

整全心靈醫治系列
Level I：情緒四重奏—自覺篇 (HK101-0265L5G5I)
 拉法基金會主辦 (2016/07)

課程簡介

課程編號	HK101-0265L5G5I
課程目的	自覺篇課程能讓幫助學員更深經歷情緒，意識情緒如何影響思想、行為模式及身體的反應，彼此密切的連繫，透過生命自覺及身體經驗練習去認識自己內在隱藏的情緒及需要，並且學習接納及表達！
課程簡介	本課程包括講座及小組交流。當中學員需要面對個人內在情緒起伏及過去的經歷。
對象	任何人士
名額	名額有限，額滿即止。報名以先到先得，並已收受繳交報名費為準。

日期	時間	地點	講座 / 小組
2016年07月07日(四)	晚上 7:00-10:00	灣仔	講座 1：情緒與我面面觀 (播放 DVD)
2016年07月09日(六)	早上 9:00 - 11:30	銅鑼灣	講座 2：從生命自覺認識自己(播放 DVD)
	早上 11:30 – 6:30 (1 小時休息)		小組 1、2
2016年07月10日(日)	下午 3:00 - 下午 5:00		講座 3: 接納情緒的奇妙
	晚上 6:00 – 9:00	小組 3	
2016年07月14日(四)	晚上 7:00-10:00	灣仔	講座 4: 表達真我的自由(播放 DVD+ [暫定]葛琳卡博士電話答問 15-30 分鐘)
2016年07月16日(六)	下午 2:30 - 5:30	銅鑼灣	小組 4
2016年07月17日(日)	下午 2:30 - 5:30		小組 5
2016年07月19日(二)	晚上 7:00-10:00	灣仔	講座 5：總結及實踐問題解答及回饋分享 (葛琳卡博士親自講)
講座 / 小組地點	灣仔地址：香港灣仔譚臣道 5-11 號信邦商業大廈 7/F A 室 銅鑼灣地址：銅鑼灣紀利佐治街一號金百利中心 1203 室		

小組資料	Carman Chiu (101 2WC10)
退修營	<p style="text-align: center;">自覺篇-課程退修營</p> <p>目的：透過三日兩夜的營會，此退修營與你一起檢視你生命中的矛盾，發現內在的掙扎或矛盾的導因，並且透過「生命自覺」(Focusing) 練習去意識你真正的需要，從自覺中去走出自己僵凍的狀態，嘗試接納自己內在真正的需要，安靜中體驗耶穌的同在，放下自救的方法，專心倚靠神，解開心中的矛盾掙扎！</p> <p>內容：小組分享、體驗耶穌練習、默想等候神</p> <p>資格：曾修讀或完成自覺篇之學員</p> <p>日期：[暫定]2016年11月18日(五/下午4:00)至11月20日(日/晚上9:00)</p> <p>地點：中華基督教會 - 烏溪沙青年新村</p> <p>費用：(優惠期)2016年8月19日或之前 HK\$1,500、2016年8月20日或之後 HK\$1,620 (11月3日如於營期前兩星期內才報名，需額外繳交\$180 行政費，共\$1,800 房間安</p>

整全心靈醫治系列
Level I：情緒四重奏—自覺篇 (HK101-0265L5G5I)
拉法基金會主辦 (2016/07)

	<p>排：如參加者想申請獨立房間，須先繳交\$300 行政費用。如成功安排獨立房間，申請者需要 額外再繳交房間的差價。如申請失敗，行政費用將不獲發還。劃一收費；不設費用減免、半營減費、不用餐收費。一經報名，若因個人理由退出者，費用恕不發還。)</p>		
課程費用	日期	一般人士	教牧/傳道/全職神學生/ 65 歲或以上長者/旁聽生
	2016 年 7 月 4 日	HK\$1,150	HK\$850
	<p>請注意：</p> <ul style="list-style-type: none"> • 以上費用已包括講義及筆記費用：HK\$50 • 優惠期後報名費繳交行政費用：HK\$100 • 費用請於報名後 3 日內繳交。逾期繳費者，將不作留位。 		
閱讀課本	<ul style="list-style-type: none"> • 學員必須購買該階段課程的課本，並於開課前完成有關課題的閱讀。 • 課本之學員優惠價只限於本會門市購買。 • Level 1《情緒四重奏》葛琳卡著，以下出版社之其中一本： <ul style="list-style-type: none"> ~ 基道，2008。原價：HK\$83，學員優惠價：HK\$70 ~ 紙藝軒，2015。原價：HK\$78，學員優惠價：HK\$65。 		
報名方法	<ul style="list-style-type: none"> • 網上報名 ☞ 請瀏覽本會網頁 http://goo.gl/forms/apu193q0Y3HRll943，填妥網上報名後，並提交所需資料。 • 親身遞交方式 ☞ 請到拉法基金會銅鑼灣門市 • 郵寄方式 (郵寄後，敬請致電查詢情況，以免失誤) ☞ 拉法基金會灣仔辦事處 - 香港灣仔譚臣道 5-11 號信邦商業大廈 7 樓 A 室 如選擇此方式報名，只接受支票或銀行存款，須連同支票或銀行入數紙一併寄回。郵政匯票恕不接受辦理。 		
付款方法	<ol style="list-style-type: none"> 1. 現金：只接受親身遞交。請勿郵寄現金。 2. 支票：抬頭請寫「拉法基金會有限公司」。 3. 存款： <ul style="list-style-type: none"> • 中國銀行戶口：012-80410147415 或 • 香港上海滙豐銀行戶口：004-023-174600-838 (如選擇轉帳至香港上海滙豐銀行，敬請盡量透過櫃員機 或 網上進行轉帳。如在銀行櫃台進行轉帳程序，學員需另繳 \$20 作銀行手續費。若在櫃員機轉帳，可刪除 004。) 		
其他課程資料	<p>請於開課前細心閱讀「學員指引」，以免對課程要求及須知有所遺漏。</p>		

拉法基金會 – 灣仔辦公室：灣仔譚臣道 5-11 號信邦商業大廈 7 樓 A 室 電話：2600 4288
銅鑼灣門市：香港銅鑼灣紀利佐治街一號金百利中心 1203 室 電話：2881 8860
內容如有更改，恕未能個別通知；最新資料，敬請留意本會網頁。
本會保留最終決定權。