

# 2026 良友中心 情牵你我 温暖在线 电话节目三月安排表

节目前5分钟会播报每周疫情数据和新闻

参加方法：

- 提前5分钟拨打(343)-341-4711
- 请准时参加，确保周围环境安静
- 咨询：良友中心留言信箱(613)-237-4439\*2777

周一(国)  
10-10:30

2/2  
你好，二月

2/9  
乐活人生  
健康讲座  
口腔护理

2/16  
公众节假日  
暂停一次

2/23  
丙午火马

周一(粤)  
14-14:30

2/2  
MBTI  
16型人格

2/9  
認識北極熊

2/16  
公眾假期  
暂停一次

2/23  
成語賀新年

周四(国)  
10-10:30

2/5  
驻颜有术

2/12  
成語贺新年

2/19  
特邀嘉宾：  
中医保健

2/26  
暂停一次



由安大略省老年人与无障碍部、  
东安大略省联合之路和渥太华市  
政府提供资助和支持。