



基督教香港信義會 家庭關顧部



「女性的自我照顧及成長」講座

現代女性往往扮演多重角色，承擔不少壓力，容易忽視自我成長和自我照顧的重要性。此講座旨在引導姊妹們重新認識自我價值，學習在生活中平衡身心健康，並提升自我成長的能力，好能在不同的人生階段體驗豐盛的生命旅程。

講員：何羅乃萱師母

「家庭發展基金」總幹事、資深親子及家庭教育工作者、心靈勵志及親子教育作家。近年致力關心婦女教育，關注職場婦女的掙扎、需要與成長。

21 03 2025

費用：全免

信義樓五樓禮堂

7:30-9:00 P.M.

名額：60人（本會信徒）

（油麻地窩打老道50A）

截止：2025年3月17日（一） | 查詢：2388-5847（總辦事處家庭關顧部王小姐）



網上報名



詳情