

場次：109 年度職場健康促進人員教育訓練－「初階工作坊」

時間：109 年 8 月 12 日，9：00-16：30

地點：臺北醫學大學杏春樓 3 樓 (實體：100-120 人)

時間	課程名稱	課程內容	建議講師及備註
8:30-8:50	學員報到		
8:50-9:00	活動開場		
9:00-10:00	健康職場推動中心：資源結合、創造績效	1. 國內健促推動相關單位簡介及推動中心資源介紹 1.1 推動中心年度活動預告與宣傳 ✓ 「職場健康促進表現計分表」 ✓ 「健康職場認證標章介紹」	臺北醫學大學 陳叡瑜副教授
10:00-11:00	核心課程一：職業健康服務與健康促進之整合	1. 職業安全健康(OSH)發展 2. 職場健康促進(WHP)發展 3. 新興職業健康議題的法規期待 4. 專業團隊成員協調互動與整合	臺北醫學大學 陳叡瑜副教授
11:00-12:00	核心課程二：從計畫書撰寫到實務推動	1. 計畫書功能與內容 2. 撰寫概念與原則 3. 撰寫計畫書常見問題 4. 職場健康管理實務執行注意事項 4.1 自我職能與資源盤點 4.2 計畫執行與檢視	臺北醫學大學 葉錦瑩名譽教授
12:00-13:00	休息時間		
13:00-14:00	共同核心課程：職場壓力因應措施與溝通	1. 壓力對於健康狀態與工作表現的影響 2. 職場壓力評估 3. 員工常見的壓力源與反應型態 4. 處遇壓力的因應措施 5. 職場諮商過程的溝通	初和心理諮商所 呂孟樺心理師
14:00-16:00	彈性課程：健康資料統計分析與應用 ¹	健康資料統計分析應用教學 (Excel函數與樞紐分析)	臺北醫學大學 葉錦瑩名譽教授
16:00-16:30	職場健康促進交流與討論		各區推動中心
16:30-	賦歸		

¹ 請自備筆電，因無充電處，敬請事先將筆電之電力充滿。