

## 救世軍海裕長者日間護理中心 三月份活動表 (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 手眼協調訓練 14:00 百發百中 + 麻雀治療	<b>2 (廿二)</b> 09:30-11:00 硬地滾球  12:00 3月月會 12:30 電影 / 音樂欣賞
<b>3 (廿三)</b>	<b>4 (廿四)</b> 10:40 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	<b>5 (驚蟄)</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 魔力橋牌 + 桌遊樂繽紛	<b>6 (廿六)</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 八段錦(熱身 + 坐式) 14:00 和紙紙膠帶貼畫	<b>7 (廿七)</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 書法班 + 麻雀治療	<b>8 (廿八) 婦女節</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 百發百中 + 麻雀治療	<b>9 (廿九)</b> 09:30-11:00 硬地滾球  12:00 電影 / 音樂欣賞 14:00 耆義髮廊
<b>10 (二月)</b>	<b>11 (初二)</b> 10:40 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	<b>12 (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 認知刺激治療 14:00 魔力橋牌 + 桌遊樂繽紛	<b>13 (初四)</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 八段錦(熱身 + 坐式) 14:00 和紙紙膠帶貼畫	<b>14 (初五)</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 毛巾操熱身 + 毛巾操 14:00 書法班 + 麻雀治療	<b>15 (初六)</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 百發百中 + 麻雀治療	<b>16 (初七)</b> 10:40 肌少症運動操+早晨廣播  12:00 電影 / 音樂欣賞
<b>17 (初八)</b>	<b>18 (初九)</b> 10:40 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	<b>19 (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 認知刺激治療 14:00 耆智藝術室+桌遊樂繽紛	<b>20 (春分)</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 和紙紙膠帶貼畫	<b>21 (十二)</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 書法班 + 魔力橋牌	<b>22 (十三)</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 百發百中 + 麻雀治療	<b>23 (十四)</b> 10:40 肌少症運動操+早晨廣播  12:00 電影 / 音樂欣賞
<b>24 (十五) / 31 (廿二)</b>	<b>25 (十六)</b> 10:40 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	<b>26 (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 認知刺激治療 14:00 耆智藝術室+桌遊樂繽紛	<b>27 (十八)</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) 特別活動: 14:00 復活蛋Look碌碌	<b>28 (十九)</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 特別活動: 14:00 復活蛋Look碌碌	<b>29 (二十) 耶穌受難節</b> 	<b>30 (廿一) 耶穌受難節翌日</b>