

# 112年 01月 晶英親子教室課程

星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
2	3	4	5	6
	14:00-15:00 寶寶照護問題 大集合 陳怡儒 護理師	15:00-16:00 產後瑜珈 王惠柔 瑜珈老師	15:00-16:00 點點滴滴都是愛- 母乳哺育 楊舒雯 護理師	15:00-16:00 手作奶嘴鍊 (01/02上午10:00 開始電話預約) 連靜宜 護理師
9	10	11	12	13
15:00-16:00 理髮習俗及臍帶 章、胎毛筆製作 郭穗霖 專業講師		15:00-16:00 產後瑜珈 王惠柔 瑜珈老師	15:00-16:00 寶寶安撫與互動 姚盈如 專業講師	15:00-16:00 母乳哺育成功戰略 李俐穎 泌乳師
16	17	18	19	20
11:00-12:00 產後調理 健康坐月子 黃婷筠 營養師		15:00-16:00 產後瑜珈 王惠柔 瑜珈老師	14:00-15:00 寶寶照護問題 大集合 鄭郡兒 護理師	15:00-16:00 副食品 該怎麼開始呢? 楊舒雯 護理師
23初二	24初三	25初四	26初五	27初六
				15:00-16:00 媽咪·產後該如何照 顧自己呢? 謝慧蘋 護理師
30	31			
15:00-16:00 手作奶嘴鍊 (01/26上午10:00 開始電話預約) 連靜宜 護理師	15:00-16:00 寶寶睡過夜方法&寶 寶瑜珈 陳亮穎 專業講師			

☞為提升優質的教學品質，課後須填寫線上回饋表，敬請媽咪**攜帶手機**上課。

☞以上課程為共通性固定課程，將在每個月固定安排。

☞產後瑜珈，上課人數以3-4人/堂為限(額滿為止)，請媽媽至少上課前一天確認參加課程。

☞請報名參加產後瑜珈的媽咪，上課時攜帶大浴巾及一顆放鬆的心情參加課程。

☞手作課程與嬰幼兒按摩，人數限3組，**採櫃台電話預約**

