

一一三年春季慶生會暨健康講座

朱嫻興



本協會於三月十日下午二點，舉辦了春季慶生活動暨健康講座，壽星、來賓以及在學的僑生，坐滿整個會場，這也是自疫情後出席活動最踴躍的一次，好不熱鬧。

理事長李惠英致詞：今天好高興最尊敬的本會創會元老胡珊珊大姐蒞臨會場，看到她身體健康高興的好激動，胡大姐為本會所貢獻很大，也曾主持會議。我已經當了六年的理事長，今天是年度第一季的慶生會，也是我最後一次在此主持的會議，祝福大家長命百歲。第二季的慶生會將由新任理事長來主持。在這六年來我盡心盡力的為大家服務，以使會所成長茁壯，如有不妥之處，敬請原諒，順利卸任後仍會以志工身份為大家服務。

貴賓致詞

立法委員林德福，陳鴻源副議長的秘書謝夢麟先生及連斐璠議員的主任秘書蔡丁吾先生均到場致意，並祝福大家平安健康幸福快樂，龍年行大運。新北市議員陳錦錠每次參加活動都會一一握每一位參加者的手，感謝大家的支持，獻上祝福給大家。



頒發獎學金

獎學金的頒發原本是在開會員大會時進行，但是因為此次大會提早舉辦，又正逢學校放春假期間，有些僑生返回僑居地，來不

及出席會員大會，因此在今天的慶生會上發給同學，僑生一一發表感言。

溫珍妮：離開家初來台灣時，感到很孤獨，自從來到歸僑協會後，就有回家的感覺很溫暖，我現在就讀世新大學四年級，已經接了一家公司工作了。

戴愛貞：我是在龍華科技大學就讀電機系二年級學生，由於回印尼所以沒有參加會員大會，現在來參加慶生會，接受頒獎，心裏好高興，祝福大家身體健康。

黃克香：我是就讀莊敬高職，是全班的第一名，感謝協會頒發的獎金。

陳儀萱是會員子女，參加長笛演奏比賽得名。



健康講座

今天的健康講座，請來傳愛大使陳培綸老師演講，題目是：「傳子傳孫傳福氣，把愛的能量傳出去」。內容如後文。

壽星許願切生日蛋糕

眾壽星圍著生日蛋糕合照，唱生日快樂歌中文版印尼文版快樂無比，由年長的胡珊珊大姐代表許願切生日蛋糕，許的是一願風調雨順、國泰民安。二願本協會會務蒸蒸日上，更加茁壯。三願大家平安身體健康。



抽獎

今天的禮品豐富，紅包也多，所有的壽星人人都有獎，皆大歡喜。

娛樂時間

在慶生會與健康講座圓滿結束後，除了開放電腦伴唱活動，讓大家一展金嗓開懷演唱，與會人士皆能帶著伴手禮大家盡興而歸。



照片集錦



健康講座~傳愛大使陳培綸老師： 「傳子傳孫傳福氣，把愛的能量傳出去」

朱娉興



無論是「家庭」、「企業界」或者是「團體」都可以透過整合來找到幸福、快樂。把愛的能量傳出去，傳子傳孫傳福氣給大家。

何謂愛的能量？可以試著這麼做：把雙手搓熱後敷在臉上、眼睛，感受這份溫暖和愛，傳授別人也用這種方法來產生溫暖和愛，常保有心中的愛身體有自然會健康。也要把這份愛與祝福傳給身旁的人，祝福他們快樂健康。



零極限中有四句話：「對不起」、「請原諒我」、「謝謝你」、「我愛你」。所謂的「零極限夏威夷療法」只要簡單幾句話，讓你快速清理內在潛意識負能量！可以常常說。



要對人說好話，用愛的能量 把失去的找回來，無論是家中、團體、公司等都蘊含一種能量，一切的能量來自信心，把心照顧好，身體就會變得健康。

接著可以試著把手放在心上說：「對不起」、「請原諒我」、「謝謝你」、「我愛你」。如果身體的某處不適，就是自己沒有把該處照顧好。祝福他人其實是祝福自己。笑容與愛會傳子、傳孫傳授出去，用行動把愛感化他人，使之改變行為。自己要準備好要有愛的正能量。

在用餐時，無論是在早餐、午餐、下午茶及晚餐，吃藥時，睡前都要學著感恩。在此祝福大家龍行天下，龍心大悅。