



果多樂齡風向球 🍎

— 2024 / 8月號 —

終生學習：樂齡族學習趨勢

近來，許多中高齡者聰明地運用社區大學和樂齡中心等公共學習資源，讓樂齡生活變得更加豐富多彩。而有趣的學習環境、有趣的內容和有趣的方法，不僅讓樂齡族樂在其中，更激發了無窮的學習動力，成效甚至比年輕時更好！學習語言、手機科技或是更多的專長興趣，讓樂齡族活化了生活的豐富度，也滋潤了社交與人際，帶來了身心的健康能量。



選摘文章：



[「壯世代」還有第三生人值得追求！社區大學、樂齡中心...中高齡者有哪些公共學習資源一次看](#)



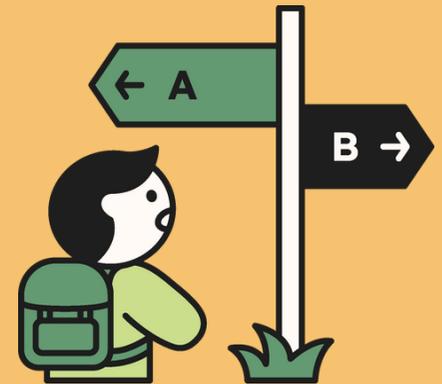
[中高齡學外語 3 訣竅：有趣、有趣、有趣](#)



[銀髮族如何遠離孤寂？她靠五撇步樂活學習變老](#)

據點相關：壯世代就業與創業

壯世代正勇敢追夢，重新打造生命的第二春！除了政府鼓勵55歲以上中高齡者重返職場，並提供就業獎勵。同時，更多雇主也透過優化職場環境，吸引更多壯世代加入。這不僅提升了壯世代的勞動參與率，也解決了企業的缺工問題，實現雙贏局面。



選摘文章：



[壯世代打工潮！企業主搶著用～中高齡親切力大爆發](#)



[勞動部「55Plus」措施創雙贏 挺壯世代返職場、助企業解缺工](#)



[打破年齡束縛，壯世代勇敢創業追夢！【獨立特派員】](#)

08

8/8
父親節

10

8/10
七夕

18

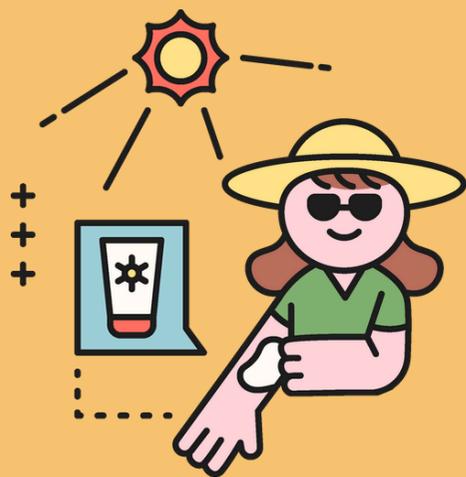
8/18
中元節

31

8月底
開學季

適合樂齡活動：

戶外輕量活動：在清晨或傍晚，選擇有遮蔽的森林步道或有良好休息設施的公園，舉行輕量的健行活動。



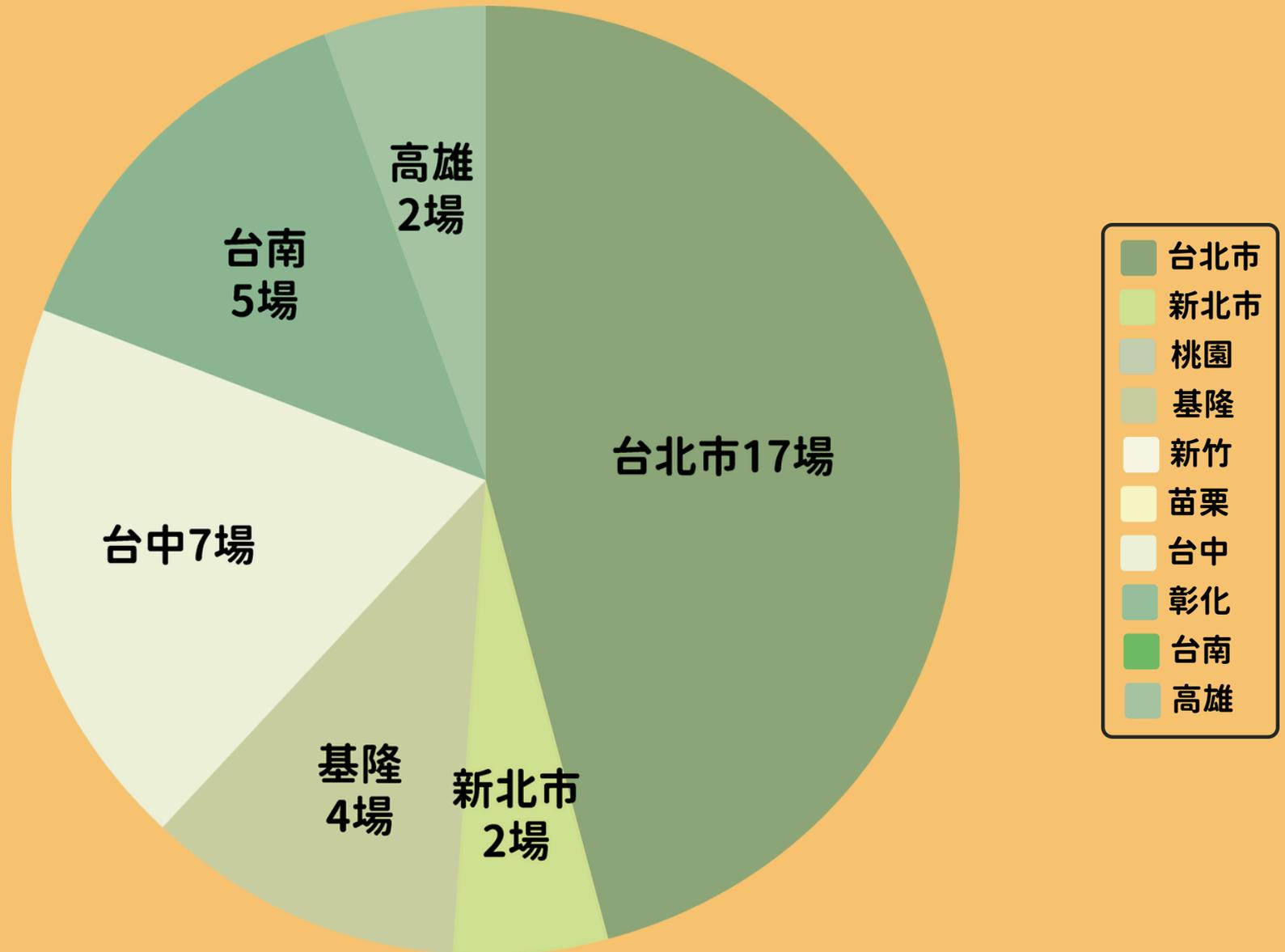
傳統文化講座：結合節慶，舉辦傳統文化講座或工作坊，例如插花、剪紙、書法、花燈製作等。



飲食養生活動：立秋和處暑節氣是養生的重要時期，介紹適合的飲食和養生方法。



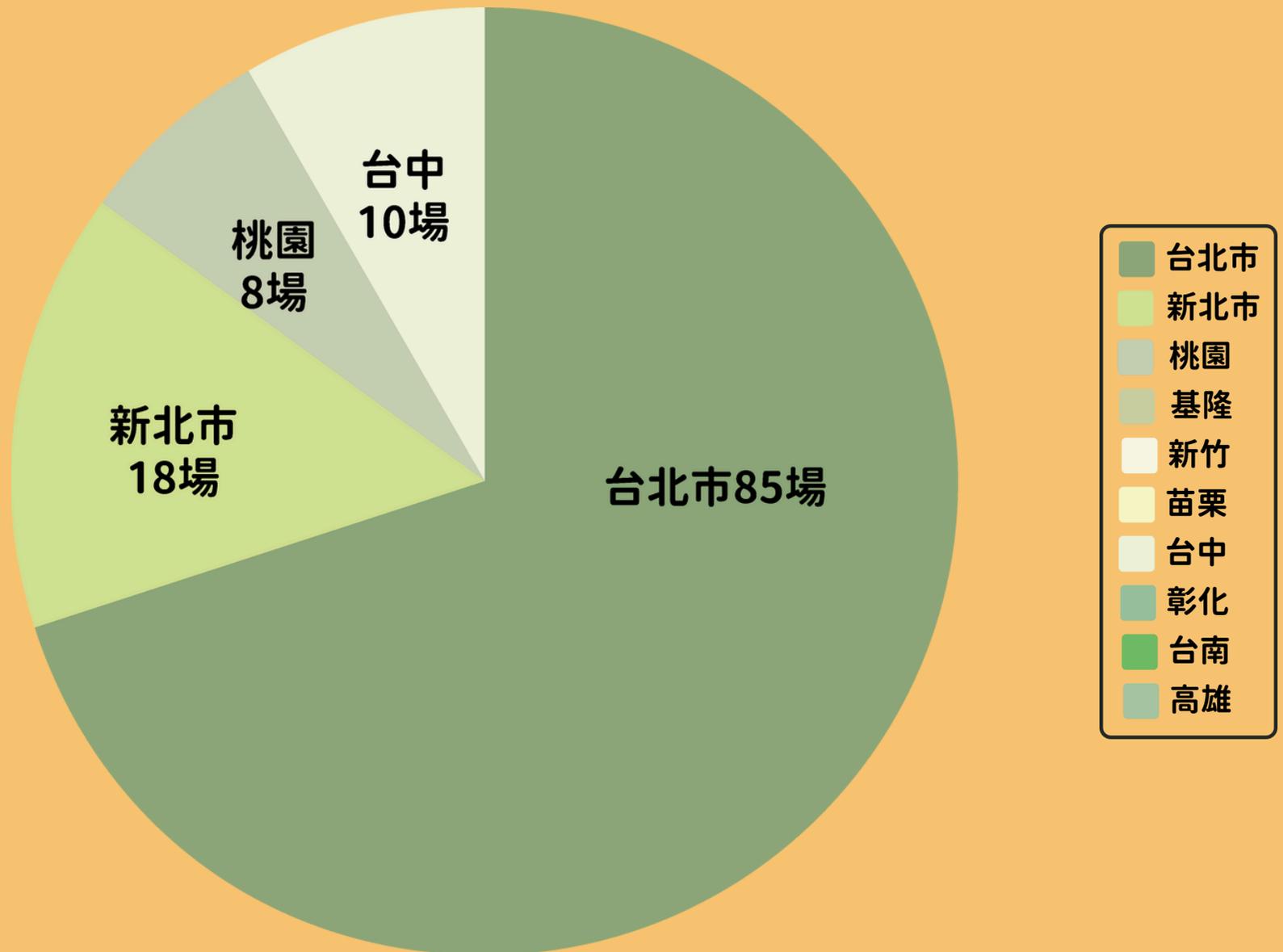
果多活動參與數據



公開活動

果多樂齡風向球

果多活動參與數據



半公開活動



詐騙識讀教育與 AI 防詐工具專家講座

2024.07.11 (四) 14:00-15:30

台北市敦化南路二段319號6樓



主講人：

Gogolook 林意蓉
公共政策暨政府關係經理

主辦單位：



美玉姨

Gogolook
Build for Trust.

7月份果多開講，由 Line 群組假消息剋星「美玉姨」開發團隊，和大家分享，在面對不同新聞、消息與數位媒體時，如何查證真偽，又該如何謹慎地處理收到的所有資訊。

在這場開講中，我們將和美玉姨一起：

- 掌握最新的謠言趨勢、
- 學習如何查核新知
- 謹慎地阻防假新聞，以免成為假新聞散播的管道



果多開講

08/07 (三)
14:00-15:30
digiBlock數位創新基地
主講人 | 詹慶齡

以果多報名可抽書

活在燦盛熟齡時：
數位時代的終身學習

主辦單位  協辦單位 

果多開講很榮幸能邀請到名人書房的主持人詹慶齡女士，要和大家聊聊在主持閱讀節目中，如何更有系統性地讀書，如何解析作者的思想與精神，以及一方面感受世界廣闊無盡，一方面感受到自己的不足而努力學習的愉快體驗。

在本次活動之中，果多團隊也準備了詹慶齡女士的著作《秋葉落下之前：活在燦盛熟齡時》，將會以抽獎的形式贈送給本次以果多報名的參加者，請把握機會報名參加活動！

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](#)

