

2024年7月

星期日	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六
	<p>1</p> <p style="text-align: center;">公眾假期</p>	<p>2</p> <p>9:30 (中心) 體弱長者暫託服務</p> <p>11:00 (中心) 趣味書法班</p>	<p>3</p> <p>(線上) 食得健康D</p> <p>8:30 (中心) 座式康樂操</p> <p>9:00 (中心) 魔力橋凝聚樂 (三)</p> <p>10:00 (中心) 健腦運動</p> <p>2:30 (中心) 護老者湯水聚</p>	<p>4</p> <p>8:30 (中心) 拍手操</p> <p>9:00 (中心) 魔力橋凝聚樂(四)</p> <p>9:30 (中心) 趣味中文</p> <p>11:00 (中心) 愛心饅大行動</p> <p>11:00 (中心) 福音粵曲</p>	<p>5</p> <p>8:30 (中心) 養生操</p> <p>9:00 (中心) 魔力橋凝聚樂 (五)</p> <p>10:30 (中心) 粵曲研樂</p> <p>2:30 (中心) 健康檢查</p>	<p>6</p> <p>8:30 (中心) 活力長者健康操</p> <p>10:00 (中心) 實用普通話</p>
<p>7</p> <p>10:30 (線上及實體)</p> <p>主日崇拜</p>	<p>8</p> <p>8:30 (中心) 活力毛巾操</p> <p>9:00 (中心) 魔力橋凝聚樂 (一)</p> <p>11:00 (中心) 愛心饅大行動</p> <p>2:00 (中心) 魔力橋凝聚樂 (二)</p> <p>2:30 (中心) 腦玩童俱樂部</p> <p>4:00 (中心) 硬地滾球訓練班</p>	<p>9</p> <p>9:30 (中心) 體弱長者暫託服務</p> <p>10:00 (中心) 友義剪</p> <p>10:00 (戶外) 青松耆菁探訪樂</p> <p>2:30 (中心) 百年樹人</p>	<p>10</p> <p>8:30 (中心) 座式康樂操</p> <p>9:00 (中心) 魔力橋凝聚樂 (三)</p> <p>10:00 (中心) 血糖及膽固醇測試</p> <p>12:45(戶外) 參觀房協</p> <p>2:30 (中心) 簡易潔手番皂</p>	<p>11</p> <p>8:30 (中心) 拍手操</p> <p>9:00 (中心) 魔力橋凝聚樂(四)</p> <p>9:30 (中心) 美國雅培奶粉售賣</p> <p>9:30 (中心) 趣味中文</p> <p>11:00 (中心) 愛心饅大行動</p> <p>11:00 (中心) 福音粵曲</p>	<p>12</p> <p>(線上) 金石良言</p> <p>8:30 (中心) 養生操</p> <p>9:00 (中心) 魔力橋凝聚樂 (五)</p> <p>10:30 (中心) 粵曲研樂</p> <p>2:30 (中心) 琉璃紫蝶燈</p> <p>2:30 (中心) 益智醒腦食療法講座</p>	<p>13</p> <p>8:30 (中心) 活力長者健康操</p> <p>10:00 (中心) 實用普通話</p>
<p>14</p> <p>10:30 (線上及實體)</p> <p>主日崇拜</p>	<p>15</p> <p>8:30 (中心) 活力毛巾操</p> <p>9:00 (中心) 魔力橋凝聚樂 (一)</p> <p>11:00 (中心) 愛心饅大行動</p> <p>2:00 (中心) 魔力橋凝聚樂 (二)</p> <p>2:30 (中心) 膝關節炎健康講座</p> <p>3:00 (中心) 魔力橋初階班/投棋所好</p> <p>4:00 (中心) 硬地滾球訓練班</p>	<p>16</p> <p>9:30 (中心) 體弱長者暫託服務</p> <p>11:00 (中心) SWITCH 體感遊戲</p> <p>2:30 (中心) 百年樹人</p>	<p>17</p> <p>9:00 (中心) 魔力橋凝聚樂 (三)</p> <p>10:00 (中心) 蔓越莓曲奇(A)</p> <p>2:30 (中心) 護老樂繽紛</p> <p>2:30 (中心) 蔓越莓曲奇(B)</p>	<p>18</p> <p>8:30 (中心) 拍手操</p> <p>9:00 (中心) 魔力橋凝聚樂(四)</p> <p>9:30 (中心) 趣味中文</p> <p>11:00 (中心) 愛心饅大行動</p> <p>11:00 (中心) 福音粵曲</p>	<p>19</p> <p>8:30 (中心) 養生操</p> <p>9:00 (中心) 魔力橋凝聚樂 (五)</p> <p>10:30 (中心) 粵曲研樂</p> <p>2:30 (中心) 身體組成分析</p>	<p>20</p> <p>8:30 (中心) 活力長者健康操</p> <p>10:00 (中心) 實用普通話</p>
<p>21</p> <p>10:30 (線上及實體)</p> <p>主日崇拜</p>	<p>22</p> <p>8:30 (中心) 活力毛巾操</p> <p>9:00 (中心) 魔力橋凝聚樂 (一)</p> <p>11:00 (中心) 愛心饅大行動</p> <p>2:00 (中心) 魔力橋凝聚樂 (二)</p> <p>2:30 (中心) 香薰擴香石製作</p> <p>4:00 (中心) 硬地滾球訓練班</p>	<p>23</p> <p>9:30 (中心) 體弱長者暫託服務</p> <p>9:30 (中心) 福音故事閱讀分享會</p> <p>11:00 (中心) 趣味書法班</p> <p>2:30 (中心) 百年樹人</p>	<p>24</p> <p>8:30 (中心) 座式康樂操</p> <p>9:00 (中心) 魔力橋凝聚樂 (三)</p> <p>9:00(戶外) 尖沙咀一天遊</p> <p>10:00 (中心) 健腦運動</p> <p>2:30 (中心) 蝶古巴特帆布袋</p>	<p>25</p> <p>8:15(戶外) 參觀精神健康體驗館</p> <p>8:30 (中心) 拍手操</p> <p>9:00 (中心) 魔力橋凝聚樂(四)</p> <p>11:00 (中心) 愛心饅大行動</p> <p>11:00 (中心) 福音粵曲</p>	<p>26</p> <p>8:30 (中心) 養生操</p> <p>9:00 (中心) 魔力橋凝聚樂 (五)</p> <p>10:30 (中心) 粵曲研樂</p> <p>2:30 (中心) WeChat工作坊</p> <p>2:30 (中心) 輕鬆準備一至二人餐</p>	<p>27</p> <p>8:30 (中心) 活力長者健康操</p> <p>10:00 (中心) 實用普通話</p>
<p>28</p> <p>10:30 (線上及實體)</p> <p>主日崇拜</p>	<p>29</p> <p>8:30 (中心) 活力毛巾操</p> <p>9:00 (中心) 魔力橋凝聚樂 (一)</p> <p>9:30 (中心) 飛鏢同樂體驗</p> <p>10:30 (中心) 飛鏢同好會</p> <p>11:00 (中心) 愛心饅大行動</p> <p>2:00 (中心) 魔力橋凝聚樂 (二)</p> <p>2:30 (中心) 腦玩童俱樂部</p> <p>4:00 (中心) 硬地滾球訓練班</p>	<p>30</p> <p>9:30 (中心) 體弱長者暫託服務</p> <p>2:30 (中心) 百年樹人</p>	<p>31</p> <p>8:30 (中心) 座式康樂操</p> <p>9:00 (中心) 魔力橋凝聚樂 (三)</p> <p>2:30 (中心) 義工訓練</p>	<p>「耶穌說、我就是道路、真理、生命。 若不藉着我、沒有人能到父那裏去。」</p> <p style="text-align: right;">約翰福音 14:6</p>		