

高雄市立中醫醫院中醫護智據點 115 年 3 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	3/2	3/3	3/4	3/5	3/6
	3/9	3/10	3/11	3/12	3/13
	3/16	3/17	3/18	3/19	3/20
	3/23	3/24	3/25	3/26	3/27
	3/30 芳療奇想/ 林容竹	3/31 中醫手腦併用 一同守護記憶 / 王姿惠	動手動腦繪 畫健康/ 邱佳鈺	懷舊律動團康 /張筱箴	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	3/2	3/3	3/4	3/5	3/6
	3/9	3/10	3/11	3/12	3/13
	3/16	3/17	3/18	3/19	3/20
	3/23	3/24	3/25	3/26	3/27
	3/30 真愛卡拉 OK/王姿惠	3/31 十拿九穩好手 藝/王姿惠	益智桌遊/ 王姿惠	逆轉退化伸展 運動/王姿惠	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。