

高雄市立中醫醫院中醫護智據點 115 年 1 月課程活動表

據點地址：高雄市苓雅區建國一路 203 巷 2 弄 9 號 預約報名電話(07)7133186#152

時間	週一	週二	週三	週四	週五
08:30-09:00			報到、生理量測、健康關懷		
09:00-09:30			自由時間：齊來歡唱、健腦操、聽音樂		
09:30-11:30	1/5 1/12 1/19 1/26 芳療奇想/ 林容竹	1/6 1/13 1/20 1/27 中醫手腦併用 一同守護記憶 / 王姿惠	1/7 1/14 1/21 1/28 手語、愛與 腦部的聯結 /林敏芬	1/1 元旦休假 1/8 1/15 1/22 1/29 紙黏土創作/ 游淑美	1/2 1/9 1/16 1/23 1/30 四通八達來運動/陳彩霞
11:30-12:00			餐前準備(洗手準備用餐)		
12:00-13:30			午餐		
13:30-14:00			報到、健康量測、健康關懷		
14:00-16:00	1/5 1/12 1/19 1/26 真愛卡拉 OK/王姿惠	1/6 1/13 1/20 1/27 十拿九穩好手 藝/王姿惠	1/7 1/14 1/21 1/28 益智桌遊/ 王姿惠	1/8 1/15 1/22 1/29 逆轉退化伸展 運動/王姿惠	1/2 1/9 1/16 1/23 1/30 玩遊戲就健腦/ 王姿惠
16:00-16:10			自由活動、相互交流、準備回家		

※衛教講座可供一般社區民眾參加，名額有限，請事先電話預約報名。