

臺南市北區樂齡學習中心

113 年樂齡系列課程 (113 年 3 月~4 月)

- 一、主辦單位：臺南市政府教育局 承辦單位：臺南市北區文元國小  
 二、對象及人數：55 歲以上之社區人士(性別不拘)  
 三、上課地點：文元國小一樓大會議室(北區海安路 3 段 815 號)、3.6 於四樓多功能教室  
 四、報名方式：請於 2 月 29 日(星期四)下午 4 點前至文元國小警衛室填寫並繳交報名表  
 洽詢電話：3584371#802 徐主任、812 程組長



註：(1)如遇颱風宣佈停課，樂齡同步停課 (2)所有講座免費參加~請務必準時來喔!  
 (3)歡慶樂齡課程開張，選擇第一堂課的學員(限 30 人)，即有精美小禮物，未出席者視同放棄。

編號	活動名稱	日期(時間)	講師	講師簡介	備註	人數
1	安心變老— 監護宣告 VS 意定監護	03.05(二)上午 9:00~11:00	鄭嘉慧	律師		30
2	活化腦力生活無虞 (防詐騙及交通安全)	03.07(四)上午 9:00~11:00	徐淑挺	教育部樂齡講師		30
3	悅樂欲試樂活擊打 I	03.08(五)上午 9:00~11:00	王倩茹	體健署中級指導員 教育部樂齡講師	帶水及穿褲裝	20
4	和諧粉彩杯墊	03.12(二)上午 9:00~11:00	楊青坪	高齡自主 學習團帶領人		20
5	樂玩翻轉禪繞畫	03.14(四)上午 9:00~11:00	楊青坪	高齡自主 學習團帶領人		20
6	悅樂欲試樂活擊打 II	03.15(五)上午 9:00~11:00	王倩茹	體健署初級指導員 教育部樂齡講師	帶水及穿褲裝	20
7	活化腦力樂活有趣 (用桌遊交朋友)	03.26(二)上午 9:00~11:00	徐淑挺	教育部樂齡講師		30
8	咖動手動樂動忘齡	03.28(四)上午 9:00~11:00	姜乃菱	體健署體適能 中級指導員	帶毛巾、水及穿褲裝	30
9	經絡養生好體魄	04.02(二)上午 9:00~11:00	朱潔雲	樂齡一般講師	帶按摩棒和刮痧板	30
10	健康飲食呷百二	04.09(二)上午 9:00~11:00	朱潔雲	樂齡一般講師	自備環保餐具	20
11	智勇雙全防失智 I	04.11(四)上午 9:00~11:00	劉采菁	教育部樂齡講師		30
12	樂齡書法·墨寫快樂	04.16(二)上午 9:00~11:00	陳孝慈	專業實務工作者	可自帶毛筆	30
13	樂齡書法·墨寫快樂	04.23(二)上午 9:00~11:00	陳孝慈	專業實務工作者	可自帶毛筆	30
14	智勇雙全防失智 II	04.25(四)上午 9:00~11:00	劉采菁	教育部樂齡講師		30
15	手腦並用玩編織	04.30(二)上午 9:00~11:00	李玉枝	專業實務工作者		20

(請沿虛線剪下，填妥後交回文元國小教務處)

臺南市北區樂齡中心文元國小分班 113 年樂齡系列課程 (113 年 3~4 月) 報名表

姓名	年 齡	<input type="checkbox"/> 55-64 <input type="checkbox"/> 75-84 <input type="checkbox"/> 65-74 <input type="checkbox"/> 85 歲以上	性 別	<input type="checkbox"/> 男 <input type="checkbox"/> 女	教育背景 (最高學歷)	<input type="checkbox"/> 國小 <input type="checkbox"/> 國中 <input type="checkbox"/> 高中職 <input type="checkbox"/> 專科 <input type="checkbox"/> 大學 <input type="checkbox"/> 研究所
地址					家： 手機：	
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						
我要參加：請打 <input checked="" type="checkbox"/> *若需請假請務必提前兩周告知，將上課機會讓給候補學員 <input type="checkbox"/> 編號 1 <input type="checkbox"/> 編號 2 <input type="checkbox"/> 編號 3 <input type="checkbox"/> 編號 4 <input type="checkbox"/> 編號 5 <input type="checkbox"/> 編號 6 <input type="checkbox"/> 編號 7 <input type="checkbox"/> 編號 8 <input type="checkbox"/> 編號 9 <input type="checkbox"/> 編號 10 <input type="checkbox"/> 編號 11 <input type="checkbox"/> 編號 12 <input type="checkbox"/> 編號 13 <input type="checkbox"/> 編號 14 <input type="checkbox"/> 編號 15						