

歡迎大家一同學習成長

志玄文教基金會終身學習教育中心(慈濟大學輔導)

終身學習課程簡章 113年4月-6月

2024-02期

大里

受理報名繳費

113年2月26日(一)起

陸續開課

113年4月8日(一)起



線上報名網址

<https://www.tcsec.org.tw/>

地址：(412) 台中市大里區里科街66號
電話：(04) 2496-4179、(04) 2496-4310、
(04) 4051-0777轉4435

傳真：(04) 2496-2722

FB 搜尋：志玄文教基金會大里終身學習教育中心

報名時間：週二至週三 13:30~21:00

週四 08:30~12:00 / 13:30~21:00

週五及週六 08:30~12:00 / 13:30~17:00

• 下期2024-03期 (113年7-9月上課)

• 報名時間：5月27日起

• 網路報名：08:00~

• 現場報名：依中心營業時間

報名須知 /

- 1.報名學費不含書籍費、教材費、講義費、校外教學保險費...等。
- 2.為維持教學品質、尊重其他學員權益，所有課程謝絕試聽、旁聽，並請勿攜帶幼兒同行，懇請配合。
- 3.學費繳交後，不得轉讓他人及保留至下期課程，並請依退費辦法辦理退費。
- 4.僅報名未繳費者，因未完成報名手續，經通知後仍未繳費，額滿課程不保留該名額，可由候補者直接遞補。
- 5.課程如遇天災(颱風、地震...等)，請依人事行政總處公布停止上班上課為主，課程則順延一週結束。
- 6.本中心有依情況適時調整課程內容之權利，所有課程不保證開班，選擇樂器或有程度課程前，請謹慎思考。
- 7.各項公告請於報名時，詳閱各中心現場公告。

退費辦法 /

- 1.(1)未開班退全額。【若於「開課決定日」前提出退班者，即使未開班，仍退9成。】
(2)報名繳費後至實際上課日前退班者，退還應繳學費9成。
(3)開課日當天退班者，退還應繳學費7成。
(4)自實際上課日算起未逾全期三分之一者(含)，退還應繳學費5成。
(5)開班時間已逾全期三分之一(含)者，不予退還。
- 2.學員在學期間因重大不可抗力之因素須中輟課程，並提出證明者，可辦理退費，但需承擔手續費。
- 3.個人因素退班、退費者請自行承擔手續費。(現場刷卡：2%，網路刷卡：2.5%)
- 4.退費，請提供本人退費帳號，恕不辦理現金退費。



轉班辦法 / 【限同一中心，無法轉中心】

- 1.開課後，敬請於上課二次(含)內提出轉班申請，已額滿課程不受理。(報名公益、單元課程，不能轉班，只能退班。)
- 2.轉班以一次為限，轉班之學費多退少補。
- 3.因未開班選擇轉班之學員，於轉班後仍然決定退班者(不論是否已開課)，敬請依「退費辦法」辦理退費。

優惠辦法：【限同一中心】(優惠價課程不適用)(一人只適用一優惠方式)(公益、單元、額滿課程不列入)

身分別	優惠期間 113/2/26(一)-3/25(一)	113/3/26(二)- 開始不優惠	網路刷卡
不論身分別：報名一科	85折	不優惠	可
不論身分別：同時報名繳費二科 【公益、單元、額滿(候補)課程不列入】	8折	不優惠	可
年滿65歲【不限課程】【請出示證明】	7折	7折	請至現場驗證繳費，若 自行至網路刷卡，將不 退還多繳部分。
年滿75歲、身心障礙、中低收入戶 【不限課程】【請出示證明】	5折	5折	
持中國信託蓮花卡刷卡繳費【限本人】	9折	9折	

★ 113年4月2日(二)12:00前決定是否開課，確認開課未額滿之課程可繼續報名，已停開課程將不再受理報名。

◎公益課程 (需繳交保證金，以「缺課兩次」為原則，如缺課超過兩次，則不予退還保證金)

代號	課程名稱	期間/時間	教師	課程內容	學費
801	印順導師 《成佛之道》	113/04/12-05/31 星期五 09:00-11:00 8 週 / 16 小時	釋長叡 [華雨精舍]	《成佛之道》一書為印順導師以其對佛法做幾十年研究而總結的成果之著。本期課程以研讀印順導師《成佛之道》，建立學佛正知見，練習正念。 【需繳交保證金 500 元】	免費
802	情境管理	113/04/12-06/14 星期五 14:00-16:00 10 週 / 20 小時	沈肇基	1、介紹正確的情境覺察技巧，2、說明如何透過情境覺察技巧深入解析自他關涉之細節與要領，3、介紹情境演變的慣性作用，進行情境趨勢分析、規劃與管理。4、介紹情境失控之識別與排除的方法。【需繳交保證金 500 元】	免費
803	手抄無量義經	113/04/12-05/31 星期五 14:00-16:00 8 週 / 16 小時	陳美君	講解抄經淵源，並以恭敬心抄寫證嚴上人「無量義經」手抄本，兼以唱頌「無量義經」偈頌，以達敬心、靜心、淨心之境界。 【需繳交保證金 500 元，材料自備或請老師代購】	免費

◎新開課程 (新課程優惠，下一期恢復原價)

代號	課程名稱	期間/時間	教師	課程內容	學費
311	創意生活彩繪	113/04/11-06/13 星期四 19:00-21:00 10 週 / 20 小時	吳春金	以利用東方及西方媒材，將繪畫技法帶入生活工藝品，將藝術融入日常生活，呈現藝術生活化、生活藝術化的多元學習，讓生活更加多彩多姿。 【材料費 1500 元】	1800
312	創意流動畫	113/04/13-06/22 星期六 14:00-16:00 10 週 / 20 小時		運用壓克力顏料加入膠水、矽油讓它在畫面上自由流動，待顏料乾後，再加上油彩或稀釋液產生自由流動的各種畫面，讓心境的感動和思維記憶，從中體會各自不同的樣貌，讓自己或觀者有不同的想像空間。【材料費 2000 元】	1800
406	健康素食烘焙食品	113/04/10-06/05 星期三 13:00-17:00 5 週 / 20 小時	張慧珍	介紹烘焙食品的基本智能，學習各種素食烘焙原材料的特性與應用，並以技能實作為原則，製作各種美味又健康的素食烘焙產品。【上課日期：4/10、4/24、5/8、5/22、6/5】【材料費 1000 元】	1800
407	頌鉢音療 - 聆聽內在的聲音	113/04/11-05/30 星期四 10:00-12:00 8 週 / 16 小時	洪惠敏 陳玟妤	脈輪也稱作能量中心，是體內和身體周圍能量的聚集地，人體共有七個主要的脈輪，管理著不同層面的精神感知情緒。透過頌鉢音療可以協助脈輪的平衡，透過課程的引導讓緊繃的身心，從心開始重燃生命創造力。 【七脈輪精油 500 元】	1500

◎人文課程

代號	課程名稱	期間/時間	教師	課程內容	學費
201	靜思茶道 (初階二)	113/04/12-06/14 星期五 13:30-15:30 10 週 / 20 小時	靜思茶道 師資群	茶，可以靜心、清心、淨心。靜思茶道饒富日常生活的生活況味，深蘊寧靜優雅的藝術境界，更有悲心濟眾的宗教情操。靜思茶道之課程，茶學知識與慈濟人文兼具，期使透過茶事學習而豐富生命，接受藝術陶冶而美化心靈，時常演練茶禮而提升內涵。講信脩睦以建立人品典範，成為知書達禮的謙謙君子；進而懷抱大愛與感恩之慈濟人文精神，入群處眾致力於移風易俗，推動倫理道德觀念，創造禮教之美的社會，達到天下大同的理想。【茶葉、茶食、茶花...等材料費共 1000 元】 初階二：適合已上過初階一課程者 進階一：適合已上過初階三課程者	2200
202	靜思茶道 (進階一)	113/04/12-06/14 星期五 09:30-11:30 10 週 / 20 小時			2200
203	靜思花道	113/04/09-06/11 星期二 14:00-16:00 10 週 / 20 小時	蔡美莉	1、透過與花草對話，藉以體悟人性至真、至美、至善。2、靜思諦觀，孕育自在，清雅無爭，禪悅，法喜之靈性。3、「一花一世界，一葉一如來」能體悟花開花落為大自然法則，為天地無言的說法，進而惜福愛物。4、學會以少勝多「簡單就是美」之插花技巧。藉由花道培養慈濟人文素養及審美觀，提升靜思風格的精神生活層次。 【材料費 2500 元】	2200
204	靜思花道	113/04/09-06/11 星期二 19:00-21:00 10 週 / 20 小時	林俊男		2200
205	靜思花道	113/04/10-06/19 星期三 14:00-16:00 10 週 / 20 小時	賴麗雪		2200

◎語言課程

代號	課程名稱	期間/時間	教師	課程內容	學費
101	基礎日語	113/04/09-06/11 星期二 14:00-16:00 10 週 / 20 小時	謝士明	進行 50 音練習，課堂中製造學習日語的環境，讓學員在學習中自然記憶，從日常生活用語到出國必備的會話，讓你在出國自由行或團體旅遊自由時間不用導遊也能對話自如。 【課本 240 元，可由老師代購】	2200

◎兒童課程 (不開放網路報名，現場 / 電話報名後可網路刷卡)

代號	課程名稱	期間/時間	教師	課程內容	學費
601	兒童創意美學藝術 - 說故事主題式引導 五感體驗 (六~十二歲)	113/04/13-06/22 星期六 09:00-11:00 10 週 / 20 小時	陳佩君	引導兒童對美的「探索」和「顛覆」既定思考模式，讓小孩們盡情展現無窮無盡的創意為教學主軸。透過故事的引導，讓兒童在輕鬆愉快的環境中創作，小朋友們透過繪畫創作，將腦海中最美好又珍貴的畫面呈現出來時，我們也能再次看見孩子們眼中的那個美好世界。【材料費 350 元】	2200

◎藝術課程

代號	課程名稱	期間/時間	教師	課程內容	學費
301	書法 - 行楷	113/04/12-06/14 星期五 09:00-11:00 10 週 / 20 小時	徐慶彰	1、以智永行楷書的筆意與體勢作為教學範疇。2、以七字對聯作為書寫內容。3、教學現場：老師示範說明、學生臨摹與作業批改。4、輔助教學：教師錄製教學影片提供學生課後學習。5、學生作品成果展。【材料自備或由老師代購】	2200
302	水墨花鳥彩繪	113/04/10-06/19 星期三 19:00-21:00 10 週 / 20 小時	林碧惠	本期課程以棉布彩繪為教學方向，將美學基礎應用在日常生活中，讓您的居家生活更多采多姿。 【材料費 1200 元，可自備或請老師代購】	2200
304	新藝術療癒美學 (抽象創作：自我探索之旅)	113/04/09-06/11 星期二 14:00-16:00 10 週 / 20 小時	陳佩君	透過畫筆來自我探索、尋找身心靈平衡，以藝術作為媒介，協助繪畫者釋放內心的黑暗面情緒，以創造力表達自己，藉繪畫藝術疏導情緒，喚醒繪畫者內在的自我療癒力，尋找「真實自我」的旅程，開啟心靈之旅，探索藝術的能量。 【材料費 1000 元，可自備或團購】	2200
303	療癒粉彩繪	113/04/13-06/22 星期六 10:00-12:00 10 週 / 20 小時	王憶瑄	以粉彩為媒介、以紙為調色盤、以手指為畫筆，利用手指將色粉調勻上色，創作出一幅幅柔和畫作。課程中會漸進式地教導繪畫技巧與多元構圖，讓無基礎害怕畫畫的您也能輕易上手，從中建立自信心！【材料費 500 元，可自備或請老師代購】	2200
305	療癒空靈鼓 (初階)	113/04/13-06/22 星期六 13:45-15:15 10 週 / 15 小時		空靈鼓又叫鋼舌鼓，聲音明亮、空靈、醇厚，人稱傳播和諧、純粹美妙之樂音。簡單易學，沒有複雜的理論，適合樂器愛好者當入門樂器，也適合各個年齡層同樂，訓練左右手協調能力。	1700
306	療癒空靈鼓 (進階)	113/04/13-06/22 星期六 15:30-17:00 10 週 / 15 小時		進階課程適合已學習初階療癒空靈鼓或具有深厚音樂學習經驗者。【材料費 50 元，樂器可自備或請老師代購】	1700
307	12 孔陶笛 (入門)	113/04/11-06/13 星期四 09:30-11:30 10 週 / 20 小時	陳雅玲	陶笛是容易上手的樂器，喜歡音樂卻不會玩樂器的朋友，陶笛課程是讓你進入音樂世界的最佳選擇，讓我們一起共享歡樂的音樂時光。 【講義費 130 元，自備 12 孔陶笛或開學統一購買】	2200
308	古箏 (基礎班)	113/04/12-06/14 星期五 14:00-16:00 10 週 / 20 小時	張美華	1、適合初學者，2、古箏彈奏指法與技巧教學，3、古箏樂曲獨奏與合奏技巧教學，4、古箏古典與現代樂曲賞析。 【樂器由老師提供，每期樂器維護費 500 元】	2200
309	古箏 (進階班)	113/04/12-06/14 星期五 09:30-11:30 10 週 / 20 小時		2200	
310	會說會唱的二胡	113/04/12-05/31 星期五 14:00-16:00 8 週 / 16 小時	黃逸樵	二胡樂器很輕巧，音聲又柔和，很適合室內與室外演奏的樂器，偶爾還可帶著它到溪邊，邊拉邊欣賞風景，陶冶性情自娛娛人。 【教本 300 元，請自備二胡】	1800

◎生活課程

代號	課程名稱	期間/時間	教師	課程內容	學費
401	3D 藝術果凍花	113/04/09-05/28 星期二 14:00-16:30 8 週 / 20 小時	黎采瑜	以輕鬆活潑的教學氣氛由淺入深，了解如何運用蔬菜、水果、茶等食材顏色加入蒟蒻中。培養學員的生活美學，讓學員有辦法設計屬於自己的創意蒟蒻果凍，激發學員的創造力、想像力，由學員親自完成每項創新學習作品，發揮自我的創意美學。【材料費 4000 元，多退少補】	2200

◎生活課程

代號	課程名稱	期間/時間	教師	課程內容	學費
402	健康蔬食	113/04/12-06/14 星期五 10:00-11:30 10 週 / 15 小時	黃瓊誼	教導大家如何運用簡易食材及醬料做出美味又健康的蔬食，讓大家喜愛蔬食，減輕身體負擔，有個充滿活力的生活。老師會依當時食蔬作課程調整。【材料費 1100 元】	1700
403	品味咖啡	113/04/13-06/22 星期六 10:00-12:00 10 週 / 20 小時	陳麗色	從咖啡的起源、種植、採摘、處理、烘焙談起，確切認識杯中的咖啡。再藉由各種咖啡煮具的認識與操作，進而完成各種花式咖啡之調製，遊玩各種咖啡領域，豐富生活情趣。【材料費 800 元】	2200
404	生活傢飾 - 布彩繪美學	113/04/10-06/19 星期三 14:00-16:00 10 週 / 20 小時	賴金雀	彩繪傢飾美學源自於歐洲鄉村，農民在農作之餘彩繪自家傢俱，進而傳到台灣，舉凡衣服、舊物改造皆可成為繪畫素材，應用在生活中，成品自用送禮兩相宜。【材料費 1300 元】	2200
405	手機剪輯好好玩	113/04/10-06/19 星期三 14:00-16:00 10 週 / 20 小時	許遠志	現在人手一機，加上手機有即時傳送影音的便捷，因此能好好的利用手機的優勢，使用手機的剪輯軟體來完成影片，就變成是一件很容易達成的事，讓我們用最經濟的方式來完成影片吧！【請自備手機】	2200

◎體能課程

代號	課程名稱	期間/時間	教師	課程內容	學費	
501	靜心舞蹈	113/04/09-06/11 星期二 19:00-20:30 10 週 / 15 小時	沈若詩	快速高壓的生活步調與長期不當的姿勢，使得身體緊繃，透過伸展在舞動中靜心覺察，藉由頌鉢音頻紓壓與放鬆，改善失眠讓身心更健康。【請自備瑜珈墊】	1700	
502	美姿美儀古典身韻	113/04/12-06/14 星期五 14:00-15:30 10 週 / 15 小時	蔡復梅	自然呈現的肢體語言，就是一種美麗的舞蹈；因而更加歡喜的愛上自己，享受與自己相處的美好，每一堂課都讓你驚艷的發現，自己的無限潛能被開啟。	1700	
503	哈達放鬆伸展瑜珈	113/04/09-06/11 星期二 14:00-15:30 10 週 / 15 小時	張家華	哈達瑜珈的練習，藉由瑜珈體位法，搭配呼吸法練習，幫助身體找回正位，讓身體到正確的姿勢體態，利用呼吸法專注在當下，讓能量在體內流動去喚對身體的覺察，達到身心靈平衡，友善初學者。【自備瑜珈墊、瑜珈磚、瑜珈繩】	1700	
504	哈達放鬆伸展瑜珈	113/04/10-06/19 星期三 19:00-20:30 10 週 / 15 小時			1700	
505	身心舒展哈達瑜珈	113/04/11-06/13 星期四 19:00-20:30 10 週 / 15 小時			舒展哈達瑜珈的練習，藉由瑜珈體位法，讓身體到正確的姿勢體態，全身伸展，增進排毒代謝能力，搭配呼吸法練習，增加血液循環，調和氣血，增強能量修補身體，強化體質，提升免疫力，精神安定，遠離壓力疾病。【自備瑜珈墊、瑜珈磚、瑜珈繩】	1700
506	輪棒伸展瑜珈	113/04/11-06/13 星期四 14:00-15:30 10 週 / 15 小時	張慧蘭	哈達瑜珈伸展動作與核心訓練，再配合利用輪棒按摩疏通氣結，滾動按摩，疏通經絡，療癒養生、放鬆深層肌肉，有效減輕身體痠痛，學習當自己的身體按摩師。	1700	
507	舒緩瑜珈	113/04/10-06/19 星期三 14:00-15:30 10 週 / 15 小時			透過瑜珈伸展、核心、肌耐力鍛鍊，讓工作所累積的身體壓力得到完全的放鬆，排除身心靈的負面能量，從呼吸方面調息，從體態方面調身，從心靈與精神方面調心，藉由瑜珈來獲得身心適度的改善，提升善的能量。【請自備瑜珈墊】	1700
508	舒緩瑜珈	113/04/10-06/19 星期三 19:00-20:30 10 週 / 15 小時			1700	
509	鄭子太極拳 37 式 (初級五)	113/04/09-06/11 星期二 19:00-21:00 10 週 / 20 小時	賴永誠	鄭子太極拳是依據古典經論和古人遺留的技藝結晶，並經鄭曼青大師數十年之研究與實踐的經驗心得，從原有冗長之套路，精減為三十七式，每一招勢均為精髓，因而練一套拳，只要花六至七分時間，就可以達到保健養生。	2200	
510	鄭子太極拳 37 式 (初級六)	113/04/10-06/19 星期三 19:00-21:00 10 週 / 20 小時			2200	
511	日本太鼓	113/04/11-06/13 星期四 19:00-20:30 10 週 / 15 小時	徐愷鏜	日本太鼓的魅力始於心之脈動的生命共同體。透過節奏與呼吸的共振，達到身、心、靈洗禮，不僅紓壓又能增強身體免疫力，真正達到內外一致的舒暢人生。【太鼓由中心提供，器具保養費與鼓棒 1600 元】	1700	