

九十三年教育部補助辦理家庭教育、老人教育及婦女活動

壹、生活E樂園—銀髮族電腦研習班

- 一、對象：50歲以上銀髮族(25人/每一梯次)
 二、講師：黃璫萱(數位指標公司外派電腦講師)
 三、活動地點：臺北市立圖書館三民分館電腦資源教室
 (臺北市民生東路五段163-1號5-6樓)
 四、洽詢電話：2760-0408
 五、報名日期：8/1-8/30
 六、活動時程：

梯次	課程日期	課程主題	課程內容
第一梯次	9/7 (二) 9:00-12:00	電腦入門篇	1. 電腦介紹、常用的週邊設備介紹 2. 如何正確開機與關機 3. 認識鍵盤及滑鼠
第二梯次	10/12 (二) 9:00-12:00		4. 進入windows的世界(桌面上及視窗組成的元件與基本操作、活用「開始」功能表、附屬應用程式介紹、桌面圖示的管理。)
第一梯次	9/8 (三) 9:00-12:00	電腦入門篇	1. 認識中英文輸入法 2. 簡易文書處理(認識notepad, 資料輸入、換行、對齊、段落、刪除、選取、複製、搬移)
第二梯次	10/13 (三) 9:00-12:00		3. 認識檔案與資源回收筒(認識檔案與資料夾、檔案的檢視與排列, 檔案的新增、命名、更名、選取、複製、搬移、刪除、回復及搜尋。)
第一梯次	9/9 (四) 9:00-12:00	上網看世界	網際網路介紹—如何輸入網址、網頁的搜尋、儲存與列印, 網頁上的文字與圖片之剪貼
第二梯次	10/14 (四) 9:00-12:00		
第一梯次	9/10 (五) 9:00-12:00	上網看世界	認識電子郵件—如何申請免費的網路郵件信箱, 什麼是電子郵件位址, Web-Mail的認識與操作(登入、收信、寫信、寄信、讀信、回信、轉寄、建立通訊錄、刪除郵件)
第二梯次	10/15 (五) 9:00-12:00		
第一梯次	9/14 (二) 9:00-12:00	生活應用篇	1. 網路原來也可看報紙 2. 上網購物去 3. 身體健康要保健—保健常識、疾病、醫院(如何預約掛號)
第二梯次	10/19 (二) 9:00-12:00		4. 給家人、朋友的第一封e-mail 5. 複習及問題討論

貳、銀髮族E起來上網

- 一、對象:50歲以上銀髮族(25人/每一梯次)
 二、講師:邱鴻祥(e思維資訊教育辦公室專任講師兼知識長)
 三、活動地點:臺北市立圖書館天母分館學習E樂園
 (臺北市中山北路七段154巷6號3-4樓)
 四、洽詢電話:2873-6203
 五、報名日期:6/1-7/5
 六、活動時程:

梯次	課程日期	課程主題	課程內容
第一梯次	7/6 (二) 9:30-11:30	電腦入門篇	1. 電腦介紹、常用的週邊設備介紹 2. 如何正確開機與關機 3. 認識鍵盤及滑鼠
第二梯次	7/7 (三) 9:30-11:30		
第一梯次	7/8 (四) 9:30-11:30	電腦入門篇	1. 進入windows的世界(桌面上及視窗組成的元件與基本操作、活用「開始」功能表、附屬應用程式介紹、桌面圖示的管理。) 2. 認識中英文輸入法
第二梯次	7/10 (六) 9:30-11:30		
第一梯次	7/13 (二) 9:30-11:30	電腦入門篇	1. 認識常用檔案格式與類別 2. 學習使用檔案總管
第二梯次	7/14 (三) 9:30-11:30		
第一梯次	7/15 (四) 9:30-11:30	上網看世界	1. 網際網路介紹 2. 瀏覽器操作—如何輸入網址、網頁的搜尋、儲存與列印, 網頁上的文字與圖片之剪貼
第二梯次	7/17 (六) 9:30-11:30		
第一梯次	7/20 (二) 9:30-11:30	上網看世界	網路資源介紹—生活應用(食衣住行)
第二梯次	7/21 (三) 9:30-11:30		
第一梯次	7/22 (四) 9:30-11:30	上網看世界	網路資源介紹—閱讀資源(育樂)
第二梯次	7/24 (六) 9:30-11:30		
第一梯次	7/27 (二) 9:30-11:30	進階學習—電子郵件	認識電子郵件—如何申請免費的網路郵件信箱, 什麼是電子郵件位址
第二梯次	7/28 (三) 9:30-11:30		
第一梯次	7/29 (四) 9:30-11:30	進階學習—電子郵件	1. Web-Mail的認識與操作(登入、收信、寫信、寄信、讀信、回信、轉寄、建立通訊錄、刪除郵件)
第二梯次	7/31 (六) 9:30-11:30		

梯次	課程日期	課程主題	課程內容
第一梯次	8/3 (二) 9:30-11:30	進階學習— 文書處理	簡易文書處理—認識notepad，資料輸入、換行、對齊、段落、刪除、選取、複製、搬移、圖文配置
第二梯次	8/4 (三) 9:30-11:30		
第一梯次	8/5 (四) 9:30-11:30	進階學習— 文書處理	認識檔案與資源回收筒—認識檔案與資料夾、檔案的檢視與排列，檔案的新增、命名、更名、選取、複製、搬移、刪除、回復及搜尋
第二梯次	8/7 (六) 9:30-11:30		
第一梯次	8/10 (二) 9:30-11:30	進階學習— 便利生活的 整合與運用	1. 網路上的政府服務 2. 網路上的民間資源 3. 免費軟體的應用
第二梯次	8/11 (三) 9:30-11:30		
第一梯次	8/12 (四) 9:30-11:30	成果發表	1. 複習及問題討論 2. 學習成果發表
第二梯次	8/14 (六) 9:30-11:30		

參、終身學習營—銀髮族學習營

一、對象：55歲以上銀髮族（170人）

二、活動地點：臺北市立圖書館總館國際會議廳
（臺北市建國南路二段125號10樓）

三、洽詢電話：2784-9365

四、報名日期：即日起額滿為止

五、活動時程：

日期時間	課程主題	課程內容	辦理地點	講師
9/21 (二) 9:00-12:00	理財規劃	財富規劃與快樂退休——如何為自己與兒女規劃理想的退休藍圖	總館十樓國際會議廳	早安財經文化有限公司 沈發行人雲聰先生
9/21 (二) 13:30-16:30	健康	認識老人失智症	總館十樓國際會議廳	天主教耕莘醫院緩和醫療科江主任維鏞
9/22 (三) 9:00-12:00	生涯規劃	如何做好老年生涯規劃	總館十樓國際會議廳	中華民國老人福利推動聯盟吳秘書長玉琴
9/22 (三) 13:30-16:30	健康	銀髮族的健康養生之道	總館十樓國際會議廳	臺北市立中醫醫院鄭副院長振鴻

肆、外籍媽媽親子圖書讀書會

一、對象：外籍媽媽與孩子約5-8組（10至15人），可單堂參加

二、講師：汪淑玲（民生報少年兒童叢書企劃經理）

劉敏（大人、兒童讀書會帶領人培訓講師）

陳玉美（各類型讀書會活動企劃帶領）

三、活動地點：臺北市立圖書館東園分館（臺北市東園街199號）

四、洽詢電話：2307-0460

五、活動時程：

日期時間	主題	方式	書名	作者	出版社	帶領人	備註
9/1（三） 13:30-16:30	親情	律動	月亮船	文/林芳萍	民生報	汪淑玲	幼稚園 至國小低年級
			我家有個小乖乖	文圖/馬景賢	民生報		
9/8（三） 13:30-16:30	友誼與 分享	故事 家家酒	南瓜湯	文/海倫庫柏	和英	劉敏	幼稚園 至國小中低年級
			一片披薩一塊錢	文/郝廣才	格林		
9/15（三） 13:30-16:30	情緒	塗鴉	菲菲生氣了	文圖/莫莉·卜	三之三	劉敏	幼稚園 至國小中低年級
			帕拉帕拉山的妖怪	文圖/賴馬	和英		
9/22（三） 13:30-16:30	動機	手工書	米爺爺學認字	文/喬·艾倫·波嘉	三之三	陳玉美	幼稚園 至國小中低年級
		製作	美術課	文圖/湯米·狄咆勒	三之三		
10/6（三） 13:30-16:30	認知	遊戲	蜜豆冰	文/林芳萍	民生報	汪淑玲	幼稚園 至國小低年級
			美麗的花廊	文/馮輝岳	民生報		
10/13（三） 13:30-16:30	信心	種植	威斯利王國	文/保羅·弗萊舒曼	和英	陳玉美	幼稚園 至國小中低年級
			胡蘿蔔種子	文/路斯·克勞斯	上誼		
10/20（三） 13:30-16:30	愛與 接納	劇場	我爸爸	文圖/安東尼·布朗	格林	劉敏	幼稚園 至國小中低年級
			我的媽媽真麻煩	文圖/芭蓓蒂·科爾	遠流		
10/27（三） 13:30-16:30	努力	宴會	天空在腳下	文圖/艾莉麥考莉	格林	陳玉美	幼稚園 至國小中低年級