

長青活力旺講座

• 成功老化系列 •

105.6/27~7/7

- 參加對象** 不限地區及年齡，對成功老化，健康議題關心之民眾皆可報名參加
- 報名方式** 電話預約者優先入座 02-23021133 分機 5607、5602，或於講座當日現場報名
- 講座人數** 6/27、6/29、6/30、7/5、7.7 (電話預約報名 30 人，現場報名 10 人)
6/28 (僅接受電話預約報名 30 人)
- 地點** 台北仁濟院 1 樓老人身心活化站【臺北市萬華區廣州街 200 號 1 樓】
- 時間** 詳細時間請見課程表
- 注意事項**
 1. 講座課程皆為免費，為使更多民眾受惠，已預約不克前來，請來電告知，未告知者將取消後續及第二梯次講座課程報名資格。
 2. 已電話預約者請於課程開始前 15 分鐘報到，如未提前報到者將自動放棄名額，並開放現場報名民眾入座。

105年長青活力旺第一梯次課程表

日期	授課講師	講座專題
6/27 (一) 10:00-12:00	黃瑞玫 本院音樂活化大腦課程講師	用音樂活化大腦，輕鬆提升腦力
6/28 (二) 10:00-12:00	陳建國 本院高齡體適能課程講師	活到老，運動到老 - 高齡體適能 (請穿著輕便服裝)
6/29 (三) 14:30-16:30	朱元雷 本院阿卡貝拉課程講師	體驗人聲樂器，來唱阿卡貝拉
6/30 (四) 10:00-12:00	陳德泉 本院銀髮心能量課程講師	快樂長青族，培養銀髮生活心能量
7/5 (二) 14:00-16:00	陳治安 本院 3C 課程講師	體會智慧型手機，長青族不落伍
7/7 (四) 10:00-12:00	詹彥七月 本院烏克麗麗課程講師	簡易入手，歡樂彈奏烏克麗麗

講座日期、內容如有變動，將另行公告於本院網頁 (網址：www.tjci.org.tw) 最新消息，同時電話通知已報名者。