



樂齡藝起來•快樂學習趣

【3-4 月份】春暖花開樂學趣，生活快樂又愜意

上課時間	課程主題	學習重點	授課老師
星期一 03/05-5/21 09:30-11:00	樂齡健康 養生素食	採用當季食材，跟著有乙級證照的老師，一起動手做出健康美味的素食料理【上課 12 周】【名額限 25 人】【需付材料費 600 元】 【PS：會另外舉辦一次社區或機構的貢獻服務活動】	張育憲 老師
星期二 03/06-05/22 09:30-11:00	樂齡 健康動起來	培養心肺適能、肌肉適能、柔軟度、協調、平衡感。更希望藉由音樂的融合，啟發樂觀開朗的心態，迎接樂齡的人生【上課 12 周】	周杏芬 老師
星期二 03/06-04/24 10:00-11:30	樂齡 樂氣球扭劇團	實作課讓大家實際體驗編織氣球，扭轉氣球的樂趣。加入氣球與繪本的結合，希望透過氣球當媒介，讓說故事更好玩！【上課 8 周】【需付材料費】	周淑玲 老師
星期三 03/07-05/09 09:00-10:30	樂齡 愛拉小提琴	從學習簡單的演奏概念開始，著重拉奏能力，以團體學習效果為重心，並享受與同伴齊奏的樂趣【上課 10 周】【需付租借小提琴費用 300/月】	王志男 老師
星期三 04/18-05/23 09:00-11:00	樂齡 芳療舒壓保健班	透過取得法國芳療師證照的老師帶領，運用芳療和經絡按摩，有效的改善痠痛及循環不良的問題，讓身體變得更健康【上課 6 周】【需付材料費】	柯研瑄 老師
星期三 03/07-04/24 14:30-16:00	樂齡 居家水電維修班	本課程將由用電安全、節電節費出發，分享家中水電維修技巧，希望讓學員能從實作練習中學習一些水電維修技巧【上課 10 周】【需付材料費】	陳嘉良 老師

勾選欲報名之課程	課程名稱	備註
<input type="checkbox"/>	樂齡 健康養生素食	
<input type="checkbox"/>	樂齡 健康動起來	
<input type="checkbox"/>	樂齡 樂氣球扭劇團	
<input type="checkbox"/>	樂齡 愛拉小提琴	
<input type="checkbox"/>	樂齡 芳療舒壓保健班	
<input type="checkbox"/>	樂齡 居家水電維修班	

勾選欲報名之課程	課程名稱	備註
<input type="checkbox"/>	樂齡 心靈 fun 輕鬆	
<input type="checkbox"/>	樂齡 桌遊同樂會	
<input type="checkbox"/>	樂齡 排舞健康操	
<input type="checkbox"/>	樂齡 活化記憶桌遊趣	
<input type="checkbox"/>	樂齡日本自助趴趴 GO	
<input type="checkbox"/>	健康活力班 (課程免費·上滿 8 成以上課程另贈精美好禮)	

後面還有其它課程，請參閱背面

主題	課程主題	學習重點	授課老師
星期四 03/08-05/14 09:00-11:00	樂齡 心靈 Fun 輕鬆	閱讀佛教經典書籍，幫助我們能深層的放鬆、補充身心能量，進而達到身心健康的目的。【上課 12 周】	丘欣榮 老師
星期四 03/08-04/11 14:00-16:00	樂齡 桌遊同樂會	透過遊戲拉近人與人關係，在遊戲中，能夠享受趣味、益智與互動。歡迎大家聚在一起，動手動腦玩桌遊！【上課 6 周】 【4/12 在陳仁德醫院舉辦一次貢獻服務活動】	魏伶瑾 老師
星期五 03/09-05/27 10:00-11:30	樂齡 排舞健康操	輕鬆簡單易學與趣味多樣化的排舞，老師帶領著大家一起做運動跳排舞，舞出青春和健康【上課 8 周】	周淑玲 老師
星期五 03/09-04/13 14:30-16:00	樂齡 活化記憶桌遊趣	透過遊戲拉近人與人關係，在遊戲中，能夠享受趣味、益智與互動。歡迎大家聚在一起，動手動腦玩桌遊！【上課 6 周】	蕭荏祐 老師
星期六 03/10-05/26 09:30-11:00	樂齡日本自助 助趴趴 GO	透過手機 APP 及網路應用，學會路線規劃，交通規劃，由老師帶領著大家學習安排日本自助行，規劃屬於自己的背包客之旅吧！【上課 12 周】 【自備手機或平板】	高辰吉 老師

健康活力班*實驗班*：授課老師 (中正大學博士班)：方敏全老師、鄭麗蘭老師、龔玉珠老師

3/2-5/28 (每周一、三、五) 10:00-11:00 (上課 12 周)

年齡限制：需滿 60 歲以上，免學費，上課滿 35H 以上，贈送精美好禮 (運動器材)

(3/2 AM09:00 體適能前測，5/28 AM09:00 體適能後測，報名者務必參加) 報名截止日：107/02/28 (逾期恕不受理報名)

NEW

***報名須知：**

1. 招生對象：年滿 55 歲以上之國民。
2. 收費方式：一期 12 周 (因課程不同而有不同周數規劃) 一期 600 元，每年三期，繳交期費者可任選當期課程。單科選課者，不論課程周數，一律收 300 元
3. 招生期間：即日起開放報名，新、舊生一律現場受理報名，請帶 1 張照片親自至樂齡中心辦理樂齡證
4. 未滿 15 人不開班，但中心保有開課與否決定權。
5. 報名及上課地點：佛光山嘉義會館(嘉義市西區博愛路二段 241 號)

未滿 15 人不開班

【對於各項優惠有疑問者，請洽博愛社區大學 1 樓行政辦公室或電話洽詢 05-2325982 分機 8120】

◆報名日期：

【報名表】

*姓名：

*性別：男 女

*出生年月日：

*連絡電話：(住家) (手機)

*教育程度：研究所以上 大專院校 高中職 國(初中) 小學

*報名方式：單科報名 繳交期費

*樂齡志工：願意 考慮中