



[Please Click Here for Interest Courses Registration](#)

[請點擊此處報名](#)



Location 上課地點: Peace Corner, Yee Hong Mississauga (5510 Mavis Rd, Mississauga, ON L5V 2X5)

You're
Invited



密市頤康中心
活力長者及外展部
二十周年紀念嘉年華
Miss Yee Hong Centre
Active senior Program
20th Anniversary Carnival

日期 Date : 9/28/2023 (星期四 Thursday)

時間 Time : 11 am - 3 pm

地點 Location : 密市頤康中心地下靜閣

Yee Hong G/F Peace Corner

5510 Mavis Road, Mississauga, L5V 1M6

DANCE-A-THON

舞蹈馬拉松籌款

由 Senior Partners Live
Band 演奏音樂，讓參加
者馬拉松跳舞三小時！
請按此下載贊助表格！



PHOTO BOOTH

照相站



即影即印，
留下美麗歡樂時刻！

FOOD BAZAAR

美食義賣



@港式小食
@奶茶義賣

GARAGE SALE

二手市場

如家中有用不到的
好東西，有八成新
以上，又願意捐贈
給頤康，歡迎在活
動當天帶來作義賣
之用。



費用: \$5 (包括簡便午餐及\$1食物券)

Fee: \$5 (Include a light lunch and \$1 food coupon)

[Please Click Here for Registration](#) [請點擊此處報名](#)



查詢請聯絡唐姑娘 FOR ENQUIRY 416-412-4571 EXT.2609

Code 編號	Day 星期	Dates 日期	Course Name 課程名稱	Start 開始 時間	End 完結 時間	# Classes 堂數	Fee 費用 Age55+	Fee 費用 Age54-	Instructor 導師	Description 內容	Remark 備註
1-BC	Mon —	Oct 2 – Dec 18 10 月 2 日 – 12 月 18 日 (no class @Oct 9) (10/9 停課)	Bridge 橋牌班	11:00	1:00	11	\$ 44	\$ 44	John Li	打橋牌能令參與者提高記憶力，運用思考與分析能力，從而可減低患上老人失智症的機會，並能增進夥伴間的溝通和友誼。	6 人以上開班 另加講義費 \$3
1-CTC-18	Mon —	Oct 2 – Dec 18 10 月 2 日 – 12 月 18 日 (no class @Oct 9) (10/9 停課)	Chen Style Tai Chi 18 Forms 陳式太極拳 十八式	9:30	10:45	11	\$99	\$110	Henry Chan	此太極拳由太極大師陳正雷老師所編。是在「陳式老架一路」的基礎上創編的精華。整套路以柔為主，柔中有剛，架勢舒展大方，步法輕靈穩健，身法中正自然。以纏絲勁為核心。動作認腰為主，簡短精細，適合初學人仕。	6 人以上開班
1-CP	Mon —	Oct 2 – Dec 18 10 月 2 日 – 12 月 18 日 (no class @Oct 9) (10/9 停課)	Chinese Painting 中國國畫班	11:00	1:00	11	\$ 132	\$ 143	Patty Li 傅愛如	本課程以教授寫意花鳥為主。請自備生宣紙、毛筆、書畫墨、調色盤、洗筆罐、中國畫色。此課程適合對國畫有基本認識的朋友參加。	只收舊生 如有興趣，可 加入輪候名單
1-OK	Mon —	Oct 16 – Dec 18 10 月 16 日 – 12 月 18 日	Karaoke 卡 拉 OK	1:00	4:00	10	\$35	\$35	No Instructor 不設導師	設 Karaoke，齊唱國、粵、英語歌曲及交友。歡迎 40 歲以上人士參加。	Drop-in: \$6/ session 單節參加： \$6/ 每次
1-MJ	Mon —	Oct 2 – Dec 18 10 月 2 日 – 12 月 18 日 (no class @Oct 9) (10/9 停課)	Music Jamming 口琴、結他及 小型西樂器合 奏	1:15	2:45	11	\$ 38	\$ 38	No Instructor 不設導師	一班志同道合的音樂發燒友，用各自熟識的小樂器如口琴、笛子、結他等，一同奏唱往日歐西民歌、輕快小曲，共渡一個快樂的下午。參加者需已熟用自己的樂器。	Drop-in: \$6/ session 單節參加： \$6/ 每次

Code 編號	Day 星期	Dates 日期	Course Name 課程名稱	Start 開始 時間	End 完結 時間	# Classes 堂數	Fee 費用 Age55+	Fee 費用 Age54-	Instructor 導師	Description 內容	Remark 備註
2-BC	Tue —	Oct 3 – Dec 19 10 月 3 日 – 12 月 19 日	Bridge Club 橋牌會	9:30	1:00	12	每次\$3	每次\$3	John Li	頤康中心為橋牌愛好者，安排了一個地方及時間，讓有興趣的朋友可以一起玩橋牌。你可以單獨或與夥伴一起參加，每人每次費用三元。	
2-LD-1	Tue —	Oct 3 – Dec 19 10 月 3 日 – 12 月 19 日	Line Dance Beginner Class 排舞初班	9:45	11:00	12	\$ 78	\$ 90	Eva Shum	此班教授的舞蹈節奏由慢到中等，動作不會超過 32-48 拍，適合初學或有基本排舞經驗人士參加。	6 人以上開班
2-LD-2	Tue —	Oct 3 – Dec 19 10 月 3 日 – 12 月 19 日	Line Dance Intermediate Class 排舞中班	11:00	12:30	12	\$ 96	\$ 108	Eva Shum	此班教授的舞蹈動作可以去到 64 拍或以上，期望學員能掌握全面的腳步模式和動作，適合排舞經驗豐富的人士參加。	6 人以上開班
2-KB	Tue —	Oct 17 – Dec 19 10 月 17 日 – 12 月 19 日	Keyboard 手提電子琴	1:15	2:45	10	\$ 170	\$ 170	Lilian Chow 周吳美芳	學習使用電子琴彈奏較複雜的中西方流行經典歌曲，加強低音和弦的運用，介紹利用電子琴各項功能，充分在歌曲中的運用，以增加彈奏歌曲的氣氛及效果，並學習更多不同的伴奏形式。適合有彈奏經驗之學員。參加者可自行決定會否帶同電子琴前來上課。	10 人以上開 班 名額 15 位
2-ST	Tue —	Oct 17 – Dec 19 10 月 17 日 – 12 月 19 日	Singing Training Class 歌唱訓練班	3:00	4:30	10	\$150	\$ 150	Lilian Chow 周吳美芳	本課程適合懂閱讀樂譜和有歌唱經驗的學員，導師會選用一些較為複雜的歌曲，使學員能夠進修音準、擴闊音域、氣息運用和對節拍更準確，從而在演繹歌曲時更能掌握一切的技巧和增加信心。	10 人以上開 班 名額 17 位

Code 編號	Day 星期	Dates 日期	Course Name 課程名稱	Start 開始 時間	End 完結 時間	# Classes 堂數	Fee 費用 Age55+	Fee 費用 Age54-	Instructor 導師	Description 內容	Remark 備註
3-YO	Wed 三	Oct 4 – Dec 20 10 月 4 日- 12 月 20 日 (no class @Oct 18,25) (10/18, 25 停課)	Yoga 瑜 珈 班	9:30	10:45	10	90	100	Josephine Luk	課程集中教授瑜珈式子為主， 從練習過程中，循序漸進將身 體柔軟度提升，進而增加肌肉 的強度，改善呼吸、集中力和 平衡力，並能舒緩肩膊、腰、 背痛。	8 人以上開班 名額 20 位
3-CC	Wed 三	Oct 4 – Dec 6 10 月 4 日- 12 月 6 日	Chinese Calligraphy 中國書法班	1:00	2:30	10	\$ 80	\$ 90	Horace Man 文偉德	適合初學者或對中國書法有一 般認識人仕參加。課程介紹書 法源流及各朝代書風。練習多 種書體、歷代名家法帖，章法 的認識及練習。學員需自備老 師指定之紙張。	6 人以上開班 名額 20 位
3-YTC- 24	Wed 三	Oct 4 – Dec 20 10 月 4 日- 12 月 20 日	Yang Style Tai Chi 24 Form 簡化楊家太極 拳 24 式	1:30	2:45	12	\$108	\$120	Henry Chan	簡化太極拳 24 式是由傳統楊式 太極 108 式改編而成，是為了 讓初學者容易學習和掌握，從 而打好基楚及推廣。	6 人以上開班
4-YR	Thur 四	Oct 5 – Dec 21 10 月 5 日- 12 月 21 日	Yang Style Tai Chi 88 Form Refresher Course 楊家太極 88 式 練習班	9:30	10:45	12	\$ 48	\$ 48	Pauline Pau 包美珍	不作教學指導，由導師帶領學 員一同練習。	6 人以上開班
4-CH	Thur 四	Oct 5 – Dec 21 10 月 5 日- 12 月 21 日	Yee Hong Choir 頤康合唱團 (國語授課)	11:00	12:30	12	\$ 84	\$ 96	Richard Wang	導師為台灣著名退休指揮家， 歡迎新舊同學參加，同唱同 樂！ *新同學需要參加試音	6 人以上開班

Code 編號	Day 星期	Dates 日期	Course Name 課程名稱	Start 開始 時間	End 完結 時間	# Classes 堂數	Fee 費用 Age55+	Fee 費用 Age54-	Instructor 導師	Description 內容	Remark 備註
5-GZ	Fri 五	Oct 13 – Dec 22 10 月 13 日 - 12 月 22 日	Guzheng 古箏班	9:30	11:00	11	\$ 110	\$121	May Lee	此課程適合有基本古箏知識之學員繼續進修。請自備 21 弦古箏。老師可代找新舊樂器。	6 人以上開班
5-CO	Fri 五	Oct 6 – Dec 22 10 月 6 日 - 12 月 22 日	Cantonese Opera 粵曲班	11:30	1:00	12	\$120	\$132	Grace Ho	此課程適合對粵曲有基本認識的朋友參加。	10 人以上開班
5-Zu	Fri 五	Oct 6 – Dec 22 10 月 6 日 - 12 月 22 日 (no class @Dec 1) (12/1 停課)	Zumba 尊巴舞班	2:00	3:00	11	\$77	\$88	Sindy Mak	Zumba簡單易學，就算你完全不懂舞蹈，也可以很快隨着音樂節拍跟上簡易的步伐，舞動身體，作全身的運動。 Zumba舞蹈融合了健身和娛樂，每一堂課都像參加派對一樣，令人有振奮的感覺！	6 人以上開班
5-OK	Fri 五	Oct 6 – Dec 22 10 月 6 日 - 12 月 22 日	Karaoke 卡 拉 OK	1:00	4:00	12	\$42	\$42	No Instructor 不設導師	設Karaoke，齊唱國、粵、英語歌曲及交友。歡迎40歲以上人士參加。	Drop-in: \$6/ session 單節參加： \$6/ 每次



誠邀您加入我們
成為實體或網上課程導師
服務社群 拓展所長 提高自我



Communication Technology Workshop

一對一電腦及智能手機應用工作坊

為你提供一對一個別指導，內容將根據你個人學習的需要度身定制，例如如何利用電腦、智能電話上網、收發電郵及訊息、下載軟件、進行視像通話、使用社交媒體和了解在線安全等。

地點：Yee Hong Mississauga

(5510 Mavis Rd, Mississauga, ON L5V 2X5)

費用：\$10 / 45 分鐘

報名：致電預約時間

(416.412.4571 ext. 4610)



服務條款 Terms of Services

- By enrolling, participants agree to our terms of services.
參加者一經註冊即表示同意我們的服務條款。
- Course materials and photocopying costs are not included in the course fees.
所有課程不包括材料費及影印費。
- Priority registration is given to full course participants.
參加全期課程學員可優先登記。
- Participants who are unable to attend full course and request to pay pro-rated fees will be put on the waiting list pending availability of vacancies. Course fees will be prorated per class plus an additional 10% administration fee. The total will be rounded up to the nearest dollar.
凡未能參加全期課程的學員若要求按比例交費，需先列入輪候名單，待開課前再根據所餘名額登記參加。收費按學員所參加的堂數比例計算，並加收 10%附加費，如有零碎之尾數均進為一元。
- No refund after beginning of the course.
興趣班一經開課，恕不接受退款申請。
- Participants may withdraw at least one week prior to the course start date and receive refund of course fee minus \$5 administration fee for each course.
學員如因個人理由要求退學，需於開課前一星期申請。一經批准，每課程將扣除行政費 \$5 後，退回餘款。
- No refund or transfer to next course due to participant's absence.
學員因個人理由要中途缺課，學位不能私自轉讓他人或要求保留學位至下一期課程。
- Course fees are not refundable for not attending all sessions. No trial class is offered.
學員如未能上足全期課程，恕不退回學費差額，亦不設試堂。
- Missed classes cannot be made up due to participant absenteeism, power shutdown, emergencies, or maintenance and facility closings.
如因學員缺課、停電、維修或突發事件，場地關閉，將不設補課。
- All courses are conducted in Cantonese unless indicated as Mandarin or English teaching.
除註明用國語或英語教授外，各課程以粵語教授。
- Consult your doctor before you begin any exercise program. Yee Hong Centre does not assume liability for loss, injury, of any kind in connection with our program.
參與任何運動班，請先向閣下之醫生查詢是否合適。如參加某些運動引致不適或身體受傷，一切責任及後果與頤康中心無關。
- If any courses are added, modified and changes will be announced at Yee Hong Centre.
課程如有增加或更改，請留意中心公佈。
- In the event of any disputes, the decision of the Yee Hong Centre shall be final.
如有任何爭議，頤康中心保留最終決定權。

Payment: After registration, we will send you the confirmation and payment method.

付款安排: 報名後我們將向你發送電郵確認課程及付款方式。

Enquiry 查詢電話：(416) 412- 4571 內線 ext. 4610 或 內線 ext. 2609