



東區尤德夫人那打素醫院

於心 為懷

精神健康資源中心

# 愛笑瑜伽



講者：  
愛笑瑜伽導師  
阿Dick



參加者 May 分享：  
重新再學習呼吸與笑，  
很好的體驗！



笑...  
是可以練習的！

日期：15-6-2018(五)

時間：下午 3:00-4:00

地點：本院東座一樓 精神健康資源中心 活動室

對象：本院精神科覆診病人 (可帶同一位家屬/朋友出席)

內容：1. 認識愛笑瑜伽

2. 愛笑瑜伽練習

講者：愛笑瑜伽義務導師

費用：全免



參加者 Polly 分享：  
一笑難忘！我同呀女  
渡過了開心的下午！



查詢及報名: 2595 4008

[http://www.healthyhkec.org/prc/py/mental/beyond\\_bounds/](http://www.healthyhkec.org/prc/py/mental/beyond_bounds/)

東區醫院 東座一樓 精神健康資源中心



社區及病人資源部

OPAS CODE : MPG4