

樂齡學習示範中心「樂齡學習核心課程」觀摩示範時程表

| 地區 | 課程名稱 | 任課講師 | 授課日期 | 授課時段 | 授課地點 (含地址) | 報名資訊 |
|--------------------------------|--|------|---|---------------------|---|---|
| 新 北 市 樂 齡 學 習 示 範 中 心 | 我的家庭最 可愛-樂齡 長者居家安 全 | 林瑞蕙 | 10/5、10/12、10/19、 10/26、11/2、11/9、 11/16、11/23、11/30、 12/7 | 週五 14:00-16:00 | 集美國小樂 齡中心(新 北市三重區 集美街 10 號) | http://nblog.jmes.ntpc.edu.tw/happyage |
| | 動動腦讓你 更年輕— Let' s talk in English | 江宜真 | 10/1、10/8、10/15、 10/22、10/29、11/5、 11/12、11/19、11/26、 12/3 | 週一 9:30-11:30 | | |
| | 運動保健類 | 朱淑女 | 10/4(四)、10/11(四)、 10/18(四)、10/25(四)、 11/1(四)、11/8(四)、 11/15(四)、11/22(四)、 11/29(四)、12/3(一) | 週一、四 09:30-11:30 | | |
| 臺 北 市 樂 齡 學 習 示 範 中 心 | 從文化看英 文視界 | 李瑞 | 107/10/22-12/10 | 週一上午 9:30-11:30 | 總館 10 樓 國際會議廳 (建國南路 2 段 125 號) | 可電至 2755-3554 洽詢 |
| | 性別平等電 影賞析 | 陳志津 | 107/10/22-12/10 | 週一下午 1:30-4:30 | 總館 9 樓多 功能活動室 (建國南路 2 段 125 號) | 可電至 2755-3554 洽詢 |
| | 園藝療癒 | 邱美珍 | 107/10/24-12/12 | 週三下午 2:00-5:00 | 總館 9 樓多 功能活動室 (建國南路 2 段 125 號) | 可電至 2755-3554 洽詢 |
| | 樂齡摩天倫 | 鄭窈窕 | 107/6/28-8/30 | 週四下午 2:00-5:00 | 總館 10 樓 會議室(建 國南路 2 段 125 號) | 電至 2755-3554 報名 |

| 地區 | 課程名稱 | 任課講師 | 授課日期 | 授課時段 | 授課地點 (含地址) | 報名資訊 |
|-------------------------|----------------------|------|---|-------------------|--|---|
| | 生活之美 | 鄭窈窕 | 107/11/8-1/31 | 未定 | 未定 | 可電至 2755-3554 洽詢 |
| | 詩中劇表演 專班 | 鄭窈窕 | 107/7/6-10/19 | 週五下午 2:00-5:00 | 總館 9 樓多 功能活動 室、11 樓研 習教室 (建 國南路 2 段 125 號) | 電至 2755-3554 報名 |
| | 讀書會帶領 人培訓(暫 定) | 林振春 | 未定 | 未定 | 未定 | 可電至 2755-3554 洽詢 |
| 新竹縣 樂齡學 習示範 中心 | 相逢志識有 緣 | 劉金梅 | 7/3、7/10、7/17、7/24、 7/31、8/7、8/14、8/21 | 週二 14:00-16:00 | 新竹縣樂齡 學習示範中 心 新竹縣竹北 市福興東路 一段 1 號 (新竹縣體 育場內) | 新竹縣樂 齡學習示 範中心 kyun0365 78242@g mail.com 聯絡電 話：張進 茂 0933-152- 066 |
| | 喜樂氣球你 我他 | 劉書臺 | 7/11、7/18、7/25、8/1、 8/8、8/15、8/22、8/29 | 週三 19:00-21:00 | | |
| | 戀戀陶花緣 | 張淑琴 | 7/17、7/24、7/31、8/7、 8/14、8/21、8/28、9/4 | 週二 19:30-21:30 | 新竹縣竹北 市泰和社區 活動中心 新竹縣竹北 市泰和路 85 號 | |

| 地區 | 課程名稱 | 任課講師 | 授課日期 | 授課時段 | 授課地點 (含地址) | 報名資訊 |
|---------------------|--------------|------|---|---------------------|---------------------------------------|--|
| 臺中市 樂齡學習 示範中心 | 愛家進行曲 | 蔡昭玉 | 6/11、6/18、6/25、7/2、 7/9、7/16、7/23、7/30、 8/6、8/13 | 週一 13:00-15:00 | 本部 (台中市北 區漢口路四 段 21 號) | 電話報名： 04-2296403 5#115 黃執行書 |
| | 樂學翻轉 。青春露 | 饒媛莉 | 6/11、6/18、6/25、7/2、 7/9、7/16、7/23、7/30、 8/6、8/13 | 週一 9:00-11:00 | | |
| | 益食益友 。青春行 | 陳玉蟾 | 6/12、6/19、6/26、7/3、 7/10、7/17、7/24、7/31、 8/7、8/14 | 週二 10:00-12:00 | | |
| 南投縣 樂齡學習 示範中心 | 健康促進 | 蔡鳳琴 | 7/19(四)、7/26(四)、 8/02(四)、8/8(三)、 8/9(四)、8/15(三)、 8/16(四)、8/22(三) | 週三、四 09:30-11:30 | 東光社區 (魚池鄉東 光村慶隆巷 31-7 號) | 一、 南投縣樂齡 學習示範中 心 049-289907 8 |
| | 樂齡第一課 | 連東祥 | 6/26 | 週二 9:00-11:00 | 魚池尖社區 (魚池鄉秀 水路 69 號) | 0932-95965 6 |
| | | | 7/3 | 週二 19:00-21:00 | 金安老人會 (魚池鄉中 明村有水巷 28-3 號) | 二、 東光社區 王美惠理事 長 0937-74876 8 |
| | | | 7/4 | 週三 14:00-16:00 | 樂齡本部 (魚池村魚 池街 354 巷 2 號 2 樓) | 三、 魚池尖社區 陳足女副總 |

| 地區 | 課程名稱 | 任課講師 | 授課日期 | 授課時段 | 授課地點 (含地址) | 報名資訊 |
|----|------------------------|------|---|-------------------|--------------------------|-----------------------|
| | | | 7/05、7/12 | 週四 9:30-11:30 | 樂齡本部 (魚池村魚池街354巷2號2樓) | 幹事 0926-96087 0 |
| | | | 7/05 | 週四 19:00-21:00 | 頭社社區 (魚池鄉頭社村平和巷9號) | |
| | | | 7/07 | 週六 9:00-11:00 | 中明社區 (魚池鄉中明村文正巷5-10號) | |
| | | | 7/10 | 週二 9:30-11:30 | 東光社區 (魚池鄉東光村慶隆巷31-7號) | |
| | 活化記憶 | 陳足女 | 7/03、7/10、7/17、7/24、 7/31、8/7 8/14、8/21 | 9:00-11:00 | 魚池尖社區 (魚池鄉秀水路69號) | |
| | 心靈成長- 學習正向能 量 | 林美齡 | 7/17、7/24、7/31、8/7、 8/14、8/21 | 週二 9:30-11:30 | 東光社區 (魚池鄉東光村慶隆巷31-7號) | |
| | | | 7/19(四)、 | 9:30-11:30 | 樂齡本部 (魚池村魚池街354巷2號2樓) | |
| | | | 7/24(二) | 14:30-16:30 | | |
| | 樂齡學習組 織經營與運 作研討會 | 連東祥 | 7/14 | 週六 9:30-17:30 | 樂齡本部 (魚池村魚池街354巷 | |

| 地區 | 課程名稱 | 任課講師 | 授課日期 | 授課時段 | 授課地點 (含地址) | 報名資訊 |
|-----------------|----------------|------|---|-------------------|--------------------------------|--------------------------------------|
| | 樂齡學習行銷規劃與推廣研討會 | | 8/18 | 週六 9:30-17:30 | 2號2樓) | |
| 雲林縣 樂齡學習示範中心 | 藥齡藥注意 | 張美玲 | 4/16、5/21、6/11、7/16、 8/20、9/17、10/15、11/19 | 週一 9:00-11:00 | 崁頭厝社區活動中心 (古坑鄉永光村文昌路84-1號) | 電話報名： 05-5826320 分機 290 蔡小姐 |
| | | | 4/17、5/8、6/12、7/17、 8/14、9/11、10/16、11/13 | 週二 8:30-10:30 | 雲林縣樂齡示範中心本部 (古坑鄉西平村中山路135號) | |
| | 健康樂齡體適能 | 吳淑妮 | 4/24、5/15、6/19、7/24、 8/21、9/18、10/23、11/20 | 週二 9:00-11:00 | 東和社區活動中心 (古坑鄉東和村文化路8巷34號) | |
| | | | 4/12、5/10、6/14、7/19、 8/16、9/13、10/18、11/15 | 週四 9:00-11:00 | 崁腳社區活動中心 (古坑鄉崁腳村崁腳35號) | |
| | 固骨防跌樂保健 | 曾秀玲 | 4/11、5/9、6/27、7/11、 8/15、9/12、10/17、11/14 | 週三 9:00-11:00 | 古坑鄰居 (古坑鄉古坑村文淵路14巷7號) | |
| | | | 4/24、5/15、6/19、7/17、 8/21、9/18、10/23、11/20 | 週二 14:00-16:00 | 新庄社區活動中心 | |

| 地區 | 課程名稱 | 任課講師 | 授課日期 | 授課時段 | 授課地點 (含地址) | 報名資訊 |
|-------------------------|-----------------------------------|------|---|--------------------|---|---------------------|
| | | | | | (古坑鄉新庄村 99-5 號) | |
| 嘉義縣 樂齡學 習示範 中心 | 主題旅遊 | 劉文端 | 5/7、5/14、5/21、5/28、 6/4、6/11、6/18、6/25、 7/2、7/9 | 週一 09:00-11:00 | 水上樂齡學 習中心 (嘉義縣水 上鄉水上村 正義路 141 號) | 電話報名： 05-2686607 |
| | 活力打擊樂 | 陳攻君 | 5/16、5/23、5/30、6/6、 6/13、6/20、6/27、7/4、 7/11、7/18、7/25、8/1 | 週三 9:30-11:30 | 柳林活動中 心 (嘉義縣水 上鄉柳林村 柳子林 45 號) | 電話報名： 05-2686607 |
| | 律動體適能 | 陳玉娟 | 5/23、5/30、6/6、6/13、 6/20、6/27、7/4、7/11 | 週三 19:00-21:00 | 水上樂齡學 習中心 (嘉義縣水 上鄉水上村 正義路 141 號) | 電話報名： 05-2686607 |
| | 手機生活 APP | 謝明原 | 7/13、7/20、7/27、8/3、 8/10、8/17、8/24、8/31、 9/7、9/14 | 週五 9:00-11:00 | 港東里活動 中心 (臺南市西 港區港東里 烏竹林 58 之 5 號) | 05-26866 07 |
| 臺南市 樂齡學 習示範 中心 | 獨一無二 的我 (人際關係 與心靈成 長) | 鍾秀琴 | 5/30(三)、6/6(三)、 6/8(五)、6/13(三)、 6/15(五)、6/20(三)、 6/22(五)、6/27(三) | 週三、五 9:00-11:00 | 港東里活動 中心 (臺南市西 港區港東里 烏竹林 58 之 5 號) | 0955-72283 9 |

| 地區 | 課程名稱 | 任課講師 | 授課日期 | 授課時段 | 授課地點 (含地址) | 報名資訊 |
|-------------------------|--|-----------|--|------------------------------|---|--|
| | 順氣芳療 舒筋活血 (保健與健康) | 龔玉珠 | 5/4、5/11、5/18、5/25、 6/1、6/8 | 週五 9:00-11:00 | 康寧大學 (臺南市安 南區安中路 五段 188 號) | 0939-29697 9 |
| | 懸壺記事 話人生 (人際關係) | 謝秀足 | 5/3、5/10、5/17、5/24、 5/31、6/7、6/14、6/21 | 週四 9:00-11:00 | 蘇林蘇厝社 區民眾活動 中心 (臺南市安 定區蘇厝里 456-1 號) | 0910-32882 7 |
| | 活力舞動 樂無憂 (規律運動) | 吳淑香 | 6/7、6/14、6/21、6/28、 7/5、7/12、7/19、7/26 | 週四 9:00-11:00 | 東勢里活動 中心 (臺南市關 廟區東勢里 旺萊路 139 巷 12 號) | 0912-17399 5 |
| | 樂齡運動 拼健康 (規律運動) | 鄭美蓮 | 5/10、5/17、5/24、5/31、 6/7、6/14、6/21、6/28 | 週四 9:30-11:30 | 月世界生態 學園 (臺南市左 鎮區岡林里 31 號) | 0931-91961 5 |
| 高雄市 樂齡學 習示範 中心 | 【人際關 係】手工創 作社團活動 -客家藝文 | 吳雅玲 | 4/13、4/20、4/27、5/4、 5/11、5/18、5/25、6/1。 | 週五 14:00~16:00 共 16 小時 | 高雄市前鎮 區樂齡學習 示範中心 (高雄市前 鎮區新衙路 93 號) | https://goo. gl/forms/FC n8CiXqrk3 L8Pte2 |
| | 【心靈成 長】《示範 一：優質課 程與教 學—A 咖老 師》hold 住 人生~精彩 | 曾祈全老 師 | 4/13、4/20、4/27、5/11、 6/1、6/22、6/29、7/6、 7/13、7/20、7/27、8/3 | 週五 09:30~11:00 共 24 小時 | 高雄市前鎮 區樂齡學習 示範中心 (高雄市前 鎮區新衙路 93 號) | https://goo. gl/forms/FC n8CiXqrk3 L8Pte2 |

| 地區 | 課程名稱 | 任課講師 | 授課日期 | 授課時段 | 授課地點 (含地址) | 報名資訊 |
|----|---|-------|--|---|------------------------------------|---|
| | 樂齡 | | | | | |
| | 【人際關係】 人際網絡一指通，樂齡生涯更活躍。 | 李佩蓉 | 6/19、6/26、7/10、7/17、7/24、7/31、8/7、8/14。 | 週二 14:00~16:00 共 16 小時 | 高雄市前鎮區樂齡學習示範中心 (高雄市前鎮區新衙路 93 號) | https://goo.gl/forms/FCn8CiXqrk3L8Pte2 |
| | 【運動保健】 《示範一：優質課程與教學—A 咖老師》營養常識_吃得巧預防衰弱 | 蕭月娟老師 | 5/30、6/06、6/13、6/20、6/27、7/4、7/11、7/18。 5/10、5/17、5/24、5/31、6/14、6/21、6/28、7/5。 | 週三 9:00~9:50 週四 08:40~09:20 共 16 小時 | 高雄市前鎮區樂齡學習示範中心 (高雄市前鎮區新衙路 93 號) | https://goo.gl/forms/FCn8CiXqrk3L8Pte2 |
| | 【生活安全】 樂齡族交通安全停看聽 | 王碧霞老師 | 8/3、8/10、8/17、8/24、8/31、9/7、9/14、9/21、9/28、10/5、10/1、10/19、10/26、11/2、11/9、11/16。 | 週五 11:00~12:00 共 16 小時 | 高雄市前鎮區樂齡學習示範中心 (高雄市前鎮區新衙路 93 號) | https://goo.gl/forms/FCn8CiXqrk3L8Pte2 |
| | 【人際關係】 使用臉書不服輸-手機應用課程 | 鄭凱元老師 | 7/16、7/23、7/30、8/6、8/13、8/20、8/27、9/3 | 週一 13:30~15:30 共 16 小時 | 高雄市前鎮區樂齡學習示範中心 (高雄市前鎮區新衙路 93 號) | https://goo.gl/forms/FCn8CiXqrk3L8Pte2 |
| | 【人際關係】手工創作社團活動-香氛手作物 | 黃椒華老師 | 7/3、7/10、7/17、7/24、7/31、8/7、8/14、8/21 | 週二 09:30~11:30 共 16 小時 | 高雄市前鎮區樂齡學習示範中心 (高雄市前鎮區新衙路 93 號) | https://goo.gl/forms/FCn8CiXqrk3L8Pte2 |
| | 【人際關係】手工創作社團活動-客家藝文 | 吳雅玲 | 4/13、4/20、4/27、5/4、5/11、5/18、5/25、6/1。 | 週五 14:00~16:00 共 16 小時 | 高雄市前鎮區樂齡學習示範中心 (高雄市前鎮區新衙路 93 號) | https://goo.gl/forms/FCn8CiXqrk3L8Pte2 |

