



香港勵志會陳融晚晴中心

靜觀初體驗

日期：2021年1月15日（星期六）

時間：下午二時正至下午四時三十分

地點：中心活動室1、2、3

內容：透過靜觀，讓參加者身心得以抒緩，從而更加了解自身的生理及心理需要。

名額：25人 費用：\$100

對象：60歲以上中心會員或護老者

報名方法：2021年12月28日開始接受登記，如登記人數超過名額，如人數超過上限，將會在1月7日進行抽籤。

負責職員：註冊社工黃浩為先生

注意：參加者需自備瑜伽墊

