

108 年度臺中市樂齡學習示範中心

一、 示範中心沿革及介紹

由財團法人天主教曉明社會福利基金會承辦教育部設置臺中市樂齡學習示範中心，開放時間為週一至週五，早上 8 時至下午 17 時。

中心以「豐富多元課程」及「培力服務人力」為主軸，透過各式媒材、分組學習及整合服務的概念，開設短期課程為四至八週，每季依不同的學習主題，培力因應高齡社會不同需求的中高齡服務人力，展開「服務、學習」雙向的學習概念，拓展中高齡者貢獻服務的精神，提升社會參與機會，持續增加學習能量，落實服務在地化，讓樂齡學習活化新人生；且結合大專院校、小學與社區老人日間照顧等資源，辦理祖孫代間及自主服務貢獻，增進世代間的融合。

中心外觀



內部空間



二、 示範中心 108 年度最值得推薦之特色

以「五感」為出發點，透過聽、觸、視、嗅、味的方式，帶入各主題的課程，翻轉現在生命的看見，運用各類媒材來創造寶貴的生命精華的呈現，例如：以智慧型手機、文創手作、活化記憶力桌遊、美食記憶、和諧粉彩、樂學翻轉青春露等課程的參與，實踐培力優雅晚年，再創熱情服務參與力。

(一) 樂齡核心課程：閱讀生活。生活悅讀

課程介紹：「從閱讀改變，讓心中充滿喜悅」，多一點對話、多一點思考、多一點溝通，增加幾次這樣的習慣閱讀，從中找到屬於自己的思維模式；更加分的是，將閱讀運用在生活瑣事，使得內心更加深刻的，也增進對於高齡社會的了解。

(二) 自主規劃課程：樂學翻轉青春露

課程介紹：課程以有趣、實用、動手作的設計，建立活躍老化正向新觀念，促進自我了解與生活的適應，而觸發圓夢的動能，提升生命力，迎向有活躍老年生活。



三、示範中心 108 年度樂齡學習社團介紹

樂齡讀書會。每週一下午 1300-15:00

→「從閱讀出發，享受喜悅的生活」透過閱讀樂齡生活相關議題，進行思考、溝通與分享，在與生活的對話中，發現生活的真、善、美，讓您擁抱優雅的樂齡生活。

樂學翻轉。青春露。每週一早上 0900-1100

→社團以有趣、實用、動手作的設計，透過人際互動方式，學員間彼此分享自己的第二專長，讓學員有平台展現新的生命力。

樂學翻轉。青春露。每週一早上 0900-1100

→社團以有趣、實用、動手作的設計，建立活躍老化正向新觀念，促進自我了解與生活的適應，而觸發圓夢的動能，提升生命力，迎向活躍老年生活；學員間彼此分享自己的第二專長，讓學員有平台展現新的生命力。

漾。太鼓團。每週四下午 1300-1430

→對太鼓有興趣的夥伴，透過節奏鍛鍊敲打肌耐力，活化腦袋記憶裡與專注力。

千歲太鼓團。每週四下午 1430-1600

→透過曲目鍛鍊敲打肌耐力，活化記憶力與專注力，透過服務貢獻將所學分享，讓學習成效顯價值。

107 年社團活動照片



四、 示範中心 108 年度貢獻服務活動介紹

運用簡單媒材作為學習的媒介，提升學員的自主能力，訓練分工合作的知能，提供實作分享場域，讓學員間能互相分享，積極觸發服務知能，以及帶領人培力的機會。

樂齡總動員協同執行社區服務推廣

→樂齡行動服務教案設計、服務倫理、活動帶領人技巧、認識老化與服務知能，帶入社區維持 8 週的知能增進。

活化記憶力服務（桌遊和手工藝）

→活絡社區活動，使得活動更加具有意義，藉由桌遊趣味教學，促進大腦活化，助長人際交流；以團隊帶領方式，進行服務學習。

共學共樂。服務貢獻

→將學員所學帶入（節慶小點、古早家鄉味），帶入社區讓長輩一起回味童年時事；以團隊帶領方式，進行服務學習。

107 年服務照片

