







2021年7月服務時間表

上課地點一般在在本中心進行，(珍)為珍維社區健康促進中心(五樓)，(會堂)為華貴社區會堂

星期日	星期一	星期二	星期三	星期四 1廿三	星期五 2廿三	星期六 3廿四
				香港特別行政區 成立紀念日假期	9:30 健康運動操02A 11:00 愛笑「十巧」操02A 12:00 愛笑「十巧」操02B 2:45 卡拉OK班 02	9:00 養生太極班02(珍) 2:00 「e健樂」-「銀齡絕不老」動力計劃 Flexi-bar 齊起動03(珍) 3:00 「e健樂」-「銀齡絕不老」動力計劃 Flexi-bar 齊起動04(珍) 4:00 長幼醒獅班02
4廿五	5廿六	6廿七	7小暑	8廿九	9三十	10六月
	9:00 「e健樂」血糖量度日 10:30 中國書法班01 2:45 腦友智趣一小時02	10:00 素描延續班 1:30 編織班 02 3:30 健智小天地02	9:00 專題月會 9:15 「e健樂」護士面見關愛組 10:00 徒手運動操02A 10:00 活力椅子舞02A(珍) 11:15 徒手運動操02B 12:30 徒手運動操02C	9:00 專題月會 10:00 絲網花班02 10:00 徒手運動操02D 11:15 徒手運動操02E 12:30 徒手運動操02F 2:00 普通話班02	9:30 健康運動操02A 11:00 愛笑「十巧」操02A 12:00 愛笑「十巧」操02B 1:00 「e健樂」-「銀齡絕不老」動力計劃 帶氣強肌一定得01(珍) 2:00 「e健樂」-「銀齡絕不老」動力計劃 帶氣強肌一定得02(珍) 2:45 卡拉OK班 02	9:00 養生太極班02(珍) 10:00 藥物知多D 2:00 「e健樂」-「銀齡絕不老」動力計劃 帶氣強肌一定得03(珍) 3:00 「e健樂」-「銀齡絕不老」動力計劃 帶氣強肌一定得04(珍)
11初二	12初三	13初四	14初五	15初六	16初七	17初八
	9:00 「e健樂」血糖量度日 9:15 護老者資訊講座-規劃完滿人生(二) 10:30 中國書法班02 12:00 花花LOOK開懷自賞小組 2:45 腦友智趣一小時02	10:30 智趣動感小組 1:30 編織班 02 3:30 健智小天地02	9:15 「e健樂」護士面見關愛組 10:00 徒手運動操02A 10:00 活力椅子舞02A(珍) 11:15 徒手運動操02B 12:30 徒手運動操02C	10:00 絲網花班02 10:00 徒手運動操02D 11:15 徒手運動操02E 12:30 徒手運動操02F 2:00 普通話班02	9:30 健康運動操02A 11:00 愛笑「十巧」操02A 12:00 愛笑「十巧」操02B 1:00 「e健樂」-「銀齡絕不老」動力計劃 帶氣強肌一定得01(珍) 2:00 「e健樂」-「銀齡絕不老」動力計劃 帶氣強肌一定得02(珍) 2:45 卡拉OK班 02	9:00 養生太極班02(珍) 10:00 創出好心情 2:00 「e健樂」-「銀齡絕不老」動力計劃 帶氣強肌一定得03(珍) 3:00 「e健樂」-「銀齡絕不老」動力計劃 帶氣強肌一定得04(珍) 4:00 長幼醒獅班02
18初九	19初十	20十一	21十二	22大暑	23十四	24十五
	9:00 「e健樂」血糖量度日 9:15 健康講座-「三高」藥物你要知 10:30 中國書法班02 12:00 花花LOOK開懷自賞小組 2:45 腦友智趣一小時02	10:00 至「健」至「營」小教室02 - 「強身毛巾操」(珍) 10:30 智趣動感小組 1:30 編織班 02 3:30 健智小天地02	9:15 「e健樂」護士面見關愛組 10:00 徒手運動操02A 10:00 活力椅子舞02A(珍) 11:15 徒手運動操02B 12:30 徒手運動操02C	10:00 絲網花班02 10:00 徒手運動操02D 11:15 徒手運動操02E 12:30 徒手運動操02F	9:30 健康運動操02A 11:00 愛笑「十巧」操02A 12:00 愛笑「十巧」操02B 1:00 「e健樂」-「銀齡絕不老」動力計劃 帶氣強肌一定得01(珍) 2:00 「e健樂」-「銀齡絕不老」動力計劃 帶氣強肌一定得02(珍) 2:45 卡拉OK班 02	9:00 養生太極班02(珍) 10:00 創出好心情 2:00 「e健樂」-「銀齡絕不老」動力計劃 帶氣強肌一定得03(珍) 3:00 「e健樂」-「銀齡絕不老」動力計劃 帶氣強肌一定得04(珍)
25十六	26十七	27十八	28十九	29二十	30廿一	31廿二
	9:00 「e健樂」血糖量度日 10:30 中國書法班02 12:00 花花LOOK開懷自賞小組 2:45 腦友智趣一小時02	10:30 智趣動感小組 1:30 編織班 02 2:00 與藥同行密密斟 3:30 健智小天地02	9:15 「e健樂」護士面見關愛組 10:00 活力椅子舞02A(珍) 10:00 徒手運動操02A 11:15 徒手運動操02B 12:30 徒手運動操02C 2:00 「e健樂」護士講座 3:00 「e健樂」護士講座 4:00 「e健樂」護士講座	10:00 絲網花班02 10:00 徒手運動操02D 11:15 徒手運動操02E 12:30 徒手運動操02F 2:00 普通話班02	9:30 健康運動操02A 11:00 愛笑「十巧」操02A 12:00 愛笑「十巧」操02B 1:00 「e健樂」-「銀齡絕不老」動力計劃 帶氣強肌一定得01(珍) 2:00 「e健樂」-「銀齡絕不老」動力計劃 帶氣強肌一定得02(珍) 2:45 卡拉OK班 02	9:00 養生太極班02(珍) 10:00 創出好心情 2:00 「e健樂」-「銀齡絕不老」動力計劃 帶氣強肌一定得03(珍) 3:00 「e健樂」-「銀齡絕不老」動力計劃 帶氣強肌一定得04(珍)
服務運作及活動安排	 雷暴警告	 紅色暴雨警告訊號	 黑色暴雨警告訊號	 一號風球	 三號風球	 八號風球或以上
中心內活動 (1小時前截止)	✓	✗	✗	✓	✗	✗
服務質素標準專欄 - SQS話語知	服務質素11 評估服務使用者的 需要	服務單位運用有計劃方法以評估和滿足服務使用者的需要 (不論服務對象是個人、家庭、團體或社區。)		服務質素12 知情的選擇	服務單位盡量尊重服務使用者在知情下作出服務選擇的權利。	
如欲了解本中心服務質素標準詳情，歡迎向本中心職員查詢。				地址：香港仔華貴邨華貴社區中心地下 電話：2550 5887 傳真：2550 5686		