

南區長者地區中心 二零二四年四月活動時間表

星期日	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六
	1(廿三) 復活節 公眾假期	2(廿四) 8:45 痛「正」加油站 - 緩痛動一動 9:00 智友耆 Fun (南區長者綜合服務處) 9:10 動得耆樂(海怡社區中心) 10:00 智樂 SO MUCH FUN 10:15 西邨專題月會 (海怡社區中心) 13:30 成人粵曲班	3(廿五) 8:45 動得耆樂 9:00 智友耆 Fun 10:00 動得耆樂	4(廿六) 清明節 公眾假期	5(廿七) 8:45 動得耆樂 10:00 動得耆樂 13:30 智友耆 Fun (南區長者綜合服務處)	6(廿八) 9:00 太極十八式* 10:00 太極 119 式 (A 班)* 11:10 太極刀劍*
7(廿九)	8(三十) 10:00 銀組專題月會 13:30 智友耆 Fun (南區長者綜合服務處) 14:30 時光戲院	9(初一) 8:45 痛「正」加油站 - 緩痛動一動 9:00 智友耆 Fun (南區長者綜合服務處) 9:10 動得耆樂(海怡社區中心) 10:00 智樂 SO MUCH FUN 10:15 生日聯歡會 (海怡社區中心) 13:30 成人粵曲班 15:30 「肌不可失」長者防跌工作坊	10(初二) 8:45 動得耆樂 9:00 智友耆 Fun 10:00 動得耆樂	11(初三) 10:30 開心相伴智「腦」友 14:00 保育無限耆工作坊	12(初四) 8:45 動得耆樂 10:00 動得耆樂 10:30 智友學坊 (南區長者綜合服務處) 13:30 智友耆 Fun (南區長者綜合服務處) 14:00 坊會好聲音	13(初五) 9:00 太極十八式* 10:00 太極 119 式 (A 班)* 11:00 太極 119 式 (B 班)* 12:00 太極功夫扇* 14:00 愛心剪髮服務 14:30 緩痛鬆一 ZONE
14(初六)	15(初七) 8:45 動得耆樂 10:00 動得耆樂 13:30 智友耆 Fun (南區長者綜合服務處)	16(初八) 8:45 痛「正」加油站 - 緩痛動一動 9:00 智友耆 Fun (南區長者綜合服務處) 9:10 動得耆樂(海怡社區中心) 10:00 智樂 SO MUCH FUN 10:15 腦唔老 - 玩具圖書館 (海怡社區中心) 13:30 成人粵曲班 15:30 手作繽紛樂	17(初九) 8:45 動得耆樂 9:00 智友耆 Fun 10:00 動得耆樂 15:00 智能手機諮詢站	18(初十) 10:30 開心相伴智「腦」友 14:00 茶釵暢唱	19(穀雨) 8:45 動得耆樂 10:00 動得耆樂 13:30 智友耆 Fun (南區長者綜合服務處) 14:00 坊會好聲音	20(十二) 9:00 太極十八式* 10:00 太極 119 式 (A 班)* 11:00 太極 119 式 (B 班)* 12:00 太極功夫扇* 14:00 善團草球訓練班
21(十三)	22(十四) 8:45 動得耆樂 10:00 動得耆樂 13:30 智友耆 Fun (南區長者綜合服務處) 14:30 生日聯歡會	23(十五) 8:45 痛「正」加油站 - 緩痛動一動 9:00 智友耆 Fun (南區長者綜合服務處) 9:10 動得耆樂(海怡社區中心) 10:00 智樂 SO MUCH FUN 10:15 腦唔老 - 玩具圖書館 (海怡社區中心) 13:30 成人粵曲班	24(十六) 9:00 智友耆 Fun 9:30 我和健康有個約會	25(十七) 10:30 開心相伴智「腦」友 15:30 「誇」世代	26(十八) 9:30 健康有良方 13:00 「齡」突破 13:30 智友耆 Fun (南區長者綜合服務處)	27(十九) 9:10 太極刀劍* 11:00 太極 119 式 (B 班)* 12:00 太極功夫扇* 14:30 時光戲院
28(二十)	29(廿一) 8:45 動得耆樂 10:00 動得耆樂 13:30 智友耆 Fun (南區長者綜合服務處) 14:30 動型人生 14:30 智友廚房 15:45 腦唔老 - 玩具圖書館	30(廿二) 8:45 痛「正」加油站 - 緩痛動一動 9:00 智友耆 Fun (南區長者綜合服務處) 9:10 動得耆樂(海怡社區中心) 10:00 智樂 SO MUCH FUN 10:15 手作繽紛樂 (海怡社區中心) 13:30 成人粵曲班				

一切安排以本中心最後公布為準。除特別註明活動地點外，其他活動均於本中心內舉行。

* 逢星期六太極班組場地為香港仔網球及壁球中心。