

106 年臺安松齡悠活棧招生簡章

課程目的：

針對長者設計規劃的活躍老化(涵蓋身、心、社會三大面向)課程及活動，介入課程前後進行自律神經壓力經絡儀和生活品質量表檢測。

- 🍀課程內容：心理健康課程(歌曲教唱、魔術表演、電影賞析、生命教育)、體適能運動(強化肌力和平衡感)、醫學講座(以健康量測分析後設計課程)等課程
- 🍀招募對象：年滿 65 歲以上(以未參加過本院悠活棧的長者優先，舊生可介紹新生然後一起加入)
- 🍀課程日期：106 年 5 月 10 日~7 月 26 日，每週三下午 2:00-4:00
- 🍀上課地點：臺安醫院健康管理大樓四樓(臺北市松山區八德路 2 段 424 號)
- 🍀報名人數：40 人(敬請提早報名，以免向隅)
- 🍀報名方式：填妥報名表後傳真 2781-6792 或電話報名(聯絡電話：2771-8151 轉分機 2760，2960、2963)
- 🍀課程費用：免費，全勤者另頒發全勤獎狀和精美禮品。
- 🍀配合事項：請著輕便服裝和薄外套禦寒；為響應環保，請自行攜帶環保杯。
- 🍀主辦單位：臺安醫院社區醫學部(松山社區健康營造中心)
- 🍀協辦單位：臺北市政府社會局



※ 請以正楷填寫下列每項資料 ※

此表格填寫後，傳真:(02)2781-6792

姓 名		性 別	<input type="checkbox"/> 男 <input type="checkbox"/> 女
生 日	民國____年____月____日 (41年次以前)		
聯絡地址			
聯絡電話	市話	手機	
緊急聯絡人：	_____	關係：	_____
電話：(必填)	_____	手 機：(必填)	_____