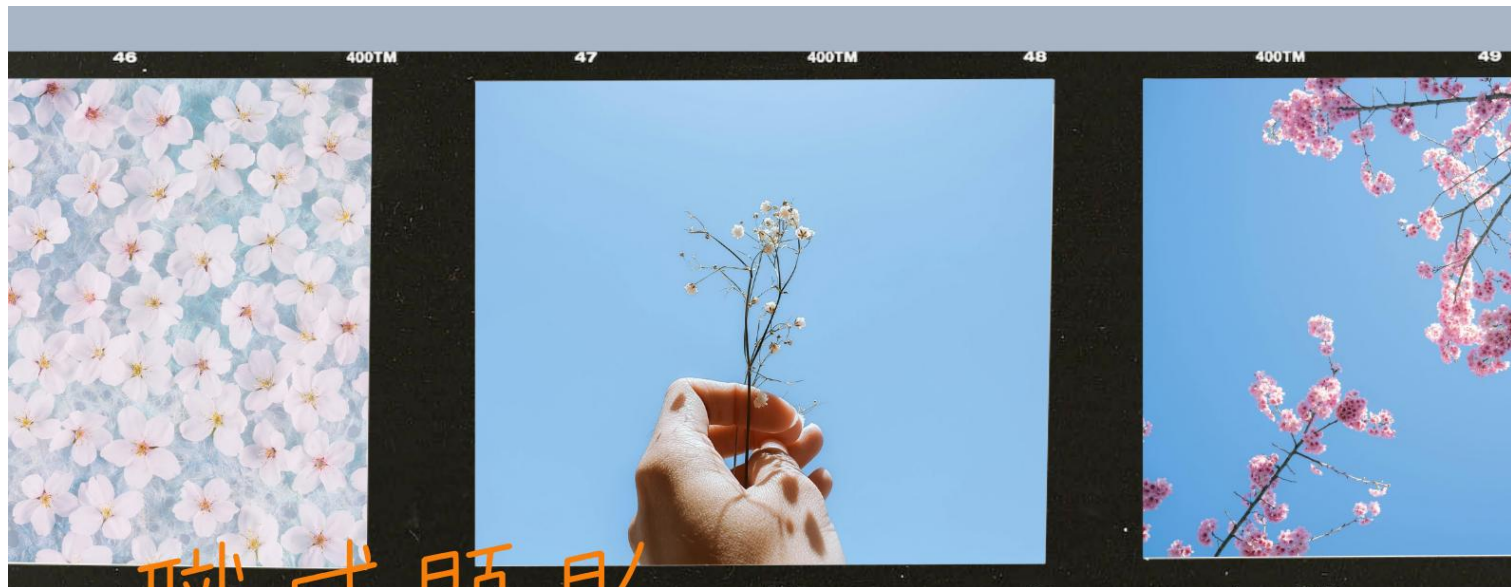




職感顯影－ 正念攝影療癒工作坊

這一次，我們用鏡頭找回日常生活的「暫停鍵」

【手機拍出療癒感】

不需要專業相機！教你用手機，透過鏡頭捕捉日常裡被忽略的溫柔光影與風景。

【讓大腦暫停喘口氣】

腦袋總是轉個不停、下班還是好累？這堂課讓專業心理師陪你練習用攝影找回「心靈暫停鍵」，讓大腦喘口氣。

【影像故事與陪伴】

每一張照片，都是內心世界的顯影。我們將一起分享鏡頭下的故事，透過影像療癒與照顧自己。

活動時間與地點：

場次一 09/19 9:00-12:30 (北區社區心理衛生中心)

場次二 10/03 9:00-12:30 (鹽水區社區心理衛生中心)

活動對象：

渴望舒緩工作壓力，且對攝影療癒
有興趣的職場員工

詳細活動資訊與報名表

請掃描QR CODE



*相關問題請洽06-2550029分機204 黃心理師