

# 平通里社區照顧關懷據點 7月份課程表

	6/30	7/1週一	7/2週二	7/3週三	7/4週四	7/5週五	7/6週六
08:30-09:00	假日 休館	早安:看報紙/量血壓/下棋/聊天					假日 休館
09:00-10:00		09:30-11:30 【銀齡講座】 穴道保健6	09:30 - 11:30 預防延緩失能課 程(頭好壯壯呷 百二模組)	09:30-11:30 【樂齡學堂】 藝起捏塑玩 創意5	09:30-10:30	【樂齡學堂】 紓壓非洲鼓	
10:00-11:00							
11:00-12:00							
12:00-13:00		共餐時間					
13:00-14:00		午 休					
14:00-16:00			14:00-16:00 【藝術與生活】 -繪畫			14:00-17:00 【歡樂歌唱】	
	7/7 週日	7/8週一	7/9週二	7/10週三	7/11週四	7/12週五	7/13週六
08:30-09:00	假日 休館	早安:看報紙/量血壓/下棋/聊天					假日 休館
09:00-10:00		09:30-11:30 【銀齡講座】 穴道保健7	09:30 - 11:30 預防延緩失能課 程(中西復健照 護五官經絡養 生)	09:30-11:30 【市民學苑】 環保創意花燈 製作1	09:30-10:30	【樂齡學堂】 紓壓非洲鼓	
10:00-11:00							
11:00-12:00							
12:00-13:00		共餐時間					
13:00-14:00		午 休					
14:00-16:00			14:00-16:00 【藝術與生活】 -繪畫			14:00-17:00 【歡樂歌唱】	
	7/14 週日	7/15週一	7/16週二	7/17週三	7/18週四	7/19週五	7/20週六
08:30-09:00	假日 休館	早安:看報紙/量血壓/下棋/聊天			早安:看報紙/量血 壓/下棋/聊天		假日 休館
09:00-10:00		09:30-11:30 【銀齡講座】 穴道保健8	09:30 - 11:30 預防延緩失能課 程(中西復健照 護五官經絡養 生)	09:30-11:30 【市民學苑】 環保創意花燈 製作2	09:30-10:30	【樂齡學堂】 紓壓非洲鼓	
10:00-11:00							
11:00-12:00							
12:00-13:00		共餐時間					
13:00-14:00		午 休					
14:00-16:00			14:00-16:00 【藝術與生活】 -繪畫			09:00-15:00 【據點輕旅行】 第二梯次	

# 平通里社區照顧關懷據點 7月份課程表

	7/21 週日	7/22週一	7/23週二	7/24週三	7/25週四	7/26週五	7/27 週六	
08:30-09:00	假日 休館	早安:看報紙/量血壓/下棋/聊天					假日 休館	
09:00-10:00			09:30 - 11:30 預防延緩失能課程(中西復健照護五官經絡養生)					
10:00-11:00				10:00-12:00 【市醫講座】 ICOPE評估 +桌遊				
11:00-12:00								
12:00-13:00			共餐時間					
13:00-14:00			午 休					
14:00-16:00				14:00-16:00 【藝術與生活】 -繪畫		14:00-15:30 平通里 志工會議		14:00-17:00 【歡樂歌唱】
	7/28 週日	7/29週一	7/30週二	7/31週三	8/1週四	8/2週五	8/3 週六	
08:30-09:00	假日 休館	早安:看報紙/量血壓/下棋/聊天						
09:00-10:00		09:30-11:30 【銀齡講座】 穴道保健9	09:30 - 11:30 預防延緩失能課程(中西復健照護五官經絡養生)	09:30-11:30 【市民學苑】 環保創意花燈 製作3			09:00 -11:00 【長青 學苑】	
10:00-11:00								
11:00-12:00								
12:00-13:00			共餐時間					
13:00-14:00			午 休					假日 休館
14:00-16:00			14:00-16:00 【誘殺桶製作】	14:00-16:00 【藝術與生活】 -繪畫			14:00-17:00 【歡樂歌唱】	

## \*\*\*\*\*平通里社區照顧關懷據點資訊\*\*\*\*\*

- ★平通里社區照顧關懷據點，開放時間為(星期一至星期五 上午9點~12點、下午14點~17點)
- ★本關懷據點提供以下服務：器材使用、量測血壓脈搏、電話問安、關懷訪視服務、健康促進活動課程(課程免費，或視活動課程性質酌收材料費)【本課程表運作依實際狀況微幅調整】
- ★服務對象：65歲以上長者。
- ★地點：平通里活動中心(平通路580巷102號)
- ★平通里志工團隊募集中~邀請熱情且志同道合的夥伴加入我們的志工團隊！
- ★課程報名請洽詢：聯合服務處06-2957655、平通里 魏富翔里長0905-598555

\*\*\*\*\*

本關懷據點提供多元化活動，鼓勵社區長輩走出戶外，營造高齡友善環境，增加長輩社會參與度，可促進長者認知及延緩長輩失智風險，進而達到健康活躍老化的目的。

**※平通里 魏富翔里長 敬邀您一起歡聚同樂，健康動起來!**