



111 年度中區辦公室『會員固定聚會』報名簡章

中區辦公室『會員固定聚會』豐富有趣的課程開始了，協會藉由此聚會讓會員及病友，能夠互相陪伴關懷支持著彼此。協會也會於聚會中邀請病友示範帶領瑜珈課程，另外也會針對病友辦理相關活動內容，豐富病友於聚會中活動。

一、活動訊息

【活動對象】小腦萎縮症病友協會之中區會員。

【活動時間】111 年 1 月 6 日起，每週四早上 10:00~15:00。

【活動地點】中區辦公室(台中市西屯區重慶路 99 號 6 樓之三)。

【活動內容】邀請講師及志工為大家進行多化課程與瑜珈課程，協會也會針對病友需求辦理相關活動，豐富病友於聚會中活動。(詳附件一)

二、報名訊息

【報名日期】即日起開始報名，欲報從速。

【報名辦法】請填妥「活動報名表」後，郵寄、傳真或電話報名即可，繳交報名表後，敬請務必來電確認，報名手續才算完成。

【報名資格】小腦萎縮症病友協會之中區會員。(包含台中市、苗栗、南投彰化、雲林、嘉義等會員)

【報名費用】會員免費，病友會員可攜帶一名陪同者，如無上述資格者依活動內容酌收活動費(餐費、材料費等)。

【聯絡方式】電話：(04)2311-5472；傳真：(04)2311-5372 洽社工員

【協會地址】台中市西屯區重慶路 99 號 6 樓之三(青海路與重慶路交叉口)

【交通方式】1. 公車 25、35、37、45、125 至勤美社區

公車 18、67、79 至何厝國小，23、33、53 至文心西屯路口

公車 48、77、323、324、325、326 至何厝(臺灣大道)

2. 設籍於台中市市民可致電復康巴士中心，預約用車，洽詢：1999。



【注意事項】

- ★為鼓勵病友踴躍參與，參加者於活動當天 **10:30 分前**進場，始得以餐費補助；如 10:30 分後加入，仍可參加活動，但不受於協會補助餐費。
- ★為響應環保及個人衛生，請盡量自備餐具及水杯。

111 年度中區辦公室『會員固定聚會』報名表

報名者資料			
姓名(1)		身份別	<input type="checkbox"/> 會員 <input type="checkbox"/> 病友 <input type="checkbox"/> 家屬 <input type="checkbox"/> 非會員 <input type="checkbox"/> 其他_____
葷食/素食	<input type="checkbox"/> 葷食 <input type="checkbox"/> 素食	連絡電話	
姓名(2)		身份別	<input type="checkbox"/> 會員 <input type="checkbox"/> 病友 <input type="checkbox"/> 家屬 <input type="checkbox"/> 非會員 <input type="checkbox"/> 其他_____
葷食/素食	<input type="checkbox"/> 葷食 <input type="checkbox"/> 素食	連絡電話	

電話：(04)2311-5472；傳真：(04)2311-5372 洽社工員
傳真、郵寄或 e-mail 後請務必來電確認喔！謝謝！

防疫措施：

1. 實施實聯制方式：簽到表
2. 活動全程應全程佩戴口罩(除補充水分或用餐，可暫脫口罩外)，並由志工擔任社交距離宣導員，負責提醒參與活動人員維持社交距離
3. 場所入口處/活動入場處體溫量測及人數管控事宜，並提供酒精、乾洗手液或洗手設備。若有發燒超過攝氏37.5 度以上或有上呼吸道症狀之民眾，禁止進入
4. 為保持社交距離，避免人潮擁擠或群聚，實施人流總量管制措施
5. 未依前開防疫規定者，應禁止其進入，強行進入或勸導不改善者，應即報請警察單位告發處罰。



上午瑜珈課程

項號	日期	10:00-12:00	講師	堂數
1	1月6日	健康瑜珈初級	謝茱米	1
2	1月13日	健康瑜珈初級	謝茱米	2
3	1月20日	停課		
4	1月27日	停課		
5	2月3日	停課		
6	2月10日	停課		
7	2月17日	停課		
8	2月24日	健康瑜珈初級	謝茱米	3
9	3月3日	健康瑜珈初級	謝茱米	4
10	3月10日	健康瑜珈初級	謝茱米	5
11	3月17日	健康瑜珈初級	謝茱米	6
12	3月24日	健康瑜珈初級	謝茱米	7
13	3月31日	健康瑜珈初級	謝茱米	8
14	4月7日	健康瑜珈初級	謝茱米	9
15	4月14日	健康瑜珈初級	謝茱米	10
16	4月21日	健康瑜珈初級	謝茱米	11
17	4月28日	健康瑜珈初級	謝茱米	12
18	5月5日	健康瑜珈初級	謝茱米	13
19	5月12日	健康瑜珈初級	謝茱米	14
20	5月19日	健康瑜珈初級	謝茱米	15
21	5月26日	健康瑜珈初級	謝茱米	16
22	6月2日	健康瑜珈初級	謝茱米	17
23	6月9日	健康瑜珈初級	謝茱米	18
24	6月16日	健康瑜珈初級	謝茱米	19
25	6月23日	健康瑜珈初級	謝茱米	20
26	6月30日	健康瑜珈初級	謝茱米	21



社團法人 中華小腦萎縮症病友協會

下午趣味廚房、藝術治療、有氧運動

項號	日期	13:00-15:00	講師	堂數
1	1月6日	趣味廚房	林州龍	1
2	1月13日	趣味廚房	林州龍	2
3	1月20日	停課		
4	1月27日	停課		
5	2月3日	停課		
6	2月10日	停課		
7	2月17日	停課		
8	2月24日	趣味廚房	林州龍	3
9	3月3日	藝術治療	徐凱強	4
10	3月10日	藝術治療	徐凱強	5
11	3月17日	藝術治療	徐凱強	6
12	3月24日	藝術治療	徐凱強	7
13	3月31日	藝術治療	徐凱強	8
14	4月7日	藝術治療	徐凱強	9
15	4月14日	藝術治療	徐凱強	10
16	4月21日	藝術治療	徐凱強	11
17	4月28日	藝術治療	徐凱強	12
18	5月5日	藝術治療	徐凱強	13
19	5月12日	藝術治療	徐凱強	14
20	5月19日	藝術治療	徐凱強	15
21	5月26日	藝術治療	徐凱強	16
22	6月2日	有氧運動	李良美	17
23	6月9日	有氧運動	李良美	18
24	6月16日	有氧運動	李良美	19
25	6月23日	有氧運動	李良美	20
26	6月30日	有氧運動	李良美	21