



嘗健55
R.E.A.C.H.
FOR AGING WELL

Alzheimer Society
YORK REGION



MARKHAM PUBLIC LIBRARY

2024 年国语健脑健身心班



Minds in Motion®

一起来舒展身心, 动手脚和动动脑筋

活动内容：轻松椅子运动、游戏、唱歌、分享等

活动地点：ZOOM 网上平台

日期： 1月12、19、26日(星期五)

2月2、9、16、23日

3月1、15、22日(3月8、29日無課)

时间： 上午 10:30-11:30am

导师： 「约克区认知障碍症协会」公共教育统筹 ~ Loletta 余太

费用： 免费

对象： 任何 55+对此活动有兴趣的社区人士

名额： 20人(先到先得、额满即止)

万锦市公立图书馆有关活动网址：

<https://markham.bibliocommons.com/v2/events?series=655ce2e95390a829009de6ca>

报名/查询: 请致电余太 905-726-3477 内线 234

或电邮 lyu@alzheimer-york.com

