

108年11月班期佈告欄

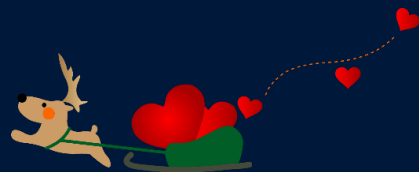
人文環境

1. 環保藝術創作研習班(B00155)
2. 健康元氣養生研習班(AA2919)

資訊應用

1. Google Analytics網站分析與應用研習班(AA0515)
2. APP基礎程式設計研習班(B00362)
3. 網頁設計進階班(B00403)
4. 社群媒體經營策略研習班(B00392)
5. 簡易修圖與海報文宣設計研習班(B00327)
6. PowerPoint初階基礎班(B00402)
7. Libre Office_試算表基礎班(B00399)
8. Windows10就要這樣用基礎班(B00396)

請於**10月29日(星期二)**前洽請所屬單位人事人員至本處「實體班期專區」完成報名手續。



環保藝術創作研習班

秋冬是大自然的豐收季節，色彩繽紛的落葉、果肉飽滿的果實與堅韌挺拔的枯枝遍佈在我們的生活中等待契機。讓我們透過雙手與巧思，賦予眼前的自然物們新的生命與藝術價值。

【課程大綱】

1. 現地自然觀察，啟發創作靈感。
2. 動手練習樹枝蟲的組合技巧。
3. 實作課程-完成四個樹枝蟲作品：
螞蟻、蜻蜓、瓢蟲與獨角仙
(學員亦可自行發揮與創作)
材料費50元



研習時間	11月29日 (星期五)	6小時
適合對象	各機關人員 *開放3名供本府退休人員(不含退休教師)上課	
課程講師	林純如/環境教育教師	

【特色效益】

- 課程中引領學員現地自然觀察，從自然中觀察昆蟲、樹枝、種子、與石頭等自然物，並從中啟發創作靈感。再透過巧手創意拼湊黏貼出小昆蟲與動物等造型。創作過程的自然素材與工具將由講師準備，藉由手與腦的創作，達到另一種放鬆與療癒的心情。
- 班期結訓學員資料將另上傳時數至環保署環境教育資訊系統。

終身學習類別 環境教育-自然保育

聯繫窗口 蔡小姐 02-29320212 分機553

健康元氣養生研習班

講師期許：

輕鬆減重 越吃越瘦

避開地雷、別一秒惹怒醫生，並學會各種小技巧，
成為醫師眼中的好病人！

【課程大綱】

1.樂齡健康吃 逆齡輕鬆瘦

- 全年齡都知道的顛覆性健康飲食概念
- 輕鬆為健康畫出設計圖

2.醫師眼中的我？—談如何當個好病人

- 您是醫師眼中的好病人嗎？教會您就診小撇步！
- 以頭痛為例，介紹看診、治療、及中醫保健

研習時間	11月25日(星期一)	6小時
適合對象	各機關人員 *開放3名供本府退休人員(不含退休教師)上課	
課程講師	1.吳芃彧 台灣、美國雙執照註冊營養師 大安社區大學講師 / 多家雜誌、媒體、網站專欄作家 2.周暉哲 中華民國中醫專科醫學會講師 臺北市文山社區大學講師	

終身學習類別 自我成長-養生保健

聯繫窗口 查小姐 02-29320212 分機556

Google Analytics網站分析與 應用研習班

認識Google Analytics網站分析、大數據、視覺化分析呈現結果，提升管理品質及工作效率。

【課程大綱】

- 認識Google Analytics
- 大數據與擷取社群資料
- 認識 Power BI
- 資料整理
- 視覺化分析
- 用Power BI做資料分析

研習時間	11月14、18、22 (星期四、一、五)	18小時
適合對象	各機關人員 *開放3名供本府退休人員(不含退休教師)上課	
課程講師	孫在陽 講座從事電腦教育訓練工作長達二十年以上，擁有電腦著作超過五十餘本，電腦證照達三十餘張。	

【特色效益】

經由這門課程，利用已有的軟體與Power BI免費軟體，可以讓大家快速製作出各種資料分析，視覺化分析結果，瞭解自己的網站分析，做出更出色的網站。

終身學習類別 資訊安全與管理

聯繫窗口 周先生 02-29320212 分機560

APP基礎程式設計研習班

即使你不是資訊相關科系的背景，也能利用圖性化界面快速設計自己的 APP 程式，運行在手機跟平板，很酷哦！

【課程大綱】

1. APP基本概念介紹
2. App Inventor 2 介紹與設定
3. App Inventor 2 開發流程
4. App Inventor 2 程式的基礎運算及流程控制
5. App Inventor 2 常用元件介紹
6. App Inventor 2 程式實作

研習時間	11/25、28、12/03、06、10 (星期一、四、二、五、二)	30小時
適合對象	各機關人員 *開放3名供本府退休人員(不含退休教師)上課	
課程講師	林易民 資訊專任教師	

【特色效益】

經由這門課可以讓大家快速學習有關APP 程式設計的基礎概念，並利用麻省理工學院(MIT)行動學習中心維護的App Inventor來APP 程式設計。即使你不是資訊相關科系的背景，也能利用圖性化界面快速設計自己的 APP 程式。

終身學習類別 資訊安全與管理



新班

網頁設計進階班

想要建立網站，卻不知從何開始？
網站架設可用的平台很多，哪一種比較好？
能不能沒有程式撰寫能力，也能讓網站快速做好，更新網頁
也可以方便省力？完成網頁宣傳不求人。
只要一天的時間，讓網路高手告訴你。

【課程大綱】

- 認識網頁寄存服務-網頁的所在地
- 最受歡迎的架站工具
- 學會如何快速架站

研習時間	11/21 (星期四)	6小時
適合對象	各機關人員 *開放3名供本府退休人員(不含退休教師)上課	
課程講師	吳明憲 巨匠行政院人才培訓班導師 保險行銷網創辦人	

【特色效益】

用一天的時間快速上手，做出美觀大方的網站，只需具備基本的電腦操作基礎，你就能夠自行架設品牌網站！

終身學習類別 資訊安全與管理

聯繫窗口 周先生 02-29320212 分機560

社群媒體經營策略研習班

如何在3秒之內吸引人？如何寫出最多人好奇的標題？文案法讓你的網路社群人氣大提升。教你做出好內容，讓你的粉絲離不開你！各種網路行銷必備大公開

【課程大綱】

- 注意力心理學：人會記住什麼？忽略什麼？
- 寫文案前置的3大準備
- 文案的寫作公式及練習方法
- 社群上案例的解析
- 在FB或IG等社群軟體的發文技巧

實體課程 研習時間	11月13、20、27日 (星期三、三、三)	18小時
適合對象	各機關人員 *開放3名供本府退休人員(不含退休教師)上課	
課程講師	曹嘉峰 華人網路心靈電台 粉絲頁與網頁管理 MyRadio線上廣播頻道 主持人年	

【特色效益】

認識社群議題操作及各式話題炒作、經營網路粉絲團。

終身學習類別 資訊安全與管理

聯繫窗口 周先生 02-29320212 分機560

簡易修圖與 海報文宣設計研習班

學習基本美感並使用簡易軟體做出專業水準的海報，提升自我美感。

【課程大綱】

- 認識與設計相關的各種形式與格式
- 學會像設計師一樣的選擇圖庫及設計素材
- 學會在沒有 Illustrator 的情況下進行向量圖檔的設計與應用
- 學會在沒有 PhotoShop 的情況下進行影像圖檔的設計與應用
- 案例實作指導：簡報、海報及各式行銷文宣設計

研習時間	11/11、12日(星期一、二)	12小時
適合對象	各機關人員 *開放3名供本府退休人員(不含退休教師)上課	
課程講師	孫賜萍 國家發展委員會、各縣市政府講師	

【特色效益】

本課程能讓你能在生活中簡單照出適宜的相片，以及使用輕易上手的軟體，製作出專業級的海報。

終身學習類別 資訊安全與管理

聯繫窗口 周先生 02-29320212 分機560

PowerPoint初階基礎班



新班

一天了解PowerPoint及簡報設計的關鍵技法與心法，讓你在公務應用上可以呈現最專業的簡報表達。

【課程大綱】

技巧01-簡報溝通心法 技巧02-投影片編輯基作技法
技巧03-投影片切換與播放 技巧04-舞台簡報秀小試身手
技巧05-強化認知邏輯的設計(表達的藝術)
技巧06-圖片/表格素材編輯操作
技巧07-列印與分享簡報 技巧08-美化投影片原則與操作
技巧09-簡報旁白與媒體輸出 技巧10-簡報演練技巧與正式演出
技巧11-大量內容簡報製作技巧(講義式簡報)
技巧12-PPT簡報製作其他資源

研習時間	11/7 (星期四)	6小時
適合對象	各機關人員 *開放3名供本府退休人員(不含退休教師)上課	
課程講師	張大明 育睿科技創辦人&執行長	

【特色效益】

快速掌握簡報要點，快速優化溝通表達，從簡報簡單基礎操作到實務應用兼具，**輕鬆掌握簡報應用技巧**。

終身學習類別 資訊安全與管理

聯繫窗口 周先生 02-29320212 分機560



新班

Libre Office_試算表 基礎班

一天的課程，您將會認識到辦公室應用軟體中最重要的計算與數據分析工具，如何讓大家可以更有效率的將 Calc 應用於公務之中，並且了解計算與數據資料分析的技巧，將是課程規劃與研習重點。

【課程大綱】

- 認識 Calc 更有效率的操作技巧
- 儲存格格式設定與各種複製技巧
- 計算式與函數公式相關應用
- 資料與圖表整合應用與設計

研習時間	11/19 (星期二)	6小時
適合對象	各機關人員 *開放3名供本府退休人員(不含退休教師)上課	
課程講師	孫賜萍 國家發展委員會、各縣市政府ODF講師	

【特色效益】

課程可以學會如何有效率的將 Calc 應用於公務之中，並進一步的認識計算式、函數、資料圖表分析的應用技巧。

終身學習類別 資訊安全與管理

聯繫窗口 周先生 02-29320212 分機560



新班

Windows10就要 這樣用基礎班

一天的課程，經由Windows10這樣的設定，可以讓Windows10適合你操作。更介紹一些必用的操作功能，讓你辦事得心應手。

【課程大綱】

- Win10必要的設定
- 開始功能表和功能磚的操作
- 快速存取的操作
- 檔案的搜尋、行事曆的使用等等

研習時間	11/18 (星期一)	6小時
適合對象	各機關人員 *開放3名供本府退休人員(不含退休教師)上課	
課程講師	蘇世榮 巨匠電腦 數位學院 內容發展師	

【特色效益】

透過逾二十年講師密集講解，讓你一天馬上輕鬆上手！

終身學習類別 資訊安全與管理

聯繫窗口 周先生 02-29320212 分機560



公訓處
伴您成長
與有榮焉

