

高雄市立中醫醫院(林靖里)醫事C據點 115 年 9 月課程活動表

時間	週一	週二	週三	週四	週五
08:30-09:00	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	9/7. 9/14. 9/21 生生活 3C 達人 邱睿鈞 9/28 教師節	9/1. 9/8. 9/15. 9/22 9/29 舒活瑜珈 劉玉娟	預防及延緩失能方案 音樂律動-開心動一動 9/2. 9/9. 9/16. 9/23. 9/30 延緩失能/ 張筱箴	9/3. 9/10. 9/17. 9/24 健腦音律 動滋動 王惠鈴	9/4 養生功法系列/ 林韓茹 9/11/種子藝術/ 蘇秋仁 9/18 中醫現代健康管理與養生/ 陳建鑫 9/25 中秋節
11:30-12:00	餐前準備(洗手準備用餐)				
12:00-13:00	午餐				
14:00-16:00	9/7 樂齡桌遊 9/14. 9/21 健康歡樂學習 /吳泓毅教練 9/28 教師節	樂齡桌遊	9/2. 9/9. 9/16. 9/23. 9/30 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，請事先電話預約報名