

音樂體適能師資班報名中

學生大代誌

【記者鄭少玲淡水校園報導】面對高齡社會衝擊，如何讓失能的長者維持健康、延緩老化已成為重要議題。本校以「淡水好生活」與馬偕醫學院一同實踐社會責任計畫，分別於3月22日、23日、29日、30日上午8時30分至下午5時在淡水運動中心三樓開設「108年銀髮族音樂體適能師資培訓班」，共32小時的培訓課程。

課程內容多元，包括音樂治療、健康體適能、功能性體適能、老化與活動、活動評估與帶動技巧、運動復健醫學、五階實務訓練等。同時結合理論與實務，讓學習者了解失能者身心狀態，透過活動設計融入音樂治療及有氧運動，使學習者在安全的狀態下帶動失能者音樂體適能的動作，有效達成最佳狀態之健康體適能及功能性體適能。課程全額免費，名額有限，有興趣的同學請盡速至活動報名系統線上報名（網址：<http://enroll.tku.edu.tw/course.aspx?cid=ASRX0322>）