

女聯會 週二檢測壓力

學生新聞

【本報訊】為讓會員得知身心壓力來源，並獲抗壓解壓之道，女聯會將於本週二（5月1日）上午8時30分至11時50分，在松濤館美食廣場Z2101b導師晤談室，進行現場身心壓力檢測，邀請國軍北投醫院神經精神科主任周銘坤，於該日中午12時10分在驚聲國際會議廳演講，並解說檢測報告。

女聯會執行秘書郝蕙蘭表示，目前e化的社會，婚姻關係、親子互動及工作職場人際關係等，都是可能的壓力源，透過這項檢測可以了解身心所承受的壓力狀態，並尋求解決之道，提升生活品質。

另外，女聯會將5月定為「溫馨」月，除了身心壓力檢測，也將於母親節前製作賀卡，表達對女性同胞的敬意，並分別於5月16、22日舉辦「淡水校園生態導覽」及「古典音樂賞析」活動，讓會員身心獲得抒發。