

114年文南里 12月 健康促進課程

時間	日期	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
		12月1日	12月2日	12月3日	12月4日	12月5日
9:30 11:30	課程	舞蹈	認知活動	【舒筋骨、活力漾.高齡者 健康生活形塑計畫】	音樂輔療	「銀髮好健康」-針厲害
	教師	林秀霞老師	李羽臻	王麗君老師	王美珍老師	光華中醫診所 院長張振東醫師
中午		共餐	共餐	共餐	共餐	共餐
時間	日期	12月8日	12月9日	12月10日	12月11日	12月12日
9:30 11:30	課程	永生花草小品	認知活動	【舒筋骨、活力漾.高齡者 健康生活形塑計畫】第12堂	懷舊老歌	天和書院 大光寺
	教師	法鼓山慈善基金會	李羽臻	王麗君老師	李素吟	蔬食餐盒
中午		共餐	共餐	共餐	共餐	共餐
時間	日期	12/15	12/16	12/17	12/18	12/19
9:30 11:30	課程	舒壓香氛	活力打擊律動	祈恩中醫	懷舊老歌	動動腦-數獨
	教師	張秀珠老師	王美珍老師		李素吟	陳美麗老師
中午		共餐	共餐	共餐	共餐	共餐
時間	日期	12月22日	12月23日	12月24日	12月25日	12月26日
9:30 11:30	課程	創作樂器手作	認知活動	肌力運動健走杖-	銅線植苔	手作
	教師	洪鶯珍老師	李羽臻	王麗君老師	楊清評老師	林靜宜老師
中午		共餐	共餐	共餐	共餐	共餐
		12/29	12/30	12/31		
09:30	課程	體適能	認知活動	健走杖-	網路詐騙手法多勿輕信	
1130	教師	王品文老師	李羽臻	王麗君老師		
中午		共餐	共餐	共餐		共餐
14:00 17:00	課程	桌遊	卡拉歡唱	卡拉歡唱	桌遊	桌遊

歡迎長者踴躍參加，推動社區服務站、加強社區福利關懷訪視、電話問安.長照專線1966 社區安全護幼專線113.防家暴及社區環保環境減碳作. 加強巡/倒/清/刷清除登革熱孳生源!

關懷據點課程.若有異動調整不另行通知.

文南社區 里長 陳清泉0932-801-419 暨關懷據點志工團隊 敬邀