

高雄市立中醫醫院(林靖里)醫事 C 據點 115 年 2 月課程活動表

據點地址：高雄市苓雅區福德三路 109 巷 10 號 1 樓 報名電話(07)7519644

時間	週一	週二	週三	週四	週五
09:00- 09:30			報到、生理量測		
09:30- 10:00			自由時間：齊來歡唱、健康讚美操、手語、詩歌		
10:00- 12:00	2/2、2/9 2/23 2/16 春節 人體使用手冊 /余亮	2/3、2/10 2/24 2/17 春節 舒活瑜珈 劉玉娟	2/4、2/11、2/25 預防及減緩失能 (芳香療法結合懷舊桌遊健腦益智 好營養)1-3 黃芊珈	2/5 健腦音律動 滋動/林淑蓉 2/12/活力體適 能/江奕頤 2/19 春節 2/26 健腦音律動 滋動/林淑蓉	2/6* 衛教講座 中醫現代健康管理與養生/陳建蠡 2/13 身體部位 保養/黃瓊儀 2/20 春節 2/27 228 補假
12:00- 12:30			餐前準備(洗手準備用餐)		
12:00- 13:00			午餐		
14:00- 16:00	2/2、2/9 2/23、 2/16 春節 樂活智能 張筱箴	2/3 種子藝術手作 /蘇秋仁 2/10 種子藝術手作 /蘇秋仁 樂齡桌遊	2/4 認識經絡穴位 蘇景星 2/11 認識經絡穴位 蘇景星 藝術創作	歡樂卡拉OK	藝術創作
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