






退休人士適體舞班

Cursos de Dança para Aposentados

更新版
Versão Actualizada

	退休人士適體舞入門班 Curso Básico de Dança para Aposentados	退休人士適體舞延續班 Curso de Aperfeiçoamento de Dança para Aposentados
日期、時間及課時 Data, horário e duração	14/07/2020 – 24/09/2020, 16:00 – 17:30, 逢星期二及四, 共22堂, 33小時。Todas as 3as feiras e 5as feiras, no total de 22 aulas e 33 horas.	14/07/2020 – 24/09/2020, 14:30 - 16:00, 逢星期二及四, 共22堂, 33小時。Todas as 3as feiras e 5as feiras, no total de 22 aulas e 33 horas.
上課地點 Local	澳門水坑尾街 78 號中建商業大廈 10 樓 Rua do Campo, n.º 78, Edf. Com. Chong Kin, 10º andar, Macau	
對象 Destinatários	退休人士 Aposentados	
名額 Vagas	20 名 / 班 (成班人數最少超過名額之半數) 20 por turma (este curso realiza-se quando o número de participantes atinge, pelo menos, a metade das vagas previstas para este curso.)	
內容 Conteúdo	結合健美操、拉丁舞、爵士舞等多種元素, 以排排舞之特點為形式, 配合輕快悅耳音樂, 展現出開心、活力和身心運動等, 是一種簡單易學之餘, 亦不失趣味及附時代感的適體舞蹈。Ensina-se uma dança que combina as características e os elementos das diversas danças ensinadas neste curso, nomeadamente, a dança aeróbica, latina, jazz e tradicional em linha. Trata-se não só de uma dança que se aprende facilmente, mas também de um exercício agradável e moderno. Tudo isto permite que o corpo e a mente dos participantes sejam influenciados de forma positiva, com o acompanhamento de uma música harmoniosa.	
費用(澳門元) Taxa(MOP)	\$360.00 – 會員 Beneficiários \$710.00 – 非會員(會員家屬/退休公務人員) Não-ben. (familiares dos ben./aposentados dos serviços públicos)	
導師 Formador(a)	賴燕廣先生 Sr. Lai In Kong	
備註 Observações	本課程具一定運動量, 請參加者自行評估身體狀況是否適合參加此課程。Este curso tem uma certa quantidade de exercícios práticos, por conseguinte, os participantes devem fazer a sua auto-avaliação da saúde e aptidão física para saberem se estão aptos a participar neste curso.	
報名日期及時間 Período e horário da inscrição	2020 年 1 月 10 日至 15 日於辦公時間內接受電話或親臨報名。倘報名人數超過限額, 本處將進行抽籤。抽籤排序之首 40 名人士的名單將在 2020 年 1 月 17 日上載至行政公職局網站, 而中籤者將獲短訊通知。中籤者須於 2020 年 1 月 17 日至 1 月 22 日前來公職福利處繳付有關費用。As inscrições poderão ser efectuadas por telefone ou pessoalmente dentro do horário de funcionamento, no período entre 10/01 e 15/01/2020. No caso do número de inscritos exceder o número de vagas existentes, proceder-se-á a um sorteio. Das listas dos primeiros 40 candidatos contemplados no sorteio será disponibilizada no website do SAFP no dia 17/01/2020. Os contemplados no sorteio serão informados por SMS e deverão dirigir-se à DASFP para efectuar o pagamento de 17/01 a 22/01/2020.	
報名手續及條款 Condições e regras de admissão	 <ol style="list-style-type: none"> 會員須帶備會員證或身份證明文件。Os beneficiários devem trazer consigo o cartão do SASC ou o documento de identificação. 所有非會員均須帶備身份證明文件。此外, 非會員的退休人士則須帶備有關部門發出之退休證明文件。Todos os não-beneficiários devem trazer consigo o documento de identificação. Além disso, os não-beneficiários trabalhadores dos serviços públicos devem trazer consigo também os documentos comprovativos da sua qualidade de trabalhador emitidos pelos respectivos serviços e os não-beneficiários aposentados devem trazer consigo os documentos comprovativos da situação de aposentação emitidos pelos respectivos serviços. 如參加者同時報讀同一類別課程中多於 1 個班別, 第 1 個為首選, 而其餘各次選班別則須於仍有餘額時方可參與(如適用)。No caso dos participantes que se inscrevem em mais de uma turma do mesmo tipo de cursos ao mesmo tempo, a primeira escolha é a da inscrição. Podem participar nas restantes turmas escolhidas, caso nestas haja vagas (se aplicável). 抽籤只適用於本局之會員, 而抽籤後公佈之後備名單將用作填補空缺。O sorteio é aplicável unicamente aos beneficiários do SAFP e a lista de suplentes publicada após o sorteio servirá para o suprimento de eventuais lugares vagos. 若報名人數不足, 主辦單位將保留不舉辦之權利。A Organização reserva-se o direito de não realizar o curso, quando se verificar um número insuficiente de inscritos. 如有任何異議, 主辦單位有權作最後決定。Em caso de eventual reclamação, a decisão final é da competência da Organização. 	

<p>報名及付款地點 Local de inscrição e de pagamento</p>	<p>1. 澳門水坑尾街 78 號中建商業大廈 9 樓本局公職福利處 DASFP do SAFP, Rua do Campo, n.º78, Edf. Com. Chong Kin, 9º andar, Macau</p> <p>2. 氹仔哥英布拉街 225 號 2 樓公務人員活動中心 (離島政府綜合服務中心樓下) Centro de Actividades para os Trabalhadores dos Serviços Públicos, Rua de Coimbra, n.º225, 2.º andar, Taipa (por baixo do Centro de Serviços da RAEM das Ilhas)</p>
<p>報名及查詢電話 Tel. para inscrição e informações</p>	<p>28355200 / 28355201 (郭小姐 Sra. Kuok -澳門中建商業大廈 Edf. Com. Chong Kin, Macau) 85999500 (公務人員活動中心 Centro de Actividades para os Trabalhadores dos Serviços Públicos, Taipa)</p>
<p>付款方法 Forma de pagamento</p>	<p>如使用信用卡，最低刷卡金額為 MOP\$200 元。逾期未付款者作自動棄權論(付款時間為上午 9 時 30 分至下午 6 時 30 分)。Para usar o cartão de crédito, as despesas a liquidar não poderão ser inferiores a MOP200,00. Se o pagamento não for efectuado no prazo estabelecido, a inscrição será considerada sem valor (horário de pagamento: das 09:30 às 18:30).</p>
<p>收集個人資料聲明 Declaração de recolha de dados pessoais</p>	<p>主辦單位在活動過程中可能會收集及處理個人資料(如影像、聲音等)。當中，有些資料可能是必須收集的，有些則可能是由當事人自願選擇提供的。如有疑問，請聯絡主辦單位。A Organização pode recolher e tratar os dados pessoais (tais como imagens, sons, etc.) durante a realização duma actividade. A recolha de algumas categorias de dados é obrigatória, outras facultativa na base da decisão voluntária do titular de dados. Para esclarecimento de dúvidas, por favor contacte a Organização.</p>
<p>合辦單位： Co-organização：</p>	<p>  SAFP 行政公職局 Direcção dos Serviços de Administração e Função Pública </p> <p>  澳門公共行政 福利基金 Fundo Social da Administração Pública de Macau </p> <p>  www.safp.gov.mo  dasfp@safp.gov.mo  28355200 / 28355201 </p>