

愛笑瑜珈工作坊

(2018 年度)



笑，與生俱來的。

大笑是一項能促進健康的運動，又能提升 EQ 使你感到更愉快，是減壓良方。還有更多好處，在愛笑瑜珈工作坊再告訴你吧……

日期(星期六)	時間	地點
3月10日 7月21日	下午 2:30 至 4:00	主座一樓 那打素病人 資源中心
4月28日 10月6日	上午 10:00 至 11:30	
(課程內容相同，可選擇其中 1 日)		

對象：本院慢性病患者及家屬

講員：愛笑瑜珈義務導師 Ms. Alice Yeung

報名及查詢：主座一樓 那打素病人資源中心

☎ 2595 6342