

「富邦公益大使」計畫提案 失智爺奶動滋動！長者瑜珈系列活動

壹、活動日期：

110年12月18日(星期六)10:30-16:00

貳、活動地點：

老五老北投服務中心(台北市北投區石牌路一段14號)、凱達格蘭文化館(台北市北投區中山路3-1號)、北投溫泉博物館(台北市北投區中山路2號)

參、活動流程：

時間	活動	地點
10:30	富邦志工集合	老五老 北投服務中心
10:30-11:00	服務介紹	
11:00-12:00	富邦志工瑜珈教學 (會有專業老師教學)	
12:00-13:00	午餐	
13:00-13:30	長者報到	凱達格蘭文化館
13:30-14:00	交通	
14:00-15:00	長者瑜珈課程 (會有專業老師教學) (富邦志工協助長者進行)	北投溫泉博物館
15:00-16:00	參觀溫泉博物館	
16:00	賦歸 (請志工引導長者至捷運站 or 公車站)	

肆、活動協助事項：

請富邦志工攜帶智慧型手機(活動當天協助長輩照相)、水杯
(北投中心、凱達格蘭文化館備有飲水機)

伍、活動當天聯繫窗口：

老五老基金會 黃鈺軒社工，電話：0910-695-048。

陸、交通資訊：

一、老五老北投服務中心(台北市北投區石牌路一段14號)

(1) 搭乘捷運：於捷運「石牌站」下車，下車後步行約
10分鐘。

(2) 搭乘公車：218、302、308、756、757、218、932、
864、承德幹線(原266)，於「承德路七段」下車。

(3) 搭乘公車：277、550、682、重慶幹線，於「石牌
路」下車。



財團法人老五老基金會

12/18(六)

樂活半日遊

時間：下午1點在老五老教室集合

交通：已預約專車載大家前往

流程：

1:00 集合

2:00 樂活瑜珈課程

凱達格蘭文化館七樓教室(風景佳)

3:00 參觀溫泉博物館

4:00 享用點心

今年僅此一場～快跟鈺軒報名唷～