

聆聽心的聲音

心靈健康成長系列課程

靜下心來聆聽內心的聲音，探索未知的生理情緒，瞭解自我的成長之旅。

♥活動對象

小腦萎縮症之
家屬、志工、捐款人
對此議題感興趣之社
會大眾

♥報名方式

- 電話報名：(02)2314-7035 聯絡人：陸社工
- Line@報名：掃QR碼加入"小腦協會北區社工"

名額有限!!

~誠摯邀請您加入~



北區社工Line@

♥活動費用

免費

♥活動時間

111年6月11日至7月2日
每週六 9:00 ~17:00

♥活動地點

本會辦公室 多功能教室
台北市萬華區漢中街156號3樓
鄰近捷運西門站1號出口

♥課程內容

- | | |
|---------|-----------------------------------|
| 6/11(六) | 聆聽的藝術
學習聆聽技巧，有助於未來職場的社交 |
| 6/18(六) | 話語的構成
學習組織結構，找出關鍵原點 |
| 6/25(六) | 內心的聲音
傾聽內心的聲音，瞭解真實自我 |
| 7/02(六) | 實作練習 |

注意事項

- 為維持課程學習進度與效果，敬請學員務必全程參與，若個人因素請假，請事先通知，謝謝！
- 本課程需高度專注力，建議課程前一週請保持充裕睡眠，勿食用精神不濟之藥物(如：安眠藥)，多補充蛋白質.....等。
- 本課程提供中餐、點心，請自備環保餐具、水壺。