

A 棟日常活動表

(一一〇年十月四日至一一〇年十月十日)

	上 午	下 午
週一 10/4	8:30 養生經穴操-二樓中庭 10:00 彈力帶運動課程-大禮堂	1:40 桃園行動書車-一樓大門口
週二 10/5	8:30 養生經穴操-二樓中庭	2:00 心肺與肌耐力課程-大禮堂
週三 10/6	8:30 養生經穴操-二樓中庭	
週四 10/7	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	2:00 老頑童合唱團線上- E-learning 線上課程 3:00 基督教禱告會-二樓基督教會
週五 10/8	8:30 養生經穴操-二樓中庭 9:00 太極拳社-二樓中庭	2:30 藝文展開幕茶會-一樓大廳 3:00 基督教會真理教導-二樓基督教會
週六 10/9	8:30 養生經穴操-二樓中庭	
週日 10/10	8:30 養生經穴操-二樓中庭 9:30 桃園召會主日聚會-三樓天主堂	
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 9:00 太極拳社帶練【二樓中庭】	
近期活 動預告	<p>★ 配合全國二級警戒延至 10/4，<u>外出請全程配戴口罩</u>，以避免觸法！另因應政府適度鬆綁措施，卡拉 OK、KTV、麻將室、桌遊室已研擬開放；部分空間開放使用，惟須做好手部清潔、全程配戴口罩，詳見空間開放公告；防疫期間多有不便，請各位長輩體諒配合，謝謝。</p> <p>★ 生活藝文工作坊 - 古箏課、舒筋拍打養生暨太極氣功十八式、中藥用藥安全與養生，體驗課即日起開始報名~詳見課程海報，歡迎踴躍報名。(分機 5215)【C 棟一樓辦公室社服課】</p> <p>★ 10/4、10/25(一)13:40 桃園行動書車，歡迎大家前往借閱。(分機 5020.5021)【A 棟一樓大門口】</p> <p>★ 10/6(三)09:30 十月份慶生會，因疫情關係改由工作人員逐戶個別式慶生。(分機 5020.5021)【A 棟二樓社服課】</p> <p>★ 10/13(三)重陽節系列活動-樂活九九重陽同樂，活動內容：太鼓班開場表演、九九市集、二胡班開場表演、金鑽婚/百歲人瑞表揚、DIY (需事先報名) 等活動，詳見活動海報，歡迎大家踴躍前往參加。(分機 5020.5021)【A 棟 B1 大禮堂】</p> <p>★ 10/14(四)5:10 重陽節系列活動-重陽登高，完成登高者，可獲得早餐餐盒乙份，發完為止。(分機 5020.5021)【A 棟一樓大廳】</p>	
藝文展 覽資訊	<p>★ 110 年 10 月份藝文展「彩筆戀戀九悅畫會聯展」，展覽日期：10/1(五)-10/31(日)，開幕茶會：10/8(五)14:30，邀請老師們前來分享，歡迎大家前往參加。【A 棟一樓大廳】</p>	

C 棟日常活動表

(一一〇年十月四日至一一〇年十月九日)

	上 午	下 午
週一 10/4	8 : 30 養生經穴操-二樓大廳 9 : 15 土風舞社-韻律教室 1 ◎10 : 30 生活趣味魔術-多功能教室 1	◎1 : 30 愛上古典樂-多功能教室 1 ※2 : 30 社交舞暫停※ 3 : 00 體適能運動課程-韻律教室 1
週二 10/5	8 : 30 養生經穴操-二樓大廳 ◎08 : 30 桌球課-桌球室 ◎10 : 00 古箏課體驗課-多功能教室 3 ◎10 : 00 數位鋼琴 E 班-數位鋼琴教室	◎1 : 30 數位鋼琴 F 班-數位鋼琴教室 3 : 00 核心肌群運動課程-韻律教室 1
週三 10/6	8 : 30 養生經穴操-二樓大廳 ◎9 : 30 活力太鼓進階班-多功能教室 3 ◎10 : 40 活力太鼓初階班-多功能教室 3	◎2 : 30 舒緩瑜珈-韻律教室 1
週四 10/7	8 : 30 養生經穴操-二樓大廳 ◎9 : 30 舒筋拍打養生暨太極氣功十八式體驗課-韻律教室 1	◎1 : 30 中藥用藥安全與養生體驗課-多功能教室 1 2 : 00 老頑童合唱團- E-learning 線上課程 ◎3 : 30 多面向脊椎螺旋運動-韻律教室 1
週五 10/8	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 樂活有氧社-韻律教室 1	2 : 00 電影欣賞-二樓簡報室 片名：『靈犬萊西』 ◎2 : 00 養生慢舞初階班-韻律教室 1 2 : 30 幸福廣論班-多功能教室 1 ◎3 : 00 養生慢舞進階班-韻律教室 1
週六 10/9	8 : 30 養生經穴操-二樓大廳	
近期 活動 預告	<p>★ 前方標註◎為工作坊、研習班課程需事前報名。(分機 5215) 【C 棟一樓辦公室社服課】</p> <p>★ 配合全國二級警戒延至 10/4，外出請全程配戴口罩，以避免觸法！另因應政府適度鬆綁措施，卡拉 ok、KTV、麻將室、桌遊室已研擬開放開放；部分空間開放使用，惟須做好手部清潔、全程配戴口罩，詳見空間開放公告；防疫期間多有不便，請各位長輩體諒配合，謝謝。</p> <p>★ 生活藝文工作坊 - 古箏課、舒筋拍打養生暨太極氣功十八式、中藥用藥安全與養生，體驗課即日起開始報名~詳見課程海報，歡迎踴躍報名。(分機 5215) 【C 棟一樓辦公室社服課】</p> <p>★ 10/5(三)14:30 十月份慶生會，因疫情關係改由工作人員逐戶個別式慶生。(分機 5215) 【C 棟一樓辦公室社服課】</p> <p>★ 10/13(三)重陽節系列活動-樂活九九重陽同樂，活動內容：太鼓班開場表演、九九市集、二胡班開場表演、金鑽婚/百歲人瑞表揚、DIY (需事先報名) 等活動，詳見活動海報，歡迎大家踴躍前往參加。(分機 5020.5021) 【A 棟 B1 大禮堂】</p> <p>★ 10/14(四)5:00 重陽節系列活動-重陽登高，完成登高者，可獲得早餐餐盒乙份，發完為止。(分機 5215) 【C 棟二樓銀髮學園大廳】</p> <p>★ 10/18 (一)13:40 桃園行動書車，歡迎大家前往借閱。(分機 5215) 【C 棟二樓生活服務室外】</p>	
藝文 展覽	<p>★ 110 年度 8-10 月份藝文展「許慧君油畫創作個展」，歡迎大家前往欣賞。展覽日期：8/1(日)-10/31(日) 【C 棟 1~2 樓展覽空間】</p>	