

APPLEGROVE SENIORS

- FEB 2023

MON	TUE	WED	THU	FRI
		1 咨询会 10 AM - 12 PM 苹果园 休息室	2 排舞 10 AM 游戏 11 AM 徒步组 12:30 PM	3 西班牙语 10 AM - 1 PM
6 瑜伽 11 AM	7 排舞 10 AM 美食冠军 11 AM	8 日场电影&午餐 11 AM	9 排舞 10 AM 游戏 11 AM 徒步组 12:30 PM	10 西班牙语 10 AM - 1 PM
13 瑜伽 11 AM	14 排舞 10 AM 美食冠军 11 AM	15	16 排舞 10 AM 游戏 11 AM 徒步组 12:30 PM	17 西班牙语 10 AM - 1 PM
20 家庭日 中心关闭	21 排舞 10 AM 美食冠军 11 AM	22 毛线编织 10 AM - 12 PM	23 排舞 10 AM 游戏 11 AM 徒步组 12:30 PM	24 西班牙语 10 AM - 1 PM
27 瑜伽 11 AM	28 排舞 10 AM 美食冠军 11 AM			

****NEW - Cooking Program****
Join us February 16 from 11 to 1
at the NFH (1470 Gerrard St. E)
for a session on how to make
Asian dumplings (potstickers)



Please register for all programs to help us with our planning.

All Applegrove programs are now in person unless otherwise indicated.

Steps to Connect:

With the phone

1. Dial 647-558-0588
2. Enter the 10-digit MEETING ID 97774279888 then press #
3. Enter PASSWORD 0 then press #

Online

Call 647-548-8143 or email seniors@applegrovecc.ca for log-in information.



647 - 548 - 8143



seniors@applegrovecc.ca

PROGRAM DESCRIPTIONS

FEB 2023



YOGA



这个较温和的瑜伽课程在NFH的前厅大厅空间提供。

费用: \$30/8课时 地址: Neighbourhood Food Hub - 1470 Gerrard St. E.

LINE DANCING



E跟Yvonne讲师一起陶醉在音乐、运动和交流中. 费用: \$20/年费.

地址: SH Armstrong. Limited space available.

GAMES



您是否很怀念玩桥牌、杜松子酒和尤克? 星期二快来加入到我们的行列吧参加友好的纸牌游戏、多米诺骨牌游戏、愉快的交谈和一些小吃。 地址: Applegrove Lounge

FOOD CHAMPIONS



您希望在您的社区做志愿者并了解食品处理和安全常识吗? 这种持续的志愿者机会在2月的星期二继续进行。

地址: Neighbourhood Food Hub - 1470 Gerrard St. E.

WALKING CLUB



快来加入到我们的邻里徒步活动来, 使自己活跃起来! 注册并获得启动工具包: 包括计步器、水瓶和其它好东西!

地址: Queen St & Coxwell Ave. (south-west corner)

SPANISH LANGUAGE CLASSES



现有两个级别的(初级、中级)西班牙语课, 来挑战一下自己, 学一些西班牙语!

费用: \$30/8课时 地址: via ZOOM (zoom视频)

MOVIE MATINEE



JUMANJI: 更上一层楼!!! 来跟我们一起观看这部动感十足的电影, 让我们在欢歌笑语中边看电影便享用午餐。 费用: \$5 地址: Applegrove Lounge

NEW PROGRAMS



老年人烹饪: 学习如何制作亚洲饺子。 地址: NFH - 1470 Gerrard St. E.

针织: 欢迎所有级别的学生, 您可以带携带您当前的作品, 我们会为无法自带的人提供针和毛线。 地址: Applegrove Lounge

INCOME TAX CLINICS



周三开始免费办理您的2022年所得税申报表活动, 电话预约416-461-8143与办公室联系以确保你的位置

Icon Guide:



In-person



Virtual- Zoom



Paid