

## 2023年10月份活動表

星期日	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六
1	2	3	4	5	6	7
9:00-9:30 早晨廣播 9:30-10:00 健體樂 10:00-11:00 香港電台直播 15:00-16:00 大戲棚	9:00-9:30 早晨廣播 9:30-10:00 健體樂 10:00-11:00 香港電台直播 15:00-16:00 大戲棚	9:00-9:30 早晨廣播 9:30-10:00 健體樂 10:00-11:00 香港電台直播 11:00-12:00 購物樂 15:00-16:00 活力拼發 15:00-16:00 認知訓練	9:00-9:30 早晨廣播 9:30-10:00 健體樂 10:00-11:00 香港電台直播 15:00-16:00 齊來鬆一鬆	9:00-9:30 早晨廣播 9:30-10:00 健體樂 10:00-11:00 香港電台直播 15:00-16:00 齊來鬆一鬆	9:00-9:30 早晨廣播 9:30-10:00 健體樂 10:00-11:00 香港電台直播 14:30-16:00 慈心社探訪 15:00-16:00 認知訓練	9:00-9:30 早晨廣播 9:30-10:00 健體樂 10:00-11:00 香港電台直播 15:00-16:00 大影院
8	9	10	11	12	13	14
9:00-9:30 早晨廣播 9:30-10:00 健體樂 10:00-11:00 香港電台直播 15:00-16:00 大戲棚	9:00-9:30 早晨廣播 9:30-10:00 健體樂 10:00-11:00 香港電台直播 11:00-12:00 購物樂 15:00-16:00 「腦」當益壯	9:00-9:30 早晨廣播 9:30-10:00 健體樂 10:00-11:00 香港電台直播 15:00-16:00 活力拼發 15:00-16:00 認知訓練	9:00-9:30 早晨廣播 9:30-10:00 健體樂 10:00-11:00 香港電台直播 15:00-16:00 生日會	9:00-9:30 早晨廣播 9:30-10:00 健體樂 10:00-11:00 香港電台直播 15:00-16:00 齊來鬆一鬆	9:00-9:30 早晨廣播 9:30-10:00 健體樂 10:00-11:00 香港電台直播 15:00-16:00 認知訓練	9:00-9:30 早晨廣播 9:30-10:00 健體樂 10:00-11:00 香港電台直播 15:00-16:00 大影院
15	16	17	18	19	20	21
9:00-9:30 早晨廣播 9:30-10:00 健體樂 10:00-11:00 香港電台直播 15:00-16:00 大戲棚	9:00-9:30 早晨廣播 9:00-11:00 剪灰甲 10:00-11:00 香港電台直播 11:00-12:00 購物樂 15:00-16:00 「腦」當益壯	9:00-9:30 早晨廣播 9:30-10:00 健體樂 10:00-11:00 香港電台直播 15:00-16:00 活力拼發 15:00-16:00 認知訓練	9:00-9:30 早晨廣播 9:30-10:00 健體樂 10:00-11:00 香港電台直播 15:00-16:00 齊來鬆一鬆	9:00-9:30 早晨廣播 9:30-10:00 健體樂 10:00-11:00 香港電台直播 15:00-16:00 齊來鬆一鬆	9:00-9:30 早晨廣播 9:30-10:00 健體樂 10:00-11:00 香港電台直播 15:00-16:00 認知訓練	9:00-9:30 早晨廣播 9:30-10:00 健體樂 10:00-11:00 香港電台直播 15:00-16:00 大影院
22	23	24	25	26	27	28
9:00-9:30 早晨廣播 9:30-10:00 健體樂 10:00-11:00 香港電台直播 15:00-16:00 大戲棚	9:00-9:30 早晨廣播 9:30-10:00 健體樂 10:00-11:00 香港電台直播 15:00-16:00 大戲棚	9:00-9:30 早晨廣播 9:30-10:00 健體樂 10:00-11:00 香港電台直播 11:00-12:00 購物樂 15:00-16:00 活力拼發 15:00-16:00 認知訓練	9:00-9:30 早晨廣播 9:30-10:00 健體樂 10:00-11:00 香港電台直播 15:00-16:00 齊來鬆一鬆	9:00-9:30 早晨廣播 9:30-10:00 健體樂 10:00-11:00 香港電台直播 15:00-16:00 齊來鬆一鬆	9:00-9:30 早晨廣播 9:30-10:00 健體樂 10:00-11:00 香港電台直播 15:00-16:00 認知訓練 15:00-16:00 衛生署講座	9:00-9:30 早晨廣播 9:30-10:00 健體樂 10:00-11:00 香港電台直播 15:00-16:00 恩福堂探訪
29	30	31				
9:00-9:30 早晨廣播 9:30-10:00 健體樂 10:00-11:00 香港電台直播 14:30-16:00 恩福堂探訪	9:00-9:30 早晨廣播 9:30-10:00 健體樂 10:00-11:00 香港電台直播 11:00-12:00 購物樂 15:00-16:00 「腦」當益壯	9:00-9:30 早晨廣播 9:30-10:00 健體樂 10:00-11:00 香港電台直播 15:00-16:00 活力拼發 15:00-16:00 認知訓練				
*星號表示該活動將會使用小組活動室 #以上活動內容可能因天氣影響或其他活動調動而有所更改						