



學大明陽立國

經 Google 技術強化

搜尋

電子報專欄

- 本期摘要
- 校園焦點
- 陽明訊息
- 行政會報
- 課輔部落格
- 捐款芳名錄

副刊專欄

- 山腰部落格
- 山腰電影院
- 閱讀旅行

相簿集錦



這是什麼？

相簿適用IE6, IE7, FireFox, Safari
IE8請開啟「相容性檢視」瀏覽

快訊



【校園焦點】2013生醫科技就業博覽會

陽明訊息

38周年校慶典禮暨早安神農坡

「獵片台聯大·創意無限大」校園微電影徵選活動

聲音與社會III 講座暨示範：廖文強與壞神經樂團

【102年校友回娘家活動】校友彩繪T恤

陽明教職員愈【葉】愈美麗系列講座3-茶如人生

【健康講座】樂活紓壓系列~認識壓力與減壓法

【健康講座】樂活紓壓系列~紓壓按摩

冰火舞絃 Ice Fire play with six strings 林怡君長笛與鄒世烈吉他二重奏音樂會

現正收看

【健康講座】樂活紓壓系列~正念減壓體驗

【健康講座】樂活紓壓系列~正念減壓體驗

- 主講者：陳德心理師
- 活動日期：2013年5月27日（一）
- 活動時間：12：00~13：10
- 活動地點：博雅中心一樓多功能教室
- 報名網址：<http://ymadm1.ym.edu.tw/activity/content.asp?actno=1786>



【健康講座】

樂活紓壓系列~正念減壓體驗

正念減壓法(MBSR, Mindfulness-Based Stress Reduction program)，是1979年美國卡巴金博士(Jon Kabat-Zinn, Ph.D.)於麻州大學醫學院所創設之療程，結合西方醫學/心理學研究與東方禪修傳統的團體訓練課程，2011年由陳德心理師首度引進台灣醫療體系後，廣受參加學員好評及醫師肯定，歡迎來體驗！

時間：102年5月27日周一中午12：00~13：30

地點：博雅中心一樓多功能教室

主講：陳德心理師



請預約報名

<http://ymadm1.ym.edu.tw/activity/content.asp?actno=1786>

衛生保健組敬邀

