**【好消息】**

新版的社區健康教室將於114年9月4日起每週四早上09:00-11:00起在彩虹希望之家先試辦一個月。  
 本活動預定自10月起每3個月12堂課程為1期，每堂課2小時**。**每期有不同主題，敬請期待，歡迎舊雨新知報名上學。

**【全人健康教室~身心靈保健團體課程】招生簡章**

**§** 對象：想讓自己更加健康、喜樂，渴望家庭更加平安、幸福的社區民眾。

課程領域~

★身體：  
 讚美操、深呼吸伸展操(耶穌復原力氣功)、超慢跑、肌力訓練、穴道按摩、飲食保健、睡眠調整、花草體驗、芳香療癒、點心/花茶品嚐。

★情感：  
 感恩分享、懷舊回憶 (看照片/說故事)、人生五道、音樂輔導、益智遊戲、牌卡桌遊。

★靈性：  
 安靜默想、好歌歡唱、勵志故事、見證分享、生命金句、關懷祝禱。

**§** 報名人數：以15人為限，超額時可候補。

**§** 報名費用：推廣期間免報名費。

**§** 報名起訖：即日起至114年9月4日(星期四)17:00為止，但若額滿時將提前截止。

**§** 報名專線：037-760765，0935-461069 張主任

**§** 主辦單位：社團法人苗栗縣愛加倍社區關懷協會

**§** 單位地址：苗栗縣通霄鎮平新一路49-2號(2樓)

**§** 官方網站：http://www.godloveyou.org.tw/ap/index.aspx