



失眠消失課



導師

臨床心理學博士
胡浩林

人數

每堂課50分鐘，
最少一人，最多
三人

收費

新張期內優惠收
費，每堂400。至
少參加4堂

我們每天都需要充足的睡眠來恢復體力、調整心情和提高工作效率。但是，失眠卻可能成為你生活中最大的障礙和困擾。失眠不僅會影響你的身體健康和心理狀態，還可能嚴重影響你的工作表現和人際關係。你是否還在每晚輾轉難眠，白天疲憊不堪，甚至影響了你的家庭和事業？

現在，我們有一個專為你設計的「失眠克服課程」，它將幫助你克服失眠困擾，擺脫疲憊不堪的日子，重新恢復生活的活力和樂趣。不再讓失眠成為你的束縛，而是與我們一起走向健康和幸福的生活！立即報名參加我們的課程，開啟屬於你的好眠之旅！

ZZZ