

感恩.分享.奉獻

青草地全人發展中心8週年慶

讓我們一起感謝8年的圓夢時光
讓我們一起慶祝8年的生命豐收

九月
分享 / 16日

因為沒法正確測知自身知覺的能力，
我們設了一個適應周遭的「自我」，
並讓這個「自我」肆意選擇不快樂和
憂鬱來損害自己的精神健康。

一起來聽威廉·嘉撒醫生的建言，
重新選擇，還自己一個自在的精神空間！

鳴謝：Dr. William Glasser 送贈
《精神健康是公共健康議題》小冊子
林傳芄女士義務翻譯中文版

沒有人可以代替我們微笑；沒有人可以幫助我們呼吸。
精神健康同樣不能假手於人，請自行選擇。