



嘉義縣政府 113 年度

「員工關懷技巧增能暨本縣社區心理衛生中心參訪活動」 實施計畫

民國 113 年 2 月 5 日府人任字第 1130035502 號函訂定

一、依據：

- (一) 嘉義縣政府 112 年度員工協助方案檢討會議決議。
- (二) 嘉義縣政府「嘉『新』關懷列車」113 年度推動員工協助方案實施計畫。

二、目的：透過實地參訪本縣社區心理衛生中心，了解該中心心理諮詢環境及服務運作流程，屏除社會大眾既有刻板印象與標籤化，消除同仁使用該中心服務之疑慮，並藉此增進關懷員及人事人員關懷技巧，強化其在機關中扮演推動員工協助方案之角色，亦擴大邀請本縣所屬各機關（含公所及其代表會）辦理人事業務同仁；學校推派一名教（職）員參訪，期有效擴散並強化心理諮詢資源宣導效益，建構溫馨暖職場，提升同仁工作績效。

三、主辦單位：嘉義縣政府人事處

四、參加對象：本府各單位副主管、鄰家好厝邊關懷員、本縣所屬各機關（含公所及其代表會）辦理人事業務同仁；學校推派一名教（職）員（分梯次安排上課）。

五、上課地點：嘉義縣食安大樓 3 樓會議廳（嘉義縣太保市太保二路 113 號）。

六、活動流程：

預定日期	時間	流程	說明
第一梯次： 3月19日 (星期二) 第二梯次： 3月26日 (星期二)	14:10~14:20		人員報到
	14:20-14:30		長官致詞
	14:30~15:30	上班族 紓壓保健運動	以促進職場身心健康為主題進行講授紓壓保健運動，培養同仁動態的生活方式、建立規律的運動習慣，促進同仁身心健康，進而提升為民服務品質。(講師待聘)
	15:30~16:30	職場心理健康促進 -工作與生活平衡	講授融合壓力與時間管理理論，搭配圖畫工具，帶領學員針對時間管理與分配進行檢視，協助員工於個人、家庭與工作中取得平衡，達成員工福祉與行政團隊永續經營。(講師待聘)
	16:30~17:20	珍愛生命守門人	1. 介紹珍愛生命守門人 2. 由心衛中心人員帶領下，分組參觀心理諮詢環境及相關設施。
	17:20~	賦歸	

七、講師簡介

(一) 沈世璋 教練 (暫定待聘)

現職：拳擊有氧老師／自由教練／越式頭療店長

曾任：嘉義法院拳擊有氧 老師

水上機場減重班 老師

新營新泰國小 拳擊有氧老師

專長：國際 YMCA 團體運動 (肌力與體能、心肺與階梯有氧課程、健康生活方式原則等) 指導教練

(二) 林家惠 助理教授 (暫定待聘)

現職：長庚科技大學嘉義分部 護理系 助理教授

曾任：吳鳳科技大學 長期照護系 專案講師

北港醫事 C 據點專任活動講師

南華大學 生死學系 兼任講師

專長：

1、護理類：安寧療護、疼痛控制、腫瘤症狀控制、護理品管與評鑑

2、生命教育：生死學、臨終關懷、生命教育、靈性關懷與成長

3、長照類：高齡社區經營、團體方案活動與設計

八、報名方式：

(一) 第一梯次：

1、府內單位：依參加人員名冊，填寫報名表單後送本府人事處辦理，

2、府外機關：請人事單位至終身學習入口網站辦理薦送報名。(學習機關：嘉義縣政府；課程代碼：cap1130319；類別：【11】機關業務知能訓練 (具專業訓練性質)／【28】人事行政；課程名稱：「員工關懷技巧增能暨本縣社區心理衛生中心參訪活動-第一梯次 3/19 機關場」)。

(二) 第二梯次：

請人事單位至終身學習入口網站辦理薦送報名。(學習機關：嘉義縣政府；課程代碼：cap1130326；類別：【11】機關業務知能訓練 (具專業訓練性質)／【28】人事行政；課程名稱：「員工關懷技巧增能暨本縣社區心理衛生中心參訪活動-第二梯次 3/26 學校場」)。

(三) 請參加人員活動是日以公假登記，學校教師除得以公假登記外，所遺課務由學校排代。

九、學習認證：本活動屬員工協助方案專業知能研習，參加人員依實際課程時數核發終身學習時數 3 小時，並得列入 113 年本府「人力面向績效衡量評核-推動員工協助方案比例」之考核項目分

數。

十、成效評估：於活動前、後辦理認知問卷及滿意度調查，作為改進之參據。

十一、經費來源：由本府人事處 113 年度人事業務—任免遷調—業務費項下支應。