



The way of mental health



「樂活精神·心腦操練」系列講座與電影賞析

Mental Health House



優築生命要從「築心」和「築腦」開始，自覺保養頭腦的重要，以悠然的態度面對人生中酸甜苦辣澀鹹的經歷，進而追求精彩生活的厚實度與幸福感。三月份講座由各領域專家學者主講，歡迎您加入追求樂活精神的行列！



3/24 (六) 10:00-12:00

正向思考的秘密

◎講師：湯華盛

聯合醫院松德院區精神科主治醫師
精神健康基金會腦科學教育組召集人
暨會務委員

◎活動地點：台北精神健康學苑
台北市寧波西街3號2樓
(捷運中正紀念堂站2號出口)

◎活動報名：電話報名，活動免費
課程講義100元現場義購

◎活動洽詢：(02)2327-9938#17

◎備註：參與台北精神健康學苑活動之高中職
以下教師，可核發研習時數證明

3/10 (六) 14:00-17:00

【電影賞析】神鬼玩家－憂鬱症介紹

◎講師：黃立中

嘉義基督教醫院精神科醫師

◎活動地點：嘉義市政府文化局1樓演講廳
嘉義市忠孝路275號

◎活動報名：免費自由入場
現場可容納180人

◎主辦單位：嘉義市政府文化局
嘉義市政府衛生局
財團法人精神健康基金會

◎協辦單位：嘉義大學

◎備註：參與嘉義精神健康學苑活動之公務人
員，可核發研習時數證明



3/17 (六) 14:00-16:00

陪他走出創傷後壓力症候群

◎講師：吳元欽

惠承診所醫師

◎活動地點：台中精神健康學苑
中港路與忠明南路交叉口
(長春健診中心)

◎活動報名：電話報名，活動免費

◎洽詢電話：(04)23269728
或0935083130王先生



3/17 (六) 14:00-16:00

如何睡好覺

◎講師：陳正宗

高雄市立凱旋醫院院長

◎活動地點：高雄精神健康學苑
高雄市鳳山區建國路三段57號
(文榮光精神科診所)

◎活動報名：電話報名，活動免費

◎活動洽詢：(02)23279938



百元力量·凝聚希望

精神健康的力量
來自您的支持！

精神健康基金會線上捐款 歡迎多加利用

【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

心理療癒DIY－韓心理師的電影處方箋

直探靈魂的甜美滋味

《濃情巧克力》是描述一對母女到一個傳統而保守的小鎮，歷經千辛萬苦開設巧克力店的一部電影。薇安之所以能成功融入新的社區，除了用甜食打動別人的胃，她還使用了一個代代相傳下來的「心理測

驗」，來幫助她瞭解顧客的心情與口味。其實，臨床心理師也常常會使用到心理測驗，來了解個案的心理狀態。其中，「投射測驗」的施測方式就類似薇安所使用的技術.....

點這裡看全文：<http://brainlohas.pixnet.net/blog/post/27874428>

摘自〈直探靈魂的甜美滋味〉

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