



靜觀生活學苑  
Mindful Living Academy

# 靜觀生活 自在活

免費網上講座及  
英國牛津靜觀中心創辦 MBCT-L 課程簡介會  
講者：李劉穎瑩（註冊輔導及教育心理學家）

2022 年 12 月 11 日 (星期日)

下午 3:00 - 4:30

---

網上報名：

<https://forms.gle/KXwwNUm4rae66eYP7>

(報名後會電郵通知上網詳情)