

高雄市立中醫醫院(五權里)醫事C據點 115 年 9 月課程活表

據點地址：高雄市苓雅區五權里活動中心(武廟路 243 號)

時間	週一		週三		週四	
09:00-09:30	報到、生理量測					
9:30-11:30			9/2	樂齡有氧&認知遊戲 /陳珮璇	9/3	舞動活力 樂齡同行/ 徐惠蘋
	9/7	體適能音輔/ 陳彩霞	9/9	樂齡有氧&認知遊戲 /陳珮璇	9/10	*衛教講座 中醫多元養生/陳建鑫
	9/14	體適能音輔 /陳彩霞	9/16	樂齡有氧&認知遊戲 /陳珮璇	9/17	珍愛生命預防失智/張謹
	9/21	體適能音輔/ 陳彩霞	9/23	樂活體適能有氧/ 蔡秉洋	9/24	樂齡有氧&認知遊戲/ 陳珮璇
	9/28	教師節	9/30	樂齡有氧&認知遊戲 /陳珮璇		
11:30-12:00	餐前準備(洗手準備用餐)					
12:00-14:00	午餐/午休					
14:00-16:00	9/7、9/14、9/21 素描水彩畫 陳永正		9/2 9/9 9/16 9/23 樂齡韻律力韻律肌力體適能/ 邱韋華 9/30/種子藝術創作/蘇秋仁		9/3、9/10、9/17、 9/24 烏克麗麗 陳文英	
16:00-16:30						

※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

預約電話：(07)7133186#152 153 衛教室護理師江美玲