社團法人臺中市護理師護士公會

專題研習活動

114年『植栽創作在護理人員壓力調適與自我療癒之運用』

1. 辦理目的：藉由透過植物的溫柔陪伴與手作的療癒過程，為護理人員打造一段放慢腳步、傾聽自己、釋放壓力的時光，並能透過與自然的連結，引導自我對話與情緒調適，幫助護理人員在高壓繁忙的臨床照護工作中找回身心平衡，提升自我照顧的能力與工作上的能量。
2. 辦理時間：中華民國114年11月29日(六)，8:30am-12:00pm
3. 辦理地點：中山醫學大學正心樓3樓0321教室
4. 主辦單位：社團法人臺中市護理師護士公會、中山醫學大學附設醫院護理部
5. 協辦單位：中國醫藥大學附設醫院護理部、台中榮民總醫院護理部
6. 報名資格與人數：60人(限本會活動會員)
7. 活動內容：

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **時 間** | **內容** | **講 師** |
| 8:30-8:50 | 報到 | 工作人員 |
| 8:50-9:00 | 長官致詞中山醫學大學附設醫院總院長臺中市護理師護士公會理事長研習工作坊介紹臺中市護理師護士公會常務理事 | 蔡明哲徐逸民吳姿蓉 |
| 9:00-9:50 | 綠意靜心：植栽創作在壓力調適與身心療癒之運用 | 巫沛勲 |
| 9:00-10:00 | 休 息 |
| 10:00-12:00 | 慢慢種下：護理與療癒自己之一盆綠意※備註(1)依報名人數分組，最多3組(2)植栽療癒創作之作品可帶回 | 巫沛勲 |
| 12:00- | 簽退賦歸 | 工作人員 |

* 主講者簡介（依課程順序排列）

**蔡明哲**　中山醫學大學附設醫院總院院長

**徐逸民**臺中市護理師護士公會理事長、中國醫藥大學附設醫院護理部主任

**吳姿蓉**　臺中市護理師護士公會常務理事、中山醫學大學附設醫院副院長

**巫沛勲 花**開好了香氛花藝工作室講師暨負責人

1. **報名方式：**
2. **報名日期：**即日起至114年11月日21日(五)前或60人額滿截止。
3. **費用：**免費（請自備環保杯，午餐自理）。
4. **報名：**請於公會網站：<http://www.tcnurse.org.tw>線上報名。
5. **『報名後請務必出席，以確保其他會員權益，若不克出席，請於規定7日前至公會官網。取消報名，俾安排學員遞補。為珍惜資源，報名研習會二次未到者，該年度將不得再參加本會免費研習會。』**。
6. 活動當天不接受現場報名。
7. **上課須知及簽到退注意事項**
8. **研習活動須完成全程課程後，始得到認證積分時數。**
9. **簽到/退規定：學員需於上、下午第一堂課開始前辦理簽到，課程全部結束後辦理簽退。未依前述規定辦理簽到及簽退者，恕無法給予護理人員繼續教育積分。**
10. **遲到及早退規定：凡遲到或早退者，報到現場恕不受理簽到、退作業。**
11. **遲到：指第一堂課程上課後20分鐘內未到。**
12. **早退：指最後一堂課程結束前20分鐘提早離席。**
13. **不得以他人頂替上課、簽到或簽退，違者經查獲將取消護理人員繼續教育積分。**
14. **其他注意事項：**
15. **本課程不發予研習會證明書，本院將主動申請護理人員繼續教育積分，申請通過後，將於課後一個月內協助上課學員登錄積分及協助上傳公務人員時數，請學員自行至**[**「護助e起來」**](https://nurse.mohw.gov.tw/sp-memb-stat-2.html)**，查詢積分及下載上課紀錄。**
16. **本院大慶院區為收費停車場，恕無法提供優惠服務，請盡量共同搭乘，或利用大眾運輸工具。**
17. **為響應環保，請自行攜帶茶杯。**
18. **會場冷氣較強，請記得攜帶外套。**
19. **聯絡人：**護理部教學組　林泯喻　E-mail：cshe314@csh.org.tw

聯絡電話：04-24739595轉34973　傳真電話：04-3601-3616