

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