



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



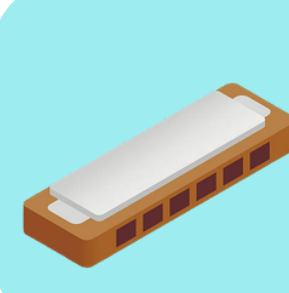
Gardening Club
园艺兴趣组
0915 - 1045



Qigong
气功@30A
0900 - 1000



Gardening Club
园艺兴趣组
0915 - 1045



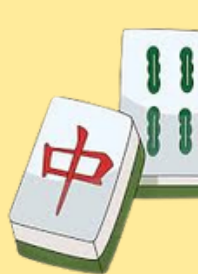
Harmonica Class
口琴班
0900 - 1000



Gardening Club
园艺兴趣组
0915 - 1045



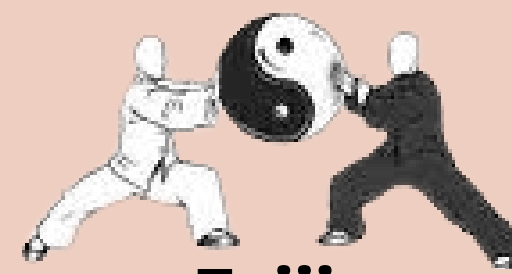

Breakfast 早餐
0900 - 1000



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
1/8, 8/8, 15/8
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




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




Chinese Dance
华族舞蹈班
@MB CC
1015 - 1115



Wheelchair Yoga
轮椅瑜伽
1100 - 1200



Pickle Ball
匹克球
0930 - 1130



Chair Yoga
椅子瑜伽
1000 - 1100




5/8 Art Jam
画画
1000 - 1200



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



3/8 & 24/8

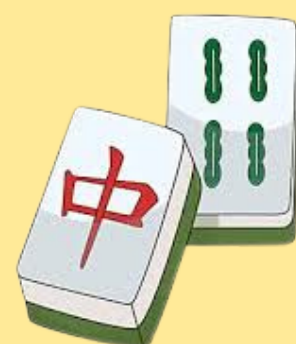
Community

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

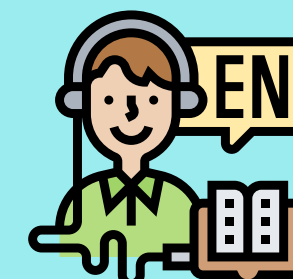


Rummikub

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



14/8 & 28/8

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