

# 108年度臺南市政府 屆退人員關懷講座

108年3月20日

## 用愛溫暖 生命的角落

公職生涯退休後，人生的目標可以更多元~  
我們可以有更多的時間去關懷社會，將我們的  
智慧及經驗的累積，分享出去~  
南台南家扶中心展愛志工隊施佳進社工師與在  
家扶中心擔任志工多年的嚴正意副教授為我們  
分享志願服務的美麗篇章~

## 由我掌握 精采的人生

我們已經體驗過美好的人生上半場，下半場的  
賽事正蓄勢待發~我們準備好了嗎?

### Ready? Go!

國立成功大學教育研究所饒夢霞副教授是資深  
兩性、親子、職涯專家，身影常見於報章雜誌  
及電視節目，是國內公認的「超人氣講師」，  
饒副教授用幽默又貼近人性話語，引導我們積  
極面對退休人生並創造不一樣的精采~  
臺南市政府人事處張虹玉科長辦理退撫業務多  
年，詳細瞭解退休制度之演進脈絡~為我們講  
述退休小叮嚀，安心退休不擔心。

## 享受樂齡 健康動一動

擁有健康的體魄，才能實踐我們的夢想~  
臺南市永華國民運動中心專業教練群，將帶領  
我們進入運動的世界，實際體驗適宜樂齡的運  
動~讓我們一起伸展筋骨，*join us* 動起來!!

