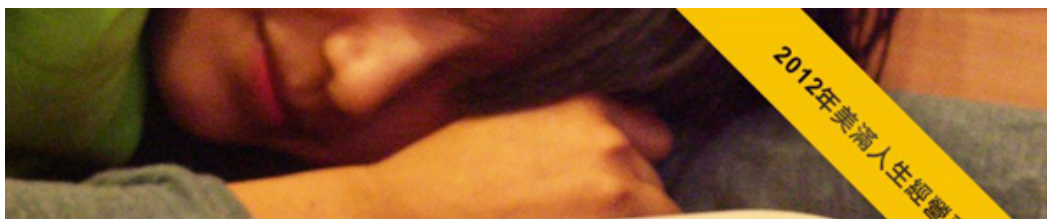




The way of mental health



2012年美滿人生經營系列講座

# 創造 樂活，俯拾即是！ 生活中的 小確幸

捧著溫手的熱飲，晒晒午後的日光  
這種淡中帶甜的喜悅，簡單卻又滿足的悸動  
多久沒有出現在你我的生活中？

美滿人生經營系列講座，結合「精神健康」與「生活智慧」兩大主軸，用樂活的方式帶您一同尋找微小但確切的幸福！

4/20 (五) 19:00-21:00

## 創作與生命



盛正德 老師

知名畫家、作家  
苗栗社區大學講師

5/11 (五) 19:00-21:00

## 健康生活



蕭水銀 教授

臺灣大學藥理學研究所名譽教授  
精神健康基金會精健之友

5/18 (五) 19:00-21:00

## 水果與生活美學



李文雄 老師

莉莉水果文化館負責人  
精神健康基金會精健之友

6/15 (五) 19:00-21:00

## 笑看人生



郭清榮 老師

楊桃樹下書會學會會長  
精神健康基金會精健之友

- 活動費用：免費
- 活動地點：台北精神健康學苑（台北市寧波西街3號2樓，近捷運中正紀念堂2號出口）
- 報名方式：線上報名或來電洽詢(02)23279938#21 許小姐
- 備註：參與各場次講座，可核發2小時高中職以下師研習及終身學習時數證明

### 2012台北精神健康學苑社區精神健康家族培訓坊

- 時間：3/8、3/15、3/22、3/29(四) 19:00-21:00
- 地點：台北精神健康學苑(台北市寧波西街3號2樓)
- 課程與講師：**第一堂3/8 《一股腦兒全知道》**  
魏兆玟老師 / News98「名醫on call」兩性生理講師  
精神健康基金會精健之友
- **第二堂3/15 《壓力與腦力》**  
張智彙諮商心理師 / 台北醫學大學學輔中心專任輔導老師  
精神健康基金會精健之友
- **第三堂3/22 《腦與精神疾病》**  
黃龍杰臨床心理師 / 中華民國臨床心理師公會  
全國聯合會常務理事  
精神健康基金會精健之友
- **第四堂3/29 《精神健康之道》**  
陳文佑先生 / 精神健康基金會會務委員
- 報名費用：200元  
(含課程講義、精神健康風向球等教材、精神健康徽章及精神健康家族護照)
- 報名方式：線上報名或來電洽詢(02)23279938#13李小姐
- 認證與進階研習：全程參與者核發結業證書，並可報名參加進階培訓，深度研習精神健康之道，授證成為精神健康領航員，在鄰里間領航精健道。



#### 【捐款步驟如下】

1. 請上精神健康基金會網站「線上捐款」
2. 點選「我要捐款」
3. 選擇線上信用卡捐款或ATM銀行匯款，依循步驟填寫資料並完成捐款程序

百元力量·凝聚希望

精神健康的力量  
來自您的支持！

心理療癒DIY – 韓心理師的電影處方箋

#### 墜入失智幽谷

《長路將盡》是一部描述退化性腦病變「阿茲海默症」患者及其家屬，如何因應此病的絕佳好片。所謂退化性腦病變，是指大腦半球發生器質性病變（組織器官問題），導致心智功能全面且不可逆的慢性衰退。病魔蠶食著患者的腦葉，不僅吃掉了他的過去，也吃掉他的未來。如果你得到這樣的疾病，你能接受嗎？.....

點這裡看全文：<http://brainlohas.pixnet.net/blog/post/27821269>

摘自〈墜入失智幽谷〉

出處：《韓心理師的電影處方箋》韓德彥著/行雲文化出版



TEL:(02)2327-9938 FAX:(02)2327-9883 E-mail:service@mhf.org.tw  
10074台北市羅斯福路一段22號6樓 www.mhf.org.tw

捐款戶名：財團法人精神健康基金會 捐款帳號：0015-440-011961(玉山銀行總行營業部) 郵政劃撥帳號：19587190