檔　　號：
保存年限：

社團法人正念助人學會　函

機關地址：330 桃園市桃園區中央街 505 號 1 樓
聯 絡 人：簡婉婷
聯絡電話：0980356545
電子信箱：mbha0701@gmail.com

受文者：如行文單位

發文日期：中華民國 115 年 6 月 8 日
發文字號：正學秘字第 1150008 號
速　　別：普通
密等及解密條件或保密期限：普通
附　　件：課程海報

主旨：本會將於 115 年 9 月 5 日至 9 月 6 日舉辦「邁向生命的繁盛之路：國際正念大師 2 日工作坊」，敬請貴單位協助宣傳。

說明：

一、本會舉辦旨揭課程資訊如下：

(一)名稱：邁向生命的繁盛之路：國際正念大師 2 日工作坊。

(二)特色：本課程由英國班戈大學（Bangor University）正念研究與實踐中心（CMRP）共同主任 Sophie Sansom 博士親授，結合當代神經科學、正念心理學與傳統智慧，引導學員培養覺察、洞見、連結與宗旨四大繁盛能力，提升身心韌性與生活品質。

(三)講師：Sophie Sansom 博士（英國班戈大學正念研究與實踐中心共同主任、英國正念課程協會 BAMBA 主席、《Mindfulness: The Basics》共同作者）。

(四)時間：115 年 9 月 5 日（週六）至 9 月 6 日（週日）下午

3 時至晚間 10 時，兩日共計 12 小時。

(五)地點：Zoom 線上會議室。

(六)對象：一般社會大眾、正念教師、學校教師、心理師、社工師、醫療照護人員及相關助人工作者，有無正念經驗皆可參加。

(七) 課程費用及優惠方案詳見報名表單

(八)報名方式：完成匯款並填寫報名表單：

https://forms.gle/qtf6UsEBrMRc7poG7

二、本課程由國際正念大師線上授課，全程提供專業即席中英翻譯，協助學員精準掌握課程內容。

三、本課程強調深度互動與體驗式學習，學員須全程開啟視訊並參與小組交流。出席達 10 小時（含）以上者，由本會核發研習證書；相關助人專業人員可憑研習證書及課程資料，自行向所屬機關或公會申請繼續教育積分。

四、檢附課程海報，敬請貴單位協助轉知相關領域人員，並以多元形式（如：官方網站、社群平台、電子郵件等）協助推廣。如蒙惠允，本會不勝感激。

正本：各直轄市及縣市教師組織、各公私立大專校院及諮商（輔導）中心、各心理健康專業團體、各社會工作及醫事專業團體、各家庭教育及長期照顧相關機構、各身心健康促進相關單位。

副本：

理事長 邱怡欣