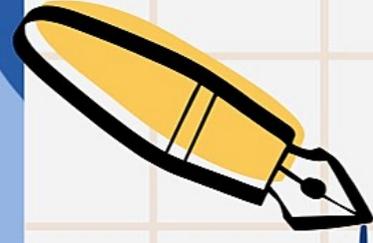


# 心情解壓室



## 重啟你的情緒能量

隨著社群媒體、疫情與AI的影響，學生面臨越來

越多情緒困擾與心理挑戰。

本活動探索情緒來源、表達方式，認識精神疾病，  
打造支持系統，幫助學生建立健康的心靈防線！

### 活動對象

臺南市高中(職)、大專院校學生

### 申請對象

臺南市高中(職)、大專院校

### 活動地點

由申請學校進行安排。

### 活動時間

115年4-11月，時長兩小時

### 報名連結

