

## 逗陣來七桃A班

黃麗錦 老師

步道生態，人文景觀遊覽

第一週6/4(二)上午9:30-11點  
第2-6週：週二上午8-12點  
6/11、6/18、6/25、7/2、7/9  
(首週課程2小時，第2-6週4小時)

首週課程地點：大直區民活動中心(大直教室)／臺北市中山區大直街21巷2號4樓

## 數位爺奶奶

許月鳳 老師

手機生活應用軟體教學

週二下午2-4點／共四週  
6/4、6/11、6/18、6/25

課程地點：松江區民活動中心(松江教室)／臺北市中山區錦州街222號2樓

## 益智桌遊

志工團隊

拉密動動腦，交朋友

週三上午9-11點／共四週  
6/5、6/12、6/19、6/26

課程地點：中原區民活動中心(中原C教室)／臺北市中山區新生北路二段53之3號2樓

# 中山樂齡113年度拓點課程

報名時間：5/15(三)上午9點～5/16(四)下午4點

報名對象：年滿55歲民眾

課程費用：免費。(外出課程需自付保險費)

報名方式：採網路報名(詳見官方帳號或上方qr-code)

公告錄取：5/23(四)下午4點前

錄取方式：依報名先後順序錄取  
(每人限報2門課)



## 逗陣來七桃B班

葉淑蓮 老師

步道生態，人文景觀遊覽

第一週6/5(三)下午2-3:30  
第2-6週：週四上午8-12點  
6/13、6/20、6/27、7/4、7/11  
(首週課程2小時，第2-6週4小時)

首週課程地點：長春區民活動中心(長春教室)／臺北市中山區長春路299號3樓

## 銀髮體適能

王伯宴 老師

運動訓練，提升健康識能

週五下午2-4點／共四週  
6/7、6/14、6/21、6/28

課程地點：林森區民活動中心(林森三教室)／臺北市中山區林森北路67巷7號3樓

## 預防失智三兩事

鄭天麗、林湘宛 中醫師

從中醫談預防失智之道

週五下午2-4點／共四週  
6/14、6/21、6/28、7/5

課程地點：吉林路110號1樓  
(樂齡中心1樓)進入至吉林國小活動中心三樓演講廳



# 中山樂齡



報名：5/15(三)上午9點～5/16(四)下午4點

對象：限本中心113-1期學員

方式：採網路報名(詳見官方帳號)

地點：從樂齡中心一樓進入吉林國小三樓演講廳

人數：每場招收 90人，依報名先後順序錄取

錄取：5/23(四)下午4點前

## 113-1 核心講座



6/11(二)9:30-11:00

### 高齡交通安全

中山分局 陳佳霖小隊長

來聽聽哪些潛在的交通事故  
風險，以及實用的交安撇步！

### YOU SHOULD KNOW

+++  
++  
++  
+

6/17(一) 9:30-11:30

### 夫妻剩餘財產繼承

吳秀娥 律師

當發生繼承事實時，  
該具備哪些法律知識？



+++