

# 花蓮縣衛生局

## 109 年度幸福捕手-心理健康促進講座計畫

### 一、依據：

109 年整合型心理健康工作計畫暨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、原住民、新住民、長者、家庭照顧者、嬰幼兒、孕產婦、注意力不足過動症、身心障礙者及其家屬等。

### 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)，依本計畫提出申請(申請網址：<https://reurl.cc/vnMLaL>)，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。

(二) 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。

- (三) 申請期間：即日起至 109 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。
- (四) 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。
- (五) 申請單位需準備辦理講座所需之相關硬體設備（電腦、投影機等），並協助活動後製作活動效益表回傳。

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) 原住民心理健康促進講座 5 場次。
- (四) 新住民心理健康促進講座 5 場次。
- (五) 長者心理健康促進講座 5 場次。
- (六) 家庭照顧者心理健康促進講座 5 場次。
- (七) 嬰幼兒(及其家屬)心理健康促進講座 5 場次。
- (八) 孕產婦(及其家屬)心理健康促進講座 5 場次。
- (九) 身心障礙者(及其家屬)心理健康促進講座 5 場次。
- (十) 注意力不足過動症(及其家屬)心理健康促進講座 5 場次。

【講座申請場次如有超過，先後順序依電子表單送出排序為準。】

七、講座辦理期間：

自申請日起至 109 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：

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。