



樂齡藝起來•快樂學習趣

【107.5-6 月份】打造熟齡精采生活，豐富課程樂活一夏

上課時間	課程主題	學習重點	授課老師
星期二 05/08-6/26 10:00-11:30	樂齡魔法 氣球世界	1.利用千變萬化的氣球，訓練長輩手的耐肌力，與腦力激盪，預防長輩提早退化。2.促進高齡者手腦並用，延緩老化現象。3.提倡正當休閒活動，增進親子互動機會。4.培養高齡者具有志工服務的態度與素養。 【上課 8 周】【需付材料費】	周淑玲 老師
星期二 05/15-7/03 09:00-11:00	自製樂趣 Line 貼圖	使用自己一手創作的貼圖，透過手機拍照及電腦軟體合成效果，一組屬於個人風格的貼圖就可以上架販售，分享與成就感一次滿足。【上課 8 周】	李悅梅 老師
星期二 05/08-6/26 14:00-16:00	樂齡禪繞 輕鬆畫	透過禪繞畫的教學，創造一個「無目的性」的空間。只需專注當下的每一筆，不需任何的基礎，只要使用簡單的一支筆一張紙，就可以創造出無限想像的美麗境界。【上課 8 周】	徐佳美 老師
星期四 05/08、 05/17-06/28 14:00-16:00	扶老攜幼 桌遊 GO	透過課程學習促進學員的身心活化及人際互動，在遊戲中能夠享受趣味、益智與他人互動的連結，提升學員的注意力。桌遊也能讓學員從小朋友得到親情藉慰，小朋友也能學習尊重長輩，從小培育敬老關懷態度。 【上課 8 周】【第一周於 5/8(二)嘉大附小上課】	魏伶瑾 老師
星期四 05/17-06/28 14:00-16:00	樂齡 單車生活	單車有健康、樂趣、環保 三大特性，符合樂活生活形態。藉由課程中的單車維護、騎乘技術、上路須知等實戰經驗，讓樂齡族體驗騎乘風火輪的樂趣【上課 6 周】	郭禮愷 老師
星期五 05/18-07/06 10:00-11:30	樂齡舞動 青春 GO	輕鬆簡單易學與趣味多樣化的舞蹈，老師帶領著大家一起做運動跳舞，舞出青春和健康 【上課 8 周】	周淑玲 老師

***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（因課程不同而有不同周數規劃）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)

【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
- 樂齡魔法氣球世界 扶老攜幼桌遊 GO
- *欲報名之課程：自製樂趣 Line 貼圖 樂齡單車生活
- 樂齡禪繞輕鬆畫 樂齡舞動青春 GO

