

108 年度高雄市樂齡學習示範中心

一、示範中心沿革及介紹

(一)中心沿革

(1)97年2月27日正式揭牌啟用「高雄市前鎮區樂齡學習中心」。

(2)103年7月28日正式揭牌啟用「高雄市樂齡學習示範中心」。

(二)中心願景

健康長青，舞動人生。銀華菁英，風華再現。

健康樂活，終身學習。快樂學習，忘記年齡。



高雄市樂齡學習示範中心外觀



高雄市樂齡學習示範中心外觀



高雄市樂齡學習示範中心空間



高雄市樂齡學習示範中心空間

二、示範中心 108 年度最值得推薦之特色

(一)樂齡核心課程：

本中心從預防醫學、高齡者用路安全、最適、創意及創新老化等觀點開設樂齡五大類核心課程，舉凡【生活安全】：食在健康好生活、交安樂無憂；【運動保健】：樂齡有肌好動體適能、樂活養生；【心靈成長】：電影話人生讀書會；【人際關係】：科技樂齡生活、情緒芳療人際社群活動、旅遊學習~樂齡逍遙遊；【社會參與】：樂活人生-退休學習、樂齡法律講堂~預防失智相關議題等。



【人際關係】情緒芳療人際社群活動



【生活安全】交安樂無憂



【心靈成長】電影話人生讀書會



【社會參與】樂活人生-退休學習

(二)自主規劃課程：

本中心從預防教育、創意及創新老化等觀點開設【興趣課程】，包括：旅遊日語輕鬆說、書法國畫樂齡學堂、編織巧手生活坊、排舞 Easy Go!、音律活化健康操、電腦初階小學堂、手機 APP 應用進階、手語律動、樂活玩皂創客坊、療癒烏蟲體習字、心境藝術彩繪素描、樂齡美語 Easy Talk! 等。



【興趣課程】編織巧手生活坊



【興趣課程】音律活化健康操



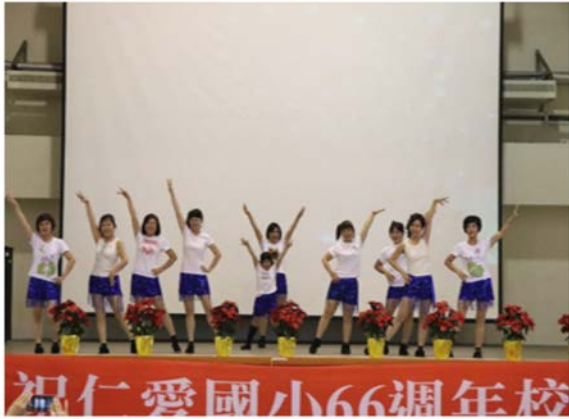
【興趣課程】手機 APP 應用進階



【興趣課程】書法國畫樂齡學堂

三、示範中心 108 年度樂齡學習社團介紹

本中心延續自主規劃課程，鼓勵超過 2 年以上之課程轉型為【樂齡學習社團】，包括：樂齡排舞社、樂齡 3C 社、樂齡日語社、樂齡國畫社等。



【樂齡學習社團】樂齡單人排舞社



【樂齡學習社團】養生保健手語律動



【樂齡學習社團】樂齡日語社



【樂齡學習社團】樂齡國畫社

四、示範中心 108 年度貢獻服務活動介紹

本中心貢獻服務課程基於培訓志工及運用學員組團進行服務方案，期能達到貢獻給力，老有所用，社會服務，閃耀樂齡，開設課程如列：

(一)【志工成長課程】：樂齡志工進修課程。

(二)【服務方案】：樂齡爺奶說故事服務、樂齡祖孫共學槌球、縫紉创客

樂齡長者風華再現、新住民文化樂齡體驗服務、手工技藝樂齡關懷服

務、活化體能樂齡關懷服務、打擊樂遊玩樂齡關懷服務。



【志工成長課程】樂齡志工進修課程



【服務方案】縫紉创客樂齡長者風華再現



【服務方案】新住民文化樂齡體驗服務



【服務方案】打擊樂遊玩樂齡關懷服務