

社團法人台南市諮商心理師公會校園公益推廣活動

「身心靈紓壓/親職教養講座」

歡迎 貴校報名申請「身心靈紓壓、親職教養講座」！

「壓力」是影響現代人身心健康的重要因子；親子教養則常是現代人需要面對的重要議題。壓力源不勝枚舉，若長期處於高壓狀況，沒有適當的紓壓管道，很容易對身體及心理健康造成傷害；另一方面，e 世代的親職教養議題，對於個人、家庭和社會影響至鉅。本公會希望透過講座，協助民眾或第一線助人工作者體驗放鬆身心的方式，或者提升親職教養能力。

請填寫以下報名申請表，直接電郵公會電子信箱：tntcacp2010@gmail.com。資料送出後，請撥打電話確認，聯絡電話 0972-374-030，聯絡人林怡均小姐（公會上班時間：星期一 18:00-22:00、星期四 17:00-21:30、星期五 17:00-21:30）。

※因場次有限(共四場)，將依學校報名順序錄取。

「身心靈紓壓/親職教養講座」報名申請表(學校版)			
服務處名稱		地 址	
負 責 人		聯絡方式	手機： 市話：
主 題 (請勾選其一)	☐ 身心靈紓壓 ☐ 親職教養		
講座的特殊期待			
備註			

※民眾版的供學校登記報名使用，並提供給講師參考。

「身心靈紓壓/親職教養講座」報名表（民眾版）					
	姓名	職業		姓名	職業
1			21		
2			22		
3			23		
4			24		
5			25		
6			26		
7			27		
8			28		
9			29		
10			30		
11			31		
12			32		
13			33		
14			34		
15			35		
16			36		
17			37		
18			38		
19			39		
20			40		