



香港華人基督會 恩庭長者活動中心

地址：何文田冠輝苑鳴暉閣地下

電話：2242 0771 Whatsapp：5518 6777

2025年1月份活動時間表

例會日期

2025年1月23日

時間：上午 10:30-11:30

禮拜一

禮拜二

禮拜三

禮拜四

禮拜五

禮拜六

中心開放時間

逢禮拜二至六：上午 9 時至下午 1 時

逢禮拜一至五：下午 2 時至下午 5 時

禮拜日及公眾假期休息。

1 十二初二

公眾假期

2 初三



2:00-4:00 化妝基礎班

3 初四

10:00-11:30 恩庭樂敬拜



4 初五



6 初七

10:00-11:30 水墨畫

2:30-4:00 愛心湯水

13 十四

10:00-11:30 水墨畫

2:30-4:00 愛心湯水

20 廿一

10:00-11:30 水墨畫

2:30-4:00 愛心湯水

27 廿八

10:00-11:30 水墨畫



愛心湯水 (暫停一次)

7 初八

10:00-11:00 中國舞班

11:00-12:30 健體班

2:30-4:00 粵曲班

14 十五

10:00-11:00 中國舞班

11:00-12:30 健體班

2:30-4:00 粵曲班

21 廿二

10:00-11:00 中國舞班

11:00-12:30 健體班

2:30-4:00 粵曲班

28 廿九

中國舞班 (暫停一次)

健體班 (暫停一次)

粵曲班 (暫停一次)

8 初九

9:00-1:00 中醫、針灸

10:00-11:30 詩歌班

2:30-4:30 文武班

15 十六

9:00-1:00 中醫、針灸

10:00-11:30 詩歌班

2:30-4:30 文武班

22 廿三

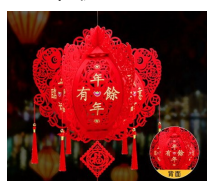
9:00-1:00 中醫、針灸

9:00-1:00 剪髮服務

10:00-11:30 詩歌班

2:30-4:30 文武班

29 年初一



公眾假期

9 初十

10:00-11:00 健康講座

2:00-4:00 化妝基礎班

16 十七

9:00-4:00 旅行



2:00-4:00 化妝基礎班

23 廿四

10:30-11:30 會員例會

2:00-4:00 化妝基礎班

30 年初二

10 十一

10:00-11:30 恩庭樂敬拜



17 十八

10:00-11:30 恩庭樂敬拜



2:30-4:00 會員例會

24 廿五

10:00-11:30 恩庭樂敬拜



31 年初三

11 十二

0:00-11:00 飛鏢初體驗

12:00-2:30
喜樂迎春慶團年

18 十九

10:30-12:30
青年義工小組

25 廿六

10:00-12:00
齊歡唱 樂共聚





香港華人基督教會 恩庭長者活動中心
地址：何文田冠輝苑鳴暉閣地下
電話：2242 0771 Whatsapp：5518 6777

2025年1月份活動

中醫診症

日期：逢星期三
時間：9:00-1:00
醫師：梁慧筠針灸：
每次：\$100
藥粉：藥粉\$30一劑，
可以使用醫療券
備註：必須預先登記預約
查詢：朱姑娘

邊境之旅-沙頭角

內容：十景打咭、午膳、歷史文化、品嚐豆腐花
日期：1月16日(四)
時間：上午9:00-4:00
名額：58位(已額滿)
費用：會員\$120 非會員\$199
查詢：黎姑娘/朱姑娘

喜樂迎春慶團年

內容：金曲欣賞、抽獎、遊戲
日期：1月11日(六)
時間：中午12:00-2:30
地點：茶皇殿(何文田廣場)
名額：96位(已額滿)
費用：會員\$155 非會員\$245
查詢：黎姑娘/朱姑娘

代訂購雅培奶粉

1 訂購期限：當月1至30日
2 領取期：下月10至15日
備註：(請自備環保袋)
查詢：朱姑娘



加大	加細	低糖	活力	朱味	怡大	怡細
900克	400克	850克	850克	900克	850克	400克
\$184	\$89	\$190	\$223	\$184	\$225	\$102

愛心老火湯²

費用：會員\$10 非會員\$15
名額：每次60位
查詢：朱姑娘
備註：可堂飲或外帶，外帶需自攜器具。



日期	時間	內容
1月6日	2:30至4:00	牛腩粟米紅蘿蔔豬骨湯
1月13日		蘋果木耳蜜棗豬骨湯
1月20日		雪耳紅蘿蔔蜜棗豬骨湯

恩庭樂敬拜

內容：詩歌敬拜，信息分享
時間：上午10:00-11:00
日期：逢禮拜五
費用：全免
對象：歡迎任何人士參加



廉價理髮服務

日期：1月22日(三)
時間：上午9:00-1:00
地點：本中心
費用：會員\$10 / 非會員\$15
名額：45位
查詢：朱姑娘
*請當日先自行洗頭



齊歡唱.樂共聚

內容：唱歌、遊戲、抽獎
寫暉春，送贈禮物
日期：1月25日(六)
時間：上午10:00-12:00
名額：40位(人數超過需抽籤)
地點：本中心(抽籤日期1月14日)
費用：全免
查詢：朱姑娘
合辦：義光麗行



飛鏢初體驗

內容：透過飛鏢活動、訓練手眼協調
日期：1月11日(六)
時間：上午10:00-10:30/10:30-11:00
名額：各10人
導師：何俊文先生
查詢：張主任/朱姑娘



健康講座

日期：1月9日(四)
時間：上午10:00-11:00
專題：家務有妙法
名額：30人
講員：衛生署護士姑娘
查詢：朱姑娘



課程名稱	時間	內容	費用(會員/非會員)	名額	導師	負責職員
水墨畫班 (一)	上午 10:00 - 11:30	認識中國傳統文化及書畫技巧、學習水墨畫	\$250/\$300 (8 堂包材料)	10 人	江麗芳老師	朱姑娘
中國舞班 (二)	上午 10:00 - 11:00	中國舞步，扇舞，燈籠舞，快子舞	\$ 50 / \$ 60 (10 堂)	12 人	蘇玉萍老師	朱姑娘
健體班 (二)	中午 11:00 - 12:30	支體運動，呼吸練習，促進身心健康	\$200 / \$250 (8 堂)	10 人	文俊傑師傅	朱姑娘
粵曲班 (二)	下午 2:30 - 4:00	現場音樂伴奏學唱粵曲，拍子	\$200 / \$250 (8 堂)	20 人	吳碧心師傅	朱姑娘
詩歌班 (三)	上午 10:00-11:30	學習發聲、和唱技巧等 (收生要求，需先試音)	\$120 / \$150 (10 堂)	14 人	翁文菁姑娘	朱姑娘
文武班 (三)	下午 2:00 - 4:00	文武身段，台步，水袖，學習正確呼吸氣法	\$300 / \$350 (8 堂)	10 人	文俊傑師傅	朱姑娘
化妝基礎班 (四)	下午 2:00 - 4:00	粵劇化妝入門程序	\$300 / \$350 (8 堂)	10 人	文俊傑師傅	朱姑娘