

7-3-1 學校成員積極參與所在社區辦理之社區健康促進相關活動。

<p>主題</p>	<p>【紓壓有方法·健康好心情 - 社區療癒手作體驗】</p> <p>結合社區健康促進活動，鼓勵教師及社區民眾共同參與流體熊手作體驗。透過色彩創作過程，學習覺察自身情緒，培養正向思考與情緒調適能力，並藉由藝術創作達到舒緩壓力、自我療癒的效果。活動中分享日常紓壓技巧與心理健康知能，增進身心健康，營造溫馨、正向的健康社區氛圍。</p>
<p>日期</p>	<p>115年5月27日</p>

佐證資料說明



說明：挑選一張最喜歡的小吃卡牌



說明：講師講解



說明：講師結語



說明：成品·療癒熊熊大合照