

# 新手爸媽舒壓課程 正念瑜珈

照顧孩子累了嗎？

由鍾萱親老師帶您找回屬於自己的時光，  
透過正念瑜珈讓心回到身體裡，  
跟自己的身體在一起，回到當下的每一刻。

★ 歡迎有6歲以下孩子的家長參加！

(課程以30人為限)

★ 建議自備瑜珈墊、大毛巾

6/15 (六) | 13:30-15:30

新北市土城樂利公共托育中心(親子館)

(新北市土城區裕生路65號)

(近海山站捷運站)

掃描QR code線上報名，額滿截止。恕不接受現場報名。

如有問題，歡迎電洽衛生局李小姐(02)8286-2620 分機541

或追蹤本局網站「快樂媽咪微笑寶貝」專區或「新北衛什麼」粉絲團！

主辦單位：新北市政府衛生局

合辦單位：新北市土城樂利公共托育中心

活動報名 快樂媽咪微笑寶貝專區 新北衛什麼

