

## 正念深化日暨第三屆 MBHP 專訓課前說明會

### 簡章與報名表

- 時間：2019/11/16 (週六)
- 地點：太保辦公室 (嘉義縣太保市嘉朴東路一段 72 號)
- 學費：正念助人學會會員免費，非會員 300 元(含素食午餐，現場繳交)
- 對象：
  - 1.第一屆第二屆 MBHP 專訓學員(微團督)
  - 2.已完成 MBSR 八週、MBCT 八週或正念療法與助人專業 4-6 日密集課程之一，並考慮參加第三屆 MBHP 專訓者
- 人數：上限 20 名 (請直接上網報名)
- 講師群：李燕蕙 / 郭嘉珍 / 第一、二屆 MBHP 專訓學員
- 主辦單位：社團法人正念助人學會

### 深化日流程表

時間	主題內容	主持人與講師
9:00-9:30	報到	
9:30-10:40	相見歡正念深化練習	郭嘉珍+第一.二屆學員+李燕蕙
10:40-11:00	休息	
11:00-12:30	正念深化與微團督	李燕蕙
12:30-13:40	午餐	
13:40-15:00	正念深化練習	郭嘉珍+第一、二屆學員
15:00-15:10	休息	
15:10-16:40	第三屆 MBHP 課前說明會	李燕蕙+郭嘉珍 +第一、二屆學員
16:40-17:00	恢復場地/賦歸	全體

- 報名網址: <https://www.beclass.com/rid=234172d5dad1cda226a2>

