



# House of Joy 开心屋

## Programme Schedule 活动表

### Morning 早上

**Mon 星期一**

**Tue 星期二**

**Wed 星期三**

**Thu 星期四**

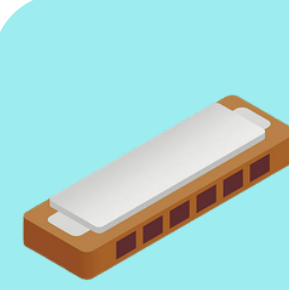
**Fri 星期五**

**Sat 星期六**

 **Gardening Club**  
园艺兴趣组  
0915 - 1045

 **Qigong**  
气功@30A  
0900 - 1000

 **Gardening Club**  
园艺兴趣组  
0915 - 1045

 **Harmonica Class**  
口琴班  
0900 - 1000

 **Gardening Club**  
园艺兴趣组  
0915 - 1045



 **Breakfast 早餐**  
0900 - 1000

 **Mahjong Practice**  
麻将练习  
0930 - 1130

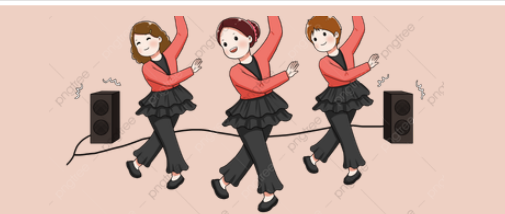
 **Resistance Band**  
拉力运动@30A  
0915 - 1015

 **Taiji**  
太极拳@30A  
0915 - 1015

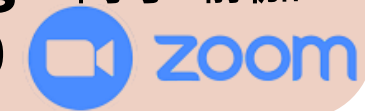
 **Breakfast 早餐**  
0900 - 1000

**WalkFit**  
晨运

**5/9, 12/9, 19/9**  
0830 - 0930

 **Melody Moves**  
广场舞@30A  
0930 - 1030

 **Pickle Ball**  
匹克球  
0930 - 1130

**Chair Yoga 椅子瑜伽**  
1000 - 1100  **Wheelchair Yoga 轮椅瑜伽**  
1100 - 1200

 **Nagomi Art**  
和谐粉彩  
0930 - 1130

 **Meridien Flapping**  
经络拍打操@30A  
0930 - 1030

 **Chair Yoga**  
椅子瑜伽  
1000 - 1100 

 **Chair Yoga**  
椅子瑜伽  
1000 - 1100 

 **Chinese Dance**  
华族舞蹈班  
@MB CC  
1015 - 1130

**9/9**  
 **Boardgames of the world**  
1000 - 1130

**2/9 & 16/9**  
 **Art Jam**  
画画  
1000 - 1200

 **Pickle Ball**  
匹克球  
0930 - 1130

 **Wheelchair Yoga**  
轮椅瑜伽  
1100 - 1200

**Opening Hours/营业时间：9.00am - 5.00pm Lunch Hour / 午餐时间：12:00pm - 1.00pm**

**Welcome Seniors 60 years old & above 欢迎 60 岁及以上的乐龄人士**

**Exercise Together!**  
一起运动!

**Play Together!**  
一起游戏!

**Learn Together!**  
一起学习!

**12 Pine Close, #01-85, Singapore 391012**

**CALL/ WHATSAPP**



**6348 8019**



**8892 8154**



# House of Joy 开心屋

## Programme Schedule 活动表

**Afternoon 下午**

**Mon 星期一**



**Singing Class**

歌唱班

**1315 - 1415**



**7/9 & 28/9**

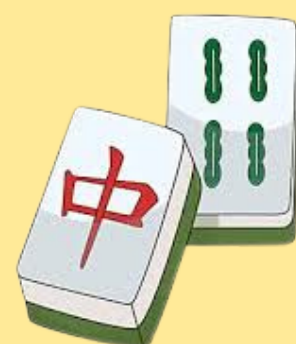
**Community**

**Nurse Post**

邻里护士站

**1400 - 1700**

**Tue 星期二**



**Mahjong Practice**

麻将练习

**1400 - 1600**

**Wed 星期三**



**Chinese Calligraphy**

书法班

**1315 - 1445**

**1500 - 1630**

**Thu 星期四**

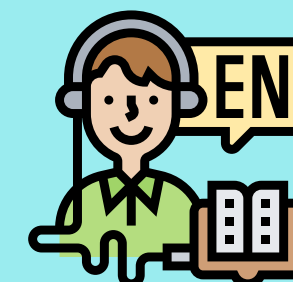


**Rummikub**

拉米游戏

**1400 - 1600**

**Fri 星期五**



**English Class**

英文课

**1330 - 1430**

**Mon - Fri**



**Newspaper Reading**

阅读报纸

**Wed & Thurs**



**Bingo**

宾果游戏

**1500 - 1600**



**Rummikub**

拉米游戏

**1400 - 1600**



**Chinese Chess**

象棋

**1400 - 1600**



**Zumba Gold**

舞蹈运动@30A

**1600 - 1700**



**Chinese Chess**

象棋

**1400 - 1600**



**Joyful**

**Refreshment**

开心屋糖水

**1030 - 1530**



**11/9 & 25/9**

**Drum Alive**

鼓声响起

**1500 - 1600**

**Opening Hours/营业时间 : 9.00am - 5.00pm Lunch Hour / 午餐时间 : 12:00pm - 1.00pm**

**Welcome Seniors 60 years old & above 欢迎 60 岁及以上的乐龄人士**

**Exercise Together!**  
一起运动!

**Play Together!**  
一起游戏!

**Learn Together!**  
一起学习!

**12 Pine Close, #01-85, Singapore 391012**

**CALL/ WHATSAPP**



**6348 8019**



**8892 8154**