

開心愛家園療癒

BoBo 溫柔療癒陪伴館

每月同行計畫 | 介紹與付款說明

USD 18/月 | 每月自動續費 | 可隨時停止

每個月，用一個溫柔主題陪自己慢下來。
不追進度、不製造壓力，按照自己的生活步調參與。

BoBo | 我在

這是一個怎樣的計畫？

《BoBo 溫柔療癒陪伴館 | 每月同行計畫》是一個每月更新的線上陪伴計畫。內容方向主要有情緒安撫、內在小孩、自我疼愛、身體放鬆、關係界線、金錢關係整理與生活支持感。

你不需要每天交功課，也不必一次學很多方法。每個月跟隨一個主題，使用 PDF 練習，並參加一次線上 Zoom 陪伴。

這裡重視的不是做得完美，而是讓照顧自己變得比較容易持續。

每個月包含

- 1 份新的簡短主題 PDF：包含簡單引導、覺察與練習。
- 1 次約 45-60 分鐘 Zoom：即時主題引導、練習與交流。
- Zoom 日期與連結：寄到付款時使用的 Email。
- 1 次簡短文字回覆：可提出一個與當月主題有關的問題。

本計畫不是每日一對一陪伴，也不包含音頻。Zoom 為即時活動，暫不提供錄影回看；未能出席仍可使用當月 PDF。

每月固定流程

1	每月第一週，BoBo 會把新的主題 PDF、Zoom 日期與參加連結寄到你的 Email。
2	你可以按照自己的步調使用 PDF，不需要每天回報進度。
3	Zoom 前會收到一次簡短提醒，不會一直發信或催促。
4	參加當月一次約 45-60 分鐘的 Zoom 即時陪伴。
5	如有問題，可在當月提出一次簡短文字問題；一般於 3-5 個工作天內回覆。

付款後如何開始？

完成付款後，請留意付款時使用的 Email。你會先收到付款確認與歡迎訊息，之後依照信中的方式接收當月內容。

沒有收到 Email？請先查看垃圾郵件、促銷內容或其他收件分類，並確認付款時填寫的信箱是否正確。

付款與停止續費

每月陪伴費用為 USD 18，透過 Payhip 安全結帳頁付款。這是每月自動續費方案，直到你自行停止。

付款步驟

1	在開心愛家園療癒官網按下『開始每月同行』。
2	進入 Payhip 結帳頁，確認金額為 USD 18／月。
3	填寫姓名與常用 Email，按照畫面完成付款。
4	保存訂單確認，並留意同一個 Email 信箱。

付款前請確認

- 這是每月自動續費，不是一次性購買。
- 銀行可能依所在地換算貨幣或收取相關費用。
- 當月內容只供付款人本人使用。
- 停止續費後，不會再收取下一期費用。

你可以留下，也可以停止。BoBo 不會發送催促續費的訊息。

重要說明與常見問題

未能出席 Zoom 怎麼辦？

Zoom 為即時線上陪伴活動，暫不提供錄影回看。未能出席仍可使用當月 PDF 練習。

已付款的當月可以退款嗎？

已完成的當期扣款原則上不退款。若因 BoBo 取消當月主要安排，會提供補發、延期或相應處理。

可以把內容傳給朋友嗎？

不可以。PDF 與 Zoom 資料只供付款人本人使用，不可轉傳、公開、共用或重新販售。

可以代替心理治療嗎？

不可以。本計畫提供自我覺察、放鬆與生活支持，不能取代醫療、心理治療、診斷或緊急服務。

如你正面對嚴重疾病、持續心理困擾、自傷念頭或危機情況，請優先聯絡所在地的醫療、心理健康或緊急支援服務。文字回覆不是即時危機支援。

開始每月同行，不是答應自己一定要變成什麼樣子。
只是願意每個月，留一點位置給自己。

BoBo | 我在
開心愛家園療癒

© 2026 開心愛家園療癒 Happy Love Home Healing | BoBo Tan. All Rights Reserved.
本介紹內容不得擅自轉載或作商業使用。