

站所	日期	時間	活動名稱
斗六站 05-5375016	敬請期待10月精彩活動~		
賴厝站 04-22381271	9/5(四)	10:00-12:00	【中秋月餅自己做健康新鮮又美味-芋頭酥教作】 郭淑玲老師·費用：社員150元；非社員200元。每人可帶回3顆芋頭酥
	9/7(六)	10:00-12:00	【日式點心：蕨餅-用蓮藕粉做的高級點心】 素宜老師教作·費用：社員150元；非社員200元 歡迎來學這道美味的日式點心料理
	9/17(二)	15:00-17:00	【米食料理：五穀福袋】輕鬆上桌、營養滿分 免費活動，歡迎報名
	9/26(四)	09:30-11:30	【允指鹹酥雞】自己做的鹹酥雞健康又美味 子嫻老師教作·費用：社員150元；非社員200元·歡迎報名~~
< 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	9/10(二)	10:00-12:00	【鹹豬肉教作】一起來醃鹹豬肉喔！當日料理分享與試吃·事先於站所購買帶皮五花肉條·上課當天醃好帶走。 講師：張淑玲·費用：社員100元
	9/16(一)	14:00-16:00	【真食味好健康×社員關懷聯誼】柴魚酥三角飯糰&米布丁教作(請自備布丁罐及餐具)；理事來開講~區會的變革
	9/20(五)	10:00-12:00	【素宜廚房：虱目魚漿·紅麵線羹】合作社的虱目魚漿便宜又好吃·如何搭配紅麵線料理成一道鮮美味的麵線羹·來哦！老師：莊素宜·費用：社員150元；非社員180元
	9/26(四)	10:00-12:00	【素宜廚房：阿給】講到阿給·大家就會想到『淡水阿給』·想吃時不可能隨時皆可流浪到淡水·只好自己動手作·簡單料更多·每人可帶走1個·老師：莊素宜·費用：社員150元；非社員180元
	9/27(五)	10:00-12:00	【慧姿廚房：斑馬紋戚風蛋糕】如何運用健康材料做出不同的花樣嘞？來上課就知道囉...老師：蘇慧姿·費用：社員150元；非社員180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
三民	9/4(三)	10:00	彰化	9/5(四)	14:00	賴厝	9/11(三)	14:00
	9/7(六)	10:00		9/14(六)	14:00		9/21(六)	14:00
	9/9(一)	18:00		9/18(三)	14:00		9/26(四)	14:00
	9/17(二)	10:00	員林	9/25(三)	14:00	斗六	9/2(一)	09:00
	9/21(六)	10:00		9/14(六)	14:00		9/14(六)	14:00
	9/28(六)	10:00		9/25(三)	18:00		9/25(三)	14:00
東山	9/28(六)	12:30	惠來	9/28(六)	14:00	東海	9/5(四)	14:00
	9/2(一)	14:00		9/9(一)	14:00		9/10(二)	10:00
	9/11(三)	17:30		9/21(六)	10:00		9/21(六)	14:00
后庄	9/26(四)	10:00	豐原	9/26(四)	14:00	麻園頭	9/7(六)	10:00
	9/4(三)	10:00		9/7(六)	14:00		9/16(一)	18:00
	9/11(三)	10:00		9/19(四)	15:30		9/25(三)	14:00
	9/26(四)	18:00		9/26(四)	18:30			

★ 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
員林站 04-8368627	9/16(一)	13:30-15:30	【地區營運會議】一起來規劃員林站活動·歡迎關心食安·想了解合作社的社員踴躍參加
	9/21(六)	10:00-12:30	【綠繪本說故事+米學堂】透過節電綠繪本與米學堂 2個活動·豐富孩子們的週末假期·一起來學習成為保護環境與熱愛米食的小勇士吧！社員免費·非社員\$100。
	9/21(六)	10:00-12:00 13:30-17:00	【「五」鬧熱市集】當天現場攤位將有手作、義賣、二手物品...等·歡迎一同來逛逛·也歡迎報名來成為攤主囉！活動免費·設攤費用\$100。
	9/24(二)	14:00-16:00	【椰霖椰子油生產者面對面】冷壓鮮榨純淨椰子油生產者要來員林站囉！想更進一步了解產品與使用方式·別忘了報名參加囉！社員免費·非社員\$100。

站所	日期	時間	活動名稱
東山站 04-23953819	9/10(二)	10:00-11:30	【蟹鉗粉絲煲教作】鮮美滋味佳，讓你回味無窮，凡購買蟹鉗貨蟹身免費參加
	9/11(三)	09:30-11:30	【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
	9/16(一)	10:00-11:30	【蕨餅教作】簡單易學，自己動手做最安心，費用：社員150元
	9/20(五)	13:30-15:00	【什錦披薩教作】獨特配方 簡單易學，費用：社員200元
	9/24(二)	10:00-11:30	【生產者面對面 - 椰子油】
三民站 04-22615098	9/17(二)	10:00-12:00	【蕨餅教作】想學好吃的道地傳統小吃請不要錯過喔~請自備餐具，老師：莊素宜，費用：社員150元；非社員200元
	9/17(二)	13:00-15:00	【斑馬紋戚風蛋糕】自己做蛋糕好吃又營養，老師：蘇慧姿，費用：社員150元；非社員200元
	9/23(一)	09:30-12:00	【肩頸紓壓按摩】教大家在炎炎夏日，如何幫自己居家肩頸疏壓好簡單，費用：社員150元；非社員200元
	9/25(三)	10:00-12:00	【肉圓教作】傳統小吃肉圓，請不要錯過喔~(每人可拿2顆)請自備餐具，老師：莊素宜，費用：社員200元；非社員250元
	9/28(六)	10:00-11:00	【三民站開幕慶】歡迎來逛逛--有農友攤位、有搓湯圓，還有精彩表演喔~
		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 【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	9/17(二)	10:00-12:30	【韓式拌飯共作共食】社員聯誼---共食活動，講師：魏老師，費用電洽
	9/26(四)	13:00-16:00	【冰花煎餃+鍋貼實作】講師：魏老師，費用電洽
	9/28(六)	09:30-12:00	【糖霜造型餅乾】親子一起來上課，講師：王老師，費用電洽
	10/3(四)	13:30-15:30	【金盞花潤澤皂DIY】講師：魏老師，費用電洽

站所	日期	時間	活動名稱
彰化站 047-228653 	9/7(六)	10:00-11:30	【親子搗麻糬】認識米的種類、加工應用，並實際體驗搗麻糬。費用：社員30元；非社員80元
	9/19(四)	09:30-11:30	【鮪魚三吃教作】彰化站的御用廚神-淑蓉教大家鮪魚把油漬後，再拿來變換成鮪魚哈姆蛋等料理。費用：社員100元；非社員150元
	9/24(二)	09:30-11:30	【共煮赤肉羹】大家一起煮，省時又省力，下課直接加菜喔！記得帶一個耐熱保鮮盒裝回家。費用：350元
		固定社團	【毛巾操】9/4、9/11、9/18、9/25上午09:30，費用：3個月600元 【讀書會 - 招生中】『覺醒家庭』9/9開始，每週一早上，書自備。費用1000元，出席16堂以上，退保證金700元
	豐原站 04-25264065	9/17(二)	10:00-12:00
9/18(三)		13:30-15:30	【奶油酥餅教作】香酥美味酥餅-可帶回品嚐，費用：社員200元
9/24(二)		14:00-16:00	【法式焦糖烤布蕾】體驗法式甜點的浪漫風味-可帶回2份回家，費用：社員250元
9/25(三)		13:30-15:30	【金盞花手工皂】手做樂趣-可帶回2塊手工皂，費用：社員250元
后庄站 04-24264516	10/7(一)	14:00-16:00	【秋令食養】中醫養生與保健(粥品、散步、叩齒、足浴、摩腹)等介紹
	9/6(五)	13:00-14:30	【月餅教作--魯肉綠豆椪】自己作最安心！老少咸宜~古早味月餅，講師：秀媚老師，費用：社員150元
	9/10(二)	09:30-11:00	【沒有負擔的鹽酥雞】擔心在外買的鹽酥雞吃的不安心，自己做最放心！費用：社員150元
東海站 04-24622511	9/21(六)	10:00-11:30	【傳統小吃--肉圓】親手為家人作，Q彈美味的道地肉圓！講師：素宜老師，費用：社員200元
	9/17(二)	10:00-12:00	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：翁蓉慧，費用：200元
	9/17(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
	9/20(五)	14:00-16:00	【愛手作·真工夫】之《巧克力蛋糕+酸奶佐肉桂》公平貿易的香料及食材，擁有最真實的好風味，一場蛋糕&酸奶的午後美麗邂逅。講師：張阿玲，費用：200元
東海站 04-24622511	9/26(四)	10:00-12:00	【愛手作·真工夫】之《手工花生豆腐》一顆顆的花生，可以透過一份愛的研磨，透過雙手的溫度，成為一塊塊擁有靈魂的豆腐，迷人香氣無處可尋。講師：郭鳳儒，費用：200元
		固定社團	【日文班】週五下午13:20，費用每人每堂155元 【瑜珈班】週二下午14:00，費用均攤 【跳舞班】週三整天，費用每人每月150元