

广州市黄埔区总工会 广州开发区总工会

关于组织职工参加 2019 年 9 月黄埔职工 大学堂学习的通知

区直属各工会：

为进一步提高我区职工队伍的综合素质，黄埔职工大学堂将于 2019 年 9 月开展课程供广大职工参加学习，现将有关事项通知如下：

一、时间地点、课程内容

周一至周五晚上及周六日全天在黄埔职工大学堂教学点或基层工会开课（详见附件 1、2）。

二、报名方式

采取分专题分期学习的方式，不需缴纳任何费用。请各工会广泛宣传，动员职工积极报名参加培训学习。

（一）**定点学习**。有意报名的职工请扫描二维码（附件 3），关注“黄埔工会”微信公众号进行报名，以收到短信提示“报名成功”为准。名额有限，先报先得，额满即止。

（二）**送教上门**。根据每月课程安排，组织报名学习满 40 人的基层工会需填写课程申请表（附件 4），盖章后请发送至黄

埔职工大学堂电子邮箱 906062244@qq.com（需提前 3 个工作日申请，时间由申请单位自由安排，并提供相关授课场地）。

- 附件：1. 黄埔职工大学堂 9 月份课程表（定点学习）
2. 黄埔职工大学堂 9 月份课程表（送教上门）
3. “黄埔工会”微信公众号二维码
4. 黄埔职工大学堂课程申请表



广州市黄埔区总工会



广州开发区总工会

2019 年 8 月 30 日

（区总工会联系人：欧阳钜萍、罗新明，联系方式 82112250、82112296，黄埔职工大学堂联系人：陈老师 18902205926）

附件 1

黄埔职工大学堂 9 月份课程表（定点学习）

序号	开课日期	开课时间	课程	培训人数	上课地点
1	9月4日	19:00-20:30	K歌技巧-流行唱法	20	开创大道3327号东方汇维也纳（科学城店）6楼6002 小兰老师 18102720757
2	9月6日	19:30-21:00	成人爵士舞	20	永和开发区新庄二路2号2楼 童梦艺术 蚊子老师 18665538470
3	9月7日	14:00-15:30	空中瑜伽	20	萝岗塘头平安巷33号3楼倩扬体艺舞蹈（即导航“一盅两件 萝岗中心城店”，在正对面）蚊子老师 18665538470
4	9月12日	19:00-20:30	礼仪之邦-汉唐古典舞课	20	开创大道3327号东方汇维也纳（科学城店）6楼6002 小兰老师 18102720757
5	9月18日	19:00-20:30	职场美妆（裸妆）	20	开创大道3327号东方汇维也纳（科学城店）5楼中舞艺术 小智老师 13650765539
6	9月19日	19:30-21:00	成人爵士舞	20	永和开发区新庄二路2号2楼 童梦艺术 蚊子老师 18665538470
7	9月19日	19:00-21:00	手机摄影	60	黄埔区大沙东路318号 黄埔区委党校院内2号楼1楼 吴先生 18675960169
8	9月20日	19:00-20:30	礼仪之邦-汉唐古典舞课	20	开创大道3327号东方汇维也纳（科学城店）6楼6002 小兰老师 18102720757
9	9月21日	10:00-12:00	茶艺实操体验课	20	开创大道3327号东方汇维也纳（科学城店）6楼6002 小兰老师 18102720757
10	9月21日	14:00-16:00	中医情志养生	50	萝岗街孟田东路131号 开发区电大萝岗分部 3202室 张老师 020-32284588
11	9月21日	9:30-12:30	广式点心制作	50	萝岗街孟田东路131号 开发区电大萝岗分部 面点烘焙培训室 黎老师 18665012199
12	9月22日	9:30-12:30	潮式卤味制作	50	萝岗街孟田东路131号 开发区电大萝岗分部 中式烹调培训室 黎老师 18665012199
13	9月22日	9:30-12:30	美容师讲座	50	萝岗街孟田东路131号 开发区电大萝岗分部 3202室 张老师 020-32284588
14	9月24号	19:00-20:30	音乐基础知识（认识乐谱）	20	开创大道3327号东方汇维也纳（科学城店）6楼6002 小兰老师 18102720757
15	9月26日	19:00-21:00	手机摄影	60	广州经济开发区保税区内保盈大道80号 通展文创中心 吴先生 18675960169

16	9月28日	10:00-12:00	肠道保健、疾病预防的知识	80	萝岗街孟田东路131号 开发区电大萝岗分部 3202室 管老师 18665008700
17	9月28日	10:00-12:00	茶艺实操体验课	20	开创大道3327号东方汇维也纳(科学城店)6楼6002 小兰老师 18102720757

附件 2

黄埔职工大学堂 9 月份课程表（送教上门）

序号	培训项目	课程内容	师资简介
1	广州入户政策讲解--外来务工人员如何入户广州	广州最新户籍政策解读及展望； 入户广州的渠道有哪些？入户广州各种渠道必须具备的条件； 入户政策现场提问、答疑。	主讲嘉宾陈老师，广州职工大学堂政策讲解老师，广州入户咨询公共服务平台户口网专家顾问；陈老师多年来一直从事广州入户政策研究，长期为广州市来穗人员服务管理局提供建议，为广州市外来务工人员融入广州作贡献。
2	瑜伽	针对缺少运动的办公室上班族减压与健身而设计的瑜伽课程。通过一系列简单，科学而又非常合理的瑜伽动作，来帮助缓解工作压力，治疗和预防常见的“办公室综合症”。办公室瑜伽动作简单，效果明显，在办公室的方寸之地就可以轻松练习。达到保护视力。消除颈椎，肩，背疲劳，促进消化及减肥美体与放松身心的目的。	主讲嘉宾曹老师， 亚洲瑜伽协会资深培训导师亚洲瑜伽协会认证孕产导师，全美瑜伽联盟 Yoga Alliance E-RYT200 资深瑜伽老师，AYTA 高级瑜伽认证导师 从事瑜伽事业 10 年，私教上课时数超过 5000 小时，先后曾任上海、广州多家上市公司指定瑜伽导师，为企业办公室上班族培训等。
3	舞蹈（爵士舞、韩舞）	爵士舞即美国现代舞，是一种急促又富动感的节奏型舞蹈，是属于一种外放性的舞蹈，是一种可以从零基础开始迅速入门掌握的舞蹈。爵士舞蹈最初是非洲舞蹈的延伸，经被贩卖作为奴隶的黑人群体带到美国本土，而在美国逐渐演进形成本土化，大众化的舞蹈。 爵士舞主要是追求愉快、活泼、有生气的一种舞蹈。它的特征是可自由自在的跳，不必像传统式的古典芭蕾必须局限於一种形式与遵守固有的姿态。	授课老师丁老师，毕业于云南艺术学院舞蹈学院舞蹈专业，多次参与舞蹈比赛并获奖，毕业后从事舞蹈培训工作多年，擅长用最简单的方法教学零基础的学员迅速掌握舞蹈。

4	女性健康讲座	现代都市的女性,往往承受着工作与生活的双重压力,使得身体经常处于亚健康状态,所以女性更要命注重养生,本课程主要为提高女性的身体素质,普及健康保健知识,传播健康理念,举办女性健康保健知识讲座	主讲嘉宾徐老师,一级营养师,曾任广州市职业技能学院副院长,广州市荔湾区“妇女之家”营养健康讲座特邀讲师
5	形象礼仪	本课程围绕职场礼仪与素养、商务职场服饰搭配与着装、简单妆容、仪容仪态等方面进行详细的讲解与培训	授课老师:朱老师 国内著名礼仪培训师 资深形象塑造与形体礼仪训练专家 医疗行业、零售系统服务礼仪培训专家 国内多所高校特聘礼仪讲师 中华礼仪培训网特聘礼仪顾问
6	爱情读心术——九型人格助你提升爱的能力	感情中最重要的是自我认知和认识伴侣,这是拥有良好亲密关系、获得和谐幸福的一把钥匙。通过学习九型人格学,可以分析出对方的性格类型,更好地运用合适的沟通方式,获得高质量的婚姻生活。	授课老师林子钰老师,九型人格全球学会 EPTP 亚洲中心认证导师,通过双方性格、沟通模式、原生家庭等分析,解决婚恋问题以及心理治疗,专业从事心理学工作六年,拥有丰富的教学以及个案经验。师从著名的萨提亚治疗专家以及九型人格督导蔡敏莉老师,并长期担任蔡敏莉老师的翻译。
7	健康使用手机与保健养身	长期使用手机对眼睛、颈椎、肌肤会有直接的伤害,从营养和运动方面介绍简单易操作的日常保健方法,让我们使用手机的同时保护好我们的眼睛、颈椎和肌肤。	徐老师,一级营养师,曾任广州市职业技能学院副院长,广州市荔湾区“妇女之家”营养健康讲座特邀讲师
8	1. 安宁的幸福 2. 婚姻情感银行	建立良好的婚姻情感银行是婚姻最重要的基石,情感中最重要的是自我认知和认识伴侣,这是拥有良好亲密关系、获得和谐幸福的一把钥匙。解密原生家庭,分析夫妻双方的性格类型,懂得地运用合适的婚姻相处方式,获得高质量的婚姻生活。觉察亲子沟通障碍多数来自于原生家庭,清楚幸福的婚姻是孩子安宁的港湾。	黎明老师:国际 NLP 专业执行师、国家认证二级婚姻家庭咨询师、二级心理咨询师,学前教育高级教师,中美 NLP 学院广州分院院长。 从事早期教育工作 30 年,拥有丰富的教学经验以及婚姻家庭亲子关系个案分析处理经验。 师从国际第一催眠导师史蒂芬·吉利根; 师从著名的萨提亚治疗专家以及九型人格督导蔡敏莉老师; 师从国际 NLP 第一励志导师安东尼·罗宾, 师从中美 NLP 学院创始人国际 NLP 导师陈育林。 师从婚姻家庭、青春期教育专家陈一筠老师。

9	<p>国际 NLP 技术</p> <p>1. 语言的魔力</p> <p>2. 沟通的技巧</p>	<p>了解什么是 NLP 技术，学会运用 NLP 语言和沟通的技术，帮助家庭重建良好的亲子关系和夫妻关系。提高自己个人的觉察力，运用支持力的语言给自己和孩子种心锚，激发自己和孩子的生命力，让自己和孩子的生命创造无限的可能性。</p>	<p>张光辉老师：国际 NLP 专业执行师、国家认证二级心理咨询师、绘画心理分析师、外科医学专家，爱自然生命力体系亲子导师。</p> <p>从事亲子关系指导实践工作多年，擅长运用 NLP 实用心理学技术疏导患者情绪障碍和疗愈身心疾病、有效的帮助了 200 多个家庭解决亲子沟通问题。</p> <p>师从中美 NLP 学院创始人国际 NLP 导师陈育林。</p> <p>师从婚姻家庭、青春期教育专家陈一筠老师。</p>
10	<p>1. 好家风、好家教、好家庭</p> <p>2. 好品格是人生的基石</p>	<p>学习家风课程，懂得：于家庭，勿忘祖先，饮水思源。于社会，弘扬道德，树立新风。家风是一个家庭的生活方式、文化氛围构成的。家风也是一个家庭或一个家族的家文化。家风更是一个家庭或家族长期以来形成的能影响家庭成员精神、品格及行为的一种传统风尚和德行传承。通过体验知道家风代表家族能量的方向，能量等级。</p>	<p>曾大旺老师：国家高级人力资源管理师、国际 NLP 专业执行师、国家认证二级心理咨询师、绘画心理分析师、企业培训师、爱自然生命力体系亲子导师。</p> <p>从事企业培训 20 多年，亲子关系指导实践工作 10 多年，在处理亲子关系、个人情绪障碍等方面有许多实战经验。帮助了 300 多父母解决了亲子沟通问题、修复了亲子关系；有效的指导父母如何帮助孩子寻找梦想，重新找回学习的动力。</p> <p>师从著名的萨提亚治疗专家以及九型人格督导蔡敏莉老师；</p> <p>师从中美 NLP 学院创始人国际 NLP 导师陈育林。</p> <p>师从婚姻家庭、青春期教育专家陈一筠老师。</p>
11	<p>国际 NLP 技术</p> <p>1. 信念是我实现的人生预言</p> <p>2. 让自己做情绪的主人</p>	<p>学习什么是信念，知道信念先与行为，是我们行为最源头的东西。信念是行为的红绿灯，前进和停止都由信念决定。清楚信念会过时，人们要不断地更新信念。信念又是双刃剑，正面信念促发力量，负面信念束缚力量。信念是个工具，为我们所用。同时，信念也决定我们内在情绪的变化，而情绪并非好坏，我们每一个人都有情绪，然而，只要我们清晰情绪的来源，运用情绪来处理身体内在的负能量，当我们学会掌控情绪时，生命就会被点亮。</p>	<p>黎明老师：国际 NLP 专业执行师、国家认证二级婚姻家庭咨询师、二级心理咨询师，学前教育高级教师，广州 NLP 学院院长。</p> <p>从事早期教育工作 30 年，拥有丰富的教学经验以及婚姻家庭亲子关系个案分析处理经验。</p> <p>师从国际第一催眠导师史蒂芬·吉利根；</p> <p>师从著名的萨提亚治疗专家以及九型人格督导蔡敏莉老师；</p> <p>师从国际 NLP 第一励志导师安东尼·罗宾，</p> <p>师从中美 NLP 学院创始人国际 NLP 导师陈育林。</p> <p>师从婚姻家庭、青春期教育专家陈一筠老师。</p>

附件 3

扫二维码关注“黄埔工会”微信公众号



附件 4

黄埔职工大学堂课程申请表

填表日期：

课程名称		培训学时	
申请单位		培训人数	
开班时间		联系人及电话	
培训对象		上课地点	
开班场地			
申请单位盖章处			