花蓮縣護理師護士公會　函

地址：970 花蓮市富強路 22 號 7 樓之 2
電話：(03)8565546
聯絡人：蘇念庭
E-mail：hcna8576825@gmail.com

受文者：如文所列

發文日期：中華民國 114 年 6 月 5 日
發文字號：花護理真字第 114102 號
速別：普通
密等及解密條件：
附件：議程表

主旨：本會訂於 114 年 7 月 12 日（星期六）舉辦「運用自我對話，培養心理韌性」課程，請查照並惠予公告週知，鼓勵同仁踴躍參加。

說明：

一、為協助護理人員提升自我情緒調適能力與心理韌性，強化職場心理健康支持，本會特舉辦本次課程。

二、時間：114 年 7 月 12 日(星期六)- 下午 13：30-16：30。

三、活動地點：花蓮慈濟醫院靜心閱讀空間(花蓮縣花蓮市中央路三段 707 號)。

四、名額：限額 50 人(額滿截止)。

五、費用：免費。

六、報名方式：一律使用網路表單報名。

七、報名截止日：114 年 6 月 5 日至 114 年 6 月 27 日止。

八、附行程表及報名網路連結，表單亦刊登於本會網站：(http://www.hlcna.org.tw/)，歡迎下載使用。

正本：花蓮縣衛生局、衛生福利部花蓮醫院、佛教慈濟醫療財團法人花蓮慈濟醫院、臺灣基督教門諾會醫療財團法人門諾醫院、臺灣基督教門諾會醫療財團法人門諾醫院壽豐分院、國軍花蓮總醫院附設民眾診療服務處、臺北榮民總醫院玉里分院、衛生福利部玉里醫院、臺北榮民總醫院鳳林分院、佛教慈濟醫療財團法人玉里慈濟醫院、其他單位會員等

副本：本會

理事長 葉秀真

裝

訂

線

花蓮縣護理師護士公會
運用自我對話，培養心理韌性課程

一、辦理目的:為協助護理人員提升自我情緒調適能力與心理韌性，強化職場心理健康支持，本會特舉辦本次課程。

二、課程日期:114 年 7 月 12 日

三、課程地點:花蓮慈濟醫院靜心閱讀空間(花蓮市中央路三段 707 號)

四、參加對象:護理人員

五、授課講師:信端企管 李瑋甄老師

六、課程內容:

時間	內容	講師
1250-1320	報到	學術組
1320-1330	致歡迎詞、大合照	葉秀真理事長
1330-1450	壓力與情緒	李瑋甄講師
1450-1500	休息	
1500-1620	心理韌性與壓力調解	李瑋甄講師
1620-1630	討論交流	
1630~	賦歸	

七、報名方式:一律使用網路表單報名，即日起至 6 月 27 日截止報名。

報名連結:運用自我對話，培養心理韌性課程

八、本課程申請護理人員繼續教育積分。

九、備有茶水請自備環保杯。