

檔 號：

保存年限：

台灣護理學會 函

機關地址：106439台北市大安區信義路4段
281號4樓

聯絡人：洪喜娟

電話：(02)2755-2291分機14

傳 真：(02)2701-9817

電子郵件：jane@twna.org.tw

受文者：如正副本

發文日期：中華民國113年6月27日

發文字號：廖字第1130200661號

速別：普通件

密等及解密條件或保密期限：

附件：如說明十二

主旨：本會將舉辦「啟動護理心靈復原力」研習會（北區），敬請惠予公告周知並鼓勵護理同仁踴躍報名參加。

說明：

- 一、辦理單位：台灣護理學會精神衛生護理委員會、臺北市立萬芳醫院-委託臺北醫學大學辦理護理部
- 二、辦理日期：113年8月9日（星期五）
- 三、辦理地點：臺北市立萬芳醫院-委託臺北醫學大學辦理6樓國際會議廳（臺北市文山區興隆路三段111號）
- 四、報名名額：70人（限本會活動會員參加，依報名順序，額滿為止；若報名人數未達50人，則取消辦理）
- 五、報名費：免費（午餐自理）
- 六、報名日期：113年7月16日中午12時起至113年7月23日止，逾期報名者需繳交300元行政作業費。
- 七、報名方式：一律採網路線上報名，請學員至本會網站（www.twna.org.tw），點選網頁左側【報名學術活動】專區進行報名，恕不受理現場或其他方式報名。
- 八、上課名單於完成報名後立即公告在本會網站【學術活動／研習活動】中，請逕自上網查詢確認。
- 九、為珍惜資源及確保其他會員權益，敬請確認可以現場全程參與再行報名。報名後不克出席者，最遲請於開課前7天（不含開課當日）自行上網取消報名，若未出席且無依前

述規定取消者，則記錄1次。當年度研習會2次未到者，第3次報名需繳交300元行政作業費。

十、本課程不發予研習會證明書，活動當天請攜帶身分證／健保卡依規定辦理簽到（退），完成全程課程者，本會將於課後1個月內協助登錄護理人員繼續教育積分及上傳公務人員時數；請學員於課後1個月，再至衛生福利部繼續教育護產積分管理資訊系統，查詢或下載上課紀錄。

十一、為響應環保、節能減碳，本活動不提供紙本講義資料，請學員攜帶智慧型手機／平板，掃描QR Code，於時限內下載講義及完成線上滿意度調查；請自備環保杯；會場交通資訊請參考附件，並請多利用大眾運輸工具前往研習地點，感謝您的配合！

十二、隨函檢附課程表、上課須知及簽到／退注意事項、交通資訊各1份。

正本：各醫療院所、各級學校、各縣市護理師護士公會及全聯會、衛生局、護理相關團體

副本：本會理監事及相關委員會（含附件）

理事長 廖美南

台灣護理學會 啟動護理心靈復原力研習會（北區）

Seminar for Nurses on Resilience Enlightenment

【研習會代碼：113052 護理師(士)繼續教育積分：6.4 點】

- 一、辦理目的：臨床照護工作充滿各種壓力與挑戰，提升復原力是促進護理人員心理健康的重要取徑，透過活動體驗與心靈復原技巧的練習，化解心靈的衝突與負面思緒的干擾，找到自我維護身心安適的途徑。
- 二、辦理單位：台灣護理學會精神衛生護理委員會
臺北市立萬芳醫院-委託臺北醫學大學辦理護理部
- 三、辦理日期：113 年 8 月 9 日（星期五）
- 四、辦理地點：臺北市立萬芳醫院-委託臺北醫學大學辦理 6 樓國際會議廳
（臺北市文山區興隆路三段 111 號）
- 五、報名費：免費（午餐自理）
- 六、報名人數：70 名，限本會活動會員，額滿為止，若報名人數未達 50 人則取消辦理。
- 七、課程內容：

時間	內 容	主講者
09:00-09:20	報 到	工作人員
09:20-09:30	致歡迎詞 醫院代表 台灣護理學會代表 研習會簡介	劉淑芬 主 任 陳靜敏 副理事長 李雅文 主任委員
09:30-10:20	動態靜心(Dynamic Meditation)開啟復原力 --從笑瑜珈與奧秘之音出發 --九種禪行與動態靜心的安在當下	主講：梁翠梅 助理教授 助教：蘇碧玉 副主任
10:20-10:30	休 息	
10:30-12:00	契入即興智慧下的陪伴劇場(Playback Theatre) --歷緣對「鏡」中的你我他 (讓陪伴成為彼此最佳療癒力)	主講：梁翠梅 助理教授 助教：蘇碧玉 副主任
12:00-12:50	午 餐	
12:50-13:10	簽 到	工作人員
13:10-14:40	「聽」舞蹈敘事(Narrative Dance)與真實動作 (Authentic Movement)「說」故事—全相觀後的復原力	主講：梁翠梅 助理教授 助教：蘇碧玉 副主任
14:40-14:50	休 息	
14:50-16:20	獅子心靜心(Lion Heart Meditation)與聲振療癒 法—Reset/復原初心的平安與喜樂	主講：梁翠梅 助理教授 助教：蘇碧玉 副主任
16:20-16:40	賦歸及簽退 (請填寫線上課程滿意度調查)	工作人員

八、講員簡介：

劉淑芬	臺北市立萬芳醫院-委託臺北醫學大學辦理護理部主任
陳靜敏	台灣護理學會副理事長 國立成功大學護理學系暨老年所特聘教授 中華民國立法院顧問
李雅文	台灣護理學會理事暨精神衛生護理委員會主任委員 彰化基督教醫療財團法人彰化基督教醫院護理部主任
梁翠梅	國立彰化師範大學教育學院輔導與諮商學系所兼任助理教授 國立中山大學文學院劇場藝術學系兼任助理教授 國家高考合格諮商心理師、台灣藝術治療學會認證藝術治療師
蘇碧玉	臺北市立萬芳醫院-委託臺北醫學大學辦理護理部副主任 台灣護理學會精神衛生護理委員會委員

九、上課注意事項：

- (一) 活動過程中可能會有翻滾、爬行等動作，請穿著方便活動的衣、褲參與，上課時需赤腳。
- (二) 本研討會場地空調溫度稍低，建議攜帶薄外套。

台灣護理學會

【實體】研習活動上課須知及簽到退注意事項

110.08.16

- 一、請學員當天務必攜帶身分證／健保卡，以利主辦單位辨識，協助報到及辦理簽到／退。
- 二、本會辦理之研習活動須完成全程課程後，始得到認證積分時數。
- 三、簽到／退規定：
 - (一) 全天研習活動，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，共需完成3次。
 - (二) 半天研習活動，學員需於第一堂課開始前辦理簽到，課程全部結束後辦理簽退，共需完成2次。
 - (三) 第一堂課程上課後15分鐘內未到，或最後一堂課程結束前15分鐘提早離席者，恕不受理簽到/退。
 - (四) 未依前述規定辦理簽到及簽退者，本會恕無法給予護理人員繼續教育積分。
- 四、課程結束後，敬請於規範時間內填寫滿意度調查問卷，以利本會做為日後規畫課程之參考。
- 五、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。
- 六、本課程不發予研習會證明書，本會將於課後一個月內協助上課學員登錄護理人員繼續教育積分及上傳公務人員時數，再請學員自行至衛生福利部繼續教育護產積分管理資訊系統網站，查詢積分及下載上課紀錄。(先登入衛生福利部醫事系統入口網 <https://ma.mohw.gov.tw/maportal/Default.aspx>，登入後再連結「護產積分管理系統」)。

臺北市立萬芳醫院-委託臺北醫學大學辦理 交通資訊



<p>開車民眾</p>	<ul style="list-style-type: none"> ➢ 北二高→木柵交流道→台北聯絡道→萬芳交流道：下交流道後，請右轉走木柵路於萬芳路右轉走到底右轉興隆路。經警察學校後 200 公尺即到本院 ➢ 中山高→建國高架道路→辛亥路→興隆路：中山高往台北方向轉建國高架道路於辛亥路交流道下，下交流道後直行辛亥路於興隆路左轉後約 500 公尺即到本院
<p>捷運民眾</p>	<p>文湖線：萬芳醫院站 & 台北捷運轉乘方式：</p> <ul style="list-style-type: none"> ➢ 淡水信義線至捷運大安站轉乘文湖線至萬芳醫院站下車 ➢ 南線至捷運忠孝復興站轉乘文湖線至萬芳醫院站下車 ➢ 松山新店線至捷運南京復興站轉乘文湖線至萬芳醫院站下車
<p>公車民眾</p>	<ul style="list-style-type: none"> ➢ 台北車站-公館-政大-木柵動物園：236 區、237、676、530、606、611、671、0 南、棕 6、棕 11 副、棕 12、棕 22、羅斯福路幹線 ➢ 新店-景美-石碇 深坑：236 區、253、棕 2、棕 11、棕 12、棕 22、綠 2、市民小巴 5 ➢ 中永和：綠 2 左、綠 2 右 ➢ 市政府：611、棕 6 ➢ 行天宮：298、676
<p>停車資訊</p>	<ul style="list-style-type: none"> ➢ 本院地下二、三樓提供汽車停車位及室外機車停車場，汽車停車收費：每小時 40 元，入場 30 分鐘內免費，超過 30 分鐘以 1 小時計，滿 1 小時後，每 30 分鐘收費 20 元；機車停車收費：每日每次 20 元，當日停車超過 00:00 停車費累積計算。 ➢ 汽車身心障礙優惠：參酌『北市停管處優免規定』，停車當次前 4 小時免費、第 5 小時後以半價收費；跨日停車僅優惠 1 次；同一停車場每日限優惠 1 次，超過 1 次者以半價收費，並於出場時，出示身心障礙者與相關證件至『出口服務站』辦理優免作業。 ➢ 身心障礙設有專屬停車位置，本院於急診室外設置機車身障車位、地下二樓設置 3 個，地下三樓設置 4 個身心障礙者專用停車位共 7 個，另設有 8 個孕婦及育有六歲以下兒童優先使用停車格。