

手作講座

2019年課程規劃

勵活課程設計中心 王韋方

TEL : 02-2777-4776(我們換區碼囉)

Mob : 0915-069246

搜尋關鍵字 : 勵活 Line ID: xxxweixxx

可依不同需求規劃議題及講師

信箱 : livewell.course@gmail.com





禪繞畫-我的祕密花園~紓壓洗滌心靈的角落-魏怡珍

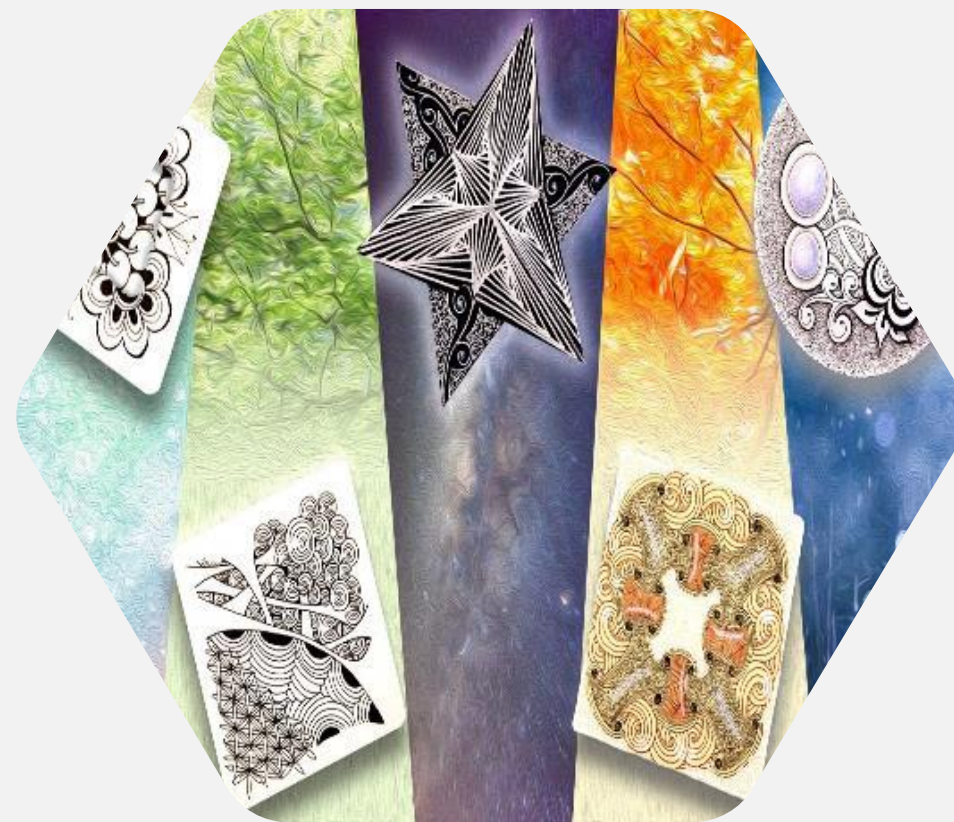
- 現職 藝術不正經 x Damiarts專屬講師
- 學歷 國立台北藝術大學 藝術與人文教育所
美國禪繞官方認證教師(CZT12)、華梵大學工業設計所



深受禪繞世界所說只要會拿筆就會畫的激勵，在禪繞畫的創作中，體會生活，對禪繞的熱情，2013年飛往美國取得禪繞官方的教師認證。回國後希望透過推廣禪繞畫，讓更多的朋友有機會接觸到如此簡單的創作方式讓生活添加更多紓壓、樂趣、自信、幸福感藝術創作教學。

熱門課程

- 1-我的祕密花園-紓壓洗滌心靈的角落
- 2-翻轉藝術-用畫畫輕鬆啟發內在的創意能量



禪繞畫可純講座，也可手作講座，材料包參考圖，講座的材料包50元/人

在色彩中暈染出的寧靜-和諧粉彩

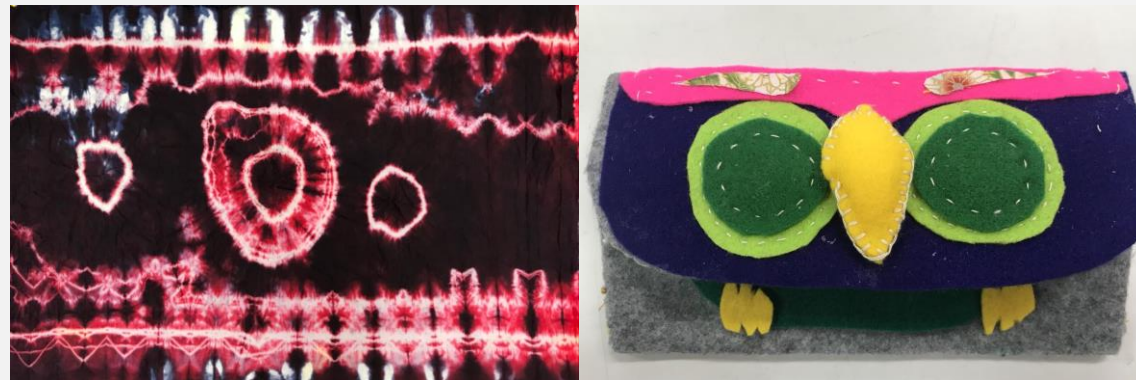


日本和諧粉彩 (Japan Pastel Nagomi Art) 由細谷典克先生於2003年創立，是一種簡單易學的大眾藝術，適合所有年齡的學習者，無需任何繪畫經驗，僅需用手指塗抹粉彩配合少樣工具即可完成創作。

除了輕鬆享受創作的樂趣，還可以開發自己的美感與成就感，和諧粉彩畫作的風格大多明亮帶有希望感，豐富的色彩能量更有著撫慰人心及安定情緒的作用。

- 1.諧粉彩簡介
- 2.創作和諧粉彩技巧
- 3.創作和諧粉彩作品

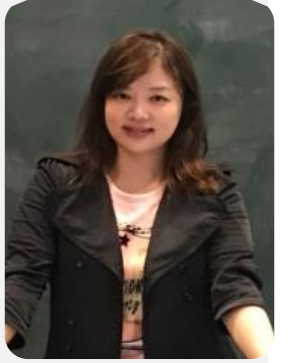
編織夢想圖-拼布嘉年華衣起感恩 拚布藝飾DIY/染布藝飾DIY



爸氣十足，表情紙卡領帶DIY



療癒手作 - 可愛羊毛氈自己做 - 呂宜蓓



凡事講求快的年代，科技與3C已經充斥在我們身邊，療癒羊毛氈可以讓作者心靜下來，培養專注力和無比耐心，另外對於遠離3C與情緒紓壓，正式這堂課程的精隨與關鍵。

主題作品參考：材料包以人為單位，會發下去讓手作者挑選作品
手作講座的材料100-200元/人



親子共讀 - 親子FUN桌遊、繪本DIY - 張峻豪



- 現職 TESL 台灣電競聯盟講師、線上桌上遊戲講師
Logitech羅技TTP戰隊顧問講師、金環球旅行社外務代表
- 學歷 虎尾科技大學機械設計系、台北醫學大學保健營養學分班



熱門課程

- 1-從璀璨寶石體會人生時間
- 2-網路成癮議題-開心桌遊遠離網遊
- 3-親子桌遊-親子FUN桌遊
- 4-開心桌遊趣，和孩子成為麻吉
- 5-生涯規劃-從桌遊談職涯規劃
- 6-桌遊談企業管理與風險控管
- 7-時間管理-史蒂芬科維七大習慣
- 8-斜槓青年與外掛人生
- 9-營養講座-健美曲線，財富第五波革命

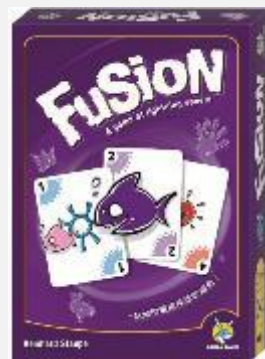


桌上遊戲課程可純講座，手作講座的桌遊可帶回家100-200元/人

網路成癮-開心桌遊遠離網遊-張峻豪

網路成癮

標題與重點	演講內容
社會變遷趨勢 數位時代的價值觀	人跟機器相處時間增加，少子化趨勢、雙薪家庭，3C產品變裸母
手機成癮的定義 為什麼會沈溺在虛構的網路世界中？	手機濫用綜合征，綜合征、手機焦慮症等，線上遊戲與聊天室是最常造成網路成癮症的方式
何謂網路成癮 網路的夢幻與真實	網路上癮的判斷標準 網路所衍生的社會面向 易罹患網路上癮的族群
網路心理防衛機轉 人類新的創世紀	網路世界的特性 網路交友的特性



親子溝通與教養

標題與重點	演講內容
親子桌遊的核心價值	創造家庭和樂氣氛，增進親子關係，觀察、了解小孩特質，回歸家庭教育
親職教養第六大招	表示了解、父母訊息、正向增強、限制、規劃、整合
什麼是桌上遊戲教育	什麼是桌上遊戲，不插電的遊戲 適合綜合領域使用的桌遊
桌遊中可以看見	社交技巧、娛樂性與學習價值高、過程主動性與參與感、融入情境想像力創新 人與人之間交流、特質領導與合作、情障語學習障礙表達

德國天鵝堡系列桌遊-兒童派對天地、魔法森林城市-張峻豪

桌遊學習微翻轉

標題與重點	演講內容
臺灣親子桌遊各式育兒與桌遊關係介紹	創造家庭和樂氣氛，增進親子關係，觀察、了解小孩特質，回歸家庭教育
透過桌遊提升孩子注意力與反應力	適合綜合領域使用的桌遊 桌上遊戲運動與DIY 遊戲就是孩子的功課
透過桌遊提升育兒對顏色圖形增強	在遊戲中增進情商，面對輸贏 在遊戲中創造高品質的親子互動
親子共讀與手作繪本 激發孩子創意思考力	方格繪本，運用圖畫聯想串聯故事力 手作繪本小書，體驗引導式教育



植栽物語 - 青花瓷、多元色彩盆栽DIY

主題作品參考：

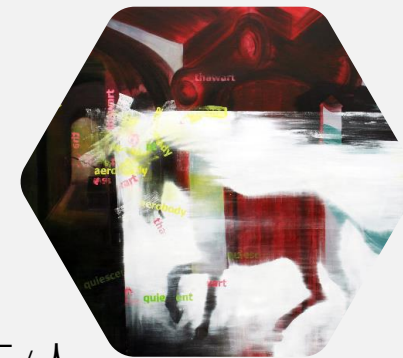
可選擇青花瓷系列或是多元色彩盆栽

• 青花瓷物語

油畫工藝課程可純講座，手作講座的材料包100-200元/人



• 多元色彩盆栽



青花瓷系列底座一律白色手繪創作
多元色彩盆栽底座老師會準備四種
不同圖案讓手作者挑選
有瓷盆，四種植物、有裝飾公仔

熱門課程

1. 拼布藝飾-拼出溝通力(溝通力)
2. 染布課程-童趣療癒染出好心情
3. 植栽植品格-青花瓷物語(品格力)
4. 親子共讀-閱讀與繪本
5. 鋼筆寫作-從心練好字
6. 節慶嘉年華手作-新春端午母親節
7. 親子藝術學習-當藝術來敲門(親子關係)
8. 時間的軌跡-德國工藝園藝、油畫磁器、盆栽

當藝術來敲門

手作講座的材料費用50-100元/人

標題重點	演講內容
恐怖箱想像力大考驗	利用觸摸來觸發孩子的想像力，讓他們擺脫了眼睛的依賴。讓觸覺與腦部還有手的運用做連結到平面繪畫
聲音想像力大考驗	利用日常生活上的聲音來讓小孩子猜與引導出想像力，增強「聽覺」與「手」的結合能力連結到平面繪畫
默劇想像力大考驗	利用簡短的劇本讓一組小朋友嘗試演出，來讓其他小孩子發揮想像力來猜！增強小孩子的思考能力的理解與想像連結到平面繪畫
魅影洞穴之諭(皮影)	利用類似皮影戲的投影法，讓學生在經過短篇文字的描述之後，利用簡單的廢材，來做投影的透明板，進而經過燈光投影到白幕上面，讓其他小朋友猜測內容。
記憶力大考驗	事前準備好的海報內容，以及短的時間(例如五秒鐘)來猜出到底有都少種，並且將它用最快速的方式描繪出來，以期增加小孩子不假思索的手感速度能力
流體力學偶發實驗	利用自動性技法觀念中的物理滴流來實驗，在一張平白光滑的紙上，滴上顏料，藉由紙張傾斜來讓顏料走動，去交織出，自然的線條。用意在於表現液體流體經過，非手繪的自然線條，這是偶發、也是實驗，去開拓不同的感知

栽植品格-植栽植品格-施翠峰

手作講座的材料費用100-200元/人

回憶起我們小時候常常自己親手做一些玩具，不管它是多麼的不完整、簡單，我們都會非常的單純快樂開心，隨著我們成長越來越忙碌，處理很多工作的細節卻我們忘記了如何簡單的生活，忘記了與自然物親近

找回我們過去手作的快樂吧！本題材設計使用「青花瓷」與「多肉植物」所組成的手作DIY，瓷器是我長久文化的體驗，我們日常生活的器皿，但我們不曾去親手做過我們自己的瓷器，更別說去繪製。現在呢！我們有機會來體驗，利用白色的盆栽與使用簡單的藍色麥克筆來彩繪，加上現在最夯的多肉植物，親手種植在我們所繪製的器皿上，上面裝飾的小動物，完成一盆可愛的、精緻的、屬於自己的別出心裁「青花瓷植栽」



盆栽手作講座的材料100-200元/人

生活美學-中國花藝DIY

手作講座的材料費用100-200元/人



療癒手作-可愛苔球自己做

手作講座的材料費用100-200元/人，不含玻璃



- 苔球 / 苔玉 kokedama

苔球相傳源自日本。與一般盆栽或水耕植物相較更好照顧更好養護。而且療癒度破表，是近年來火紅的綠植新寵。苔球花器不限甚至可直接懸掛空中，應用甚廣。若在苔球上再種植苔蘚，濃濃禪意療癒身心有攔截空氣浮塵粒子、降低二氧化碳、淨化有毒揮發物甲醛的功能，是非常有益環境健康的植物。一起來手作一顆發財的苔球吧!

花開一夏！

端午嘉年華運用天然香包DIY

手作講座的材料費用100元/人，香包超香



水草世界-居家佈置與風水造景

手作講座的材料費用200元/人，沒有魚，缸是類玻璃



生活智慧王~愛心做環保、收納藝術DIY-楊賢英

現職 收納雜誌專欄作家、食材收納保存研究家、紙藤老師



NO4



熱門課程

- 1-愛上紙藤編織-紙藤藝術入門/巧手作紙籐/神奇紙籐器具家飾
- 2-生活智慧王-居家空間收納藝術
- 3-生活省錢達人-有效資源再利用/廢物利用DIY-收納袋
- 4-楊賢英環保美術教室/快樂省錢術牛仔褲大改造/雜貨設計
- 5-惜物愛物的生活環保美學-家庭清掃一把罩/年節掃除/清潔劑製作DIY
- 6-減碳達人-生活隨處做環保/節能我最行-家庭主婦省錢術
- 7-管好廚房會省錢/超省時冰箱收納/冰箱收納術365/神奇魚肉蔬果保鮮術/快速上菜法DIY



課程可純講座，

綠色字體為手作講座的材料費用100元/人

療癒系DIY彩繪數字油畫

手作講座的材料費用50-100元/人



拚布藝飾-編織夢想圖-郭芷廷

手作講座的材料費用100-200元/人

歐式彩色復古教堂彩繪-洪藝芳

手作講座的材料費用100-200元/人



超夯創意氣球派對-童騫

手作講座的材料費用50-100元/人

年俗藝術 - 剪紙迎春 - 丘琬芝

- 手作講座的材料費用100-200元/人



芳香保健 - 情緒與紓壓管理 精油抓週DIY/精油紓壓DIY - 林慧真

- 手作講座的材料費用100-200元/人



藝術饗宴 - 格子圖與黏土DIY

- 手作講座的材料費用100元/人

花香手工蠟燭

- 手作講座的材料費用100-200元/人



藝術饗宴

這次用畫家蒙德里安最單純、最純粹的線條，用基本的色系來呈現美，是不是有趣好玩呢？重新回歸玩樂的快樂。利用黏土得最大優點 - 免燒自然乾燥法，親自製作捏塑出實用和美觀的作品，加上大家無限的創作力和連想力就可樂在其中，不僅滿足小小的成就感及夢想的心情實現，更能為生活增進樂趣。

手工橄欖油潤唇膏-吃的橄欖油潤唇膏

手作講座的材料費用100元/人，扁盒也可



彩繪嘉年華糖霜餅乾DIY-巢佳苓

手作講座的材料費用100元/人



樂齡遊戲 - 輕鬆玩出年輕頭腦

手作講座的材料費用100元/人，包含手冊



樂齡桌遊推廣活動 長者在遊戲之中享受樂趣

1. 工作記憶訓練

除了深受注意力、衝動、過動影響，執行功能也表現不佳，執行功能是一個總體的術語，指的是心智控制(mental control)，使身體、認知和情緒自我控制的過程，並有效的維持目標導向行為，包含工作記憶、計畫、組織、衝動控制、持續性注意力等，即使個體能夠調整行為、思想與情緒，進而有能力自我控制。

2. 抑制功能訓練

工作記憶能力時常拿來與執行注意力 (executive attention) 劃上等號，工作記憶的限制會讓處事者無法專注於任務、也無法抑制過程中分心信息，進而無法處理和應對眼前事務，故執行任務時，工作記憶能力越高，越能夠抑制分心的訊息，任務表現就越佳

3. 心算能力訓練

不借助任何工具，只憑大腦思維運轉就能夠快速計算得出準確結果的能力就是心算能力，也成為速算能力。

食尚生活科學營 - 天然綠茶香奶酪

手作講座的材料費用100元/人



就讓我們一起來研究食品的科學，讓我們吃的健康又時尚吧！透過玩樂讓科學融入生活中！

生酮健康飲食新觀念 (含防彈咖啡體驗)



植物與心靈對話:蠟古巴特手做課程 DIY-巫雲英

手作講座的材料費用100-200元/人

零錢包、百寶袋-100元

便當袋、手提袋-150元

保溫袋、面紙盒-200元



經典手工皂、海綿泡泡皂-石彥豪

手作講座的材料費用100-200元/人

三個都作價格是250元





植物與心靈對話：蝶古巴特

• 活動場地需求:

1. 需照明清楚，通風良好
2. 有桌椅可併桌及分組操作
3. 方便取水和洗手
4. 需有電腦，投影機，麥克風，簡報筆，電風扇2台等設備,請先行準備.
5. 課程需要其他自備物品，務必請參加者各自準備

• 主題作品參考：

材料包以人為單位，會發下去讓手作者挑選作品





經典手工皂DIY





經典手工皂DIY



製作手工皂，但總是調配不出最好用的配方？全職手工皂教學達人——小石老師，曾經是一位暢銷手工皂的賣家，他親手製作的手工皂改善幫助了許多人的問題肌膚，現在這些頂級配方要一次通通告訴你，小石老師還要告訴你如何運用手工皂的材料，只要3步驟就能輕鬆製作出九大系列保養品，讓生活遠離化學藥劑的負擔，不僅省下荷包，還可以徹底實踐天然樂活的生活方式。

- **主題作品參考：**手作者挑選可以挑選兩個作品為當日製作作品

食尚科學-冰淇淋優葛製造-林易璵、簡維廷

現職 哈樂學科普及教育團隊 負責人/講師

學歷 西雅圖大學 Seattle University (SCCC) master degree



白袍醫生 科學營 二日營

學習主題 Topic

大家都知道身體健康很重要，但是怎樣才能身體健康呢？大家又是什麼組成呢？哈樂學科學老師帶你探索

簡易顯微鏡
樂高起學成盒帶回家
魚菜共生

課程主題	科學成品	課程主題	科學成品
1 認識顯微鏡	簡易顯微鏡	5 主身身體司令部	聽診器
2 顯微鏡操作	光學顯微鏡	6 腦髓有問題	肺呼吸模倣器
3 人體的奧秘	DNA模型	7 心師大力量	人體樂器
4 成長的養分	魚菜共生	8 心跳與汗水	

電磁探索營

簡歷介紹：透過不同的實驗，重現科學家的實驗，了解電磁學的發展。適用年級：高年級

噴射火箭槍科學營

簡歷介紹：利用空氣、水來做為火箭的動力來源，一同了解火箭歷史、結構，並來場 火箭競賽吧！適用年級：高年級

仿生機械獸科學營

簡歷介紹：適用年級：中年級
從原理由一顆馬達來設法帶動機械獸的四肢，思考一下影響機械獸移動的有那些不同的因素。

生活家電科學營

簡歷介紹：適用年級：高年級
家中也有很多科學在裡面，你有探索過嗎？讓我們一起來挖掘它們的祕密，學習你常見卻沒發覺的科學知識吧！

動物積木科學營

簡歷介紹：適用年級：低年級
帶領小朋友認識大自然中的動物，最後利用積木及動力馬達組裝自己的傳奇動物！

食尚生活科學營

簡歷介紹：就讓我們一起來研究食品的科學，讓我們吃的健康又時尚吧！透過玩樂讓科學融入生活中。冰淇淋可以帶回家！

足球機器人科學營

簡歷介紹：適用年級：高年級
從循序漸進的機械構造、機器人組裝、帶磁原理，到機器人的各式傳送指令，來一場超炫的足球機器人冠軍賽。

飛行探索科學營

簡歷介紹：適用年級：低年級
萊特兄弟於一百多年前發現了讓人類可以安全飛行的方法，今天我們就一起來認識人類長達上千年的飛行歷史。

課程可純講座，講座材料包150-200元/人



小醫生品格科學



成長的養分-魚菜共生

- 所有的植物都是從一顆小小的種子開始的，但是種子可是植物透過漫長的演化得來的喔！讓我們跟著植物演化的腳步，一同來認識種子的故事。
- 材料費用：150元/人



主宰身體的司令部-聽診器

- 桌子是用木頭做的，那身體是什麼做的呢？來認識我們自己並且知道身體最重要的總司令到底是誰？
- 材料費用：200元/人

心肺大力量-肺呼吸模擬器



- 不同功能的細胞形成器官而類似功能的器官組成系統，合力運作的系統讓多細胞生物的我們能夠生存在世界上，就讓我們一起來認識人體的奧秘吧！
- 材料費用：200元/人

心跳與汗水-人體樂器



- 稍息立正，人可以站得又直又挺就是靠『骨骼』！找找看人體有多少骨頭、肌肉，樣子都一模一樣嗎？最後來了解運動與健康的知識吧！
- 材料費用：200元/人



地球科學營

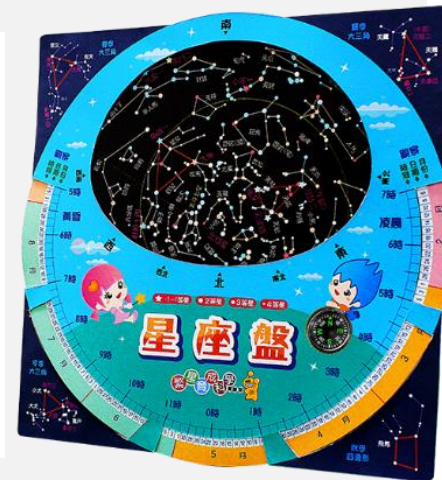
氣象瓶



氣球造型百寶箱



星星知我心



魔力巴克球

火箭升空

- 鑽石和石墨兩種東西都是由碳元素組成的，為什麼性質會差那麼多呢？用巴克球讓我們來認識C60吧！
- 材料費用：100元/人

- 我要搭著火箭飛到天空裡，看看黑黑夜空的神秘~月亮公主變成好吃大月餅，再和星星一起玩遊戲！衝天火箭發射了，是用什麼方法讓它向上飛的呢？是利用空氣嗎？還是利用橡皮筋呢？原來是竹籤！
- 材料費用：150元/人

- 天氣瓶（氣象瓶），又稱風暴瓶會根據外界溫度的改變，瓶內會出現不同型態的結晶。
- 材料費用：150元/人

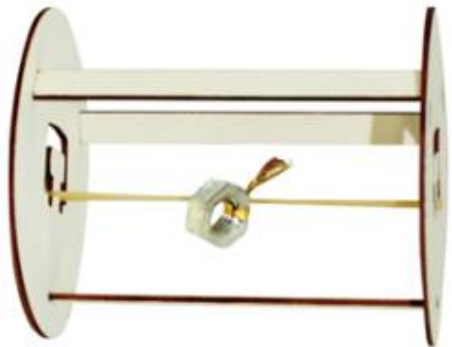
- 利用氣球讓爸爸媽媽與孩子一起玩出氣球的不同型態，結合科學、肢體、音樂與藝術等等各種不同領域，讓氣球增進親子情感與孩子的全方位發展
- 材料費用：100元/人

- 繁星滿天掛，安能辨它是何星？只要有這個星座盤，就能一目了然，找到自己想找的星座喔！繁星滿天掛，安能辨它是何星？只要有這個星座盤，就能一目了然，找到自己想找的星座喔！1.四季星座 2.星座故事 3.來自星星的知識
- 材料費用：100元/人

小小木匠-初級班



GOGO滾輪



- 神奇恢復力，任你如何滾動，總會滾回!
- 材料費用：150元/人



荷蘭風車屋

- 風車在荷蘭是多麼重要?機械當中的傳動裝置一次讓你瞭解
- 材料費用：200元/人



連桿小蚱蜢

- 機械就是能幫助人們節省工作難度或省力的工具裝置，像連桿、槓桿、斜面以及輪軸等工具可以被稱為簡單機械，而複雜機械就是由二種或二種以上的簡單機械構成，被稱為機器。連桿是傳遞機械能的一種簡單機械，連桿裝置可實現轉動直線移動、往復運動等一些複雜的運動軌跡。
- 材料費用：200元/人



鐘擺企鵝

- 四百年前，伽利略的偶然發現，改變了全世界!
- 材料費用：200元/人



大人的木匠課程

米小雞啄



保險箱解密



- 重要的物品當然要保護好，利用保險箱將它們都鎖起來吧！小朋友你們知道保險箱的鎖，裡面長什麼樣嗎？一起來了解它的奧妙結構吧！

- 材料費用：200元/人

時鐘齒輪認知



- 時鐘齒輪認知 滴答滴答滴答~♪什麼聲音？我發現了~♪時鐘滴滴答~♪時鐘是生活中不可或缺的重要物品，記錄著我們每天的時間。那在很久很久以前，時鐘發明前，人們是要怎麼知道時間的呢？一起來認識時鐘的演變及了解帶動指針的機械原理吧！

- 材料費用：200元/人

乘風破浪手



簡易拋石機

風向測速計

長約14.5公分

附全彩學習單

可以自行彩繪
變成專屬的小木工玩具囉

風從哪裡來？風有多大？
只要有『風向測速計』一切都搞定！

高約
18公分





我的化學實驗室

水晶靈

史萊姆



手作DIY紙飛機

療癒粉彩繪畫



- 神奇的化學藥劑，兩種不同的液體接觸在一起竟然會產生七彩的水晶靈！水晶靈究竟從何而來？本單元將一一告訴你。
- 材料費用：100元/人

- 超級史萊姆的成分很簡單，膠水、水、和硼砂溶液三種液體。
- 以適當的比例混和後，就能成為好玩的超級史萊姆。
- 材料費用：100元/人

- 從日常生活中取得紙張，摺出自己童趣的飛機，體驗無處不在的科學原理，「浮力與地心引力」人人知道，但如何表現呢？用一張紙開始，投擲到天空，透過調整感受紙飛機的運動姿態，讓孩子們從玩樂中邪道科學原理！本素材是引用目前紙飛機競技與金氏紀錄者所創的造型
- 材料費用：100元/人



超夯智慧城

城市建築搭建(結構力)



- 單元重點：學員依靠和尋找高效溝通的方式、方法，發揮每個人的最大作用，並建立新信息與已有信息之間的聯繫，產生新的思維模式及高效的解決方式，最大化的拉近理想與現實之間的距離。
- 1.設計城市規劃圖(包含房屋落位、智能車輛、交通道路)
- 2.使用樂高積木建立城市
- 3.運用樂高基礎模型材料搭建



機器人運輸(機械、結構)

- 學習重點：向未來的小科學家們談談甚麼是人工智慧？內容適合於由小學至大學的親子與民眾，一同學習一同理解、傾聽與引導技巧。
- 學習人工智慧的基礎道理，引導學生以實物了解人工智慧的應用，讓學生自身或家長在小朋友未來生涯歷程有多一項選擇。
- 民眾須準備：民眾須準備少許3號.4號電池

雲霄飛車搭建(力學、電學、磁力)



- 單元重點：電學力學與磁力科學的邏輯與基礎，現在與未來的應用
- 學習電學力學與磁力的科學就是自小培養一種探討大自然最基礎構成的因素、邏輯與現象的訓練
- 民眾須準備：民眾須準備少許3號.4號電池



行走機器人(力學、機械)

- 單元重點：人工智慧科學的邏輯與推理能力，現在與未來的應用
- 大自然一切的運行都有它自然的邏輯基礎存在，人活在這個世界上，做任何事情就應該有推理與邏輯的能力
- 民眾須準備：民眾須準備少許3號.4號電池



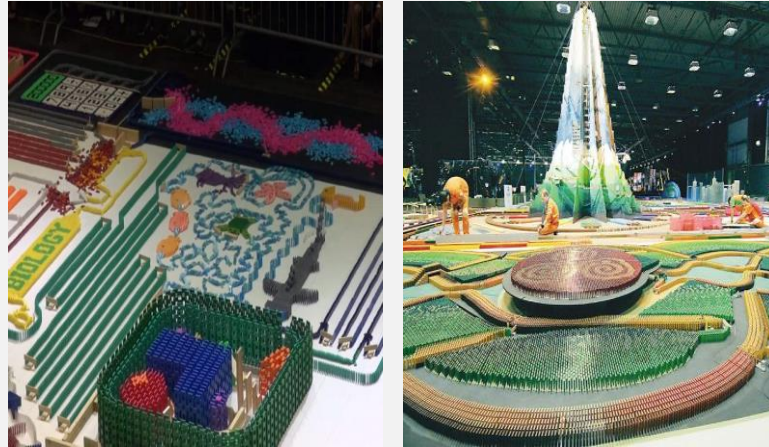
超夯智慧城

多米諾骨牌 - 圖像創意師



- 單元重點：將其與創意、體驗相結合，尋找理想與現實間的差距，發現問題，並通過配合與溝通，尋求平衡點，從追求完成到追求完美的一種提升。
- 1. 創意人做這些事，大腦心智能力
- 2. 心智圖法應，水平聯想與垂直聯想
- 3. 動手時間，運用心智圖聯想

多米諾骨牌 - 移動迷宮成



- 單元重點：學員通過樹立共同目標，形成一種觀念的力量、氛圍的影響，產生自發的團隊凝聚、互助，並促使學員表現在行動上，最終凝結為持續性的相互作用的團隊精神。
- 1. 設計多米諾圖最終圖案及路線圖
- 2. 運用立體型多米諾、文字型多米諾及圖片型多米諾豐富最終呈現畫面
- 3. 推薦呈現圖型，響望LOGO、心中願景圖

小小福爾摩斯 - 偵探解謎篇



- 教具操作
- 礦石、疊疊樂、撲克牌、風景卡、謎題解說
- 體能遊戲
- 老師準備的教具：吉他、藍芽喇叭、小麥克風、歌曲跳舞
- 材料提供
- 海報、色筆、A4紙

花臉貓麟麟包、跟著巧克力去旅行-巢佳玲、陳亞威

現職 Côte à Côte 私處廚房，義大利餐廳菜單顧問

經歷 西華飯店主廚、宣美飯店主廚、香草廚房副主廚、
鍋寶研發顧問、工研醋產品顧問

N06



水蒸戚風蛋糕



巧克力布朗尼



造型水蒸蛋糕



中式鹹點 披薩



三星蔥油餅



手工創意甜甜圈



鬆餅杯子蛋糕



玫瑰蘋果花



中式甜點 杏仁餅



節慶手工餅乾

課程可純講座，手作講座材料100-200元/人



熱門講座

- 1.我和我的冠軍女兒~透過媒體識讀談性平
- 2.宮鬥、穿越、IP劇：漫談大陸網路文學改編戲劇
- 3.送禮送到心坎裡~民間習俗及送禮訣竅
- 4.從歌手創立電競協會，表揚世界冠軍/你的孩子在沉迷什麼？
- 5.明天，依然美麗~醫美新趨勢
- 6.開運DIY-趣談民間習俗與開運小撇步
- 7.關係中的情緒勒索該如何面對？
- 8.出門不必帶錢包-輕鬆使用電子支付
- 9.我的祕密花園~禪繞畫紓壓洗滌心靈的角落
- 10.微型創業：Money收納大救星微型倉庫正夯
- 11.我的心，我的眼，看見台灣
- 12.人工智慧大未來，電商時代新商機
- 13.隨時做FB行銷製作/LINE@ 經營行銷入門/FB網路行銷與自媒體如何打響網路聲量
- 14.跟著演員一起跑~我是小小演說家
- 15.立夏食話！用中醫觀點談夏季如何吃才能健脾益氣
- 16.花開一夏！利用鮮豔花朵做創意香包妝點生活
- 17.兒童坐姿與脊椎預防與矯正、眼部保養
- 18.斜槓青年本領-讓顧客變鐵粉秘訣
- 19.人生要經踩，生命才精彩/主播創業之路-不平凡人生的平凡
- 20.法律便利通：生活不可不知道的法律小知識
- 21.為何孩子不專心-提升孩子的學習自信與專注力
- 22.德國竟然有兩個兒童節！體驗教育與活動引導
- 23.音樂·美食-德國古典音樂-音樂打造神奇專注力！

2019國際書展城市閱讀系列

- 1-味覺的藝術-品嚐美食的主觀與偏見-蔣艷蓉(美食評論家)
- 2-慢食德國-饕餮美食的色香味-周映廷(養生保健作家)
- 3-德國葡萄酒文化-漫談葡萄酒的故鄉與風味-陳君豪(酒堡品酒師)
- 4-德國啤酒-女巫酒吧
- 5-德國美食遊：德國旅行必食的12種美食-李明蒨(電視行腳旅遊達人)
- 6-世界的慶典/歐洲旅遊-黃丁盛(攝影達人)
- 7-歐洲旅遊-德國城堡與建築饗宴-陳旻苓(採訪記者)
- 8-揹著相機去旅行-陳春隆(暢銷書作者)
- 9-歐洲摩登：美感與速度的現代記憶-辜振豐(暢銷書作者)
- 10-時間的軌跡-德國工藝、園藝與磁器-施翠峰(油畫與藝術)
- 11-音樂・美食-德國古典音樂-音樂打造神奇專注力！-李明蒨
- 12-德國天鵝堡系列桌上遊戲-兒童派對天地-張峻豪(電競桌遊講師)
- 13-德國媽媽如何教小孩-教育遊戲文化的精粹傳承與繪本結合)-張峻豪
- 14-德國天鵝堡系列桌上遊戲-魔法森林城市-廖宇潔(靈魂三角藝術總監)
- 15-綠色能源與AI環保意識-賀立維 博士(綠能國寶)
- 16-德國教育-歐洲社會與文化，串聯德國社區資源-王瑜君 博士(德國教育專家)
- 17-借鏡德國，重新定義你的熟年生活-王瑜君 博士(德國社區長照專家)

2019國際書展城市閱讀系列

- 18-德國文學與建築-趙佳誼(銀色快手)
- 19-德國生活習俗與多元文化分享-MULLER(德國華僑)
- 20-三萬六千英尺的旅行經驗-林夢珊(華航受訓講師，兩岸飛航服務大使)
- 21-德國工藝與瓷器-莎莎霸網紅
- 22-跟著巧克力去旅行-陳亞威老師
- 23-德國電影Time's Up與丹麥女孩-透過電影談性平-楊世凡、黃聰濱
- 24-3C時代坐姿與脊椎預防與矯正、眼部保養-許澤民
- 25-德國竟然有兩個兒童節！體驗教育與活動引導-楊致中、陳冠州、林士傑

- 1-親子閱讀搭配桌遊或AR系列(冰雪奇緣-水瓶座桌遊-談親子溝通) 親子同樂-製作我的寶可夢-廖宇潔
- 2-親子共讀搭配桌遊以及呼籲遠離3C(貝斯的星願-只言片語-談親子教養) 親子共讀-開心桌遊遠離網遊-張峻豪
- 3-拼布或繪本-談親子教養 親子共讀-拼布藝飾，編織夢想圖或是親子共讀繪本與藝術DIY-施翠峰
- 4-親子共讀，活動實境體驗 親子共讀-小小福爾摩斯偵探/小小職人實境體驗-楊致中(DIY費用100元/人)
- 5-品格教養與繪本系列 植栽植品格-繪本與親子教養-黃敬湑(DIY費用100元/人)
- 6-透過禪繞畫認識自我 我的祕密花園~紓壓洗滌心靈的角落-魏怡珍(DIY費用50元/人)
- 7-食尚生活科學營(科學閱讀學習結合冰淇淋可以帶回家) 親子同樂-科學閱讀學習講座-簡維廷(DIY費用:100元/個)
- 8-其他手作項目 柚子皮彩繪、鋼筆寫字