

自我療育再出發

不少婦女在家庭或工作上總難免遇到低潮，倘若沒有適當紓壓管道，往往就會陷入黑暗情境，嚴重影響身心靈健康，在多重角色身分下的壓力是造成婦女身心俱疲的因素。

有鑑於此，本會安排了藝術治療等系列課程，以達成紓壓後重新建構正向的健康心理，減輕多重角色扮演的壓力，希冀讓婦女能在充滿挑戰的路上重新再度出發。

戴秀芬老師（現任）

1. 台北市八頭里仁協會理事長
2. 光智基金會季刊總編輯
3. 字工坊文化出版公司副總編輯
4. 行天宮圖書館繪本讀書會課程講師

陳素真老師

國立台灣師大暑期美術研究所畢業
（現任）

1. 風中之星畫會會長
2. 書香再傳公益計畫執行委員導讀團團長

著有「陳素真畫集」、「創造性美術教學」等書

陳欣婷老師

台北體育學院舞蹈研究所科學組
英國拉邦動作舞蹈學院研究所
（現任）

歐洲策展人

台北市立大學舞蹈系兼任講師
於學校及醫院推廣講座及帶領團體

上課場次	授課講師	日期	主題
1	戴秀芬	5/5(一)	由幾米繪本中兒童內心世界看婦女自我角色
2	戴秀芬	5/12(一)	從幾米繪本中青少年苦悶看婦女壓力
3	陳素真	5/19(一)	閱讀卡羅-用藝術自我療癒故事
4	陳素真	5/26(一)	談一場綠色戀情-行走大自然的自我療癒
5	陳欣婷	6/9(一)	《標靶身體》- 傾聽身體的聲音
6	陳欣婷	6/16(一)	《標靶身體》- 身體的生命故事與原生的治癒能力

主辦單位：台北市婦女新知協會

上課地點：台北市大安區信義路2段74號8樓

報名電話：(02)2351-1678 小姐

上課時間：2014年5月5日-6月19日(週一)，09:30-12:30，共計6堂
 人數：20人

招生對象及費用：為使學員珍惜社會資源，收取保證金500元(課程完成將如數退還，若缺課一堂(含)以上將不退還)

臺北市政府社會局公益彩券盈餘分配基金補助



《自我療育再出發》報名表

姓名：	生日：	
聯絡電話：(O)	(H)	(手機)
地址		
Email:		
身份別： <input type="checkbox"/> 一般 <input type="checkbox"/> 單親 <input type="checkbox"/> 中低收 <input type="checkbox"/> 低收 <input type="checkbox"/> 特殊境遇婦女		
收取費用： <input type="checkbox"/> 無學費，保證金500元(缺課1堂以上恕不退回)		