

臺北市北投區明德國民小學 109 年度明德樂齡學堂第五期(上半年)簡章

結交朋友 終身學習 ~~~ 明德樂齡學堂 圓夢幸福人生

邀請中高齡(55 歲以上)的大哥、大姐們，進入明德樂齡學堂

讓您身、心、靈有不同的體驗，開啟生命的另一樂章!

一、招生對象：凡年滿 55 歲以上之中高齡臺北市市民。

二、活動目的：

(一)提供終身學習管道，促進中高齡者身心健康及社會參與機會。

(二)營造學習場域氣氛，協助中高齡者拓展人際關係及提升生活品質。

(三)提升終身學習文化，鼓勵中高齡者實現自我，發揮生命的價值。

三、上課日期與時間：依不同課程有不同的開課日期與上課時間。

開課日期將因應疫情的發展而隨時做調整，如有不便，敬請見諒。

四、人數：請見課程表招生人數。

五、報名方式與錄取方式：

1. 繳交報名表：報名表交給輔導室資料組或投入警衛室的報名表繳交箱。

3 月 25 日(三)16:00 截止繳交。

2. 每門課分別錄取該門課的學員，錄取順位：

(1)如果未超過課程班別錄取人數，則全額錄取。

(2)如果超過課程班別錄取人數，則依以下順序錄取(若超額，則抽籤決定)：

第一順位：本校師生之中高齡直系親屬。

第二順位：本校現任中高齡志工及其配偶。

第三順位：本校畢業生之中高齡直系親屬。

第四順位：戶籍設於本學區的中高齡長者。

第五順位：本校退休之教職員工。

第六順位：戶籍設於臺北市的中高齡長者。

(3)若再有名額，則以抽籤決定正取及備取順序。

(抽籤日期：3 月 25 日下午 16:00 於學校輔導室辦理抽籤)

(4)錄取名單於 3 月 26 日中午 12:00 公告於學校警衛室及學校網站首頁，並另行通知繳費。

六、繳費：每門課收取場地水電費 200 元，部分課程因課程內容不同，須另繳材料費。

詳細上課堂數及收費金額請參考〈課程內容與收費說明〉。請依公告錄取名單，於 4/01(三)樂齡開學典禮當天，完成繳費。

七、請假辦法：

請務必提前請假，則可領回個人材料，但是共用的材料無法領回；當天請假或臨時有事，恕無法領回任何材料。課程結束時，將會領到修課證明書。

八、退費辦法：請妥善保存收據，以憑辦理退費。

(1)開課前一天，憑收據，可全額退費。

(2)開課後一週內，憑收據，可退費用的 2 分之 1。

(3)開課兩週後，則無法辦理退費。

(5)單堂課的請假，也無法辦理任何退費。

請考慮清楚後，再決定是否報名；並請準時出席上課。

八、其它：低收入戶、身心障礙及原住民學員，經資格審查符合得免場地水電清潔費參加(但材料費須自付)，惟機會與其他學員相同，不具優先權。

九、本簡章經校長核可後實施，修正時亦同。

【109 年度明德樂齡學堂第五期】上半年 課程內容與收費說明

開學典禮:4 月 01 日(三) 地點:4 樓展演廳

請所有學員務必參加並於當日現場繳費

開學典禮流程：(為做好防疫措施，進入校園時，請學員戴口罩，並配合量體溫)

08:30~09:00 開始報到、繳費、領識別證

09:00~10:30 開學典禮：介紹講師、課程簡介、注意事項

10:30~11:30 從兩性平等談中高齡者的人身安全 (學員必修課)

❖開課日期將因應疫情的發展而隨時做調整，如有不便，敬請見諒。

❖每門課收取場地水電費 200 元，部分課程因上課內容不同，須另繳材料費。

編號	課程名稱	上課日期/時間	課程內容	師資	備註
1	養氣健身 -太極拳	4 月 06 日開課 週一 9:00- 11:00 共 15 堂課	*37 式太極拳 (人數:36 人) 上課地點: 4 樓展演廳	賴慶惠老師 國家級教練	場地水電費 200 元
2	律動有氧	4 月 07 日開課 週二 9:00- 11:30 共 12 堂課	*有氧律動、社交舞蹈學習 *將安排老少共學課程 (人數:30-35 人) 上課地點:4 樓展演廳	張秀珍老師 舞蹈教師	場地水電費 200 元 *請穿著較 柔軟的運動 鞋
3	健康運動 身體好	4 月 08 日開課 週三 9:00- 11:00 共 10 堂課	*常見戶外運動傷害知能、 下肢健康篩檢 *促進身體健康的運動 (人數:25 人) 上課地點:4 樓展演廳	王元慶 復健科診所專 業物理治療師	場地水電費 200 元
4	楷書 快樂學	4 月 09 日開課 週四 9:00- 11:00 共 10 堂課	*楷書入門與進階課程 *書法作品欣賞 (人數:15 人) 上課地點: 4 樓書法教室	倪永川老師 專業書法老師	場地水電費 200 元 *自備毛筆 、硯台
5	藝術欣賞 與創作	4 月 10 日開課 週五 9:00- 12:00 共 10 堂課	*造型~點線面的組合 *抽象畫、禪繞畫 *臨摹、創作 *將安排老少共學課程 (人數:25 人) 上課地點:1 樓家長會辦公室	董華正老師 芝山「好藝 術」藝術工作 室主持人、專 業藝術創作老 師	場地水電費 200 元 另繳材料費 100 元 共 300 元

❖課程結束時，學員將領到修課證書。

❖有任何疑問，請電洽輔導室資料組張老師(02)28229732 分機 1403，感謝您！

【109 年度明德樂齡學堂第四期】上半年 報名表

學員姓名：_____ 性別： 男 女
出生年月日：_____年____月____日 年齡：_____歲
聯絡電話 家裡：_____ 手機：_____

學員身分 (可複選)	<input type="checkbox"/> 本校師生之中高齡直系親屬 現在就讀明德國小的子弟：_____年____班 姓名：_____
	<input type="checkbox"/> 本校現任中高齡志工及其配偶 組別：_____ (配偶姓名：_____)
	<input type="checkbox"/> 本校畢業生之中高齡直系親屬 校友姓名：_____
	<input type="checkbox"/> 戶籍設於本學區的中高齡長者 <input type="checkbox"/> 本校退休之教職員工
	<input type="checkbox"/> 戶籍設於臺北市的中高齡長者 <input type="checkbox"/> 其他_____
❖低收入戶、身心障礙及原住民學員 <input type="checkbox"/> 是 <input type="checkbox"/> 否	

❖請在要報名的課程打「✓」

❖依冷氣使用需求不同，收取場地水電費 200 元不等，部分課程因課程內容不同，須另繳材料費。

❖開課日期將因應疫情的發展而隨時做調整，如有不便，敬請見諒。

請在要報名的課程前打「✓」	編號	課程名稱	費用	繳費金額
	1	養氣健身-太極拳	場地水電費 200 元	共 200 元
	2	律動有養	場地水電費 200 元	共 200 元
	3	健康運動身體好	場地水電費 200 元	共 200 元
	4	楷書快樂學	場地水電費 200 元	共 200 元
	5	藝術欣賞與創作	場地水電費 200 元 + 材料費 100 元	共 300 元

*低收入戶、身心障礙及原住民學員得免場地水電費，但材料費須自付。

繳費總金額：_____元