

親愛的東華師生們：

即將要開學了，不知道大家這個暑假過得怎麼樣呢？
近日有東華學生因為反送中事件，遭到香港政府逮捕。
目前包括校方以及學生會都已經表示願意提供相關協助，
希望能夠讓同學們盡快回到校園。

然而，在這個事件中，不論你所抱持的想法、立場是什麼，我們在身體與心理層面，可能都會遭受到不小的衝擊與影響，會需要一小段時間去慢慢緩和各種身心反應。

在這段調適的過程，如果有睡眠品質不佳、食慾驟降/暴增、情緒低落/易怒等情況，抑或是需要支持或關懷，歡迎與心理諮商輔導中心聯繫，或尋求下列相關專業單位之協助。

【校內資源】

學校校安：(03) 890-6995, 0937-295995 (24小時專線)

心理諮商輔導中心：(03)890-6896; (03)890-6270;

pcc@gms.ndhu.edu.tw;

服務時間週一至週四 8:00 - 21:00 ; 週五 8:00 - 17:00

【校外資源】

張老師專線：電話直撥1980、24小時安心專線 (0800-788-995)、

花蓮縣社區心理衛生中心：(03)835-1885、

門諾醫院壽豐分院 掛號專線：(03) 866-4648

花蓮慈濟醫院身心醫學科：掛號專線 (03)856-0779

心理諮商輔導中心 關心您

IT'S OK TO ASK FOR HELP.