

花蓮縣109年度申辦 樂齡學習中心實施計畫

計畫撰寫說明

花蓮縣政府教育處 108.10.09



樂齡學習中心

申辦對象

- 經各縣市政府評估辦理單位之合適性，並以具備1樓或有電梯可抵達之獨立空間，鄰近廁所、通風良好、光線充足及具備無障礙設施，且符合相關安全規定者，列為優先申請單位。
- 前項申請單位包括優質之續辦樂齡中心、鄉（鎮、市、區）公所、公共圖書館、以日間有餘裕空間之各級學校、及合法立案之非營利組織。

申辦條件

中心類型	說明
(一)新辦樂齡中心	新承辦之組織團隊。
(二)續辦樂齡中心	1.由原設置之組織團隊辦理。 2.由原樂齡中心策略聯盟單位接辦。
(三)優質樂齡中心	1.續辦樂齡中心於前一年執行成效良好，且縣市訪視為優等以上者，得推薦為優質中心。 2.前述執行成效檢核項目：課程內容、課程比例、特色課程、服務社團及拓點辦理。 3.各縣市政府以推薦1所樂齡中心為限，其核定名額由本部視每年預算調整。
(四)示範中心	1.成立後未曾更換過組織團隊，且申辦前2年經縣市政府訪視均為優等以上，得推薦為該縣市樂齡學習示範中心。 2.縣市政府推薦後，經教育部(以下簡稱本部)審查通過後成立。
(五)優先推動區	該鄉鎮市區老年人口比率超過20%(含)以上，或該鄉鎮市區老年人口人數超過2萬人以上者，得加設1所優先推動區中心。

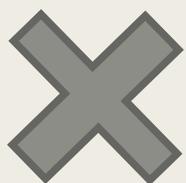
願 景

意義

組織前景與未來發展的藍圖。有標竿、第一的意義。

原則

- 1.能夠記住，盡量琅琅上口
- 2.能夠懸掛



提供銀髮族在地教育基會，達到每個社區100%有課程，落實在地深根、健康樂活、文傳傳承、自信與價值，提升銀髮族健康養生與現代生活技能。（臺南市左鎮區樂齡學習中心）



樂於學習 肯定自我 健康樂活 參與服務。（臺南市安定區樂齡學習中心）

目標

原則

1. 必須**具體、明確並可衡量的**，且要**質量並行**。
2. 與願景有連結。

目標

願景

樂於學習
肯定自我
健康樂活
參與服務

量化

- ☺預計核發學員證累計達450張以上。
- ☺結合社會資源，預計增擴3個學習據點。

質性

- ☺鼓勵樂齡者走出家庭，自主參與學習。
- ☺鼓勵擔任志工，樂於服務。
- ☺持續深化課程
- ☺提供樂齡者多元的學習機會、方式及活動。

課程名稱

以活躍老化、樂齡等字眼為主

課程名稱

- 健康老化運動教室
- 樂齡英語自主學習讀書會

課程名稱

- 活力桌球班
- 英文小品

課程類別

活躍老化 核心課程

核心課程

生活安全

居家安全.
交通安全.
用藥安全.
食品衛生.
經濟安全.
財務管理.
預防詐騙.
法律知識.

運動保健

銀髮體適能.
保健資源.
規律運動 (肌耐力訓練、心肺功能、平衡感之運動為優先).
認識老年常見疾病.
睡眠品質.
營養常識.
健康知識.
心理健康.
健康老化.
健康促進策略.

心靈成長

學習正向思考.
活化記憶力.
學習閱讀.
生命教育.
信仰學習.
靈性教育.
心理輔導.
預防失智.

人際關係

老年家庭及社會
人際關係.
家人相處.
旅遊學習.
社團活動.
婚姻教育.
科技運用於社群
活動.

社會參與

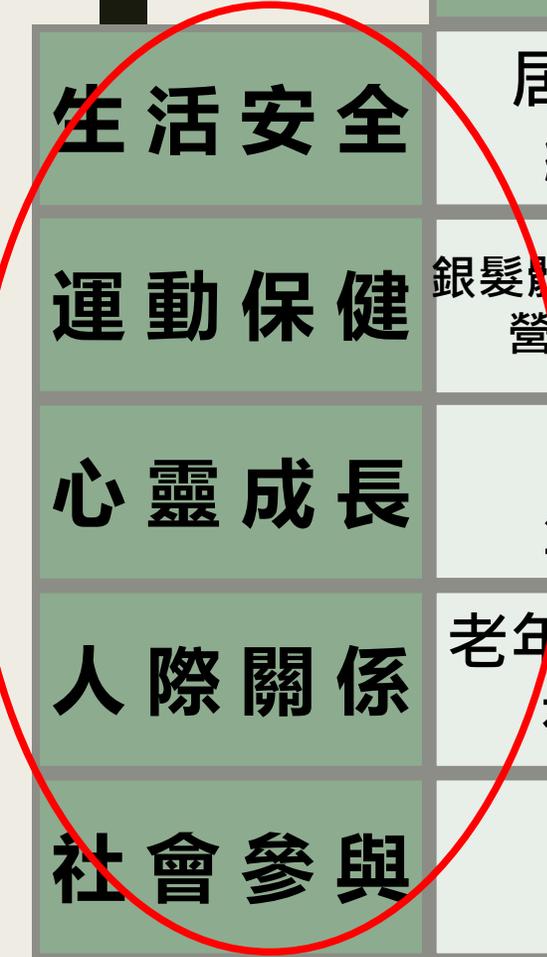
學習主題：
樂齡學習的重要性.
高齡社會趨勢.
性別平等(含子女姓氏選擇及財產平等繼承等).
消費者保護.
退休 (或老化) 準備教育.
美感教育.
媒體素養教育.
預防老人受虐 (或家庭暴力防治).
本社會參與之課程須占核心課程時數至少5%以上。

節慶主題：
祖父母節

樂齡核心課程

至少要開設其中**3類**的課程

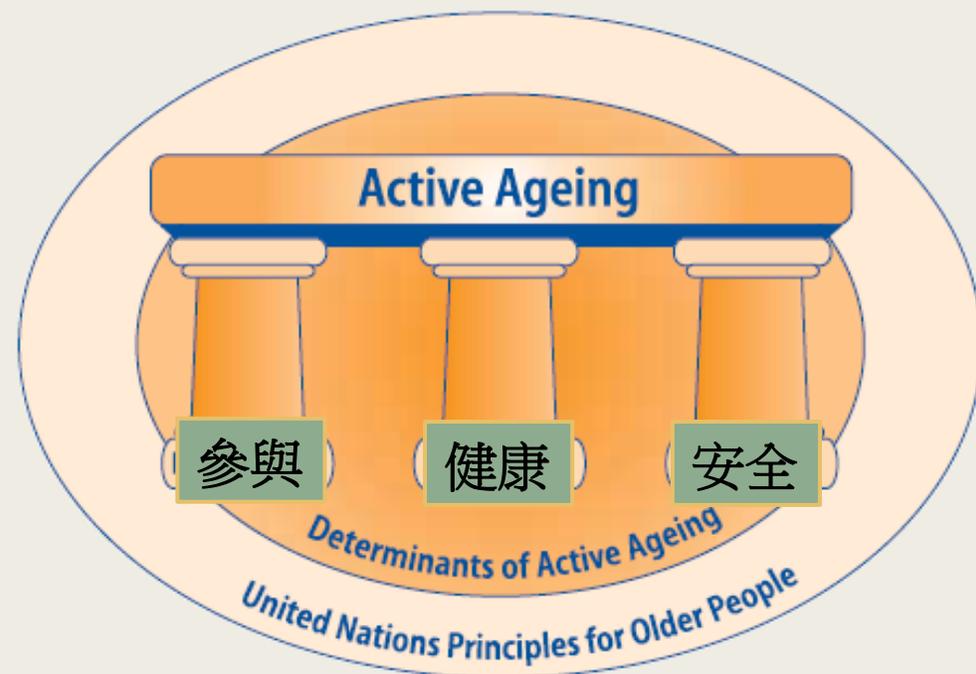
	原已計畫實施之內容	今年變動
生活安全	居家安全、交通安全、用藥安全、食品衛生、經濟安全、財務管理、預防詐騙、法律知識	無變動
運動保健	銀髮體適能、保健資源、規律運動、認識老年常見疾病、睡眠品質、營養常識、健康知識、心理健康、健康老化、健康促進策略	無變動
心靈成長	學習正向思考、活化記憶力、學習閱讀、生命教育、信仰學習、靈性教育、心理輔導	無變動
人際關係	老年家庭及社會人際關係、家人相處、旅遊學習、社團活動、婚姻教育、科技運用於社群活動	無變動
社會參與	本課程分為「學習主題」、「節慶主題」	學習主題增加「媒體素養教育」

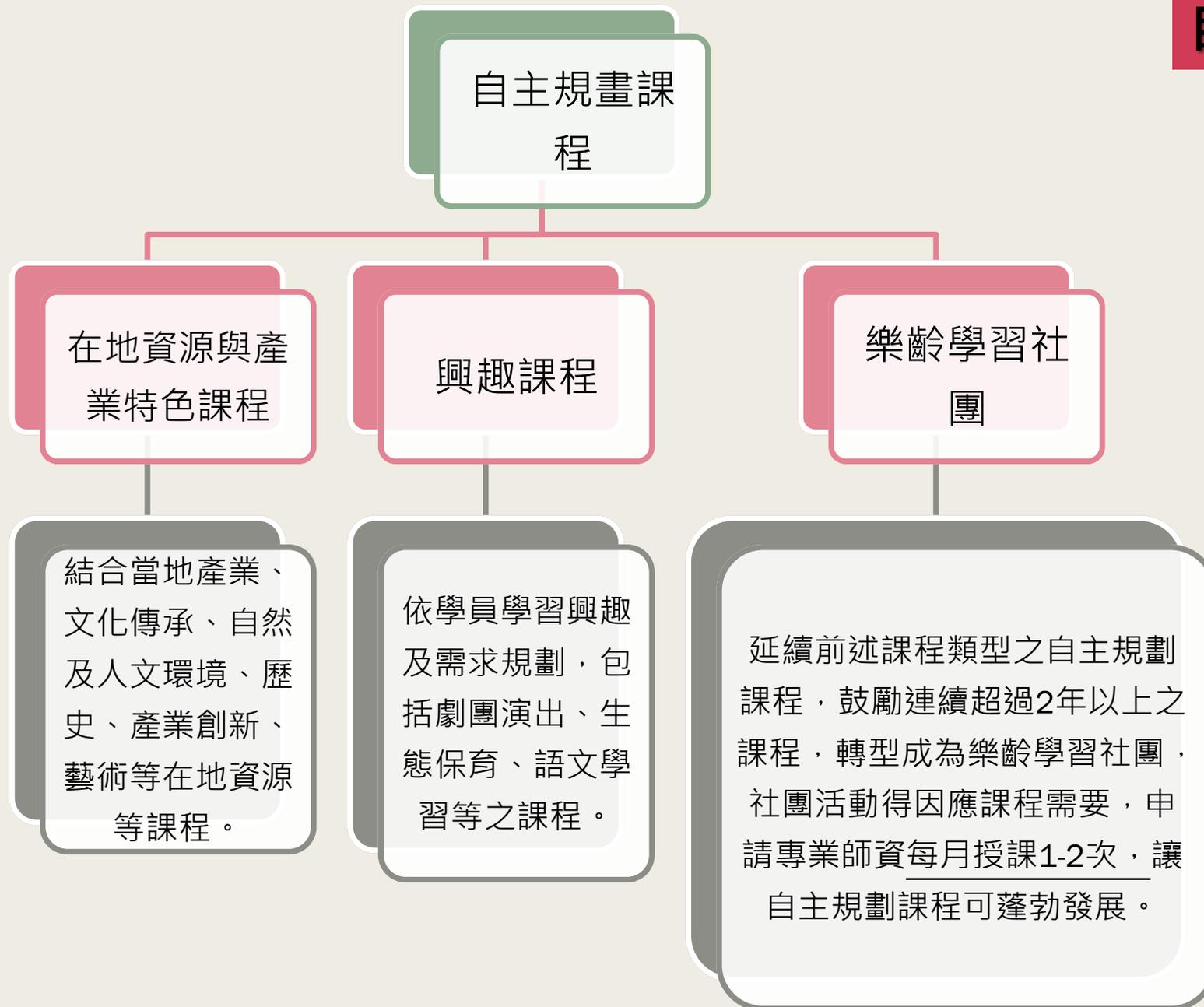


樂齡核心課程

以活躍老化三大支柱為主

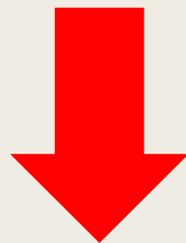
可以發展為中心特色





自主規劃課程

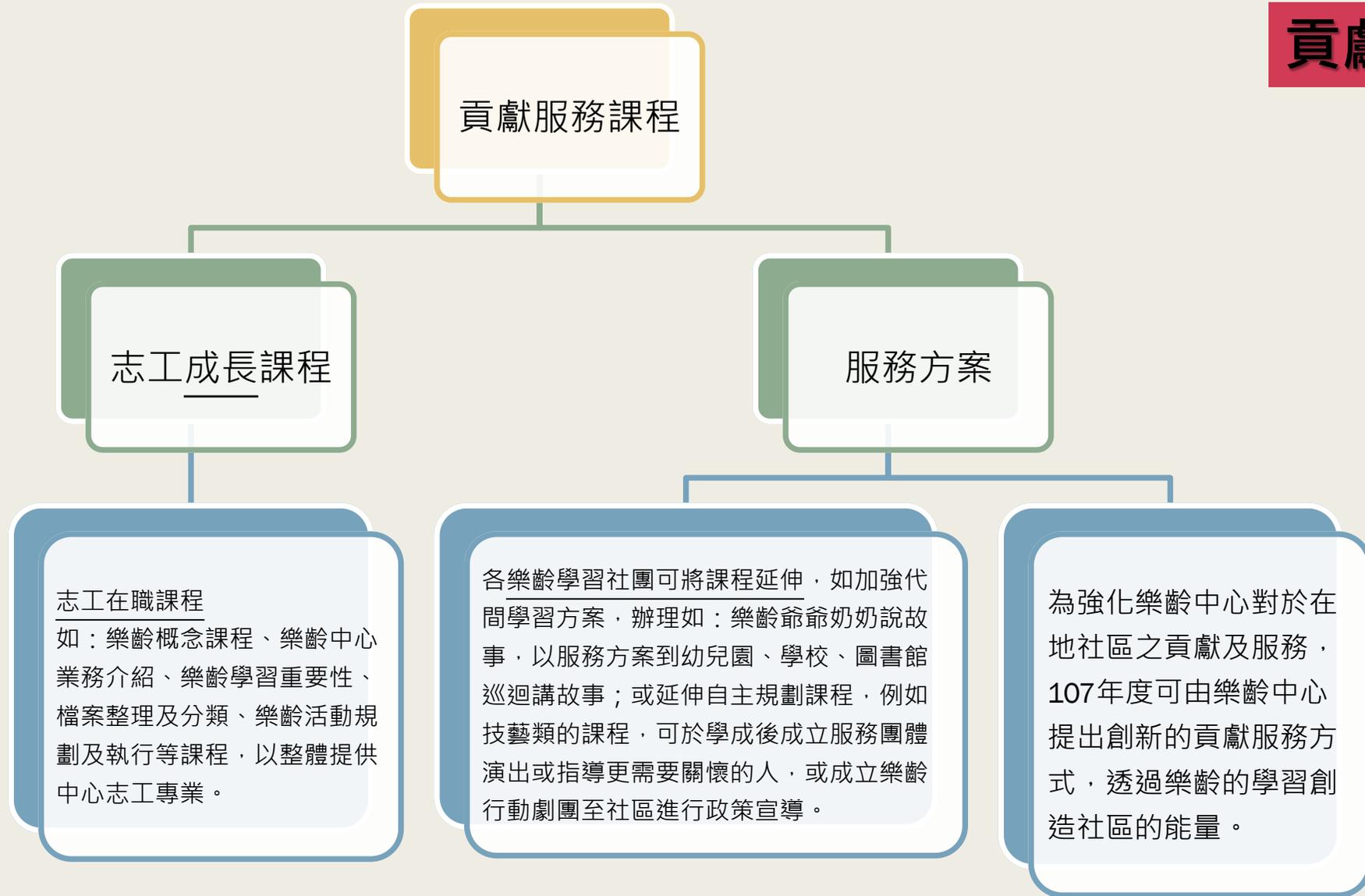
依地方資源、特色、中高齡者興趣、
需求等條件，自行規劃課程



吸引樂齡族參與學習

自主規劃課程

	原已計畫實施之內容	今年變動
在地資源 與 產業特色課程	結合當地產業、文化傳承、自然及人文環境、 歷史、產業創新、藝術等在地資源	無變動
興趣課程	依學員學習興趣及需求規劃，包括劇團演出、 生態保育、語文學習等	無變動
樂齡學習社團	延續前述課程類型之自主規劃課程，處理連續 超過2年以上之課程，轉型成為樂齡學習社團， 得因課程需要申請專業師資每月授課1次	專業師資每月授課次數 增加至每月1-2次



貢獻服務課程

志工成長課程



提升樂齡志工專業知能的課程

1. 介紹樂齡
2. 檔案整理
3. 樂齡活動規劃

服務方案



「學以致用」

將所學推廣至「需要幫助」的地方

貢獻服務課程

志工成長課程

志工特殊訓練課程：

1. 活躍老化發展趨勢
2. 樂齡學習與教育資源
3. 高齡社會的趨勢
4. 高齡者社會參與
5. 高齡者的身心靈發展
6. 高齡心理特性與行為模式

課程時數、比率及拓點規定

	課程時數規定	課程類型與時數規定原則	拓點規定 (拓點課程儘量以自主規劃課程搭配其它課程為主，以吸引社區高齡者參與活動。)
(一)新辦中心	每中心每年開課總時數以 208小時 為原則，約每週4小時。	樂齡核心課程 (占30-40%)、自主規劃課程 (占40-55%)、貢獻服務課程 (占5-15%)。	免規劃拓點
(二)續辦中心	每中心每年開課總時數以 312小時 為原則，約每週6小時。	核心課程 (占30-40%)、自主規劃課程 (占40-50%)、貢獻服務課程 (占10-20%)。	1.續辦3年(含)以上之樂齡中心至少維持 4-5 個村里拓點 2.續辦1-2年之樂齡中心，則至少累積維持 2-4 個村里。
(三)優質中心	每年開課總時數以 520小時 為原則，約每週10小時	樂齡核心課程 (占35-50%)、自主規劃課程 (占30-45%)、貢獻服務課程 (占10-20%)。	至少維持 8-10 個村里拓點
(四)示範中心	每中心每年總時數以 624小時 為原則，其中520小時為課程時數	樂齡核心課程 (占35-50%)、自主規劃課程 (占30-40%)、貢獻服務課程 (占10-40%)。	至少維持 8-10 個村里拓點
(五)優先推動區	1.鄉鎮市區老年人口比率超過20%(含)以上：每中心每年總時數得彈性以104-156小時為原則 (每週2-3小時)。 2.鄉鎮市區老年人口人數超過2萬人以上者：每中心每年總時數得彈性以208-260小時為原則 (每週4-5小時)。	1.前述3大類課程實施，得由各中心彈性規劃，自訂比率，惟單類課程不得超過55%。 2.樂齡核心課程 (占30-40%)、自主規劃課程 (占40-55%)、貢獻服務課程 (占5-15%)。	

其他注意事項：

- 各樂齡中心需製作學員證及名冊，並統計每年學員人數及人次。
- 本計畫之課程應依據各課程類別規定比率妥為規劃，單一課程不得高於課程總時數五分之一，避免時數過長，排擠其他課程；另如有以下情形並查證屬實者，本部將視情節輕重追回全數(或部分)補助款，除應繳回已支領之補助款外，得依情節輕重對其停止補助一年至五年，並列為次一年度不予補助之參據：
 - 1.各申請單位未確實依所提報之計畫執行。
 - 2.計畫經費未專款專用或支用不實(未依補助用途支用、或虛報、浮報等情事，經查證屬實者。
- 教育部審查各樂齡學習中心續申請單位計畫，得依據該單位前一年度所辦理之執行成效核定補助額度，執行未佳者，得刪減補助金額。
- 各樂齡中心及示範中心，如縣市政府及輔導團訪視績效不佳(含未依計畫及課程執行、經費運用等)或無意願續辦者，由本部召集相關會議確認後，調整為一般中心或停止辦理。
- 嚴禁課程講師強迫推銷、販賣產品。

計畫繳交項目檢核

(11/01僅先回傳電子檔，11/12送達所有紙本資料)

附件2、計畫申請書：請繳交計畫紙本一式3份，不要裝訂

- 1.如申請單位為民間團體，請檢附立案證明、負責人當選證書及組織章程，學校及公所免附。
- 2.請提供申請期內之空間消防安全檢查證明影本1份。

附件4、○○樂齡中心-基本資料及經費表

- 附表1.通訊錄：請核對資料是否正確
- 附表2.經費一覽表：免填
- 附表3.課程時數統計
- 附表4.中心經費申請表：紙本1式3份(需核章)

☆☆☆重要時程☆☆☆

日期	內容
10月25日	說明會 計畫撰寫與經費編列說明會
11月1日	計畫及概算電子檔回傳 回傳計畫及經費概算電子檔至currlyu@gmail.com
11月初 (待定)	初審(日期及地點另行通知) 地點：待定 當天請攜帶計畫紙本與經費概算紙本各1份
11月12日	計畫及概算表寄送(含電子檔) 請依初審意見修改，將計畫(1式3份)及經費表1式3份(需核章) 寄至花蓮縣政府教育處 終身教育科呂彥杰 收