



幸福就在日常

每天忙著照顧家人，您有多久沒有為自己留點時間了？

其實，幸福不必遠求，它就藏在您願意為自己留白的時刻。許多人好奇：「聲音，要怎麼幫身心舒壓？」

這不是音樂課，而是一場「用耳朵享受的全身按摩」。我

們將透過自然樂器的穩定聲波與共振，像溫柔的雙手一

樣穿透緊繃思緒、撫平焦慮，帶領您的大腦深度休息，

重新找回身心的平衡與能量。



主辦單位：桃園市腦性麻痺協會

協辦單位：財團法人腦性麻痺金會

贊助單位：盛陽精機工業股份有限公司

活動地點：蘆竹區農會-推廣教室 (桃園市蘆竹區南崁路 175 巷 10 號 5 樓)

參加對象：身心障礙者主要家庭照顧者。

報名日期：即日起，額滿為止（名額有限，敬請把握機會）。

聯絡方式：03-3025507 分機 501 吳瑞娟

活動日期：115 年 8/5、8/12、8/19、8/26 (週三)，下午 13:00 ~ 15:00，共計 4 堂課。

掃 QR 扣報名



或網路報名 <https://reurl.cc/ovWvDg>