

106 年度基隆市暖暖區樂齡學習中心簡介

承辦單位：國立空中大學基隆學習指導中心
樂齡學習中心聯絡電話：(02) 2458-8802
樂齡學習中心傳真電話：(02) 2458-5507
樂齡學習中心聯絡之電子信箱：Peter830622@yahoo.com.tw
樂齡學習中心常態式上課地點及分班：基隆市過港路 54 號
樂齡學習中心開放時間 1. 每天：上午 9:30 時至下午 4 時 2. 每週：週一至週五上午 9:30 時至下午 4 時
樂齡學習中心 106 年度課程規劃 1. 生活安全：居家安全、交通安全、用藥安全、食品衛生、經濟安全、財務管理、預防詐騙、法律知識等。 2. 運動保健：銀髮體適能、保健資源、認識老年常見疾病、睡眠品質、營養常識、健康知識、心理健康、健康老化等。 3. 心靈成長：學習正向思考、活化記憶力、學習閱讀、心理輔導等。 4. 人際關係：老年家庭及社會人際關係、旅遊學習、社團活動等。
106 年樂齡學習中心特色： 過港社區原屬眷舍，公教人員居多，是個人文薈萃的文教區，加上樂齡中心設置點，空間寬敞、設備完善、戶外長者休憩處，提供長者活動，至從 97 年成立社區照顧關懷據點，提供長者心靈成長，開闊視野，也為長者培養興趣及提供展現舞台，每年均獲得評鑑優等。2017 年更與國立空中大學基隆中心合作成立「暖暖樂齡中心」，是個組織完善，與其他各級學校、公私單位資源連結密切之樂齡中心。
民眾如何取得樂齡學習中心學習資訊： 1、基隆市樂齡學習網 2、樂齡學習中心網站、FaceBook（或部落格）等連結網址： （1）網站：過港社區發展協會 （2）FaceBook：•基隆市安樂樂齡中心•過港社區發展協會 3、其他方式：(02)24629938 轉 1102(空大基隆中心柯明良老師)