

桃園市生命線協會

105 年度社區心理衛生宣導講座 申請辦法

一、 名稱：105 年度社區心理衛生宣導講座

二、 目標：

- (一) 邀請心理衛生學者或實務工作者，透過主題式深度分享，擴大宣導維持心理健康資訊。
- (二) 落實「預防重於治療」，引導一般大眾發展面對自我生活中的危機、挫敗、及自我調適之能力。
- (三) 提供社會大眾正確健康促進之資訊及提供相關心理衛生及社會福利服務機構或資源，以便不時之需，進而避免社會不幸事件發生。
- (四) 宣導自殺守門人概念，落實自殺防治網絡資源建立。

三、 宣導講座主題：(各個主題皆須搭配自殺守門人之概念宣導)

- (一) 壓力管理系列：壓力管理、情緒管理、職場組織變革與心理調適、面對親職關係壓力、銀髮族生活經營與心理調適、考試壓力面面觀等。
- (二) 精神心理系列：憂鬱症認識與處理、女性憂鬱症 (產後/更年期)、老人憂鬱症、如何協助憂鬱傾向的孩子等。
- (三) 兩性相處系列：婚姻家庭關係經營、性別相處藝術、性別平權、優質性別關係等。
- (四) 生活適應系列：生涯規劃、優質溝通技巧、人際關係促進、優質心生活、親子關係、婆媳相處、婚姻家庭等。
- (五) 自殺守門人訓練：了解自殺防治及自殺防治守門人的概念及重要性、懂得辨認自殺高風險的指標、對自殺高危險群做適當回應、懂得尋求適當資源協助或做轉介。
- (六) 防治課程系列：家庭暴力防治、性侵害防治、酒精濫用防治課程等。
- (七) 其他：參與社區危機個案送醫、處置或協調後續安置之教育訓練。

四、 辦理單位：

- (一) 主辦單位：桃園市政府衛生局。
- (二) 承辦單位：桃園縣生命線協會。

五、 執行時間：依本委託計畫規定於 105 年審核通過後至 11 月辦理。

六、 對象：針對桃園縣境內兒童青少年、教師、婦女、中壯年男性、企業、65 歲以上老人、

社區民眾或志工、社政相關人員、社區關懷據點、原住民、新住民、慢性病或身心障礙者等族群。

七、申請方式：

- (一) 由各級機關團體、學校、組織社團等提出申請，並註記預定辦理主題、時間、地點及人數等。
- (二) 請將申請表(如附件)及相關資料 mail、郵寄或傳真至本會。
 - ◎ 電子信箱：taoyuanlifeline@gmail.com
 - ◎ 傳 真：03-302-0897
 - ◎ 地 址：33046 桃園市桃園區大興西路二段 61 號 13 樓
- (三) 相關資料審核後，本會將會回覆申請單位。
- (四) 如有任何問題請洽江怡芬社工員，電話：03-301-1021。

八、注意事項：

- (一) 提出申請時，請檢附申請單（附件）。本會將依申請先後順序、申請對象之總量、及是否曾經申請過等條件審核。一個單位以一場次為限。
- (二) 每場次預計參與人數需達 50 人以上並可配合課程進行時間始可提出申請。
- (三) 若申請單位原訂辦理時間及主題因故異動，請於事前 2 個禮拜通知本會，未能於時間內提出，本會保有調整或取消資格之權利。
- (四) 辦理講座所需之相關硬體設備（如：電腦、麥克風、單槍等），請申請單位備妥。
- (五) 請配合本單位其他行政作業(如：掛紅布條或製作海報、簽到、拍照、填寫回饋表、前後測等)。

桃園市生命線協會

105 年度社區心理健康促進講座 申請單

申請單位				
聯絡人				
部門/職稱				
聯絡電話/手機	電話		手機	
電子郵件信箱				
心理健康促進講座				
課程時間長度	☐ 免費 1 小時課程 (須視主題/講師，由本會協調之) ☐ 免費 1 小時課程 + 自費課程____小時			
講座預定主題 (請擇一)	☐ 壓力管理系列 – 課程名稱_____ ☐ 精神心理系列 – 課程名稱_____ ☐ 兩性相處系列 – 課程名稱_____ ☐ 生活適應系列 – 課程名稱_____ ☐ 自殺守門人訓練 – 課程名稱_____ ☐ 防治課程系列 – 課程名稱_____			
預定辦理日期/時段 (預計 5-11 月)	日期		時段	
辦理地點				
場地設備	☐ 電腦 (☐ 可 ☐ 否 讀影音檔) ☐ 麥克風 ☐ 講師停車位 ☐ 單槍 ☐ 簡報筆 ☐ 喇叭 ☐ 其他_____			
是否曾經申請過？	☐ 是 ☐ 否 說明：			
預定參加對象/人數	對象		人數	
主要對象符合	☐ 兒童青少年 ☐ 教師 ☐ 婦女 ☐ 中壯年男性 ☐ 企業 ☐ 65 歲以上老人 ☐ 社區民眾或志工 ☐ 社政相關人員 ☐ 社區關懷據點 ☐ 原住民、新住民、慢性病或身心障礙者			

備註：1、申請單請親送、郵寄或電子郵件至桃園縣生命線協會 (桃園市桃園區大興西路二段 61 號 13 樓) 江怡芬收。

2、若申請單位原訂辦理時間因故異動，請於事前二個禮拜通知本會。

3、審核通過後，請於活動辦理前一個月，主動與本會承辦人聯繫確認。