

花蓮縣衛生局

108 年度幸福捕手-心理健康促進講座計畫

一、**依據**：依據精神衛生法第 7 條暨 108 年度「推動心理健康網計畫」辦理。

二、**目標**：

依據公共衛生三段五級的概念，在健康促進層次，著重於心理健康衛生教育等服務，目的在增進國民心理健康知能，推動不同族群、場域之心理健康促進工作，建立優質心理健康文化，以提升民眾心理健康、生活效能與優質生活。

三、**指導單位**：衛生福利部

主辦單位：花蓮縣衛生局

協辦單位：社團法人花蓮縣臨床心理師公會、
社團法人花蓮縣諮商心理師公會

四、**實施對象**：校園、職場、婦女(含孕產期)、嬰幼兒、部落、原住民、新住民、身心障礙者、長者、家庭照顧者及注意力不足過動症兒童之家人或照顧者、老師等。

五、**執行方法**：

- (一) 由本縣各場域(含校園、職場、孕產婦照顧機構、嬰幼兒服務相關單位、部落、社區組織、照護機構及民間社福團體)，依本計畫規定事項提出申請(申請單參見附件 1，線上申請：<https://goo.gl/UgWAbL>)，並註記預定辦理主題、時間、地點及人數等，經審核後始可辦理宣導。
- (三) 心理健康宣導活動將邀請本縣心理衛生專業人員及專家學者至各場域進行倡導促進心理健康的觀念，使民眾對於自身心理健康有近一步的認識，以期達到早期發現早期預防之目的，降低壓力對民眾的衝擊。
- (四) 申請期間：即日起至 108 年 4 月底止，本活動依申請先後順序受理，場次額滿即不再接受申請。
- (五) 演講費用：經審核通過後，由本局支付講師鐘點費，每單位僅限申請 1 場次。
- (六) 辦理講座所需之相關硬體設備(電腦、投影機等)由申請單位備妥。

六、辦理場次對象之族群與場域如下：

- (一)校園心理健康促進講座 5 場次。
- (二)職場心理衛生促進講座 5 場次。
- (三)婦女(含孕產期)心理健康促進講座 5 場次。
- (四)嬰幼兒心理健康促進講座 5 場次。
- (五)原住民、新住民心理健康促進講座 5 場次。
- (六)身心障礙者心理健康促進講座 5 場次。
- (七)基層服務據點心理健康促進講座 5 場次。
- (八)家庭照顧者心理健康促進講座 5 場次。

七、講座辦理期間：自申請日起至 108 年 10 月止，課程時間及地點由申請單位提出申請。

八、講座時間：每場演講為 60 分鐘。

九、預期效益：

- (一) 由單位評估自行需求後，主動提出申請心理健康講座活動，可提升參與度及學習成效，協助推動不同族群、場域之心理健康促進工作，檢視自身身心狀況並建立正確身心觀念，減少心理問題發生。
- (二) 期望透過該計畫，進行各族群、場域之心理健康服務措施，並評估其身心壓力指數，找出影響其身心壓力之因子，同時也作為設計本縣健康促進活動與未來制定心理健康政策之參考依據。

花蓮縣衛生局

108 年度幸福捕手-心理健康促進講座計畫

一、申請單位名稱：			
聯絡人		職稱	
聯絡電話		傳真	
電子郵件信箱			
單位地址			
講座場地			
二、心理健康促進講座			
講座主題			
辦理日期/時間 (自申請日起至 10 月底前)	日期：	時間：	
參加對象/人數	對象：	人數：	

備註：1、申請單位請於 108/04/30 前至下列網址線上申請：

<https://goo.gl/UgWAbL> 或至花蓮縣心理健康網

(<https://goo.gl/2Fa6WM>)/訊息廣場/ 108 年度幸福捕手-心理健康促進講座申請。

2、本局將依申請順序核定；場次申請額滿即不再受理申請。

3、若原訂辦理時間因故異動，請於事前通知本局。

4、聯絡人:劉慕賢，電話：822-7141 分機 231。

