

## 本院辦理「壓力調適與自殺防治」衛生教育活動

為強化學生壓力調適技巧及尋求正當協助管道，本院於107年4月24日邀請彰濱秀傳醫院梁詩詩臨床心理師蒞院假中正堂辦理「壓力調適與自殺防治」教育講座。參與活動師生共231人。

壓力是生活中看不見得無形殺手，每個人都有面臨壓力的時候，如何面對及抒發，進而避免自傷、自殘甚或自殺行為之發生，是需要學習的。藉由此活動教導學生正向思考，開拓不同新思維。



本活動辦理單位及電話：衛生科 04-8742111 分機 210