



果多樂齡風向球 🍎

— 2024 / 4月號 —

退休財務：00490

因為一檔ETF的熱賣，產生了五花八門的社會議題，相信大家都覺得十分驚奇。不過也因為這一波00940熱潮，引起了許多理財討論。對於退休的樂齡族來說，ETF的確是一種不錯的理財工具，那麼投資ETF有什麼應該要注意的呢？**〈果多編輯部〉**精選了兩篇文章跟大家分享，同時提醒大家投資一定有風險，一定要量力而為。



選摘文章：



[過了50歲，想買ETF該注意什麼？ETF教父給退休族群的7大投資指引—經濟日報](#)



[【高股息ETF】高收入高稅率不想領配息，能節稅的投資工具是什麼？—商益電子報](#)



[退休理財 | 準退休族積極投資 三大指標選出合適標的—工商時報](#)

終生學習：樂齡元宇宙

隨著蘋果Vision Pro開始陸續到貨，在街頭也開始出現零星戴著這款酷炫裝置的嚐鮮身影。於是有許多樂齡族對於什麼是「VR」、「元宇宙」、「虛擬實境」等新科技感到好奇，我們也觀察到有樂齡據點專門舉辦了像「改變世界的新科技」這樣的講座，邀請專家來向長者分享相關的資訊。因此〈果多編輯部〉挑選了兩篇關於「樂齡族與元宇宙關係」的文章，提供給大家不一樣的觀點和資訊。



選摘文章：



樂齡元宇宙？！銀髮族可能才是最適合搶先移民元宇宙的族群—智慧年齡快樂生活趨勢洞察



當臺灣即將邁入超高齡社會，VR、AR與AI科技如何扮演促進高齡者身心健康的關鍵助手？—科技大觀園

04

07

22

4/4-4/7

兒童節/清明連假

4/22

世界地球日

適合樂齡活動：

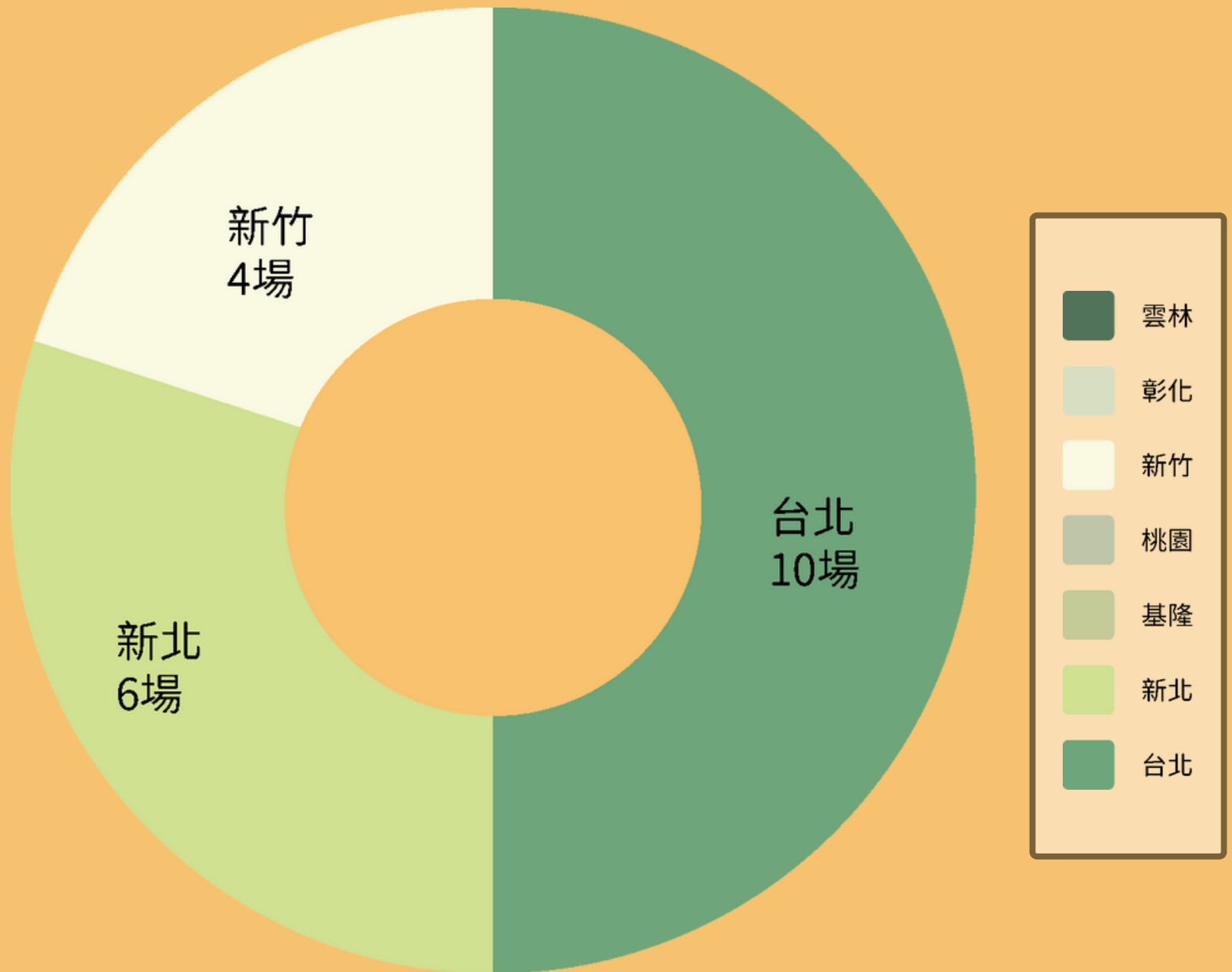
簡單的手作：蠟燭、毛線、纏繞畫、烹飪等，簡單的材料和當天就可以完成的作品實作課。

知識類講座：如電影賞析、旅遊分享、財務金融講座...等，只要坐著吸收新知就好的活動。

輕度的運動：例如椅子瑜珈、排舞體驗，或是兩個小時的郊山拍照行程...等。



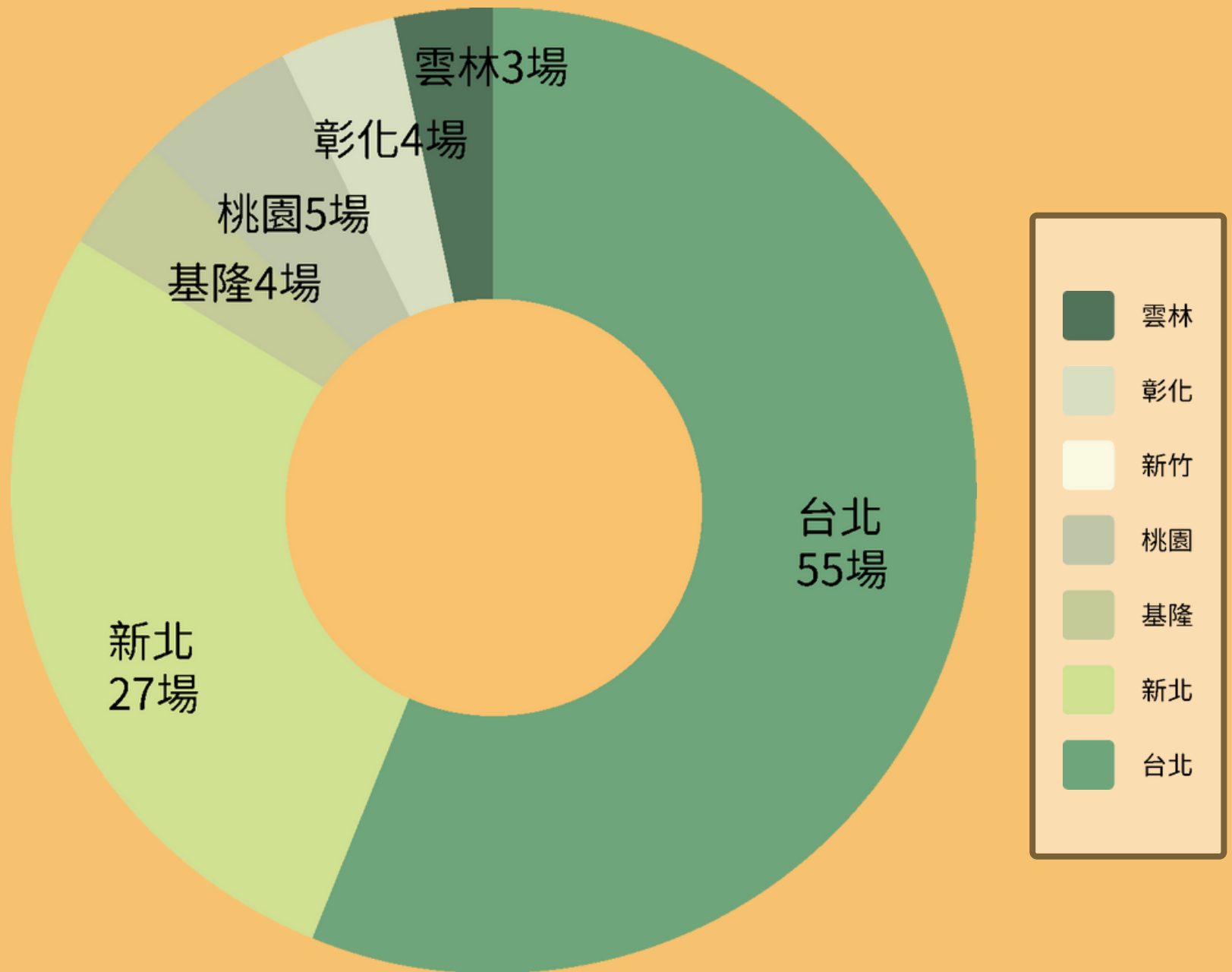
果多活動參與數據



公開活動

果多樂齡風向球 📍

果多活動參與數據



半公開活動

果多樂齡風向球 📍

果多 果多開講

規劃退休後的

幸福人生 主講人：黑媽家庭
經濟研究所/ 黑媽



Date: 2024.01.16 (二)

主辦單位：果多 協辦單位：智樂活 樂齡活動社群 digiBlock 數位創新基地

知名的退休財務專家「黑媽」來開講，為大家說明如何規劃退休後的幸福人生。

黑媽在果多開講中分享透過資產配置策略與風險評估、了解退休生活後的五大迷思以及準備晚年財務規劃三大方向，進而說明如何規劃退休後的幸福人生！

果多講座

人生是一場



單程旅行

主講人：單程生活有限公司/郭憲鴻（小冬瓜）



Date: 2024.02.22 (四)

主辦單位：果多 協辦單位：智樂活 樂齡活動社群 digiBlock 數位創新基地

在農曆年後的第一場活動，果多邀請了殯葬職人—冬瓜行旅（小冬瓜），來聊聊人生的最後一哩路，我們該怎麼面對、怎麼規劃、怎麼把愛留下。

小冬瓜將身後事的準備，比喻成打包行李，並將整理清單分為五大類，包含醫療、財務、法律、心靈、殯葬等層面，透過個人真實的經驗，分享如何面對這一門，我們可能最想逃避，但也必須對面的人生課題。



令人怦然心動的 春日手作體驗

春風十里，花香四溢。在這個充滿生機的季節裡，最適合走出家門，體驗春日手作的樂趣，感受春天的美好。

【智樂活 x 喜多顏】 水漾花燈飾手作

運用花材與燈飾，手作一盞獨特的室內燈，為自己和家點一盞溫馨的平安燈。水漾花小夜燈適合對手工藝與精緻花藝手作感興趣的學員，沒有任何經驗也能跟著老師一步一步完成美好的作品。



果多 果多開講

退休創業 不老瑜珈

主講人

銀光計畫創辦人
Connie 講師

70+瑜珈老師
陳冬蓮 講師

📅 2024.04.30 (二) 10:30-12:30

📍 Yoga Edition 瑜珈館

主辦單位：果多 銀光計畫 場地贊助：YOGA EDITION

本次果多開講除了能夠聽到兩位終身學習的典範分享自己的人生故事，同時也將體驗由冬蓮老師親自帶領的「瑜珈體驗」，零經驗零基礎也能一起做！最後還有許多驚喜小贈品和抽獎，名額有限，真的很快就會搶不到，趕緊幫親朋好友一起報名囉！

彩 果多開講 

“ 創意方案 + 數位科技 | 據點活動的經營利器 ”



Date: 2024.04.10 (三)

開講人：
智樂活樂齡活動社群
共同創辦人
小畢老師

1

主辦單位： 協辦單位： 

由「智樂活 樂齡活動社群」共同創辦人「小畢老師」來跟大家分享如何：

✓ 善用各種AI工具，參考國內外創意方案，協助樂齡活動規劃與管理

✓ 好用的「活動報名」工具，解決 Line 接龍報名的麻煩

小畢老師將從實際情境出發，與大家分享他在樂齡活動領域的豐富經驗，以及如何融合創意方案和數位科技，為據點工作注入新的活力與靈感。

訂閱果多樂齡風向球

《果多樂齡風向球》是一份每月出刊，針對「終身學習」、「退休財務」和「樂齡活動經營」等主題在過去一個月間的全球話題選錄，並從「[果多 - 熱門活動與話題參與](#)」App 的營運數據與樂齡參與觀察所整理而出的洞察報告。

[前往訂閱](#)

