|  |
| --- |
| 台北市政府社會局社區照顧關懷據點東門樂齡2022年秋季班課程課程內容介紹 |
| **班別** | **時間** | **課程內容** | **師資** | **費用** |
| 插花班(小原流) | 週一上午9:30～11:30 | 藉著學習插花藝術，不僅提升長者對美麗事物的感知，也讓長者的生活變得多采多姿，促使長者精神愉悅、增加生活情趣。 | 莊黃芳美老師 | **材料費****$300/次**學員自付 |
| 烘焙烹飪 | 週二下午14:00～16:00 | 透過長者親手DIY製作點心，彼此互相幫忙一起完成作品，再次被肯定與獲得成就感而恢復生活自信心。 | 周麗秋老師 | **材料費****$100/次****學員自付** |
| 香草生活創意手做 | 週三上午9:30～11:30 | 透過香草植物的運用，帶領長者一起捻花惹草玩創意，學習吃的健康、用的安心，為生活增添樂趣。 | 謝寶蓮老師 | **材料費****$100/次**學員自付 |
| 體適能健康操 | 週四下午13:30~15:30 | 幫助長者透過簡單的身體律動，增加肌力、促進血液循環並延緩退化，透過專業老師的教學，達到運動的效能。 | 黃晨文老師 | 課程免費 |

2022年秋季班課程表

上課日期：9/5-12/22

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 時 間 | 上 午 | 中 午 | 下 午 |
| 星期一 | 插花班9:30-11:30 |  |  |
| 星期二 | 東門學苑9:20-12:00 | 共餐 | 烘焙烹飪14:00-16:00 |
| 星期三 | 香草生活手做9:30-11:30 | 共餐 |  |
| 星期四 | 東門學苑9:20-12:00 | 共餐 | 健康操13:30-15:30 |



東門樂齡2022年秋季班課程

🙪 上課時間：9/5〜12/22　 **電話：(02)2351-3589　　傳真：(02)2391-8685**

 **上課地點：台北市仁愛路二段76號(東門教會) E-mail：****egate.tp@gmail.com**

 **報名注意事項：**

1. **課程免費，部分課程酌收材料費，共餐採報名參加並酌收費用。**
2. **依社會局規定，凡參加課程或共餐，一律採刷健保卡簽到。**
3. **凡年滿60歲以上，共餐費每餐自付50元，餐費及材料費兩個月收一次。**
4. **如不克參與共餐，請務必請假，以利工作人員少定餐點，避免浪費。**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 姓名： | 電話： | 緊急聯絡人電話： |
| 地址**（**郵遞區號　　　　**）** |
| 選擇上課班別(可複選) | 時 間 | 上 午 | 中 午12:00-13:00 | 下 午 |
| 星期一9:30-11:30 | □插花班材料費$300/次 |  |  |
| 星期二14:00-16:00 |  |  | □烘焙烹飪材料費$100/次(9-10月共收$800) |
| 星期三9:30-11:30 | □香草生活創意手做材料費$100/次(9-10月共收$800) | □共餐$400每餐$50(9-10月共收$400) |  |
| 星期四13:30-15:30 |  |  | □體適能健康操免費 |

 **□**新學員　　 　 **□**舊學員

即日起開始報名，至8/15截止或額滿為止

**報名請洽東門教會陳雅惠幹事，電話:2351-3589**