

## 臺南市政府交通局性別平等宣導活動成果報告

辦理機關單位	臺南市政府交通局
辦理日期	108.03.15
活動名稱	職場紓壓研習-職場紓壓，不分你我他
活動人數	共計 40 人【男 3：女 37】
宣導/活動內容	借由芳香療法，搭配筋絡穴道按摩，透過冥想，達到壓力緩解的功效。
成效評估	現在職場已經不分你我他(她)，職場壓力也不分你我他(她)，如何照顧自己，如何善待自己，是現代人都要學會的一門技能。

### 活動照片



芳療舒壓