

## 109 年度臺北市大同區樂齡學習中心簡介

**承辦單位：**臺北市立圖書館大同分館

**樂齡學習中心聯絡電話：**(02) 25943236

**樂齡學習中心傳真電話：**(02) 25991423

**樂齡學習中心聯絡之電子信箱：**f12@email.tpml.edu.tw

**樂齡學習中心常態式上課地點及分班：**

臺北市立圖書館大同分館—臺北市大同區重慶北路 3 段 318 號

**樂齡學習中心開放時間**

每週一至週五，上午 9 時至 12 時、下午 2 時至下午 5 時；國定假日、例假日、每月第一個星期四本館休館不開放。

**樂齡學習中心 109 年度課程規劃：**

109 年課程安排將朝著精益求精，多元規劃的方向進行：

1. 持續經營歷年大受歡迎的課程，如瑜珈、體適能、花草生活、日語、漢文詩詞吟唱、智慧手機教學的研習。
2. 針對課程深化部分，拼布、日語及魔術課程開辦初階課程；書法課程及漢文詩詞吟唱開辦進階班。
3. 加強學員對大同區在地文化歷史的認識，結合在地文史團體，辦理認識大同區及漫步導覽課程。
4. 新課程朝多元化、參與者性別均衡與促進代間融合的方向做規劃。在多元化方面，規劃與臺北市原住民委員會合作辦理原住民藝術 DIY 活動及與新移民婦女暨家庭服務中心合作辦理實用拼布小包課程；在參與者性別均衡課程方面，持續辦理較受男性學員歡迎的魔術汽球、太極拳、體適能、按摩養生、平板手機教學等課程；在促進代間融合的課程方面，今年將持續辦理手機一對一教學活動，由臺北市大同區少年創意基地的學生擔任老師解決樂齡學員操作手機的疑難雜症，可拉近青少年和長輩的距離並促進代間融合。

### 109 年樂齡學習中心特色：

以布藝為主軸（創意藍染、彩繪畫布、簡易拼布、染布與印花），再搭配樂齡長輩們喜愛且容易入門的運動、養生保健、園藝、電影欣賞、腦力訓練、3C 科技運用、藝術、語言學習等課程，動靜皆有，除了滿足長輩們不同的需求與學習興趣，和充實個人生活之外，更期望他們能達到健康、自主、快樂的成功老化。

### 民眾如何取得樂齡學習中心學習資訊：

#### 1、臺北市樂齡學習網：

<http://tp.senioredu.moe.gov.tw/front/bin/home.phtml>

#### 2、樂齡學習中心網站、FaceBook（或部落格）等連結網址：

(1) 臺北市立圖書館樂齡中心網站：<http://epage.tpml.edu.tw/bin/home.php>

(2) FaceBook：<https://www.facebook.com/Datonglib/>

#### 3、其他方式：海報文宣、電話洽詢