

2025年 12月 活動日程

星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六
1 福全福利講解 上午 9:30-下午 4:30 午休 下午 1:00-2:00 瑜珈課 下午 3:30-4:30	2 福全福利講解 上午 9:30-下午 4:30 午休 下午 1:00-2:00 心理健康研討: 改善囤積物品的習慣 下午 2-3 太極課 下午 3:00-4:00	3 福全福利講解 上午 9:30-下午 4:30 午休 下午 1:00-2:00	4 福全福利講解 上午 9:30-下午 4:30 午休 下午 1:00-2:00 健身舞蹈課 下午 2:30-3:30	5 福全福利講解 上午 9:30-下午 4:30 午休 下午 1:00-2:00	6 福全福利講解 上午 9:00-下午 4:00 午休 下午 12:30 - 1:00
8 福全福利講解 上午 9:30-下午 4:30 午休 下午 1:00-2:00 瑜珈課 下午 3:30-4:30	9 福全福利講解 上午 9:30-下午 4:30 午休 下午 1:00-2:00 太極課 下午 3:00-4:00	10 福全福利講解 上午 9:30-下午 4:30 午休 下午 1:00-2:00	11 福全福利講解 上午 9:30-下午 4:30 中醫健康講座: 冬令補腎養生 上午 10:00-11:00 午休 下午 1:00-2:00 健身舞蹈課 下午 2:30-3:30	12 福全福利講解 上午 9:30-下午 4:30 午休 下午 1:00-2:00	13
15 福全福利講解 上午 9:30-下午 4:30 午休 下午 1:00-2:00 瑜珈課 下午 3:30-4:30	16 福全福利講解 上午 9:30-下午 4:30 午休 下午 1:00-2:00 心理健康研討: 遠離詐騙 下午 2:00-3:00 太極課 下午 3:00-4:00	17 福全福利講解 上午 9:30-下午 4:30 午休 下午 1:00-2:00 會員生日會 下午 2:00-3:00	18 福全福利講解 上午 9:30-下午 4:30 午休 下午 1:00-2:00 健身舞蹈課 下午 2:30-3:30	19 福全福利講解 上午 9:30-下午 4:30 乳房X光造影 上午 9:00-下午 3:00 午休 下午 1:00-2:00	20
22 福全福利講解 上午 9:30-下午 4:30 午休 下午 1:00-2:00 瑜珈課 下午 3:30-4:30	23 福全福利講解 上午 9:30-下午 4:30 午休 下午 1:00-2:00 太極課 下午 3:00-4:00	24 假期休息	25 假期休息	26 福全福利講解 上午 9:30-下午 4:30 午休 下午 1:00-2:00	27
29 福全福利講解 上午 9:30-下午 4:30 午休 下午 1:00-2:00 瑜珈課 下午 3:30-4:30	30 福全福利講解 上午 9:30-下午 4:30 午休 下午 1:00-2:00 太極課 下午 3:00-4:00	31 福全福利講解 上午 9:30-下午 4:30 午休 下午 1:00-2:00			

在活動期間如有需要特殊協助的朋友們歡迎撥打: 普通話: (833) 808-8153 (TTY: 711)/粵語: (833) 808-8161 (TTY: 711) 無須註冊即可獲得免費精美好禮, 送完為止。