

109 年度臺北市南港區樂齡學習中心簡介

承辦單位：臺北市南港區成德國民小學

樂齡學習中心聯絡電話：(02)27851376 #165

樂齡學習中心傳真電話：(02) 27855253

樂齡學習中心聯絡之電子信箱：reply@mail2.ctps.tp.edu.tw

樂齡學習中心常態式上課地點及分班：

成德國小(臺北市南港區東新街 65 號)仁愛樓一樓多功能辦公室、樂齡學習中心

樂齡學習中心開放時間

1. 每週：五，上午 8 時至下午 16 時。

樂齡學習中心 109 年度課程規劃：

本年度課程依循教育部政策指導，參酌社區樂齡長輩的特質與習性，依過往辦理樂齡課程經驗，規劃課程如下：

1. 樂齡核心課程：包括銀髮體適能、漢方有氧、樂活閱讀及高齡健康講座共計 240 小時。
2. 自主規劃課程：包括台北采風、舞動樂齡、水墨藝術、創意 DIY、銀髮武術、越活越年輕、烏克蘭麗麗等，共計 288 小時。
3. 貢獻服務課程：校園綠美化志工培訓課程、爺奶故事列車、爺奶玩戲劇，共計 75 小時。

109 年樂齡學習中心特色：

本中心學員主要以鄰近社區長者為服務對象，與文化大學運動與健康學系、國立體育大學運動與健康學系等系所合作，以「健康促進」為主軸，搭配台北采風、水墨藝術、舞動樂齡、創意 DIY、銀髮武術、越活越年輕、烏克蘭麗麗等多元豐富的課程。希望建構一個友善關懷、樂活健康、終身教育的學習體系，讓中高齡長者更健康幸福，圓滿人生。

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

<https://moe.senioredu.moe.gov.tw/HomeSon/Taipei/TaipeiIndex>

2、樂齡學習中心網站、FaceBook（或部落格）等連結網址：

(1) 網站：<http://classweb.ctps.tp.edu.tw/eweb/?home=senioredu>

(2) Line@帳號：@xky3630b

3、其他方式：成德國小輔導室，連絡電話：02-27851376#165