

## 109 年度台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> 每天上午 8 時至下午 17 時
<b>樂齡學習中心 109 年度課程規劃：</b> <ol style="list-style-type: none"><li>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。</li><li>2.中心自主課程:北投陶藝班、木箱鼓打擊、烏克麗麗、銀髮熱舞、DIY 創作。</li><li>3.貢獻服務課程:樂齡好漾, 爺奶有夠讚、舞出愛, 樂齡律動。</li></ol>
<b>109 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、樂器演奏、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> <ol style="list-style-type: none"><li>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></li><li>2. Facebook 粉絲專頁：搜尋「關渡樂齡」</li></ol>