



# 高一自主學習 先備課程...

9/15、9/22 14:10~15:00 線上講座

Google meet限前250名入場

會議代號gim-qnvb-yef

須以學校帳號登入



210 智庫  
宋怡慧——著  
怡慧老師的原子習慣實踐之旅

閱讀傳道士、暢銷書作家宋怡慧，暢談如何將《原子習慣》應用在學習、教學和生活中！特別收錄「子彈原子筆記術練習表」，讓你為自己的每一天做全盤規畫！

從運動、飲食、人際溝通、閱讀，甚至思考慣性，怡慧老師在繁忙的教學工作和演講邀約之餘，完成了許多不可能的任務。許多人好奇她究竟是怎麼做到的？這本書，會給你答案與啟發。

在《原子習慣》全球熱銷超過 1000 萬冊、中文版紙電銷售邁向 60 萬冊之際，為你獻上臺灣在地真人實證版！

★各界好評推薦！（依姓氏筆畫排列）  
 李崇建 千樹成林創意作文創辦人 | 洪仲清 臨床心理師  
 張永慶 馬來西亞波德申中華中學校長 | 陳志恆 諮商心理師、暢銷作家  
 愛瑞克 《內在原力》作者、TMBA共同創辦人 | 楊斯榕 《人生路引》作者  
 趙嵐丞 知名企業講師、作家 | 歐陽立中 「Life不下課」節目主持人  
 蔡淇華 作家、臺中市立惠文高中國書館主任 | 謝文憲 企業講師、作家、主持人

宋怡慧——著

