 3:00-4:30 二胡深造班(補)	9:30-11:30 腦友學堂A班 2:00-5:00 盆景減壓工作坊 2:00-3:30 活力舞蹈(體)
四樓	13) 廿二	14) 廿三	15) 廿四	16) 廿五	17) 廿六	18) 廿七
五樓	9:15-11:00 有溫度的電影約會 11:45-12:30 長者小型飯堂 2:15-3:15 大雁拍打健身功 3:30-4:30 愛民好聲音(補堂)	9:30-11:30 喜羊羊之家 11:45-12:30 長者小型飯堂 2:00-4:45 開心卡拉OK	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	9:30-10:30 護老健康講座「中風護理知多少」 11:45-12:30 長者小型飯堂 1:30-3:00 滾球同樂	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
外	10:00-11:00 開心做運動 11:30-12:30 二胡入門班	9:30-11:30 腦友學堂B班	10:30-12:00 愛民電競隊	10:30-12:00 飛躍舞蹈班 2:00-3:00 二胡進修班 3:00-4:30 二胡深造班	8:45-12:00 全因有你感謝派對 2:00-3:30 活力舞蹈(體)	
四樓	20) 廿九	21) 初一	22) 初二	23) 初三	24) 初四	25) 初五
五樓	10:00-11:00 好好人生-宋詞賞樂園(10月) 11:45-12:30 長者小型飯堂 2:00-3:00 大雁拍打健身功 3:30-5:00 篆刻研習班	9:30-11:30 喜羊羊之家 11:45-12:30 長者小型飯堂 2:30-3:15 歡樂茶聚	8:45-9:15 關心組探訪 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	10:30-12:00 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
外	10:00-11:00 開心做運動 11:30-12:30 二胡入門班	9:30-11:30 腦友學堂A班	10:30-12:00 愛民電競隊 2:00-3:00 認知障礙症藥物講座		2:00-3:30 活力舞蹈(體)	9:30-11:00 香薰喘息站
四樓	27) 初七	28) 初八	29) 初九	30) 初十	31) 十一	
五樓	11:45-12:30 長者小型飯堂 2:15-3:15 大雁拍打健身功 3:30-4:30 愛民好聲音	9:30-11:30 喜羊羊之家 11:45-12:30 長者小型飯堂	重陽節假期	10:30-12:00 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	
外	10:00-11:00 開心做運動 11:30-12:30 二胡入門班	9:30-11:30 腦友學堂B班		10:30-12:00 飛躍舞蹈班 2:00-3:00 二胡進修班 3:00-4:30 二胡深造班	9:30-11:30 腦友學堂A班	
	8:30-4:00 『森』道遊(外) 1:00-3:00 CIIF前浪後浪星燦燦25-第一場(外)	11:00-1:00 老有所為_地壺球_會堂		9:15-4:00 "馬"上"啟"晴一天遊 1:00-3:00 CIIF前浪後浪星燦燦25-第二場(外)	2:00-3:30 活力舞蹈(體)	
會堂(愛民社區會堂) 體(何文田體育館) 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)