

# A 棟日常活動表

(一〇九年十一月二十三日至一〇九年十一月二十九日)

	上 午	下 午
週一 11/23	8:30 養生經穴操-二樓中庭 <b>※幸福長青社暫停乙次※</b> 10:00 彈力帶運動課程-大禮堂	2:00 懷念歌曲帶唱-三樓卡拉 OK 室 3:00 童恩小集(關懷團契)-二樓基督教會
週二 11/24	8:30 養生經穴操-二樓中庭 9:30 卡拉歡唱-三樓卡拉 OK 室 10:00 學佛社共修-三樓佛堂	1:30 長青國劇社-三樓社團教室 3 2:00 心肺與肌耐力課程-大禮堂 3:00 基督教禱告會-二樓基督教會 7:00 老人臥龍瑜珈社-二樓洗衣坊前
週三 11/25	8:30 養生經穴操-二樓中庭 10:00 黃良成老師健康講座-一樓簡報室 主題:預防感冒穴道保養 10:00 學佛社共修-三樓佛堂	2:00 卡拉歡唱-三樓卡拉 OK 室 3:00 詩歌練唱-二樓禮拜堂
週四 11/26	8:30 養生經穴操-二樓中庭 10:00 肌力與肌耐力運動課程-大禮堂 10:00 日語歌謠聯誼社-三樓卡拉 OK 室	2:00 卡拉歡唱-三樓卡拉 OK 室 2:00 老頑童合唱團-大禮堂 <b>2:30 生命教育系列講座-一樓簡報室</b> <b>主題:如何有效預立遺囑</b>
週五 11/27	8:30 養生經穴操-二樓中庭 9:30 太極拳社-二樓中庭 9:30 演歌俱樂部-三樓卡拉 ok 室 9:30 天主教彌撒-三樓天主堂	<b>1:30 桌撞球陪伴 - 三樓桌撞球室</b> 3:00 基督教會真理教導-二樓禮拜堂 7:00 老人臥龍瑜珈社-二樓洗衣坊前
週六 11/28	8:30 養生經穴操-二樓中庭 <b>※電影欣賞暫停乙次※</b>	<b>※電視劇欣賞暫停乙次※</b>
	<b>7:00 長庚健走活動-E 棟大草皮(7:00-9:30 中巴接駁, 請多加利用)</b>	
週日 11/29	8:30 養生經穴操-二樓中庭 <b>※因停電電視劇欣賞暫停乙次※</b> 9:30 基督教會主日崇拜-二樓禮拜堂 <b>※桃園召會主日聚會暫停乙次※</b>	<b>※因停電電影欣賞暫停乙次※</b>
養生 運動	每週一~五上午 7:45 香功社【二樓中庭】 每週一、二、三上午 9:15 太極拳社帶練【二樓中庭】	
近期活 動預告	<ul style="list-style-type: none"> <li>★ 11/25(三)10:30 馨香傳愛社區關懷服務(插花活動), 名額有限, 歡迎大家來電報名。(分機 5020.5021)【A 棟 B1 大禮堂】</li> <li>★ 11/26(四)14:30 生命教育系列講座, 主題:如何有效預立遺囑, 邀請謝清傑律師前來分享, 歡迎大家踴躍前往參加。(分機 5020.5021)【A 棟一樓簡報室】</li> <li>★ 11/28(六)7:00 長庚健走活動, 含趣味競賽、表演節目、摸彩活動等, 現場發放摸彩券、紀念品、水、毛巾、餐盒, 數量有限, 發完為止, 歡迎大家踴躍前往參加。(分機 5020) (7:00-7:30 請先於二樓生活服務室前領取摸彩券)</li> </ul>	
藝文展 覽資訊	★ 109 年 11 月份藝文展「『拾』起畫筆藝心同行-長庚養生文化村西畫班學員聯展」, (展覽日期: 11/1(日)-11/30(一)), 歡迎大家前來賞畫。【A 棟一樓大廳】	

# C棟日常活動表

(一〇九年十一月二十三日至一〇九年十一月二十八日)

	上 午	下 午
週一 11/23	8:30 養生經穴操-二樓大廳 9:15 土風舞社-韻律教室 1 ◎10:00 生活趣味魔術-多功能教室 1	◎1:30 藝音開麥拉-多功能教室 1 ◎1:40 環狀運動-健身房 3:00 體適能運動課程-韻律教室 1
週二 11/24	8:30 養生經穴操-二樓大廳 ◎10:00 數位鋼琴 E 班-音樂教室 10:00 住民大會-二樓簡報室 10:00 電腦 3C 產品課程-一樓會議室 4	◎1:40 環狀運動-健身房 ◎2:00 經絡 DIY · 健康動起來-多功能教室 1 3:00 核心肌群運動課程-韻律教室 1
週三 11/25	8:30 養生經穴操-二樓大廳 ◎8:30 來打桌球吧 - 桌撞球室 ◎9:30 活力太鼓班 - 多功能教室 2	◎1:40 環狀運動-健身房 2:00 生命教育系列講座-多功能教室 1 主題：信託遺囑資產傳承的重要性 ◎2:30 樂活飛輪-E棟飛輪教室
週四 11/26	8:30 養生經穴操-二樓大廳 9:30 生命教育系列講座-多功能教室 1 主題：如何有效預立遺囑 ◎手機拍出好照片外拍課程 9:30 開心玩拉密-桌遊教室	2:00 卡拉歡唱-卡拉 OK 室 1:30 桌撞球陪伴-桌撞球室 1:40 行動書車-二樓銀髮學園門口 ◎3:30 多面向脊椎螺旋-韻律教室 1
週五 11/27	8:30 養生經穴操-二樓大廳 9:30 我們的喜樂查經班-多功能教室 1 ◎10:30 樂活有氧運動-韻律教室 1	◎1:40 環狀運動-健身房 2:00 電影欣賞-二樓簡報室 片名：『三個傻瓜』 ◎2:00 養生慢舞初級-韻律教室 1 ◎2:30 快樂活力禪繞畫坊-多功能教室 1 ◎3:00 養生慢舞進階-韻律教室 1
週六 11/28	7:00 長庚健走活動-E棟大草皮(請先於二樓生活服務室前領取摸彩券) 8:30 養生經穴操-二樓大廳	
近期 活動 預告	<ul style="list-style-type: none"> <li>★ 前方標註◎為研習班、工作坊課程需事前報名，方可參加。(分機 5215) 【C棟一樓社服課】</li> <li>★ 每週三上午 10:00 黃良成老師健康講座，主題：預防感冒穴道保養，歡迎大家前往參加。(分機 5020.5021) 【A棟一樓簡報室】</li> <li>★ 11/25(三)10:30 馨香傳愛社區關懷服務(插花活動)，名額有限，歡迎大家來電報名。(分機 5020.5021) 【A棟B1大禮堂】</li> <li>★ 11/25(三)14:00 生命教育系列講座，主題：信託遺囑資產傳承的重要性，邀請李裕欽經理前來分享，歡迎大家踴躍前往參加。(分機 5215) 【C棟多功能教室 1】</li> <li>★ 11/26(四)9:30 生命教育系列講座，主題：如何有效預立遺囑，邀請謝清傑律師前來分享，歡迎大家踴躍前往參加。(分機 5215) 【C棟多功能教室 1】</li> <li>★ 11/28(六)7:00 長庚健走活動，含趣味競賽、表演節目、摸彩活動等，現場發放摸彩券、紀念品、水、毛巾、餐盒，數量有限，發完為止，歡迎大家踴躍前往參加。(分機 5020) (7:00-7:30 請先於二樓生活服務室前領取摸彩券)</li> <li>★ 12/3(四)14:30 生命教育系列講座，主題：財產交付信託免煩惱，邀請蘇家宏律師前來分享，歡迎大家踴躍前往參加。(分機 5215) 【A棟一樓簡報室】</li> </ul>	
藝文展覽	<ul style="list-style-type: none"> <li>★ 109 年度 11-12 月份藝文展「游宣承老師 珍愛寶貝油畫創作個展」，歡迎大家踴躍前往欣賞。展覽日期：11/1(日)-11/30(一) 【C棟 1~2 樓展覽空間】</li> </ul>	