

國立屏東大學112學年度第二學期樂齡大學課程表

週	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
日期	3/7	3/14 ~3/15	3/21	3/28	4/11	4/18	4/25	5/2	5/9	5/16	5/23	5/30	6/6	6/13	6/20	6/27
組別	樂活B班 (自辦班)	樂活B班 (自辦班)	樂活B班 (自辦班)	樂活B班 (自辦班)	樂活B班 (自辦班)	樂活B班 (自辦班)	樂活B班 (自辦班)	樂活B班 (自辦班)	樂活B班 (自辦班)	樂活B班 (自辦班)	樂活B班 (自辦班)	樂活B班 (自辦班)	樂活B班 (自辦班)	樂活B班 (自辦班)	樂活B班 (自辦班)	樂活B班 (自辦班)
09:00 - 10:00	李振卿   (環境永續發展) 生活 轉型 - 社會轉型	旅遊學習   導遊老師 (陳永森)	何佳樺   (活躍老化策略) 蕨的 都是泥 (一)	黃志和   (心理健康) 壓力調適 與自我照顧	吳銘祥   (心理健康) 心安念正 ，就有好風景 (一)	吳銘祥   (心理健康) 心安念正 ，就有好風景 (二)	林奕誌   (理財規劃) 平安樂活	黃艾君   (健康飲食) 自辦養生 健康料理實務與製作	張貝萍   (活躍老化策略) 尊 嚴、自主心生活	社團自主學習	黃愛德   (藝術創作) 壓克力繪 畫	黃愛德   (藝術創作) 壓克力繪 畫	蔡茗淇   (高齡者的終身學習與 在地老化) 歌聲詠嘆、活出精彩 (一)	蔡茗淇   (高齡者的終身學習與 在地老化) 歌聲詠嘆、活出精彩 (二)	蔡茗淇   (高齡者的終身學習與 在地老化) 歌聲詠嘆、活出精彩 (三)	王煌鵬   (如何做個快樂的樂齡 族) 本土歌謠真趣味跳舞唸歌真 歡喜
10:00 - 11:00																
11:00 - 12:00																
上課教室	表演廳	08:00 - 18:30 (9小時)	簡報室 敬業樓	簡報室 敬業樓	民生國際 會議廳	民生國際 會議廳	簡報室 敬業樓	簡報室 敬業樓	簡報室 敬業樓		簡報室 敬業樓	簡報室 敬業樓	表演廳	表演廳	表演廳	表演廳
12:00 - 13:30	中午休息															
組別	樂活B班 (自辦班)	樂活B班 (自辦班)	樂活B班 (自辦班)	樂活B班 (自辦班)	樂活B班 (自辦班)	樂活B班 (自辦班)	樂活B班 (自辦班)	樂活B班 (自辦班)	樂活B班 (自辦班)	樂活B班 (自辦班)	樂活B班 (自辦班)	樂活B班 (自辦班)	樂活B班 (自辦班)	樂活B班 (自辦班)	樂活B班 (自辦班)	樂活B班 (自辦班)
13:30 - 14:30	杜坤良   (健康體適能) 樂齡族 的抬腳動手	旅遊學習   導遊老師 (陳永森)	羅云   (預防失智症) 芳香療法 在預防失智症的運用與簡易按摩 舒壓 (一)	劉政麟   (健康飲食) 山中茶學	李欣蓉   (高齡者的音樂賞析) 優雅樂韻：高齡者共享的音樂之 旅 (一)	李欣蓉   (高齡者的音樂賞析) 優雅樂韻：高齡者共享的音樂之 旅 (二)	何佳樺   (活躍老化策略) 泥真 幸福 (二)	黃艾君   (健康飲食) 自辦養生 健康料理實務與製作	翁榮道   (音樂欣賞) 木箱鼓擊 樂趣 (一)	蘇一明   (人文藝術) 可可樂園	翁榮道   (音樂欣賞) 木箱鼓擊 樂趣 (二)	翁榮道   (音樂欣賞) 木箱鼓擊 樂趣 (三)	林美珍   (用藥安全) 認識正確 用藥方法、保健藥品的使用	林銘照   (科技新知) 日常生活 小科技 (一)	林銘照   (科技新知) 日常生活 小科技 (二)	陳永宏   (活躍老化策略) 正念 聲波與樂齡活躍！
14:30 - 15:30																
15:30 - 16:30																
上課教室	表演廳	08:00 - 18:30 (9小時)	簡報室 敬業樓	簡報室 敬業樓	民生國際 會議廳	民生國際 會議廳	簡報室 敬業樓	簡報室 敬業樓	簡報室 敬業樓	5 科 0 學 1 館	簡報室 敬業樓	簡報室 敬業樓	表演廳	表演廳	表演廳	表演廳
課表依實際上課狀況進行調整，此表並非最後確認版本，請學員留意																