

「讓心靈抖一抖」- 第 1 期《身體覺察》 推出啦！

按連結可瀏覽第 1 期內容:

<https://bit.ly/3qmtJEA>

閱畢後請協助填寫網上問卷給予意見，可點擊以下連結：

<https://bit.ly/2JrKpKn>

「讓心靈抖 一抖」系列 (共 8 期) 是為家長設立的心靈空間。

我們相信有快樂的父母，才有快樂的孩子。由照顧自己開始，學習與自己的身、心、靈對話，讓心靈有更大的空間，成為更有力量的父母。

香港聖公會福利協會

「愛·孩子」- 在學前單位提供社工服務先導計劃