

## 健康教育活動

日期	名稱：“中醫對春夏之交風濕病症食療”講座
【SE12-0034】 5月8日 星期二 晚上 8時至10時	內容：由於春天以風寒濕之邪氣侵襲人體肌表、筋骨關節，而發病作痛致令肢寒神疲。在春夏之際，濕氣加重會影響胃腸代謝及吸收功能。症見：大小便不利，肢體浮腫及關節疼痛乏力等症。此次講座會針對介紹自療方及食療法予與會者分享。 導師：洪沛森中醫師 對象：有興趣人士 名額：40人 費用：全免 地點：氹仔教育活動中心
日期	名稱：實務穴位按摩保健培訓班
【ITE12-0259】 5月26日 至 8月4日 逢星期六 下午 2時半至4時半 共10節	內容：按摩是中華醫術的一個重要組成部分，具保健和治療雙重功效，自古至今深受大眾的歡迎，更是現代家庭保健養生之道。內容包括：按摩的高階知識；人體骨骼、關節、肌肉的知識；按摩常用的經絡穴位及取穴方法；全身按摩的施術程序及實務；十種常見病的按摩保健治療方法；課程總結。 導師：經絡堂貿易行許宜固中醫師 對象：完成穴位按摩保健培訓高班之學員 名額：25人 報名費：100元 地點：氹仔教育活動中心
日期	名稱：穴位按摩保健培訓初班
【ITE12-0260】 5月26日 至 8月4日 逢星期六 下午 4時45分至6時45分 共10節	內容：導師將深入淺出地教授學員一般醫學常識；中醫養生的重要實用性；中醫基礎理論(一)(二)；認識經絡之學說及初步能掌握穴位按摩的認識及技巧，經絡與穴位等內容。 導師：經絡堂貿易行許宜固中醫師 對象：15歲以上或有興趣人士 名額：25人 報名費：100元 地點：氹仔教育活動中心

## 展覽

時間：逢星期一至星期日，早上十時至晚上九時半

地點：本中心百變空間

日期	活動
2012年4月2日至20日	舞韻風雲專題攝影比賽作品展
2012年5月7日至25日	“愛·和平·共融”視覺藝術展

## 兒童生活教育

編號	項目	日期	時間	節數	年齡	人數	報名費	材料費
ITE12-0281	兒童綜合繪畫A班	5月5日	下午2:30-3:30 逢星期六	10節	6-7歲	16人	50元	30元
ITE12-0282	兒童綜合繪畫B班	5月5日	下午3:45-4:45 逢星期六	10節	4-5歲	16人	50元	30元
ITE12-0283	英文字母遊戲層層疊	5月6日	上午10:00-11:30 逢星期日	6節	6-11歲	14人	50元	---
ITE12-0284	英語樂繽紛	5月6日	下午2:30-4:00 逢星期日	6節	5-6歲	14人	50元	---
ITE12-0285	兒童舞蹈班	5月6日	下午2:30-4:00 逢星期日	6節	5-6歲	12人	50元	---

ITE12-0286	幼兒舞動班	5月6日	下午4:00-5:30 逢星期日	6節	3-4歲	12人	50元	---
ITE12-0287	創意多元手工藝班	5月6日	下午5:00-6:30 逢星期日	6節	9-12歲	14人	50元	80元
ITE12-0288	幼兒摺紙樂園A班	6月3日	上午10:00-11:00 逢星期日	8節	3-4歲	12人	50元	10
ITE12-0289	幼兒摺紙樂園B班	6月3日	上午11:15-12:15 逢星期日	8節	5-6歲	12人	50元	10
ITE12-0290	兒童美食天地	6月3日	下午2:30-4:30 逢星期日	6節	8-12歲	16人	50元	80元
ITE12-0291	玩玩樹脂粘土之菜餚篇	6月3日	下午4:15-5:45 逢星期日	6節	6-12歲	14人	50元	110元
ITE12-0292	精靈寶寶健身操	6月17日	上午10:00-11:00 逢星期日	8節	3-4歲	12人	50元	---
ITE12-0293	啓發思維遊戲班	6月17日	上午11:15-12:15 逢星期日	8節	3-4歲	12人	50元	---
ITE12-0294	英語樂繽紛	7月1日	下午2:30-4:00 逢星期日	6節	5-6歲	14人	50元	---
ITE12-0297	兒童跆拳道	7月7日	下午5:00-6:30 逢星期六	8節	6-12歲	16人	50元	---
ITE12-0298	創意多元手工藝班	7月8日	下午5:00-6:30 逢星期日	6節	9-12歲	14人	50元	80元

註：年齡以足齡計算。例如3至4歲，4歲11個月仍未足5歲，也算4歲。

## 成人生活教育

編號	項目	日期	時間	節數	年齡	人數	報名費	材料費
ITE12-0261	●西歐健康烹飪班	5月7日	下午6:30-8:30 逢星期一	6節	15歲或以上	18人	50元	260元
ITE12-0262	●成人中國字畫中班	5月14日	下午6:00-7:30 逢星期一	10節	15歲或以上	20人	50元	---
ITE12-0263	●綜合健康舞A班	5月14日	晚上7:00-8:00 逢星期一	10節	15歲或以上	14人	50元	---
ITE12-0264	●綜合健康舞B班	5月14日	晚上8:00-9:00 逢星期一	10節	15歲或以上	14人	50元	---
ITE12-0265	●社交舞班A	5月14日	晚上8:30-10:00 逢星期一	10節	15歲或以上	26人	50元	---
ITE12-0266	●瑜珈班A	5月16日	晚上7:00-8:00 逢星期三	10節	15歲或以上	14人	50元	---
ITE12-0267	●瑜珈班B	5月16日	晚上8:00-9:00 逢星期三	10節	15歲或以上	14人	50元	---
ITE12-0268	●社交舞班B	5月18日	晚上8:30-10:00 逢星期五	10節	15歲或以上	26人	50元	---
ITE12-0269	●成人西式美點精選班	5月22日	晚上7:00-9:00 逢星期二	6節	15歲或以上	16人	50元	120元
ITE12-0270	●粵曲歌唱班	5月22日	晚上8:00-10:00 逢星期二	8節	15歲或以上	24人	50元	---
ITE12-0272	●創出我天地—親子樹脂粘土之菜餚篇	6月3日	下午2:30-4:00 逢星期日	6節	5至9歲兒童及家長	10對親子	50元	110元
ITE12-0273	●少林養身班易筋經	6月4日	上午10:00-11:30 逢星期一、五	8節	15歲或以上	16人	50元	---
ITE12-0274	●成人樹脂粘土之中秋篇	6月6日	下午6:30-8:00 逢星期三	6節	15歲或以上	16人	50元	200元
ITE12-0275	●葡菜精選班	6月8日	下午6:30-8:30 逢星期五	6節	15歲或以上	18人	50元	260元
ITE12-0276	●三十二式太極劍高班	6月12日	下午2:30-4:00 逢星期二、四	8節	15歲或以上	16人	50元	---
ITE12-0277	●第一套柔力球中班	6月12日	晚上8:00-9:30 逢星期二、四	8節	15歲或以上	16人	50元	32元 (新學員)
ITE12-0278	●健康排排舞初班	7月6日	下午2:30-4:00 逢星期三、五	8節	15歲或以上	16人	50元	---
ITE12-0279	●西式烹飪班	7月9日	下午6:30-8:30 逢星期一	6節	15歲或以上	18人	50元	260元
ITE12-0295	●成人茶藝班	7月12日	晚上8:00-10:00 逢星期二、四 下午3:00-5:00 逢星期六	6節	15歲或以上	16人	50元	---
ITE12-0280	●成人西式美點班	7月24日	晚上7:00-9:00 逢星期二	6節	15歲或以上	16人	50元	120元

註：以上有●點號的活動，將申報納入持續進修發展計劃資助項目內。

如氣象局懸掛八號颱風訊號，將停止上課。如在上課四小時或以前改掛三號颱風訊號，請留意本局網頁上發佈的課程及活動安排。