
























# ஹார்மணி நிலையம் South Riverdale

## சமூக சுகாதார நிலையத்தின் ஒரு நிகழ்ச்சி

### புரட்டாசி 2017



ஞாயிறு	திங்கள்	செவ்வாய்	புதன்	வியாழன்	வெள்ளி	சனி
		<p><b>2 GOWER ST, ON M4B 1E2</b></p> <p><b>TEL: 416-752 0101</b></p> <p><b>FAX: 416-752-8868</b></p> <p><b>www.call-a-service.com</b></p>			<p><b>1</b></p> <p>10:00-11:00 உடற் பயிற்சி (10 Gower Street) சீனமக்களின் கூட்டம்</p> 	<p><b>2</b></p>
<p><b>3</b></p> <p></p> <p>தொழிலாளர் தினம் (அலுவலகம் மூடப் பட்டிருக்கும்)</p>	<p><b>4</b></p> <p>9:15 கணணி (பேஸிக்) 10:15-11:15 யோகாசனம் 11:30 ஆங்கில வகுப்பு 12.30 மதிய உணவு</p> 	<p><b>5</b></p> <p>9:30-10:30 யோகாசனம் 11:30-12:30-CTC யோகாசனம்</p> 	<p><b>6</b></p> <p>9-10 யோகாசனம் STC 11-12 உடற்பயிற்சி CTC 11:15-1:15 பல்கலாசார நடனம்</p> 	<p><b>7</b></p> <p>10:00-11:00 உடற் பயிற்சி (10 Gower Street) சீனமக்களின் கூட்டம்</p> 	<p><b>8</b></p>	<p><b>9</b></p>
<p><b>10</b></p> <p>9:15 - 10:15 உடற்பயிற்சி-H.H 11:00-12:00 உடற்பயிற்சி-CTC</p> 	<p><b>11</b></p> <p>9:15 கணணி (பேஸிக்) 10:15-11:15 யோகாசனம் 11:30 ஆங்கில வகுப்பு 12.30 மதிய உணவு</p> 	<p><b>12</b></p> <p>9:30-10:30 யோகாசனம் 11:30-12:30 CTC - யோகாசனம் 12:30-2:00 நடன வகுப்பு</p> 	<p><b>13</b></p> <p>9-10 யோகாசனம் STC 11-12 உடற்பயிற்சி CTC 11:15-1:15 பல்கலாசார நடனம்</p> 	<p><b>14</b></p> <p>10:00-11:00 உடற் பயிற்சி (10 Gower Street) சீனமக்களின் கூட்டம்</p> 	<p><b>15</b></p>	<p><b>16</b></p>
<p><b>17</b></p> <p>9:15 - 10:15 உடற்பயிற்சி-H.H 11:00-12:00 உடற்பயிற்சி-CTC</p> 	<p><b>18</b></p> <p>9:15 கணணி (பேஸிக்) 10:15 யோகாசனம் 11:30 ஆங்கில வகுப்பு 12:30 பிறந்தநாள் உணவு</p> 	<p><b>19</b></p> <p>9:30-10:30 யோகாசனம் 11:30-12:30-CTC-யோகாசனம் 12:30-2:00- நடன வகுப்பு</p> 	<p><b>20</b></p> <p>9-10 யோகாசனம் STC 11-12 உடற்பயிற்சி CTC 11:15-1:15 பல்கலாசார நடனம்</p> 	<p><b>21</b></p> <p>10:00-11:00 உடற் பயிற்சி (10 Gower Street) சீனமக்களின் கூட்டம்</p> 	<p><b>22</b></p>	<p><b>23</b></p>
<p><b>24</b></p> <p>9:15-10:15 உடற்பயிற்சி- அங்கத்துவம் புதுப்பிக்கும் நாள் 10:00-2:00 மணிவரை</p> 	<p><b>25</b></p> <p>10:00 - 11:00 யோகாசனம் 11:30 - 2:30 சரஸ்வதிப்பூஜை</p> 	<p><b>26</b></p> <p>9:30-10:30 யோகாசனம் 11:30 - 12:30 CTC-யோகாசனம் 12:30-2:00 நடன வகுப்பு</p> 	<p><b>27</b></p> <p>9-10 யோகாசனம் STC 11-12 உடற்பயிற்சி CTC 11:15-1:15 பல்கலாசார நடனம்</p> 	<p><b>28</b></p> <p>10:00-11:00 உடற் பயிற்சி (10 Gower Street) சீனமக்களின் கூட்டம்</p> 	<p><b>29</b></p>	<p><b>30</b></p>



# Harmony Hall Centre for Seniors

## A Program of South Riverdale Community Health Centre

### September 2017



Sun-	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	Sa
		<p><b>2 GOWER ST, ON M4B 1E2</b>  <b>TEL: 416-752 0101</b>  <b>FAX: 416-752-8868</b>  <b>www. call-a-service.com</b></p>			<p><b>1</b> <b>2</b></p> <p>10:00-11:00            Gentle Fitness            (10 Gower Street)  <b>Chinese Social</b></p>	
<b>3</b>	 <p><b>Labour Day</b>  <b>(Office Closed)</b></p>	<p><b>4</b> 9:15 Computer (Basic) <b>5</b>            10:15 Yoga            11:30 English Class            12.30 Lunch</p>	<p>9:30-10:30 Yoga <b>6</b>            11:30-12:30 CTC -Yoga</p>	<p>9:00-10:00 Yoga STC <b>7</b>            11-12 Gentle Fitness CTC            11:15- 1:15 Let's Dance</p>	<p><b>8</b> <b>9</b></p> <p>10:00-11:00            Gentle Fitness            (10 Gower Street)  <b>Chinese Social</b></p>	
<b>10</b>	<p>9:15-10:15            Gentle Fitness- H.H            11:00-12:00            Gentle Fitness—CTC</p>	<p><b>11</b> 9:15 Computer (Basic) <b>12</b>            10:15 Yoga            11:30 English Class            12.30 Lunch</p>	<p>9:30-10:30 Yoga <b>13</b>            11:30-12:30 CTC -Yoga            12:30-2:00 - Dance Class</p>	<p>9:00-10:00 Yoga STC <b>14</b>            11-12 Gentle Fitness CTC            11:15- 1:15 Let's Dance</p>	<p><b>15</b> <b>16</b></p> <p>10:00-11:00            Gentle Fitness            (10 Gower St.)  <b>Chinese Social</b></p>	
<b>17</b>	<p>9:15-10:15            Gentle Fitness- H.H            11:00-12:00            Gentle Fitness—CTC</p>	<p><b>18</b> 9:15 Computer (Basic) <b>19</b>            10:15 Yoga            11:30 English Class            12.30 Birthday Lunch</p>	<p>9:30-10:30 Yoga <b>20</b>            11:30-12:30 – Yoga CTC            12:30-2:00 - Dance Class</p>	<p>9:00-10:00 Yoga STC <b>21</b>            11-12 Gentle Fitness CTC            11:15-1:15 Let's Dance</p>	<p><b>22</b> <b>23</b></p> <p>10:00-11:00            Gentle Fitness            (10 Gower Street)  <b>Chinese Social</b></p>	
<b>24</b>	<p>9:15-10:15            Gentle Fitness- H.H  <b>10:00am-2:00pm</b>  <b>Open House</b></p>	<p><b>25</b> 10:00 –11:00Yoga <b>26</b>  <b>11:30 –2:30 Saraswathy</b>  <b>Pooja</b></p>	<p>9:30-10:30 Yoga <b>27</b>            11:30-12:30– Yoga CTC            12:30-2:00 - Dance Class</p>	<p>9:00-10:00 Yoga STC <b>28</b>            11-12 Gentle Fitness CTC            11:15- 1:15 Let's Dance</p>	<p><b>29</b> <b>30</b></p> <p>10:00-11:00            Gentle Fitness            (10 Gower Street)  <b>Chinese Social</b></p>	