(木柵區農會)輔導成果亮點

農村高齡者

輔導成果及亮點說明(條列式)

1.培訓高齡志工當樂齡種子，協助並帶領讓更多居 家高齡走出家中走入人群，透 過更多學習與互動， 除了強健身體更活化心靈，讓高齡者陪伴高齡者， 找到社會價值並減少因少子化年輕人無法兼顧家中長者的社會成本。

2.開設不同性質的研習班，有體能訓練、有音樂園 藝療癒課程、有食農教育料理 研習及講座，引導長者 透過學習豐富生活過向陽晚年。

3.開辦智慧型手機課程，引導高齡者善用智慧型手機功能，跟得上時代潮流不畏 懼3C產品，也可促進人際關係讓視野更寬廣。

4.辦互助共食活動，讓高齡者除了吃飯還可與人話家常，讓吃飯不再只是吃飯而 是人際關係互動的另一 種方式，也是農會敦親睦鄰的最佳推廣。

5.辦高齡保健講座，建立正確保健常識獲得身體健康， 享受快樂高齡生活品質。

農村高齡者輔導成果照片

農村巧藝藍染研習

(木柵區農會)輔導成果亮點

農村高齡者

輔導成果及亮點說明(條列式)

1.培訓高齡志工當樂齡種子，協助並帶領讓更多居 家高齡走出家中走入人群，透 過更多學習與互動， 除了強健身體更活化心靈，讓高齡者陪伴高齡者， 找到社會價值並減少因少子化年輕人無法兼顧家中長者的社會成本。

2.開設不同性質的研習班，有體能訓練、有音樂園 藝療癒課程、有食農教育料理 研習及講座，引導長者 透過學習豐富生活過向陽晚年。

3.開辦智慧型手機課程，引導高齡者善用智慧型手機功能，跟得上時代潮流不畏 懼3C產品，也可促進人際關係讓視野更寬廣。

4.辦互助共食活動，讓高齡者除了吃飯還可與人話家常，讓吃飯不再只是吃飯而 是人際關係互動的另一 種方式，也是農會敦親睦鄰的最佳推廣。

5.辦高齡保健講座，建立正確保健常識獲得身體健康， 享受快樂高齡生活品質。

農村高齡者輔導成果照片

鼠麴草粿DIY

(木柵區農會)輔導成果亮點

農村高齡者

輔導成果及亮點說明(條列式)

1.培訓高齡志工當樂齡種子，協助並帶領讓更多居 家高齡走出家中走入人群，透 過更多學習與互動， 除了強健身體更活化心靈，讓高齡者陪伴高齡者， 找到社會價值並減少因少子化年輕人無法兼顧家中長者的社會成本。

2.開設不同性質的研習班，有體能訓練、有音樂園 藝療癒課程、有食農教育料理 研習及講座，引導長者 透過學習豐富生活過向陽晚年。

3.開辦智慧型手機課程，引導高齡者善用智慧型手機功能，跟得上時代潮流不畏 懼3C產品，也可促進人際關係讓視野更寬廣。

4.辦互助共食活動，讓高齡者除了吃飯還可與人話家常，讓吃飯不再只是吃飯而 是人際關係互動的另一 種方式，也是農會敦親睦鄰的最佳推廣。

5.辦高齡保健講座，建立正確保健常識獲得身體健康， 享受快樂高齡生活品質。

農村高齡者輔導成果照片

長青美術研習班

(木柵區農會)輔導成果亮點

農村高齡者

輔導成果及亮點說明(條列式)

1.培訓高齡志工當樂齡種子，協助並帶領讓更多居 家高齡走出家中走入人群，透 過更多學習與互動， 除了強健身體更活化心靈，讓高齡者陪伴高齡者， 找到社會價值並減少因少子化年輕人無法兼顧家中長者的社會成本。

2.開設不同性質的研習班，有體能訓練、有音樂園 藝療癒課程、有食農教育料理 研習及講座，引導長者 透過學習豐富生活過向陽晚年。

3.開辦智慧型手機課程，引導高齡者善用智慧型手機功能，跟得上時代潮流不畏 懼3C產品，也可促進人際關係讓視野更寬廣。

4.辦互助共食活動，讓高齡者除了吃飯還可與人話家常，讓吃飯不再只是吃飯而 是人際關係互動的另一 種方式，也是農會敦親睦鄰的最佳推廣。

5.辦高齡保健講座，建立正確保健常識獲得身體健康， 享受快樂高齡生活品質。

農村高齡者輔導成果照片

食農食安宣導教育講座

(木柵區農會)輔導成果亮點

農村高齡者

輔導成果及亮點說明(條列式)

1.培訓高齡志工當樂齡種子，協助並帶領讓更多居 家高齡走出家中走入人群，透 過更多學習與互動， 除了強健身體更活化心靈，讓高齡者陪伴高齡者， 找到社會價值並減少因少子化年輕人無法兼顧家中長者的社會成本。

2.開設不同性質的研習班，有體能訓練、有音樂園 藝療癒課程、有食農教育料理 研習及講座，引導長者 透過學習豐富生活過向陽晚年。

3.開辦智慧型手機課程，引導高齡者善用智慧型手機功能，跟得上時代潮流不畏 懼3C產品，也可促進人際關係讓視野更寬廣。

4.辦互助共食活動，讓高齡者除了吃飯還可與人話家常，讓吃飯不再只是吃飯而 是人際關係互動的另一 種方式，也是農會敦親睦鄰的最佳推廣。

5.辦高齡保健講座，建立正確保健常識獲得身體健康， 享受快樂高齡生活品質。

農村高齡者輔導成果照片

體適能有氧研習班

(木柵區農會)輔導成果亮點

農村高齡者

輔導成果及亮點說明(條列式)

1.培訓高齡志工當樂齡種子，協助並帶領讓更多居 家高齡走出家中走入人群，透 過更多學習與互動， 除了強健身體更活化心靈，讓高齡者陪伴高齡者， 找到社會價值並減少因少子化年輕人無法兼顧家中長者的社會成本。

2.開設不同性質的研習班，有體能訓練、有音樂園 藝療癒課程、有食農教育料理 研習及講座，引導長者 透過學習豐富生活過向陽晚年。

3.開辦智慧型手機課程，引導高齡者善用智慧型手機功能，跟得上時代潮流不畏 懼3C產品，也可促進人際關係讓視野更寬廣。

4.辦互助共食活動，讓高齡者除了吃飯還可與人話家常，讓吃飯不再只是吃飯而 是人際關係互動的另一 種方式，也是農會敦親睦鄰的最佳推廣。

5.辦高齡保健講座，建立正確保健常識獲得身體健康， 享受快樂高齡生活品質。

農村高齡者輔導成果照片

智慧型手機研習班

(木柵區農會)輔導成果亮點

農村高齡者

輔導成果及亮點說明(條列式)

1.培訓高齡志工當樂齡種子，協助並帶領讓更多居 家高齡走出家中走入人群，透 過更多學習與互動， 除了強健身體更活化心靈，讓高齡者陪伴高齡者， 找到社會價值並減少因少子化年輕人無法兼顧家中長者的社會成本。

2.開設不同性質的研習班，有體能訓練、有音樂園 藝療癒課程、有食農教育料理 研習及講座，引導長者 透過學習豐富生活過向陽晚年。

3.開辦智慧型手機課程，引導高齡者善用智慧型手機功能，跟得上時代潮流不畏 懼3C產品，也可促進人際關係讓視野更寬廣。

4.辦互助共食活動，讓高齡者除了吃飯還可與人話家常，讓吃飯不再只是吃飯而 是人際關係互動的另一 種方式，也是農會敦親睦鄰的最佳推廣。

5.辦高齡保健講座，建立正確保健常識獲得身體健康， 享受快樂高齡生活品質。

農村高齡者輔導成果照片

多肉植物盆栽DIY &汽球造型DIY

(木柵區農會)輔導成果亮點

農村高齡者

輔導成果及亮點說明(條列式)

1.培訓高齡志工當樂齡種子，協助並帶領讓更多居 家高齡走出家中走入人群，透 過更多學習與互動， 除了強健身體更活化心靈，讓高齡者陪伴高齡者， 找到社會價值並減少因少子化年輕人無法兼顧家中長者的社會成本。

2.開設不同性質的研習班，有體能訓練、有音樂園 藝療癒課程、有食農教育料理 研習及講座，引導長者 透過學習豐富生活過向陽晚年。

3.開辦智慧型手機課程，引導高齡者善用智慧型手機功能，跟得上時代潮流不畏 懼3C產品，也可促進人際關係讓視野更寬廣。

4.辦互助共食活動，讓高齡者除了吃飯還可與人話家常，讓吃飯不再只是吃飯而 是人際關係互動的另一 種方式，也是農會敦親睦鄰的最佳推廣。

5.辦高齡保健講座，建立正確保健常識獲得身體健康， 享受快樂高齡生活品質。

農村高齡者輔導成果照片

洪老師音樂走廊

(木柵區農會)輔導成果亮點

農村高齡者

輔導成果及亮點說明(條列式)

1.培訓高齡志工當樂齡種子，協助並帶領讓更多居 家高齡走出家中走入人群，透 過更多學習與互動， 除了強健身體更活化心靈，讓高齡者陪伴高齡者， 找到社會價值並減少因少子化年輕人無法兼顧家中長者的社會成本。

2.開設不同性質的研習班，有體能訓練、有音樂園 藝療癒課程、有食農教育料理 研習及講座，引導長者 透過學習豐富生活過向陽晚年。

3.開辦智慧型手機課程，引導高齡者善用智慧型手機功能，跟得上時代潮流不畏 懼3C產品，也可促進人際關係讓視野更寬廣。

4.辦互助共食活動，讓高齡者除了吃飯還可與人話家常，讓吃飯不再只是吃飯而 是人際關係互動的另一 種方式，也是農會敦親睦鄰的最佳推廣。

5.辦高齡保健講座，建立正確保健常識獲得身體健康， 享受快樂高齡生活品質。

農村高齡者輔導成果照片

性別平等講座

(木柵區農會)輔導成果亮點

農村高齡者

輔導成果及亮點說明(條列式)

1.培訓高齡志工當樂齡種子，協助並帶領讓更多居 家高齡走出家中走入人群，透 過更多學習與互動， 除了強健身體更活化心靈，讓高齡者陪伴高齡者， 找到社會價值並減少因少子化年輕人無法兼顧家中長者的社會成本。

2.開設不同性質的研習班，有體能訓練、有音樂園 藝療癒課程、有食農教育料理 研習及講座，引導長者 透過學習豐富生活過向陽晚年。

3.開辦智慧型手機課程，引導高齡者善用智慧型手機功能，跟得上時代潮流不畏 懼3C產品，也可促進人際關係讓視野更寬廣。

4.辦互助共食活動，讓高齡者除了吃飯還可與人話家常，讓吃飯不再只是吃飯而 是人際關係互動的另一 種方式，也是農會敦親睦鄰的最佳推廣。

5.辦高齡保健講座，建立正確保健常識獲得身體健康， 享受快樂高齡生活品質。

農村高齡者輔導成果照片

高齡志工培訓研習

(木柵區農會)輔導成果亮點

農村高齡者

輔導成果及亮點說明(條列式)

1.培訓高齡志工當樂齡種子，協助並帶領讓更多居 家高齡走出家中走入人群，透 過更多學習與互動， 除了強健身體更活化心靈，讓高齡者陪伴高齡者， 找到社會價值並減少因少子化年輕人無法兼顧家中長者的社會成本。

2.開設不同性質的研習班，有體能訓練、有音樂園 藝療癒課程、有食農教育料理 研習及講座，引導長者 透過學習豐富生活過向陽晚年。

3.開辦智慧型手機課程，引導高齡者善用智慧型手機功能，跟得上時代潮流不畏 懼3C產品，也可促進人際關係讓視野更寬廣。

4.辦互助共食活動，讓高齡者除了吃飯還可與人話家常，讓吃飯不再只是吃飯而 是人際關係互動的另一 種方式，也是農會敦親睦鄰的最佳推廣。

5.辦高齡保健講座，建立正確保健常識獲得身體健康， 享受快樂高齡生活品質。

農村高齡者輔導成果照片

互助共食活動

「幸福農村」系列活動成果展示