



紓壓休閒活動(系列二)

不一樣的風景

一、活動目的

藉由家庭照顧者彼此的認識與理解，形成彼此支持的力量，同時也透過照顧者們分享，讓彼此感受到自己並不孤單。此外，也透過紓壓活動、簡單手工製作等活動來緩解照顧者平時所累積的壓力。

二、辦理單位：社團法人苗栗縣智障福利協會

三、活動講師：何育蔭諮商師

四、參加對象：身心障礙者家庭主要照顧者，預計參加人數 8 人。

五、課程日期及內容

活動名稱	日期	時間/地點	內容
不一樣的風景	4/8	1. 上午:09:30-12:30 2. 頭屋鄉飛鷹社區活動中心	初來乍到
	4/15		紓壓技巧-I
	4/22		我來自何方
	4/29		手作體驗
	5/6		我最重要的人
	5/13		紓壓技巧-II

報名表

姓名	性別	<input type="checkbox"/> 男 <input type="checkbox"/> 女
聯絡電話	簽點	<input type="checkbox"/> 筆 <input type="checkbox"/> 戳

※請以電話或傳真方式逕向苗栗縣智障福利協會社工報名，名額有限，報名從速，額滿為止，聯絡電話：037-368612 傳真：037-361662 廣告