

## 108 年度臺北市北投區樂齡學習中心簡介

<b>承辦單位：</b> 台北市立關渡國民中學
<b>樂齡學習中心聯絡電話：</b> (02) 28585827
<b>樂齡學習中心傳真電話：</b> 無
<b>樂齡學習中心聯絡之電子信箱：</b> kathylil399@gmail.com
<b>樂齡學習中心常態式上課地點及分班：</b> 台北市立關渡國民中學（臺北市北投區知行路 212 號 5 樓）
<b>樂齡學習中心開放時間</b> 1. 每天：上午 8 時至下午 5 時 2. 週一 8:00-9:30、週二 8:00-12:00、週三 8:00-16:00、週四 8:00-17:00 及週五 8:00-17:00
<b>樂齡學習中心 108 年度課程重點說明：</b> 1. 樂齡核心課程：生活安全、心靈成長、人際關係、政策宣導、銀髮體適能、下肢肌力訓練。 2. 中心自主課程：北投陶藝班、健康養生、烏克蘭麗麗、銀髮熱舞、DIY 創作。 3. 貢獻服務課程：代間有愛，關渡食堂、把愛敲出去，樂齡打擊律動。
<b>108 年樂齡學習中心特色：</b> 課程推動與活動設計，採多元學習管道與教學方式，開辦音樂律動、陶藝、生活園藝、舞蹈等創意課程。為老化提前作準備，降低參與年齡從 55 歲開始，希望讓高齡者可以透過創造性活動的學習或參與，發揮自己的潛能來提升自我的價值以及找出生命意義，活出尊嚴。
<b>民眾如何取得樂齡學習中心學習資訊：</b> 1. 臺北市樂齡學習網： <a href="http://tp.senioredu.moe.gov.tw/front/bin/home.phtml">http://tp.senioredu.moe.gov.tw/front/bin/home.phtml</a> 2. Facebook 粉絲專頁：搜尋「關渡樂齡」