

# 暢談鬆一鬆

疫情持續了一段時間，大家都在努力抗疫和面對新常態下的生活轉變。在這個新的生活模式下，大家是如何適應？當中有什麼反思？來一起暢談生活的點滴，互相分享和鼓勵。

日期：	20/9 (一) 或 7/12 (二) 內容相同，二選其一
時間：	下午 2:30-4:00
地點：	在家以視像會議形式進行
名額：	8 人
對象：	本院精神科覆診的復元人士
講者：	本中心註冊社工
內容：	☺暢談新常態下的生活和反思 ☺齊做伸展運動 ☺分享社區資源
費用：	全免



\*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。  
\*會議號碼及密碼將於確認成功報名後以 WhatsApp 個別通知  
\*活動舉行詳情最終以本中心公佈為準



天空海闊家友站  
Fans@Beyond Bounds

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

