

保持身心活跃健康 年长者上简易编程课

职总保健合作社活跃乐龄中心推出简易编程课，让年长者学习，动脑又动手，保持身心活跃健康。

这项由职总保健合作社推出的ARTeC STEM编程学习计划，最先在被誉为“现代垂直甘榜”的海岸部村庄（Kampung Admiralty）职总保健合作社活跃乐龄中心开班。目前已有两批年长者完成为期24周的课程，第三批也已上课。

《联合早报》报道，编程课是在“FUN! Fund”基金的支持下展开。基金由护联中心和新加坡社区基金会联合成立。

在每周的课程中，乐龄活动中心的年长会员学会使用图标编程软件制作机器人，并完成编程任务，以学到的编程指令，让模型汽车移动、转弯，并在自动驾驶模式下，自行到达目的地等。

中心的社区经理姚慧慧受访时说，课程用更简化的科技概念更适合年长者学习，让他们感觉自在的学习环境，可以减轻年长者对科技的恐惧。她解释说，原本这套编程教材在日本是用来教导幼儿园小朋友的，因此内容更有趣且更吸引人，对年长者来说，也更容易理解。

学员之一的林锦娥（76岁）认为，编程课学到的技能在日常生活中未必用得到，但可以训练老人家的头脑，让他们不会与时代脱节。



▲陈福凤（69岁，右）和她身旁的林丽明（68岁）是第二批编程课的学员。（联合早报）