

## 屏東縣政府 函

地址：900219屏東縣屏東市自由路527號  
承辦人：林彥宏  
電話：08-7320415#6513  
傳真：08-732-6195  
電子信箱：a002434@oa.pthg.gov.tw

受文者：屏東縣立新園國民中學

發文日期：中華民國113年1月11日

發文字號：屏府人企字第11301892900號

速別：普通件

密等及解密條件或保密期限：

附件：如說明三 (4858855\_11301892900\_1\_4858855\_11301892900\_1.docx)

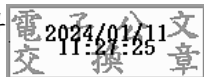
主旨：本府自即日起於「e等公務園+學習平臺」建置「屏東縣113年度員工協助方案數位學習套裝課程」，請鼓勵同仁踴躍學習，請查照。

說明：

- 一、依據屏東縣政府暨所屬機關學校員工協助方案實施計畫辦理。
- 二、為持續推動本府暨所屬機關員工協助方案，特建置旨揭套裝課程，以利同仁進行線上學習(網站：e等公務園+學習平臺/加盟機關/加盟機關一覽表/阿猴e學堂/課程類型/組裝課程/113年度員工協助方案數位學習套裝課程)。
- 三、檢附旨揭數位學習套裝課程內容1份。

正本：本府各處、本府所屬一級機關、本府所屬二級機關、本縣各鄉鎮市公所、本縣各鄉鎮市民代表會、各高國中、各國小

副本：本府人事處企劃科



本案依分層負責規定授權業務主管決行

# 屏東縣政府 113 年度員工協助方案

## 數位學習套裝課程

課程名稱	學習目標/課程內容	學習時數
友善健康職場音頻課程【幸福柑仔店】3-職場人際互動	<p>於課程跟大家聊聊職場人際互動的主題，網路溫度計分析網路大數據，統計出十大職場潛規則，職場人際關係是個微妙的互動，像一般人際互動，又不像一般人際互動，跟著課程一起討論、思考職場人際互動吧！透過本課程將可以學習：</p> <p>一、透過「十大職場潛規則」的討論思考職場人際互動。</p> <p>二、了解職場文化要觀察什麼。</p>	1 小時
友善健康職場音頻課程【幸福柑仔店】5-照顧者的情緒自我照顧	<p>台灣即將邁入超高齡社會(65 歲以上人口超過 20%)，節節上升的老年人口比例，加上身心障礙者或因各種原因身體失能者，「照顧」已經是會在你我身邊發生的普遍現象。但照顧者的身體、心理狀態常常是被忽略的重要環節，找到身心平衡、照顧和休息的平衡，照顧才能長久又擁有好品質。</p> <p>本課程可以學習：</p> <p>一、自我測驗照顧者壓力</p> <p>二、了解照顧者常見的壓力來源</p> <p>三、了解照顧者可以如何調適或自我照顧方式</p>	1 小時
健康家庭	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 了解社會與家庭變遷中的健康家庭</li> <li>2. 認識健康家庭的定義與特質</li> <li>3. 了解家庭發展與健康家庭</li> <li>4. 了解辨識健康家庭與提升之支持系統</li> <li>5. 了解家庭休閒的重要性</li> <li>6. 認識參與家庭休閒的健康原則</li> </ol>	2 小時