

2024

救世軍海裕長者日間護理中心 八月份活動表

8月 AUG

| 星期日 | 星期一 | 星期二 | 星期三 | 星期四 | 星期五 | 星期六 |
|--|--|---|--|--|---|---|
| <p>【立秋】立秋前後，由於盛夏餘熱未消，仍然非常炎熱，故有「秋老虎」之稱。</p> <p>【處暑】「處」含有躲藏、終止的意思，處暑即表示暑氣將退伏而潛處。這時候三伏天氣已過或接近尾聲，秋天漸近。</p> | <p>●【宜】：開心、玩樂、做運動、唱歌、賞花</p> <p>■【忌】：煩惱、納悶、長時間玩手機、食剩</p> | | | <p>1 (廿七)</p> <p>09:30 平板電腦認知訓練</p> <p>10:40 肌少症運動操+早晨廣播</p> | <p>2 (廿八)</p> <p>09:30 平板電腦認知訓練</p> <p>10:40 健腦操 +早晨廣播 (懷緬音樂治療)</p> | <p>3 (廿九)</p> <p>09:30-11:00 硬地滾球</p> |
| | <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> | | | | | |
| 4 (七月) | <p>5 (初二)</p> <p>10:40 肌少症運動操+早晨廣播</p> | <p>6 (初三)</p> <p>09:30 平板電腦認知訓練</p> <p>10:40 健腦操 +早晨廣播 (懷緬音樂治療)</p> | <p>7 (立秋)</p> <p>09:30 平板電腦認知訓練</p> <p>10:40 肌少症運動操+早晨廣播</p> | <p>8 (初五)</p> <p>09:30 平板電腦認知訓練</p> <p>10:40 肌少症運動操+早晨廣播</p> | <p>9 (初六)</p> <p>09:30 平板電腦認知訓練</p> <p>10:40 健腦操 +早晨廣播 (懷緬音樂治療)</p> | <p>10 (初七)</p> <p>09:30-11:00 硬地滾球</p> |
| | <p>13:15 導向棋盤</p> <p>14:00 健口操/蒙特梭利認知訓練(個人)</p> | <p>13:15 認知刺激治療</p> <p>14:00 耆智藝術室+書法班</p> | <p>13:15 八段錦(熱身+坐式)</p> <p>14:00 壁畫小組+木顏色繪圖</p> | <p>13:15 毛巾操熱身+毛巾操</p> <p>14:00 魔力橋牌+桌遊樂繽紛</p> | <p>13:15 蒙特梭利認知訓練(小組)</p> <p>14:00 桌上冰壺</p> | <p>12:30 8月月會</p> <p>13:00 電影/音樂欣賞/手眼協調訓練</p> |
| 11 (初八) | <p>12 (初九)</p> <p>10:40 肌少症運動操+早晨廣播</p> | <p>13 (初十)</p> <p>09:30 平板電腦認知訓練</p> <p>10:40 健腦操 +早晨廣播 (懷緬音樂治療)</p> | <p>14 (十一)</p> <p>09:30 平板電腦認知訓練</p> <p>10:40 肌少症運動操+早晨廣播</p> | <p>15 (十二)</p> <p>09:30 平板電腦認知訓練</p> <p>10:40 肌少症運動操+早晨廣播</p> | <p>16 (十三)</p> <p>09:30 平板電腦認知訓練</p> <p>10:40 健腦操 +早晨廣播 (懷緬音樂治療)</p> | <p>17 (十四)</p> <p>09:30-11:00 硬地滾球</p> |
| | <p>13:15 導向棋盤</p> <p>14:00 麻雀治療+百發百中/蒙特梭利認知訓練(個人)</p> | <p>13:15 認知刺激治療</p> <p>14:00 耆智藝術室+書法班</p> | <p>13:15 八段錦(熱身+坐式)</p> <p>14:00 壁畫小組+木顏色繪圖</p> | <p>13:15 毛巾操熱身+毛巾操</p> <p>14:00 麻雀治療+桌遊樂繽紛</p> | <p>13:15 蒙特梭利認知訓練(小組)</p> <p>14:00 打保齡</p> | <p>12:00 電影/音樂欣賞</p> <p>13:15 手眼協調訓練</p> |
| 18 (十五) | <p>19 (十六)</p> <p>10:40 肌少症運動操+早晨廣播</p> | <p>20 (十七)</p> <p>09:30 平板電腦認知訓練</p> <p>10:40 健腦操 +早晨廣播 (懷緬音樂治療)</p> | <p>21 (十八)</p> <p>09:30 平板電腦認知訓練</p> <p>10:40 肌少症運動操+早晨廣播</p> | <p>22 (處暑)</p> <p>09:30 平板電腦認知訓練</p> <p>10:40 肌少症運動操+早晨廣播</p> | <p>23 (二十)</p> <p>09:30 平板電腦認知訓練</p> <p>10:40 健腦操 +早晨廣播 (懷緬音樂治療)</p> | <p>24 (廿一)</p> <p>09:30-11:00 硬地滾球</p> |
| | <p>13:15 導向棋盤</p> <p>14:00 麻雀治療+百發百中/蒙特梭利認知訓練(個人)</p> | <p>13:15 認知刺激治療</p> <p>14:00 耆智藝術室+書法班</p> | <p>13:15 八段錦(熱身+坐式)</p> <p>14:00 壁畫小組+木顏色繪圖</p> | <p>13:15 毛巾操熱身+毛巾操</p> <p>14:00 魔力橋牌+桌遊樂繽紛</p> | <p>13:15 蒙特梭利認知訓練(小組)</p> <p>14:00 桌上冰壺</p> | <p>12:00 電影/音樂欣賞</p> <p>13:15 手眼協調訓練</p> |
| 25(廿二) | <p>26 (廿三)</p> <p>10:40 肌少症運動操+早晨廣播</p> | <p>27 (廿四)</p> <p>09:30 平板電腦認知訓練</p> <p>10:40 健腦操 +早晨廣播 (懷緬音樂治療)</p> | <p>28 (廿五)</p> <p>09:30 平板電腦認知訓練</p> <p>10:40 肌少症運動操+早晨廣播</p> | <p>29 (廿六)</p> <p>09:30 平板電腦認知訓練</p> <p>10:40 肌少症運動操+早晨廣播</p> | <p>30 (廿七)</p> <p>09:30 平板電腦認知訓練</p> <p>10:40 健腦操 +早晨廣播 (懷緬音樂治療)</p> | <p>31 (廿八)</p> <p>09:30-11:00 硬地滾球</p> |
| | <p>13:15 導向棋盤</p> <p>14:00 麻雀治療+百發百中/蒙特梭利認知訓練(個人)</p> | <p>特別活動:</p> <p>13:15-14:30 7-9月份生日會</p> | <p>13:15 八段錦(熱身+坐式)</p> <p>14:00 壁畫小組+木顏色繪圖</p> | <p>13:15 毛巾操熱身+毛巾操</p> <p>14:00 麻雀治療+桌遊樂繽紛</p> | <p>13:15 蒙特梭利認知訓練(小組)</p> <p>14:00 打保齡</p> | <p>12:00 電影/音樂欣賞</p> <p>13:15 手眼協調訓練</p> |