



桃園創新技術學院-104-2 學年度【樂齡大學】招生簡章

一、課程特色：本課程根據銀髮族需求規劃，課間充滿健康、藝術、養生、旅遊、生活科技、心靈提升、情緒管理、代間交流學習……等。於「生活中學習、學習中生活」讓銀髮族走出家庭迎向社會，有機會學習新知識、結交好友，可以增進身心靈的健康快樂。

二、招生對象：

1. 年齡：年滿 55 歲之國民。
2. 健康：身體健康情況良好(可行動不需扶持，無照護需求)。
3. 學歷：不限學歷(需具閱讀與簡單書寫能力)。
4. 未曾參與者為優先。

三、招生名額：每班限收 30 人(名額有限，僅此一班，欲報從速喔！)

四、課程費用：相關費用項目包含課程學費、材料費、校外參訪費(車資、門票、活動費、保險費、餐費)等。每人全額費用 14,600 元，由政府補助 10,600 元，學員每人僅須自付每學期新台幣 **2,000 元** 整。

五、上課日期:105/3/11 至 105/06/03 (3-4 月週五上課、5-6 月週三、週五上課)

六、上課時間:上午 09:20 至下午 16:00

七、上課地點:桃園創新技術學院教學大樓 5 樓

八、報名方式：

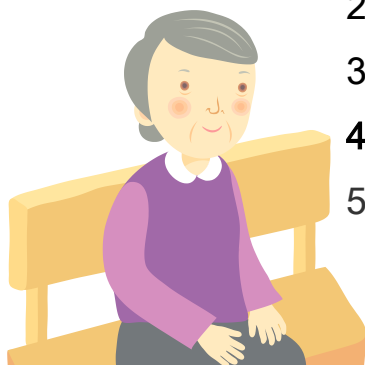
1. 報名地點：桃園創新技術學院-教學大樓 5 樓 C508-1
(桃園市中壢區中山東路三段 414 號)

2. 報名日期：即日起至 105 年 3 月 10 日

3. 報名專線：03-4361070 轉 8506

4. 一律現場報名

5. 繳交資料：需繳交身份證正反面影本、1 吋照片 2 張、報名表及課程費用。



九、課程內容：

課名	時數	課名	時數
代間關係與溝通	6	菩提葉畫	3
六十五歲後也能健步如飛：談中老年的"行"	3	禮俗淺談	3
健康生活與正確用藥	3	蝶谷巴特	3
紓壓芳香曼陀羅	3	童玩趣味立體書製作	3
情緒表達與人際溝通	3	手機平板 App 輕鬆學	3
生涯規劃與終生學習	3	生活法律	3
樂齡族快樂消費聰明理財	6	環境節能與美食危機	2
美好人生與你同在	3	中式養生膳食	12
樂樂棒	3	營造健康的生活環境	6
體脂肪控制	3	小家電維修	3
樂活羽球	3	機車基本保養與修護	3
養生瑜珈	6	深度旅遊學習	6
快樂學桌遊	3	觀光英文	6
開學典禮	1	結業式+成果展	3