



# 尋找內在的平靜 當志工！

研究顯示，當志工不只能改善情緒，還能減壓。這樣，您是不是要重新考慮週末是否還要去那個昂貴的 spa 呢？

**今天就成為「蘭馨人」。**

蘭馨會是一個全球性志工組織，為婦女與女孩提供獲得經濟權所需的教育和訓練。

[SOROPTIMIST.ORG](http://SOROPTIMIST.ORG)



SOROPTIMIST®  
Investing in Dreams

**向我們洽詢，  
您就會知道如何幫助她們：**