TO:親愛的小姐/先生 您好，推薦生活成長講座及習課程資訊，敬請參考！-勵活課程規劃敬製

2019**圖書館、家庭教育中心 講座規劃及師資推荐**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **A-親子互動講座** | | | |
| **講 題 規 劃** | | **授 課 講 師** | |
| A01 | **植物與心靈對話:蠂古巴特手做課程DIY** | 巫雲英 老師 (費用:100元/人) | |
| A02 | **愛心做環保~廢物DIY:環保袋編織** | 楊賢英 老師 (費用:0~50元/人) | |
| A03 | **綿情泡泡皂~繽紛泡泡皂** | 石彥豪、蔡佳伶★ (費用:100元/人) | |
| A04 | **拚布藝飾~編織夢想圖** | 賴芳慧、郭芷廷★ (費用:150元/人) | |
| A05 | **創意小盆栽植品格~學尊重大自然** | 蕭恩締、施翠峰★ (費用:100~150元/人) | |
| A06 | **精油製作與舒壓按摩DIY** | 張心婷、呂秀齡★ (費用:100~150元/人) | |
| A07 | **我的祕密花園~洗滌心靈的角落(藝術治療)** | 魏怡珍、顏苾盈★ (費用:0~50元/人) | |
| A08 | **家庭閱讀~親子共讀繪本與藝術DIY** | 施翠峰、趙佳誼★ (費用:0~50元/人) | |
| A09 | **親子互動Fun輕鬆桌遊~親子教養(親子溝通)** | 張峻豪、劉 皓★ (費用:0~100元/人) | |
| A10 | **親子互動~虛擬實境你今天AR了嗎？** | 廖宇潔、黃楷倫★ (費用:0~100元/人) | |
| **B-爆款科技風講座** | | | |
| B01 | **魔法學校的課本怎麼教時間管理** | 張峻豪 | TESL台灣電子競技職涯發展講師 |
| B02 | **撩妹式的工作態度-談職場工作態度** | 陳志欣 | CAREER就業情報職涯規劃師 |
| B03 | **中世紀病毒蔓延-實境遊戲談人際與團隊溝通** | 顏苾盈 | 1766 一起聊聊網路廣播 電台主持人 |
| B04 | **LINE PAY出門不必帶錢包，創新行動支付** | 成中興 | 文化大學推廣處兼任講師 |
| B05 | **夯炸LINE賴貼圖DIY與LINE@經營行銷入門** | 陳睨 | 自造達人社群/媒體/平台 |
| B06 | **遊戲產業的美術工作與不插電程式設計遊戲** | 2Plus | 2Plus桌遊設計工作室 |
| B07 | **創作自己的原創IP故事/學生如何成為產品開發者** | 18Light | 光穹遊戲18Light遊戲開發者 |
| B08 | **賦予機器向世界溝通的AI頭腦** | 黃暐程 | 阿里巴巴、永曜雲端科技講師 |
| B09 | **青少年職涯發展與AI /在世界地圖上找到自己** | 陳志欣 | CAREER就業情報職涯規劃師 |
| B10 | **如何以3C和APP讓教與學更加多元化** | 廖宇潔 | 靈魂三角遊戲公司藝術總監 |
| B11 | **如何藉由數位工具提昇工作效率** | 林士傑 | 獨角獸企業有限公司執行長 |
| B12 | **創作屬於自己的原創IP故事/學生如何成為產品開發者** | 18Light | 光穹遊戲遊戲開發者 |
| B13 | **青少年職涯發展與AI人工智慧/ 在世界地圖上找到自己** | 陳志欣 | CAREER就業情報職涯規劃師 |
| B14 | **區塊鏈與物聯網狂潮來襲 / FB社群自媒體行銷圈粉計畫** | 蘇書平 | 前台灣微軟資深業務應用經理 |
| B15 | **打造微型創投 透過電子商務幫年輕人圓夢** | 廖承中 | 俬儲空間創辦人、電商達人 |
| B16 | **人際關係-如何建立人脈存摺** | 楊世凡 | 名作家、演說家 |

勵活課程規畫 TEL：02-2777-4776(我們換區碼囉)、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。聯絡人：王韋方 信箱：[livewell.course@gmail.com](mailto:livewell.course@gmail.com)

TO:親愛的小姐/先生 您好，推薦生活成長講座及習課程資訊，敬請參考！-勵活課程規劃敬製

2019**圖書館、家庭教育中心 講座規劃及師資推荐**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **B-爆款科技風講座** | | | | |
| **講 題 規 劃** | | **授 課 講 師** | | |
| B17 | **賦予機器向世界溝通的AI頭腦** | 黃暐程 | | 阿里巴巴、永曜雲端科技講師 |
| B18 | **YouTube網紅遊戲實況講座/如何成為10萬訂閱網紅** | 帥狗 | | YouTuber網紅/10萬訂閱網紅 |
| B19 | **YouTuber網紅養成&影音行銷特訓** | 顏毓賢 | | YouTuber網紅/愛泰協槓青年文創 |
| B20 | **青少年職涯發展與AI人工智慧/ 在世界地圖上找到自己** | 陳志欣 | | CAREER就業情報職涯規劃師 |
| B21 | **區塊鏈與物聯網狂潮來襲 / FB社群自媒體行銷圈粉計畫** | 蘇書平 | | 前台灣微軟資深業務應用經理 |
| B22 | **打造微型創投 透過電子商務幫年輕人圓夢** | 廖承中 | | 俬儲空間創辦人、電商達人 |
| B23 | **人際關係-如何建立人脈存摺 / 溝通技巧與說話藝術** | 楊世凡 | | 名作家、演說家 |
| B24 | **親愛的！讓蝦皮幫我多賺到一桶金吧！** | 顏毓賢 | | YouTuber網紅 |
| B25 | **征戰職場-提昇職場競爭力 / 陸劇宮鬥談找工作得心應手** | 黃聰濱 | | 翔青實業有限公司專案經理 |
| B26 | **快速學習-記憶篇 / 全腦開發快速記憶** | 廖宇潔 | | 靈魂三角藝術總監 |
| B27 | **職場專業風采-穿出自信** | 朱嘉玲 | | 卡爾儷行銷企劃經理 |
| B28 | **透過桌遊了解財商自由** | 林書廷 | | 知名部落客 |
| B29 | **我和我的冠軍家庭-兩性相處的藝術** | 張雪芳 | | 名廣播節目主持人 |
| B30 | **打造E世代的形象魅力** | 吳秀蓮 | | 悟心國際顧問有限公司專任講師 |
| B31 | **從性格特質談職場適應力/O2O頭號玩家走進現實世界衝擊** | 伍文海 | | 團隊動力培訓活動規劃 |
| B32 | **網路商店創業-低成本賺大錢/變身小老闆的微型創業** | 陳瓊華 | | 泛醉俱樂部創辦人 |
| **C-家庭親子** | | | | |
| C01 | **牽手同心一世情~談夫妻相處之道/ 兩性相處的愛與礙** | 林靜霞 | 輔仁大學推廣部講師 | |
| C02 | **營造和樂幽默的家庭氣氛/ 多元文化迎向孩子未來的能力** | 徐權鼎 | 暢銷親子教育作家 | |
| C03 | **幸福方程式，經營好關係/ 營造有愛無礙的親密溝通** | 王世勳 | 心理諮商師 | |
| C04 | **有話好說~邁向圓融的人際溝通/ 領袖的語言藝術與智慧** | 劉智雯 | 國立台北教育大學兼任教授 | |
| C05 | **親子教養~品德教育養成/ 培養孩子未來的競爭力** | 黃聰濱 | 翔青股份有限公司專案經理 | |
| C06 | **幸福方程式，經營好關係/ 營造有愛無礙的親密溝通** | 吳娟瑜 | 心理諮商師 | |
| C07 | **溝通難不難，圓融的溝通與人際關係** | 陳志欣 | 胡果文創工作坊執行長 | |
| C08 | **不溝通，行不通-做個有說服力的溝通達人** | 郭育志 | 愛麗斯國際(股)副總經理 | |
| C09 | **穿衣配色~職場的形象與穿著禮儀** | 朱嘉玲 | 企業管理顧問公司副顧問 | |
| C10 | **從人際吸引力談魅力公關/ 顧客满意服務與抱怨處理** | 何欣恬 | 萬能科大、綠光劇團導師 | |

勵活課程規畫 TEL：02-2777-4776(我們換區碼囉)、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。聯絡人：王韋方 信箱：livewell.course@gmail.com

TO:親愛的小姐/先生 您好，推薦生活成長講座及習課程資訊，敬請參考！-勵活課程規劃敬製

2019**圖書館、家庭教育中心 講座規劃及師資推荐**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **D-時尚生活** | | | |
| **講 題 規 劃** | | **授 課 講 師** | |
| D01 | **我的陸劇人生、從韓劇談婚姻幸福秘訣** | 項竣超、黃采薇 RO中國旅遊副總編 | |
| D02 | **我和我的冠軍家庭/以色列城市之美** | 張雪芳、沈中元 節目製作人、前文化部長 | |
| D03 | **食在好滋味-今晚哪裡有美食/相片寫日記-德國必吃美食** | 李明蒨、蔣艷蓉 美食達人、響時天堂副總 | |
| D04 | **藝術與人文~新北的故事//中西方人文藝術欣賞** | 葉倫會、鍾志鵬 作家專欄、演說家 | |
| D05 | **只要壯不要胖~孩童的健康飲食管理** | 林廷威、周彥瑢 恩主公、馬偕醫院醫師 | |
| D06 | **生活與品茗~教您健康喝好茶** | 祝曉梅、周水池 品茶名人 | |
| D07 | **生活魔法家~居家實用妙點子/ 食衣住行消費新觀念** | 歐陽莉、陳映如 律師、收納達人 | |
| D08 | **居家布置~美學應用與空間規劃** | 呂明穎 設計師 名室內設計師 | |
| **E-健康講座、律動保健** | | | |
| E01 | **氣象與生活~全球暖化與糧食危機** | 李富城 老師 | 氣象主播 |
| E02 | **生活智慧王~冰箱收納及食材管理** | 楊賢英 老師 | 家事達人 |
| E03 | **味覺的藝術~品嚐美食的主觀與偏見** | 蔣艷蓉 老師 | 壹傳媒出版公司副主任 |
| E04 | **單車環球夢~一生創造一個屬於自己的故事** | 姜俊瑋 老師 | 單車協會理事長 |
| E05 | **營造樂齡族舒適溫馨的閱讀空間** | 王淑楨 心理師 | 台灣復原力社會福利協會長 |
| E06 | **打造健康關節，走出樂活人生** | 周昌平 營養師 | 專業營養師 |
| E07 | **慢性病的中醫醫療保健** | 呂盈慶 醫師★ | 家庭醫師 |
| E08 | **樂齡族的生活保健~淺談失智症或失眠問題** | 郭哲誠 老師 | 老人學院講師 |
| E09 | **飲食原則及腸胃疾病的飲食保健** | 黃妃君 老師 | 專業營養師 |
| E10 | **脊椎健康及腰痠背痛的保健與預防** | 李棟樑 老師★ | 身體智慧有限公司執行長 |
| E11 | **降三高一步活氧操** | 易天華 老師 | 電視名人 |
| E12 | **防癌養生膳食DIY** | 蕭 堯 老師 | 社區大學 講師 |
| E13 | **身心健康與壓力調適~健康的飲食及生活管理** | 巫雲英 營養師 | 專業營養師 |
| E14 | **長命拍打功自我保健法** | 吳長新 老師★ | 科學氣功學會理事長 |
| E15 | **鬆筋活骨熱身操－先活關節，舒筋骨，再通氣脈** | 許澤民 老師★ | 益師益友協會講師 |
| E16 | **健康來自行立坐臥～脊椎健康與酸痛預防** | 卓錦泰 老師★ | 台北青商基金會常務董事 |
| E17 | **3C眼睛白內障與黃斑部病變** | 姜智釗 醫師★ | 風澤中醫診所院長 |
| E18 | **提高免疫力，不讓醫生開病歷/ 遠離『三高』 擁抱健康** | 袁毓瑩 老師 | 專業營養師 |

勵活課程規畫 TEL：02-2777-4776(我們換區碼囉)、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。聯絡人：王韋方 信箱：livewell.course@gmail.com

TO:親愛的小姐/先生 您好，推薦生活成長講座及習課程資訊，敬請參考！-勵活課程規劃敬製

2019**圖書館、家庭教育中心 講座規劃及師資推荐**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **E-健康講座、律動保健** | | | | |
| **講 題 規 劃** | | **授 課 講 師** | | |
| E19 | **遠離亞健康：代謝症候群/ 抗氧化養生飲食DIY** | 郭哲誠 老師★ | 社區大學 講師 | |
| E20 | **美食背後的危機與健康/ 生態環境與生活的影響** | 胡弘明 老師 | 華視無毒家園中心 主任 | |
| E21 | **代謝症候群的飲食保健/『油』夠危險~食用油該怎麼選** | 黃妃君 老師 | 專業營養師 | |
| E22 | **從腸胃道保健談優質生活的健康管理/慢性病的認識與預防** | 林廷威 醫師 | 風澤中醫診所醫生 | |
| E23 | **掌握代謝力，健康一輩子/健康新選擇-如何吃得更健康** | 張益堯 老師 | 專業營養師、電視名人 | |
| **F-志工服務、法律知識** | | | | |
| F01 | **心的服務觀-志工的說話藝術講義** | 楊惠玲 老師 | | 張老師訓練中心講師 |
| F02 | **快樂志工你和我-世界一家親** | 陳昭明 老師★ | | 台灣醫衛網路服務協會長 |
| F03 | **快樂志工你和我-快樂用加法，煩惱用減法** | 顏宓盈 老師★ | | 錠嵂保險經紀人 |
| F04 | **優質的客戶服務/客戶抱怨與申訴處理** | 吳秀蓮 老師 | | EPC企業潛能教練 |
| F05 | **志願服務發展趨勢與案例討論** | 王中砥 老師 | | 文化大學推廣教育部特約講師 |
| F06 | **勞工權益～談職場問題應如何應對** | 劉韋廷 律師★ | | 立勤法律事務所負責人 |
| F07 | **個資法的第一堂課～個人資料保護法及案例解析** | 郭詠晴 律師 | | 鋐珅法律事務所 所長 |
| F08 | **清廉之心～得捨自在:談公務人員之行政中立** | 陳福林 老師 | | 長生大智慧協進會　會長 |
| F09 | **著作權生活通～你不能不知道智慧財產權** | 徐仕瑋 老師 | | 律師、檢察官 |
| F10 | **生活中不可不知的法律常識/生活中的消費陷阱與權利保護** | 劉志忠 律師 | | 恩典法律事務所 律師 |
| **G-自我成長** | | | | |
| G01 | **自信從賞識自己開始/ 人生要先『經踩』～從挫折到高峰** | 趙祺翔 老師★ | | 抗癌生命鬥士 |
| G02 | **享受吧！心靈旅行~多元學習與成長** | 伍文海 老師 | | NLP神經語言程式學執行師 |
| G03 | **學習正向美好的人生態度～建立正向好心錨，拔除負向壞心錨** | 闕禾益 老師 | | 瑞智精密公司專案經理 |
| G04 | **如何做個EQ高手〜吃喝玩樂談減壓//哦！我把自己變棒了** | 曲兆瑞 老師 | | 專業講師 |
| G05 | **幸福這堂課~快意圓融人生//重新發現自己-做自己的生命教練** | 王中砥 老師 | | 專業講師 |
| G06 | **人生要先「經踩」，生命才會精彩** | 劉麗紅 老師★ | | 生命鬥士 |
| G07 | **壓力管理與紓壓課程//自我療癒與身心保健** | 朱嘉玲 老師 | | 瑄丰企管顧問公司 副總顧問 |
| G08 | [**倒著看人生：就算沒有雙腳，用手也要追逐自己的夢想**](http://www.kingstone.com.tw/BOOK/book_page.asp?kmcode=2011771001330&actid=A1407203) | 周 凡 老師★ | | 激發正向能量工作坊 創辦人 |
|  |  |  | |  |
|  |  |  | |  |

勵活課程規畫 TEL：02-7707-4776、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。聯絡人：王韋方 信箱：livewell.course@gmail.com

TO:親愛的小姐/先生 您好，推薦生活成長講座及習課程資訊，敬請參考！-勵活課程規劃敬製

2019**圖書館、家庭教育中心 講座規劃及師資推荐**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **H-休閒旅遊** | | | | |
| **講 題 規 劃** | | **授 課 講 師** | | |
| H01 | **世界走透透，多元文化趣味多/第一次自助旅行就上手** | 賴彥如 老師★ | 行銷公關專案SOHO | |
| H02 | **台灣桃花源-10個美麗景點與故事/花錢不受罪-精緻旅遊** | 陳受祿 老師 | 知名導游、旅遊小巨人 | |
| H03 | **享受吧！5-7日自助小旅行！/人生一定要嘗試的10種旅行** | 賴彥如 老師 | 行銷公關專案SOHO | |
| H04 | **從心出發的旅行感動/從玩樂中體驗生態智慧** | 馬繼康 老師★ | 知名旅遊作家 | |
| H05 | **三人行不行~談自助旅遊規劃** | 林麒綸 老師★ | 知名旅遊作家 | |
| H06 | **氣象與生活-普通氣象、颱風、地震/臺灣水資源** | 李富城 老師★ | 三立電視臺顧問/氣象主播 | |
| H07 | **福爾摩沙輕旅行~北中南東走透透** | 傅昱杰 老師★ | 電視名人 | |
|  |  |  |  | |
| **I-家庭理財** | | | | |
| I01 | **有錢人和你想的不一樣/當理財遇到價值觀** | 王桂蘭 老師★ | | 富都納國際管理顧問負責人 |
| I02 | **建構成功的投資計劃Step-By-Step /有錢沒錢教個孩子會用錢** | 李明惠 老師 | | 錢Money雜誌專業講師 |
| I03 | **投資自己,創富未來/小資理財，人生可以自由自在** | 梁亦鴻 老師★ | | 精進財商顧問有限公司 |
| I04 | **預購幸福從家庭理財開始/投資理財的致勝方程式** | 阮慕驊 老師 | | 知名主持人 |
| I05 | **家庭生活教育-談親子溝通★★** | 楊世凡 老師★ | | 華盟講師協會秘書長 |
| I06 | **家庭理財面面觀/理債達人~債務整合及計劃** | 成中興 老師★ | | 文化大學推廣部兼任講師 |
| I07 | **有錢人和你想的不一樣/當理財遇到價值觀** | 王桂蘭 老師★ | | 富都納國際管理顧問負責人 |
|  |  |  | |  |
| **J-人文藝術** | | | | |
| J01 | **彩筆下的藝術人生/ 水彩畫的創作與欣賞** | 陳陽春 老師 | | 台灣藝術大學兼任教授 |
| J02 | **這些人和那些書-迷人的閱讀與出版** | 莫昭平 老師 | | 中國時報出版社長 |
| J03 | **走在希臘的神話與藝術長廊之間/ 解讀畢卡索的藝術經典** | 辜振豐 老師★ | | 輔仁大學織品系講師 |
| J04 | **藝術與人生-台灣行腳/ 抓一個夢想在手上-口袋攝影的秘訣** | 陳旻苓 老師 | | 文創專案經理人 |
| J05 | **尋訪台北之美-芝山岩的故事/ 台北古蹟之美-走尋大稻埕** | 葉倫會 老師 | | 大稻埕逍遙遊導覽義工 |
| J06 | **捕光捉影~光與影的對話/ 空間魔術師~以攝影感動人生** | 陳春隆 老師 | | 自由攝影作家 |
| J07 | **探訪臺灣山林之美-從小百岳談起** | 朱秀蓮 老師 | | 松山工農圖書館主任 |
| J08 | **親子創作DIY-創作我的幸福繪本** | 許惟翔 老師★ | | 益師益友協會會長 |
|  |  |  | |  |

勵活課程規畫 TEL：02-2777-4776(我們換區碼囉)、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。聯絡人：王韋方 信箱：livewell.course@gmail.com