

# 仁愛堂田家炳銅鑼灣長者活動中心：2021年11月份活動一覽表（活動如有更改，一切以中心公佈為準）

星期日	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六
	1/11 上午： 素描與塑膠彩班 莊氏書法／國畫班(山水／花鳥畫) 梁氏健體運動班 下午： 唱歌學英文班 織體舞班 「愛侶同行」夫妻小組	2/11 上午： 織體舞班 下午： 卡拉OK班(A/B班) 插花班 普通話成教班 初階和諧粉彩班	3/11 上午： 二胡班(中班／初班) 活力功太極八式班(A/B班) 下午： 卡拉OK班(C班) 樂在耆中歌唱班 瑜珈班(A/B班) 「我是說書人」小組	4/11 上午： 莊氏國畫／篆書班(A/B班) 多元化集體舞初班 粵曲小曲班 下午： 瑜珈班(C班) 禪繞畫入門班 卡拉OK班(D班)	5/11 上午： 齊齊玩飛鏢 普拉堤班／陰瑜珈班(A/B班) 下午： 鍾氏國畫／書法班 方氏健體運動班 「穿越人生」小組 「耆藝無窮」小組	6/11 上午： 羅氏綜合畫班
7/11	8/11 上午： 素描與塑膠彩班 莊氏書法／國畫班(山水／花鳥畫) 梁氏健體運動班 下午： 唱歌學英文班 織體舞班 「愛侶同行」夫妻小組	9/11 上午： 織體舞班 下午： 卡拉OK班(A/B班) 插花班 普通話成教班 初階和諧粉彩班	10/11 上午： 二胡班(中班／初班) 活力功太極八式班(A/B班) 下午： 卡拉OK班(C班) 樂在耆中歌唱班 瑜珈班(A/B班) 「我是說書人」小組	11/11 上午： 莊氏國畫／篆書班(A/B班) 多元化集體舞初班 粵曲小曲班 下午： 瑜珈班(C班) 禪繞畫入門班 卡拉OK班(D班)	12/11 上午： 齊齊玩飛鏢 普拉堤班／陰瑜珈班(A/B班) 下午： 鍾氏國畫／書法班 方氏健體運動班 「穿越人生」小組 「耆藝無窮」小組	13/11 上午： 羅氏綜合畫班 紫染作品展覽
14/11 下午： 樂沛兒幼稚園 呈獻：仁愛堂慈 善步行日 2021	15/11 上午： 素描與塑膠彩班 莊氏書法／國畫班(山水／花鳥畫) 梁氏健體運動班 量出健康人生計劃：驗血糖 下午： 唱歌學英文班 織體舞班 「愛侶同行」夫妻小組	16/11 上午： 織體舞班 下午： 卡拉OK班(A/B班) 插花班 普通話成教班 初階和諧粉彩班	17/11 上午： 二胡班(中班／初班) 活力功太極八式班(A/B班) 下午： 卡拉OK班(C班) 樂在耆中歌唱班 瑜珈班(A/B班) 「我是說書人」小組 會員諮詢委員會特別會議	18/11 上午： 莊氏國畫／篆書班(A/B班) 多元化集體舞初班 粵曲小曲班 下午： 瑜珈班(C班) 禪繞畫入門班 卡拉OK班(D班)	19/11 上午： 齊齊玩飛鏢 普拉堤班／陰瑜珈班(A/B班) 抓子製作工作坊／抓子比賽 下午： 鍾氏國畫／書法班 方氏健體運動班 「穿越人生」小組 「耆藝無窮」小組	20/11 上午： 羅氏綜合畫班 手機應用全面睇 唱下歌。玩音樂
21/11 長者日	22/11 上午： 素描與塑膠彩班 莊氏書法／國畫班(山水／花鳥畫) 梁氏健體運動班 下午： 唱歌學英文班 織體舞班 「愛侶同行」夫妻小組	23/11 上午： 織體舞班 下午： 卡拉OK班(A/B班) 插花班 普通話成教班 初階和諧粉彩班	24/11 上午： 二胡班(中班／初班) 活力功太極八式班(A/B班) 下午： 卡拉OK班(C班) 樂在耆中歌唱班 瑜珈班(A/B班) 「我是說書人」小組	25/11 上午： 莊氏國畫／篆書班(A/B班) 多元化集體舞初班 粵曲小曲班 下午： 瑜珈班(C班) 禪繞畫入門班 卡拉OK班(D班)	26/11 上午： 齊齊玩飛鏢 普拉堤班／陰瑜珈班(A/B班) 下午： 鍾氏國畫／書法班 方氏健體運動班 「穿越人生」小組 「耆藝無窮」小組	27/11 上午： 羅氏綜合畫班 認識·頌鉢療癒 真·義園義工聚會
28/11	29/11 上午： 素描與塑膠彩班 莊氏書法／國畫班(山水／花鳥畫) 梁氏健體運動班 下午： 唱歌學英文班 織體舞班 「愛侶同行」夫妻小組	30/11 上午： 織體舞班 中心例會 護老者講座：如何減少因走失帶來 的負面影響 網上環保工作坊 下午： 卡拉OK班(A/B班) 插花班 普通話成教班 初階和諧粉彩班				