

# 高雄市立中醫醫院中醫護智據點 115 年 7 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

電話(07)7133186#152

時間	週一	週二	週三	週四	週五
8:30-9:00	報到. 生理量測. 健康關懷				
9:00-9:30	自由時間: 齊來歡唱. 健腦操. 聽音樂				
09:30-11:30	7/6	7/7	7/1	7/2	7/3
	7/13	7/14	7/8	7/9	7/10
	7/20	7/21	7/15	7/16	7/17
	7/27	7/28	7/22	7/23	7/24
	芳療奇想/ 林容竹	懷舊律動 團康/ 張筱箴	瑜珈護腦 一起來 /邵秀枝	腦力激盪 玩遊戲/ 黃瑜媚	預防延緩 失能課程/ 張素琴 7/31 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. 生理量測. 健康關懷				
14:00-16:00	7/6	7/7	7/1	7/2	7/3
	7/13	7/14	7/8	7/9	7/10
	7/20	7/21	7/15	7/16	7/17
	7/27	7/28	7/22	7/23	7/24
	真愛卡拉 ok/王姿惠	十拿九穩 好手藝/ 王姿惠	7/29 益智桌遊/ 王姿惠	7/30 逆轉退化 伸展/ 王姿惠	7/31 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				