

桃園市立光明國民中學 - ~歡迎光臨~

轉知社團法人臺灣點一盞燈社會關懷協會舉辦【穿越生命的幽谷 與憂鬱共舞】免費公益講座訊息，歡迎有興趣者踴躍報名參加。

最新公告

發表者：管治平

發佈於：2015-12-01 12:04:31

說明：

一、本講座將探討當生命陷落時，我們要如何自處、如何度過痛苦？學習如何覺察自己的情緒、壓力並紓解它；探討憂鬱症的成因及治療方向；當家人患有憂鬱症時，要如何應對，以及要如何預防憂鬱症。

二、時間：104年12月13日(星期日)下午2:00-5:00。

三、上課地點：台北市公園路30號10樓A室(近捷運台北車站8號出口)。

四、關於講師：楊舒涵講師，曾接受完形心理治療與家族治療的專業訓練。創辦身心靈桃花源成長中心、點一盞燈社會關懷協會、阿含生命傳記劇場；長期於各企業、學校、家扶中心、單親中心帶領成長團體，共計二十年。

五、課程費用：免費

六、報名對象：一般社會大眾。

七、報名方式：線上報名請至<http://goo.gl/forms/Dz7HfbxPLb> 或至<http://www.light-up.org.tw/> 親職教育欄下載報名表，填妥寄至 Glightup9595@gmail.com，洽詢電話0910210986、02-22763810

。