



香港協癇會
香港復康會社區復康網絡 合辦



香港復康會
The Hong Kong Society
for Rehabilitation
社區復康網絡
Community Rehabilitation Network

「傾」出愉快心情

你試過得到朋友的支持後，心情豁然開朗嗎？

其實每個人心裡都有道彩虹，但會被疾病、生活上的困難和障礙，令彩虹蒙上灰色。你願意了解多些關懷別人的方法，彼此支持，與他/她一起尋回心裡的彩虹嗎？幫助別人同時又可以幫助自己呢！

內容：

1. 找出引致負面情緒的想法
2. 如何透過傾談，鼓勵對方「看多個角度」
3. 學習和應用快樂七式，以提升正向心情



日期：21/2, 28/2, 7/3/2014 (逢五)

時間：晚上 7:30-9:30

地點：社區復康網絡橫頭磡中心

對象：地區組長、關顧員或有興趣之會員

名額：15 人

費用：每位\$30，綜援人士免費

報名：2794 7006 協癇會 何小姐

