



台加月刊

TCCS MONTHLY August & September 2026

親愛的台加會員及鄉親朋友們：

去年開始，本來只在溫哥華舉行的「台加藝文節」擴大在兩個城市舉行，原本3天的嘉年華會活動，因為卑詩省政府頒發7月為「台灣傳統月」的肯定，「台加藝文節」與「台灣傳統月」慶祝活動延續在整個7月舉行。

當大家在為協會精心策劃的「2026台加藝文節」或「台灣傳統月」節目喝彩叫好時，我們在感動的同時，自覺責任重大，務必做好每個環節，才不會辜負所有支持台加朋友們的期待。今年，我們再次成功完成艱難任務！

由於節目延長為一整個月，台加每年舉辦「台灣文化中心社區日」活動，每年舉辦上千場次活動、課程、講座，這些活動數字的背後，代表我們每年的經費愈來愈吃緊，每年募款壓力亦愈來愈沉重。

在這裡，我要誠懇的請求所有支持台加的朋友，不管是贊助商，或是愛護台加的每個人，請大家一如從前，有錢出錢，有力出力，台加文化協會的永續發展，就靠大家的幫忙了！

台加文化協會理事長 張伶銖

台加 35 週年募款晚會 募款主席 吳雯玲



大家好，我是吳雯玲，台加第三十五屆的募款主席。對於多數的台加人來說，我是一個陌生的名字，陌生的面孔，但是實際上我和我先生自第一屆台灣文化節開始，就已經以公司名義陸續捐款支持過往的文化節活動，及台加文化協會的籌款活動。十分感恩，退休後能加入台加的義工行列，用時間及實際行動來繼續支持台加的各项活動！

剛剛落幕的第八屆台加藝文節及台灣傳統月的各項活動，再一次證明了台加文化協會在增進台、加文化藝術交流，以及讓台灣被世界看見的巨大努力。這背後除了理事會、工作人員們、義工們的辛勞付出之外，當然也少不了所有台加之友們的慷慨捐款，才能共同成就這一盛事！

新加坡已故總理李光耀先生曾經對新加坡的華人們說，不要老想著葉落歸根，而是要落地生根。誠然，我們感念僑居地對我們外來移民的接納，理當善盡僑居國公民的責任義務，並且也應積極融入僑居國的社會文化中。但是，深刻在我們骨子裡的那股「台灣魂」，對台灣的愛和文化傳統也是難以丟棄，必須找個出口來發洩我們對台灣的愛。於是，台加文化協會就成了這兩種情緒的最佳媒合體。

台加文化協會自1991年成立以來，始終致力於推動台灣與加拿大的文化藝術交流、社區聯繫、及提供移民服務。在BC省內，全盛時期曾經有大約6萬名台裔加拿大人居住於此，多數居住於大溫地區。目前仍有超過4.5萬台裔加拿大人居住於此，台裔社區對本省的多元文化及經濟繁榮做出重大貢獻。因此BC省政府也於2025年宣布將每年的七月訂為「台灣傳統月」，以此表揚台裔社區的貢獻，及肯定台加在整個七月舉辦與台灣傳統文化有關的活動。

台加第35屆募款晚會即將於10月3日舉行，懇請所有的台加之友們預留時間，邀請更多的新朋友們一起來參與！我們每年所籌得的款項，除了舉辦藝文節及傳統月的大型活動之外，也用於舉辦台加金齡日、台灣學校、台加藝廊及各項知識性的講座。台加是我家，歡迎大家積極參與捐款，將你對台灣的愛用實際行動表現出來！藉著台加這個平台及媒介，我們一起努力讓台灣被世界看見！謝謝大家！

時間 | Saturday, October 3, 2026

5:00 PM 迎賓接待（自費酒吧）| 6:00 PM 募款晚宴正式開始

地點 | Radisson Hotel Vancouver Airport (8181 Cambie Road, Richmond, BC)

票價 | \$188/位 | 購票及贊助 | 604-267-0901 info@tccsvancouver.ca



台加文化協會

Taiwanese Canadian Cultural Society

35th週年募款晚會 ANNIVERSARY FUNDRAISING GALA



台加文化之夜

6:00 PM • Saturday
October 3, 2026

Radisson Hotel Vancouver Airport
8181 Cambie Road, Richmond, BC

Tickets: \$188 each

Sponsorship Packages Available. Contact us to learn more
604-267-0901 | info@tccsvancouver.ca | tccsvancouver.ca



TAIWANESE CANADIAN CULTURAL SOCIETY

台加文化協會

8853 Selkirk Street
Vancouver, B.C. Canada V6P 4J6

email: info@tccsvancouver.ca
<https://tccsvancouver.ca>

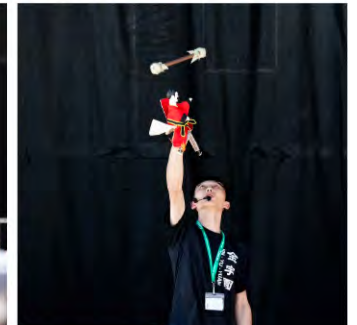
Tel: 604-267-0901
Fax: 604-267-0903

捐款 Donation				
捐款 Donation	成為永久會員 / 一般會員	晚宴入場券 Gala Ticket	感謝名單 Acknowledgement	抵稅收據 Tax Receipt
		6:00PM, Oct 3, 2026		
\$10,000	2位永久會員 / 榮譽主席	VIP 10張	有	有
\$5,000	1位永久會員 / 榮譽顧問	VIP 6張	有	有
\$2,000	1位永久會員	VIP 4張	有	有
\$1,000	1位一般會員	VIP 2張	有	有
\$500	1位一般會員	VIP 1張	有	有
\$188		1張	無	\$90
晚會手冊贊助 Gala Book Sponsorship				
廣告贊助 Sponsorship	篇幅大小 Page Size	晚會手冊 Gala Book	晚宴入場券 Gala Ticket 6:00PM, Oct 3, 2026	
\$2,000	Full Page 直式 (8 1/2" x 5 1/2")	Back Cover Page	3 張	
\$1,500	Full Page 直式 (8 1/2" x 5 1/2")	Inside Front Cover Page / First Page	2 張	
\$1,300	Full Page 直式 (8 1/2" x 5 1/2")	Inside Back Cover Page / Last Page /	2 張	
\$1,200	Full Page 直式 (7 3/4" x 5")	Centerfold	2 張	
\$800	Full Page 直式 (7 3/4" x 5")	Inside Page	1 張	
\$500	1/2 Page 橫式 (3 7/8" x 5")	Inside Page	無	

募款晚會地點：Radisson Hotel Vancouver Airport (8181 Cambie Road, Richmond)



向由台灣巡安至加拿大的大甲媽祖敬拜「起香」儀式，為「加拿大台灣傳統月」系列活動揭開序幕。



第8屆「2026台加藝文節」分別於 7/4 溫哥華市中心美術館北廣場及 7/11 本拿比，舉行開幕儀式。加拿大各級政府代表及駐溫哥華台北經濟文化辦事處劉立欣處長親臨開幕式致詞祝賀，台加獲頒第2屆卑詩省「台灣傳統月」宣言書。



2026 台加藝文節 - 期待明年再相見！







《台灣金曲串燒》熟悉的旋律響起，串起一代人的青春記憶，凝聚現場觀眾共同的感動。



摸虎爺得財運、布袋戲操偶、歌仔戲身段體驗等活動，體驗台灣民俗文化。



向大甲媽祖問事擲筊，祈求平安



林茂賢教授分享台灣民俗文化的歷史脈絡與生活智慧，帶領民眾認識傳統信仰、節慶習俗及文化底蘊。





台灣觀光旅遊展、美食區、互動彩繪壁畫、光影故事燈



藝術家走廊、台灣民俗手工藝坊、茶文化、畫臉、親子創藝、義診服務





Acknowledgements 敬致謝忱

Founder's Circle (捐款\$3,500以上)

Dr. Shing-Kuo Shih & Karen Shih 施興國 & 廖純如
Monica Tsai 蔡雅玲

Ambassador's Circle (捐款\$2,000以上)

Dr. Steve Wang & Lucia Wang 王正輝 & 廖雪瓊
Victor Lo & Angela Lo 羅廷瑄 & 陳端華

Patron's Circle (捐款\$1,000以上)

Victoria Chang 張伶銖 Wendy Tsai 吳雯玲
Esther Yu 游曉玲 Steven Chang 張亦凱
Dolly Chien 簡秀芬

Festival Lover (捐款\$300以上)

Jane Huang 黃淨汎
Chun-Zen Liao 廖純真

Performers & Artists 藝術家及表演嘉賓

Mao-Hsien Lin 林茂賢

Jin Yu Yuan Puppe Theatre 金宇園掌中劇團
Chin-Tung Chao 趙金統 Yu-Ching Wang 王玉卿
Tzu-Chun Chao 趙子淳 Ming-Chih Huang 黃明志

Miao Hsuan Dance Group 妙璇舞蹈團

Chang-Ning Hung 洪嫦寧 Chia-Hung Chao 趙家鉅
Chiao-Wei Ho 賀喬璋 Chun-Ming Chang 張峻銘
Tzu-Lung Liang 梁子龍 Chih-Wei Lin 林智偉
Hsiao-Ting Lin 林筱婷 Yun-Jou Wu 吳芸柔
Ching-Hsuan Ho 何青璇 Yuan-Ling Liang 梁苑靈
Yun-Yu Tung 董芸妤 Yu-Wei Feng 馮羽薇

Shinyifang Taiwanese Opera Troupe 新藝芳歌劇團

Yan-Fei Wu 吳妍菲 Hsiao-Chi Wu 吳孝棋 Yu-Hsiang Tsai 蔡鈺祥
Meng-Ju Yang 楊孟儒 Yin-Hsin Chen 陳吟欣 Ke-Ni Wu 吳可妮

Cross-Cultural Story Lamp Making 光影故事箱創作

Yuhe Chen 陳雨禾 Yanjie Keng 耿妍潔 Yulin Chen 陳昱霖

International Artists League 國際藝術家聯盟

盧月鉛 林金田 郭掌從 潘蓬彬 曾興平 胡達華 陳志芬 林秀鑾 黃佩珍
吳俊學 吳盈著 張進傳 李梅 陳炳臣 孫泗萍 林輝堂 李香果

Duet - Emily Yeh & Emil Wu
Taiwanese Canadian Ensemble
Vancouver Pops Choir
Orchid Ensemble
Duet - Ross Ling & Jasmine Huang

Duet - Amanda Hsueh & Sunmy (Gary Sun)
Vancouver Formosan Singers
Taiwanese Canadians Cello Quartet
Mozaico Flamenco
Rancho Folclórico Cruz de Cristo

More Appreciation 特別感謝

中華民國外交部
中華民國僑務委員會
交通部觀光署
駐溫哥華台北經濟文化辦事處
臺中市政府
國家電影及視聽文化中心
林清棋醫師
Royal Bank of Canada
Ivy Wong
Michael Liu
Meya Liu

The Taiwanese Canadian Cultural Society respectfully acknowledges that 2026 Taiwanese Canadian Cultural Festival takes place on the traditional, unceded lands of the Coast Salish people, including the Musqueam, Squamish, and Tsleil-waututh Nations.

Thanks to everyone who joined us, all the performers & artists, TCCF committee and all the volunteers who made it possible! Extra big thanks to our incredible sponsors and supporters!

感謝所有義務參與的表演嘉賓、藝術家、義工，由於您的無私付出，成就本次的台加藝文節！



Taiwanese
Canadian
Cultural Festival



Supported by the Province of British Columbia



Overseas Community Affairs
Council, R.O.C. (Taiwan)
中華民國僑務委員會



Taipei Economic and Cultural Office,
Vancouver
駐溫哥華台北經濟文化辦事處



The best carrier from Taiwan



TCCFESTIVAL.CA



生命的感動往往存在於最平凡的瞬間



一朵花的綻放、一隻動物安靜的眼神，一池睡蓮的倒影都成為創作的來源



在油畫層層堆疊的筆觸與色彩中，將大自然中的溫度和情感留下，我希望能呈現出萬物安靜卻充滿生命力的樣貌

生命的片刻

Life in Quiet Moments

張亞萍油畫展

Amanda Chang Oil
Painting Exhibition

AUGUST 5 – 31, 2026

MON-FRI | 10 AM – 5 PM

台加藝廊

604-267-0901

www.tccsvancouver.ca

8853 Selkirk St. Vancouver



島嶼 雙重奏

ISLAND DUETS

林金田 郭掌從
油畫雙個展

Lin Jintian & Kuo Chang-tsung
Dual Exhibition of Oil Paintings

FORMOSA 的
臉譜與心象

*The Spirit and
Visages of Formosa*



展期 Exhibition

2026.09.02 — 09.16



開幕茶會 Opening Reception

September 2, 2026 (WED) 2:00 PM



展場 Venue

TCCS Art Gallery

台加文化協會 台加藝廊

8853 Selkirk Street

Vancouver, BC V6P 4J6 Canada



Tel 604-267-0901

林金田 LIN JINTIAN



郭掌從 KUO CHANG-TSUNG



認識「新古詩」

主講：梁玉燕

8月6日 (四)
1:00 - 2:30 PM

台加文化協會
8853 Selkirk St.
Vancouver BC

【台加藝文講座】

「世界新古詩」從四年前悄悄萌芽。2024年在台灣彰化設立總會，2025年底在加拿大溫哥華成立分會。發起人彭宗德博士用已發表超過二千首「新古詩」的經驗，鼓勵大家投入：

新古詩中有天地，男女老少皆適宜；
淺顯文字來敘述，難字僻字應迴避；
偶數句尾要押韻，每行幾字都可以；
日日創作一二首，不必紙筆用手機；
互相觀摩互切磋，寫好寫壞不必比；
萬事萬物皆題材，成為詩人不稀奇。

免費講座
歡迎參加!

講者簡介：梁玉燕

亞洲大學社會工作學系研究所畢業

現定居加拿大。喜愛唱歌、寫作、主持、樸實藝術、創作新古詩和做志工。

著作：《真心成藝幸福加溫》、《菩薩行者——張鈞翔、林瑞雲》

曾任：

加拿大素里慈濟人文學

校校長、台灣國立空中大學加

拿大服務處執行長、空中大學

楓情讀書會創會會長、空中大

學加拿大校友會創會理事長

現任：

世界新古詩加拿大分會會長

樸實藝術講師



台式高粱酒香腸 DIY

指導：詹元稹 顧問

地點：台加文化協會

8853 Selkirk St. Vancouver

日期：2026年8月12日 (星期三)

共3梯次，每梯次5組，額滿即止

第一梯次：10:00 - 11:30 第二梯次：11:30 - 1:00

第三梯次：1:00 - 2:30

費用：每組 \$180 / 20磅，費用含豬肉、腸衣、高粱酒及其他原味調味料。

報名方式：

報名請以組別為單位 (每組 2-4 人)，請致電台加 604-267-0901 告知參加梯次及參與人數，並付費以完成報名。

※自備：個人偏好口味如紅麴、辣味、蒜味等、拌肉用大盆及手套

※本活動盈餘將全數用於台加金齡日午餐計畫。

來自台灣 -
58度金門高粱
不含防腐劑
天然腸衣



【台加旅遊資訊講座】

穿越千年文明的交會： 埃及 × 土耳其深度分享

主講：Djoan Chou 周哲安

雄獅旅遊-北美企業服務總監

日期：8/13 (四), 2026

時間：11AM - 12PM

地點：台加文化協會

8853 Selkirk St. Vancouver BC

免費講座，歡迎參加!

在歐亞非三洲交會之處，有兩個承載數千年歷史、令人一生嚮往的目的地——埃及與土耳其。從尼羅河畔的金字塔、神殿與法老傳說，到橫跨歐亞的伊斯坦堡、卡帕多奇亞奇岩與鄂圖曼宮殿，這是一場跨越古文明、帝國與信仰的壯闊旅程。

本次透過一系列精彩故事分享，帶領大家深入認識古埃及文明、希臘羅馬遺跡、拜占庭文化與鄂圖曼帝國留下的歷史軌跡。埃及與土耳其雖分處不同地域，卻同樣位於古代文明交流的重要位置，見證了人類歷史中無數王朝、宗教與文化的興衰更迭。

埃及被譽為「尼羅河的贈禮」，宏偉的吉薩金字塔、神秘的人面獅身像、路克索神殿與帝王谷，至今仍保留著法老時代令人驚嘆的文明印記；土耳其則是連接東西方的重要橋樑，從伊斯坦堡的清真寺與地下水宮，到以弗所古城、棉堡與卡帕多奇亞，每一處都交織著不同時代的文化故事。

您將看見尼羅河沿岸的古老神殿、撒哈拉沙漠的遼闊景色、博斯普魯斯海峽的城市風光，以及熱氣球升起時卡帕多奇亞如夢似幻的地貌，理解為何埃及與土耳其能成為世界旅人心中最具魅力的文明旅程。

如果您熱愛歷史文化、世界遺產與充滿故事的深度旅行，這場講座將帶您一次走進兩個橫跨數千年的文明國度，一同探索埃及與土耳其的壯麗風景與歷史傳奇。

【台加健康講座】

醫病溝通小技巧

在異鄉生病，最難的往往不是並本身，而是不知道怎麼和醫生說清楚自己哪裡不舒服。吳醫師將教大家如何描述常見症狀，以及如何在看診時與醫生有效溝通，讓你在就醫時更有信心。



吳秉琛醫師
Dr. Sammy Ng

講者簡介

香港大學內外科醫學士、澳洲雪梨大學公共衛生碩士、加拿大西三一大學商業管理碩士，香港及英國公共衛生專科醫師。曾任香港社會醫學學院及英國皇家內科醫學院公共衛生科考官、香港中文大學醫學院名譽臨牀副教授。吳醫師 1998 年至 2021 年於香港衛生署服務，涉獵港口、食物及環境衛生、長者健康、傳染病防控、基層醫療及衛生規管等範疇，現定居加拿大。

免費講座，歡迎參加！

台加文化協會 8853 Selkirk St. Vancouver BC
2026 年 9 月 3 日 (四) | 10:45 AM - 11:45 AM

【台加親子成長體驗工作坊】

找到你的內在力量

認識自己，探索未來

活動資訊

- 8 月 20 日 (四)
- 1:00 PM - 2:30 PM
- 對象: 10-16 歲青少年
- 建議人數: 8-12 位孩子
- 每位孩子至少一位家長陪同參與

講師: VIC CHEN 陳正傑
FOUNDME ACADEMY 創辦人

主辦: 台加文化協會
8853 Selkirk St. Vancouver BC



免費體驗講座



掃碼立即報名

在 AI 與快速變動的時代中，孩子未來最重要的能力，不只是知識與成績，而是認識自己、建立自信，以及勇敢表達自己的能力。

本次體驗工作坊將透過互動活動與引導式討論，協助孩子探索自己的價值觀，並練習表達自己的想法與觀點，建立自我覺察與自信心。

活動前半小時將介紹 FOUNDME ACADEMY 的課程理念，以及 AI 時代孩子需要培養的核心能力；後半段則為體驗式互動課程，讓家長與孩子共同參與學習與成長，促進親子關係，更認識彼此，讓彼此的心更靠近。

台加復健運動操

時間: 8/23 ; 9/27 (星期日) 2PM - 3PM

費用: 免費，受限場地，每次只收 4-10 人

報名: 4 人成班，請致電台加報名留位

604-267-0901

地點: 台加文化協會

指導: 「崧傑綜合醫療」脊骨神經科醫師、運動治療師、註冊按摩治療師

內容: 包含手腕、頸部疼痛、背部、腰部、腿部、工作和運動傷害等拉筋復健，學習自我保健，並舒緩常見的肌肉僵硬。

- 參加者請自備軟墊及穿著寬鬆衣物
- 感謝「崧傑綜合醫療」長期支援本活動



小班教學
8人成班!

MAKES GOOD
FOOD SAFE
FOOD BETTER

飲食衛生初級證書課程 (中文授課)
Food Safe Level 1 Certificate Course

日期: 8/29, 2026 (週六)
時間: 9:00AM - 6:30PM (含 1 小時考試時間)
地點: 台灣文化中心 8853 Selkirk St. Vancouver
費用: \$148, 含 GST 稅/中英文對照課本及註冊證書費
繳費後才算完成報名，請親臨台加或致電付款！
及格者 (70 分以上) 將於 4 - 6 週內領取 BC 省衛生單位核發證書

604-267-0901 | info@tccsvancouver.ca

REGISTER NOW!

TAIWANESE CANADIAN CULTURAL SOCIETY
台加文化協會



台加台灣學校 TCCS Taiwan School

小班教學 個別指導

創校校長：廖純如

校長：連淑惠

報名洽詢：604-267-0901 / info@tccsvancouver.ca

兒童華語班 Children's Mandarin

教師：莊怡芬

招收對象：6歲以上，4-6人

時間：入門班週二 4:00-5:30PM 費用：\$240 / 8次，單堂：\$35

時間：進階班週四 4:00-5:30PM 費用：\$240 / 8次，單堂：\$35

日期：9/10、17、24；10/01、08、15、22、29

時間：初級班週五 4:00-5:30PM 費用：\$240 / 8次，單堂：\$35

日期：9/11、18、25；10/02、09、16、23、30

莊老師擁有台灣教育部教育學程的專業證書，足以掌握全面的教學情境，具有多年的海外教學經驗。

教師善於依照孩子不同的需求和年齡段設計不同的課程，教學內容貼近生活經驗，採用互動式的教學方式，讓孩子們在輕鬆愉快的氛圍中學中文。您的孩子將會發現學習中文可以很有趣並自信地在雙語環境中成長。

小小藝術大師探索班 Little Art Masters Exploration

教師：李佳慧

招收對象：6-10歲，4-8人

時間：週一 3:30-5:00PM

費用：\$300/6次，\$55/單堂

(含課程所需基本材料)

教師將在課程中帶領孩子走進世界名畫，探索四位影響世界的藝術大師。除了認識梵谷、莫內、馬蒂斯、草間彌生的流派與創作，也指導學生以壓克力、水彩、剪紙、輕黏土、複合拼貼等材料，完成自己的藝術作品。

青少年自我探索與人生發展班：七大內在超能力探索之旅 Seven Inner Superpower Discovery Journey

講師：陳正傑 Vic Chen

招收對象：10-16歲，8-12人

時間：週一 3:30-5:00 PM

費用：\$360 / 8次，單堂 \$50

(另可預約一對一諮詢)

Vic老師為FoundMe Academy創辦人及《有感授把拔的育兒日誌》Podcast 主持人，具GCDF全球職涯發展師資格，希望透過自我探索與體驗式學習，陪伴孩子建立自信與人生方向感。

每個孩子都擁有獨特的天賦與潛能，但不一定真正認識自己。本課程透過引導式探索、互動活動與團體分享，陪伴孩子建立情緒覺察、自信表達、人際互動、價值觀思考與人生方向感。透過七大內在超能力的探索，引導孩子認識自己的優勢與特質，培養面對未來挑戰所需的重要能力，逐步建立屬於自己的人生地圖。

台灣民俗手藝坊 Taiwan Craft Art

教師：周元英

招收對象：青少年及成人，4人以上

時間：週一 10:00AM-12:00PM 費用：\$100 / 4次，單堂：\$30

周老師長期投入民俗手藝的創作與指導，經常代表台灣社團參與多元文化節慶活動，深受各界好評。

課程透過生活取材，運用巧思與巧手，以摺紙、剪紙、布藝等方式製作簡單玩具、小禮物、小飾品等。在充滿趣味的課程中培養手眼協調、空間概念、細心與耐心。歡迎親子共同參與創作。

圍棋班 GO Chess

教師：戴振華

招收對象：6歲以上，12人以下

時間：週三 3:30-5:00PM

費用：\$180 / 6次，單堂：\$35

日期：9/9、16、23、10/7、14、21

戴老師曾擔任中學教師、學務主任及教務主任，圍棋業餘3段。

課程以練習個別化教材、生生對弈、師生對弈的多元方式，進行有品味、有趣味及邏輯思考訓練的教學。在簡單黑白子的無窮變化中，帶領習慣思考的孩子，開啟學習旅程的新紀元。

現代水墨創意班 Modern Ink Painting

教師：黃竹屏

費用：\$150 / 5次，單堂：\$35

招收對象：成人班：15歲以上；兒童班：8-14歲，4人以上

時間：成人班：週五1:30-3:00PM；兒童班：週五3:30-5:00PM

黃老師畢業於國立台灣藝術大學水墨組，師事李義弘老師。曾於1991年美國西雅圖藝術中心、1992年西雅圖揚子江畫廊、1993年台北清韻藝術中心及2014年研華公益藝廊舉辦個展；多次入選南瀛美展及全國大專青年書畫展群展，並著有個人畫冊《春花秋色》，完整展現藝術歷程與風格演進。

教師將以小班制進行教學，帶領學員從傳統筆法的精髓出發，逐步嘗試現代水墨的創新表現，每堂互動討論、作品示範與集體回顧相結合，協助學員在自由發揮與技法紮實間取得平衡，探索個人水墨風格。

重新開始：移民的職涯定位與重啟

Restarting in Canada: Career Identity & Life Reboot for Newcomers

教師：陳正傑 Vic Chen

招收對象：18歲以上，10-16人

時間：週一 10:30AM-12:00 PM 費用：\$360 / 8次，單堂：\$50

(另可預約一對一諮詢)

陳老師具GCDF全球職涯發展師資格，擁有近20年人力資源、人才發展與教育訓練經驗，長期投入職涯探索與個人成長領域，曾輔導企業主管、金融業人才及留學生職涯發展。移居加拿大，不只是換一個生活環境，更是一段重新認識自己、重新定位人生與職涯的旅程。

本課程透過引導與討論，協助學員探索價值觀、優勢與能力，重新整理人生經驗，釐清職涯方向與未來目標。同時從人力資源專業角度解析東西方職場文化、企業選才邏輯，以及履歷撰寫、面試技巧與個人品牌建立，幫助學員發掘優勢並建立具體行動方案。

成人藝術課程一彩鉛畫 Colored Pencil Drawing

教師：李佳慧

招收對象：19歲以上，2-8人

時間：週一 1:00-3:00PM

費用：\$300 / 6次，單堂：\$55

(含課程所需基本材料)

李老師畢業於巴黎服裝設計大學，擅長服裝設計、服裝插畫、油畫創作及各種動漫卡通造型教學。自2018年起，擔任多年台加藝術文化節活動T恤設計師。

彩鉛畫是一種結合了素描線條與色彩疊加的繪畫形式。其特點在於色彩細膩、層次豐富，且工具攜帶方便，非常適合初學者進行寫實或插畫創作。以小班與個別專業指導方式進行教學，無論初學者或進階學員皆可輕鬆學習繪畫技巧。

讓色彩點亮你的世界，讓藝術豐富你的生活！

台加徵求新班開課企畫，邀您發揮專長；歡迎具教學熱忱之各領域人才，備妥教案及履歷以電話或電郵與我們聯繫。

台加金齡日 Golden Age Day 每週四10AM - 3PM ● 參加金齡日資格為65歲以上

10:00AM - 11:00AM 肢體律動 - 蔡雅玲老師
11:00AM - 15:00PM 創意繪畫/專家講座/義診/歡樂歌唱/
平甩功太極拳/手工藝/影片欣賞/節慶聚餐

- 感謝鄉親對台加金齡日的喜愛，受限場地，已暫停接受新人，敬請包涵。

8月6日

- 上午 11:00AM - 12:00PM 【頌鉢音療與身心放鬆】

指導：陳正傑 老師

透過聲音的療癒力量，放鬆身心、紓緩壓力，找回內在平靜與生活能量。

- 1:00PM - 3:00PM 【藝文講座】

講題：認識新古詩

主講：梁玉燕

「世界新古詩」從四年前悄悄萌芽。2024年在台灣彰化設立總會，2025年底在加拿大溫哥華成立分會。發起人彭宗德博士用已發表超過二千首「新古詩」的經驗，鼓勵大家投入。

8月13日

- 上午 11:00 AM - 12:00PM 【旅遊資訊分享講座】

講題：穿越千年文明的交會：埃及 x 土耳其深度分享

主講：DJOAN CHOU 周哲安

雄獅旅遊-北美企業服務總監

本次透過一系列精彩故事分享，帶領大家深入認識古埃及文明、希臘羅馬遺跡、拜占庭文化與鄂圖曼帝國留下的歷史軌跡。埃及與土耳其雖分處不同地域，卻同樣位於古代文明交流的重要位置，見證了人類歷史中無數王朝、宗教與文化的興衰更迭。

8月20日

- 1:00PM - 2:30PM 【親子成長體驗工作坊】

指導：陳正傑 老師

本次體驗工作坊將透過互動活動與引導式討論，協助孩子探索自己的價值觀，並練習表達自己的想法與觀點，建立自我覺察與自信心。

8月27日

- 上午 11:00 AM - 12:00PM 【平甩功及太極拳】

指導：劉仲明 醫師

9月3日

- 10:45AM - 11:45AM 【健康講座】

講題：醫病溝通小技巧

主講：吳秉琛醫師 DR. SAMMY NG

在任職香港公共衛生醫學專科醫生期間，吳醫師曾於港口衛生、食物公共衛生、環境公共衛生、長者健康、傳染病防控，基層醫療規劃及衛生規管等不同範疇工作。

9月10日

- 12:30PM - 2:30PM 【多媒材金齡創藝學堂】

指導：李佳慧 老師

在【多媒體金齡創藝學堂】，年齡從不是學習與創作的阻礙。在佳慧老師耐心細緻的引導下，學員在輕鬆氛圍中揮灑創意，體驗作品完成的喜悅，感受藝術的魅力與成就感。

9月17日

- 上午 11:00 AM - 12:00PM 【影片欣賞】

9月24日

- 上午 11:00 AM - 12:00PM 【平甩功及太極拳】

指導：劉仲明 醫師

- 12:00PM - 1:00PM 【慶祝中秋節午餐】



中秋

9月24日

台加金齡日 歡慶中秋團聚

金齡午餐 \$10/每位

10 am 肢體律動操 / Monica 老師
11 am 平甩功及太極拳 / 劉仲明醫師
12 pm 金齡慶中秋午餐



台加金齡中心 TCCS Golden Age Centre

參加台加金齡活動資格：週四金齡日65歲以上、其餘55歲以上

健行社 Walking Club

時間：每週六 9:15AM 主持：詹元稹 604-581-6191 / 778-985-1138

時間	健行地點	109 Walks	行程 (km)	領隊	集合地點
08月01日(六) 9:15AM	Derby Reach/Fort Langley Langley		10	胡正福 604-882-8061	Hwy #1 (exit 58) > 96th Ave. E > 208 Ave. > Allard Dr. > Park parking lot
08月08日(六) 9:15AM	Burnaby Lake Overpass Burnaby	15	10.5	葉茂雄 604-299-0496	Kensington Ave > Sprott St. E. > Sperling N > Sportplex parking lot
08月15日(六) 9:15AM	Gold Creek Lower Falls Trail Golden Ears Prov. Park Maple Ridge	79	6	胡正福 604-882-8061	#17 HWY E > Golden Eaars Connector > Golden Ears Wy > Golden Ears Pk Rd > Parking Lot
08月22日(六) 9:15AM	Gladstone Trail Vancouver		8	葉茂雄 604-299-0496	SE Marine Drive > Elliott St. S > E Kent Bikeway E > park on the road side.
08月29日(六) 9:15AM	Green Timbers Trails Surrey		10	詹元稹 604-581-6191	Nordel Way E > 88 Ave. E > 140 St. N > 100 Ave. E > Green Timber Park
09月05日(六) 9:15AM	Fraser Foreshore Park Burnaby	20	8	高騰輝 604-207-0533	Marine Way> South end of the Byrne Rd
09月12日(六) 9:15AM	Mundy Lake Coquitlam	21	7	詹元稹 604-581-6191	Parking @ Mundy Park, 1st parking from Hillcrest St
09月19日(六) 9:15AM	Gold Creek Lower Falls trail Golden Ears Prov. Park Maple Ridge	79	6	胡正福 604-882-8061	#17 HWY E > Golden Eaars Connector > Golden Ears Wy > Golden Ears Pk Rd > Parking Lot
09月26日(六) 9:15AM	Renfrew Triangle Vancouver	7	5	葉茂雄 604-299-0496	Roadside parking at 29 Ave. E. & Slocan St. Slocan Park
10月03日(六) 9:15AM	Campbell Valley Regional Park, Langley	70	4-14	胡正福 604-882-8061	16 Ave > east pass 200 St. (49.029724, -122.660846)

沿途風光明媚，請別忘了攜帶相機。

備註：1. 務必穿登山鞋或球鞋，請自備雨具，風、雨、雪無阻。

2. 健行詳細內容請依編號參閱 Douglas & McIntyre 出版「109 Walks in British Columbia's Lower Mainland。」地點及詳圖請洽當日領隊。

3. 每星期會由 Line 健行社官網傳送詳細停車位置 Google 地圖。請在出發前確認是否更改。



台加金齡中心 TCCS Golden Age Centre

參加台加金齡活動資格：週四金齡日65歲以上、其餘55歲以上

土風舞

Taiwanese Folk Dance

指導：陳台英

時間：每週一 & 三 10:00AM

報名：名額有限，請預先報名。

費用：\$30 / 月

台加土風舞社致力推廣世界各地的土風舞，以民族音樂配上肢體律動和簡單舞步，人人都可樂在其中，跳土風舞也像在遨遊四海，行進間交換舞伴，有趣又能聯誼，在律動中培養協調性、節奏感，結交同好。我們的團體是一個快樂的大家庭，大家因共同的喜好而聚合，經由不斷的研習，激盪腦力，經由快樂的舞動，活絡筋骨。歡迎呼朋引伴，一起以動人音樂、暢快舞步穿梭於世界各民族文化之間。



排舞

Line Dance

指導：謝依霖

時間：A班 「拉丁排舞」

每週二 10:30AM - 12:00PM

B班 「動感排舞」

每週五 10:30AM - 12:00PM

報名：名額有限，請預先報名。

費用：\$8 / 每堂（月繳）；\$10 / Drop-in

拉丁排舞：拉丁風及流行樂曲為主，注重技巧、律動、重心、音感及熟練度。

動感排舞：著重運動及記憶強度。

以上不分程度，皆屬國際排舞。



桌球社

Table Tennis Club

社長：詹元稹

費用：\$200 / 年費；\$30 / 月費

（因場地限制，不收新社員及Drop-in）



高爾夫球社

Golf Club

社長：孫繼華 778-386-2798

聯絡：李友志 604-275-6365

2026年六月賽（6/23）Riverway Golf Course

總桿冠軍：林尚賢 淨桿第1名：林志奮

淨桿第2名：曾立斌 淨桿第3名：陳長井

淨桿第4名：陳長舜 淨桿第5名：孫繼華

Lucky 7：李友志 女總桿冠軍：賴淑惠

最近洞獎：

06. 李友志、林尚賢、林志奮、吳鳳麗、劉江淮、劉世明、鄭春美、蒲佳粟、賴淑惠

08. 李友志、林志奮、曾立斌、張月李、張梅玉、康友鵬、陳長舜、陳長井

11. 屈磊、劉江淮、魏錫鉉、蔡惠賀、楊錫隆

15. 周彩蓮、吳鳳麗、林良智、徐瑞芳、楊錫隆、康鐘鼓、陳瑞南、賴春聲、劉世明



復健運動操

Active Rehab

指導：「崙傑綜合醫療」脊骨神經科醫師、運動治療師、註冊按摩治療師

日期：8/23（日）

時間：2:00PM - 3:00PM

費用：免費，受限場地，每次只收4~10人
包含手腕、頸部疼痛、背部、腰部、腿部、工作和運動傷害等拉筋復健，學習自我保健，並舒緩常見的肌肉僵硬。

※參加者請自備軟墊及著寬鬆衣物前來

♥感謝「崙傑綜合醫療」長期支援本活動

鄭子太極拳練習

Cheng Tzu Tai Chi Practice

指導：沈于順 & 吳明芳 604-985-8687

時間：每週一 10:00AM - 11:30AM

費用：\$2 / 次（預先報名，滿6人開班）

鄭子太極拳功架，太極拳推手，無極站樁 & 健身十二段錦鄭子太極拳37式緩和鬆柔的動作，功效宏大老少咸宜，每天利用空閒幾分鐘，能達到幼者壯，老者健，是最王道的養生功法。青年者習練，增加關節柔軟度，心肺功能，矯正不良脊柱姿勢，學得防身武術。年老者習練，下盤穩固不易跌倒，改善一些慢性病，強化內臟，腦幹和中樞神經，達到健康延年。



平甩功及太極拳

Pingshuai Gong and Tai Chi

指導：劉仲明醫師

時間：每週二 & 五 8:15AM - 9:45AM

費用：\$2 / 次

許多養生的道理，都需要透過鍛練去體會，不是背誦經典來的。

平甩功可調節身體的規律，通經疏脈，兼顧五臟六腑。許多人每天定時鍛練，每次練完感到身心舒暢，睡眠安穩，工作精神集中。獲益良多。

太極拳傳承自老祖宗的養生智慧，練的時候平心靜氣，全身放鬆，是所有愛好修行，養生，氣功的人都應該學習的首要功法。歡迎您加入我們的行列。





星期日 Sun	星期一 Mon	星期二 Tue	星期三 Wed	星期四 Thu	星期五 Fri	星期六 Sat
    訂閱電子報						August 1 健行社 9:15AM Derby Reach/Fort Langley, Langley 桌球社
2 桌球社	3 BC Day 台灣文化中心 休館	4 平甩 & 太極 8:15AM 排舞 10:30AM 桌球社	5 土風舞 10:00AM 桌球社	6 金齡日 10AM-3PM 桌球社	7 平甩 & 太極 8:15AM 排舞 10:30AM 桌球社	8 健行社 9:15AM Burnaby Lake Overpass, Burnaby 桌球社
9 桌球社	10 土風舞 10:00AM 桌球社	11 平甩 & 太極 8:15AM 排舞 10:30AM 桌球社	12 大家來灌香腸 10:00AM 土風舞 10:00AM 桌球社	13 金齡日 10AM-3PM 桌球社	14 平甩 & 太極 8:15AM 排舞 10:30AM 桌球社	15 健行社 9:15AM Gold Creek Lower Falls Trail, Maple Ridge 桌球社
16 桌球社	17 土風舞 10:00AM 桌球社	18 平甩 & 太極 8:15AM 排舞 10:30AM 桌球社	19 土風舞 10:00AM 桌球社	20 金齡日 10AM-3PM 桌球社	21 平甩 & 太極 8:15AM 排舞 10:30AM 桌球社	22 健行社 9:15AM Gladstone Trail, Vancouver 桌球社
23 復健運動操 2:00PM 桌球社	24 土風舞 10:00AM 桌球社	25 平甩 & 太極 8:15AM 排舞 10:30AM 桌球社	26 土風舞 10:00AM 桌球社	27 金齡日 10AM-3PM 桌球社	28 平甩 & 太極 8:15AM 排舞 10:30AM 桌球社	29 飲食衛生初級 9:00AM 健行社 9:15AM Green Timbers Trails, Surrey 桌球社
30 桌球社	31 土風舞 10:00AM 桌球社	1 平甩 & 太極 8:15AM 排舞 10:30AM 桌球社	2 土風舞 10:00AM 畫展茶會 2:00PM 桌球社	3 金齡日 10AM-3PM 桌球社	4 平甩 & 太極 8:15AM 排舞 10:30AM 桌球社	5 健行社 9:15AM Fraser Foreshore Park, Burnaby 桌球社
6 桌球社	7 Labour Day 台灣文化中心 休館	8 平甩 & 太極 8:15AM 排舞 10:30AM 桌球社	9 土風舞 10:00AM 圍棋 3:30PM 桌球社	10 金齡日 10AM-3PM 兒童華語 4:00PM 桌球社	11 平甩 & 太極 8:15AM 排舞 10:30AM 兒童華語 3:45PM 桌球社	12 健行社 9:15AM Mundy Lake, Coquitlam 桌球社
13 桌球社	14 土風舞 10:00AM 桌球社	15 平甩 & 太極 8:15AM 排舞 10:30AM 桌球社	16 土風舞 10:00AM 圍棋 3:30PM 桌球社	17 金齡日 10AM-3PM 兒童華語 4:00PM 桌球社	18 平甩 & 太極 8:15AM 排舞 10:30AM 兒童華語 3:45PM 桌球社	19 健行社 9:15AM Gold Creek Lower Falls Trail, Maple Ridge 畫展茶會 2:00PM 桌球社
20 桌球社	21 土風舞 10:00AM 桌球社	22 平甩 & 太極 8:15AM 排舞 10:30AM 桌球社	23 土風舞 10:00AM 圍棋 3:30PM 桌球社	24 金齡日 10AM-3PM 兒童華語 4:00PM 桌球社	25 中秋節 平甩 & 太極 8:15AM 排舞 10:30AM 兒童華語 3:45PM 桌球社	26 健行社 9:15AM Renfrew Triangle, Vancouver 桌球社
27 復健運動操 2:00PM 桌球社	28 土風舞 10:00AM 桌球社	29 平甩 & 太極 8:15AM 排舞 10:30AM 桌球社	30 National Day for Truth and Reconciliation 台灣文化中心 休館	台加藝廊 策展顧問：盧月鉛 08/05 - 08/31 「生命的片刻」張亞萍油畫展 09/02 - 09/16 「島嶼雙重奏」林金田、郭掌從油畫雙個展 09/17 - 09/29 盧月鉛個展 ※ 10/03 台加募款晚會將在Richmond Radisson飯店舉行。		