

2012年1-4月課程 福友共業計劃 生命成長學坊



查詢電話：2601 0881 報名傳真：3188 1236
電郵：foryou.bw@gmail.com
網頁：www.bwfl.org

健康身心

健康素食班

(FY-12-1-KT-FS-1)

傳授烹飪秘訣，健康又美味！

內容：傳授家常素食菜式製作方法，介紹不同食材的烹調方法，以及分享健康飲食理念。在忙碌的生活中，想為自己和家人製作健康又美味的菜式？方法簡單，無難度！
日期：2月12日開課 逢星期日(12/2、19/2、26/2、11/3、18/3、25/3、15/4、22/4 共8堂)
時間：上午10:30-12:15 名額：15人
地點：觀塘店 學費：\$420 (包括材料及場地費)
備註：課程有出外參訪活動(須另行收費)

健康身心

合歡賀年糕點班

(FY-12-1-JD-BK-1)

過一個不一樣的新年！

內容：「步步高升」、「家肥屋潤」、「招財進寶」不只是拜年時的祝賀語，也是賀年糕點的名字。課堂中，學員可親自製作年糕、蘿蔔糕、芋頭糕及油角等。這個新年，和親友一起分享你的心意糕點吧！
導師：嚴正雄先生、陸靜雯女士、林鳳好女士
日期：1月7日開課 逢星期六(7/1、14/1 共2堂)
時間：下午2:00-4:00 名額：25人
地點：佐敦教室11樓 收費：\$140 (包括材料及場地費)
備註：6至12歲小朋友可參加課程，收費\$70，需由付全費的成人陪同上課。

健康身心

盈樂烘焙班

(FY-12-1-JD-BK-2)

自製麵包西餅，機會難逢！

內容：由基礎開始，導師會分享身體健康的元素和選擇健康材料的要訣。課堂中，學員可親自製作麵包及西餅，每堂兩款，包括芝麻包、紅豆包、漢堡包、果仁全麥包、法國包、鬆餅及曲奇餅。
導師：嚴正雄先生、陸靜雯女士、林鳳好女士
日期：2月11日開課 逢星期六(11/2、18/2、25/2、3/3 共4堂)
時間：下午2:00-4:00 名額：25人
地點：佐敦教室11樓 收費：\$280 (包括材料及場地費)
備註：6至12歲小朋友可參加課程，收費\$140，需由付全費的成人陪同上課。

智慧人生

生活佛學班

(FY-12-1-JD-BH-1)

認識生命快樂的要訣！

內容：在科技、物質需求高漲的時代，該如何提升生命的質素？以佛法的角度，生命的意義為何？什麼是無限生命及生命輪迴的真實意義？課程將以深入淺出的方式，介紹佛學的重要理念，輔以研討、影帶和經驗分享等，把深邃的哲學化為生活實用的指南。
導師：資深居士
日期：2月12日開課 逢星期日(12/2、19/2、26/2、4/3、11/3、18/3、25/3、1/4 共8堂)
時間：下午2:30-下午5:00 名額：20人
地點：佐敦教室12樓1號課室 收費：\$280 (酌收場地費)

心靈加油

福智心靈書影會

(FY-12-1-JD-BF-1)

從心開始...

內容：你對自己的「心」是熟悉，還是陌生？在忙碌和充滿競爭的生活中，你有多久未曾觸摸過自己的「心」，聽聽它的聲音？透過閱讀《最後14堂星期二的課》及觀賞同名電影，以及《奇蹟從心開始》等四部啟發心靈的電影，從「心」認識這個世界和自己。
日期：2月12日開課 逢星期日(12/2、19/2、26/2、4/3、11/3、18/3、25/3、1/4 共8堂)
時間：下午2:00-5:00 名額：30人
地點：佐敦教室12樓4號課室 收費：\$280 (酌收場地費)



福智慈善基金會
Bliss and Wisdom Charitable Foundation

本會是政府註冊的非牟利慈善團體(稅務局檔案91/6863)，為台灣福智文教基金會的香港支苑，以落實善行和心靈提升為宗旨。透過教育及環保等多方面，定期舉辦各類課程及活動，致力共同打造心靈的希望工程。

香港支苑：
九龍太子大埔道50-52號地下至2樓
電話：2601 0881



佐敦教室：
九龍佐敦西貢街20號志和商業大廈11至12樓
電話：2116 4448



觀塘店：
九龍觀塘開源道60號駱駝漆大廈3座4樓B室
電話：2357 9923



課程電郵：foryou.bw@gmail.com
網址：www.bwfl.org

菩提道次第廣論研討班

內容簡介：

《菩提道次第廣論》是佛學初基及進階修學佛法的最佳教授。

上課形式：

透過研討和共同學習，將佛法實踐於生活中，改善人與人之間的關係，以正面的態度面對人生種種困難和逆境，希望離苦得樂，並推而廣之幫助別人。

開課日期及時間：

日期	每週	時間	上課地點
2011年11月16日起	逢星期三	上午9:30-11:45	香港支苑
2011年11月22日起	逢星期二	晚上7:15-9:30	香港支苑
2011年12月7日起	逢星期三	下午2:30-4:45	佐敦教室
2011年12月15日起	逢星期四	晚上7:15-9:30	佐敦教室

※ 額滿開班 ※ 開班前以電話通知 ※ 研討班每週上課一次

費用：全免

【兒童讀經班】暨【家長成長班】

詩書禮樂風雅頌 聖賢智慧薪火傳
大手牽小手 讀經教育一起來

開課日期：2012年2月中旬(逢星期六)

香港支苑：上午10:10至下午12:10 或 下午2:15至4:15

佐敦教室：上午10:10至下午12:10

	兒童讀經班	家長成長班
報名資格	4歲至12歲兒童	兒童讀經班家長
課程內容	- 讀誦傳統經典古籍 (論語、古今背書方法、朱子治家格言等) - 生命教育課程 (孝悌、敬師、中國傳統文化等)	- 親子教育 - 生涯規劃 - 健康環保 - 讀誦傳統經典古籍
費用	\$400 (一學年)	\$400 (一學年)

備註：1. 參加「兒童讀經班」者，其家長必須同時報讀「家長成長班」方可獲錄取。
2. 學年由9月至翌年6月止，學年中間加入仍須繳交全年學費。
3. 課程查詢電話：2601 0881(麥翠雲老師)

福智慈善基金會 | 2012年1-4月 | 生命成長學坊 | 報名表

姓名：_____ 年齡：18-25 26-32 33-39 40-46 47-53 54-60 61歲或以上

性別：男 女 電話：(手提) _____ (住宅) _____

得知本課程途徑：_____ 電郵地址：_____

報讀課程名稱：_____

上課地點：福智慈善基金會

一般資格：年滿18歲或以上人士(除非另有註明)

備註：報名人數如未及最低人數要求，課程將會延期或取消

※ 除免費課程外，必須親臨本會繳交費用。

※ 除非課程取消，一經取錄，所有收費用概不發還。

報名方法：

(1)請填妥課程報名表，並於各班開課日兩星期前傳真至3188 1236。

(2)或交回福智慈善基金會香港支苑或佐敦教室服務台，並於開課前親臨服務台報名及繳費。

(3)亦可網上報名，報名表格可瀏覽www.bwfl.org 網站，電郵至foryou.bw@gmail.com，並於開課前親臨服務台報名及繳費。