

109 學年度第 1 學期

樂大一年級「美好人生 正向開始」課程表

上課時間：週三 10：10～12：00，共 12 次

上課地點：W13 教室

週次	日期	課程主題	授課教師
1	9/23	發現生活美好—導論	吳相儀
2	9/30	創造最優體驗—心流 (CS201 教室)	吳相儀
3	10/5 (一)	青銀共學翻轉—快樂 (14：10～16：00 CS201 教室)	吳相儀
4	10/12 (一)	青銀共學翻轉—幸福 (14：10～16：00 CS201 教室)	吳相儀
5	10/21	發揮自身美好—強項	吳相儀
6	10/28	衰弱、老化與社區照顧	陳政智
7	11/11	人生不是要變老，而是要變好	陳政智
8	11/25	老人如何保障財產	陳政智
9	12/2	469 與 OBS 如何面對 多元社會與價值	陳政智
10	12/9	給自己的禮物—正念	黃冰好
11	12/16	青春校園行	黃冰好
12	12/23	手作幸福	黃冰好

109 學年度第 1 學期 樂大一年級「健康生活大改造」課程表

上課時間：週四 13：10～15：00，共 12 次

上課地點：CSB101 教室

週次	日期	課程主題	授課教師
1	9/24	課程介紹與姓名賓果	郭昶志
2	10/8	生活範疇焦點團體	郭昶志
3	10/15	健康是什麼？生活品質是什麼？	郭昶志
4	10/22	職能活動是什麼？	郭昶志
5	10/29	探究職能活動的意義： 不老騎士紀錄片觀賞與討論	郭昶志
6	11/12	台灣老人生活範疇與壓力源	郭昶志
7	11/19	老化是怎麼一回事－ 迷思及影響	郭昶志
8	11/26	老年人的身體活動	郭昶志
9	12/3	認識關節活動度與職能生活 (一)	郭昶志
10	12/10	認識關節活動度與職能生活 (二)	郭昶志
11	12/17	日常生活壓力放鬆技巧練習	郭昶志
12	12/24	春聯活動－ 結合健康職能與活動敘述觀點	郭昶志

109 學年度第 1 學期
樂大一年級「銀向 E 生活」課程表

上課時間：週五 10：10～12：00，共 12 次

上課地點：IR503 電腦教室

週數	日期	課程主題	授課教師
1	9/11	使用電腦、手機基本觀念	陳以德
2	9/18	了解自己的手機(Android, iOS)	陳以德
3	9/25	Sogi、手機設定、上網設定	陳以德
4	10/23	手機 APP 安裝(Play & Store)	陳以德
5	10/30	Google 助理與 Siri	陳以德
6	11/13	查車班，機票，輪船，旅館	陳以德
7	11/20	查門診，路況，天氣 Windy	陳以德
8	11/27	Line, 群組, 相片, 傳位置	陳以德
9	12/4	IG, FB, Message	陳以德
10	12/11	拍賣網站, Mobile01	陳以德
11	12/18	Youtube 追劇	陳以德
12	12/25	手機與電腦連線	陳以德