

平通里社區照顧關懷據點 4月份課程表

	3/31 週日	4/1週一	4/2週二	4/3週三	4/4週四	4/5週五	4/6 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 【歡樂歌唱】						
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						
	4/7 週日	4/8週一	4/9週二	4/10週三	4/11週四	4/12週五	4/13 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 【歡樂歌唱】	09:30 - 11:30 預防延緩失能課 程(頭好壯壯模 組)					09:30 - 11:30 【樂齡學堂】 樂於生活,生 活再造(舊物 改造創意工作 坊)	09:00 - 12:00 【樂齡學堂】 紓壓繪畫-彩 繪人生 (翁銘宏教授)
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 【手作點心】 牛軋糖						
	4/14 週日	4/15週一	4/16週二	4/17週三	4/18週四	4/19週五	4/20 週六		
08:30-09:00	假日 休館	早安:看報紙/量血壓/下棋/聊天			據點輕旅行 第一梯次 第七屆 平通發 展協會 健行暨 健診活 動				
09:00-10:00		09:00-12:00 【樂齡學堂】 樂齡懷舊古早味 創意料理1	09:30 - 11:30 預防延緩失能課 程(頭好壯壯模 組)	09:30- 11:30 【銀齡講 座】				09:30 - 10:30 【樂齡學堂】 紓壓非洲鼓1	
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						

平通里社區照顧關懷據點 4月份課程表

	4/21 週日	4/22週一	4/23週二	4/24週三	4/25週四	4/26 週五	4/27 週六
08:30-09:00	假日 休館	早安:看報紙/量血壓/下棋/聊天			09:30-10:30 【樂齡學堂】 紓壓非洲鼓2	09:00-15:00 【據點輕旅 行】 第二梯次	平通里 墾丁 一日遊
09:00-10:00		09:00-12:00 【樂齡學堂】 樂齡懷舊古早 味創意料理2	09:30 - 11:30 預防延緩失能課 程(頭好壯壯模 組)	10:00-12:00 【市醫講 座】 (痠痛遠離我 +護膝運動) +桌遊			
10:00-11:00							
11:00-12:00		午 休					
12:00-13:00		14:00-16:00 【藝術與生活】 -繪畫	14:00-15:30 平通里 志工會議				
13:00-14:00				午 休			
14:00-16:00							
	4/28	4/29週一	4/30週二	5/1週三	5/2週四	5/3週五	5/4 週六
08:30-09:00	假日 休館	早安:看報紙/量血壓/下棋/聊天			09:30 - 10:30 【樂齡學堂】 紓壓非洲鼓3		假日 休館
09:00-10:00		09:00-12:00 【樂齡學堂】 樂齡懷舊古早 味創意料理3	09:30 - 11:30 預防延緩失能課 程(頭好壯壯模 組)	09:30-11:30 【銀齡講座】			
10:00-11:00							
11:00-12:00		午 休					
12:00-13:00		14:00-16:00 【藝術與生活】 -繪畫					
13:00-14:00							
14:00-16:00							

*****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0905598555

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!