

106 年度台北市北投區樂齡學習中心簡介

承辦單位： 臺北市立關渡國民中學
樂齡學習中心聯絡電話： (02)2858-2527 轉 30
樂齡學習中心傳真電話： 無
樂齡學習中心聯絡之電子信箱： ss059059@gmail.com
樂齡學習中心常態式上課地點及分班： 台北市立關渡國民中學（臺北市北投區知行路 212 號 5 樓）
樂齡學習中心開放時間： 每週 <u>4</u> 天，週一 8:00-9:30、週三 8:00-16:00、週四 8:00-17:00 及週五 8:00-17:00
樂齡學習中心 105 年度課程規劃： <ol style="list-style-type: none">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2. 中心自主課程：北投陶藝班、芳療保健、烏克麗麗、銀髮熱舞、美勞創作3. 貢獻服務課程：樂齡打擊律動表演團、樂在學習，愛在服務
樂齡學習中心特色： 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、生活園藝、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。
民眾如何取得樂齡學習中心學習資訊： <ol style="list-style-type: none">1、臺北市樂齡學習網：http://tp.senioredu.moe.gov.tw/front/bin/home.phtml2、FaceBook 粉絲專頁：搜尋「關渡樂齡」