

頌鉢與我

頌鉢聲療，一種流傳已久的自然療法。源於西藏／尼泊爾等地區，透過敲打或磨擦頌鉢所發出的療癒音韻和振動頻率與人體的獨特音頻產生微妙的共鳴共振而達至療癒效果。

	進階班	體驗班
日期：	27/2 或 27/3 (三) 二選其一，內容相同	27/2 或 27/3 (三) 二選其一，內容相同
時間：	上午 10:00-12:30	下午 2:30-5:00
對象：	上季曾參與的人士	本院精神科覆診人士
地點：	本院東座一樓 精神健康資源中心	
名額：	10 人	
導師：	義務頌鉢導師	
費用：	全免	
備註：	1. 請穿著輕便衣服及帶外套 2. 瑜伽墊由中心提供	



*註：如超額報名，將安排抽籤

