



星期日	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六
23/4	24/4 健體太極班 19 上午 9:15-10:15 (中心禮堂) 花棒隊 上午 10:30-11:30 (中心禮堂) 「耆」談樂活人生 - 入校前籌備工作坊 (中心禮堂) 下午 2:00-3:30	25/4 非鼓隊 上午 9:30-10:30 (中心禮堂) 精靈無懵懂之紙飛機大賽 (中心禮堂) 護老生活小百科：護顏保養有法 (中心禮堂) 下午 2:00-3:00	26/4 4月春季漫遊悠 上午 9:15 海聯樓下公園集合	27/4 派發5月份活動表 福禧棋藝坊(4/2023) (中心禮堂) 上午 9:30-11:30 電子錢包教學 (Wechat Pay, Alipay...) (中心禮堂) 中午 12:30-下午 2:30 福氣閒聚星期四 (中心禮堂) 下午 3:00-4:00	28/4 養生八段錦 (中心禮堂) 上午 9:15-10:15 乒乓添樂趣 10 (聯和墟體育館) 下午 1:00- 3:00 健康講座:長者簡易保健運動 (中心禮堂) 下午 2:00- 3:00 智老友俱樂部 (中心影音室) 下午 2:30- 4:00	29/4 魔力健腦樂 (中心禮堂) 上午 9:30-中午 12:00
30/4	1/5 勞動節	2/5 非鼓隊 上午 9:30-10:30 (中心禮堂) 精靈無懵懂 52 上午 10:30-11:30 (中心禮堂) 卡拉 ok 在福禧(4/2023) (中心禮堂) 下午 2:00 - 4:00	3/5 5月份例會 上午 9:30 鬆軟小蛋糕 (中心禮堂) 下午 2:30-4:00	4/5 福禧棋藝坊(4/2023) (中心禮堂) 上午 9:30-11:30 電子錢包教學 (Wechat Pay, Alipay...) (中心禮堂) 中午 12:30-下午 2:30 福氣閒聚星期四 (中心禮堂) 下午 3:00-4:00	5/5 5月活動抽籤日 養生八段錦 (中心禮堂) 上午 9:15-10:15 乒乓添樂趣 11 (聯和墟體育館) 下午 1:00- 3:00 福氣合唱團 (中心禮堂) 下午 2:00- 3:45	6/5 5.6 崇真會社服賣旗日 請大家踴躍支持慷慨解囊 魔力健腦樂 (中心禮堂) 上午 9:30-中午 12:00
7/5	8/5 健體太極班 19 上午 9:15-10:15 (中心禮堂) 花棒隊 上午 10:30-11:30 (中心禮堂)	9/5 非鼓隊 上午 9:30-10:30 (中心禮堂) 精靈無懵懂 52 上午 10:30-11:30 (中心禮堂) 老有所為：樂活人生老幼講 (待定) 下午 1:30- 2:30 護老卡拉 OK 樂 (中心禮堂) 下午 3:00- 4:30	10/5 福禧齊動星期三 (中心禮堂) 上午 9:15-10:15 活石堂義剪服務(5/2023) (和禧天地) 上午 10:00-中午 12:30 福氣影院(5/2023) (中心大廳) 上午 11:00-下午 1:00 舒壓工坊-自助按摩 (中心禮堂) 下午 2:30- 3:30	11/5 福禧棋藝坊(5/2023) (中心禮堂) 上午 9:30-11:30 電子錢包教學 (Wechat Pay, Alipay...) (中心禮堂) 中午 12:30-下午 2:30 老有所為：樂活人生老幼講 (待定) 下午 1:30- 2:05 福氣閒聚星期四 (中心禮堂) 下午 3:00-4:00	12/5 養生八段錦 (中心禮堂) 上午 9:15-10:15 乒乓添樂趣 11 (聯和墟體育館) 下午 1:00- 3:00 健康講座: 低脂肪飲食及烹調方法 (中心禮堂) 下午 2:00 - 3:00	13/5 魔力健腦樂 (中心禮堂) 上午 9:30-中午 12:00

- 有興趣參加活動或班組之會員，請於2023年5月5日中午12:00或以前親臨或致電中心 2677 4111 留名，如所報活動之留名人數超出限額，則以抽籤處理，中簽者才獲致電通知。
- 活動將於5月5日下午2:00進行電腦抽籤。
- 留名者亦可於5月8日後致電中心查詢。

基督教香港崇真會福禧頤樂天地
地址：粉嶺聯和墟海聯廣場130室
中心電話：2677 4111 / 2677 4332 / 3590 2494 / 3565 4245
傳真號碼：2677 1300

星期日	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六
14/5	15/5 健體太極班 19 上午 9:15-10:15 (中心禮堂) 花棒隊 上午 10:30-11:30 (中心禮堂) 線上遊戲新手班(5/2023) (中心禮堂) 下午 3:00 - 下午 4:00	16/5 非鼓隊 上午 9:30-10:30 (中心禮堂) 精靈無懵懂 52 上午 10:30-11:30 (中心禮堂) 護老飛鏢樂 (中心禮堂) 下午 2:30-4:00	17/5 福禧齊動星期三 (中心禮堂) 上午 9:15-10:15 護老講座：高血壓知多少 (中心禮堂) 上午 10:30-11:30 慢活療癒流沙畫 (中心禮堂) 下午 2:00 - 3:00	18/5 福禧棋藝坊(5/2023) (中心禮堂) 上午 9:30-11:30 福氣閒聚星期四 (中心禮堂) 下午 3:00-4:00	19/5 養生八段錦 (中心禮堂) 上午 9:15-10:15 平板電腦遊戲同樂日(5/2023) (中心禮堂) 上午 10:30-11:30 乒乓添樂趣 11 下午 1:00- 3:00 (聯和墟體育館) 福氣合唱團 下午 2:00- 3:45 (中心禮堂) 實用資訊站：肥胖的疑惑 (中心大廳) 下午 3:30-4:00	20/5 魔力健腦樂 (中心禮堂) 上午 9:30-中午 12:00 老有所為： 樂活人生老幼講 (待定) 下午 2:00- 5:00
21/5	22/5 健體太極班 20 上午 9:15-10:15 (中心禮堂) 花棒隊 上午 10:30-11:30 (中心禮堂) 每月一 APP-高德地圖(5/2023) (中心影音室) 上午 10:00-11:00 認知友善好友簡介會 (中心禮堂) 下午 3:00- 4:00	23/5 非鼓隊 上午 9:30-10:30 (中心禮堂) 精靈無懵懂 52 上午 10:30-11:30 (中心禮堂) 培靈學校義工線上探訪【A 班】 (中心禮堂) 下午 1:30 - 2:30 護老桌遊樂一番(更新) (中心禮堂) 下午 2:45 - 4:15	24/5 福禧齊動星期三 (中心禮堂) 上午 9:15-10:15 卡拉 OK 在福禧 (5/2023) (中心禮堂) 上午 10:30-中午 12:00 青少年服務處義工探訪(更新) (中心禮堂) 下午 3:00 - 4:00	25/5 福禧棋藝坊(5/2023) (中心禮堂) 上午 9:30-11:30 福氣閒聚星期四 (中心禮堂) 下午 3:00-4:00	26/5 佛誕	27/5 魔力健腦樂 (中心禮堂) 上午 9:30-中午 12:00
28/5	29/5 健體太極班 20 上午 9:15-10:15 (中心禮堂) 花棒隊 上午 10:30-11:30 (中心禮堂) 培靈學校義工線上探訪【B 班】 (中心禮堂) 下午 1:30 - 2:30	30/5 非鼓隊 上午 9:30-10:30 (中心禮堂) 精靈無懵懂 53 上午 10:30-11:30 (中心禮堂) 輕鬆護老工作坊 (中心禮堂) 【A 班】 下午 2:15- 3:15 【B 班】 下午 3:30- 4:30	31/5 福禧齊動星期三 (中心禮堂) 上午 9:15-10:15 福禧福氣生日會(5-6 月) (中心禮堂) 下午 2:30 - 3:45	1/6 派發6月份活動表 福禧棋藝坊(5/2023) (中心禮堂) 上午 9:30-11:30 認知諮詢站(6/2023) (中心影音室) 上午 10:00-中午 12:30 福氣閒聚星期四 (中心禮堂) 下午 3:00-4:00	2/6 養生八段錦 2 (中心禮堂) 上午 9:15-10:15 DIY 馬賽克圓盤擺設 (中心禮堂) 上午 10:30-中午 12:00 乒乓添樂趣 11 下午 1:00- 3:00 (聯和墟體育館) 福氣合唱團 下午 2:00- 3:45 (中心禮堂)	3/6 魔力健腦樂 (中心禮堂) 上午 9:30-中午 12:00
4/6	5/6 健體太極班 20 上午 9:15-10:15 (中心禮堂) 花棒隊 上午 10:30-11:30 (中心禮堂) 魔力橋爭霸戰(第二回) (中心禮堂) 下午 2:00- 5:00	6/6 非鼓隊 上午 9:30-10:30 (中心禮堂) 精靈無懵懂 53 上午 10:30-11:30 (中心禮堂)	7/6 6月份例會 大腦同樂日 (中心禮堂) 下午 2:30- 4:00	8/6 福禧棋藝坊(6/2023) (中心禮堂) 上午 9:30-11:30 福氣閒聚星期四 (中心禮堂) 下午 3:00-4:00	9/6 6月活動抽籤日 養生八段錦 2 (中心禮堂) 上午 9:15-10:15 乒乓添樂趣 11 下午 1:00- 3:00 (聯和墟體育館) 健康博覽展 上午 10:00 海聯樓下公園集合	10/6 魔力健腦樂 (中心禮堂) 上午 9:30-中午 12:00

本中心保留修改以上活動時間表之內容權利，而無須另行通知。

