

新竹市政府108年度推動員工協助方案

無懼時代—女性兼顧一切的謬思實施計畫

壹、依據：新竹市政府108年度推動員工協助方案實施計畫。

貳、目的：

- 一、為建立健康工作環境，並落實性別主流化政策之推動，規劃依性別需求之差異提供同仁調適壓力的方法，使其能以健康的身心投入工作，爰辦理旨揭研習。
- 二、宣導新竹市政府員工協助方案，期藉由瞭解並使用多樣化的協助性措施，建立溫馨關懷的工作環境，塑造互動良好組織文化，強化團隊向心力。

參、指導單位：新竹市政府(以下簡稱本府)。

肆、承辦單位：新竹市消防局。

伍、研習時間：108年5月9日(星期四)9時至12時，全程參與者核給終身學習時數3小時。

陸、研習地點：新竹市消防局五樓會議室(新竹市西大路679號)。

柒、研習主題：如程序表。

捌、師資：呂謂正講師(雲起心理成長中心臨床心理師、臺大醫院新竹分院臨床心理師、新竹縣特教團隊心理師及誠正中學兼任輔導心理師)。

玖、參加對象：本府及所屬機關學校同仁(含約聘僱人員、工友及臨時人員)，參加人數以100人為限。

拾、報名方式：請自即日起至108年4月25日(星期四)下班前，至「eCPA人事服務網」(<https://ecpa.dgpa.gov.tw>)→「應用系統」→「D6:終身學習入口網」及「新竹市教師研習護照系統」報名。

拾壹、參加研習人員依規給予公假半天登記。

拾貳、本研習所需經費由本市消防局支應。

拾參、本計畫經簽奉核定後實施，修正時亦同。

新竹市政府108年度推動員工協助方案
無懼時代—女性兼顧一切的謬思程序表

日期：108年5月9日(星期四)9時至12時

地點：新竹市消防局五樓會議室(新竹市西大路679號)

時 間	活動內容	主講人
8:30-9:00	報到	
9:00-12:00	<ol style="list-style-type: none">1. 現代女性的美麗與哀愁2. 職業婦女的壓力與承擔—困在家庭與事業之間3. 過勞的定義與相關生理症狀4. 壓力認識與紓解5. 如何當一個有自信又寵愛自己的女人	講師呂謂正
12:00-	賦歸	