

家長紓壓團體報名表

您是否覺得工作和照顧孩子的壓力常壓得自己喘不過氣，
與孩子相處也常遇到挫折，不知道如何處理。
當自己無法好好處理所遇到的壓力時，會影響到日常生活以及家庭狀況，
因此本會舉辦家長紓壓團體，讓家長可以在專業的講師帶領下，
透過輕鬆有趣的團體活動，舒緩自己的壓力及學習如何面對壓力。

1. 地點：桃園天主教德來修院(桃園市桃園區三民路一段2號9樓)
2. 日期：04/20(六)、05/26(日)、06/30(日)、08/24(六)、09/21(六)、10/19(六)
3. 時間：上午 9：00-中午 12：00 (上午 8：45 報到)
4. 課程帶領者：李婕寧 臨床心理師
5. 主辦單位：社團法人台灣福田社會福利發展協會
6. 指導單位：衛生福利部社會及家庭署、桃園市政府社會局
7. 報名方式：電話報名，03-2754305 轉魏立婷社工/宋思儒社工
8. 活動內容：

辦理時間	主題
108/04/20(六)	如何了解自身壓力
108/05/26(日)	認知壓力的特性
108/06/30(日)	與壓力共存
108/08/24(六)	釋放壓力情緒
108/09/21(六)	學習紓解壓力的技巧
108/10/19(六)	擁抱壓力

【報名表】

請勾選欲參加之日期

☐04/20(六) 如何了解自身壓力

☐05/26(日) 認知壓力的特性

☐06/30(日) 與壓力共存

☐08/24(六) 釋放壓力情緒

☐09/21(六) 學習紓解壓力的技巧

☐10/19(六) 擁抱壓力

姓名	性別	年齡	其他
	☐ 男 ☐ 女		☐ 學校_____
	☐ 男 ☐ 女		☐ 學校_____
	☐ 男 ☐ 女		☐ 學校_____
電話：			
住址：			

傳真報名：傳真至社團法人台灣福田社會福利發展協會

傳真：03-3254787，洽詢電話：03-2754305

經手人 / _____ 主責社工 / _____

社團法人台灣福田社會福利發展協會為落實個人資料之保護，依照個人資料保護法第 8 條規定進行蒐集前之告知：

1. 蒐集之目的：統計類別：包含姓名、性別、年齡、聯絡電話。

2. 個人資料利用之地區、對象及方式：

(1) 地區：您的個人資料僅限於本機關內部使用。

(2) 對象及方式：您的個人資料將僅用於本協會活動通知。

4. 個人資料之權利：您可依個人資料保護法第 3 條規定，來電 03-2754305 行使相關權力。

5. 若您不願意提供真實且正確完整的個人資料，將可能導致無法成功報名此次活動。報名之個人資料告知事項，並同意本中心處理及利用您的個人資料。