

# 聲音療癒～ 頌鉢體驗工作坊

在得悉患上癌症後或進行治療期間，或許有很多事情擔憂，難以讓自己平靜下來。

頌鉢透過聲音，讓我們走進自己的心靈空間，安撫不安的心，達至自我療癒，藉以提高生活質素。

日期：2026年5月11日(星期一)

時間：上午10時30分至下午12時30分

地點：癌症病人資源中心

對象：港島東醫院聯網癌症病人

(未曾參加、治療中或完成治療3個月內優先)

內容：1. 體驗頌鉢聲音

2. 躺在瑜珈墊上進行放鬆練習

3. 認識其他癌症同路人，擴闊人際心靈網絡。

導師：頌鉢義務導師 Ms. Katherine Kwok

名額：10~12人 費用：全免



**\* \* 請帶備圍巾等作保暖用途 \* \***

查詢及報名：2595 4165

東區醫院 東座大樓一樓 癌症病人資源中心

<https://www.healthyhkec.org/prc/py/cancer/>

