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