

樂活菩薩班 ◆第三期◆

當今世界銀髮已是新潮流 (Gray is the new green)，秉持悲願、力行、和合理念，迎接高齡化社會，讓長者們享受自在人生，又能繼續貢獻由經驗累積而來的智慧，特為 60 歲以上社區長者，規劃一系列動靜兼備的課程活動，願與長者們一起互動學習，踏著愉悅的腳步、智慧向前行，在人生的下半場，學習做一個「快樂過生活」的菩薩。



- 目的：**
1. 陪伴關懷社區長者的身、心、靈健康
 2. 活到老學到老，終身學習的動力
 3. 透過自我奉獻，讓長者的智慧有發展及貢獻平台

特色：課程多元，包括身心舒展律動、語言、園藝、3C 新知、養生講座、生命講座。形式活潑，動靜兼顧，學習活得健康、優雅老去，鼓勵相互支持與關懷。

對象：60 歲以上想快樂生活者；滿 15 人開班，30 人額滿。

時間：每期 8 週，前七週上課，最後一週結業參學之旅或聯誼活動。

隔週上課，週一上午 10:00 至下午 3:00 共進午齋. 午休。	
一、 03/18	五、 05/13
二、 04/01	六、 05/27
三、 04/15	七、 06/10
四、 04/29	八、 06/24

地點：財團法人伽耶山基金會（台北市中正區濟南路二段 36 號 電話:2394-6800）

費用：隨喜樂捐（獨居長者免費）

伽耶山基金會 108 年度 樂活菩薩班 第三期 報名表

※ 您如何得知本訊息： 親朋 引介 海報 簡章 網路 其他

姓名：	<input type="checkbox"/> 男 <input type="checkbox"/> 女	年 月 日生
電話：	宗教信仰： <input type="checkbox"/> 無 <input type="checkbox"/> 有 _____	健康： <input type="checkbox"/> 良好 <input type="checkbox"/> 有慢性疾病
手機：	家人同住： <input type="checkbox"/> 有 <input type="checkbox"/> 無	教育程度： 專長興趣：
Line ID：		
E-mail：		
地址：	緊急連絡人：	
	關係：	
	電話：	

隨喜樂捐：_____

報名日：_____ 受理人：_____