

APPLEGROVE SENIORS



SEPTEMBER 2026

MON	TUE	WED	THU	FRI
有兴趣为你的同龄人 组织一场研讨会 或活动吗? 欢迎参加我们的“同龄人引导咨询会议”, 共同探讨这一激动人心的机会。时间: 9月14日 (星期一) 中午12:30 至下午2:30 地点: Applegrove休息室, 伍德菲尔德路60号		2 宾果 下午1点至2点	3 ⑤ 排舞 下午1点至3点 混合式椅子舞 上午10:50-11:30 社交圈 上午11:45-下午1:00	4 新地址: 东区 美食中心 杰拉德东街1470号
7 劳动节, 阿普格罗夫将暂停营业。	8 美食冠军 上午11点至下午2点	9 尤克里里 下午1点至2:30分 	10 ⑤ 排舞 下午1点至3点 混合式椅子舞 上午10:50-11:30 社交圈 上午11:45-下午1:00	11 西班牙语社交 上午10:30-11:45 邮轮之旅开始报名 下午1点 
14 同伴辅导 咨询会议 下午12:30-2:30 请于9月11日前报名	15 排舞 上午10点至中午12点 阿迦汗博物馆 DIY托特包装饰工作坊 上午10点至下午3点	16 尤克里里 下午1点至2:30分 	17 ⑤ 排舞 上午10点至中午12点 混合式椅子舞 上午10:50-11:30 社交圈 上午11:45-下午1:45	18 西班牙语社交 上午10:30-11:45 游轮之旅 抽签 下午3点 
21 剪贴簿制作! 上午10点至下午2点 阿普格罗夫休息室, 伍德菲尔德路60号 请于9月14日前报名 	22 排舞 上午10点至中午12点	23 尤克里里 下午1点至2:30分 	24 ⑤ 排舞 上午10点至中午12点 混合式椅子舞 上午10:50-11:30 社交圈 上午11:45-下午1:45	25 西班牙语社交 上午10:30-11:45 读书会 下午1:30-2:30 
28 长者咖啡馆 下午3点至5点 东区食品中心 杰拉德东街1470号 	29 ⑤ 排舞 上午9:30-11:30 返校回忆 下午12:30-2:30。 费用: 5加元 SH Armstrong 请于9月23日前报名	30 ⑤ 格兰德河 游船之旅 上午8:15-下午5:30 	⑤ 艺术工作坊: 剪贴簿制作! 学习各种装订和纸艺装饰技巧, 制作属于自己的笔记本或纪念册。 9月21日 上午10点至下午2点 @ Applegrove。 	

请报名参加所有活动, 以便我们进行安排。欢迎大家参加我们的活动。如果您因经济原因无法参加, 请致电艾达商谈。

647 - 548 - 8143
seniors@applegrovecc.ca
60 Woodfield Rd
M4L 2W6 Toronto, ON

返校回忆, 毕业班庆典: 快来享受一个充满故事、欢笑和怀旧的下午吧! 让我们一起重温“当年”的校园生活, 共同庆祝那些伴随我们一生的美好回忆!



9月29日 下午**12:30-2:30** 地点: **SH Armstrong**, 多功能厅, 伍德菲尔德路**56**号

排舞课程重启 地点: **SH Armstrong** 多功能厅, 伍德菲尔德路**56**号 **9月15**日起, 每周二、周四上午**10**点至**12**点

Learn more about our programs and activities: www.applegrovecc.ca

PROGRAM DESCRIPTIONS

SEPTEMBER 2026 CALENDAR

HYBRID CHAIR DANCE CLASS

New
location

9月3日、10日、17日和24日（星期四）。上午10:50-11:30。免费参加，但每次课程均需报名。地点：东区食品中心（East End Food Hub），杰拉德东街1470号，地下一层。由“每日舞蹈连接”（DDC）和“与帕金森共舞”（DWP）联合举办的混合式椅子舞课程，欢迎所有长者参加！我们将通过大屏幕播放直播课程，大家跟随老师的舞步一起跳！进行轻松的锻炼，享受音乐的乐趣！舞课结束后，欢迎留下来参加我们的“社交圈”活动，现场提供简便茶点。

THE SOCIAL CIRCLE

New
location

9月3日和10日（星期四）上午11:45至下午1:00；9月17日和24日（星期四）上午11:45至下午1:45 地点：东区食品中心（East End Food Hub），杰拉德东街1470号。免费参加，但需提前报名。这是一个温馨友好的每周开放式活动，长者们可以齐聚一堂，放松身心、交流互动、乐在其中。无论您喜欢棋盘游戏、纸牌、麻将、手工制作还是编织，这里总有一款适合您。您可以带来正在进行的手工作品，尝试新事物，或者只是品一杯茶，享受愉快的交谈。

美食冠军

9月8日星期二，上午11点至下午2点。报名截止日期为9月4日。免费参加，但需提前报名。地点：东区食品中心（The East End Food Hub），杰拉德东街1470号地下室。这是一个友好的长者团体，大家齐聚一堂，共同烹饪、分享食谱、享用美味佳肴，并在温馨友好的氛围中交流互动。该活动每月举行一次，时间定在周二。

西班牙社交

9月11日起，每周五上午10:30至11:45。免费参加，但需提前报名。地点：Applegrove Lounge，伍德菲尔德路60号。这是一个充满乐趣且氛围友好的社交团体，面向有兴趣练习西班牙语的成年人和老年人。您可以在这里探索西班牙的传统与活动，享受愉快的陪伴，同时在社区中结交新朋友。建议具备基础的西班牙语理解能力。

尤克里里俱乐部

9月9日起，每周三下午1:00 - 2:30。免费参加，但需提前报名。地点：Applegrove Lounge，伍德菲尔德路60号 欢迎加入我们这个充满欢乐的尤克里里俱乐部，这里氛围轻松、热情友好。我们将演奏耳熟能详的曲目，互相学习，以轻松的节奏享受共同演奏的乐趣。俱乐部提供尤克里里，您也可以自带。无需任何经验。

阿迦汗博物馆

9月15日星期二，上午10点至下午3点。地点：上午10点在Applegrove（伍德菲尔德路60号）集合。下车地点：Applegrove。我们将乘坐校车前往阿迦汗博物馆。免费参加。报名截止日期为9月10日。可穿戴艺术：装饰你的专属托特包。在本环节中，参与者可以释放内心的艺术家，将一个普通的托特包变成一件独一无二、可穿戴的杰作，图案和装饰灵感均源自博物馆展品。

格兰德河游船之旅



9月30日星期三，上午8:15至下午5:45。费用：70加元，包含旅游大巴、午餐、格兰德河游船及“Blazing Fiddles”表演。集合地点：上午8:15在Applegrove（伍德菲尔德路60号）集合。下车地点：麦当劳（伍德沃德大道31号）。报名于9月11日下午1点开始。报名截止日期为9月14日。抽签将于9月18日下午3点进行。提供补贴，详情请致电艾达（Aida）咨询：647-548-8143。

Icon Guide:



Fee to attend

Ontario