

106 年度新北市深坑樂齡學習中心簡介

| |
|---|
| 承辦單位：新北市深坑區深坑國民小學 |
| 樂齡學習中心聯絡電話：(02) 26624675 轉 2514 |
| 樂齡學習中心傳真電話：(02) 26625808 |
| 樂齡學習中心聯絡之電子信箱：kou8732@gmail.com |
| 樂齡學習中心常態式上課地點及分班：22242 新北市深坑區文化街 45 號 |
| 1. 樂齡學習中心開放時間：每週_3_天(星期一三五)，上午 8 時至中午 12 時 |
| 樂齡學習中心 106 年度課程規劃： 中心自主規劃課程：新北動健康深坑樂齡養生保健促進策略班：銀髮心靈成長正向思考課程、銀髮健康柔力球、健康老化體適能、銀髮樂活有氧律動課程。自主學習團：新北動健康深坑樂齡養生保健促進策略班課程—甩手功、世界六通拳五行防癌健康操自主學習運動與樂齡運動健康舞蹈。文創藝能類課程：銀髮大學院深坑樂齡在地文化藝術戲曲賞析演練班、深坑樂齡開心農場園藝植栽食農教育班。核心宣導課程：樂齡安全消防 CPR、樂齡生活安全防詐騙、路老交通安全與居家生活安全、樂齡用藥安全、樂齡財務經濟管理、樂齡醫療保健、樂齡健康的營養管理、樂齡人際關係家人相處、樂齡旅遊學習社群活動、樂齡心理與健康老化、樂齡性平反毒愛滋宣導與樂齡照護、樂齡生命教育預防宣導老人心理。貢獻社會服務課程：校慶運動會表演、新北動健康深坑祖孫運動共學代間教育課程。 |
| 106 年樂齡學習中心特色： 深坑樂齡學習中心與深坑國小「深坑文化公共親子中心」，不僅提供親子同樂的安全活動空間，為了讓長者也能輕鬆帶孫子，貼心地在公共親子中心旁設置銀髮俱樂部，讓幼童在公共親子中心安心玩樂，老人家則在銀髮俱樂部享受同樂。讓高齡長輩可以彼此交誼，一起共餐，增添生活樂趣。本樂齡學習中心亦辦理「高齡存本專案世代志工服務學習計畫」，鼓勵本市大專院校、高國中學生擔任世代志工服務老人機構或據點，為自己或親友儲存未來的照顧資源，並進而營造出友善互助的社會氛圍。 |
| 民眾如何取得樂齡學習中心學習資訊： 1、樂齡學習網：新北市樂齡學習 http://tpc.senioredu.moe.gov.tw/front/bin/home.phtml 2、深坑樂齡學習中心網站：網站： http://www.tskes.ntpc.edu.tw/default.asp |