

高雄市立中醫醫院(林靖里)醫事C據點 115 年 8 月課程活動表

據點地址; 高雄市苓雅區凱旋二路 132 號(羅雅教會)

時間	週一	週二	週三	週四	週五
8:30-09:00	報到、生理量測				
09:00-9:30	自由時間：齊來歡唱、健康讚美操、手語、詩歌				
9:30-11:30	8/3. 8/10. 8/17 8/24 8/31 生活 3C 達人 邱睿鈞	8/4. 8/11. 8/18. 8/25 舒活瑜珈 劉玉娟	8/5、8/12、8/19、 8/26 延緩失能方案 1-4 音樂律動開心動一動/ 張筱箴	8/6. 8/13. 8/20. 8/27 健腦音律 動滋動 王惠鈴	8/7 水彩畫-鄉居 邱佳鈺 8/14 *衛教講座 穴道按摩/黃瓊儀 8/21 養生功法系列 /林韓茹 8/28 養生功法系列 /林韓茹
11:30-12:00	餐前準備(洗手準備用餐)				
12:00-13:00	午餐				
14:00-16:00	樂齡桌遊	8/4 中醫現代健康管理與養生/ 陳建鑫 8/11. 8/18 . 8/25 健康歡樂學習/ 吳泓毅	8/5、8/12、8/19、 8/26 經絡穴位調理 蘇景星	歡唱卡拉 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 07-7224283