

臺南市政府人事處 推動員工協助方案 漫步EAP主題工作坊 及串聯集點活動

聽講座

顧心理

拿獎品

走過路過不要錯過！



「漫步EAP」主題工作坊活動預定一覽表

預定辦理月份	「漫步EAP」系列主題 每場3小時	備註
108/8	「爸爸的愛·伴你成長路」親子互動沙盤工作坊	以男性同仁有國小以下子女為優先
108/9	「員工異常徵兆與因應」主管敏感度提升訓練	
108/10	「壓力幾兩重」壓力健檢工作坊	
108/11	「返璞歸真」園藝抒壓工作坊	
108/12	「人生幸福四件事」失落反應與悲傷因應	
109/1	「職場溝通不卡卡：從探索自我溝通模式開始」	
109/2	「練習·好好愛」談親密關係的旅程	
109/3	「聽見·我自己」談職業婦女的自我照顧	女性同仁優先
109/4	「謝謝你來當我的寶貝」親子關係與溝通工作坊	
109/5	「擁抱情緒五月天」用心靈牌卡談情緒調適	
109/6	「不再左右為難」談夾心世代的正念照護	

活動將視實際情形彈性調整
每參與1場可獲得1點，集滿3點，即可兌換本府員工協助方案宣導品1份。

人事處關心您