

TRE 壓力釋放運動體驗團體

只有親身體驗才知

甚麼是 TRE?



時間：共計三次團體，12:20-13:10

次數	日期	主題
第一次	12/27(二)	認識 TRE
第二次	12/29(四)	體驗 TRE
第三次	12/30(五)	練習 TRE

地點：輔導室韻律教室 帶領老師：黃玉娟輔導老師

對象：想體驗 TRE，想學釋放壓力的同學(最多限額 15 人)

公假：全程參與者，由輔導室統一申請公假。

獎勵學習：凡全勤者，可抵銷過 3 小時或嘉獎獎勵乙次

報名方式：請至輔導室親自報名或由導師推薦，

能三次均能出席者優先參加。