

桃園市政府家庭教育中心 110 年 推廣消費意識及自我健康管理講座

『怎麼動』才能讓身體更健康？『怎麼買』才能兼顧營養和健康？

跟著優秀講師一起動一動，讓講師們帶給你專業的保健知識，讓身心更健康～

*參與課程且填寫回饋表者，將抽出 5 名致贈「**筋膜放鬆花生球**」*

場次	日期 / 時間	主題	講師/現職
1	110.8.23(一) 下午 2-4 時	關節保健一起來-吃得營養，動得健康	陳德生/現任台北全新大安診所特約物理治療師
2	110.8.26(四) 上午 9:30-11:30	作自己的治療師-筋膜放鬆術	許澤民/臺北榮民總醫院物理治療師
3	110.8.30(一) 下午 2-4 時	全方位護眼大作戰	陳怡鐔(Donna)/長庚大學保健營養系兼任講師
4	110.9.15(三) 下午 2-4 時	食品、藥品、化妝品，怎麼才能安心購？	鄭文柏/現任柏愛及路易藥局藥師/曾任台北榮民總醫院臨床藥師
5	110.9.28(二) 下午 2-4 時	做好脊椎保健，讓你從此逆齡	黃如玉/躍翰健康學苑脊骨神經醫學顧問/曾任加拿大脊骨神經復健診所主治醫師
6	110.10.21(四) 晚上 6:30-8:30 (實體課程)	脊椎律動-健康人生跟我這樣動	陳荔琪(琵塔琪)/曾任健保醫療院所復健科物理治療師/實用級體適能指導員

備註：

- 辦理方式：以 Google Meet 進行線上課程，實體課程則於本中心視聽教室進行。
- 請至「桃園市政府家庭教育中心」首頁 (<http://family.tycg.gov.tw/>) 右上角點選「線上報名」，或以傳真報名，並請來電確認是否報名成功(TEL：03-3366885；FAX：03-3333063)。
- 錄取者於活動前一日將收到課程連結及相關資訊，實體課程全程參與者可登錄「愛的存款簿」、「公務人員終身學習護照」、「教師研習時數」2 小時，線上課程則不核發時數。
- 實體課程因應中央流行疫情指揮中心「防疫新生活運動」，參與民眾需配合實名制入場、落實個人防護措施（勤洗手、無法維持社交距離時佩戴口罩）及量測體溫，額溫超過 37.5 度之民眾，請聯繫 1922 防疫專線並盡快就醫，當日恕不開放入內參與課程，敬請見諒。

---「桃園市政府家庭教育中心 110 年推廣消費意識及自我健康管理講座」報名表---

姓名		性別		年齡		職業	
電話		電子郵件					
參加場次	☐ 第 1 場次(8/23) ☐ 第 2 場次(8/26) ☐ 第 3 場次(8/30) ☐ 第 4 場次(9/15) ☐ 第 5 場次(9/28) ☐ 第 6 場次(10/21)						

報名表請傳真至 03-3333063，洽詢電話 03-3366885 (請於傳真後來電確認是否報名成功)

桃園市政府家庭教育中心為落實個人資料之保護，依照個人資料保護法第 8 條規定進行蒐集前之告知：

- 1.蒐集之目的：統計報名人數、分析參與者背景、活動通知及製作簽到冊等活動相關作業。
- 2.蒐集之個人資料類別：包含姓名、性別、年齡、職業、電子信箱、聯絡電話。
- 3.個人資料利用之期間、地區、對象及方式：
 - (1)期間：您的電子信箱將輸入本中心電子報發送系統，您將不定期收到本中心電子報，直至您上網取消訂閱電子報；其餘個人資料，於活動結束後，即不再使用。
 - (2)地區：您的個人資料僅限於本機關內部使用。
 - (3)對象及方式：您的個人資料將僅用於本中心活動通知。
- 4.個人資料之權利：您可依個人資料保護法第 3 條規定，來電 03-3323885 行使相關權力。
- 5.若您不願意提供真實且正確完整的個人資料，將可能導致無法成功報名此次活動。
- 6.如果您同意以上條款，再開始進行報名動作 (報名完畢後，代表您已閱畢本次活動報名之個人資料告知事項，並同意本中心處理及利用您的個人資料)。

桃園市政府家庭教育中心

330 桃園市桃園區莒光街 1 號

<http://family.tycg.gov.tw/>

電話：03-3323885 傳真：03-3333063



facebook



LINE



官方網站

【印刷品】