

「樂活健康”水”南港」

10/31(一)晚上 7:00, 本校將舉行

「社區安全音樂會」, 歡迎社區民眾與我們共襄盛舉

類別	星期	編號	課程名稱	課程簡介	講師與簡歷
樂活南港	二	201	男人心中的女人- 女人心中的男人	男女思想和情感的世界, 有如何的差異和互動, 可以從生理結構、原生家庭、青少年的愛情、婚姻家庭, 去認識這些微妙的關係。	劉娟娟/南港社大藝術治療教師
	二	202	防震防災避難逃生要領	從日本 311 地震案例, 教導正確防震防災避難逃生要領。	莊文江/南港消防分隊長
	二	203	輕鬆快樂玩魔術	魔術師帽子裡面的秘密是什麼? 錢幣消失了! 撲克牌上的數字不見了! 這些是怎麼辦到的? 永遠令人好奇的魔法世界, 總是這麼的引人入勝, 現在就讓大家一探究竟的揭密學習。	張彥鈞/全民玩魔術工作坊講師
	三	301	居家安全與環境改善策略	兒童照顧者除了應接受兒童安全的基礎課程, 了解兒童發展、事故傷害的成因, 並能掌握管教技巧以外, 針對事故傷害後的應變技巧也應不斷的吸收新知, 且能時時關心報章雜誌所報導的案例, 透過案例提升自己的警覺性及重新檢視自己觀念、習觀, 以及做為居家環境改善的依據。	林月琴/靖娟兒童安全文教基金會執行長
	四	401	南港銀髮友善生活圈	介紹現今台灣老化的現況、相關政策及目前台北市相關的老人福利措施。另外, 簡介本中心的服務內容、角色定位及南港區銀髮族友善生活圈方案計畫之相關說明。	蔡璧徽/台北市南港老人服務中心社工督導
	六	601	台北~~一遊未盡	以臺北觀光再生為概念, 推出樂活、生態、時尚、懷舊、文創 5 大主題、10 大遊程, 帶領大家深度旅行臺北。	蔡惇光/台北探索館導覽講師
健康南港	二	204	潛藏在環境中的生活毒害	從地球整體的生態開始, 再談到講到減碳的模範城市, 最後告訴我們生活中的潛在毒害物質, 以及要如何防治。	林才群/有機生活推廣協會講師
	四	402	被橡皮擦拭去的記憶-淺談失智症及照護資源	我國進入高齡社會, 失智症患者罹患人口越來越多, 失智症所衍生之異常行為, 經常造成家庭和社區的困擾, 目前仍有 80% 以上的失智 & 患者隱藏社區內, 未經診斷發現, 家屬默默承受難以負荷之重但與無止盡的困擾, 唯有家屬與社區民眾擁有對失智症正確的理解, 讓照護者獲得支持及喘息, 失智症患者亦能在愛與包容的環境生活。	蔡珮珍/長庚醫院林口院區社工
	五	501	生活疫病不上身	職業病? 慢性病? 文明病? 生活中疾病愈來愈多, 如何認識他並預防他? 這堂課將告訴您。	衛生局疾病管制處講師
	五	502	如何遠避師奶殺手: 漫談乳癌防治	乳癌為台灣女性癌症死亡率, 要如何防治, 怎樣的生活習慣、飲食習慣讓我們可以避免這個不定時炸彈, 讓忠孝醫院的乳癌權威醫師告訴您。	陳振德/忠孝醫院放射科主任
	六	602	健康減重講座	現在的社會為什麼容易肥胖? 什麼樣的飲食習慣導致這樣的現象? 要如何才能吃的健康? 營養師一次全部告訴你。	張斯蘭/衛生局營養師

* 主辦單位: 台北市政府教育局 承辦單位: 財團法人致福感恩文教基金會

* 講座時間: 週一至週五 (2011/10/31-2011/11/4) 晚上 7:00~9:40
週六 (2011/11/5) 早上 9:30~12:10

* 洽詢專線: (02)2782-8272

* 講座地址: 台北市南港社區大學 (台北市東新街 108 巷 23 號, 成德國中內)

臺北市南港社區大學 100 年第二學期現代公民素養週講座簡介

「樂活健康”水”南港」

類別	星期	編號	課程名稱	課程簡介	講師與簡歷
美麗 “水” 南港	三	302	都市熱島降溫策略	臺北市是臺灣熱島效應最為嚴重的都市，何謂熱島效應，都發局將親自告訴我們，目前有什麼樣的改善策略、生態工法與綠美化工程正在進行。	張裕隆/臺北市 政府都發局股長
	三	303	時尚造型玩家	認識自我風格,培養審美觀風格診斷分析,找出對味的自我造型。	謝鈺倫/南港社 大新娘秘書教師
	五	503	南港埤塘文化祭	南港曾是埤塘、水田豐富的地區，近年來已逐漸消失，本講座將以南港三大埤塘為主軸，闡述埤塘的人文歷史與自然生態，來與我們一起體驗這一套有根有枝葉的南港「水」記憶。	專業導覽講師
	六	603	埤塘人文生態導覽	以南港三大埤塘為主軸，帶您直接前往現場體驗南港的「水」文化。	專業導覽講師
生活 南港	一	102	公營當舖寫真	從古今中外當舖業概述了解當舖業，並說明相關黃金飾品的簡介，最後告訴你鑽時購買的小撇步！	賴貞云/動產質 借處秘書
	一	103	易經在日常生活之運用	易經蘊涵宇宙人生無限真理。了解易經，不但能幫助自己，不傷害別人，進而能幫助別人，利人又利己。尤其是遇到困境時，可以指引人生正確方向，使吾人身、心、靈獲得整體提升。	曾正吉/河洛易 經之道協會常務 委員
	三	304	地方稅節稅大放送	地方稅簡介及節稅方法。	陳幼菱/稅捐稽 徵處審核員
	四	403	記錄中的影音公民新聞	公民新聞在近幾年興起，讓公民也可以成為新聞產製的前端者。然而，影音新聞的拍攝，並非只有獲得器材這般容易。培養公民對社會的責任，並進而記錄關心周遭的事務，藉由影像 step by step 的教學和分享，讓每個公民面對影音新聞不再有畏懼感，更從拍攝中獲得更多自信和對社會的關注。	王建雄/公共電 視新媒體部公民 新聞平台企劃
	五	504	買賣房屋面面觀	房屋買賣是所有交易項目中最容易發生爭議的，薛股長將告訴我們所有的注意事項、買賣方式以及發生爭議時的處理方式。	薛儀君/臺北市 地政處股長

* 主辦單位：台北市政府教育局 承辦單位：財團法人致福感恩文教基金會

* 講座時間：週一至週五（2011/10/31-2011/11/4）晚上 7：00~9：40
週六（2011/11/5）早上 9：30~12：10

* 洽詢專線：(02)2782-8272

* 講座地址：台北市南港社區大學（台北市東新街 108 巷 23 號，成德國中內）

** 現代公民素養講座完全免費，請學員邀請親朋好友一同來參加。 **