



臺北海洋技術學院辦理「大學院校辦理老人短期學習計畫—銀髮族樂活營」簡章

為因應高齡、少子化社會及發展老人教育多元學習模式，依據教育部的「邁向高齡社會老人教育政策白皮書」之「發展大學校園老人寄宿所或開設第三年齡大學」執行策略，辦理「老人短期寄宿學習」計畫，讓老年人有機會進入校園和年輕學子共同學習、互動，享受大學校園優質的學習環境。

一、承辦學校：臺北海洋技術學院

臺北海洋技術學院歷史悠久，建校已有四十四年，目前學校設有兩個校區：一為士林校區，位於台北市士林區社子島，地處基隆河及淡水河交會之處，風景優美；一為淡水校區位於台北縣淡水鎮，鄰近漁人碼頭，也是淡水小鎮著名的觀光景點。

本校目前設有十一個系，學生約有四千兩百餘人，專兼任教師計有 340 餘人，其中助理教授以上師資佔了 36.4%。

二、參加對象：年滿 60 歲（含以上）之國民，身體健康良好（可行動，不需要扶持）為主。

三、辦理日期：分三梯次實施，每一梯次五天四夜。

（一）第一梯次：98 年 1 月 12~16 日（星期一~五）。如因人數不足無法開班，則延至 98 年 2 月 16~20 日辦理。

（二）第二梯次：98 年 3 月 9~13 日（星期一~五）

（三）第三梯次：98 年 4 月 6~10 日（星期一~五）

四、人數：每梯次以 20 人為限。

五、上課地點：臺北海洋技術學院（士林校區）。

住宿地點：劍潭青年活動中心；備有專車接送。

六、費用：免費參加；由教育部提供經費補助。

七、報名資訊：

（一）填具報名表一份，逕寄或傳真臺北海洋技術學院，

傳真電話：(02)2810-6688，地址：台北市士林區延平北路 9 段 212 號。

（二）連絡人：臺北海洋技術學院／推廣組 周宏沅、林雅惠

電話：(02)28102292#2610、2612。

八、附註：參加過任一梯次之學員，不可重覆報名。

大學院校之老人短期寄宿學習(二月分課表)

星期	時間	課程名稱	主持授課	備註
0216 星期一	10:00	報到	進修推廣部	台北圓山捷運站接駁至本校
	10:30	始業式	林晉豐	校長
	11:00	相見歡、選班級幹部、校園導覽	邱紹一	教務長
	12:00 13:30	~~~~~午餐~~~~~		
	13:30 16:30	如何接受及享受銀髮生活	王勇智	學生輔導中心主任
	16:40	回程——劍潭活動中心	周宏沅	專車接駁
	18:00	~~~~~晚餐~~~~~		
	19:00 21:00	忘年同樂會	王勇智	認識彼此
0217 星期二	7:00	~~~~~早餐~~~~~		
	7:45	搭乘專車至台北海院(上課囉)		
	8:30 11:30	樂活與養生	戴德和	餐管系教師
	12:00 13:30	~~~~~營養午餐~~~~~ (吃飯囉！先嚐嚐自己的手藝如何，可以為自己打一個滿意的分數哦！！)		
	13:30 15:00	觀光與休閒體驗 (獨木舟體驗—本校游泳池)	楊明恩	海洋休閒觀光系
	15:10 16:30	從舞蹈中學習如何保健自己	陳素珠 林仁坤	
	16:40	回程——劍潭活動中心	周宏沅	專車接駁
	18:00	~~~~~晚餐~~~~~		
0218 星期三	7:00	~~~~~早餐~~~~~		
	7:45	搭乘專車至台北海院(上課囉)		

	8:30 10:00	初級太極拳教學	呂墩松	通識教育中心體育組教師
	10:20 11:50	電腦應用課程	陳建宏	電腦通訊與工程系主任
	12:00 13:30	~~~~~營養午餐~~~~~		
	13:30 15:30	從民謠學英語	李藍藍	通識教育中心英文組教師
	15:40 16:30	紅樹林生態導覽	林銘智	海訓中心主任
	16:40	回程——劍潭活動中心	周宏沅	專車接駁
	18:00	~~~~~晚餐~~~~~		
0219 星期四	7:00	~~~~~早餐~~~~~		
	7:45	搭乘專車至台北海院(上課囉~~~~~)		
	8:30 11:50	海洋文化、流行台灣	蒲彥光	進修推廣部主任
	12:00 13:30	~~~~~營養午餐~~~~~		
	13:30 16:30	養生餐點之製作與教學	林呈憲	老爺飯店點心房主任
	16:40	回程——劍潭活動中心	周宏沅	專車接駁
	17:30	~~~~~晚餐~~~~~		
0220 星期五	7:00	~~~~~早餐~~~~~		
	8:20	(收拾行李，準備出發，行李要記得帶上車哦！)		
	8:30	搭乘專車(上課囉——今天是校外教學哦！！)		
	9:00 10:30	藝術鑑賞課程—故宮博物院	林靜芝	通識教育中心藝術組
	10:30 14:20	陽明山導覽與解說	周宏沅	進修推廣部承辦人員、醫護人員、工作人員
	14:30	上車(回學校囉)		
	15:30	結業座談及頒發證書	林晉豐	校長
16:00	歸賦(收拾書包回家了)			