

108 年度臺南市玉井區樂齡學習中心簡介

承辦單位: 臺南市玉井區玉井國民小學
樂齡學習中心聯絡電話: (06)5742047 #340
樂齡學習中心傳真電話: (06)5745001
樂齡學習中心聯絡之電子信箱: chenbor2017@gmail.com
樂齡學習中心常態式上課地點及分班： 臺南市玉井區玉井國民小學 714 臺南市玉井區中正路 1 號
樂齡學習中心開放時間 1. 每天:上午 8 時至下午 4 時 2. 每週:星期一到星期五 , 上午 8 時至下午 4 時。
樂齡學習中心 108 年度課程重點說明： 1. 增進長輩生活安全、運動保健的知識, 改善全人健康, 確保生活安全, 增進社會參與, 以預防失智和失能。 2. 幫助長輩熱愛學習, 樂於貢獻服務。 3. 幫助長輩學會自我成長、人際關係、手工創作等技巧, 以提升自我價值, 讓人生活得更精彩。 4. 協助長輩養成運動習慣, 建立正確的飲食行為, 參與助人服務的活動。 主要課程有: 生物科技滅蚊教授-生活安全、聰明消費-社會參與、食百二作伙來-運動保健、健康長壽活血功-運動保健、銀髮體適能促進操-運動保健、樂齡桌遊好趣淘-心靈成長、我是樂齡科技人-人際關係、四處遊-人際關係、預防失智你我他-心靈成長等核心課程。
108 年樂齡學習中心特色： 玉井區樂齡學習中心之中心願景是: 寓壽於學樂, 齡華圓夢景(玉井樂齡)。 本中心除了有設於玉井國民小學之本部外, 還有 3 處拓點, 包括: 樂齡天埔社區、樂齡望明愛文山關懷協會、樂齡荷園日照, 以及預備的樂齡竹圍社區。本中心成立之宗旨是幫助長輩熱愛學習, 樂於貢獻服務、幫助長輩學會自我成長、人際關係、手工創作等技巧, 以提升自我價值, 讓人生活得更精彩、協助長輩養成運動習慣, 建立正確的飲食行為, 參與助人服務的活動, 期望達到增進長輩生活

安全、教授運動保健的知識,改善全人健康,確保生活安全,促進社會參與,預防失智和失能的目標。

民眾如何取得樂齡學習中心學習資訊：

1、 臺南市樂齡學習網：

<https://moe.senioredu.moe.gov.tw/HomeSon/Tainan/TainanIndex>

2、樂齡學習中心網站、FaceBook(或部落格)等連結網址：

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

3、其他方式：

1. 樂齡天埔社區拓點:0933-298912

2. 樂齡望明愛文山關懷協會:(06)5746787, 0902-122325

3. 樂齡荷園日照: (06)5742484, 0935-820806