

# 112年10月臺北市士林區樂齡學習中心課程活動表

中心地址：臺北市立圖書館葫蘆堵分館（延平北路5段136巷1號）

聯繫電話：(02)28126513

## 樂活養生操同好會

日期：每週一、五 9:00-11:00

地點：9F 視聽室

講師：無

報名情形：樂齡學員自由參加

## 日語歌唱同好會

日期：每週二、五 14:30-16:30

地點：9F 視聽室

講師：無

報名情形：樂齡學員自由參加

## 樂齡有氧體適能【A班】

日期：10/2、10/16、10/23、10/30 每週一 下午 3:00- 5:00。

地點：10樓葫蘆區民活動中心

講師：黃晨文

報名情形：報名已截止

## 心靈成長-活化記憶力課程

日期：10/4、10/11、10/25 每週三 上午 10:00-12:00。

地點：本分館9樓視聽室

講師：許秀如

報名情形：報名已截止

## 樂齡有氧體適能【B班】

日期：10/4、10/11、10/18、10/25 每週三 下午 3:00- 5:00。

地點：10樓葫蘆區民活動中心

講師：徐曉萍

報名情形：報名已截止

## 蒔花弄草放輕鬆：居家香草生活課程【A班】

日期：10/4、10/11、10/18、10/25 每週三 下午 2:00- 4:00。

地點：本分館9樓視聽室

講師：尤次雄

報名情形：報名已截止

## 蒔花弄草放輕鬆：居家香草生活課程【B班】

日期：10/12、10/19、10/26 每週四 下午 2:00- 4:00。

地點：本分館9樓視聽室

講師：尤次雄

報名情形：報名已截止

## 活用智慧型手機與平板電腦課程

日期：10/11、10/18、10/25 每週三 下午 2:00- 4:00。

地點：本分館9樓活動室

講師：吳淑敬

報名情形：報名已截止

## 李科永分館快樂學禪繞畫【拓點課程】

日期：10/4、10/11、10/18、10/25 每週三 下午 2:30- 4:30。

地點：臺北市立圖書館李科永紀念圖書館 B2 演講廳

講師：關美麗

報名情形：報名已截止

## 花鳥彩繪班

日期：10/6、10/13、10/20、10/27 每週五 下午 2:30- 4:30。

地點：本分館 9 樓視聽室

講師：林宏玲

報名情形：報名已截止

備註：畫具畫紙自備

## 「智慧手機輕鬆滑，談 Chatgpt 應用」講座

日期：10/19 週四 上午 9:30- 11:30。

地點：本分館 9 樓視聽室

講師：黃忠雄老師

報名情形：需事先報名 (報名連結)

### ※備註事項：

1. 「同好會」係無講師教學之學員自主社團活動。

### ※注意事項

1. 參與實體課程請配合防疫政策。
2. 因國內疫情尚未穩定，請隨時留意中心網站或士林樂齡 Line 社群是否公告延期或停課。