

輔導室 主任台鑒：

財團法人精神健康基金會經台北市立圖書館三民分館熱情邀約，謹訂於2020年10月17日(六)至11月15日(日)在該分館5樓展示室舉辦腦科學與精神健康宣導活動。希冀藉由本次在松山區的活動，廣為宣導腦科學於生活應用與精神健康，祈能讓松山區里民們能應世代趨勢而樂活。其內容如下：

一、以腦科學掛軸展示為主軸，腦與生活教育展，共分為A、B、C、D四個區域：

【A區】介紹基本的大腦結構、功能與運作原理。

【B區】認識大腦中情緒、行為、認知功能的關聯，提供情緒調控、增進學習效能等生活實用知識。

【C區】介紹常見的精神疾患與困擾。

【D區】提出保養頭腦，促進精神樂活的具體作法，提供腦保養自我檢測及諮詢服務。

二、專題講座及腦科學新知電影欣賞。

三、毒品防制宣導(仿真品擺設)。

四、腦操練互動遊戲。

懇請蒞臨指導，同時本活動祈能給貴校有安排校外教學的機會。隨函附宣傳海報及心靈座標(會訊雙月刊)。

財團法人精神健康基金會
台北精神健康學苑團長 周志和



財團法人
精神健康基金會
Mental Health Foundation
台北市100中正區羅斯福路一段24號9樓
<http://www.brainlohas.org/>

全國成長團體 總召集人
台北精健家族團 團長
周志和

Mobile: 0903-493-226
E-Mail: chou4525@gmail.com
LineID: chou4525
郵政劃撥帳號: 19587190
統一編號: 13527581

保養頭腦 免於煩惱