

新北市林口樂齡學習中心 105 年春季班招生簡章

免學費

林口樂齡開課囉!!活得老不如活得健康，活得健康更要幸福快樂。試問您現在每天醒來是否不知道要做什麼?您滿意現在的生活品質嗎?

給自己一點時間來上課，為自己的人生注入一股心能量。希望大家來樂齡中心，除了上課，也可以交到一些好朋友喔~~歡迎您加入!

- ◎招生對象：對樂齡課程有興趣者，歡迎報名。(錄取以高齡者為優先)
- ◎上課期間：各課程不同，請參閱下表資訊，另本表為暫訂時間，部份課程上課時間可能有微幅調整，開課最新訊息將公告於「瑞平國小首頁/樂齡中心」，(路徑為「瑞平國小首頁，網址：www.rpes.ntpc.edu.tw」→上方點選「林口樂齡中心」)與FB臉書「林口樂齡中心」粉絲團，各報名表件均可上網下載!
- ◎樂齡中心：位於瑞平國小內，新北市林口區後坑路34-1號，可搭免費巴士F235,F236到達本校。
- ◎報名時間：即日起每週一至週五9:00~16:00，名額有限，額滿為止，請把握機會喔。
- ◎報名方式：1.上網下載瑞平國小報名表。(需繳交材料費之課程，請於上課時，繳費後始完成報名手續。) 2.電話報名及洽詢：02-26052779分機轉14或20，手機0910114597 3.將報名表件傳送至aging@rpes.ntpc.edu.tw (傳送後請務必打電話26052779或0910114597確認) 4.將報名表件傳真至02-26051561。(傳真後請務必打電話26052779確認)
- ◎上課費用：**免費**，僅部份課程須負擔材料費(請參閱下表)，惟繳費且開課後，材料費將無法退還。
- ◎志工招募：樂齡中心設於瑞平國小內，即日起招募志工，協助行政事宜，年齡不拘，歡迎有熱忱的你加入我們的行列!
- ◎開課班別：

項次	班別	課程概述	上課地點	授課老師	開課期間	上課時間	人數上限
1	健康經絡拳/健康創意料理	根據現代人常見疾病和器官退化問題，設計一套活化細胞、防止老化的養身操。/以健康的食材來做創意料理，讓身體更健康	樂齡學習中心(瑞平國小內)	翁瑞礁老師/ 鄭秀娥老師	3/23起 每週三 共12堂課	13:00-16:00 每堂3小時	20人
2	動手拼布真有趣/快樂律動	縫製專屬拼布作品，享受手作的樂趣，可將作品帶回家妝點您的生活/透過音樂歌曲感受肢體律動及舞動的喜悅。 拼布酌收材料費500元	樂齡學習中心(瑞平國小內)	蔡麗雪老師/ 徐曼玲老師	3/24起 每週四 共12堂課	13:00-16:00 每堂3小時	20人
3	歌唱識字班	教授咬字、呼吸方式及音色展現技巧，以卡拉伴唱方式練唱台語經典金曲。	麗林國小	賴國忠校長	3/2起 每週二	18:00~ 21:00 每堂3小時	25人
4	銀髮心能量 ~~健康快樂過生活	藉由繪本故事、體驗活動、遊戲與藝術等素材，與您討論老年生活的四大面向十二個議題，強化心理健康，促進長者成功面對老化的能力，提升個人的價值感與成就感。	林口國小	陳德泉老師	3/24起 每週四 共12堂課	19:00-21:00 每堂2小時	30人
5	快樂學英文	透過生活化的英文，讓視野更開闊，與國際接軌。	林口愛鄰社區發展協會/文化一路一段93號1樓之2	曾淳美老師	5/1起 每周三	14:00-15:30	30人
6	生活創意課	生活中各樣創意課程，如廚藝、手工、講座，發揮長者創意，激活腦細胞，生活更美好。	林口愛鄰社區發展協會/文化一路一段93號1樓之2	講師群	即日起至 6/30	14:30-15:30	30人

◎若有任何問題請打電話洽詢：26052779分機20，手機0910114597輔導室黃主任

林口樂齡學習中心【105年度春季班】報名表

姓名	身份證字號	出生日期	選填上課班別
		年 月 日	1.
聯絡地址			2.
聯絡電話	電話(家)：	手機：	3.
緊急聯絡人：	電話：	手機：	報名登錄(學校填寫)