



掃我看更多

115年1月～6月銀力學苑課表

銀力學苑課程共分為4大領域(健康力、科技力、美感力、生活力)，每參加1場活動或課程，即可獲得該領域1點，當年度參加達10場，且每種領域至少參加1堂，即可取得當年度銀力學苑結業證書。

主題	日期	講題	講師	場地	備註
健康力	115/1/18(日) 10:00~12:00	臨終關懷與生死療癒	陳大正 淨心催眠身心靈 中心主任	3樓多元 學習教室	
科技力	3/3-4/21(二) 10:00-12:00	數位科技銀力大躍進 手機基礎應用班(8堂)	慕慕老師 假新聞清潔劑資深講師	3樓多元 學習教室	人數20人 2/3開放報名 線上10人 實體10人
美感力	115/3/8(日) 10:00~12:00	如何立一個好遺囑？！	黃秀惠律師 詠律科思法律事務所	2樓第一 會議室	
科技力	115/3/22(日) 10:00~12:00	認識數位遺產 及相關規劃	黃柏璋律師 德承法律事務所	3樓多元 學習教室	
健康力	115/4/17(五) 9:30~11:30	國資圖生態走讀_與植 物交朋友 114年銀力學苑認證學員優 先報名	凌聿升老師 台中市後驛山線社 大植物講師	總館戶外 復興園道	每場人數20人 需線上報名 3/20開放 認證學員報名 3/27開放 一般讀者報名
	115/4/21(二) 9:30~11:30				
健康力	115/4/26(日) 10:00~12:00	銀髮動動，樂齡GOGO	姜封豪醫師 姜封豪診所院長	3樓多元 學習教室	
美感力	115/5/17(日) 10:00~12:00	認識登山中的氣象風險	莊振豪老師 FB 阿霞天空	2樓國際 會議廳	
健康力	115/5/31(日) 10:00~12:00	路跑旅遊	蔡弘誠老師 運動筆記 ESG 賽事 處總監	2樓第一 會議室	
科技力	115/6/7(日) 10:00~12:00	運動科技與運動輔具	范姜昕辰副教授 國立體育大學 體育 處體育長	3樓多元 學習教室	

※免費自由入場（7歲以下孩童請斟酌入場），場地客滿後，將不再開放入場。

※講座不限年齡，皆可免費自由入場，惟銀力學院集點限定55歲以上讀者。

※生態走讀活動須事先線上報名，3/20起開放114年銀力學苑認證學員優先報名，剩餘名額於3/27開放報名，額滿後不再開放現場報名。

※講座活動如有新增或異動，以本館官網或FB粉絲頁公告為準。本館保有活動內容異動權。

※於講座活動完成簽到，即可現場索取集點卡，並獲得認證1點。

115年銀力學苑 X 第三人生大學跨域系列

本館與暨南大學第三人生大學身心舒健與人文創意學分學程合作，邀請大學專業講師介紹，透過高齡議題的鍛鍊，使得思辨力和敘事力得以在具體的課堂情境展現不同向度。

銀力學苑課程共分為4大領域(健康力、科技力、美感力、生活力)，每參加1場活動或課程，即可獲得該領域1點，當年度參加達10場，且每種領域至少參加1堂，即可取得當年度銀力學苑結業證書。

主題	日期	講題	講師	場地	備註
美感力	115/3/14(六) 10:00~12:00	圖像在說話： 大人的繪本初體驗	彭婉蕙助理教授	3樓多元 學習教室	
美感力	115/3/21(六) 13:00~15:00	AI 圖文節日賀卡 生成術	溫珮琪助理教授	3樓多元 學習教室	

※講座活動如有新增或異動，以本館官網或FB粉絲頁公告為準。本館保有活動內容異動權。

※於講座活動完成簽到，即可現場索取集點卡，並獲得認證1點。

繪本悅動，聽見故事的色彩

本系列透過閱讀和分享繪本，增進世代互動與情感連結，提升樂齡族群的心靈健康，每月1場，活動內容包含繪本閱讀以及延伸手作、律動等，歡迎50歲以上讀者參加。

領域	日期	主題	場地	備註
美感力	1/7(三) 10:00~11:30	樂齡繪本及延伸活動	3樓多元學習教室	
美感力	2/4(三) 10:00~11:30	樂齡繪本及延伸活動	3樓多元學習教室	
美感力	3/4(三) 10:00~11:30	樂齡繪本及延伸活動	3樓多元學習教室	
美感力	4/1(三) 10:00~11:30	樂齡繪本及延伸活動	3樓多元學習教室	
美感力	5/6(三) 10:00~11:30	樂齡繪本及延伸活動	3樓多元學習教室	
美感力	6/3(三) 10:00~11:30	樂齡繪本及延伸活動	3樓多元學習教室	

※免費自由入場（12歲以下孩童請斟酌入場），場地客滿後，將不再開放入場。

※活動對象以50歲以上讀者為主，惟銀力學院集點限定55歲以上讀者。

※講座活動如有新增或異動，以本館官網或FB粉絲頁公告為準。本館保有活動內容異動權。

※於講座活動完成簽到，即可現場索取集點卡，並獲得認證1點。

115年1～6月閱讀講座 X 銀力學苑

每週辦理之閱讀講座部分場次可累計銀力學苑點數，請於活動結束後進行線上簽到即可獲得認證點數。

主題	日期	講題	講師	場地
健康力	115/1/17(六) 14:00～16:00	從他人的故事，看見自己的模樣：閱讀中的自我對話練習	吳家德	國際會議廳
美感力	115/1/24(六) 14:00～16:00	走出內心旅行：如何在日常與遠方中覺察自己	柚子甜	第一會議室
健康力	115/1/31(六) 14:00～16:00	透過閱讀，十倍放大你的自信和底氣	洪培芸	第一會議室

※本館閱讀講座免費自由入場，入場時間為13:30-14:00，場地客滿後，不再開放入場。

※講座不限年齡，皆可免費自由入場，惟銀力學院集點限定55歲以上讀者。

※講座地點將視參與人數做必要之調整，如有新增或異動，以本館官網或FB粉絲頁公告為準，本館保有活動內容異動權。

※於講座活動結束後，掃描QR code進行線上簽到，即可獲得認證1點。