109年10月～12月健康促進與文康課程活動

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | 周一 | 周二 | 周三 | 周四 | 周五 |
| **上**  **午** | 09:00~12:00 | 09:00~12:00 | 09:00 ~ 12:00 | 09:00 ~ 12:00 | 09:00 ~ 12:00 |
| **會員養生互動與理監事聯誼** | **北原山貓老師**  **教人選歌歡唱** | **快樂歌唱班**  **流行歌教唱** | **手機生活網路訂高鐵票叫車** | **烏克麗麗**  **基礎輕鬆學** |
| **中午** |  | 12:00 ~ 13:00  **共餐活動** |  | 12:00 ~ 13:00  **共餐活動** |  |
| **下**  **午** | 13:30~15:30 | 13:30~15:30 | 13:30~15:30 | 13:30~15:30 | 13:30~15:30 |
| **學員長者服務**  **聯誼** | **卡拉ok手機**  **市區景點導覽** | **學員長者服務**  **聯誼** | **卡拉ok手機**  **市區景點導覽** | **學員長者服務**  **聯誼** |