



嘉義縣政府 113 年度

「山染美學手作紓壓工作坊」研習實施計畫

民國 113 年 3 月 5 日府人任字第 1130056861 號函訂定

一、依據：

- (一) 行政院所屬及地方主管機關推動員工協助方案成效力評估計畫
- (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：

為維護同仁身心健康，減少同仁因壓力影響工作效能之情事發生，本次研習特聘專業講師，以色彩藝術為理論基礎，透過觸覺的感受及視覺上顏色的捕捉，促進同仁自我覺察與內在連結，並結合本縣地方特色產業，推動環境美學、無毒生活及再生藝術，運用天然草本、健康方式製作染料美學與香草保健，除讓同仁們在創作中身心靈紓壓外，亦收環保美學的人文藝術學習之效，讓同仁在動手做的過程中得到「心」的療癒，促進釋放自身壓力。

三、主辦單位：嘉義縣政府人事處

四、參加對象：本府暨所屬機關學校及公所人員，每場次上限 50 人，並視實際報名及上課場地等狀況酌予調整人數。

五、活動時間及地點：

日期	場次	時間	講座	地點
4/2 (二)	第一場次	9:00~11:50	黃千聞	本縣人力發展所餐廳
4/2 (二)	第二場次	13:30~16:20		

六、流程說明：

第一場次 時間	8：40～8：50	報到
	8：50～9：00	員工協助方案宣導
	9：00～10：00	紅瓦貓的再生創作與藝術
	10：00～10：30	再生藝術染料美學&香草療癒應用
	10：30～11：50	山染創作活動
第二場次 時間	13：10～13：20	報到
	13：20～13：30	員工協助方案宣導
	13：30～14：30	紅瓦貓的再生創作與藝術
	14：30～15：00	再生藝術染料美學&香草療癒應用
	15：00～16：20	山染創作活動

七、報名方式：

- (一) 採自由報名，欲參加者於報名時請務必填寫壓力檢測量表，主辦單位將依檢測結果篩選需求程度較高者，每場次上限 50 人，並視實際報名及上課場地等狀況酌予調整人數。
- (二) 錄取名單於報名截止後 7 日內發送電子郵件通知，如錄取學員屆時無法參訓或自願放棄，將依序遞補。

八、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。