

南亞技術學院 105學年度 上學期 樂齡大學 課表

第一週 105/10/05 (星期三)

時間	課程	講師	教室
9:20-12:10	開學典禮 校園巡禮 專題講座-旅遊安全	陳智仁主任 徐妮瑩 全國防災資 訊教育中心	J301
12:10-13:10	午餐		
13:10-16:00	銀髮族網路快速上手(電腦)	郭春吟	F302

第二週 105/10/12 (星期三)

時間	課程	講師	教室
9:20-12:10	當個快樂的樂齡族:老人心理壓力與調適	陳育瑜	C304
12:10-13:10	午餐		
13:10-16:00	銀髮族網路快速上手(電腦)	郭春吟	F302

第三週 105/10/19 (星期三)

時間	課程	講師	教室
9:20-12:10	體脂肪控制	許天路	C304
12:10-13:10	午餐		
13:10-16:00	銀髮族網路快速上手(電腦)	郭春吟	F302

第四週 105/10/26 (星期三)

時間	課程	講師	教室
9:20-12:10	體脂肪控制	許天路	C304
12:10-13:10	午餐		
13:10-16:00	銀髮族網路快速上手(電腦)	郭春吟	F302

第五週 105/11/04 (星期五)

時間	課程	講師	教室
9:20-12:10	你快樂嗎?憂鬱症防治	楊惠卿	C304
12:10-13:10	午餐		
13:10-16:00	環境生活毒害	黃柏欽	C304

第六週 105/11/11 (星期五)

時間	課程	講師	教室
9:20-12:10	生命故事繪製	陳育瑜	C304
12:10-13:10	午餐		
13:10-16:00	咖啡與我	馬木蘭	Q404

第七週 105/11/18 (星期五)

時間	課程	講師	教室
9:20-12:10	生命故事繪製	陳育瑜	C304
12:10-13:10	午餐		
13:10-16:00	咖啡與我	馬木蘭	Q404

第八週 105/11/25 (星期五)

時間	課程	講師	教室
9:20-12:10	生命故事繪製	陳育瑜	C304
12:10-13:10	午餐		
13:10-16:00	咖啡與我	馬木蘭	Q404

第九週 105/12/2 (星期五)

時間	課程	講師	教室
9:20-12:10	老人自我認知與心靈發展	陳麗真	C304
12:10-13:10	午餐		
13:10-16:00	銀髮族養生膳食	鄭至耀	Q510

第十週 105/12/07 (星期三)

時間	課程	講師	教室
9:20-12:10	國際禮儀	許亞欣	C304
12:10-13:10	午餐		
13:10-16:00	老化及高齡發展趨勢及認識	陳佳穗	C304

第十週 105/12/09 (星期五)

時間	課程	講師	教室
9:20-12:10	環境生活毒害	黃柏欽	C304
12:10-13:10	午餐		
13:10-16:00	銀髮族養生膳食	鄭至耀	Q510

第十一週 105/12/14 (星期三)

時間	課程	講師	教室
9:20-12:10	樂活體適能	陳智仁	體適能教室
12:10-13:10	午餐		
13:10-16:00	生活法律	李佳雄	C304

第十一週 105/12/16 (星期五)

時間	課程	講師	教室
9:20-12:10	國畫創意春聯	胡石中	C304
12:10-13:10	午餐		
13:10-16:00	銀髮族養生膳食	鄭至耀	Q510

第十二週 105/12/21 (星期三)

時間	課程	講師	教室
9:20-12:10	人際關係溝通	伍孝鵬	C304
12:10-13:10	午餐		
13:10-16:00	樂活體適能	彭詩晴	體適能教室

第十二週 105/12/23 (星期五)

時間	課程	講師	教室
9:20-12:10	國畫創意春聯	胡石中	C304
12:10-13:10	午餐		
13:10-16:00	銀髮族養生膳食	鄭至耀	Q510

第十三週 105/12/28 (星期三)

時間	課程	講師	教室
9:20-12:10	生涯規劃與終生學習	伍孝鵬	C304
12:10-13:10	午餐		
13:10-16:00	樂活體適能	彭詩晴	體適能教室

第十三週 105/12/30 (星期五)

時間	課程	導師	教室
9:20-12:10	校外參訪-快樂來攝影	徐妮瑩	
12:10-13:10			
13:10-16:00			

第十四週 106/01/04 (星期三)

時間	課程	講師	教室
9:20-12:10	樂齡族快樂消費聰明理財	溫小芬	C304
12:10-13:10	午餐		
13:10-16:00	小家電維修	林明俊	J102

註：★體能課程請穿著輕便運動服、運動鞋並自備水及毛巾。

◎小家電維修課請攜帶需維修之小家電。

★Q404上完課記得把桌椅歸至定位以及打掃環境。尤其垃圾以及水槽的果皮殘渣之類的要清理乾淨，不然非常容易滋長蚊蟲，下完課請將窗戶鎖上。因為教室裡面有冰箱以及製冰機等會發熱的電器用品，所以下課時至少留一台空調不要關，避免教室長時間通風不良，造成機器無法散熱而損壞。