



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

2025年2月份活動時間表

例會日期
 2025年2月27日
 時間:上午 10:00-11:00

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。		凡投靠祂的， 都是有的。 詩篇 2:12 後段			1 年初四 農曆新年 暫停開放
3 年初六 	4 年初七 農曆新年暫停開放	5 年初八 	6 年初九  2:00-4:00 化妝基礎班	7 年初十 10:00-11:30 恩庭樂敬拜 	8 十一 
10 十三 10:00-11:30 水墨畫 愛心湯水 暫停一次	11 十四 10:00-11:00 中國舞班 11:00-12:30 健體班 2:30-4:00 粵曲班	12 十五 9:00-1:00 中醫、針灸 10:00-11:30 詩歌班 2:00-4:00 文武班	13 十六 10:00-11:00 健康講座 2:00-4:00 化妝基礎班	14 十七 10:00-11:30 恩庭樂敬拜 (敬拜後有愛筵)  2:15-3:15 手機班 3:30-4:30 手機班	15 十八 9:30-10:30 飛鏢 fun fun 鬆 10:30-11:30 義工小組 10:30-12:30 義工小組
17 二十 10:00-11:30 水墨畫 2:30-4:00 愛心湯水	18 廿一 10:00-11:00 中國舞班 11:00-12:30 健體班 2:30-4:00 粵曲班	19 廿二 9:00-1:00 中醫、針灸 10:00-11:30 詩歌班 2:00-4:00 文武班	20 廿三  2:00-4:00 化妝基礎班	21 廿四 10:00-11:30 恩庭樂敬拜  2:15-3:15 手機班 3:30-4:30 手機班	22 廿五 10:00-11:30 恩庭電影 
24 廿七 10:00-11:30 水墨畫 2:30-4:00 愛心湯水	25 廿八 10:00-11:00 中國舞班 11:00-12:30 健體班 2:30-4:00 粵曲班	26 廿九 9:00-1:00 剪髮服務 9:00-1:00 中醫、針灸 10:00-11:30 詩歌班 2:00-4:00 文武班	27 三十 10:00-11:00 會員例會 2:00-4:00 化妝基礎班	28 二月初一 10:00-11:30 恩庭樂敬拜  2:15-3:15 手機班 3:30-4:30 手機班	



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2月份活動

中醫診症

日期：逢星期三
時間：上午 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
備注：必須預先登記預約
查詢：朱姑娘



廉價理髮服務

日期：2月26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
*請依剪髮時間到達中心



2025-2026 年度續証

會員請按會號及以下日期，
到中心辦理續証手續：



會員証號碼：續會日期：

001- 800 3月1日至7日

801-1400 3月8日至14日

1401-1900 3月15日至21日

3月22日 新入會或其他未能按時續
會之會員。



敬請按以上號碼時段前來續証

時 間：中心開放時段



注意事項

- 1.帶同舊會員証及\$30
 - 2.電話地址如有更改請帶證明文件
 - 3.如遺失會員証或新入會者，請帶
同証件相 1 張及\$30
- 凡續會或入會可獲禮物乙份。

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

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。



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



飛鏢 fun fun 鬆

內容：透過飛鏢活動、
訓練手眼協調
日期：2月15日(六)
時間：上午 9:30-10:30(男子組)
上午 10:30-11:30(女子組)
名額：各 6 人
費用：\$10
導師：何俊文先生
查詢：張主任



健康講座

日期：2月13日(四)
時間：上午 10:00-11:00
專題：健康小食
名額：30 人
講員：衛生署護士姑娘
查詢：朱姑娘
費用：全免(請預先報名取票)



恩庭電影日

影片：小男人週記
日期：2月22日(六)
時間：上午 10:00-11:30
費用：全免(請預先報名取票)



智能手機班

日期：2月14日至3月7日(五)
時間：下午 2:15 至 3:15 或 3:30 至 4:30
內容：按個別需要，單對單指導
名額：每個時段 10 位(額滿即止)
費用：全免(必須報名登記)
查詢：黎姑娘



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 (8 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