上課時間:

每週二、週三 上午 9:30-11:30，下午 13:00-15:00

課程領域

高齡相關課程

1. 營養專題
2. 失智預防暨慢性病管理
3. 健康心理學

****詳細課程內容依開課後發放課程表為準****

健康休閒課程

1. 古蹟巡禮
2. 銀髮族體適能
3. 有氧運動與地面高爾夫
4. 中醫養生暨香草植物運用

****詳細課程內容依開課後發放課程表為準****

學校特色課程

1. 歌劇賞析
2. 老年靈性啟發與超越
3. 國學基礎
4. 走進物理走進生活
5. 電影中的生命教育
6. 藝術治療體驗
7. 幻術你我他
10. 陶笛吹奏

****詳細課程內容依開課後發放課程表為準****

生活新知課程

1. 手機輕鬆學(代間)
2. 資訊專題
3. 氣與電居家安全之多少
4. 生活法律

****詳細課程內容依開課後發放課程表為準****