

108年度臺南市山上區樂齡學習中心簡介

承辦單位：臺南市山上區山上國民中學

樂齡學習中心聯絡電話：(06) 5781023 #11

樂齡學習中心傳真電話：(06) 5782952

樂齡學習中心聯絡之電子信箱：ul2041@hotmail.com

樂齡學習中心常態式上課地點及分班：

山上國中(臺南市山上區山上里130號)

山上里活動中心(臺南市山上區山上里8鄰134-1號)

山上區圖書館(臺南市山上區南洲里53號)

明和里活動中心(臺南市山上區明和里98號)

平陽里活動中心(臺南市山上區平陽里石仔崎48號)

樂齡學習中心開放時間

1. 每週：一、二、三、四、五，上午 8 時至下午 16 時。

樂齡學習中心108年度課程重點說明：

1. 運動養身：健康有活力，相約來運動，開擴社交圈。
2. 健康在地食材：吃的健康，學習各種美味料理方式。
3. 陶藝手作：捏陶趣，提升生活美學。
4. 拼布手作：拼包製作，增進生活美學，手作文創。
5. 藍染手作：運用植物染色，四季交替，落實生活美學。

108年樂齡學習中心特色：

1. 延緩長者身心老化狀況、延長生命價值。
2. 提倡活躍老化、自主健康營造、提昇生活品質與內涵。
3. 促進中高齡志工運用層次，提升其成就感與幸福感。
4. 培育樂齡志工成為樂齡講師及各領域達人專家。

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) 網站：<https://goo.gl/FHoKGD>

(2) FaceBook：<https://goo.gl/Q2bDgM>