

♥ 親密關係工作坊

伴侶抒壓



你像芬芳的花一樣吸引著我...



關係互動可以有許多不同的方式，
在日常生活經營裡，
讓我們很輕鬆、舒適的透過小小的技巧，
藉由身體的互動增進兩人的親密關係！

Rome

參加對象：課程須 2 人共同報名參加，夫妻/伴侶優先，限額 40 人。

課程內容：	10:00	—	親密關係~給對方「好」的身體感覺
	12:00		身心安適之原理 身心緊張度之自我檢驗
	12:00	—	<u>用餐時間、小憩片刻</u>
	13:00		
	13:00	—	伴侶抒壓~親密按摩
	17:00		正確的傳達關心給對方 活動示範與練習

(公務人員及教師可申請終身學習/研習時數 6 小時證明)

講 師：楊明磊 淡江大學教育心理與諮商研究所 副教授

時 間：107 年 9 月 1 日(星期六)，10:00-17:00。

地 點：本中心(臺北市吉林路 110 號) 5 樓 地板教室。

學員須知：1. 每人自備大毛巾、小的礦泉水空瓶(課程使用)，方便課程進行。

2. 本次課程以按摩操作的示範與練習為主，活動需要兩人相互按摩。

【課程費用】鼓勵伴侶共同參加，報名費全免！

【洽詢電話】02-25419690 轉 820

【報 名】請至臺北市家庭教育中心網站，額滿為止。

※ 資源有限，報名後因故無法參加者請務必提前通知本中心，以利行政作業調整。

【注意事項】

1. 為維護環境、珍惜資源，請自行攜帶環保杯。

臺北市家庭教育中心

<http://www.family.gov.taipei/>

臺北市中山區吉林路 110 號 5 樓

電話：02-2541-9690 轉 820

全國家庭教育諮詢專線 412-8185

2. 課程非經講師及學員同意，禁止錄音錄影照相（本中心行政用除外）。