

微課程——療癒手做

洪筱恬 老師

學習目標

- 透過手做的心到、眼到、手到的過程，提升專注力。
- 放慢節奏，平衡平日緊湊的學習步調。
- 「吸氣」與「呼氣」。
- 從中得到親手完成作品的成就感。
- 手巧才能心靈。

主題一、彩虹天使



主題二、花仙子



主題三、大地媽媽

