



楊碩昌博士，註冊心理治療師

Dr. Tigerson Young, Registered Psychologist

楊博士是一位在卑詩省私人診所全職工作的心理師。他分別在卑詩大學（UBC）、昆特倫理工大學（Kwantlen Polytechnic University）及湯普森河大學（Thompson Rivers University）擔任兼職導師。每個月和狄寶娜摩亞（Deborah Moore）在加拿大中文電台AM1470一起主持節目。

演講題目：

腦退化症照顧者 - 如何保持心理健康？

演講內容：

1. 識別壓力的跡象和症狀。
2. 如何管理壓力？
3. 身為照顧者，該何時尋求協助？

講座日期：

第二天： 2021年12月12日（星期日）