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！-勵活課程規畫敬製

2019**生活成長講座規劃及師資推荐**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 類別 | 課 程 名 稱 | 講 師 群 簡 介 |
| **一****、****性****別****平****等** | 性別意識培力，如何在生活中落實性別主流化 | 蔡宜寧 老師 | ❤明新科技大學輔導員 |
| 性別主流化，兩性差異與溝通/認識與尊重多元性別 | 張純吉 老師 | ❤竹東榮民醫院臨床心理師 |
| 性別概念，向不當關愛說不/ 性別不設限，多元文化多元愛情 | 王淑楨 老師 | ❤文化大學推廣教育講師 |
| 那一年我們一起追的韓劇-從性別主流化談兩性平等與溝通技巧 | 楊世凡 老師 | ❤中華適性教育協會理事長 |
| 我和我的冠軍家庭~微電影看性別平等/媒體識讀談性平 | 張雪芳 老師 | ❤廣播電台廣播金鐘獎得主 |
| 性別主流化-兩性差異與溝通/ E網情深兩性交往之道 | 洪文玲 老師 | ❤台灣照顧管理協會專員 |
| 性別主流化-CEDAW認識與落實/ 性別無國界～關懷多元族群 | 李麗慧 老師 | ❤現代婦女基金會研究員 |
| **二****、****家****庭****親****子** | 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 老師 | ❤輔仁大學推廣部講師 |
| 營造和樂幽默的家庭氣氛/ 度過叛逆期，靠聰明父母 | 徐權鼎 教授 | ❤暢銷親子教育作家 |
| 幸福方程式，經營好關係/ 營造有愛無礙的親密溝通 | 黃聰濱 老師🟉 | ❤翔青股份有限公司專案經理 |
| 親子教養-品德教育養成/ 培養孩子未來的競爭力 | 許家華 老師🟉 | ❤專欄作家/暢銷書名家 |
| **三****、****人****際****溝****通** | 有話好說-邁向圓融的人際溝通/ 領袖的語言藝術與智慧 | 楊世凡老師 | ❤國立台北教育大學兼任教授 |
| 幸福方程式，經營好關係/ 營造有愛無礙的親密溝通 | 廖宇潔 老師★ | ❤靈魂三角窗藝術總監 |
| 溝通難不難-圓融的溝通與人際關係 | 胡國強 老師 | ❤胡果文創工作坊執行長 |
| 不溝通，行不通-做個有說服力的溝通達人 | 郭育志 老師 | ❤愛麗斯國際公司副總經理 |
| 從人際吸引力談魅力公關/顧客满意服務與抱怨處理 | 趙祺翔 老師★ | ❤中華華人講師聯盟講師 |
| 創新服務與案例解析/危機管理與抱怨處理 | 陳志欣 老師★ | ❤就業情報專案職涯顧問 |
| **四****、****中****階****主****管****培****訓** | 決勝職場-高效率之資訊管理/ 創造力強化與習慣突破 | 蔡長鈞 教授 | ❤環球科大休閒學院院長 |
| 從管理變革談團隊領導//提升創新能力與服務 | 王在正 老師★ | ❤汎亞人力資源專任講師 |
| 策略規劃與管理/ 高效率工作管理 | 胡世雄 教授★　 | ❤健行科技大學專任教授 |
| 兩心兩力，核心能力/ 媒體公關與互動技巧 | 楊惠玲 老師 | ❤張老師訓練中心講師 |
| 提升效率的數位時間管理/ 問題分析與解決能力 | 成中興 老師★ | ❤文化大學推廣部兼任講師 |
| 提昇職場形象，創造活力職涯 | 何欣恬 老師★ | ❤萬能科大、綠光劇團導師 |
| 創意激發~價值創造與左右腦思考 | 趙政岷 老師★ | ❤台北書展基金會 理事 |
| 口語表達與會議主持技巧/ 秀出自我~成功簡報輕鬆做 | 劉智雯 老師★ | ❤教育廣播電台主持製作人 |
| 時間管理與效率提升/ 正向思維的職場態度 | 顏宓盈 老師 | ❤錠嵂保險經紀人 |
| 讓人動容的魅力表達技巧/ 服務同理心與溝通技巧 | 王靖宏 老師 | ❤雙贏管顧公司講師 |
| 這樣做，沒問題！問題解決的方法與步驟 | 陳以軒 老師 | ❤松下電工主任管理師 |
| 企業危機管理與政府關係/ 談危機處理案例分析 | 駱秉寬 老師 | ❤華軒顧問(股)執行長 |

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

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！-勵活課程規畫敬製

2019**生活成長講座規劃及師資推荐**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 類別 | 課 程 名 稱 | 講 師 群 簡 介 |
| **五****、****職****場****學****習** | 創意思考訓練，提升工作效能/ 簡報技巧 | 胡雅茹 老師 | ❤ ESI廣翰思維教育長 |
| 提昇英文聽說能力，英文進步死背單字有用嗎？ | 陳嘉文 老師 | ❤英語教師/補教名師 |
| 正向情緒與壓力調適/ 團隊領導與激勵訓練 | 李明泰 老師 | ❤政治商學院諮詢顧問 |
| 職場溝通與人際關係/ 成功金鑰，有效的時間管理 | 鍾曜陽 老師 | ❤鍾曜陽命理風水負責人 |
| 高效時間管理及運用訓練/超人氣的公關與客服必勝術 | 楊維芬 老師 | ❤腦力開發集團首席講師 |
| 願景目標與策略性思維/ 培養好情緒，創造高效率 | 卓天仁 老師 | ❤巔峰潛能有限公司執行長 |
| 雙贏跨部門溝通技巧/ 高效能管理領導與激勵 | 李勝隆 老師★ | ❤教育推廣協會理事 |
| 同理心服務態度與溝通技巧/ 公務溝通談判衝突化解 | 林猷寧 老師★ | ❤ EQ大師研習中心總講師 |
| 團隊活動帶領-凝聚向心力/撼動人心說話技巧 | 陳冠州 老師 | ❤中華康輔協會講師 |
| 凝聚向心力，團隊價值與共識/ 跨部溝通與團隊凝聚 | 黃聰濱 老師 | ❤顧祥清問總經理 |
| **六****、****養****生****保****健** | 健康來自行立坐臥，脊椎健康與酸痛預防 | 卓錦泰 老師★ | ❤身體智慧有限公司執行長 |
| 掌握代謝力，健康一輩子/ 健康新選擇-如何吃得更健康 | 巫雲英 老師 | ❤專業營養師 |
| 每天睡得好，八十不見老/ 自我健康管理~吃出健康，活出元氣 | 周彥瑢 醫師★ | ❤馬偕紀念醫院中醫部主任 |
| 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 | 姜智釗 醫師★ | ❤澳商集團研發主任 |
| 提高免疫力-不讓醫生開病歷/ 遠離『三高』擁抱健康 | 張益堯 老師 | ❤專業營養師 |
| 愛生活，愛運動/ 運動讓生活更有品質 | 陳冠誠 醫師 | ❤亞東醫院復健科主任 |
| 明天過後~化解地球災劫的錦囊/ 資源耗竭-談水的危機 | 胡弘明 老師 | ❤華視無毒家園中心主任 |
| 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 |
| 長期照顧-身心健康與壓力調適/ 選擇天然，吃出健康  | 巫雲英 老師 | ❤專業營養師 |
| 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 |
| **七****、****法****律****知****識** | 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 |
| 個資法的第一堂課，個人資料保護法及案例解析 | 楊永成 律師 | ❤鋐珅法律事務所所長 |
| 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 | 林明忠 老師 | ❤法律事務所律師 |
| 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 |
| 清廉之心，得捨自在:談公務人員之行政中立 | 劉志忠 律師 | ❤恩典法律事務所律師 |
| **八****、****其****他** | 健康的秘訣從你我做起/ 3C時代脊椎預防 | 許澤民 老師★ | ❤益師益友協會講師 |
| 藝術陪伴-我的祕密花園，紓壓洗滌心靈的角落 | 魏怡珍 老師★ | ❤美國禪繞認証教師 |
| 種下財富的種子理財學習地圖 | 王桂蘭 老師★ | ❤富都納國際管理顧問負責人 |
| 職場性別新關係/ 壓力與情緒管理 | 王中砥 老師 | ❤香港卓越華人知識集團顧問 |

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！-勵活課程規畫敬製

2019**生活成長講座規劃及師資推荐**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 類別 | 課 程 名 稱 | 講 師 群 簡 介 |
| **九****、****自****我****成****長** | 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 |
| 享受吧！心靈旅行-多元學習與成長 | 廖淑純 老師 | ❤ NLP神經語言程式學執行師 |
| 學習正向美好人生態度-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 |
| 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 |
| 幸福這堂課~快意圓融人生/ 重新發現自己-做自己生命教練 | 王中砥 老師 | ❤專業講師 |
| [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 |
| 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 |
| **十****、****休****閒****旅****遊** | 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 |
| 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 |
| 享受吧！5-7日自助小旅行！/ 人生一定要嘗試的10種旅行 | 林麒綸 老師★ | ❤行銷公關專案SOHO |
| 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 |
| 金光下的山城，這片大地在說故事/ 包山包海話水金九 | 高竣中 老師 | ❤生態旅遊導覽人員 |
| 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 |
| 在33個夢想地方打卡/ 3萬六千英尺的旅行經驗 | 張雪芳 老師 | ❤後山電台節目製作主持人 |
| 單車環球夢-一生創造一個屬於自己的故事 | 李岱倫 老師★ | ❤自行車旅遊協會理事長 |
| **十****一****、****家****庭****理****財** | 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 |
| 構成功的投資計劃Step-By-Step/ 上班族的理財之道 | 李明惠 老師 | ❤錢Money雜誌專業講師 |
| 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 |
| 從全球經濟看投資趨勢/ 再老再忙也要理財~以成為有錢人 | 林俊延 老師 | ❤樂富文化負責人 |
| 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 |
| 家庭理財面面觀/ 理債達人~債務整合及計劃 | 廖義榮 老師 | ❤鉅微管理顧問公司講師 |
| **十****二****、****人****文****藝****術** | 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 |
| 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 |
| 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 | ❤輔大織品服研究所講師 |
| 藝術與人生~台灣行腳/ 抓一個夢想在手上-口袋攝影秘訣 | 陳旻苓 老師 | ❤文創專案經理人 |
| 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 |
| 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 |
| 探訪臺灣山林之美，從小百岳談起/ 無痕山林 | 朱秀蓮 老師 | ❤松山工農圖書館主任 |
| 味覺的藝術，品嚐美食的主觀與偏見 | 李明蒨 老師 | ❤壹傳媒出版公司副主任 |

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