


# 救世軍海裕長者日間護理中心 五月份活動表 (2024)

星期日	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六
			<b>1 (廿三)</b> <b>勞動節</b> 特別節目: 11:00-13:00「克己運動」慈善步行	<b>2 (廿四)</b> 09:30 平板電腦認知訓練 10:40 肌少症運動操+早晨廣播 13:15 毛巾操熱身 + 毛巾操 14:00 百發百中 + 麻雀治療	<b>3 (廿五)</b> 09:30 平板電腦認知訓練 10:40 健腦操 +早晨廣播 (懷緬音樂治療) 13:15 手眼協調訓練 14:00 植物拓印	<b>4 (廿六)</b> 09:30-11:00 硬地滾球 12:00 4月月會 12:30 電影 / 音樂欣賞
<b>5 (立夏)</b>	<b>6 (廿八)</b> 10:40 肌少症運動操+早晨廣播 13:15 導向棋盤 14:00 魔力橋牌 + 桌遊樂繽紛	<b>7 (廿九)</b> 09:30 平板電腦認知訓練 10:40 健腦操 +早晨廣播 (懷緬音樂治療) 13:15 認知刺激治療 14:00 耆智藝術室+木顏色繪圖	<b>8 (四月初一)</b> 09:30 平板電腦認知訓練 10:40 肌少症運動操+早晨廣播 13:15 八段錦 (熱身 + 坐式) 14:00 書法班 + 麻雀治療	<b>9 (初二)</b> 09:30 平板電腦認知訓練 10:40 肌少症運動操+早晨廣播 13:15 毛巾操熱身 + 毛巾操 14:00 百發百中 + 麻雀治療	<b>10 (初三)</b> 09:30 平板電腦認知訓練 10:40 健腦操 +早晨廣播 (懷緬音樂治療) 13:15 手眼協調訓練 14:00 植物拓印	<b>11 (初四)</b> 09:30-11:00 硬地滾球 12:00 電影 / 音樂欣賞 特別節目: 13:00-15:00 靈糧堂東涌怡文中學探訪活動
<b>12 (初五)</b> <b>母親節</b> 	<b>13 (初六)</b> 10:40 肌少症運動操+早晨廣播 13:15 導向棋盤 14:00 魔力橋牌 + 桌遊樂繽紛	<b>14 (初七)</b> 09:30 平板電腦認知訓練 10:40 健腦操 +早晨廣播 (懷緬音樂治療) 13:15 認知刺激治療 14:00 耆智藝術室+木顏色繪圖	<b>15 (初八)</b> <b>佛誕</b>	<b>16 (初九)</b> 09:30 平板電腦認知訓練 10:40 肌少症運動操+早晨廣播 13:15 毛巾操熱身 + 毛巾操 14:00 百發百中 + 麻雀治療	<b>17 (初十)</b> 09:30 平板電腦認知訓練 10:40 健腦操 +早晨廣播 (懷緬音樂治療) 13:15 手眼協調訓練 14:00 植物拓印	<b>18 (十一)</b> 09:30-11:00 硬地滾球 12:00 電影 / 音樂欣賞 14:00-16:00 耆義髮廊
<b>19 (十二)</b>	<b>20 (小滿)</b> 10:40 肌少症運動操+早晨廣播 13:15 導向棋盤 14:00 魔力橋牌 + 桌遊樂繽紛	<b>21 (十四)</b> 09:30 平板電腦認知訓練 10:40 健腦操 +早晨廣播 (懷緬音樂治療) 13:15 認知刺激治療 14:00 耆智藝術室+木顏色繪圖	<b>22 (十五)</b> 09:30 平板電腦認知訓練 10:40 肌少症運動操+早晨廣播 13:15 八段錦 (熱身 + 坐式) 14:00 書法班 + 麻雀治療	<b>23 (十六)</b> 09:30 平板電腦認知訓練 10:40 肌少症運動操+早晨廣播 13:15 毛巾操熱身 + 毛巾操 14:00 百發百中 + 麻雀治療	<b>24 (十七)</b> 09:30 平板電腦認知訓練 10:40 健腦操 +早晨廣播 (懷緬音樂治療) 13:15 手眼協調訓練 14:00 植物拓印	<b>25 (十八)</b> 09:30-11:00 硬地滾球 12:00 電影 / 音樂欣賞
<b>26 (十九)</b>	<b>27 (二十)</b> 10:40 肌少症運動操+早晨廣播 13:15 導向棋盤 14:00 魔力橋牌 + 桌遊樂繽紛	<b>28 (廿一)</b> 09:30 平板電腦認知訓練 10:40 健腦操 +早晨廣播 (懷緬音樂治療) 13:15 認知刺激治療 14:00 耆智藝術室+木顏色繪圖	<b>29 (廿二)</b> 09:30 平板電腦認知訓練 10:40 肌少症運動操+早晨廣播 13:15 八段錦 (熱身 + 坐式) 14:00 書法班 + 麻雀治療	<b>30 (廿三)</b> 09:30 平板電腦認知訓練 10:40 肌少症運動操+早晨廣播 13:15 毛巾操熱身 + 毛巾操 14:00 百發百中 + 麻雀治療	<b>31 (廿四)</b> 09:30 平板電腦認知訓練 10:40 健腦操 +早晨廣播 (懷緬音樂治療) 13:15 手眼協調訓練 14:00 植物拓印	