|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 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**](mailto: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**