

108 年度新北市淡水區樂齡學習中心簡介

承辦單位：新北市淡水區淡水國民小學

樂齡學習中心聯絡電話：(02) 26212755 # 113

樂齡學習中心傳真電話：(02) 26298694

樂齡學習中心聯絡之電子信箱：englishcentertpc@yahoo.com.tw

樂齡學習中心常態式上課地點及分班：新北市淡水區中山路 160 號

(拓點)新北市淡水區中山北路二段 381 巷 2 號淡水國民運動中心

樂齡學習中心開放時間

每週：星期一星期五，上午 8 時至下午 4 時。

樂齡學習中心 108 年度課程重點說明：

課程規劃多以健康運動保健為主，如：有氧運動班、舞出快樂人生-民族舞蹈、食在有健康，讓樂齡的生活有健康的身體當後盾，唯有身體健康才有快樂可言，另外以文創藝能類為輔，如：寫生素描與生活美學、創意手作、紙花製作、手工香皂製作等等，靜態課程與動態課程穿插，讓學員的身體又能健康又能多元學習，趴趴走-文化巡禮：認識在地文化、老街探討、美食研究，另外在秋季班安排配合節慶活動：冬至搓湯圓及淡水傳統雞母狗製作，讓樂齡學員可以發揮貢獻服務的機會。課程融入政策宣導課程之『老人用藥安全、交通安全、失智症預防、性別平等、失智症預防等』。

108 年樂齡學習中心特色：

淡水樂齡學習中心，以互相學習，互相關懷為主軸，營造出快樂溫馨的學習環境。

中心特色：

1. 舞出快樂人生-民族舞蹈，學員們多利用平日練習，主要是為讓體態優美及身體健康，也會受邀參與社區活動或公益表演。
2. 環保生活-打包帶則引導學員增加技能及自信，編出擁有自己特色的環保袋。
3. 善用社會資源，如與淡水國民運動中心合作，開設樂齡有氧運動，可吸引更多樂齡者參加，讓樂齡學員有更多接觸運動的機會。
4. 針對在地文化古蹟特色，辦理「文化巡禮趴趴走」課程。
5. 自主團體社團眾多，學員經營主動成熟，貢獻服務課程主要為代間互動，是淡水樂齡學習中心一大特色。

民眾如何取得樂齡學習中心學習資訊：

1、新北市樂齡學習網：

<https://moe.senioredul.moe.gov.tw/HomeSon/Xinbei/XinbeiIndex>

2、其他方式：淡水國小區務室，連絡電話：(02)26212755 #115