

# 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>12:00 電影/音樂欣賞</p> <p>13:15 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>