

樂活家庭

~ 婚姻、家庭、性別與情感

免費講座(每月第2個週六上午)



	日期	時間	主題	內容	講師
第一季	2/8 (六)	10:00- 12:00	3C 時代下的 教養新挑戰	人手一機的時代，家長無法不正視 3C 時代的來臨與世代差異：玩樂、工作、聯繫感情…等，手機儼然成為與社會連結的媒介。當手機使用成為親子衝突的來源，如何洞察手機對滑世代帶來身心發展的影響？ 在陪伴與教養上，讓我們一起協力，加強子女面對與因應的能力！	李麗慧 臺灣兒少權益 暨身心健康促 進協會祕書 長、東吳大學 社工系兼任講 師
	3/14 (六)	10:00- 12:00	從心閱讀- 滋養孩子的 家庭關係	有韌性的孩子能夠探索自我、悅納自己並發展優勢能力，在面對生活的挫折、困境或危機時，能調節情緒、分析原因、表達、溝通與解決問題。講座將從「心閱讀」分享如何提升心理韌性及挫折復原力，並實際分享如何運用繪本學韌性，讓孩子未來能有能力面對逆境、克服挑戰。	張菊惠 中華心理衛生 協會副理事 長、亞洲大學 健康產業管理 學系兼任助理 教授

♥性別友善 歡迎多元性別特質民眾參與，也歡迎您全家大小蒞臨育兒友善

有托育服務或其他需求者，煩請您於報名時備註，感謝您的協助。

講座地點：臺北市家庭教育中心

(臺北市中山區吉林路 110 號，吉林路與四平街口)

* 搭乘公車請於「南京吉林路口」或「長春松江路口」下車

* 搭乘捷運請於「松江南京站」8 號出口(向左轉至四平街再左轉步行約 5-10 分鐘)

* 【報名】請至臺北市家庭教育中心網站，或【電話】2541-9690 轉 820

期待您的蒞臨，也請協助轉知給身邊的朋友喔！

因應中國大陸新型冠狀病毒肺炎(武漢肺炎)防疫，提醒您如有發燒、呼吸道症狀(咳嗽、喉嚨痛、打噴嚏)等症狀，建議儘速就醫或在家休養；參與者進入教室前，將由本中心工作人員協助量測體溫，如有發燒症狀請勿進入課堂。

更多活動訊息請見本中心網站【<https://www.family.gov.taipei>】活動訊息查詢

善 用 3 C • 幸 福 3 T
Reading together、Playing together、Running together
全 家 共 讀 、 同 樂 、 一 起 動 一 動