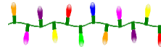
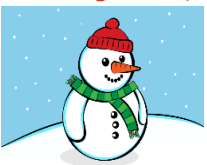


# GMW DECEMBER ACTIVITIES 2019 SS

| SUNDAY                                                                                                                                                          | MONDAY                                                                                                                                                                              | TUESDAY                                                                                                                                                                                | WEDNESDAY                                                                                                                                                                                        | THURSDAY                                                                                                                                                                                                            | FRIDAY                                                                                                                                                                                                                                       | SATURDAY                                                                                                                                                                                                                |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>1</b><br><b>1:00 特别Bingo时间! (LI)</b><br>                                    | <b>2</b><br>9:00 健康俱樂部 (LI)<br>10:15 健康俱樂部 (LI)<br>12:00 乒乓球! (LI)<br>                             | <b>3</b><br>8:30 走一走小組 (MBSR)<br>9:00 Bingo 小遊戲! (LI)<br><b>9:30 血壓檢查 (GP)</b><br><b>10:00 喝杯咖啡 (MBSR)</b><br>10:30 乒乓球! (LI)<br><b>2:00 護士教育! (LI)</b>                                | <b>4</b><br>9:00 健康俱樂部 (LI)<br><b>9:45 烹飪示范! (DR)</b><br>                                                     | <b>5</b><br>8:30 走一走小組 (Potiker)<br><b>9:00 白象拍賣! (LI)</b><br>                                                                   | <b>6</b><br><b>9-11 老年法律 (Clinical)</b><br>9:00 健康俱樂部 (LI)<br>                                                                                            | <b>7</b><br>                                                                                                                         |
| <b>8</b><br>                                                                   | <b>9</b><br>9:00 健康俱樂部 (LI)<br>10:15 健康俱樂部 (LI)<br>12:00 乒乓球! (LI)<br>                             | <b>10</b><br>8:30 走一走小組 (MBSR)<br>9:00 Bingo 小遊戲! (LI)<br><b>9:30 血壓檢查 (GP)</b><br>10:00 喝杯咖啡 (MBSR)<br><b>10:10 UCSD 音乐会! (DR)</b><br><b>12:30 Sharp 介绍 (LI)</b><br>2:00 乒乓球! (LI)    | <b>11</b><br>9:00 健康俱樂部 (LI)<br>10:15 健康俱樂部 (LI)<br>12:30 通訊委員會 (LI)<br>1:00 籌款委員會 (LI)<br>1:30 市民參與 (LI)<br> | <b>12</b><br>8:30 走一走小組 (Potiker)<br><b>8:30 瑜伽! (LI)</b><br>10:20 Bingo 小遊戲! (LI)<br><b>1:00 太極! (LI)</b><br>2:30 乒乓球! (LI)<br> | <b>13</b><br>9:00 健康俱樂部 (LI)<br>10:15 健康俱樂部 (LI)<br>11:45 乒乓球! (LI)<br><b>1:00 星期五@电影 (LI)</b><br><b>2:30 圣诞树修剪派对 (DR)</b>                                | <b>14</b><br>                                                                                                                        |
| <b>15</b><br><b>1:45 假日派对! (DR)</b><br>                                        | <b>16</b><br>9:00 健康俱樂部 (LI)<br><b>9:30 阅读遗产 (MBSR)</b><br>10:15 健康俱樂部 (LI)<br>12:00 乒乓球! (LI)<br> | <b>17</b><br>8:30 走一走小組 (MBSR)<br>9:00 Bingo 小遊戲! (LI)<br><b>9:30 喝杯咖啡 (GP)</b><br>10:00 喝杯咖啡 (MBSR)<br><b>1:00 歷史傢伙! (LI)</b><br>2:30 乒乓球! (LI)                                       | <b>18</b><br>9:00 健康俱樂部 (LI)<br>10:15 健康俱樂部 (LI)<br>12:30 通訊委員會 (LI)<br>1:00 籌款委員會 (LI)<br>1:市民參與 (LI)<br><b>2:30 生日聚會! (DR)</b>                                                                 | <b>19</b><br>8:30 走一走小組 (GMW Lobby)<br>10:20 Bingo 小遊戲! (LI)<br><b>11:30 PAWS 宠物食品</b><br><b>1:30 健脑101 (LI)</b><br>2:30 乒乓球! (LI)                                                                                  | <b>20</b><br><b>9-11 老年法律 (Clinical)</b><br>9:00 健康俱樂部 (LI)<br>10:15 健康俱樂部 (LI)<br>11:45 乒乓球! (LI)<br><b>1:00 星期五@电影 (LI)</b> <br><b>2:30 冰淇淋社交! (DR)</b> | <b>21</b><br><b>1:00 假日工艺杯 (LI)</b><br><br><b>Joy to the World!</b>                                                                  |
| <b>22</b><br><b>1:00 特别Bingo时间! (LI)</b><br><br>Happy<br>First Day of Winter | <b>23</b><br>9:00 健康俱樂部 (LI)<br>10:15 健康俱樂部 (LI)<br>12:00 乒乓球! (LI)<br>                          | <b>24</b><br>8:30 走一走小組 (MBSR)<br>9:00 Bingo 小遊戲! (LI)<br><b>9:30 血壓檢查 (GP)</b><br>10:00 喝杯咖啡 (MBSR)<br><b>12:30 大聲寫出來! (LI)</b><br><b>Center Hours: 7-2pm</b><br><b>Christmas Eve</b> | <b>25</b><br><br><b>Center Hours: 10:00am-2:00pm</b><br><b>没有活动</b>                                         | <b>26</b><br>8:30 走一走小組 (Potiker)<br>10:20 Bingo 小遊戲! (LI)<br><b>1:00 太極! (LI)</b><br>2:30 乒乓球! (LI)<br>                       | <b>27</b><br>9:00 健康俱樂部 (LI)<br>10:15 健康俱樂部 (LI)<br>11:45 乒乓球! (LI)<br><b>1:00 星期五@电影 (LI)</b><br>                                                      | <b>28</b><br>                                                                                                                      |
| <b>29</b><br><b>1:00 特别Bingo时间! (LI)</b><br>                                 | <b>30</b><br>9:00 健康俱樂部 (LI)<br>10:15 健康俱樂部 (LI)<br>12:00 乒乓球! (LI)<br>                          | <b>31</b><br>8:30 走一走小組 (MBSR)<br>9:00 Bingo 小遊戲! (LI)<br><b>9:30 血壓檢查 (GP)</b><br>10:00 喝杯咖啡 (MBSR)<br>2:00 乒乓球! (LI)<br><b>NEW YEAR'S EVE</b>                                        |                                                                                                             |                                                                                                                                |                                                                                                                                                         | <br><b>SERVING SENIORS</b><br>1525 Fourth Avenue<br>San Diego, CA 92101<br>(619) 235-6538<br><b>*Activities subject to change!</b> |

## **GMW DECEMBER ACTIVITIES 2019 SS**