

大學里 115 年一月份資訊公告



☺ 訊息一

「115 年社區居民規律運動紀錄表」

請洽里辦領取(上班時間:上午 9~12 時, 下午 2~5 時)。

☺ 訊息二

「銀髮樂齡健康課程及共餐」暫停

因應行政業務經費申請, 大學里一月份及二月份暫停, 3/5 開始健康課程!

★愛的叮嚀: 敬請依舊保持運動習慣, 每週至少三次, 每次 30 分鐘, 心跳達 130 或是運動強度會喘會流汗。

☺ 訊息三

新的一年, 馬上做健檢, 馬上有平安

大安區免費健康篩檢—請攜帶健保卡、身分證

檢查項目:子宮頸抹片檢查、乳房攝影檢查及糞便潛血檢查

★時間: 1/31(週六)上午 9:00~12:00

★地點: 台電輸變電工程處(魚木旁停車場, 羅斯福路 3 段 283 巷 30 號)

☺ 訊息四

馬到成功 · 歡喜迎新春~

春節揮毫暨園遊會敬邀大家作伙來(詳見活動 DM)。

★時間: 1/31(週六) 下午 14:00~17:00

★地點: 真理堂一樓及戶外 (北市新生南路三段 86 號)

☺ 訊息五

新春花藝 DIY, 歡迎提早報名以便備材。

• 師資: 小原流教師林大文。(花材費約 1,000 元, 限 15 名)

• 時間: 2/10(週二) 晚上 6:30~9:30

• 地點: 辛亥區民活動中心(辛亥路一段臨 141 號)

☺ 訊息六

遇到地震時保命三步驟: 趴下、掩護、穩住。

祝福大家新的一年: 身體健康、福氣滿滿、財源廣進、
平平安安。

大學里里長 吳沛璇 敬啟