

周一	周二	周三	周四	星期五
上午 10:00 – 11:00 03 宾果游戏 上午 11:00 – 中午 12:00 中文卡拉OK 上午 11:00 – 下午 1:00 编织活动 下午 12:30 – 1:30 尤克里里中级班	上午 11:00 – 中午 12:00 04 手工与艺术创作 中午 12:00 – 下午 1:30 乒乓球/羽毛球t	上午 9:30 - 10:30 05 健身课 上午 11:00 - 中午 12:00 中国书法 上午 11:00 - 下午 2:00 免费技术支持 下午 12:30 - 1:30 中文卡拉OKt	上午 9:30 - 10:30 06 萨尔萨舞和第290章 上午 10:30 - 中午 12 点 290 Malosi 的超级老年人 上午 11:30 - 中午 12:30 66 Raymond 乒乓球/羽毛球	上午 10:00 – 11:00 07 “活力常在” (Always Active) 健身课程，地点：Sunnydale 1530号
上午 10 点至 11 点：10 宾果游戏 上午 11 点至中午 12 点：烹饪演示：美味炖牛肉 上午 11 点至中午 12 点：中式卡拉 OK 上午 11 点至下午 1 点：编织 下午 12:30 至 1:30：中级尤克里里课程	上午 11:00 – 中午 12:00 11 手工与艺术创作 中午 12:00 – 下午 1:30 乒乓球/羽毛球r	上午 9:30 - 10:30 12 健身课 上午 11:00 - 中午 12:00 中国书法 上午 11:00 - 下午 2:00 免费技术支持 下午 12:30 - 1:30 中文卡拉OK	上午 9:30 - 10:30 13 萨尔萨舞和第290章 上午 10:30 - 中午 12 点 290 Malosi 的超级老年人 上午 11:30 - 中午 12:30 66 Raymond 乒乓球/羽毛球	上午 10:00 – 11:00 14 “活力常在” (Always Active) 健身课程，地点：Sunnydale 1530号
上午 10:00 – 11:00 17 宾果游戏 上午 11:00 – 中午 12:00 中文卡拉OK 上午 11:00 – 下午 1:00 编织活动 下午 12:30 – 1:30 尤克里里中级班	上午 11:00 – 中午 12:00 18 手工与艺术创作 中午 12:00 – 下午 1:30 乒乓球/羽毛球	上午 9:30 - 10:30 19 健身课 上午 11:00 - 中午 12:00 中国书法 上午 11:00 - 下午 2:00 免费技术支持 下午 12:30 - 1:30 中文卡拉OK	上午 9:30 - 10:30 20 萨尔萨舞和第290章 上午 10:30 - 中午 12 点 290 Malosi 的超级老年人 上午 11:30 - 中午 12:30 66 Raymond 乒乓球/羽毛球	上午 10:00 – 11:00 21 “活力常在” (Always Active) 健身课程，地点：Sunnydale 1530号
上午 10:00 – 11:00 24 宾果游戏 上午 11:00 – 中午 12:00 中文卡拉OK 上午 11:00 – 下午 1:00 编织活动 下午 12:30 – 1:30 尤克里里中级班	11 AM - 12 PM 25 工艺品 11AM - 12 PM 初学者尤克里 12:30 - 2 PM 电影日	上午 9:30 - 10:30 26 健身课 上午 11:00 - 中午 12:00 中国书法 上午 11:00 - 下午 2:00 免费技术支持 下午 12:30 - 1:30 中文卡拉OK	上午 9:30 - 10:30 27 萨尔萨舞和第290章 上午 10:30 - 中午 12 点 290 Malosi 的超级老年人 上午 11:30 - 中午 12:30 66 Raymond 乒乓球/羽毛球	上午 10:00 – 11:00 28 “活力常在” (Always Active) 健身课程，地点：Sunnydale 1530号
上午 10:00 – 11:00 31 宾果游戏 上午 11:00 – 中午 12:00 中文卡拉OK 上午 11:00 – 下午 1:00 编织活动 下午 12:30 – 1:30 尤克里里中级班xt				

Project Open Hand Lunches | 周一至周日提供的午餐由, 11:30 AM to 12:30 PM

- 早上 9:30 早点来注册。
- 所有客戶和義工可選擇捐助\$2.00
- 客戶的來客必須支費用餐\$6.00
- 你的膳食餐部分由自願捐款提供資金。
- 個人六十歲以上和殘疾成年人有資格用餐，
- 無論是否自願捐款。客戶的來客必須要支付費用。
- 請將貢獻放入框內。員工和義工不得處理捐款。



SAN FRANCISCO HUMAN SERVICES AGENCY
Department of Disability
and Aging Services

此項社區服務計劃務計劃是由三藩市殘疾人與老齡化服務部資助的。

我們所有的活動和演示都是免費的。