

心寧靜，從我開始！

全球心寧靜教學線上推廣班

寧靜，是宇宙最大的能量
讓每一天從寧靜開始，找回自己、從心出發。
心和平，世界就和平。

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-全球心寧靜推廣總會

承辦單位：靈鷲山台灣心寧靜教師團

課程日期：第一場 2024/03/30(週六)09:00-12:00(報名截止:03/24)

第二場 2024/04/27(週六)09:00-12:00(報名截止:04/21)

第三場 2024/06/02(週日)09:00-12:00(報名截止:05/27)

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、社會與教育界各階層的人士。
二、想要學會覺察自己情緒的人。
三、忙碌生活想讓自己寧靜下來的人。
四、有興趣實踐心寧靜教學與推廣之人。

報名事項：請上「[全國教師在職進修資訊網](#)」線上報名

第一場課程代碼：4192698

第二場課程代碼：4200999

第三場課程代碼：4201000

其他說明：一、活動費用：免費（歡迎護持贊助「心寧靜教學推廣基金」）。
二、凡參加過3小時線上推廣班，即可報名第17期心寧靜教師研習營。
三、洽詢 E-mail：ita@ljm.org.tw 全球心寧靜教師團 執行秘書
四、活動資訊：「[全國教師在職進修資訊網](#)」

全國教師在職進修資訊網

