







| MONDAY | TUESDAY | WEDNESDAY | THURSDAY | FRIDAY |
|--|---|---|--|---|
|  | | 1 11:00 Exercise 11:45 Dominoes 1:30 B I N G O | 2 11:00 Exercise 11:45 Over / Under 1:30 Music w/ Arlo | 3 11:00 Exercise 11:45 Go fish 1:30 Word games / Ladies luxury |
| | | 6 11:00  w/ Monika 11:45 Shopaholic 1:30 B I N G O | 7 11:00 Exercise 11:45 Penny Ante 1:30 Sticks up | 8 11:00 Exercise 11:45 Blackjack 1:30 Music w/ Eudora |
| 13  Centre is closed | 14 11:00 Exercise 11:45 UNO 1:30 B I N G O | 15 11:00 Exercise 11:45 Lucky dice 1:30 Active games | 16 11:00 Exercise 11:45 Dominoes 1:30 Price is right | 17 11:00 Exercise 11:45 Over / Under 1:30 Music w/ Lily Lu |
| 20 11:00 Exercise 11:45 Go fish 1:30 Word games / Ladies luxury | 21 11:00 Exercise 11:45 Shopaholic 1:30 Pictionary | 22 11:00 Exercise 11:45 Penny Ante 1:30 Name that tune  | 23 11:00 Exercise 11:45 Blackjack 1:30 B I N G O | 24 11:00 Exercise 11:45 Mega match 1:30 Concerts in care |
| 27 11:00 Exercise 11:45 UNO 1:30 Music w/ Carol | 28 11:00  w/ Monika 11:45 Lucky dice 1:30 Craft | 29 11:00 Exercise 11:45 You be the judge 1:30 Price is right | 30 11:00 Exercise 11:45 Dominoes 1:30 Music w/ Eudora |  |

Programs subject to change

Here are the zoom links to join us online:

Zoom Link Exercise Daily at 11:00am

<https://us02web.zoom.us/j/86538661040>

Morning exercises continues as hybrid (online and in-person)

ASK Friendship Society

7405 Paulson St. Vancouver B.C. V6P 6M7 Ph: 604 263 7333 Fax: 604 263 6511

www.askcentre.ca

| 星期一 | 星期二 | 星期三 | 星期四 | 星期五 |
|---|--|---|---|---|
|  | | 1 11:00 長者運動 11:45 地多米諾骨牌 1:30  | 2 11:00 長者運動 11:45 或大或小 1:30 Arlo 音樂會 | 3 11:00 長者運動 11:45 釣魚卡 1:30 英文字遊戲 女士俱樂部 |
| 6 11:00 尊巴舞 11:45 購物狂 1:30  | 7 11:00 長者運動 11:45 一分錢賭注 1:30 舉高支棒 | 8 11:00 長者運動 11:45 廿一點 1:30 Eudora 音樂會 | 9 11:00 長者運動 11:45 大型配對 1:30 工藝美術  | 10 11:00 長者運動 11:45 若你是法官 1:30 猜猜歌曲名稱 |
| 13  中心休息一天 | 14 11:00 長者運動 11:45 UNO遊戲 1:30  | 15 11:00 長者運動 11:45 幸運骰子 1:30 活躍遊戲 |  16 11:00 長者運動 11:45 地多米諾骨牌 1:30 正確價錢 | 17 11:00 長者運動 11:45 或大或小 1:30 Lily Lu 音樂會 |
| 20 11:00 長者運動 11:45 釣魚卡 1:30 英文字遊戲/ 女士俱樂部 | 21 11:00 長者運動 11:45 購物狂 1:30 猜猜畫畫 | 22 11:00 長者運動 11:45 一分錢賭注 1:30 猜猜歌曲名稱  | 23 11:00 長者運動 11:45 廿一點 1:30  | 24 11:00 長者運動 11:45 大型配對 1:30 護理音樂會 |
| 27 11:00 長者運動 11:45 UNO遊戲 1:30 Carol 音樂會 | 28 11:00 尊巴舞 11:45 幸運骰子 1:30 工藝美術 | 29 11:00 長者運動 11:45 若你是法官 1:30 正確價錢 | 30 11:00 長者運動 11:45 地多米諾骨牌 1:30 Eudora 音樂會 |  |

節目可能有更改

Zoom Link 早上11:00 運動

<https://us02web.zoom.us/j/86538661040>

長者運動是用混合形式(實體+網上)進行。