

# 臺北市大安區幸安國民小學114學年度第一學期「樂齡學堂」 招生簡章

## 壹、目的：

- 一、 提供中高齡長者近便之學習管道，促進其身心健康及社會參與機會。
- 二、 協助中高齡長者發展活躍老化、健康老化之態度，強化高齡者對於老化生活之準備及適應。
- 三、 促進世代交流並營造年齡平權、世代共融的終身學習文化。

## 貳、 課程規劃理念及課程內容說明：

### 一、 課程規劃理念：

透過樂齡學堂課程之參與，增加社區中高齡長者人際發展與交流機會，並從中獲得健康保養之知識與技巧，以促進身心健康與終身學習能力。

### 二、 課程內容說明：

(一)上課時間與地點：114年10月1日至114年11月19日，於本校的校史中心(仁愛樓一樓，大門穿堂左側)，週三下午6：00至7：30，共八堂課，以羊毛氈DIY手作為主，其中10/22(三)將安排一次交通安全宣講，請報名參加者特別留意。

(二)課程進度表(共八堂課)：

堂數	日期	課程內容
1	10/1	介紹羊毛氈基本原理、羊毛的鋪毛方式說明及配色方法
2	10/8	進行濕氈塑形、氈縮至需要的尺寸大小
3	10/15	調整形狀、待乾燥後再加上其他配件完成作品
4	10/22	高齡者交通安全宣講 講師：吳淑芬

5	10/29	立體球形包覆方式教學、疊色方法
6	11/5	利用雙手搓揉方式塑形、調整形狀後晾乾，加上蒂頭及調整形狀，完成作品
7	11/12	圓形鋪毛方式及配色方法，進行濕氈塑形及氈縮至需要尺寸
8	11/19	晾乾後加上其他裝飾完成作品

### 參、預期效益：

- 一、 提供多元適性學習內容與交友管道，以照護社區中高齡長者之身心健康。
- 二、 促進世代交流並營造年齡平權、世代共融的終身學習文化。

### 肆、收費情形：學員學費免費。

### 伍、參加對象：

以年滿 **55** 歲以上，本校在校生/畢業生家長、退休教職員工、社區長者、對樂齡課程有興趣的長者。因場地限制，報名人數以 **8 人至 15 人為限**。

### 陸、報名須知：

一、 報名地點：本校輔導室。

二、 報名時間：

(一)樂活手作班：114年**9月1日**至114年**9月19日**，每日09:00~16:00止。

(二)報名超額時，將於114年9月22日上午10時，於輔導室公開抽籤以確定錄取名單。

三、 三、報名方法：

(一)採現場報名。若無法親自報名，可委託他人代送報名表，若資料填寫不完整或無法辨識則不受理報名。

(二)請繳交有效身份證明文件影本，例：國民身份證、健保卡、駕照等。

### 柒、錄取公告：

樂活手作班於114年9月22日前公告各班錄取學員於本校網站首頁「最新活動消息」(網址：<https://www.haps.tp.edu.tw/nss/p/index>)，並張貼於本校警衛室。

### 捌、承辦處室聯絡方式：

輔導室資料組長(02)2707-4191，分機3401。

### 玖、注意事項：

- 一、 請務必確認報名課程皆能出席，以避免教學資源浪費，恕不接受補課、旁聽或代為上課。
- 二、 進校園需配戴識別證，並請輕聲細語以維護校園安寧。
- 三、 參與課程期間，活動範圍為課程教室及進出動線為主。

