

109 年度南投縣樂齡學習示範中心簡介

承辦單位：南投縣樂齡教育文化發展協會

樂齡學習中心聯絡電話：(049) 2899078

樂齡學習中心傳真電話：(049) 2899078

樂齡學習中心聯絡之電子信箱：atoncon12@gmail.com

樂齡學習中心常態式上課地點及分班：

班 別	上課地點	地址
樂齡本部	樂齡學習示範中心	魚池鄉魚池村魚池街 354 巷 2 號 2 樓
三育分班	三育基督學院	魚池鄉魚池村瓊文巷 39 號
中明分班	中明社區	魚池鄉中明村文正巷 5-10 號
大雁分班	茶鄉失智社區服務據點	魚池鄉大雁村大雁巷 40 號
武登分班	武登村英文堂	魚池鄉武登村集里路 34 號
伊達邵分班	伊達邵國小	魚池鄉日月村中正路 211 巷 1 號
魚池國小分班	魚池國小	魚池鄉魚池村瓊文巷 41 號
魚池尖分班	魚池尖社區	魚池鄉東池村秀水路 69 號
頭社分班	頭社社區	魚池鄉頭社村平和巷 9 號
大林分班	大林社區	魚池鄉大林村華山巷 17-10 號
東池分班	朝曦宮	魚池鄉魚池村新店巷 31 號

樂齡學習中心開放時間：

1. 每天：上午 8 時 30 分至下午 17 時。

2. 每週：週一～週六，上午 8 時 30 分至下午 17 時，週四晚上 19 時至 21 時

樂齡學習中心 109 年度課程規劃：

樂齡核心課程：保命防跌～越老越勇(06 小時)、食品衛生-活得食在 (24 小時)、食品衛生-老得實在 (24 小時)、食品衛生-相招來辦桌 (12 小時)、規律運動-肌耐力訓練(30 小時)、規律運動-平衡感訓 (30 小時)、睡眠品質-一夜好眠～美夢相隨 (24 小時)、靈性教育-音樂心靈 SPA (12 小時)、靈性教育-音樂心靈雞湯～樂來越好 (24 小時)、生命教育-臨終關懷教育 (12 小時)、科技運用於社群活動-用 FB 交朋友(24 小時)、美感教育～樂齡伴手禮創作(24 小時)、示範教學觀摩 (2 場 16 小時)，(樂齡核心課程時數總計：262 小時)。

二、中心自主規劃課程：手機也可以照相(12小時)、微電影～我與樂齡的故事(18小時)、滑手機來當歌星(24小時)、.紅茶劇場體驗動力工作坊(24小時)、魚池大舞台體驗工作坊(24小時)、邵族工藝創作(18小時)、樂齡地面高爾夫球學習社團、樂齡中明防癌健身操學習社團、樂齡東池卡拉OK學習社團、樂齡魚池歌唱學習社團、樂齡武登舞蹈學習社團、樂齡陶笛學習社團、樂齡魚池尖健康操學習社團、樂齡茶鄉卡拉OK學習社團、樂齡健康料理烹飪學習社團、樂齡打擊樂團學習社團(計182小時)，(中心自主規劃課程時數總計：302小時)。

三、貢獻服務課程：志工特殊訓練課程計4場(27小時)、演戲呼孫子看(18小時)、大手牽小手玩魚池(16小時)、.祖孫唱歌趣(06小時)，(貢獻服務課程時數總計：67小時)。

109年樂齡學習中心特色：

中心109年以「樂齡生活結合產業文化」為主要的特色課程，將魚池鄉在地產業，融入課程中以落實「樂齡學習生活化，生活學習樂齡化」的課程理念與願景，除了協助樂齡學員學習各種專業知能，並將特色產業與文化特色技能發展成社會企業，建立南投縣不同凡響的樂齡產業，讓樂齡族在大自然及藝術的薰陶中，快樂的學習，運用樂齡的學習資源，開設「活得食在」、「老得實在」、「相招來辦桌」等課程讓長輩吃的健康、吃的安全，用課程產出營養健康的餐點，計每週上3天食品相關課程並融入樂齡核心各項課程，期望能吸引心的學員加入樂齡學習。社會參與課程的美感教育～樂齡伴手禮創作等等，期望藉由安排長者所需的課程，幫助高齡者成功達成活躍老化，進而創造其生命價值感，並行銷推廣樂齡成果。

民眾如何取得樂齡學習中心學習資訊：

1、南投縣樂齡學習網

2、樂齡學習中心網站、FaceBook(或部落格)等連結網址：

(1) FaceBook：網址 <https://www.facebook.com>。

3、請村辦公室廣播，固定將活動表及文宣上傳南投縣家庭教育中心、教育部樂齡學習網站公告、活動課程公佈欄、海報、摺頁、媒體報導、口耳相傳。