

# 2024

## 救世軍海裕長者日間護理中心 十二月份活動表

# 12月 DEC

星期日	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六	
<b>1</b> 十一月	<b>2</b> 初二 10:45 早晨廣播+肌少症運動操 13:15 導向棋盤 14:00 魔力橋牌+砌圖樂+蒙特梭利認知訓練(個人)	<b>3</b> 初三 09:30 平板電腦認知訓練 10:45 早晨廣播+健腦操+懷緬音樂治療 13:15 認知刺激治療 13:45 耆智藝術室 14:00 七彩刮畫	<b>4</b> 初四 09:30 平板電腦認知訓練 10:45 早晨廣播+肌少症運動操 13:15 八段錦(熱身+坐式) 14:00 雪人燭光玻璃瓶製作	<b>5</b> 初五 09:30 平板電腦認知訓練 10:45 早晨廣播+肌少症運動操 14:00 健口操	<b>6</b> 大雪 09:30 平板電腦認知訓練 10:45 早晨廣播+健腦操+懷緬音樂治療 13:15 蒙特梭利認知訓練(小組) 14:00 12月月會	<b>7</b> 初七 10:45 早晨廣播+肌少症運動操 13:15 電影 / 音樂欣賞+手眼協調訓練 14:00 毛巾操熱身+毛巾操	
<b>8</b> 初八	<b>9</b> 初十 10:45 早晨廣播+肌少症運動操 13:15 導向棋盤 14:00 魔力橋牌+砌圖樂+蒙特梭利認知訓練(個人)	<b>10</b> 初十 09:30 平板電腦認知訓練 10:45 早晨廣播+健腦操+懷緬音樂治療 13:15 認知刺激治療 13:45 耆智藝術室 14:00 七彩刮畫	<b>11</b> 十一 群組外出活動 09:15-15:00 幸活·濕地遊 09:30 平板電腦認知訓練 10:45 早晨廣播+肌少症運動操 13:15 八段錦(熱身+坐式) 14:00 一卡心意	<b>12</b> 十二 09:30 平板電腦認知訓練 10:45 早晨廣播+肌少症運動操 特別活動 13:00-14:00 基督教書福會探訪	<b>13</b> 十三 09:30 平板電腦認知訓練 10:45 早晨廣播+健腦操+懷緬音樂治療 13:15 蒙特梭利認知訓練(小組) 14:00 麻雀治療+投壺	<b>14</b> 十四 10:45 早晨廣播+肌少症運動操 13:15 電影 / 音樂欣賞+手眼協調訓練 14:00 毛巾操熱身+毛巾操	
<b>15</b> 十五	<b>16</b> 十六 10:45 早晨廣播+肌少症運動操 特別活動 13:15-14:00 保良局陳守仁小學探訪	<b>17</b> 十七 09:30 平板電腦認知訓練 10:45 早晨廣播+健腦操+懷緬音樂治療 13:15 認知刺激治療 13:45 耆智藝術室 14:00 七彩刮畫	<b>18</b> 十八 09:30 平板電腦認知訓練 10:45 早晨廣播+肌少症運動操 13:15 八段錦(熱身+坐式) 14:00 聖誕樹燭光玻璃瓶製作	<b>19</b> 十九 群組節日活動 10:00-11:30 聖誕樂滿紛 14:00 麻雀治療+投壺	<b>20</b> 二十 09:30 平板電腦認知訓練 10:45 早晨廣播+健腦操+懷緬音樂治療 13:15 蒙特梭利認知訓練(小組) 14:00 麻雀治療+投壺	<b>21</b> 冬至 10:45 早晨廣播+肌少症運動操 12:00 電影 / 音樂欣賞 13:15 手眼協調訓練 14:00 毛巾操熱身+毛巾操	
<b>22</b> 廿二	<b>23</b> 廿三 10:45 早晨廣播+肌少症運動操 13:15 導向棋盤 14:00 魔力橋牌+砌圖樂+蒙特梭利認知訓練(個人)	<b>24</b> 平安夜 09:30 平板電腦認知訓練 10:45 早晨廣播+健腦操+懷緬音樂治療 節日活動 13:15-14:30 點亮聖誕派對	<b>25</b> 聖誕節 	<b>26</b> 聖誕節後第一日 	<b>27</b> 廿七 09:30 平板電腦認知訓練 10:45 早晨廣播+健腦操+懷緬音樂治療 13:15 蒙特梭利認知訓練(小組) 14:00 麻雀治療+投壺	<b>28</b> 廿八 10:45 早晨廣播+肌少症運動操 12:00 電影 / 音樂欣賞 13:15 手眼協調訓練 14:00 毛巾操熱身+毛巾操	
<b>29</b> 廿九	<b>30</b> 三十 10:45 早晨廣播+肌少症運動操 13:15 導向棋盤 14:00 魔力橋牌+砌圖樂+蒙特梭利認知訓練(個人)	<b>31</b> 十二月 09:30 平板電腦認知訓練 10:45 早晨廣播+健腦操+懷緬音樂治療 13:15 認知刺激治療 14:00 七彩刮畫	【冬至】是僅次於過年的重要節日，一家團聚的好時節，部份地方甚至有「冬大過年」的說法。冬至屬於三九嚴寒的時節，是一年中最寒冷的時期，當天的日照時間最短，夜晚最長。			<ul style="list-style-type: none"> <li>●【宜】：開心、玩樂、做運動、唱歌、賞花</li> <li>■【忌】：煩惱、納悶、長時間玩手機、食剩</li> </ul> <p>神能將各樣的恩惠多多地加給你們，使你們凡事常常充足，能多行各樣善事。 - 哥林多後書 9:8 -</p>	