

111 年度大光國小『樂齡課程』系列活動

～6-9 月份報名表～

一、招收對象及人數：

本校家長、祖父母及社區民眾皆可報名，年滿 55 歲以上者優先參加，招收 20 人。

二、報名、繳費方式：

課程全部免費，即日起開始報名，請將報名表繳交至大光國小輔導室。

洽詢電話：2518465#727 萬麗君主任、王介佑組長。

PS:如遇宣佈停課,樂齡亦停課一次

日期及時間	課程名稱	上課地點	講師
06.23(四)09:00-11:00 06.24(五)09:00-11:00 06.27(一)09:00-11:00	活力健康操- 銀向健康體適能活動	1樓 韻律教室	樂齡中心講師 張育慈老師
06.29(三)09:00-11:00 07.01(五)09:00-11:00	黏土 DIY	1樓 諮商室	中華民國麵包花與 紙黏土花藝推展協 會-王美文老師
07.04(一)09:00-11:00 07.06(三)09:00-11:00 07.08(五)09:00-11:00	活力高爾夫- 有助於腿部肌肉訓 練，維持身心健康。	請先至 輔導室 集合	中華民國高爾夫球 協會 教練-徐清崧
07.05(二)09:00-11:00	保命防跌有妙招- 認識骨質疏鬆與防跌	1樓 諮商室	臺南市立醫院 胡怡芬衛教師
07.07(四)09:00-11:00 07.11(一)09:00-11:00 07.13(三)09:00-11:00	舞動幸福人生- 排舞練習	1樓 律動教室	龍埔活動中心 舞蹈社老師- 許燕玲
07.12(二)09:00-11:00	我的健康餐盤~ 藉由有 趣好玩的「估咕樂桌 遊」，教大家如何吃得 好，吃得健康!	1樓 諮商室	臺南市立醫院 胡怡芬衛教師
07.21(四)09:00-11:00	銀享樂活微體驗- 正念帶給樂齡生活什 麼支持、身體要運動 ，大腦也需要運動。	1樓 諮商室	樂齡中心講師- 劉禕燉
09.05(一)08:30-10:30	健康樂齡小尖兵- 對志工服務有興趣者	2樓 會議室	大光國小志工團隊

臺南市北區樂齡中心大光國小分校 111 年 6-9 月課程

報名表

姓名		出生日期	年 月 日	性別	<input type="checkbox"/> 男 <input type="checkbox"/> 女
住址				住家電話：	
				手機：	
學歷	<input type="checkbox"/> 國小 <input type="checkbox"/> 國中 <input type="checkbox"/> 高中(職) <input type="checkbox"/> 大專 <input type="checkbox"/> 大學 <input type="checkbox"/> 研究所以上				
職業	<input type="checkbox"/> 農工業 <input type="checkbox"/> 商業 <input type="checkbox"/> 服務業 <input type="checkbox"/> 自由業 <input type="checkbox"/> 公職 <input type="checkbox"/> 已退休				
報名參加課程	報名參加課程(請打勾 v) <input type="checkbox"/> 活力健康操 <input type="checkbox"/> 黏土 DIY <input type="checkbox"/> 活力高爾夫 <input type="checkbox"/> 保命防跌有妙招-認識骨質疏鬆與防跌 <input type="checkbox"/> 舞動幸福人生 <input type="checkbox"/> 我的健康餐盤-購物估估樂桌遊 <input type="checkbox"/> 銀享樂活微體驗 <input type="checkbox"/> 健康樂齡小尖兵				
參與活動	是否有參與其他活動? <input type="checkbox"/> 老人會 <input type="checkbox"/> 長青學苑 <input type="checkbox"/> 關懷據點 <input type="checkbox"/> 其他活動 <input type="checkbox"/> 無參與其他活動				
志工參與	是否曾擔任志工? <input type="checkbox"/> 無 <input type="checkbox"/> 有 (<input type="checkbox"/> 有志工手冊 <input type="checkbox"/> 無志工手冊)				
電梯需求	本校電梯管制，需刷卡才能使用，若您有搭乘電梯需求，請至 1 樓輔導室請老師協助。				
施打疫苗情形	<input type="checkbox"/> 已施打疫苗 (請出示證明) 第 1 劑-施打日期： <u> </u> 年 <u> </u> 月 <u> </u> 日 第 2 劑-施打日期： <u> </u> 年 <u> </u> 月 <u> </u> 日 第 3 劑-施打日期： <u> </u> 年 <u> </u> 月 <u> </u> 日 <input type="checkbox"/> 未施打疫苗				
防疫規定	出入學員均需配戴口罩，落實體溫量測及健康狀態監測。 學員需施打完 2 劑疫苗，或提供 3 日內抗原快篩或 PCR 檢驗陰性證明。				