

# 114年健康促進研習班 第4期



請於11月17日前完成報名

- 課程代碼：B00470
- 授課對象：各機關人員
- 結訓學員資料將上傳時數至終身學習網
- 如超出教室容納上限（30人），本處得視情況調整錄取人數（未參加者優先）敬請隨時至信箱查詢錄取/不錄取通知。
- 錄取後請勿任意取消，不得換員，以維他人參訓權益。

## 【課程講師】

鄭伊娟 社工師/園藝治療師

沈盈君 行為分析師/物理治療師

114.11.27（四）  
09:00-16:30



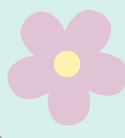
### 園藝療癒

手作苔球植栽DIY，刺激五感，讓身心慢活



### 希塔療癒

透過冥想讓心靈放鬆，沉澱思緒，與自己對話



### 花精療癒

花精與精油的搭配，平衡情緒，調和心靈

※ 苔球+精油+空間噴霧DIY

※ 材料費300元/人

※ 請自備小袋子裝苔球植栽