

Smile @ Heart

兒童及青少年 · 身心情緒困擾 · 護航服務

以藝對焦 (小姐 / 個人)

以藝術治療幫助 **中學生** 面對焦慮，走出焦慮

- 學員會：**
- 把焦慮以不同藝術形式呈現 (如畫畫、音樂、舞蹈)
 - 感到安全及被支持
 - 繃緊的身心將得到放鬆
 - 接觸、看見、理解及釋放自己的焦慮
 - 從體驗中尋找出路，並帶到日常生活中
 - 欣賞自己、認識自己、接納自己

對象： 出現焦慮行為或緊張情緒，影響學業/ 社交人際/ 日常生活的 初、高中學生

小組帶領： 麥琬鏘 (Gigi) 註冊藝術治療師

每組人數： 2-4人 (分初中、高中組)
節數： 每星期一節 小組 @75分鐘，個人@60分鐘，以8節為一階段 (完成8節課後，與家長商討學員進展)

時間： 小組：星期二下午 5:30am-6:45pm 5月開始 或
星期六下午 2:00pm-3:15pm 7月開始
個人：星期二至六 9:00am-7:00pm

收費： 每節\$ 650 (2-4人組) \$1200 (個人) *需一次繳付四堂學費
地點： 灣仔 助展會

報名/查詢： 電話 2528 4096 / 電郵 pda@pdachild.com.hk
Whatsapp 6376 5124

查詢時間： 星期二至六 9:30 am - 6:30 pm



「當我跟著拍子，
就識得放鬆！」



「哈哈！原來我可以郁得好輕！」



「好多嘢迫緊我，
等我用盾牌擋住先！」



「噢！原來我有兩邊，
唔係無自信≠唔叻」



助展會
Potential Development Association Ltd

香港灣仔駱克道194-200號 東新商業中心一樓全層 (灣仔港鐵站A1出口) www.pdachild.com.hk

