

## 心寧靜，從我開始!

### 全球心寧靜教學十月線上推廣班

指導單位：教育部  
主辦單位：財團法人靈鷲山般若文教基金會  
承辦單位：全球心寧靜推廣總會  
全國心寧靜教師團

**寧靜**  
是宇宙最大的能量  
喚醒內在的力量  
人和人有距離  
心和心零距離

課程日期：2023/10/14(週六)09:00-12:00(報名截止:10/09)

課程地點：Google Meet 線上會議室

課程目的：一、覺察情緒的來源，看見寧靜的力量。  
二、能夠使內心安定，轉化情緒創造正向循環。  
三、認識寧靜一分鐘，並能運用分享與實踐。

課程對象：一、現職或退休之中、小學及幼兒園教師或教育相關之工作者。  
二、有興趣實踐心寧靜教學與推廣之社會人士或志工。

報名事項：請上「[全國教師在職進修資訊網](#)」線上報名，課程代碼：3932287

其他說明：一、活動費用：免費  
二、洽詢 E-mail：ita@ljm.org.tw 全球心寧靜教師團 執行秘書

[全國教師在職進修資訊網](#)

