



115 年臺北市諮商心理師公會

主辦民眾心理健康講座企劃書(第二梯次)

一、緣起與計畫目的

心理健康講座是諮商心理師推廣心理健康知識的重要管道，不但拉近諮商心理師與民眾的距離，讓大眾更瞭解心理諮商能提供的幫助，進而願意透過心理諮商來維護與增進個人的心理健康。臺北市諮商心理師公會每年規劃並舉辦民眾心理健康講座，參與的人數逐年持續增加，每一場次都獲得民眾的肯定與支持。為了能充份地宣傳講座活動訊息，公會已著手規劃 115 年民眾心理健康講座，誠摯地邀請您加入民眾講座的講師行列，讓 115 年度的民眾心理健康講座更為豐富。

二、辦理單位

主辦單位：臺北市諮商心理師公會

合作單位：臺北市內湖社區大學、臺北市中正社區大學、臺北市大同社區大學、臺北市北投區婦女支持培力中心

三、活動期程

115 年 3 月至 12 月，共 12 場，每場次皆為兩小時。(目前尚餘 5 個場次)

四、講座主題與辦理形式

1.實體共 1 場，須配合指定日期，地點如下：

臺北市內湖社區大學(臺北市內湖區內湖路一段 520 號-內湖高級工業職業學校)

2.線上直播共 3 場：使用 Cisco Webex 會議室

合作單位/使用軟體	主題類型	講座主題
內湖社區大學	中/老年議題	退休者的自我照顧
Cisco Webex 會議室	悲傷/生命教育	喪親者的心靈照顧
	災難與創傷	數位性暴力的內涵及預防
	成癮議題	如何面對各種類型的成癮

五、講座執行流程

線上	實體
申請流程	
<ol style="list-style-type: none">1. 因本會會員人數眾多，將以未曾參與過本會民眾講座的會員優先、以及可協助的日期進行遴選。2. 有意擔任講師的會員，請參考「四、講座主題」並完成「附件_115 年公會主辦民眾心理健康講座-講師申請表(內湖社區大學/公會自辦線上-第二梯次)」，Email 信件主旨為「申請 115 年度公會主辦民眾講座講師(第二梯次)」，於 12/23(二)下午 13:00 前寄至 public@twtcpa.org.tw (洪寬平幹事)。2. 秘書處收到申請表後，將初步檢查文件是否齊全。3. 預計 12 月下旬理監事會議將審核人選與排程。4. 理監事會議通過後，秘書處將於一週內以 email 通知錄取講師與再次確認講座相關資料，以利製作宣傳品。	
講座宣傳	
<ol style="list-style-type: none">1. DM 及海報展示：臺北市社區心理衛生中心(6 間)、臺北市 12 區健康服務中心(12 間)、臺北市 12 區社區大學(12 間)、臺北市立圖書館(總館與分館共 43 間)、臺北市各里辦公室2. 免費網路平台：文化快遞(連結)、台灣公益資訊中心(連結)、臺北市社區心理衛生中心官網(連結)3. 公會：FB 粉專(連結)、官方噗浪(連結)	
講座執行	
<ol style="list-style-type: none">1. 講座約前一個月開放民眾於本會官網線上報名。2. 講座當日全程由秘書處跟課，協助民眾報到 / 控場 / 軟體操作 / 花絮記錄 / 回饋意見蒐集。	<ol style="list-style-type: none">1. 講座約前一個月開放民眾於本會官網線上報名。2. 講座當日場地與設備由合辦單位協助安排規劃，全程由秘書處跟課，協助民眾報到 / 控場 / 花絮記錄 / 回饋意見蒐集。
講座後續庶務	
<ol style="list-style-type: none">1. 講座辦理完成後，公會將提供講師演講費用共 4,000 元。2. 秘書處將於講座結束後 10 個工作天內，彙整回饋分析表供講師參考。3. 講座花絮將於 30 個工作天內分享於公會 FB 粉絲專頁/官方噗浪。	

六、聯絡窗口

臺北市諮商心理師公會秘書處-洪寬平 幹事

電話：02-2389-0188；電子郵件：public@twtcpa.org.tw

洽公時間：週一至週五早上九點至下午五點 (中午 12 點-1 點午休)