

《彩繪人生》工作坊

你是否已開始退休生活？每當回顧過去時，你有甚麼感受呢？
迎向未來，又有甚麼的心情？你在無奈、遺憾的熬日子嗎？
還是渴望能無悔、圓滿的過一生？

本會舉辦之《彩繪人生》工作坊，將引導參加者回顧和重整人生的甜酸苦辣，從活動中反思，以肯定自我、減少遺憾；並收錄個人的真人真語等。透過詩歌、短片、表達藝術的活動，使參加者踏上一個「回顧過去、憧憬未來、珍惜當下」之旅！參加者將蒐集每次的製作成為「我的生命故事」紀念冊，以作為人生珍貴的記錄和留念！

緬懷能增加歡愉及滿足的感覺；
前瞻給人盼望和動力；與同行的老友記互動，聆聽不同故事，能開廣心境、減低抑鬱。歡迎你來一起彩繪人生，共創更美好的明天、期盼將來！。

聖經 箴言十七章22節說：
「喜樂的心乃是良藥；
憂傷的靈使骨枯乾。」

誠摯邀請60歲或以上退休人士一同報名參加，名額有限，大家把握機會！如有查詢，可聯絡麥師母或月明傳道 (34461291)。

此次活動將為期八個星期，費用全免！

日期：2024年2月21、28日；
3月6、13、27日；4月3、10、17日
(3月20日沒有課)

時間：逢星期三下午2:30-4:00

地點：宣麗堂辦公室

人數：6-8人