

111 年內湖婦女中心活動計畫		1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	備註
節慶	特殊節日-婦女節慶祝活動			5										共1次
	特殊節日-母親節慶祝活動					14								共1次
家庭培力	1.小資省錢大作戰	A 小資美容保養小撇步				21								共5次
		B 少少錢妝扮美美				28								
		C 租屋知多少						9						
		D 修繕水電不求人							16					
		E 快速電鍋省錢好料理								6				
	2.人生可以不"債"懼怕						25							共1次
親子	1.親子出遊趴趴GO			12							15			共2次
	2.家事小尖兵				4/9,16,23,30, 5/7									共5次
個人	1.發現個性寶藏-九型人格溝通術				9,16,23,30									共4次
	2.自我照顧處方箋	A 用畫說話(I/II)			5				6					共2次
		B 憂鬱心靈地圖(I/II)			19				2					共2次
		C 肩頸痠痛舒緩(I/II)					7			3				共2次
		D 壓力處方箋(I/II)						11			1			共2次
社區	1.親子共樂(與內湖親子館合辦)			26				30						共2次
	2.育兒友善支持方案	A 到宅育兒指導、喘息服務												持續進行
		B 團體育兒指導(與內湖、南港社福中心合辦)												共3次
	3.中高齡食療保健								13,27	17				共3次
	4.指尖慢時光						18		20		22			共3次