



Senior Persons Living Connected

Seniors Active Living Centre



salc.splc.ca



recreation@splc.ca



(416) 493-3333 x 802



fb.com/splcweb



3333 Finch Avenue East
Scarborough, Ontario
M1W 2R9

耆樂中心 活動指南 - 2025 年 4 月至 6 月

課程/活動 (指導老師)	課堂 次數	費用	日程	日期	地點	時間
藝術與手工藝課程						
繪畫俱樂部 - 丙烯畫(Susan)	1	\$ 15	第2個 週五	4月11日、5月9日及 6月13日	活動室	上午10:00 - 12:30
繪畫俱樂部練習課(無指導老師)	1	\$ 5	第3個 週五	4月18日、5月16日及 3月20日	活動室	上午10:00 - 12:30
手工&藝術小組	10	\$ 0	週三	4月2日 - 6月25日	活動室	上午11:00 - 下午2:00
數位藝術	5	\$20	週五	5月2日 - 5月30日	Zoom	下午4:00 - 5:00
電腦課程						
一對一技術支援 (Sipan) 英語	NA	\$5	週三	4月2日 - 6月25日	電腦室	上午10:00 - 12:30
一對一技術支援 (Kevin) 英語 / 粵語	NA	\$5	週四	4月3日 - 6月26日	電腦室	上午9:30 - 11:30
務請提前註冊並預訂一對一1/2小時時段，並準時到場，每次課程費用為\$2						
舞蹈課程						
排舞1級 (Irene) 英語 / 粵語	12	\$ 96	週二	4月1日 - 6月17日	康樂室	上午10:00 - 11:00
排舞2級 - A (Irene) 英語 / 粵語	12	\$ 96	週二	4月1日 - 6月17日	康樂室	上午11:30 - 12:30
排舞2級 - B (Irene) 英語 / 粵語	12	\$ 96	週四	4月3日 - 6月19日	康樂室	上午11:30 - 12:30
排舞中級班(Lily) 英語 / 粵語	12	\$ 40	週三	4月2日 - 6月25日	康樂室	上午9:45 - 11:00
節拍健身舞(Lea) 英語 / 粵語	10	\$ 50	週四	4月10日 - 6月12日	康樂室	下午3:00 - 4:00
排舞1級 (Yvonne) 英語 / 粵語	10	\$ 80	週五	3月28日 - 6月13日	康樂室	下午2:00 - 3:00
排舞2級 (Yvonne) 英語 / 粵語	10	\$ 80	週五	3月28日 - 6月13日	康樂室	下午12:30 - 1:45
教學課程						
指穴療壓(Philip Mo) 英語 / 粵語	10	\$ 100	週一	4月7日 - 6月16日	活動室	上午9:30 - 10:45
西班牙語學習(Margarita)	10	\$ 80	週一	4月7日 - 6月16日	活動室	下午3:00 - 4:00



Senior Persons Living Connected

Seniors Active Living Centre



salc.splc.ca



recreation@splc.ca



(416) 493-3333 x 802



fb.com/splcweb



3333 Finch Avenue East
Scarborough, Ontario
M1W 2R9

耆樂中心 活動指南 - 2025 年 4 月 至 6 月

課程/活動 (指導老師)	課堂次數	費用	日程	日期	地點	時間
健身課程						
太極 (WU) 高級 (Philip Mo)	10	\$ 100	週一	4月7日 - 6月16日	康樂室	上午11:00 - 12:15
輕柔運動 I (Lea) 英語	10	\$ 50	週二	4月8日 - 6月10日	康樂室	下午1:00 - 2:00
乒乓球A	12	\$ 24	週三	4月2日 - 6月25日	康樂室	下午2:00 - 3:30
乒乓球B	12	\$ 24	週三	4月2日 - 6月25日	康樂室	下午3:30 - 5:00
迷你網球	12	\$ 24	週四	4月2日 - 6月25日	康樂室	上午9:00 - 11:00
簡化太極拳	14	\$ 24	週五	5月2日 - 8月8日	康樂室	上午9:00 - 10:00
遊戲						
午後棋盤遊戲	12	\$ 5	週一	4月7日 - 6月30日	康樂室	下午1:00 - 3:00
BBO橋牌網絡群組(Stephen)	12	\$ 0	週二	4月1日 - 6月24日	網絡	下午12:30 - 3:00
賓果遊戲 A (SALC志願者)	5	\$ 10	週四	4月10日 - 5月8日	康樂室	下午1:30 - 2:30
賓果遊戲 B (SALC志願者)	5	\$ 10	週四	5月22日 - 6月19日	康樂室	下午1:30 - 2:30
音樂課程						
耆英混聲合唱團 (英語 / 粵語)	12	\$ 40	週四	4月3日 - 6月26日	聖保羅教堂	上午10:00 - 12:00
聲樂技巧訓練班 (英語 / 粵語)	8	\$ 90	週二	4月1日 - 6月24日	活動室	下午12:30 - 3:00 / 3:30 - 6:00
社交/休閒活動						
菲律賓裔聚會(Lea)	2	\$ 0	第2個週二	4月8日, 5月13日 及	康樂室	下午2:30 - 4:00
拉丁舞聚會	2	\$ 0	第3個週二	4月15日, 5月20日 及	康樂室	下午2:30 - 4:00



Senior Persons Living Connected

Seniors Active Living Centre



salc.splc.ca



recreation@splc.ca



(416) 493-3333 x 802



fb.com/splcweb



3333 Finch Avenue East
Scarborough, Ontario
M1W 2R9

耆樂中心 活動指南 - 2025 年 4 月 至 6 月

社交/休閒活動

斯里蘭卡裔聚會 (Siva)	2	\$ 0	第3 個週 二	5月20日 及 6月17日	康樂室	下午4:30 - 5:30
午後電影 (Siva)	3	\$ 0	最後 一個 週五	4月25日、5月30日 及6月27日	康樂室	下午3:30 - 5:30

特別活動

慶祝泰米爾新年	1	\$5	週一	4月21日	康樂室	下午5:30 - 6:30
SALC 春季茶話會 & 母親節音樂會	1	\$10	週四	5月15日	康樂室	下午1:00 - 2:30

SALC課程註冊及幫助

SALC課程及活動線上註冊（更多資訊請參閱本指引背面）

如需協助報名課程 / 活動請來電

416 493 3333 轉 802

或透過Email: salc@splc.ca

SALC 辦公時間：週一至 週五 上午9:00至下午4:30

註：有關課程說明及有關SALC課程及活動的更多資訊，請於salc.splc.ca網站在線訪問我們的課程指引



SPLC's Active Living Centre Programs are partly funded by the
City of Toronto—Community Service Partnership Programs
and Ministry for Seniors and Accessibility—Seniors Active Living Centres (SALC) Program.





Senior Persons Living Connected Seniors Active Living Centre

 salc.splc.ca

 recreation@splc.ca

 (416) 493-3333 x 288

 fb.com/splcweb

 3333 Finch Avenue East
Scarborough, Ontario
M1W 2R9

如何透過SPLC網站註冊SALC 課程

步驟1: 訪問網站: salc.splc.ca 點擊: 「在此註冊」



步驟2: 您現在將看到網頁註冊頁面。請在指定欄位中輸入您的聯絡資訊。* 為必填欄位。

步驟3: 填寫完資訊後，向下捲動至「Program」。您將看到以藍色字體顯示的不同課程類別：電腦、舞蹈、教育、健身、音樂、遊戲、社交、特別活動 例如：以排舞為例，選擇「舞蹈」並選擇您喜歡的舞蹈課程。

步驟4: 選擇項目後，請核查總金額。

步驟5: 選擇課程後，請驗證總金額。每次註冊可註冊4項課程。

(倘總金額為0.00，請選擇“現場支付”，並且您無需去SPLC現場付款。所有超過10CAD的金額必須通過信用卡在線支付。現場支付 - 現金/支票/信用卡或借記卡 - 請移步康樂室辦公室付款)。

然後點選「提交」。您將看到一條確認訊息並收到透過電子郵件發送的收據。(倘您在底部看到紅色內容，請檢查並修正任何錯誤/缺失資訊。)



SPLC活力生活中心計劃的部分資金來源為多倫多市的社區服務夥伴計劃及長者和無障礙部的長者活力生活中心(SPLC)計劃。

