

**救世軍海裕長者日間護理中心 二月份活動表 (2024)**

星期日	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六
				1 (廿二) 09:30 平板電腦認知訓練 10:40-11:00 肌少症運動操 + 早晨廣播 13:15 毛巾操熱身 + 毛巾操 14:00 書法班 + 麻雀治療	2 (廿三) 09:30 平板電腦認知訓練 10:40-11:00 健腦操+早晨廣播 (懷緬音樂治療) 13:15 手眼協調訓練 14:00 音樂傳球 + 麻雀治療	3 (廿四) 10:40-11:00 肌少症運動操 + 早晨廣播 12:00 電影/音樂欣賞 特別活動： 18:30金龍獻瑞賀團年
4 (立春) 	5 (廿六) 10:40-11:00 肌少症運動操 + 早晨廣播 13:15 導向棋盤 14:00 麻雀治療+ 木顏色繪圖	6 (廿七) 09:30 平板電腦認知訓練 10:40-11:00 健腦操+早晨廣播 (懷緬音樂治療) 13:15 認知刺激治療 14:00 魔力橋牌	7 (廿八) 09:30 平板電腦認知訓練 10:40-11:00 肌少症運動操 + 早晨廣播 13:15 八段錦(熱身 + 坐式) 14:00 飛行棋 + 桌遊樂繽紛	8 (廿九) 09:30 平板電腦認知訓練 10:40-11:00 肌少症運動操 + 早晨廣播 13:15 毛巾操熱身 + 毛巾操 14:00 書法班 + 麻雀治療	9 (三十) 09:30 平板電腦認知訓練 10:40-11:00 健腦操+早晨廣播 (懷緬音樂治療) 13:15 手眼協調訓練 14:00 音樂傳球 + 麻雀治療	10 (正月初一) 
11 (初二) 	12 (初三)	13 (初四) 	14 (初五) 09:30 平板電腦認知訓練 10:40-11:00 肌少症運動操 + 早晨廣播 13:15 八段錦(熱身 + 坐式) 14:00 飛行棋 + 桌遊樂繽紛	15 (初六) 09:30 平板電腦認知訓練 10:40-11:00 肌少症運動操 + 早晨廣播 13:15 毛巾操熱身 + 毛巾操 14:00 書法班 + 麻雀治療	16 (初七) 09:30 平板電腦認知訓練 10:40-11:00 健腦操+早晨廣播 (懷緬音樂治療) 13:15 手眼協調訓練 14:00 音樂傳球 + 麻雀治療	17 (初八) 09:30-11:00 硬地滾球 12:00 電影/音樂欣賞
18(初九)	19 (雨水) 10:40-11:00 肌少症運動操 + 早晨廣播 13:15 導向棋盤 14:00 麻雀治療+ 木顏色繪圖 	20 (十一) 09:30 平板電腦認知訓練 10:40-11:00 健腦操+早晨廣播 (懷緬音樂治療) 13:15 認知刺激治療 14:00 魔力橋牌	21 (十二) 09:30 平板電腦認知訓練 10:40-11:00 肌少症運動操 + 早晨廣播 13:15 八段錦(熱身 + 坐式) 14:00 飛行棋 + 桌遊樂繽紛	23 (十三) 09:30 平板電腦認知訓練 10:40-11:00 肌少症運動操 + 早晨廣播 13:15 毛巾操熱身 + 毛巾操 14:00 書法班 + 麻雀治療	24 (十四) 09:30 平板電腦認知訓練 10:40-11:00 健腦操+早晨廣播 (懷緬音樂治療) 13:15 手眼協調訓練 14:00 音樂傳球 + 麻雀治療	25 (十五) 09:30-11:00 硬地滾球 12:00 電影/音樂欣賞
25 (十六)	26 (十七) 10:40-11:00 肌少症運動操 + 早晨廣播 13:15 導向棋盤 14:00 麻雀治療+ 木顏色繪圖	27 (十八) 09:30 平板電腦認知訓練 10:40-11:00 健腦操+早晨廣播 (懷緬音樂治療) 13:15 認知刺激治療 14:00 魔力橋牌	28 (十九) 09:30 平板電腦認知訓練 10:40-11:00 肌少症運動操 + 早晨廣播 13:15 八段錦(熱身 + 坐式) 14:00 飛行棋 + 桌遊樂繽紛	29 (二十) 09:30 平板電腦認知訓練 10:40-11:00 肌少症運動操 + 早晨廣播 13:15 毛巾操熱身 + 毛巾操 14:00 書法班 + 麻雀治療 特別活動： 14:30-16:00 新春同樂慶龍年		