臺南市政府114年度公教美展手作課程

曼陀羅束口袋手繪課程簡介

一、課程時間：114年3月21日（星期五）下午2時至5時

二、課程地點：本府永華市政中心11樓訓練教室

三、參加人員及報名方式：

(一)以本府暨所屬各級機關學校公教人員為限，採自由報名參加，有意願參加者請統一由各機關學校人事人員至ECPA—終身學習入口網辦理薦送報名（課程代碼：TN1140321），參加人數上限為50人，額滿截止。

(二)報名期間：即日起至114年3月13日截止，如額滿即提早截止。

(三)本課程因材料之準備，不開放現場報名，確定參加課程人員名單將於114年3月18日下班前公告於本府人事處iShare行動知識網，屆時請人事同仁務必轉知報名同仁是否有錄取課程。

四、課程簡介：

層層疊疊的魔幻魅力，繪製過程舒壓又療癒

繪製曼陀羅是一種冥想和放鬆的方式

透過曼陀羅創作表達自己的創造性

提高自我價值感和情感滿足感

親自畫完一個純棉束口袋(約15.5cm x 20cm)

過程舒壓又療癒，成品送禮自用兩相宜

五、課程內容：

(一)第一部分：什麼是曼陀羅？

(二)第二部分：曼陀羅圖騰的特色。

(三)第三部分：老師示範創作。

(四)第四部分：實地創作。

(五)活動最後將推廣本府公教美展官方網站（https://art-gallery.tainan.gov.tw），並將當日同仁藝術作品上傳至該網站，以持續提供同仁展演藝術能量之平臺。

六、全程參與者，並核予公務人員終身學習時數3小時。