

108 年度新北市蘆洲區樂齡學習中心簡介

承辦單位：新北市蘆洲區鷺江國民小學

樂齡學習中心聯絡電話：(02) 22819980 # 403

樂齡學習中心傳真電話：(02) 22831766

樂齡學習中心聯絡之電子信箱：gy5792@yahoo.com.tw

樂齡學習中心常態式上課地點及分班：

新北市蘆洲區民族路 7 號 鷺江國小

樂齡學習中心開放時間

每週：星期一-五，上午 9 時至下午 4 時。

樂齡學習中心 108 年度課程重點說明：

1. 在核心課程方面：有運動保健類的「有氧舞蹈」與「健康樂活呷百二」；心靈成長類的「活化記憶力」與「快樂學英文」；人際關係類的「活用智慧手機」與「遊戲人生」；並有強調長者社會參與與生活安全等各式宣導課程。
2. 在自主規劃課程方面：有多元的「書畫班」、「太極拳」、「攝影班」、「瑜珈班」、「家飾班」、「國標舞」、「肚皮舞」等各種班別；另外還有「電腦自學」、「卡拉 OK 自學」與「日語歌唱自學」等自學課程。
3. 在貢獻服務課程方面：有「手作服務」、「手語服務」、「人生故事服務」與「樂齡志工服務」等貢獻服務班別。

108 年樂齡學習中心特色：

蘆洲樂齡學習中心核心課程「活化歷史-人生故事班」是一門具有療癒性質的課程，以生命意義探索及懷舊故事為主，並秉持著「活化長者智慧、文化歷史傳承」的精神與使命，促使講師們無怨無悔的奉獻。

參加此門課程的長輩都有其豐富的成長歷程，透過退休講師淑女校長及麗珠主任的引導，幫助長輩們將自己的故事娓娓道來彼此分享。因此，上完課後學員都能肯定此門課存在的價值與目的，學校也鼓勵及安排長者運用所學的技能，將豐富的人生歷練傳承給國小部的學童，讓長者及學童了解「老化不是社會的負累，而是社會重要的文化資產」。

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.senioredu.moe.gov.tw/HomeSon/Xinbei/XinbeiIndex>

2、樂齡學習中心網站、FaceBook（或部落格）等連結網址：

（1）網站：<http://163.20.137.72/elder/>

（2）FaceBook：新北市蘆洲區樂齡學習中心