**布布靜心**

**-精神障礙照顧者身心舒壓工作坊 報名簡章**

 每天，您花了許多時間在思考工作、照顧家人、整理家務，那麼，您有多久沒有看看自己、想想自己、專注在自己身上了呢？還記得自己喜歡做些什麼、從什麼事物身上能夠得到樂趣呢？還記得那些樂趣讓您感到愉悅與平靜的感覺嗎？

 本場次的工作坊，將要帶著您再度地回看自己，透過手作針、線、布、剪的交織共舞，將專注留在自己正在做的事上，練習專注地享受寧靜的感覺，並能享有專注後的手作成果。

 我們將運用簡單的手縫技巧，一起來製作專屬於自己的心愛袋物，用以盛裝愛、盛裝平靜、盛裝豐滿！

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 師資 | 學歷 | 現任 |
| 黃宛姿老師 | **新竹教育大學 教育心理與諮商學碩士** | 中臺科技大學諮商輔導中心 諮商心理師台中市婦女福利服務中心約聘心理師台中市身障資源中心約聘心理師 |

一、主辦單位：衡山社會福利基金會

二、參加對象：身心障礙者家屬、照顧者；不限有針線手縫經驗，但建議視力可承擔細活者
預計15人，全程免費

三、時間：106/09/02（六） 9：00-16：00

四、地點：台中市北區崇德路一段631號三樓之二

五、建議：請自行攜帶線剪、尺、針（若您不方便攜帶，我們仍會準備備用器材共用）

六、報名方式：\*傳真報名(04)2238-2795 \*來電報名 (04)2238-1621 請洽：林社工

**報名表**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 姓名 |  | 通訊地址 |  |
| 性別 | 󠄀男 󠄀󠄀女 󠄀󠄀其他 | 電話 |  | 用餐 | □葷 □素 |
| 身分類別 | 󠄀病友 󠄀󠄀家屬 󠄀󠄀工作者 | 年齡 |  |
| 病友診斷 |  |
| 教育程度 | 󠄀小學 󠄀󠄀國中 󠄀󠄀高中 󠄀󠄀大學 󠄀󠄀研究所以上 |
| 課程資訊來源 | 󠄀親友介紹 󠄀󠄀醫療人員告知 󠄀󠄀報名簡章 󠄀󠄀網路 󠄀󠄀機構介紹 |

交通資訊