

MONDAY 星期一	TUESDAY 星期二	WEDNESDAY 星期三	THURSDAY 星期四	FRIDAY 星期五
	1. 流動圖書館, 上午 9:30-10:30 坐椅瑜伽 上午 10:30-11:30 人工智慧 1:30-2:30 (興仔, 粵語班)	2. 技術支援與課程上午 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 交誼舞下午 1 至 2:30 	3. 太極班-下午 1 至 1:40 初班 太極班-下午 1:45-2:40 中班 	4. 興仔室內和虛擬運動 上午 10:30-11:30 興仔手机人工智慧班 (中文) 時間: 下午 1:30 至 2:30
7. 技術支援與課程上午 9:30-10:30 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 	8. 街道安全講座 (中文) 上午 10:30-11:30 茶與陪伴/雷秋 10:30-11:30	9. 技術支援與課程上午 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	10. 太極班-下午 1 至 1:40 初班 太極班-下午 1:45-2:40 中班 	11. 半日遊 Filoli 9:30-3 點 興仔室內和虛擬運動 上午 10:30-11:30 興仔手机人工智慧班 (英文) 時間: 下午 1:30 至 2:30
14. 技術支援與課程上午 9:30-10:30 總是活躍運動 (雷秋) 上午 10:30 至 11:30 陽光排舞下午 12:45-2:45	15. 坐椅瑜伽 上午 10:30-11:30 精神健康音 C.S.C. 非正式音 樂音 w/Ben 人工智慧 1:30-2:30 (興仔英語班)	16. 技術支援與課程上午 9:30-10:30 總是活躍運動 (雷秋) 上午 10:30 至 11:30 CLC, 防地震訓練下午 12:45-1:30 交誼舞下午 1 至 2:30 	17. 醫療保健決策月講座 w/ API 法律外展, 上午 10 至 11 點 太極班-下午 1 至 1:40 初班 太極班-下午 1:45-2:40 中班	18. 耶穌受難日 中心關閉
21. 技術支援與課程上午 9:30-10:30 總是活躍運動 (雷秋) 上午 10:30 至 11:30 陽光排舞下午 12:45-2:45	22. 街道安全講座 (英文) 上午 10:30-11:30	23. 血壓檢查 (Teresa) 上午 9-11 技術支援與課程上午 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 	24. Lick Wilmerding 高中攝影項目 9:15-12:00 慶祝生日, 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	25. 室內和虛擬運動 上午 10:30-11:30
28. 領取食物盒上午 9:30-1 點 技術支援與課程上午 9:30-10:30 總是活躍運動 (雷秋) 上午 10:30 至 11:30 陽光排舞下午 12:45-2:45	29. 慢性疼痛自我管理計劃 講習班 (英文) 上午 10 至 12 點 坐椅瑜伽 上午 10:30-11:30	30. 技術支援與課程上午 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 交誼舞下午 1 至 2:30 		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

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
逢星期五下午 12:30-2 點

預告五月份的事件:

- 星期一, 5/5 節日
 - 星期五, 5/9 慶祝母親節
 - 星期四, 5/15 健康檢查
 - 星期六, 5/17 滿懷希望地聚餐
 - 星期五, 5/23 向美國長者們致敬
 - 星期一 5/26 紀念日中心關閉
- 