



無牆線上活動室

CHINESE SENIORS' CENTRE WITHOUT WALLS



五月份 線上活動

日期 / 時間	節目	內容
星期一至三 上午 9:00 至 9:30	清晨動一動	(粵) 一起做運動
星期一 下午 1:00 至 2:00	廣東話聊天室	(粵) 在綫上聊天
第一個星期二 下午 1:00 至 2:00	文化交流	(英, 粵) 一起練習日常中英用語
星期三 上午 11:00 至 12:00	流動音樂站	(國, 粵) 網上音樂表演
星期四 下午 3:00 至 4:00	開心廚房 齊齊講	(粵) 分享入煮樂趣及心得
星期五 上午 9:30 至 10:00	朝早聽趣聞	(粵) 讓我們一起分享有趣的新聞
5月3日 上午 11:00 至 12:00	個人意願書	(國) 了解如何讓親人在需要的時候幫自己做決定
5月10日 上午 9:00 至 10:00	季節性過敏	(粵) 帶你進入季節性過敏的秘密花園簡單介紹季節性過敏成因和治療方法
5月16, 24, 30日 上午 10:00 至 10:45	網上瑜伽	(英/粵) 一起在網上跟一位經驗豐富的教練做瑜伽

電話收聽請致電：

1. 587-328-1099 或 1-855-703-8985

2. 輸入會議號碼後；按#字

3. 再按#字

報名及查詢：

403-269-6122