



台北東門基督長老教會



東門樂齡 2024 秋季班

✧ 課程簡介

班別	上課時間	課程內容	師資	費用
智慧型手機	週二下午 13:30~15:30 (9/3-12/24)	生活中處處都需要用到手機，舉凡親友聯絡、餐廳點餐、搜尋資料、相片影片資料儲存...等。當遇到手機跳出訊息，該點哪個按鍵，該如何掃描及儲存管理，手機課程，一起來學習!	陳豔菁老師	課程免費 歡迎奉獻
體適能健康操	週四下午 13:30~15:30 (7/25-12/26)	本課程藉由日常生活所需要的動作模式進行加以訓練，透過徒手肌力介入打造基礎體適能能力，搭配穴道及手眼協調訓練刺激大小腦，使其延緩老化現象達到身心靈快樂健康。	林育民老師 黃晨文老師 徐曉萍老師	課程免費 歡迎奉獻

✧ 教師簡介 (依課程順序)

智慧型手機	智樂活 菁菁老師	現職智樂活樂齡活動社群講師。留美資訊碩士、空大資訊科講師、衛福部延緩失能認證師資、台北市各關懷據點指定手機教學講師。
體適能健康操	林育民老師 (櫻桃)	經國管理暨健康學院/健康運動休閒系。拳擊有氧教練、體適能教練。擁有證照：中級體適能指導員、運動保健師、拳擊有氧、武力對決、極限格鬥認證、自我放鬆筋膜指導員。
	黃晨文老師 (香蕉)	德育護專、經國管理暨健康學院/健康運動休閒系、健康產業管理研究所畢業。護士、護理師、助產士、運動保健師、衛福部延緩失能認證指導員。
	徐曉萍老師 (蘋果)	擁有 1. 護理師證書。2. 國民體適能指導員證書(中級)。3. 107 年體育署運動指導員培訓課程。4. 衛生福利部國民健康署指導員結訓證書(運動保健師)。現任「加貝康」體適能運動指導老師。

東門樂齡 2024 秋季班報名表

有★記號者請確實填寫，謝謝。(欲參加課程者請務必報名!)(恕不接受旁聽生)

★姓名：	★電話：	★出生年月日：
	★手機：	
★地址(郵遞區號_____)		
手機品牌&型號： (★報名智慧型手機課程學員務必填寫)(例:Apple, Samsung, Oppo, Asus, 小米, Vivo, Sony, HTC...)		
宗教信仰	<input type="checkbox"/> 基督教，隸屬_____教會 <input type="checkbox"/> 佛教 <input type="checkbox"/> 其他信仰_____ <input type="checkbox"/> 無	
選修科目 (可複選)	上課日期	時間
	<input type="checkbox"/> 智慧型手機 (9/3-12/24)	星期二 13:30-15:30
	<input type="checkbox"/> 體適能健康操 (7/25-12/26)	星期四 13:30-15:30
		費用
		歡迎奉獻
		歡迎奉獻

2024 年秋季班東門樂齡 智慧型手機課程

生活中處處都需要用到手機，舉凡親友聯絡、餐廳點餐、搜尋資料、相片影片資料儲存...等。當遇到手機跳出訊息，該點哪個按鍵，該如何掃描及儲存管理……。

歡迎大家一起來學習

◎時間：2024 年 9 月 3 日~12 月 24 日 每週二下午 1:30~3:30

◎地點：台北市仁愛路二段 76 號(東門教會 教育館二樓)

◎課程免費!歡迎奉獻!

◎報名請洽台北東門教會 孫靜芝幹事 02-2351-3589

◎名額有限，報名額滿為止。(欲參加課程者請務必報名!)(恕不接受旁聽生)

1	9/3	手機保養小技巧
2	9/10	雲端空間要不要買
3	9/24	LINE 基礎功能複習
4	10/1	LINE 實用功能
5	10/8	LINE 進階功能 1
6	10/15	LINE 進階功能 2
7	10/22	LINE 圖片編輯 1
8	10/29	LINE 圖片編輯 2
9	11/5	google 智慧鏡頭
10	11/12	泛黃照片大復活+照片故事分享(記得帶 5 張泛黃黑白相片)
11	11/19	google 相簿進階使用 1
12	11/26	google 相簿進階使用 2
13	12/3	YouTube-老歌金曲免費聽
14	12/10	YouTube 編歌單，訂閱管理
15	12/17	餐廳點餐
16	12/24	行動支付面面觀
視同學需求及上課狀況調整進度和主題 (9/17 中秋節放假)		

注意事項：

- 每堂課請帶充飽電的智慧型手機，(請自行攜帶充電線及行動電源)。
- 請事先確認好 LINE、google 帳號密碼，蘋果手機請再備妥 Apple ID 密碼，才能下載 APP 上課喔。