



日期	星期	時間	課程名稱	課程單元及講師	報名費
4月6日 至 5月11日	星期四	9:00 至 11:00	攝影~捕捉美麗 新視界	◆4/6 ◆4/13 ◆4/20 ◆4/27 ◆5/4 ◆5/11 透過攝影這扇窗，察覺自己心中細微的潛在意識，以實際拍攝練習增進自己和他人對話，進而關心個人、家庭、社會、生命.....等等議題。 課程內容： ■攝影與實踐—紀錄家人的身影、外拍練習、照片分享與賞析。 ■攝影與自我探索—古今自拍比一比、自拍練習、攝影肖像。 倫敦藝術大學攝影系畢業/社大講師 劉浩濬老師	6次課 150元
4月18日 至 5月9日	星期二	9:00 至 11:00	保密防跌	◆4/18 1.認識老化與如何預防跌倒 2.居家安全與輔具介紹 ◆4/25 1.認識骨質疏鬆 2.認識退化性關節炎 ◆5/2 1.防跌運動(上肢與下肢肌力訓練) 2.身心活化&體能遊戲 ◆5/9 1.長著足部護理 2.銀髮族飲食保健 新樓醫院團隊	4次課 100元
5月3日 至 5月24日	星期三	9:00 至 11:00	近黃昏的夕陽， 依然璀璨	◆5/3 繪製生涯彩虹圖 ◆5/10 與徒呼負負話別 ◆5/17 耳順之年圓個夢 ◆5/24 五老五寶要珍惜 成功大學教育研究所 饒夢霞教授	4次課 200元
5月10日 至 6月28日	星期三	下午 2:00 至 4:00	樂活e起來	◆5/10 ◆5/17 ◆5/24 ◆5/31 ◆6/7 ◆6/14 ◆6/21 ◆6/28 1.生活e化應用 2.FaceBook 大觀園 3.Line 好友 4.手機相機與相簿管理 5.簡易文書處理與試算表 光華高中實習主任 許峻溢老師	8次課 200元

◎承辦單位：臺南市光華高級中學
 ◎上課地點：台南市東區勝利路 41 號
 ◎洽詢電話：06-2386501 轉 229

舊學員 請出示學員卡

新學員 攜帶身分證及一寸大頭照二張

◆夫妻共學一人免報名費

