

金門縣政府辦理 114 年度身心障礙者支持性就業服務計畫

「強化穩定就業團體課程-心穩、身動、職場啟動」講座簡章

壹、講座目標

本次團體課程主要針對本縣 15 歲以上有就業意願及就業潛能之身心障礙者，透過團體帶領者與學員間的互動學習與分享，了解並面對個人的就業困境，提升其職場適應能力，促使身心障礙者能穩定就業，爰辦理事項成長團體課程。

貳、參與對象

- 一、資格：15 歲以上有就業意願及就業潛能之身心障礙者。
- 二、人數：預計 15 人，額滿為止。

參、辦理方式

透過團體互動分享及簡易體適能運動等方式進行 12 小時講座。

肆、辦理地點

金門縣政府第三會議室（金門縣金城鎮民生路 60 號）。

伍、辦理時間

114 年 7 月 18 日、7 月 19 日（詳如時間表）。

陸、注意事項

- 一、本課程免支付費用，需全程參與，若有緊急狀態要請假，請於講座前告知主辦單位。
- 二、中午供餐，為響應環保，請學員自行攜帶環保杯及餐具。
- 三、本課程提供保險。
- 四、參加 7 月 19 日當天活動人員，請穿著輕便服裝及運動鞋襪、毛巾。
- 五、請先衡量本身體能並配合教練指導。

柒、聯絡資訊

- 一、地址：金門縣政府社會處勞工行政科--金門縣金城鎮民權路 173 號
- 二、承辦人：姜小姐
- 三、聯絡電話：082-318823 分機 62543

金門縣政府辦理 114 年度身心障礙者支持性就業服務計畫

「強化穩定就業團體課程-心穩、身動、職場啟動」講座

時間表

講座地點：金門縣政府 第三會議室

講座講師：董莉嬋老師、王志賢社工師、杜立群心理師、王瀚恩物理治療師

7/18(五)：運用紙條捲折出不同紋理，提升自己的幸福感

時間	講座主題	內容
09:00~12:00	1. 身障者職業重建宣導 2. 趣談色彩美學及運用	透過講師解說及指導，作出喜愛的作品。
12:00~13:00	午休時間	午休時間
13:00~16:00	提升個人工作概念及態度	1. 強化職業責任與職場倫理認知。 2. 提升個人工作效率與團隊合作能力。

7/19(六)：做自己情緒與身體的主人

時間	講座主題	內容
09:00-12:00	職場心理韌性與自我調適	1. 強化情緒覺察與壓力管理能力。 2. 降低職場焦慮、倦怠與情緒衝突
12:00-13:00	午休時間	午休時間
13:00-13:30	衛生局宣導活動	
13:30-16:30	健康動動 情緒走開	1. 以互動、正向鼓勵為導向，設計輕度的活動 2. 利用音樂引導簡單律動。

金門縣政府辦理 114 年度身心障礙者支持性就業服務計畫

「強化穩定就業團體課程-心穩、身動、職場啟動」講座

報名表

編號：_____ (由主辦單位填寫)

姓 名		出生年月日	
性 別	男 <input type="checkbox"/> 女 <input type="checkbox"/>	身分證字號	
聯絡電話		障礙類別/程度	程度：_____
通訊地址			
現職單位			
參與課程日期	<input type="checkbox"/> 7/18(週五) <input type="checkbox"/> 7/19(週六)		

- 當日便當 葷 素
- 請於 114 年 7 月 3 日前以下述聯繫方式報名，並報名後來電確認。
聯絡人：姜小姐 或 吳小姐
電子信箱：hn670226@mail.kinmen.gov.tw
傳真：082-371514
電話：082-318823 分機 62543、62542