

106 年度高雄市永安區樂齡學習中心簡介

承辦單位：社團法人高雄市社區深耕永續發展協會

樂齡學習中心聯絡電話：(07) 6142095

樂齡學習中心傳真電話：(07) 6169702

樂齡學習中心聯絡之電子信箱：kathy73615@gmail.com

樂齡學習中心常態式上課地點及分班：

1. 永安國小：高雄市永安區永華路 49 號
2. 新港分班：高雄市永安區永達路 72-2 號
3. 永華分班：高雄市永安區永安路 43 號
4. 保寧分班：高雄市永安區保寧里保安路 16 巷 2-1 號
5. 維新分班：高雄市永安區維新路光明九巷 34 號

樂齡學習中心開放時間：每週一、四，上午 09 時至下午 03 時。

樂齡學習中心 106 年度課程規劃：

1. 樂齡核心學習課程：安排各項身心保健與安全知識與福利資源等講座課程，帶領高齡者學習各項身心安全與健康相關新知，並結合動態的健康銀髮體適能等音樂律動課程，帶領高齡者學員透過健康運動，延緩身心老化之現象。
2. 自主規劃課程：透過多元化的才藝課程安排，結合在地生活文化特色等資源，將所學能持續運用於當地的生活領域，提供在地高齡者學員一個退而不休，並能活到老學到老的學習環境，更讓高齡者學員透過各項課程的學習，增進其自信、成就與減緩老化。
3. 社會服務貢獻課程：邀請學員參與志願服務的課程，並讓志工透過參與回饋服務的過程，提升其自我肯定之價值。

106 年樂齡學習中心特色：

1. 動態課程：結合專業的經絡保健、銀髮有氧體適能、音律活化、銀髮等課程講師，提升高齡者的身心狀況，使其得以健康快樂的學習。
2. 靜態課程：安排銀髮健康安全保健講座、創意手作 DIY 製作、生命故事繪畫、造型氣球 DIY、傳統美食研習、樂齡志願服務巡迴學習等課程，提升高齡者的自我照護功能、增進其與新世代間的互動與交流，促進樂齡志工參與度。

民眾如何取得樂齡學習中心學習資訊：

- 1、高雄市樂齡學習網

<http://moe.senioredul.moe.gov.tw/HomeSon/Kaohsiung/KaohsiungIndex>

- 2、樂齡學習中心網站、FaceBook（或部落格）等連結網址：無

- 3、其他方式：永安區公所、永安區各社區照顧關懷據點