

# 身心安泰之道 - 超级乐龄的秘密

所有课程费均由  
全国乐龄学苑和  
曹氏基金会  
全额资助。



## 课题

- 超级乐龄的养生法
- 如何保持心智敏锐与身体活跃
- 大脑挑战: 数学题与七巧板游戏
- 大脑健康有益饮食
- 益脑运动



## 详情

**日期:** 1月8日2020 (星期三)

**时间:** 下午2.00pm – 5.00pm

**地点:** COMSA

黄埔中心, 黄埔联络所3楼  
300 Whampoa Dr, S327737

**收费:** \$80.25\*(包括消费税)

\*只限50岁及以上的新加坡公民和永久居民。  
参加者将享有曹氏基金会的**全额津贴**。

更多详情, 请致电咨询 **87330194**