

愛笑瑜伽



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：21-5-2019 (星期二)

時間：下午 2:30-3:45

地點：本院東座一樓 精神健康資源中心 活動室

對象：本院精神科覆診的復元人士 (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！

