

新北市蘆洲區 107 年婦女幸福成長課程

改善猿人姿勢--頭頸肩舒壓按摩課程

現代人生活壓力大低頭族多，造成頭頸肩的負擔與不適感，藉由按摩經絡可以達到疏經活血的作用，可以緩解慢性疲勞，使人感覺精神振奮，生機勃發。

場次	日期	課程名稱	講師
1	7月25日(三) 14:00 ~16:00	頸肩舒壓按摩技巧示範與練習	陳淑芬老師 (婦女二度就業發展協會總幹事)
2	7月26日(四) 14:00 ~16:00	頸肩舒壓按摩複習與頭部按摩	

上課地點：新北市蘆洲區民族路 39 號 3 樓

報名方式：

1. 電話報名：02-2281-1484 分機 115 曾先生。

02-2285-3526 陳小姐。

2. 線上報名：掃描 QR Code 或輸入網址



<https://goo.gl/forms/8kx10s5ASN1GeR282> 連結至報名網頁報名

全程參加及填寫滿意調查表者可獲得茶點一份

主辦單位：新北市蘆洲區公所

承辦單位：新北市婦女二度就業發展協會

新 北 市 蘆 洲 區 公 所

關 心 您

廣 告