

主辦機構：



香港公教婚姻輔導會
The Hong Kong Catholic Marriage Advisory Council

捐助機構：



香港賽馬會慈善信託基金
The Hong Kong Jockey Club Charities Trust
同心同步同進 RIDING HIGH TOGETHER

香港賽馬會社區資助計劃 – 家事調解服務

“寬心自在” 愛己愛人舒緩小組



內容：學習以靜觀減壓方式，附加藝術創作，幫助舒緩負面情緒，放下恩怨，愛己愛人，改善身心健康，積極面對離異的影響

對象：面對分居／離婚的人士

形式：體驗式活動及實踐(將會按疫情最新情況，屆時決定是否轉為網上視像小組，敬請留意。)

費用：每位 HK\$100

導師：羅玉美姑娘(婚姻及家庭輔導員)

日期：2020年10月20,27日及11月3,10,17,24日共6節(星期二)

時間：晚上7:00—9:00

地點：本會婚姻調解服務處

觀塘翠屏(北)邨翠樟樓 M2層 101-105室

** 參加者需出席活動前面談一次

報名辦法：填妥以下報名表 或 網上報名：<https://forms.gle/9c9QMPGE2SHHcPtB8>

電話：2782 7560

網址：www.divorce.org.hk

