

105年臺南市立圖書館 樂齡學習春季活動

學到老、活得好的終身學習
建立健康的生活態度與價值觀

活動時間：105年4月14日至7月28日，每周四上午9:00-11:00(端午節暫停1次)
共15堂。

報名資格：凡年滿55歲以上之民眾，皆可報名參加。

報名日期：105年3月24日至4月13日上午9時至12時、下午2時至5時(週一休館)

報名地點：臺南市立圖書館5樓推廣組/葉小姐06-2255146分機126

報名方式：1、採現場報名，請填寫報名表並繳交保證金，限額30名，額滿為止。
2、報名人數未達10人，不開課並退還保證金。

上課地點：3樓多功能室

費用：1、需繳交保證金500元(上課達12堂者，於課程全部結束後，退還原額保證金；未達12堂者，恕不退還保證金。
2、部份課程需材料費，請於課程當日繳交講師。



主辦單位：臺南市立圖書館

協辦單位：臺南市樂齡學習示範中心

廣告

課程表

日期	課程名稱	課程概述	講 師	相關書籍分類號	備註
4/14	迎接高齡社會您準備好了嗎？	認識樂齡生涯學習 追求活躍老化	樂齡示範中心 鍾秀琴	社會科學類-528 各種教育	
4/21	活躍老化 銀髮體適能	良好體適能和規律運動的重要性。	鄭美蓮	應用科學類-411 衛生學	
4/28	平版體驗課程	人際網絡：拍照、修圖、分享	數位機會中心 陳宥蓁	科學類-312 電腦科學	
5/05	溫馨五月情~	碎花布康乃馨 DIY	龔靖月	應用科學類-426 家庭手藝 藝術類-972 紙藝	材料費每份 65 元
5/12	環境安全教育	登革熱防治 VS 防蚊磚 DIY	龔玉珠	應用科學類-412 公共衛生	材料費每份 100 元
5/19	性別平等	運用繪本故事	黃愛真	社會科學類-544 家庭；族制	
5/26	活化記憶	樂活桌遊趣	方勢峰	社會科學類-528 各種教育	
6/02	端午針線情	香包 DIY	陳郁惠	應用科學類-426 家庭手藝 藝術類-972 紙藝	材料費每份 65 元
6/16	樂齡電影讀書會 —懷舊影片欣賞	透過電影分享與討論的能力，並建構其珍惜生命、尊重生命的核心價值	魏成萍	社會科學類-528 各種教育 藝術類-987 電影	
6/23	社區劇場： 預防失智宣導短劇演出	預防失智宣導短劇演出	失智症協會	應用科學類-415 西醫學	
6/30	陶玻畫	創作理念及欣賞	王紀明	藝術類-940 繪畫總論	
7/07	高齡營養常識	聰明吃出活力健康	謝秀足	應用科學類-411 衛生學	
7/14	高齡口腔保健~ 油漱	利用油把口腔中的細菌、毒素「拉」出來，減少口腔中細菌、降低發炎機會	龔玉珠	應用科學類-416 外科	材料費每份 50 元
7/21	青春自信	認識憂鬱症並遠離憂鬱	憂鬱症協會	應用科學類-415 西醫學	
7/28	成果研討交流	學習心得分享建議			

報名表

姓 名		性 別		身分證字號	
生 日	年 月 日				
E-mail					
通訊處					
電 話	(O)		(手機)		