

公民教育活動

日期	名稱：幼兒世界展續紛
【ITE12-0557】 11月3日至12月8日 【ITE13-0012】 2013年1月19日至3月9日 逢週六 17:00-18:30 下午5時至6時半 共6節	內容：以遊戲、故事、角色扮演、美勞等活動提高孩子的公民意識，加強對澳門的歸屬感及責任感，擴闊視野和思考空間，培養積極的態度，建立正確的價值觀。 導師：黃寶珍老師 對象：3至5歲兒童 名額：14人 報名費：50元 材料費：30元 地點：氹仔教育活動中心
日期	名稱：童心看世界
【ITE12-0558】 11月4日至12月9日 【ITE13-0011】 2013年1月13日至3月3日 逢星期日 下午2時半至4時 共6節	內容：以時下熱門的話題和新聞為討論主題，培養小朋友對“家事國事天下事，事事關心”的愛國愛澳情懷。藉著討論、分享及發表訓練小朋友的口語表達能力，加深認識、關心世界各地的人和事，從而進行生命教育，放眼世界。 導師：葉佩珠老師 對象：4至6歲兒童 名額：14人 報名費：50元 材料費：30元 地點：氹仔教育活動中心

註：如氣象局懸掛三號颱風訊號，公民教育班將停止上課。

健康教育活動

日期	名稱：“頸腰椎簡易保健”講座
【SE12-0077】 11月26日 星期一 晚上 7時至9時	內容：經絡是聯絡人體五臟六腑、四肢五官的網線和橋樑，也是我們通過身體表面來醫治內臟的長臂觸手，所以人體經絡是養生治病的最好捷徑。通過經絡在人體的運行，認識各條經絡的一些特殊穴位，用簡易的按摩法來減輕或治療日常生活中身體所產生的不適，也是預防和養生之道。 導師：吳友國中醫師 對象：15歲以上或有興趣人士 名額：40人 費用：全免 地點：語言推廣中心

日期	名稱：“冬季滋陰補腎食療”講座
【SE13-0003】 2013年1月22日 星期二 下午 7時至9時	內容：中醫認為養生之道是要人們“天人相應”在秋冬時候天氣干燥或陰寒人體的液體有所耗損，故令五臟六腑的功能有所下降或不足，出現口舌干燥、皮膚干澀、關節不利、心煩失眠、干咳無痰或痰中節血、皮膚痕癢、皸裂、四肢抽筋及血寒筋疔等症，所以在“秋冬養陰”的旨意上，為人們來解決以上的症狀問題，以藥療或食療之法來平衡人體功能。 導師：洪沛森中醫師 對象：15歲以上或有興趣人士 名額：40人 費用：全免 地點：氹仔教育活動中心
日期	名稱：刮痧培訓班
【ITE13-0009】 2013年1月26日 至4月20日 逢星期六 下午 2時30分至4時半 共10節	內容：刮痧是中醫常見的自然療法之一，它是在人體的一定部位上進行刮拭，從而達到保健強身與防治疾病的目的。此等簡單的刮拭手法有調理人體氣血，增強免疫系統，止痛及治病等功用。課程內容包括：中醫理論基礎、刮痧中醫原理、刮痧相關穴位、刮痧手法及刮痧治病等。 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
日期	名稱：穴位按摩保健培訓高班
【ITE13-0010】 2013年1月26日 至4月20日 逢星期六 下午 4時45分至6時45分 共10節	內容：針對各類常見的家庭穴位治療：1.認識中醫，病因病機學（病因、發病、病機） 2.標準耳穴常用穴位功能 3.食療方法等。 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中班之學員 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10月13日至11月9日	“國際青年舞蹈節攝影比賽優勝作品展”

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
ITE12-0553	英文字母遊戲層層疊	11月4日	上午 10:00 – 11:30 逢星期日	6 節	6-11 歲	14 人	50 元	---
ITE12-0554	兒童舞蹈班	11月4日	下午 2:30 – 4:00 逢星期日	6 節	5-6 歲	14 人	50 元	---
ITE12-0555	幼兒舞動班	11月4日	下午 4:00 – 5:30 逢星期日	6 節	3-4 歲	14 人	50 元	---
ITE12-0556	創意多元手工藝班	11月4日	下午 5:00 – 6:30 逢星期日	6 節	9-12 歲	14 人	50 元	80 元
ITE13-0013	兒童跆拳道	1月12日	下午 5:00 – 6:30 逢星期六	8 節	6-12 歲	16 人	50 元	---
ITE13-0014	幼兒摺紙樂園 A 班	1月13日	上午 10:00 – 11:00 逢星期日	8 節	3-4 歲	12 人	50 元	10 元
ITE13-0015	幼兒摺紙樂園 B 班	1月13日	上午 11:15 – 12:15 逢星期日	8 節	5-6 歲	12 人	50 元	10 元
ITE13-0016	兒童綜合繪畫 A 班	1月19日	下午 2:00 – 3:00 逢星期六	8 節	6-7 歲	14 人	50 元	30 元
ITE13-0017	兒童綜合繪畫 B 班	1月19日	下午 3:15 – 4:15 逢星期六	8 節	4-5 歲	14 人	50 元	30 元
ITE13-0018	兒童中國字畫班	1月20日	上午 10:30-12:00 逢星期日	8 節	6-10 歲	16 人	50 元	20 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。

如氣象局懸掛三號颱風訊號，兒童班將停止上課。

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
ITE12-0550	●第二套柔力球進階班	11月8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)
ITE12-0549	●健康排舞班	11月14日	下午 2:30 – 4:00 逢星期三、五	8 節	15 歲或以上	16 人	50 元	---
ITE12-0551	●澳門菜精選班	11月19日	下午 6:30 – 8:230 逢星期一、五	6 節	15 歲或以上	18 人	50 元	260 元
ITE12-0552	●三十二式太極中班	11月20日	下午 2:30 – 4:00 逢星期二、四	8 節	15 歲或以上	16 人	50 元	---
ITE13-0001	●瑜伽班 A	1月2日	晚上 7:00 – 8:00 逢星期三	10 節	15 歲或以上	14 人	50 元	---
ITE13-0002	●瑜伽班 B	1月2日	晚上 8:00 – 9:00 逢星期三	10 節	15 歲或以上	14 人	50 元	---
ITE13-0005	●社交舞班 B	1月4日	晚上 8:30 – 10:00 逢星期五	10 節	15 歲或以上	26 人	50 元	---
ITE13-0019	親子西式美點班	1月6日	下午 2:30 – 4:30 逢星期日	6 節	6-12 歲兒童 及其家長	10 對 親子	100 元	160 元
ITE13-0006	●社交舞班 A	1月7日	晚上 8:30 – 10:00 逢星期一	10 節	15 歲或以上	26 人	50 元	---
ITE13-0003	●瑜伽班 C	1月7日	晚上 8:00 – 9:00 逢星期一	10 節	15 歲或以上	14 人	50 元	---
ITE13-0004	●綜合健康舞班	1月7日	晚上 7:00 – 8:00 逢星期一	10 節	15 歲或以上	14 人	50 元	---
ITE13-0007	●成人中國字畫初班	1月7日	下午 6:00 – 7:30 逢星期一	10 節	15 歲或以上	20 人	50 元	---
ITE13-0008	●成人西式美點班	1月8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。網址：<http://www.dsej.gov.mo/caet/>

除課程有說明發證書外，所有興趣班均不獲發證書。