

# 高雄市立中醫醫院(永康里)醫事C據點115年\_1\_月課程活表

據點地址：高雄市苓雅區河北路60號(聖味增德堂一樓弘道中心)

	週三		週四		週五	
08:30-09:30	報到、生理量測、聽音樂、分享心情點滴					
09:30-11:30					1/2	人生的故事/ 汪魯培
	1/7	音樂律動-開心動一動/張筱箴	1/8	*衛教講座 經絡養生與芳香療法/李欣樺	1/9	創意養生美味 [1]/ 黃芊珈
	1/14	音樂律動-開心動一動(預失方案)-1/張筱箴	1/15	享溫馨 KTV/汪魯培	1/16	創意養生美味 [2]/ 黃芊珈
	1/21	音樂律動-開心動一動(預失方案)-2/張筱箴	1/22	吃出健康力-高齡者營養健康/蔡秉洋	1/23	創意養生美味 [3]/ 劉蓉蓁
	1/28	音樂律動-開心動一動(預失方案)-3/張筱箴	1/29	樂活好有力-預防跌倒/蔡秉洋	1/30	愛的禮物/ 周美雅
11:30-13:30	餐前準備(洗手準備用餐)/午餐/午休					
13:30-14:00	報到/生理量測					
14:00-16:00	1/7. 1/14. 1/21. 1/28.  舒活瑜珈/劉玉娟		1/8. 1/15. 1/22. 1/29.  歡唱卡拉 OK		1/2. 1/9. 1/16 .1/23 .1/30 烏克麗麗健腦彈唱/ 陳文英	
16:00-16:30	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

預約電話：(07)7133186#152.153 衛教室護理師江美玲