

## 樂齡生活，快樂樂活～北醫大進修推廣處「第4屆樂齡大學」招生

臺北醫學大學進修推廣處自2012年9月承辦行政院教育部高等教育司委託的「樂齡大學」計畫，迄今（2015年）開始招收第4屆「樂齡大學」學員，凡年滿55歲以上，身體健康且具備基本識字能力的中高齡長者，且未曾參加過本校樂齡大學，額滿為止（限30名）。



臺北醫學大學近年來致力推動社會責任，服務校園所在轄區內信義地區之中高齡長者，針對55歲以上的長者開設相關繼續教育課程的「樂齡大學」，期能達到終身教育及關懷社區的目標。截至目前為止已舉辦過3屆持續教育課程計畫「樂齡大學」，並有114位中高齡長者從中畢業，參與人數也逐年成長。

進修推廣處將統合學校和三家附屬醫院（臺北醫學大學附設醫院、臺北市立萬芳醫院與部立雙和醫院）的資源服務在地長者，建立多元學習環境的同時，另依據教育部計畫「高齡相關課程、健康休閒課程、學校特色課程及生活新知課程」等4大類內容，結合一校三院特色規劃相關課程架構，並搭配本校高齡健康管理學系、護理系、牙體技術學系、保健營養學系，及通識教育中心等專業師資授課。【左圖：老人健康福祉中心為學員進行體適能檢測「上肢柔軟度」】

此外，進推處也與本校老人健康福祉中心合作，提供參訓學員完整的體適能檢測項目；在課程方面則提供樂齡心理課程及安排駐點心理師，提供學員陪伴支持，紓解負面情緒，在善盡人才培育社會責任的同時，更注重參訓學員的身心健康。



本次課程每週上課6小時，總計18週，洽詢專線：(02) 2736-1661 轉 2409 支小姐，課程資訊網址：

[http://ocee.tmu.edu.tw/course/super\\_pages.php?ID=course1](http://ocee.tmu.edu.tw/course/super_pages.php?ID=course1)。

【右圖：樂齡心理健康講座】

【下圖：第3屆樂齡大學開學典禮大合照】



(文/進修推廣處)