

樂活學習班 課程表

終身學習 永不停息

| 計十三週次 心靈與生活的豐富饗宴 | 版本 108/01/21 |

週次	日期	星期	節數	課程名稱	教師	教室
第一週	3/6	三	2、3、4	網際網路與手機 APP 基礎入門	鍾詩蘋	501 教室
			中午	開幕式-開學相見歡	蔡振凱主任 黃自貴主任	
	5、6、7	腰背膝蓋健康操	許高魁			
	3/7	四	2、3、4	地中海飲食食譜設計居家料理示範	林旻樺	
第二週	3/13	三	2、3、4	再遇，靜心禪繞	盧美靜	501 教室
			5、6、7	繪製美好，禪繞帆布袋	盧美靜	
	3/14	四	2、3、4	抗發炎香料料理食譜設計居家料理應用	林旻樺	
第三週	3/20	三	2、3、4	雲端技術與智慧型手機應用	鍾詩蘋	502 電腦教室
			5、6、7	抄出新人生	許高魁	501 教室
	3/21	四	2、3、4	桑葚加工及功能性介紹	沈金松	501 教室
第四週	3/27	三	2、3、4	交通安全教育宣導	林思妤	501 教室
			5、6、7	幸福葉片回憶錄	許高魁	
	3/28	四	2、3、4	桑葚醋 DIY	沈金松	
※ 04/03 校慶補假未排課，04/04 兒童節放假 ※						
第五週	4/10	三	2、3、4	園-藝之饗宴身心靈分享	李素珍	501 教室
			5、6、7	園-藝術創作手作	李素珍	
	4/11	四	2、3、4	桑葚果醬 DIY	沈金松	
第六週	4/17	三	2、3、4	★ 校外參訪 ★	陳云靖	-
			5、6、7			
	4/18	四	2、3、4	主題 1：常見健檢報告簡介 主題 2：胃食道逆流及自我照護	董秀花	501 教室
第七週	4/24	三	2、3、4	樂齡人際與溝通	陳靜	501 教室
			5、6、7	影像編輯與製作(一)	許珮玲	502 電腦教室
	4/25	四	2、3、4	主題 3：心肌梗塞及用藥照護	董秀花	501 教室

週次	日期	星期	節數	課程名稱	教師	教室
第八週	5/1	三	2、3、4	扮家家遊-多元家庭故事的桌遊	蔡佩珊	501 教室
			5、6、7	影像編輯與製作(二)	許珮玲	502 電腦教室
	5/2	四	2、3、4	日本和諧粉彩(一)	施淑真	501 教室
第九週	5/8	三	2、3、4	創意瑜珈-身心 SPA	蔡佩珊	501 教室
			5、6、7	樂齡寶貝動起來	廖尹華	經國館
	5/9	四	2、3、4	日本和諧粉彩(二)	施淑真	501 教室
第十週	5/15	三	2、3、4	認識與預防憂鬱症	陳靜	501 教室
			5、6、7	樂齡寶貝來搖擺	廖尹華	經國館
	5/16	四	2、3、4	書法與身心靈保健功法(一)	陳星平	501 教室
第十一週	5/22	三	2、3、4	校園景觀賞析-虎科大為例	蔡耀輝	501 教室
			5、6、7	投資理財實務應用(一)	林佑儒	
	5/23	四	2、3、4	書法與身心靈保健功法(二)	陳星平	
第十二週	5/29	三	2、3、4	虎科大校園巡禮	蔡耀輝	虎科大 501 教室集合
			5、6、7	投資理財實務應用(二)	林佑儒	501 教室
	5/30	四	2、3、4	書法與身心靈保健功法(三)	陳星平	501 教室
第十三週	6/5	三	2、3、4	另起爐~皂 DIY(一)	黃瓊儀	501 教室
			5、6、7	另起爐~皂 DIY(二)	黃瓊儀	
	6/6	四	2、3、4	環境急症及簡易理學檢查	張竣傑	
			中午	結業式-樂陶陶 同樂座談會	蔡振凱主任 黃自貴主任	

趕緊來哦!



★ 上課時間 ★	上午	第二節 09:10~10:00
		第三節 10:10~11:00
		第四節 11:10~12:00
	午休時間	
下午	第五節 13:20~14:10	
	第六節 14:20~15:10	
	第七節 15:20~16:10	