

MONDAY 星期一	TUESDAY 星期二	WEDNESDAY 星期三	THURSDAY 星期四	FRIDAY 星期五
	<p>中心室內活動開放 星期一至星期五 時間: 上午 8:30 至 3 點 咖啡和茶: 上午 9:30-下午 2 點</p>		<p>情人节快乐</p> 	
<p>3 技術支援課程上午 9:30-10:30 總是活躍運動 (芳姐) 上午 10:30 至 11:30 陽光排舞班 下午 12:45 至 2:45</p> 	<p>4. 坐椅瑜伽 上午 10:30-11:30</p> 	<p>5. 慶祝新年 上午 10-2:15</p> 	<p>6. 陽光排舞 9:45-11:45 太極班-下午 1 至 1:40 初班 太極班-下午 1:45-2:40 中班</p>	<p>7. 興仔室內和虛擬運動 上午 10:30-11:30 興仔手机班 時間:下午 1:30 至 2:30</p>
<p>10. 技術支援課程上午 9:30-10:30 總是活躍運動 (芳姐) 上午 10:30 至 11:30 陽光排舞 下午 12:45 至 2:45</p> 	<p>11. 芳姐健身舞班 上午 10:30-11:30</p> 	<p>12. 技術支援課程上午 9:30-10:30 總是活躍運動 (雷秋) 上午 10:30 至 11:30 交誼舞下午 1 至 2:30</p> 	<p>13. 陽光排舞 9:45-11:45 太極班-下午 1 至 1:40 初班 太極班-下午 1:45-2:40 中班</p>	<p>14. 慶祝情人節 10:15-11:45 興仔手机班 時間:下午 1:30 至 2:30</p>
<p>17. 中心關閉 (總統日)</p>	<p>18. 坐椅瑜伽 上午 10:30-11:30</p> 	<p>19 技術支援課程上午 9:30-10:30 總是活躍運動 (雷秋) 上午 10:30 至 11:30 CLC 鄰居項目活動, 下午 12:45-1:30 交誼舞下午 1 至 2:30</p>	<p>20. 陽排舞 9:45-11:45 慶祝二月份生日, 下午 12:30 太極班-下午 1 至 1:40 初班 太極班-下午 1:45-2:40 中班</p>	<p>21. 興仔室內和虛擬運動 上午 10:30-11:30 興仔手机班 時間:下午 1:30 至 2:30</p>
<p>24. 技術支援課程上午 9:30-10:30 領取食物盒上午 9:30-1 點 總是活躍運動 (雷秋) 上午 10:30 至 11:30 陽光排舞班 下午 12:45 至 2:45</p>	<p>25. 芳姐健身舞班 上午 10:30-11:30</p> 	<p>26. 血壓檢查(Teresa) 上午 9-11:30 技術 支援課程上午 9:30-10:30 總是活躍運動 (雷秋) 上午 10:30 至 11:30 西班牙語班(米卡)12:30-1 點 交誼舞下午 1 至 2:30</p>	<p>27. 陽光排舞 9:45-11:45 太極班-下午 1 至 1:40 初班 太極班-下午 1:45-2:40 中班</p>	<p>28. 興仔室內和虛擬運動 上午 10:00-11:00 慶祝黑人歷史 時間:下午 12 至 2:15</p>

每周一至五的節目:

- ❖ 電腦室和打麻將
逢星期一至五上午 9 至 2:30
- ❖ 卡拉 ok
逢星期一, 三和五上午 9-10:25
- ❖ 創意手工班
逢星期二和五下午 12 至 2:30
- ❖ 虛擬電腦初班
逢星期二, 上午 10 至 11:30
- ❖ 虛擬電腦高和中班
逢星期三: 上午 10:11:30 (高班)
下午 1:00-2:30 (中班)
- ❖ 領取食物
逢星期四上午 9:30 至 11:15
(接受郵區: 94112、94127 和 94132)
- ❖ 合唱團排練 (放暑假)
逢星期五下午 12:30-2 點

預告三月份的事件:

- 星期一, 3/17 慶祝聖帕里克節日
- 星期六, 3/15 帶著希望麵包
- 星期五 3/21/ 婦女历史月庆祝