



# 115年3月份 活動一覽表(1)

## 好家在臺中 挺你幸福進行中

### 課程活動

|                                           |                                                                     |               |
|-------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------|---------------|
| 3/04、11、18、25<br>(週三，連續4週)<br>09:30-11:30 | 正向教養家長成長團體「培養孩子面對挑戰的勇氣」<br>(第1梯次第1-4堂)<br>講師：趙元芝(臺灣阿德勒心理學會前理事長)     | 幼兒親職<br>實體課程  |
| 03/12(四)<br>09:30-11:30                   | 激發孩子面對挑戰的勇氣<br>講師：盧佩秋(親職教養作家)                                       | 幼兒親職<br>線上講座  |
| 03/12(四)<br>15:00-17:30                   | 我們的距離，要剛剛好<br>(幸福知WAY-年輕世代情感講座系列)<br>講師：盧美姣(諮商心理師)                  | 情感教育<br>實體課程  |
| 03/14(六)<br>14:00-16:00                   | 從「1」到「大於2」-讀懂育兒劇本裡的親密密碼<br>(育有嬰幼兒伴侶婚姻系列)<br>講師：王子欣(諮商心理師)           | 婚姻教育<br>實體課程  |
| 03/17(二)<br>10:00-12:00                   | 情緒風暴與青少年：親職的情緒管理與引導策略<br>講師：陳至心(社工師)                                | 青少年親職<br>線上講座 |
| 03/17(二)<br>14:00 - 16:30                 | 親子對話練習：拉近關係的黃金時刻<br>講師：吳思怡(AI世代親職教養講師)                              | 學齡親職<br>線上講座  |
| 3/17、24、31<br>(週二，連續3週)<br>09:30-11:30    | 在孩子、學校與自己之間，找到剛剛好的位置<br>(融合教育家長高效成長團體)(第1-3堂)<br>講師：羅丰苓(台師大特殊教育博士)  | 親職教育<br>實體課程  |
| 3/25(三)<br>10:00~11:30                    | 「情緒力就是競爭力」：培養孩子的專注、自律與抗壓韌性<br>講師：吳思怡(AI世代親職教養講師)                    | 情緒教育<br>線上講座  |
| 3/28(六)<br>14:00-16:00                    | 在AI時代，好好長大，也好好相處-<br>從15本書談自我成長、親子陪伴與人際關係的閱讀旅程<br>講師：趙逸帆(親師親職教育工作者) | 情緒教育<br>實體課程  |

### 志工服務

|                       |                                     |               |
|-----------------------|-------------------------------------|---------------|
| 3/1(日)<br>10:00-11:00 | 繪本導讀、親子手作、親子律動<br>市立圖書館梧棲親子館        | 親職教育<br>海線志工隊 |
| 3/2(一)<br>09:00-11:00 | 樂齡律動、樂齡團康<br>東勢區泰昌社區關懷據點            | 代間教育<br>東勢志工隊 |
| 3/2(一)<br>09:30-11:30 | 樂齡手作、樂齡桌遊、樂齡律動、樂齡團康<br>北屯區仁美里大心長照據點 | 代間教育<br>中心志工隊 |
| 3/5(四)<br>10:00-11:30 | 樂齡手作、樂齡律動<br>沙鹿區友緣關懷據點              | 代間教育<br>海線志工隊 |
| 3/6(五)<br>09:00-11:00 | 樂齡律動、樂齡團康、客家桌遊<br>東勢區慶東社區關懷據點       | 代間教育<br>東勢志工隊 |
| 3/7(六)<br>10:30-11:30 | 繪本導讀、親子桌遊<br>市立圖書館外埔分館              | 親職教育<br>豐原志工隊 |
| 3/8(日)<br>10:00-11:00 | 繪本導讀、親子手作、親子律動<br>市立圖書館沙鹿文昌分館       | 親職教育<br>海線志工隊 |



# 115年3月份 活動一覽表(2)

## 好家在臺中 挺你幸福進行中

### 志工服務

|                        |                                     |               |
|------------------------|-------------------------------------|---------------|
| 3/12(四)<br>10:00-11:30 | 樂齡手作、樂齡桌遊、樂齡律動、樂齡團康<br>大里區大心新仁里長照據點 | 代間教育<br>中心志工隊 |
| 3/12(四)<br>10:00-11:30 | 樂齡手作、樂齡律動、樂齡團康<br>清水區國姓里關懷據點        | 代間教育<br>海線志工隊 |
| 3/14(六)<br>10:00-11:00 | 繪本導讀、親子桌遊<br>市立圖書館石岡分館              | 親職教育<br>豐原志工隊 |
| 3/15(日)<br>10:30-11:30 | 繪本導讀、親子手作、親子律動<br>市立圖書館精武圖書館        | 親職教育<br>中心志工隊 |
| 3/18(三)<br>10:00-11:00 | 樂齡桌遊、樂齡團康、家庭教育講座<br>豐原區翁子社區關懷據點     | 代間教育<br>豐原志工隊 |
| 3/19(四)<br>10:00-10:40 | 繪本導讀、親子律動<br>市立圖書館東區分館              | 親職教育<br>中心志工隊 |
| 3/21(六)<br>10:00-11:00 | 繪本導讀、親子桌遊、親子律動<br>市立圖書館葫蘆墩分館        | 親職教育<br>豐原志工隊 |
| 3/21(六)<br>10:30-11:10 | 繪本導讀、親子手作、親子律動<br>市立圖書館西區分館         | 親職教育<br>中心志工隊 |
| 3/21(六)<br>10:00-11:00 | 繪本導讀、親子桌遊、親子律動<br>市立圖書館葫蘆墩分館        | 親職教育<br>豐原志工隊 |
| 3/21(六)<br>10:30-11:10 | 繪本導讀、親子手作、親子律動<br>市立圖書館西區分館         | 親職教育<br>中心志工隊 |
| 3/21(六)<br>10:30-11:30 | 繪本導讀、親子手作<br>市立圖書館東勢分館              | 親職教育<br>東勢志工隊 |
| 3/22(日)<br>10:00-11:00 | 繪本導讀、親子手作、親子律動<br>市立圖書館清水分館         | 親職教育<br>海線志工隊 |
| 3/26(四)<br>09:30-11:30 | 樂齡手作、樂齡桌遊、樂齡律動、樂齡團康<br>南屯區向心社區關懷據點  | 代間教育<br>中心志工隊 |
| 3/28(六)<br>10:00-10:50 | 繪本導讀、親子手作、親子律動<br>市立圖書館大墩分館         | 親職教育<br>中心志工隊 |
| 3/28(六)<br>14:00-16:00 | 繪本導讀、親子手作、親子桌遊、親子律動<br>市立圖書館大里分館    | 親職教育<br>中心志工隊 |

### 電話諮詢或面談服務

 家庭教育諮詢專線

**412-8185** (手機撥打請加02)

親子溝通 婚前交往 家庭資源  
子女教養 人際關係  
婚姻關係經營 生活適應

### 掃碼QR Code

獲得免費課程及親子活動資訊

Line官方帳號

FB臉書粉絲專頁

