

臺北市教師研習中心「教師希望心坊」場地簡介

一、紓壓區：



1. 容納約 20~30 人。
2. 有別於學校內封閉的教室和辦公室，巴里島風的設計、大窗綠景讓老師們身心完全地放鬆。

二、冥想區：



1. 容納約 12~16 人。
2. 本區降低窗台，引景入室內。透過肢體律動，促進氣血通暢，進而消除體內累積的疲勞，也趕走心中的疲憊感。在大自然的環境中做身體的環保，再適合不過！

三、小團體活動區：



1. 容納約 20~30 人。
2. 最強調隱蔽性和隔音效果的區域，營造出安全、信任感；讓老師們能安心地融入活動和體驗。

四、逗嘴研討區：



1. 容納約 8~10 人。
2. 熱烈地討論和分享，紓壓的同時也產生源源不絕的熱誠。

五、書香區：



1. 容納約 12~24 人。
2. 老師們可以相約至此綠意盎然、充滿書香的環境中，泡咖啡的同時舉行讀書會、社群共備，激盪出更多的想法和創意。

六、歐式交誼區：



1. 容納約 8~10 人。
2. 作為國際交流等的開放分享空間。