

東區尤德夫人那打素醫院  
精神健康資源中心  
香港家庭福利會北角綜合家庭服務中心

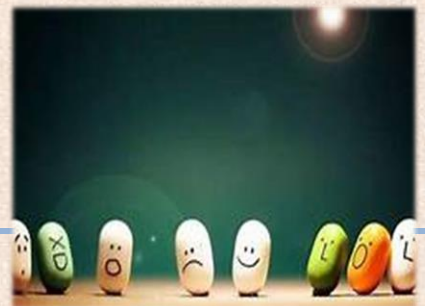
合辦

# 我身說我心

很多時候，我們的感覺未必能夠容易表達出來。  
透過形體及戲劇手法，讓參加者利用身體說話，  
紓減沉積內心的壓力，提昇身心健康。

日期：	29/9-20/10/2021 (逢星期三)，共 4 節
時間：	下午 2:30-4:30
地點：	香港家庭福利會北角綜合家庭服務中心 (北角健康邨第二期地下 7 號舖)
對象：	本院精神科覆診的抑鬱症/焦慮症人士優先
名額：	8-10 人
講者：	香港家庭福利會註冊社工
內容：	♥ 劇場遊戲 ♥ 身體動作 ♥ 利用布匹表達內心世界
費用：	全免

實體



\*所有活動適用：如超額報名，將於活動 5 個工作天前抽籤，中籤者將獲個別電話通知，亦歡迎致電中心查詢。  
\*參與實體活動人士需遵守主辦單位之感染控制安排及填寫「健康申報表」  
\*活動舉行詳情最終以本中心公佈為準



查詢及報名:25954008

[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



OPAS code : MPE1.2