2024 Apr

Centre Name: Active Ageing Centre (Care) (Pasir Ris Central)
Centre Address: Blk 112, Pasir Ris Central, #01-657, S510112
Centre Contact: 82922681 (Shilah) / 81686882 (Raymond)

MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
1	2	3	4	5	6	7
HPB Zumba Gold 9am - 10am	HPB Low Impact Aerobic 8am - 9am	**Photo Editing Lesson 4 10am-12pm**	**Caligraphy Basic 2.30pm-4.30pm**	HPB Zumba Gold 9.15am - 10.15am	**Chinese Orchestra 10am - 11am**	
OTAH 2pm-4pm	**Police Heritage , MOE Heritage 10am-4pm**	**IMDA Google Lens / Connect to Google Lens 2-4pm**		DIY Club @ Pasir Ris Library 2pm to 4pm		
8	9	10 Hari Raya	11	12	13	14
HPB Zumba Gold 9am - 10am	HPB Low Impact Aerobic 8am - 9am		RummyO 10am-12pm	HPB Zumba Gold 9.15am - 10.15am		
Acrylic Painting 10.30am - 12pm	RummyO 10am-12pm			AQUA 9.30am-10.13am Chit Chat 11am-12pm		
				Ukelele 3rd Training 2-4pm		
15	16	17	18	19	20	21
HPB Zumba Gold 9am - 10am	**HPB Low Impact Aerobic 8am - 9am Sewing Training 11am - 12pm**	RummyO 10am-12pm	**Mangrove Walk With AWWA Home (Collaborate With VC) 10.30am-12pm**	HPB Zumba Gold 9.15am - 10.15am	**Punggol Fire Station Visit 10am - 10.50am**	
Acrylic Painting 10.30am - 12pm	**NEA Talk 2pm - 4pm**		**Caligraphy Basic 2.30pm-4.30pm**	AQUA 9.30am-10.13am Chit Chat 11am-12pm		
OTAH 2pm-4pm				**Ukelele 4th Training 2pm-4pm**		
22	23	24	25	26	27	28
HPB Zumba Gold 9am - 10am	HPB Low Impact Aerobic 8am - 9am		**Zentangle 10am - 12pm**	HPB Zumba Gold 9.15am - 10.15am		**Community Resilience Day (collaborate with C2E) 9am-1pm**
Acrylic Painting 10.30am - 12pm	**Beach walk 9.30am-11am**	**Sewing training 10am-11am Therapeutic Horticulture Program - 9.30am-11am**	**SCDF Responder Plus Program 1.30pm - 5.30pm**	AQUA 9.30am-10.13am Chit Chat 11am-12pm		
OTAH 2pm-4pm	**Gardening Lesson 3 2pm-4pm**	**Drumfit 2pm-4pm**		**Ukelele 5th Training 2pm-4pm**		
29	30					
HPB Zumba Gold 9am - 10am	HPB Low Impact Aerobic 8am - 9am					
Acrylic Painting 10.30am - 12pm						
OTAH 2pm-4pm						

2024 Apr

Centre Name: Active Ageing Centre (Care) (Pasir Ris Central)
Centre Address: Blk 112, Pasir Ris Central, #01-657, S510112
Centre Contact: 82922681 (Shilah) / 81686882 (Raymond)

1	2	3	4	5	6	7
黄金尊巴 九点到十点	低冲击有氧运动 八点到九点	**手机软件培训** **十点到十二点**	**书法培训** **两点半到四点半**	黄金尊巴 九点十五分到十点十五分	**华乐演奏** **十点到十一点**	
学生互动活动 **两点到四点**	**警察遗产与教育部遗产** **十点到四点**	**信息通信媒体发展局讲座** **两点到四点**		图书馆纸工艺 两点到四点		

8	9	10 Hari Raya	11	12	13	14
黄金尊巴 九点到十点	低冲击有氧运动 八点到九点		拉米欧 十点到十二点	黄金尊巴 九点十五分到十点十五分		
丙烯画 **十点半到十二点**	拉米欧 十点到十二点			水里运动 九点半到十点半 食物互动 十一点到十二点		
				尤克里里第三课 **两点到四点**		

15	16	17	18	19	20	21
黄金尊巴 九点到十点	低冲击有氧运动 八点到九点 缝纫培训 十点到十一点	拉米欧 十点到十二点	**红树林漫步-做义工** **十点半到十二点**	黄金尊巴 九点十五分到十点十五分	**消防局** **十点到十点五十分**	
丙烯画 **十点半到十二点**			**书法培训** **两点半到四点半**	水里运动 九点半到十点半 食物互动 十一点到十二点		
学生互动活动 **两点到四点**				**尤克里里第四课** **两点到四点**		

22	23	24	25	26	27	28
黄金尊巴 九点到十点	低冲击有氧运动 八点到九点		**禅绕艺术十点到十二点**	黄金尊巴 九点十五分到十点十五分		**民防日** **九点到一点**
丙烯画十点半到十二点	**公园运动** **九点半到十一点**	**缝纫培训 十点到十一点** **治疗花园九点半到十一点**	**民防培训** **一点半到五点半**	水里运动 九点半到十点半 食物互动 十一点到十二点		
学生互动活动 **两点到四点**	**食物残余肥堆** **两点到四点**	**击鼓运动 两点到四点**		**尤克里里第五课** **两点到四点**		

29	30					
黄金尊巴 九点到十点	低冲击有氧运动 八点到九点					
丙烯画十点半到十二点						
学生互动活动 **两点到四点**						