

講座

樓層指引及開放時間

- 每週一及國定假日休館
- 因113年4月3日地震，本館3樓至6樓書庫及閱覽區消防設備受損，管線破裂漏水嚴重，需全面檢修，以維護公眾安全與使用之便利性，因應地震修繕工程即日起服務區域調整及相關注意事項說明請掃QRcode。
- 各區域實際開放時間依官網公告為準，造成不便，敬請見諒。

樓層	服務區域	週二-週五	週六-週日
6F	臺灣學研究中心(一)、本土教育資源中心 臺灣學圖書資料區、特藏善籍複製本區 微縮資料閱覽區	暫停開放	
	臺灣學書展區	9:00 - 17:00	
5F	臺灣學研究中心(二)、臺灣學期刊合訂本區 參考書區、特展室、特藏閱覽區	暫停開放	
	臺灣圖書館醫院	暫停開放	
4F	期刊合訂本區、叢書區	暫停開放	
	雙和藝廊、4045教室	9:00 - 17:00	
3F	中文圖書區1、5-9 (人文、社會科學類) 新書展示區	暫停開放	
	市民教室	9:00 - 21:00	
	自修室、行動裝置座位區	8:00 - 21:00	
2F	中文圖書區0、2-4 (總類、科學類) 外文圖書區、視聽資料區、多元文化資源區 新書展示區、多功能討論室、電腦教室	9:00 - 21:00	
	輕食區	8:00 - 21:00	
1F	流通服務櫃臺、辦證、借還書 預約書自助取書區、臺灣藝文走廊 簡報室、期刊室、資料檢索區、樂齡資源區	9:00 - 21:00	
	哺乳室	9:00 - 21:00	
	親子資料中心	9:00 - 19:00	
	視障資料中心	9:00 - 17:00(週二-週六) 週日未開放	
B1	國際會議廳、餐廳、樂學室、地下停車場		
B2-3	地下停車場		

訂閱電子報   

與作家有約&閱讀講座 電話：(02)2926-6888 #5405 崔小姐

《卑南山下》多元族群互動的故事

時間：07/17 (三) 14:00-15:30 地點：1F 簡報室

主講：林建成 (國立臺灣史前文化博物館副研究員)

千百年來原住民族群與陸續移墾的漢族移民，在此地頻繁互動、融合，並與獨特的地理環境有複雜的錯動和位移。

作者在卑南山下簡居生活、工作，長期關注、研究這個區域的歷史文化，紀錄下一篇篇動人的故事。



善用AI，訓練自己的提問思考力！

時間：07/19 (五) 10:00-11:30 地點：1F 簡報室

主講：陳欣希 (臺灣讀寫教學研究學會理事長)

AI，這趨勢已擋不住了。如何善用它，讓它成為自己或小孩或親子共學的幫手！此次研習將帶大家實作，以確切感受到AI可能帶來的幫助！



《少數說話：台灣原住民女性文學的多重視域》

時間：08/02 (五) 14:00-15:30 地點：1F 簡報室

主講：楊翠 (國立東華大學華文文學系教授)

1990年代起，臺灣的原住民運動有了新的進展，原住民女性的文學創作也有越來越多的成果。臺灣文學研究者楊翠集結多年來的研究與關懷，以本書盤點二十年來原住民女性文學的發展，帶領讀者傾聽雙少數(原住民、女性)位置的聲音。(引自玉山社)



《搶救脊椎側彎》

時間：08/21 (三) 14:00-15:30 地點：1F 簡報室

主講：葉坤達 (臺大醫院資深物理治療師)

面對脊椎側彎這一挑戰，青少年及其家長需要的不僅是醫學治療的知識，更重要的是心靈的支撐和引導。掃描書中QRcode，即可看到影片，跟著影片就可以輕鬆的矯正脊椎側彎、減輕脊椎側彎所帶來的疼痛、預防惡化，維持良好的生活品質。



電子資源推廣課程 電話：(02)2926-6888 #4211 林小姐

Line 玩轉即時通 1

時間：07/16 (二) 14:00-17:00 地點：4F 4045教室



Line 玩轉即時通 2

時間：07/31 (三) 14:00-17:00 地點：4F 4045教室

地圖大冒險，玩轉地球不迷路

時間：08/28 (三) 14:00-17:00 地點：4F 4045教室

臺灣學系列講座 電話：(02)2926-6888 #5417 陳先生

新時代大登台——日治時期新劇運動浪潮

時間：07/13 (六) 14:00-16:30 地點：4F 4045教室

· 本場次以實體線上同步進行，線上採Google Meet

主講：白春燕 (國立臺北藝術大學戲劇學系兼任助理教授)
本演講介紹臺灣日治時期新劇運動發展脈絡，提出台灣文化協會演劇系譜的概念。從事新劇運動的是一群關心社會的知識分子，大多數是臺灣文化協會成員。他們將新劇視為文明的象徵，為了提倡「新」，必須徹底反對「舊」，因而大力批判舊劇和舊文化；但因為戲劇條件不成熟，以及日本殖民政府取締干預，並沒有發展出成熟的劇種。



閱讀沙龍系列講座 電話：(02)2926-6888 #3517 蔡小姐

AI基本認識～讓AI成為未來改變的助力

時間：07/27 (六) 14:30-16:00 地點：1F 簡報室

主講：蔡宗翰 (中研院人社中心研究員)

人工智慧(Artificial Intelligence, 簡稱AI)將成為我們生活中無所不在的一部分，AI技術已大量運用在人文藝術、醫療、運動、休閒等各個領域，幫助我們解決很多問題，讓我們的生活更便利和智慧。



慢性病根治 促進健康生活

時間：08/04 (日) 14:00-16:00 地點：1F 簡報室

主講：陳俊旭 (美國自然醫學博士)

預防四高、肥胖、代謝障礙、免疫紊亂、精神等疾病，實行低淨碳飲食，並透過運動，以及達到深層睡眠，90%的慢性病都可以逆轉，甚至根治!恢復健康，擺脫疾病的煩惱，讓心靈得到平靜，以愉悅的心情，提高生活品質。



主題書展講座 電話：(02)2926-6888 #3515 徐先生

「臺灣原住民族圖書資訊中心」暨「臺灣原住民族資訊資源網」網站操作說明會

時間：07/02 (二) 10:30-11:00 地點：1F 簡報室

主講：高子涵 (臺灣原住民族圖書資訊中心專任研究助理)

臺灣原住民族圖書資訊中心位於臺大圖書館地下1樓，收藏了大量有關原住民族的書籍、論文和資料。想要更深入了解原住民族的文化嗎？歡迎一同參與、認識原圖中心！講座同時介紹「臺灣原住民族資訊資源網」網站操作方式，帶領大家一起認識更多的原住民族網路資源與資訊服務。



從帝國到民國：血淚交織的臺灣原住民故事

時間：08/16 (五) 14:30-16:30 地點：1F 簡報室

主講：蔡昇璋 (國家發展委員會檔案管理局協同研究員)

臺灣原住民，從清朝的「生番」、「化番」、「熟番」，到日治的「蕃」、「高砂」，再到戰後的「山胞」、「原住民」；從原本充滿歧視性的稱謂，再到臺灣的主人，過程充滿艱辛與血淚。尤其，戰後面對從帝國到民國的國籍轉換，以及1950年代的白色恐怖，原住民政治菁英受難，消逝在臺灣這塊土地上，讓我們透過國家檔案探尋他們的故事。



影片欣賞

假日電影院 電話：(02)2926-6888 #3515 徐先生

關鍵少數 Hidden figures

時間：07/14 (日) 14:00 地點：1F 簡報室

這是一個改編自不為人知的真實故事，而這眾人皆知的歷史事件背後，藏著非裔數學家的祕密奉獻。她們在1960年代於美國太空總署擔任工程計算人員，參與美國太空任務史上的重要一役。這些數學家在充滿標籤的年代裡，跨越種族和性別的藩籬，展現鼓舞人心的力量。這個故事與永續發展目標5 (SDG5)：性別平等密切相關，凸顯女性在科技領域的重要貢獻及其對於實現性別平等的重要性。



森林傳說水之魔法石 Latte and the magic waterstone

時間：08/11 (日) 14:00 地點：1F 簡報室

荳荳是一隻喜愛幻想又精力旺盛的小刺蝟。有一天，森林裡的動物們發現提供水源的水之魔法石不見了，沒有水之魔法石，動物們將面臨乾旱甚至滅絕。荳荳自告奮勇踏上取回魔法石的旅程，松鼠小杰被指派加入冒險，一起克服難關，從可怕的熊王手中奪回珍貴的水之魔法石。這個故事與永續發展目標6 (SDG6)：清潔飲水和衛生設施密切相關，強調水資源對於所有生命的重要性及其保護和管理的必要性。



電影聽賞活動 電話：(02)2926-6888 #2113 臧小姐

- B1演藝廳座位約有500席，視障者優先入場。13:40開放入場，額滿為止。
- 全程中文口述電影影像及旁白
- 保護級：未滿6歲之兒童不得觀賞，6歲以上12歲未滿之兒童需父母、師長或成年親友陪伴輔導觀賞。

導賞人：黃英雄 (臺灣編劇藝術協會理事長)

愛上觸不到的你

時間：07/27 (六) 14:00-17:00 地點：B1 演藝廳

17歲的史黛拉平常喜歡透過Vlog分享自己的生活。但因為罹患「囊狀纖維化症」，她生命中的大部分時間，都在冰冷的醫院中度過。某天，她邂逅了狂傲、帥氣又迷人的男孩威爾，讓她自律而嚴謹的小世界，逐漸產生天翻地覆的轉變。同為「囊狀纖維化症」患者的兩人，為了控制病情，必須永遠保持安全距離。即使如此，他們還是強烈地受到對方吸引……



名偵探奶媽

時間：08/17 (六) 14:00-17:00 地點：B1 演藝廳

平時和兒子與孫女相依為命的奶媽患有阿茲海默症，她最疼愛的孫女慘遭車禍陷入昏迷，而她是唯一目擊證人。警方辦案只能依靠失憶奶媽毫無邏輯的胡言亂語、天外飛來一筆的說詞來回拼湊，他們能否用無厘頭的線索順利揪出兇手呢？



週四主題電影院 電話：(02)2926-6888 #3515 徐先生

- 第一場放映時間13:45開放進場、14:00開始播映。
- 第二場放映時間16:15開放進場、16:30開始播映。
- 詳細入場方式及時間請詳閱現場公告。本館保有上述使用規定解釋權，若有未盡事宜，依現場公告為準。
- 影片分級說明：(1)普通級：一般觀眾皆可觀賞。(2)保護級：未滿6歲之兒童不得觀賞，6歲以上未滿12歲之兒童須父母、師長或成年親友陪伴輔導觀賞。(3)輔12級：未滿12歲之兒童不得觀賞。(4)輔15級：未滿15歲不得觀賞。

7月 SDG 5 性別平等 地點：1F 簡報室

15:07/04 月光下的藍色男孩 Moonlight 片長111分 [英]

15:07/11 RBG：逆不恐龍大法官 RBG 片長96分 [英]

15:07/18 鄉村有機老師 The Country Teacher 片長96分 [捷]

15:07/25 解放女性 Je suis Femen 片長100分 [法]



8月 SDG 6 潔淨水與衛生 地點：1F 簡報室

08/01 大水 Flood 片長90分 [國]

08/08 水資源大作戰 World water wars 片長87分 [英]

08/15 無水之城 H2O mx 片長77分 [西]

08/22 傍水而生 Waterlife 片長109分 [英]

08/22 永不讓步 Moving mountains 片長104分 [英]



SDG 10 身心障礙口述影像影展 電話：(02)2926-6888 #2113臧小姐

樂讀永續·與愛有約

主辦單位：國立臺灣圖書館 合辦單位：智軒文化
參加對象：歡迎有興趣的民眾自由參加 地點：1F 簡報室
· 抽獎大方送：每場次現場抽出2名幸運讀者，各可得超商禮券100元!!

場次	時間	電影名稱	主講人	口述老師
1.	07/20 (六)14:00-16:30	跌跌撞撞的圓夢者	林樹橋導演	佟建隆老師
2.	09/01 (日)14:00-16:30	塞納河上的船屋	曾念生科主任	佟建隆老師
3.	10/26 (六)14:00-16:30	黃背心，與愛同行	劉雪珍教授	佟建隆老師

2024

07 Jul.

08 Aug.

國立臺灣圖書館 National Taiwan Library

藝文資訊

國立臺灣圖書館 X DA CHA MUSIC TROUPE

史瑞克 閱讀音樂劇

巨大的綠色怪物史瑞克
會說話的驢子 喜愛閱讀的費歐娜公主
可怕的噴火龍

2024 08.09 (五) 13:30 14:00-16:00
國立臺灣圖書館B1演藝廳 (新北市中和區中安街85號)
當天B1演藝廳外文化走廊有閱讀體驗攤位，不想錯過任何想看的想玩的，請提早抵達活動現場！

6月底前報名，享85折優惠價
每人酌收清潔費 NT200元
報名請上 [ACQUIPASS](#) 活動通
※本活動採線上報名，恕不接受現場報名

孩子的藝文體驗 從閱讀開始!

指導單位：教育部
主辦單位：國立臺灣圖書館
承辦單位：大嘉寶樂學工坊
協辦單位：國立臺灣大學 南臺科技大學 文匯外國大學

報名QRcode 活動通QRcode

展覽

雙和藝廊 電話：(02)2926-6888 #5416 程小姐

花漾一花心畫會聯展

日期：07/03~07/14 地點：4F 雙和藝廊
花心畫會結集12位創作者，因藝術的追求而成為好友；定期聚會作品交流，透過分享和討論來激發想像力。作品涵蓋了油畫、水彩、水墨、陶藝、纖維及複合媒材，雖然創作風格和媒材各異，卻能在藝術的世界中和諧共存。此次展出，期望透過各種形式去展現藝術的多元性和豐富性，與觀賞者激起情感共鳴，共享藝術的力量和美好。



群英飛羽2024世界野鳥攝影聯展

日期：07/16~07/28、07/30~08/11、08/13~08/25
地點：4F 雙和藝廊
「群英飛羽世界野鳥攝影團隊」，長期推廣民眾認識鳥類、了解鳥類生態環境和保育觀念，學習與自然和平共生的智慧，尊重大自然生態、珍愛地球及尊重人與動物生存環境共存共榮的願景。今年適逢本館110周年館慶，特別展出近200張珍貴的鳥類攝影作品，包括臺灣特有種、臺灣特有亞種、臺灣特有亞種猛禽、迷鳥、世界瀕危鳥種，以及國外拍攝的猛禽或其他鳥種等，張張精彩，值得前來觀賞。



2024年群英飛羽世界野鳥講座 地點：4F 4045教室

主講人	講座主題	講座日期	時間
1. 邱淑妮	濕地與健康—候鳥保育與人類福祉	07/20 (六)	14:00-16:00
2. 陳君	走過犀鳥谷	07/21 (日)	14:00-16:00
3. 孫大明	哥斯大黎加之珍禽	07/27 (六)	14:00-16:00
4. 王國楨	水深火熱	07/28 (日)	14:00-16:00
5. 王國楨	(基礎篇) 認識臺灣各海拔鳥類	08/03 (六)	14:00-16:00
6. 鍾國生	隱身其中的攝影情緒	08/04 (日)	14:00-16:00
7. 孫大明	阿根廷：別為我哭泣，為我歡樂	08/17 (六)	14:00-16:00
8. 王徵吉	從分享中 種一個希望	08/18 (日)	14:00-16:00
9. 孫大明	驚豔的南喬治亞群島	08/24 (六)	14:00-16:00
10. 韓森博一	猛禽知多少	08/25 (日)	14:00-16:00

《所在》Being There——師大「藝術繪舍」2024年創作展

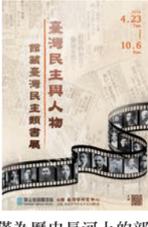
日期：08/28~09/08 地點：4F 雙和藝廊
《所在》(Being There)。意指「存在的地方」、「地方」、「處所」等；也可以是「心之所向」或「嚮往的地方」。本次展覽以「藝術繪舍」會員創作為主軸，並邀請國立臺灣師範大學美術學系黃進龍教授、王瓊麗教授等提供個人畫作增輝。展出作品涵蓋寫實、抽象、印象、半具象等，使用媒材包括油彩、複合媒材、水性蠟彩、水彩等。藉由藝術作品「自己的方式」開「存在」的意涵，帶來藝術的心靈饗宴。



臺灣學研究書展 電話：(02)2926-6888 #5415 周小姐

臺灣民主與人物—館藏臺灣民主類書展

日期：04/23~10/06 地點：6F 臺灣學研究中心
「民主」(Democracy)乃相對於「專制、獨裁」(Autocracy)。而臺灣民主運動的開啟，大約是從日本統治的1920年前後開始。百年來，臺灣知識分子透過報章雜誌等刊物作為平臺，持續為關懷臺灣社會、政治文化等發聲，為爭取民主與言論自由而奮鬥。集結眾人的力量與努力，帶領臺灣社會往民主、自由的道路邁進，期透過本次書展認識其代表人物及為「民主」發聲的報刊雜誌。惟書展所提及的僅為歷史長河上的部份，歡迎各位讀者利用本館資料繼續探究。



主題書展 電話：(02)2926-6888 #3515 徐先生

「原住民轉型正義書展：探索歷史，共建未來」2024原住民主題書籍聯展

日期：07/02~08/31 地點：2F 主題書展區
本書展與臺灣原住民族圖書資訊中心、國家發展委員會檔案管理局合作。以原住民族轉型正義為主軸，藉由書籍、檔案影像聯展，爬梳正史、原住民族文化、轉型正義、原住民族轉型正義的概念。呈現原住民族在歷史進程中的過往，以及為追求轉型正義所做的努力。此外，本書展也特別連結原住民族與聯合國永續發展目標(SDGs)的關聯，強調人權與社會公義的共通價值。歡迎大家藉由省思過去的歷史，建構共榮的未來。



青少年主題書展 電話：(02)2926-6888 #3512 史先生

2023年度「好書大家讀」最佳少年兒童讀物得獎書展

日期：07/02~08/31 地點：2F 青少年主題書展區
探索無限可能，啟迪青少年心靈，帶你走進奇妙的閱讀世界。「好書大家讀」精心挑選，休閒與知識性兼具。無論是勇氣、友誼、心靈成長還是冒險，這些書籍都是一次次奇妙的旅程，等待著你的青春探險！漫長的暑假，讓「好書大家讀」的各種精選好書陪你探索無限的知識海洋，享受閱讀的無限樂趣！



113年國立社教機構及文化機構暑假聯合行銷活動 電話：(02)2926-6888 #5416 程小姐

MUSE大玩家-環遊知識島

時間：07/01~09/31
凡持活動集點卡或以手機登入「iMuseum臺灣」APP電子集章，參訪各館所並集滿3點，即可擇任意一館所兌換活動推廣品，歡迎民眾踴躍參與。詳細活動資訊請上MUSE大玩家活動網頁查詢。



親子活動

故事童樂會 電話：(02)2926-6888 #3104 親子中心櫃臺

時間：上半場15:00-15:30, 下半場15:30-16:00
地點：親子資料中心 B1
對象：12歲以下兒童及其家長(活動前15分鐘開放進場)

7月聽故事時間

- ♥ 07/03 (三) △ 中了魔法的瓶子 / 淑慧 阿姨
▼ 環遊世界做蘋果派 / 蘋果 阿姨
- ♥ 07/10 (三) △ 我的阿嬤媽媽 / 繼英 阿姨
▼ 小黑魚 / 米粒啾 阿姨
- ♥ 07/17 (三) △ 好忙好忙的飛毛腿阿波 / 兔子 媽媽
▼ 玉蜀黍的長頭髮 / 圈圈 阿姨
- ♥ 07/24 (三) △ 帶不走的螞蟥 / 素娥 阿姨
▼ 我們都有穿內褲 / 櫻桃 阿姨
- ♥ 07/31 (三) △ 功夫 / 鳳梨 阿姨
▼ 找到顏色的透明魚 / 梅德林魔法師



8月聽故事時間

- ♥ 08/07 (三) △ 誰搶到這架紙飛機 / 繼英 阿姨
▼ 美女與野獸 / 蘋果 阿姨
- ♥ 08/14 (三) △ 可怕小兔最搞怪 / 淑慧 阿姨
▼ 飛一下、休息一下、再想一下 / 圈圈 阿姨
- ♥ 08/21 (三) △ 月光點亮的溫暖 / 兔子 媽媽
▼ 壞壞的大吼吼 / 梅德林魔法師
- ♥ 08/28 (三) △ 流浪的狗 / 鳳梨 阿姨
▼ 好想變成你 / 櫻桃 阿姨



親子音樂劇 電話：(02)2926-6888 #5401 蕭小姐

《史瑞克》閱讀音樂劇

時間：08/09 (五) 14:00-16:00 地點：B1 演藝廳
孩子的閱讀體驗，從閱讀開始！史瑞克音樂劇以童話故事的大膽顛覆而聞名。透過史瑞克的故事和費歐娜的遭遇，藉由音樂劇的形式，及劇中安排了一位說書人串聯整個故事，帶領觀眾深入理解故事情節，引導觀眾進入閱讀的世界，使觀眾更加投入其中。
主辦單位：國立臺灣圖書館、大嘉音樂聚工場
收費方式：一人一座，200元清潔費
· 活動報名系統Accuapss活動通
· 演出當天B1演藝廳外面，文化走廊有閱讀體驗攤位，不想錯過任何想看和想玩的，請提早抵達活動現場！



最新訊息

繪本主題書展 電話：(02)2926-6888 #3104 親子中心櫃臺

【好書大家讀】2023年度最佳少年兒童讀物書展

日期：07/02~07/31、08/01~08/31 地點：2F 親子資料中心
「好書大家讀」2023年度最佳少年兒童讀物書展來囉！由專家挑選出適合學齡前到國中年齡層的圖書，得獎好書共分為「文學讀物A組」(小說及散文類、「文學讀物B組」(其他類型文學作品)、「知識性讀物組」和「圖畫書及幼兒讀物」四大類。
在圖畫書及幼兒讀物組的得獎創作者當中，陳美燕創作的《沙小妹找媽媽》與張哲銘創作的《三隻小鼯鼠：蟬鳴聲林》獲得評委員青睞，兩人榮獲為2023年度優秀繪圖者。陳美燕以自身的生命故事為例，代入沙小妹的角色，讓讀者跟隨沙小妹的腳步在臺南的繁華水彩畫街景中巡迴而行。張哲銘則是藉著爺爺與小鼯鼠們的互動，將蟬鳴、流水、微風的「聲林」饗宴，在讀者面前緩緩鋪展開來。想知道還有哪些好書獲得殊榮嗎？歡迎小朋友到圖書館來感受這些精彩繪本的圖文魅力囉。



親子共讀推廣講座 電話：(02)2926-6888 #3519 張小姐

【閱讀123：親子共讀推廣講座】系列活動

- 限108年8月(含)以後出生的嬰幼兒家長報名，每梯次25組，額滿為止。
- 參加活動前或當天，請攜帶戶口名簿正本至本館1樓流通櫃臺為您的小寶貝辦理本館借閱證。
- 憑小寶貝借閱證，可獲贈圖書禮袋1份(內含「嬰幼兒親子共讀手冊及入選圖書」各1本)。

繪本·遊戲·閱讀一起來PLAY【親子場】

時間：07/13 (六) 10:00-12:00 地點：B1 視障資料中心
主講：嚴淑女(臺東大學幼教系兼任助理教授)

兒科醫師處方箋：開啟寶寶閱讀探索之旅

時間：07/27 (六) 10:00-12:00 地點：4F 4045教室
主講：許登欽(恩主公醫院小兒科主治醫師)

親子共讀的力量：如何透過閱讀建立親子關係與語言能力

時間：08/10 (六) 10:00-12:00 地點：4F 4045教室
主講：蠟筆哥哥(親職講師、繪本作家)

你能容許孩子「自由自在」嗎？用繪本和孩子一起認識、覺察情緒【親子場】

時間：08/24 (六) 10:00-12:00 地點：4F 4045教室
主講：譚淑婷(繪本作家)

用愛說/玩故事：親子共讀促進孩子的專注力

時間：08/31 (六) 10:00-12:00 地點：4F 4045教室
主講：陳宜男(職能治療師)



報名連結

YouTube / Podcast

道聽圖說 電話：(02)2926-6888 #5402蔡小姐

主題：中和有個小緬甸 臺緬青年移民跨境故事

時間：07/17(三) 第三集(EP3)

主題：復刻家鄉味 移民餐桌上的家常記憶

時間：08/21(三) 第四集(EP4)



友間聊癒室 電話：(02)2926-6888 #2113 臧小姐

阿弘開講

· 每月第1、3週週五更新
主講人：楊聖弘(心理諮商師)
以心理師的角度選書，幫大家簡單導讀，並透過經驗分享及交流，案例分析，幫大家讀懂書、找重點、應用在生活上。



巧瑜伽 恰恰恰

· 每月第2及第4週週五更新
主講人：ChaCha(資深瑜伽老師)
ChaCha老師以數十年瑜伽教學經驗，將瑜伽課程結合當月主題書籍，安排適合聽眾靜心療癒之瑜伽基本動作及調整呼吸節奏為主，讓聽眾在家也能自己巧瑜伽。



7月共讀書籍《我為何會這樣？—MBTI人格類型的16種性格密碼》

「阿弘開講」上架時間：07/05、07/19
「巧瑜伽 恰恰恰」上架時間：07/12、07/26



8月共讀書籍《別人怎麼對你，都是你教的》

「阿弘開講」上架時間：08/02、08/16
「巧瑜伽 恰恰恰」上架時間：08/09、08/23



線上讀書會 電話：(02)2926-6888 #2113 臧小姐

終結句點王·online讀書會

主講：宋怡慧(丹鳳高中圖書館主任)
直播頻道：國立臺灣圖書館YouTube頻道(線上自由參加)



7月共讀書籍《台灣潮人誌》

時間：07/09、07/23 (二) 19:40-20:40

8月共讀書籍《用夢想設計你的人生：600天生命蛻變奇蹟！Vito大叔的365人生設計課》

時間：08/13、08/27 (二) 19:40-20:40

自己的未來，自己做主；自己的人生，自己設計。

平衡自我「人生觀」與「工作觀」
做你愛的事、你擅長的事、你賴以為生的事、世界需要的事
當自己的生命設計師！