



紫竹林精舍109年第一期

週二上午9：00-11：00

香光社區關懷據點

紫竹林樂齡學堂





吳秋蘭

+



紫竹林精舍

編輯「發送訊息」

推廣



...



影片

查看全部



— 你的影片內含著作權比對相符項目，因此部分被噤聲

🔒 只有你能看到此內容



紫竹林精舍

由 Shi Tzu-Sheng 發佈 2020年9月30日

...

【即時報導】香光關懷據點 紫竹林樂齡學堂「肢體律動與活躍大腦」  
天涼好個秋，秋天來時就拍拍手，感到幸福時就踏踏腳，讓手心腦並用，香光樂齡學堂無限時，陪伴長輩們到老，這是人間美晚霞的一站！

9/22(二)葉雅欽職能治療師：教導長輩們「肢體律動與活躍大腦」。生活中的梳頭髮，或比手畫腳、疊疊樂杯遊戲，都是職能治療喔！如何比畫烏龜、鳳梨、猴子、芒果...等等，以及用不同順序及顏色堆疊，測試學員們反應的速度快慢。而柔軟操搭配音樂律動，訓練肌力及伸展力，正確到位姿勢，能柔軟身心。

黃依婷營養師，個別的瞭解並關注長者平日營養狀況，量身訂做，一對一的專業建議長輩們攝取營養素，志工則在旁聆聽陪伴。

9/25(五)體適能檢測，每半年檢查一次，9項測試2小時，瞭解心肺、骨骼、關節及平衡功能。一旦有狀況，即刻啟動醫療網，予長者最適切之照護！1小時肌力訓練，謝宜耿志工以詼諧逗趣，讓長輩們配合口令，輕鬆伸展，動作到位，安全又不受傷。

程香連物理治療師：於檢測前，指導每位志工，關注長輩們的正確檢測及注意事項。職能治療師回應，香光志工隊與長輩們良善之溫馨互動，讚譽有加，足見平日有下功夫搏感情，大家樂在其中，就是樂齡！

10/6(二)早上9點~11點，紫竹林樂齡班成果展，邀請大眾蒞臨參加，給予長輩們，愛與支持喔！按多個讚喲！





家 5 8 2 吳秋蘭 +

紫竹林精舍 編輯「發送訊息」 推廣 搜尋 ...

頭號粉絲 宋宛璇 南無阿彌陀佛 南無阿彌陀佛 南無阿彌陀佛 讀 · 回覆 · 發送訊息 · 50週

紫竹林精舍 由 Ziyang Shi 發佈 · 2020年6月9日

【即時報導】香光社區關懷據點 紫竹林樂齡學堂  
香光樂齡學堂復課啦！  
今年這一波新冠疫情 讓我們的生活改變了許多  
也是樂齡學堂停課的原因  
6月7日全國解封後，我們不敢鬆懈  
就在今天  
終於長輩們又相聚了  
有長輩 問耳朵有沒有很癢啊  
當然，想見大家的心 一直沒放假啊  
今天是戶外見面會 動態課程大家歡喜來相見  
愈動 愈年輕自在 下週同一時間再見喔

影片 查看全部

影視史學第五期 外拍實作之旅 110.05.02 4:52

【影視史學】嘉義外拍實作之旅 2021年5...

1 78

