

星期日	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六																								
8 Summer				電話：26053923 地址：沙田禾輦邨禾輦廣場平台 17 室 中心 Facebook：搜尋【禮賢會樂齡中心】		十九1 9:15 書法A班(2)(6) 10:30 書法B班(2)(6)																								
二十2 	廿一3 9:15 瑜伽入門班(暫停) 11:10 輕鬆跳跳星期一(2)(6) 2:00 大例會 3:00 樂齡醒腦運動班(5A)(1) 4:00 樂齡醒腦運動班(5B)(1)	廿二4 9:45 樂齡歌唱技巧班2(A)(5) 11:25 樂齡歌唱技巧班2(B)(5) 1:30 網上歌唱技巧班 Live(2)(2)	廿三5 9:00 社區健體物理治療服務(2)(7) 11:00 網上歌唱技巧班video(2)(2) 2:30 樂齡健腦遊樂團 3:00 暖心送麵包(1)(2)	廿四6 9:15 愛心編織班(2)(6) 2:00 國畫A班(2)(8) 3:35 國畫B班(2)(8)	廿五7 9:00 操曲班(4)(4) 2:15 粵曲班(2)(5)	廿六8 9:15 書法A班(2)(7) 10:30 書法B班(2)(7)																								
廿七9 	廿八10 9:15 瑜伽入門班(暫停) 11:10 輕鬆跳跳星期一(2)(7) 2:00 樂齡醒腦運動班(5A)(2) 3:30 樂齡醒腦運動班(5B)(2)	廿九11 9:45 樂齡歌唱技巧班2(A)(6) 11:25 樂齡歌唱技巧班2(B)(6) 1:30 網上歌唱技巧班 Live(2)(3) 2:30 快樂桌遊小組(2)(2)	三十12 9:00 社區健體物理治療服務(2)(8) 11:00 網上歌唱技巧班video(2)(3) 2:30 樂齡健腦遊樂團 3:00 愛心下午茶敘(5)	初一13 9:15 愛心編織班(2)(7) 2:00 國畫A班(2)(9) 3:35 國畫B班(2)(9)	初二14 9:00 操曲班(5)(1) 2:15 粵曲班(2)(6)	初三15 9:15 書法A班(2)(8) 10:30 書法B班(2)(8)																								
初四16 	初五17 9:15 瑜伽入門班(暫停) 11:10 輕鬆跳跳星期一(2)(8) 2:00 樂齡醒腦運動班(5A)(3) 3:30 樂齡醒腦運動班(5B)(3)	初六18 9:45 樂齡歌唱技巧班2(A)(7) 11:25 樂齡歌唱技巧班2(B)(7) 1:30 網上歌唱技巧班 Live(2)(4) 2:30 樂齡團契 (2)(2)	初七19 9:00 社區健體物理治療服務(2)(9) 10:00 認知障礙症(三) 生活之道講座 11:00 網上歌唱技巧班video(2)(4) 2:30 樂齡健腦遊樂團	初八20 9:15 愛心編織班(2)(8) 2:00 國畫A班(2)(10) 3:35 國畫B班(2)(10)	初九21 9:00 操曲班(5)(2) 2:15 粵曲班(2)(7)	初十22 9:15 書法A班(2)(9) 10:30 書法B班(2)(9)																								
十一23 	十二24 9:15 瑜伽入門班(暫停) 11:10 輕鬆跳跳星期一(2)(9) 2:00 樂齡醒腦運動班(5A)(4) 3:30 樂齡醒腦運動班(5B)(4)	十三25 9:45 樂齡歌唱技巧班2(A)(8) 11:25 樂齡歌唱技巧班2(B)(8) 1:30 網上歌唱技巧班 Live(2)(5) 2:15 認識認知障礙症 講座及初步評估	十四26 9:00 社區健體物理治療服務(2)(10) 11:00 網上歌唱技巧班video(2)(5) 2:30 樂齡健腦遊樂團	十五27 9:15 愛心編織班(2)(9) 2:00 國畫A班(3)(1) 3:35 國畫B班(3)(1)	十六28 9:00 操曲班(5)(3) 2:15 粵曲班(2)(8)	十七29 9:15 書法A班(2)(10) 10:30 書法B班(2)(10)																								
十八30 	十九31 9:15 瑜伽入門班(暫停) 11:10 輕鬆跳跳星期一(2)(10) 2:00 樂齡醒腦運動班(5A)(5) 3:30 樂齡醒腦運動班(5B)(5)	<table><tr><th>天氣狀況</th><th>中心開放</th><th>免費及收費活動</th><th>天氣狀況</th><th>中心開放</th><th>免費及收費活動</th></tr><tr><td>一號風球 T1</td><td>✓</td><td>✓</td><td>黃色暴雨  Amber 黃</td><td>✓</td><td>✓</td></tr><tr><td>三號風球 L3</td><td>✓</td><td>×</td><td>紅色暴雨  Red 紅</td><td>✓</td><td>×</td></tr><tr><td>八號或以上風球 A8</td><td>×</td><td>×</td><td>黑色暴雨  Black 黑</td><td>×</td><td>×</td></tr></table>					天氣狀況	中心開放	免費及收費活動	天氣狀況	中心開放	免費及收費活動	一號風球 T1	✓	✓	黃色暴雨  Amber 黃	✓	✓	三號風球 L3	✓	×	紅色暴雨  Red 紅	✓	×	八號或以上風球 A8	×	×	黑色暴雨  Black 黑	×	×
天氣狀況	中心開放	免費及收費活動	天氣狀況	中心開放	免費及收費活動																									
一號風球 T1	✓	✓	黃色暴雨  Amber 黃	✓	✓																									
三號風球 L3	✓	×	紅色暴雨  Red 紅	✓	×																									
八號或以上風球 A8	×	×	黑色暴雨  Black 黑	×	×																									

2026 年 8 月份及 9 月份中心活動

活動名稱	日期	時間	地點	費用	名額	內容	備註
認知障礙症 (三)生活之道 講座	2026 年 8 月 19 日 (星期三)	上午 10:00 至 11:00	浸信 宣道會 恩禾堂 (9:30 本中心 集合)	全免	15 人	與 <u>衛生署</u> 合辦，由職業治療師講解： 1. 淺談「現實導向」 2. 如何改善家居生活安排 <u>講座地址</u> ：浸信宣道會恩禾堂 禾輦邨厚和樓417-422室(商場平台) ***活動當天需於 9:30 到中心集合***	現已接受報名 額滿即止!
愛心下午 茶敘(5)	2026 年 8 月 12 日 (星期三)	下午 3:00 至 5:00	金仔 米線	全免	50 人	鳴謝 <u>金仔米線</u> 贊助： 會員需於8月1日(星期六)起到本中心領取餐 券，並於8月12日(星期三)下午3:00帶同餐 券到金仔米線享用下午茶。 <u>金仔米線地址</u> ： 沙田禾輦邨1號熟食亭(智和樓對出)  ***活動只限兩個月內未曾領取下午茶餐券之 會員參加***	先到先得! 派完即止!
認識認知障礙 症講座及初步 評估	2026 年 8 月 25 日 (星期二)	下午 2:15 至 4:15	本中心 或 浸信 宣道會 恩禾堂	全免	30 人	與 <u>東華學院</u> 合辦，由學院團隊先以講座讓 長者認識認知障礙症(阿茲海默症)，再運用 「蒙特利爾認知評估 (MoCA)」為長者進 行初步評估。 <u>活動地址</u> ： 禮賢會樂齡中心 或 浸信宣道會恩禾堂	現已接受報名 額滿即止! *只限 1951 至 1966 年 出生者* (60 歲至 75 歲)
暖心送 麵包(1)(3)	2026 年 9 月 2 日 (星期三)	下午 3:00 至 4:30	本中心	全免	60 人	鳴謝 <u>百樂餅家</u> 贊助： 會員需於8月24日至8月29日在中心開放時間， 到中心登記抽籤。 <u>抽籤日期及時間</u> ：8月31日(星期一)下午2:30 (歡迎會員前來觀看抽籤) *中籤者可於9月2日(星期三)下午3:00至4:30 到中心領取麵包一個。	抽籤登記名額 (90 個) 中籤名額 (60 個)