

站所	日期	時間	活動名稱	
員林站 04-8368627	7/10(三)	10:00-12:00	【共煮-造型饅頭】從麵糰製成到親手捏塑出幾可亂真的造型。快點帶著家中小朋友來跟著淑玲老師動手做吧!	
	7/19(五)	10:00-12:00	【米學堂-親子麻糬】想知道每天吃的米有著什麼樣的小秘密嗎?快來聽聽淑雅老師怎麼說,還可以動手做出美味的麻糬喔!	
賴厝站 04-22381271	7/6(六)	11:00-12:00	【元氣食堂-糙米煎餅】好吃美味又營養,適合夏天米食DIY,子姍老師來示範,免費活動,歡迎報名	
	7/17(三)	10:00-12:00	【彩繪瓷盤】彩繪一個有紀念意義的瓷盤,紀錄成長的軌跡,講師:蘇琬婷,費用:小瓷盤直徑17cm/399元。大瓷盤直徑21cm/800元	
	7/25(四)	10:00-12:00	【米學堂-認識我們吃的米】認識各種米及米的營養,夏天的美味點心-米布丁教作,費用:30元/人;親子2人50元,親子3人80元	
	7/31(三)	10:00-12:00	【吃出樂活大腦-講座及地中海料理餐】學習如何在日常透過地中海飲食的實踐全面滋養身心,講師:張蕙芝,烹飪老師:郭淑玲,費用:社員50元	
	<幫你修改衣服> 每週二10:00-11:00			老師製做衣服的經驗豐富技術佳,收費合理,老師到站收件、丈量修改的部分,可以換拉鍊、改寬鬆、長短...
	固定社團			精油瑜珈班-每週一9:30-11:00 服裝修改班-每週二10:00-12:00 書法班-每週三13:30-15:30 英文歌唱班-每週四13:30-15:00 日文五十音初學班-每周五下午1:30-3:30
惠來站 04-22588059	7/8(一)	10:00-12:00	【素宜廚房:粉粿】天然的粉粿顏色是取自中藥材山梔子,一點點的量就可以渲染出效果,是道很簡單又好吃的點心。老師:莊素宜,費用:社員150元;非社員180元	
	7/9(二)	09:30-12:00	【親子夏令營-羊毛氈零錢包】對象:4歲以上,4~6歲需家長陪同,名額:12名。費用:社員200元;非社員240元	
	7/19(五)	10:00-12:00	【素宜廚房:粿條】自製粿條快速又簡單,好吃Q彈口感好,老師:莊素宜,費用:社員150元;非社員180元	
	7/25(四)	10:00-12:00	【素宜廚房:日式豆腐】利用毛豆仁及葛鬱金粉簡單食材,做出創意繽紛的豆腐~老師:莊素宜,費用:社員150元;非社員180元	
	7/26(五)	10:00-12:00	【慧姿廚房:老婆餅】外表色澤金黃,內餡多了一塊糕仔餡,吃起來QQ的!老師:蘇慧姿,費用:社員150元;非社員180元	
	7/30(二)	10:00-12:00	【新品-鹽麩料理】7月新品有機鹽麩上架了,因麩含有酵素,讓料理莫名比較有層次。費用:社員150元	
	固定社團			招生中-【長笛班】週一上午10:30-12:00,社員3,200元/非社員3,600元(每週一堂,計8堂課) 招生中-【長笛班】週三下午3:00-4:30,社員3,200元/非社員3,600元(每週一堂,計8堂課) 招生中-【週末台灣史】每月第一週週六上午10:35-12:00,免費



●●● 入社說明(活動時間:90~120分鐘),歡迎新朋友來認識合作社及產品,請有興趣的朋友務必來電預約!!

站所	日期	時間	站所	日期	時間	站所	日期	時間
惠來	7/8(一)	14:00	斗六	7/6(六)	09:00	麻園頭	7/8(一)	18:00
	7/13(六)	10:00		7/17(三)	09:00		7/17(三)	14:00
	7/25(四)	14:00		7/26(五)	17:30		7/27(六)	10:00
三民	7/2(二)	14:00	豐原	7/11(四)	15:30	賴厝	8/5(一)	18:00
	7/18(四)	14:00		7/18(四)	18:30		7/3(三)	14:00
	7/27(六)	10:00		7/27(六)	14:00		7/13(六)	14:00
員林	7/6(六)	10:00	后庄	7/3(三)	10:00	東山	7/23(二)	18:00
	7/10(三)	14:00		7/13(六)	10:00		7/1(一)	14:00
	7/16(二)	14:00		7/25(四)	10:00		7/10(三)	17:30
東海	7/30(二)	18:00	彰化	7/16(二)	14:10	東山	7/20(六)	10:00
	7/9(二)	14:00		7/20(六)	14:10			
	7/17(三)	10:00		7/23(二)	14:10			
	7/27(六)	14:00						

★ 台中分社各站所活動,請電洽站所報名

站所	日期	時間	活動名稱
斗六站 05-5375016	7/2(二)	10:00-11:00	夏日涼菜示範
	7/10(三)	09:30-11:30	葡版椰子麵包,費用:150元
	7/16(二)	10:00-12:00	居家香草應用,作香草錐、喝草本茶、帶回草本清潔液,費用:100元
	7/18(四)	14:00-15:00	【地區營運會議】一起來規劃斗六站活動,歡迎關心食安,想了解合作社的社員踴躍參加

站所	日期	時間	活動名稱
東山站 04-23953819	7/12(五)	13:30-15:30	【香滷豬腳】獨特滷汁配方，每人1份，自備保鮮盒，費用：300元
	7/19(五)	14:00-15:00	【水煎包】傳統美食，簡單易學，自己動手做最安心，費用：150元
	7/24(三)	10:00-11:30	【地區營運會議】一起來規劃東山站活動，歡迎關心食安，想了解合作社的社員踴躍參加
	7/26(五)	13:30-15:30	【液體洗髮精】自然友善環境、溫和不傷皮膚，洗髮好幫手！，費用：250元
三民站 04-23730766	7/23(二)	13:30-15:30	【京醬肉絲&餅皮&甜麵醬】想學好吃的經典名菜請不要錯過喔~~*請自備餐具，老師：莊素宜，費用：社員150元；非社員200元
	7/24(三)	13:00-15:00	【金黃玫瑰包】好吃又美的包子，提升生活美學，吃東西學藝術，老師：蘇慧姿，費用：社員150元；非社員200元
	7/30(二)	13:30-15:30	【三角圓】蒸出好吃的點心，火鍋煮湯都適宜，老師：莊素宜，費用：社員150元；非社員200元
	7/31(三)	09:30-12:00	【地區營運會議】一起來規劃三民站活動，歡迎關心食安，想了解合作社的社員踴躍參加
	固定社團		【吉他彈唱】週三下午14:00，費用：1000元/4次 【英文會話】週三下午15:30，費用：1000元/4次 【悅瑜珈】週四上午09:30，費用：3000元/10次；350元/次 【非洲鼓1】週五上午10:00，費用：1200元/4次 【非洲鼓2】週六下午14:00，費用：1200元/4次
麻園頭站 04-23215922	7/1(一)	10:00-12:00	【如意糯米捲】如意糯米捲品嚐及作法大公開，紅豆泥烹煮祕訣分享，免費
	7/2(二)	10:00-12:00	【五穀福袋】免費
	7/6(六)	09:30-12:00	【玫瑰花檸檬塔】分組實作/歡迎親子一起上課，費用：社員200元；非社員250元，幼兒及小學生100元；國中生(含)以上150元
	7/11(四)	10:00-11:30	【主婦米學堂-大家來吃飯】共讀繪本、遊戲、製作千層飯，費用：社員(1大1小)50元，每加1人加50元；非社員(1大1小)100元 每加1人加50元
	7/16(二)	14:00-16:00	【地區營運會議】一起來規劃麻園頭站活動，歡迎關心食安，想了解合作社的社員踴躍參加
	7/18(四)	13:30-16:00	【共同廚房-蜜汁豬肋排實作】本課程為實作課程，每人可帶回蜜汁豬肋排1份，費用：利用1包豬肋排+150元。上課當天如未能出席，需酌收代做費用100元

站所	日期	時間	活動名稱
彰化站 047-228653	7/10(三)	13:30-15:00	【米食教作-米苔目】使用在來米粉、糯米粉做米苔目，要甜的、鹹的，都行！活動免費
	7/13(六)	10:00-12:00	【敲拓染手作夏令營】植物美學~限16名，費用：社員100元；非社員150元，詳細報名電洽站所
	7/18(四)	10:00-12:00	【地區營運會議】一起來規劃彰化站活動，歡迎關心食安，想了解合作社的社員踴躍參加
	7/30(二)	13:30-16:30	999純銀鍊墜DIY，製作專屬自己的鍊墜，費用1100元，限4名。
	8/10(六)	10:00-12:00	【親子綠食育~布丁大揭密】材料費50元可帶回一杯布丁；親子共20人(詳細報名電洽站所)
	社團活動		【手工皂】週四下午 【毛巾操】週三早上 ※時間電洽站所 ■歡迎社員到站開課服務社員(需到區會提企畫書審議通過)，歡迎各方高手洽站長
豐原站 04-25264065	7/17(三)	13:30-15:00	液體家事皂，費用：200元
	7/20(六)	13:30-15:00	染髮觀摩會，免費
	7/24(三)	10:00-12:00	韓式拌飯，費用：250元
	7/29(一)	10:00-12:00	【地區營運會議】一起來規劃豐原站活動，歡迎關心食安，想了解合作社的社員踴躍參加
后庄站 04-24264516	7/10(三)	10:00-12:00	【日式叉燒+薑油料理】共食共煮，可帶一罐薑油回家，講師：子珊老師，費用：250元
	7/15(一)	10:00-11:30	【親子繪本活動-想生金蛋的母雞】由主婦聯盟綠食育議題專員主講：繪本說演、蛋和雞的介紹喔~
	7/16(二)	10:00-12:00	【板條+捲仔粿】將竹山美食、客家小吃搬到站所分享教作給大家囉!!!講師：素宜老師，費用：200元
東海站 04-24622511	7/4(四)	13:20-15:30	東海日文班，透過日文的學習，也可以認識日本的文化唷！費用：每堂155元
	7/16(二)	10:00-12:00	【愛手作-真工夫】之《夏日甜點-蓮藕粉粿+地瓜燒》夏日需要一點甜點來舒心，可以很甜蜜但是不費力，一起來學秒殺的下午茶點心！講師：林芳如
	7/30(二)	13:30-15:30	【地區營運會議】一起來規劃東海站活動，歡迎關心食安，想了解合作社的社員踴躍參加
	固定社團		【跳舞班】週三上午10:00，費用每月100元 【瑜珈班】週三下午15:00，費用每堂210元 【日文班】週四下午13:20，費用每堂155元 【讀書會】6/14、6/28週二上午10:00，酌收費用