|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 經國學院學務通訊 | 108學年度第2學期 | |
| 第二週（109年03月02日至109年03月08日） | |
| 校 訓：勤、毅、誠、樸  核心價值：培養學生主動及安心學習的優質學府  校園特色：生態、健康、人文  學務精神：微笑、關懷、經國人  三敬運動：敬老、敬師、敬友 | | 經國50周年LOGO_1 |
| 發行日期：中華民國109年2月25日  發行單位：經國學院學務處  24小時專線電話：（02）2437-4315  申訴電話：（02）2436-7979 |

三敬（敬老、敬師、敬友）運動宣導：

**防疫教養比防疫素養更重要**

自農曆春節前以來，大家最關心的就是「新型冠狀病毒肺炎」(COVID-19，簡稱新冠肺炎，舊俗稱武漢肺炎)掀起的滔天疫情。為了防止疫情擴大，政府以及許多專業人士、醫院醫護人員在第一線，費盡心力為人民強化防疫工作，設下防護措施，讓我們看到許多感人的故事(如李文亮醫師)。但是，在此同時，卻也讓我們看到因為人性脆弱面，而出現的社會亂象。

「口罩之亂」、「衛生紙之亂」、「酒精之亂」、「造謠哄價之亂」、「逃疫隱匿行蹤之亂」，讓我們看見也有不少人已對社會失去信心與愛心，對於「他人的弱勢與需要」、「自己對社會秩序安定的責任」已視而不見，為了自己的私念，甚至有意或無意之間，成為破壞安定的人。日前有一則新聞，報導有名俄羅斯女子，因為不滿必須配合防疫措施，竟然直接破壞病房的電子鎖逃出醫院，還把影片上傳到網路，向眾人分享詳細的逃亡計畫以及圖示。

相較於前者，十七世紀中期的歐洲，黑死病快速蔓延，奪走了無數條人命，當黑死病傳到英國中部曼徹斯特德比郡山谷中的亞姆村，村民無不慌張準備逃離，然而，在威廉莫泊桑牧師感召下，大家決定留下來，阻止瘟疫朝外蔓延。雖然黑死病讓原有三四四人的村莊，只剩下三十三人，但他們用生命成功截止黑死病往北傳播，為英國留下淨土，成為後世永遠的文化資產。威廉牧師的墓誌銘寫著：「請把善良傳遞下去」，為信仰與防疫做了人性光輝的注解

此次新冠肺炎的防疫，「態度」才是我們真正戰勝疫情的關鍵，在防疫的工作上，只要每一個人都能發揮智慧、關懷和勇氣，相信我們很快就能戰勝！

**一個人也是可以具有強大力量的，而我們可以選擇正向激勵和改變！**

**資料出處**

**1.防疫教養 比防疫素養更重要https://udn.com/news/story/7339/4335268**

**2.受不了被隔離！女住1天逃院 拍片炫耀下場曝https://news.ebc.net.tw/news/world/197843**

**3.2020.02.08【文茜世界周報】李文亮賠上生命　撕開武漢瞞報疫情的鐵幕https://www.youtube.com/watch?v=j1cgjuaxreM**

**世界用「心」看，友善關懷你我身邊的長者家人、老師和朋友！**

**珍惜生命 活出意義**

在生命的旅程中，我們有時候會遇到難過、不順利的事情，這時，尋找親友的支持、尋找社區的資源，能幫助我們對於生命繼續擁有力量前進。

2016年即將結束，2017新的一年即將開始，過去一年有喜有悲，學校希望與同學們一起往前進，為我們的生活與生命一起加油！

同學們有心理壓力與生活不如意各種需要時，歡迎同學來學輔中心，

我們很歡迎您。

學生輔導中心 關心同學能順利平安

（校內分機321；電子郵件touch@ems.cku.edu.tw）

|  |
| --- |
| **新型冠狀病毒肺炎防疫宣導**  因應新型冠狀病毒肺炎，學校已成立防疫應變小組，並制定防疫計劃，請同學安心！為了保護自己和別人，各項防疫措施需要同學全力配合，並隨時注意疫情訊息。  **一、健康自主覺察和管理**  (一)到校前先監測體溫，若有發燒、流鼻水、咳嗽（非過敏性）等呼吸道症狀，務必全程配戴口罩儘速  就醫（要主動告知旅遊史、職業史、接觸史、群聚史），並注意妥善處理口鼻分泌物。  (二)進入校園時，請依照防疫動線依序量測體溫，如有發燒情形，學校將會依照防疫作業流程通知家長  或安排就醫。  (三)到校後如有身體不適（發燒、咳嗽等呼吸道症狀），請立即戴上口罩至衛保組進行評估。  (四)落實生病不到校、不打工，要在家休息。  **二、養成良好健康衛生習慣**  (一)落實以肥皂勤洗手（出門前，下車後，進校門後，進教室前，吃東西前，上廁所後），務必徹底清潔  雙手，同時要注意減少觸摸眼鼻口，加強呼吸道衛生與咳嗽禮節(手臂，面紙遮蔽)。  (二)禁止共食，不要徒手碰食物，不共用餐具，用完即馬上清洗，避免相互傳染風險。  (三)盡量減少前往人群擁擠處，如需前往，務必注意防疫防護。  **三、德育樓自助餐因應防疫，入內夾菜需配戴口罩，未戴口罩者業者提供便當室外購買。**  **四、請主動關心疫情訊息**  (一)切勿前往疫情警戒地區旅遊。  (二)關心正確及最新疫情資訊，勿傳播未經證實之資訊。  (三)學校首頁右上角「防疫專區」中有各項防疫最新資訊可供查詢。  (四)如有相關各項疫情防治等疑問，可撥打疾病管制署1922防疫專線詢問。  **五、維持教室通風原則**  (一)進入教室請打開室內門窗、氣窗及前後門，使空氣流通，維持良好的通風，盡可能不使用冷氣空調。  (二)天冷時，每20分鐘開啟窗戶至少1-3分鐘。  **六、經衛生單位匡列需居家隔離、居家檢疫、自主健康管理者，請確實依照衛生單位規定之實施方式進**  **行，隔離或檢疫管理期間（14日），請留在家中（或住宿地點）不可外出、上課及出國，同時需通報**  **導師或衛保組。**  **C:\Users\user\Desktop\正確戴口罩4步驟(單張).png C:\Users\user\Desktop\勤洗手（海報）.png** |

**品德教育宣導：**

**＊三分鐘環保運動**

**上課前三分鐘、下課前三分鐘，你我隨手檢視整理教室環境、節省教室**

**資源，共同為愛校園、愛地球，共同盡一份心力～**

|  |
| --- |
| **牛牽到北京還是牛，人格可以改變嗎?**  人類不是牲畜，人類演化出了大腦前額葉皮層，前額葉皮層（大腦較新較複雜之結構）涉及到詮釋和賦予感覺。正念（mindfulness）練習似乎運用了前額葉皮層（特別是內側和腹內側區域）的能力來調節大腦邊緣系統的反應，特別是杏仁核---較舊、較不複雜的結構，有助於緩解情緒的負面影響和反應（Creswell, Eisenberger & Lieberman， 2007）。  因此，正念能夠觀察、接近、甚至仔細探索困難的情緒經驗，接納自己與他人在當下所發生的一切。**而且這不僅只是正念（mindfulness）修習者在練習期間的狀態，似乎還能成為一種人格特質**，一種在我們日常生活面對世界的能力。就像有成員分享的：「我開始意識到，我可能一直都錯了，**害怕『處在當下』，努力迴避痛苦，其實卻延長了痛苦**。正念**不會改變發生在你身上的事，但它可以改變你對它的回應**」。  怎麼做呢?以舒服的姿勢坐著，把你的注意力帶到身體......感覺地板......注意呼吸，無論何處呼吸的感覺最為清晰，也許感覺氣息在鼻端進出......或者，胸部或腹部的起伏……只是隨著呼吸，一刻接一刻。  本篇由林儀甄諮商心理師摘錄自『正念減壓教學者手冊』P.172、280、345，  書籍可至德育樓學輔中心借閱 |

* **課指組： 分機：310~313**

一、學生會訂於109年2月25日（二）至3月6日（三）假經國樓穿堂辦理二手書義賣活動，歡迎全校師生前往參觀。新學期開始如有用不到的舊書願意捐贈至二手書義賣活動中，可與課指組呂珊妮小姐連絡（分機311）。

二、學生會訂於109年3月3日（二）、3月4日（三）、3月5日（四）假經國樓穿堂辦理社團博覽會社團招生活動，**109年3月25日（三）起社團正式上課**，煩請導師宣導五專一、二年級學生務必擇一社團參加，學生選社請至社團登記，課指組辦公室不再受理登記。

三、請導師協助宣導尚未完成108學年度第2學期各項學雜費減免、就學貸款註冊程序的同學，盡速洽課指組張瑀蒨小姐辦理。（分機：313，週二至週五10時至19時、週六9時至14時於課指組收件，週一休假。）

四、請各班導師協助宣導學生繳交學生會費，並將繳費單據學校收執聯以班為單位繳至課指組學生會處。

* **生輔組： 分機：361~364**

※請各班班導師提醒同學下列注意事項，謝謝！

**一、本學期班級幹部訓練於109年3月5日(四)、3月10日(二)週會期間實施**，因應新冠肺炎調整實施方

式為：全體幹部至經國樓禮堂外簽到及集合完畢後，除班長及風紀股長進入禮堂，其餘幹部由工作人

員導引至對應之科室辦公室實施訓練，完畢後直接返回各班參加班會。

各班幹部請依表定時間與會，重大集會無故未到者將依校規處分，其他因故未能參加之同學請至生輔組報備。

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **時間** | **地點** | **系科** | **參與幹部** |
| **109.3.5(四)0820-1000** | **經國樓禮堂** | **護理系科**  **美設系科**  **餐廚系**  **醫資系** | **各班班級幹部**  **(班長、副班長、風紀、學藝、衛生、總務、康樂、服務)** |
| **109.3.10(二)0820-1000** | **經國樓禮堂** | **高福系**  **觀健系**  **食保系**  **幼保系科**  **口衛系**  **餐廚科** | **各班班級幹部**  **(班長、副班長、風紀、學藝、衛生、總務、康樂、服務)** |

二、服務學習：

(一)109年3月3日(二)12:10-13:00，舉辦服務教育(勞作教育)小組長研習，地點為德育樓A203教室，

請各班服務教育小組長準時報到。

**另預劃於109年4月28日(二)、4月30日(四)、5月6日(三)於經國樓禮堂舉行專業服務學習課**

**程研習**，本研習係專業服務學習課程之中準備階段之正式課程，凡有修習專業服務學習課程的同學

均應參加，請各系科開課班級依規劃時段督導學生至禮堂上課。

(二)一般生（含重修生）服務學習線上加退選，截止日為109年3月5日(四)17:00時，情同學於時限

內完成。

(三)《服務學習重修生分配及注意事項》於109年3月9日(一)，公告於學務處-生活輔導-服務學習網

頁中。

三、本學期欲辦理入校停車證者請盡速至學校網頁首頁資訊服務系統內申辦，未辦理本學期停車證者一律

不得將汽機車駛入校內停放。校內汽機車停放區，請同學依序停放。請勿任意停放於校外人行道或附

近民宅門口，造成附近居民不便。邇來常有住戶反應，請同學配合以免車輛遭拖吊或開單罰款。

四、班級資料夾中不定時會有重要通知、宣導、調查事項，請各班風紀股長每週務必到生輔組領取。風紀

股長因故未到，由各班班代或副班代自動代行領取。

五、**108學年度第2學期校外賃居生訪視工作，訂於109年3月27日(五)前完成訪視約談**，請同學務必於

開學時告知導師賃居處所，俾利導師訪查。另請同學慎選校外賃居處所，首重安全、次重衛生，並請

維持良好居住環境及和睦之鄰里關係。

六、請導師轉知同學務必養成於授課結束後上網查看缺曠課之習慣，如有發現登錄錯誤情事，請於課程結

束後3日內向授課教師報告並請授課教師線上修正，逾時系統將上鎖無法予以修改。

七、提醒同學，本校第一校區暨第二校區門口為交通複雜地形，請依號誌、標線行走或穿越馬路，遵循交

通規則，免生意外憾事。本校第一校區與第二校區間交通號誌為全時段管制，請務必遵守號誌或交管

人員指揮行動；請騎乘機車同學注意：第二校區新大樓旁道路，路幅有限、地勢稍有落差起伏，且因

轉彎緣故無法直接看見前方全般狀況，請騎車經過者特別注意減速慢行，務必確認前方狀況再前進。

八、請同學注意，寒假期間如有個人資料異動，如更改姓名、戶籍地址、居住地址、電話號碼等，請主動

至生輔組找張沛芸老師處更正。

九、近來接獲米蘭皇家社區管委會向本校陳情，部分本校同學不當之習慣，已影響該社區住戶之出入安全

及環境安寧，生輔組在此加強宣導：

(一)請同學妥善利用本校停車場停車，請勿任意停放於該社區334巷巷口。

(二)如同學臨停於該社區聊天時，請將機車熄火並請勿大聲喧嘩及亂丟菸蒂，以維護社區安寧。

(三)為維護該社區之安寧及居民出入安全，請同學發揮公德心，以維護校譽及良好鄰里關係。

* **學輔中心： 分機：321**

**108學年度第2學期「學輔專題演講活動」**

|  |  |
| --- | --- |
| 演講時間及地點以學務通訊公告之資訊為主，報名辦法如下：   1. 即日起受理報名至活動前三週，請各班派副班代至學輔中心登記報名。 2. 若報名超過名額限制，將以本學期僅報名單場活動之班級為優先。若仍超過名額，將抽籤決定。 3. 若班級報名後不克參與，請務必於活動前三週通知學輔中心，以利其他班級參與。 | |
| **活動一** | 109年03月31日（二）8：20-10：10  **生涯規劃主題月-專題演講-「從太平洋到印度洋-吳欣澤的音樂融合之旅」**  內容摘要：曾擔任多位藝人演唱會琴手的吳欣澤，從小志願就是聽遍世界上的音樂，來聽聽他分享關於如何在追尋夢想的路上認識自己，同場加碼現場演奏喔！  地點：至德樓B310教室  講師：西尤島融合樂團總監 吳欣澤(名額有限，歡迎各班踴躍報名參加) |
| **活動二** | 109年04月07日（二）8：20-10：10  **心理健康促進活動-專題演講-「網路安全面面觀」**  內容摘要：網路是我們與人聯繫感情的好幫手，而私密照外流、網路霸凌等讓網路變得有風險，一不小心就可能引發憾事，讓我們一起來學習滑世代的網路安全行為！  地點：經國樓禮堂  講師：IWIN網路內容防護機構講師(名額有限，歡迎各班踴躍報名參加) |
| **活動三** | 109年04月09日（四）8：20-10：10  **生命教育宣導活動-專題演講-「認真的你，有好好休息嗎？」**  內容摘要：這是你的日常嗎：「考試或報告前一天徹夜沒睡準備、明明該睡覺卻一直操煩著某件還沒發生的事…」，如此認真的你，來聽聽如何養成好睡體質吧！  地點：至德樓B310教室  講師：好夢心理治療所 吳家碩臨床心理師(名額有限，歡迎各班踴躍報名參加) |
| **活動四** | 109年05月05日（二）8：20-10：10  **性別平等宣導活動-專題演講-「我的魅力我決定」**  內容摘要：社會上對於性別該有的樣子有著刻板印象，使得我們對部分的自己多少感到不太滿意，但人生舞台不應該只屬於單一主流價值，讓我們一起來欣賞別人、愛自己！  地點：經國樓禮堂  講師：啟宗心理諮商所　黃碧君諮商心理師(名額有限，歡迎各班踴躍報名參加) |
| **活動五** | 109年05月07日（四）8：20-10：10  **性別平等宣導活動-專題演講-「我的美，由我做主」**  內容摘要：因為一張照片爆紅到接受BBC專訪的「肉彈甜心」，要在這個強調瘦才是美的台灣社會，帶領各位思考所謂的標準與平等，每個人都可以是自己的完美甜心！  地點：至德樓B310教室  講師：社團法人邊邊女力協會 肉彈甜心謝馬力(名額有限，歡迎各班踴躍報名參加) |
| **活動六** | 109年05月19日（二）8：20-10：10  **看見烏雲背後的陽光校園宣導活動-專題演講-「生命的韌力與療癒」**  內容摘要：人生不如意事十之八九，該如何面對挫折、處理情緒呢？心理師將透過個人生命故事結合挫折復原議題，帶領大家看見希望與改變！  地點：中山樓2F團體視聽室  講師：長青木心理諮商所　陳韻如諮商心理師(名額有限，歡迎各班踴躍報名參加) |
| **活動七** | 109年05月26日（二）8：20-10：10  **校園性侵害、性騷擾暨性霸凌防治宣導-專題演講-「雙方都說好，互動才美好」**  內容摘要：only YES means YES！尊重他人身體界線，勇敢為自己的身體作主！  地點：中山樓2F團體視聽室  講師：現代婦女基金會 黃傳馨社工師(名額有限，歡迎各班踴躍報名參加) |
| **活動八** | 109年05月28日（四）8：20-10：10  **生涯規劃主題月-專題演講-「察言觀色~帶得走的軟實力」**  內容摘要：除了專業能力，在職場上能夠獲得肯定，還必須具備良好的人際技巧。想要拒當白目天兵、與人建立良好互動關係嗎？來聽聽講師怎麼說！  地點：至德樓B310教室  講師：暢銷作家 香娜Shenna(徐尚懿)(名額有限，歡迎各班踴躍報名參加) |
| **活動九** | 109年06月02日（二）8：20-10：10  **生命教育宣導活動-專題演講-「拒當壓力鍋！」**  內容摘要：當壓力大煩惱多時，你知道該怎麼做才能紓解嗎？來認識近年風行全球的＂正念＂，一起拒當壓力鍋！  地點：中山樓2F團體視聽室  講師：台灣正念工坊 郭芳黎護理師(名額有限，歡迎各班踴躍報名參加) |

**二、**生涯普測施測日程

請各班級務必記得施測日期/時間，**自備施測原子筆**，並提早至施測地點集合，如施測時間與其他活動衝突，請儘早通知以利學輔中心協調安排；施測場地除班會教室外皆禁止飲食，請同學事先將早餐用畢，謝謝大家配合！

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **編號** | **日間部科班別** | **班導師** | **人數** | **預定日期** | **預定地點** |
| 3 | 五專幼保三甲 | 高員仙 | 25 | 109/3/17(二)  09:00-10:00 | B310教室 |
| 4 | 五專餐廚三甲 | 符聖憶 | 26 |
| 5 | 五專餐廚三乙 | 周錦梅 | 24 |
| 6 | 五專餐廚三丙 | 曾志昌 | 34 |
| 7 | 四技餐廚三甲 | 陳鴻祥 | 24 | 109/3/19(四)  09:00-10:00 | 餐廚系示範廚房K301 |
| 8 | 四技餐廚三乙 | 陳盈璋 | 34 |
| 9 | 四技餐廚三丙 | 陳櫻珠 | 40 |
| 10 | 四技護理三甲(上課) | 吳亞潔 | 20 | 109/3/19(四)  09:00-10:00 | B310教室 |
| 11 | 四技護理三乙(上課) | 劉月敏 | 5 |
| 12 | 四技護理三丙(上課) | 謝正英 | 7 |
| 13 | 四技護理三丁(上課) | 鄭俊彬 | 10 |
| 14 | 二技護理三甲 | 何瓊華 | 38 |
| 15 | 四技食保三甲 | 金蘭馨 | 24 | 109/3/24(二)  09:00-10:00 | 圖書館團體視聽室 |
| 16 | 四技高福三甲 | 洪葦倉 | 24 |
| 17 | 五專護理三甲 | 林素戎 | 38 | 109/3/26(四)  09:00-10:00 | 圖書館團體視聽室 |
| 18 | 五專護理三乙 | 王凱立 | 42 |
| 19 | 五專美設三甲 | 李綺縑 | 14 |
| 20 | 四技醫資三甲 | 許志旭 | 25 | 109/3/26(四)  09:00-10:00 | H406教室 |
| 21 | 四技美設三甲 | 朱正生 | 18 |
| 22 | 四技幼保三甲 | 賴碧慧 | 50 | 109/3/31(二)  09:00-10:00 | 圖書館團體視聽室 |
| 23 | 四技口衛三甲 | 藍文謙 | 6 |
| 24 | 四技護理三甲(實習) | 吳亞潔 | 25 | 待定 | 實習返校會場 |
| 25 | 四技護理三乙(實習) | 劉月敏 | 31 |
| 26 | 四技護理三丙(實習) | 謝正英 | 29 |
| 27 | 四技護理三丁(實習) | 鄭俊彬 | 24 |

三、經國學輔志工招募

你對「人」有興趣嗎？你想對自己與他人有更深入的互動與了解嗎？！或是你有滿腔助人的熱忱？學

輔中心這學期招募志工，並安排一系列的志工培訓活動，讓你更了解自己、了解他人，以及懂得如何

與人相處互動喔！

(一)招募對象：本校在校學生

(二)招募時間：即日起至3月31日(二)

(三)報名方式：親自報名，至學生輔導中心填寫報名表

(四)志工服務：協助學輔中心活動推廣、文書處理、美宣、參與志工活動、定期會議等。

(五)志工福利：學輔中心辦理之學生活動保障名額、視值班情形給予嘉獎、累積服務時數即可獲得志工

服務證明、認識新朋友☺

四、學輔中心辦理一系列有趣又具意義的心理衛生活動，歡迎全校同學自由報名參加!

　　※本學期凡參加任一場以下活動，並寫下個人心得交給學輔中心老師，即可集點兌換療癒小物！如：可愛文具、實用生活雜貨、精緻收納包等。歡迎同學有需要皆可在活動結束後主動索取集點卡及心得卡。

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **心理健康促進活動-電影夜-「人肉搜索」** | | | | |  | | |
| **時間** | 109年4月29日（三）17：30-21：00 | | | | |  | |
| **活動**  **簡介** | 一名父親在十六歲女兒離奇失蹤之後，登入女兒的電腦，試圖透過臉書、Instagram與信箱等記錄的蛛絲馬跡來拼湊真相。沒想到在搜尋的過程中，他卻意外發現許多女兒不為人知的一面，這才驚覺她早已和自己所認知的模樣相差甚遠… | | | | |
| **地點** | 女生宿舍 | **人數** | | 剩25個名額 | |
| **講師** | 林淵婷諮商心理師 | | | | |
| **備註** | 活動當日備有晚餐。 | | | | |
| **生涯規劃宣導活動-手作日-「捕夢網」** | | | | |  | | |
| **時間** | 109年5月20日（三）15：00-16：50 | | | | |  | |
| **活動**  **簡介** | 源自18世紀的印地安人深信捕夢網是平衡力量的一項寶物，能給予人最真誠的祝福。這次活動主要透過簡單的線條纏繞，色彩的創意搭配，加上心底虔誠的祈求，一個個目眩神迷的捕夢網就此誕生！ | | | | |
| **地點** | 德育樓A204團體輔導室 | **人數** | | 剩6個名額 | |
| **講師** | 畫話心窗葉孜寧心理師 | | | | |
| **看見烏雲背後的陽光校園宣導活動-電影夜-「攻其不備」** | | | | |  | | |
| **時間** | 109年5月20日（三）17：30-21：00 | | | | | 3364 | |
| **活動**  **簡介** | 少年麥可一直過著自食其力幾乎無家可歸的日子，在寒冷冬天只穿著短褲T恤。蓮安發現後毫不猶豫地邀請他去她們家過夜。這個最初的善意開啟了一個新希望，儘管他們雙方的背景南轅北轍，他卻逐漸地成為蓮安家的一員。 | | | | |
| **地點** | 德育樓A204團體輔導室 | **人數** | | 剩30個名額 | |
| **帶領者** | 畫話心窗葉孜寧心理師 | | | | |
| **備註** | 活動當日備有晚餐。 | | | | |
| **生命教育宣導活動-手作日-「幸福花束」** | | | | | |  | |
| **時間** | 109年5月27日（三）15：00-16：50 | | | | |
| **活動**  **簡介** | 多久沒有掬一把充滿生命與祝福的花束，飲一杯來自花朵馨香的天然味呢？在夏天與花有約，一起來DIY乾燥花束，送自己一份愛的祝福吧！ | | | | |
| **地點** | 德育樓2樓團體輔導室 | **人數** | | 剩9個名額 | |
| **帶領者** | 園藝治療師 燕子老師(謝麗燕) | | | | |
| **心理健康促進活動-電影夜-「網美嬉遊記」** | | | | | | **C:\Users\CKU\Desktop\QCUgER-3.jpg** | |
| **時間** | 109年6月3日（三）17：30-20：30 | | | | |
| **活動**  **簡介** | 一位對IG上癮的女孩，一個略帶荒誕、誇張的虛構生活，當對網路的依賴越深，現實生活又會跟著如何改變呢？ | | | | |
| **地點** | 德育樓A204團體輔導室 | **人數** | | 剩30個名額 | |
| **講師** | 陳文婷諮商心理師 | | | | |
| **備註** | 活動當日備有晚餐。 | | | | |
| **看見烏雲背後的陽光校園宣導活動-「擁抱不完美」自我肯定工作坊** | | | | | | | |
| **時間** | 109年6月6日（六）9：00-16：00 | | | | | | |
| **活動**  **簡介** | 平常的妳/你總是考慮很多、走安全路線，偶爾也想突破一點點嗎？自我肯定工作坊能讓你打開心看見自己的潛力，透過即興劇老師的帶領，在每次嘗試「玩」當中，逐漸玩出改變，甩開過多的顧忌，往未知邁進，為失敗喝采！  無論你的科系是什麼，都希望每位參加的同學能一起善用直覺、找回更靈活的自己，發覺自己也有很不錯的地方，獲得滿滿的正能量！ | | | | | | |
| **地點** | 德育樓2樓團體輔導室 | **人數** | 12名(額滿為止) | | | | |
| **帶領者** | 趙懷玉老師  (10年經驗/活潑又細膩的即興劇演員，演出足跡踏遍台灣、香港、上海、澳洲) | | | | | | |
| **備註** | 1.活動當日備有午餐。  2.需繳交保證金200元，全程參與活動者將全數退還。 | | | | | | |
| **報名辦法** | **1.線上報名**。至【學生輔導中心網頁】，點選【中心活動報名】，  或掃描QR-code，選擇要報名的活動。於報名網頁輸入所需報  名資訊，我們將於收到報名資料後，以電子郵件回覆給您。  2.若有任何疑問，請洽學生輔導中心(A102，衛保組旁)，電話  02-24372093轉321，電子郵件 [touch@ems.cku.edu.tw](mailto:touch@ems.cku.edu.tw) | | | | | | C:\Users\CKU\Desktop\QPMQOBNIYL.png |

五、學生成長活動-班級輔導活動

本學期日間部「班級輔導活動」剩餘二個場次開放預約申請，欲申請導師可至學輔中心網站🡪【班級

輔導活動】🡪【表格下載】下載申請表，填妥後繳交至學輔中心，歡迎各系科/班級依據同學需求於

109年**3月27日（五）前**踴躍提出申請。

**【資源教室專欄】**

**一、因應防疫，資源教室將調整為以下措施，請學生遵守：**

(一) 下課後盡量回家休息，溫習課業，進入資源教室(德育樓A103教室) 請配戴「口罩」。

(二)如未配戴口罩，輔導人員將於一樓長廊與特殊教育學生、助理人員、志工討論事情。

(三)勤洗手，進入資源教室時請用酒精消毒雙手。

(四)電腦使用開放時間為08:10至16:20止，之後將進行消毒作業，不開放使用。

**二、第七屆瀚邦文學獎徵文**

|  |  |
| --- | --- |
| 對象 | 1.大眾組：領有中華民國身分證，年滿18歲者。  2.視障組：領有中華民國身分證及身心障礙證明－視覺障礙類別者。 |
| 收件期限 | 即日起至109年05月22日止。 |
| 收件方式 | 1.掛號郵寄報名，郵戳為憑。  2.請從台灣盲人重建院下載報名表、著作權同意書，填妥後連同作品紙本5份、隨身碟，郵寄到「242新北市新莊區中正路384號 瀚邦文學獎工作小組收」。 |
| 徵選組別 | 1.極短篇小說(大眾組1,200-2,000字；視障組1,200-3,000字)。  2.散文(大眾組及視障組600-1,200字)。  3.新詩(大眾組及視障組70行以內)。 |
| 主題 | 不限，自由發揮。 |

**三、「特別的愛」節目**

「特別的愛」節目中邀請身心障礙者、特殊教育相關專家、從事身心障礙社會福利等工作者，透過廣

播節目的分享，讓我們更加了解身心障礙者相關知能，落實尊重差異，友善平等的價值。

(一)播出時間：每週六、日下午16:00-17:00。

(二)收聽方式：上網收聽(關鍵字：國立教育廣播電臺)，或調頻至台北總臺FM101.7MHZ。

(三)節目資訊如下：

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 主題 | 播出日期 | 主題 |
| 性平教育 | 109年3月7日(六) | 多元性別的認識—特教生性別平等教育的教學重點及防患未然之道 |
| 教學實務 | 109年3月8日(日) | 培養正確心態－高等教育階段特教學生學習態度及人生觀的建構 |
| 資優教育 | 109年3月14日(六) | 那一段築夢的日子—資優生學習心得分享 |
| 109年3月15日(日) | 國家競爭力的實踐—資優教育的施行方式 |

* **衛保組： 分機：340、341**

**一、因應新型冠狀病毒肺炎疫情，學校已成立防疫應變小組，並制定防疫計劃，請同學安心！但防疫視同**

**作戰，你我不能缺席，務必要全力配合各項防疫措施。**

**(一)自主健康管理提醒**

**1.學生應自主關心個人健康狀況：平日應該養成，自行監測體溫、落實肥皂勤洗手、減少觸摸眼鼻**

**口等習慣，並落實呼吸道衛生與咳嗽禮節，有症狀時時應自備口罩配戴。**

**2.維持教室內通風：進入教室請打開教室窗戶，保持空氣流通，沒有必要盡量不使用冷氣空調。**

**3.不要共食，不要徒手碰食物，不共用餐具，用完即馬上清洗。**

**4.若有發燒、咳嗽、呼吸急促或非過敏性流鼻水等呼吸道症狀，務必全程配戴口罩儘速就醫（主動**

**告知旅遊史、職業史、接觸史、群聚史），並注意妥善處理口鼻分泌物，生病不上課、不打工。**

**5.經衛生單位匡列需居家隔離、居家檢疫、自主健康管理者，請確實依照衛生單位規定之實施方式進**

**行，隔離或檢疫管理期間（14日），請留在家中（或住宿地點）不可外出、上課及出國，同時需**

**通報導師或衛保組。**

**6.新型冠狀病毒肺炎相關疫情及學校資訊，請參閱校首頁/防疫專區項下，均有詳細說明。**

二、提醒同學身體如有不適情形請務必盡早就醫。住宿及賃居生更要提高警覺，身體不適或疑似時，儘速至學校附近醫療院所就診，避免拖延到病情嚴重，且夜間就醫不便、費用更高。以下請參考學校附近醫療院所資訊。

|  |
| --- |
| **學校附近醫療院所資訊**  **衛福部基隆醫院--**02-2429-1056 基隆市信二路268號  **基隆長庚醫院**--02-2431-3131＃2151 基隆市麥金路222號  **林義宏診所**--02-2436-6481（學校對面）  **復興診所**--02-2437-8911 基隆市復興路125號  **安安診所**—02-2437-7799（學校隔壁）  **本校校安中心—**02-2437-4315  **本校衛保組**--02-2437-2093＃340.341 |

三、本（108-2）學期全校飲水機（共65台）水質檢驗，於109年2月13日（四）及2月20日（四）進行，結果均正常，請師生安心使用。

四、初級急救員訓練活動訊息：

(一)活動時間：第一梯次109年3月21～22日（週六、日全天）

第二梯次109年4月11～12日（週六、日全天）

(二)**報名時間：109年3月3～3月6日（週二～五）中午12：10～13：00（開班人數為20人）**

(三)報名請攜帶身份證影本、1吋相片2張、500元保證金，於時間內至衛保組報名。

五、資源回收規定事項

依據本校「108學年度環保教育宣導活動實施計畫」執行。

**五專一、二年級**

(一)各班級應負責將班級回收箱內的回收物，於資源回收室開放時間進行回收。

(二)本學期第二週起衛保組每週不定期派員至班級教室進行稽查，稽查內容包含：垃圾分類、回收物

置放、回收箱整潔等。

(三)依照稽查結果，針對未依規定執行班級資源回收工作之班級，將於兩週內接受衛保組安排之「環

境保護教育輔導」。

(四)衛生股長請於本週至衛保組領取環保教育資料，並張貼於教室公佈欄，並公告全班同學。

(五)資源回收室開放時間：每日上午8：10至下午17：00時。

**四技、二技、五專三.四.五年級**

(一)實施「教室垃圾不落地」，使用公區垃圾桶時請將鋁箔包、塑膠瓶壓扁，並依照標示分類。

(二)提醒不固定上課的班級，離開教室時關閉所有電源，帶走所有垃圾，留下清潔的環境，讓每間共

用教室保持清潔。

六、本學期衛保組志工招募於109年2月25日(二)～3月6日(五)，想加入我們溫馨、快樂的行列嗎？馬

上行動，先來衛保組感受一下，包你滿意喔！

七、為響應環保，鼓勵同學用餐時自備環保餐具，減少免洗餐具用量，維護自身健康，支持環保、愛護地

球。

* **體育組： 分機：330、331**

一、水域安全宣導及運動傷害講座

108學年度第二學期水域安全宣導及運動傷害講座現場設有簽到表，請各班體育股長準時參與，務必

回各班進行宣導從事水上活動，注意安全，請勿到危險水域戲水。

二、新生盃籃球錦標賽相關事宜

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 內容 | 時間 | 備註 |
| 報名表發出 | 109年02月25日(二) | 隨學務通訊發出 |
| 報名截止 | 109年03月10日(二)17:00前 | 交回體育組，逾時棄權。 |
| 公告賽程 | 109年03月12日(四)  經國樓大鏡子前抽籤  109年03月13日(五)公告賽程 | 1. 公告體育組網頁、體育組司令台。 2. 請報名選手自行查詢比賽時間。 |
| 比賽日期 | 109年03月16日(一)開打 | 請準時參賽(操場)，逾時棄權。 |

1. 借還體育器材順序(請各班體育股長確實宣導)

(一)確實填寫「器材借用單」及押上「借用人的證件」一張，才可進器材室取用器材。

(二)歸還器材時請確實點清數量、記得取回證件並於器材借用單上勾選「已歸還」，使得完成借還器材

正確程序。

(三)若沒帶任何證件，則不得借用任何器材。

(四)取回證件時，請同學看清楚證件是否是自己的，勿誤取別人的證件。

四、體育課相關事宜

(一)請同學發揮公德心，上完體育課務必將自行垃圾帶走，共同維護體育場館之清潔。

(二)若逢雨天到後山體育場上體育課，請同學留意腳步，小心地面濕滑，以免滑倒受傷。

**108學年度「校內桌球錦標賽」競賽規程**

一、宗 旨：為推展校內運動風氣，達到增加運動人口目標，增進班級團隊精神，發掘運動人才為校爭光。

二、主辦單位：學生事務處體育組。

三、協辦單位：衛生保健組。

四、比賽組別：總共分為

(一)男子單打

(二)女子單打

(三)混合雙打(至少需要一名女生上場，兩名女生亦可參賽)

**如各組別參賽人數過少時，大會可斟酌合併組別，參賽選手不得有異議**。

五、參賽資格：本校日間部全體學生。

六、**報名時間：即日起至109年03月10日（二）下午5時止。**

七、報名手續：如有疑問請洽體育組辦公室**陳 毅**老師；**校內分機：2437-2093轉331**。

報名網址(<https://reurl.cc/QprLj2>)

八、**抽籤時間：109年03月12日（四）中午12：00，於經國樓大鏡子前，各班派員參加，未到者由大會**

**代抽不得異議。並於109年03月13日(星期五)下午5時前公佈賽程。**(賽程將公佈於學校首頁、學務

處、體育組網頁公佈賽程)

九、**比賽日期：109年03月16日（一）12：10開始，請攜帶群育護照及學生證到場檢錄備查。**

十、比賽地點：中正樓桌球教室。

十一、比賽規則：採用中華民國桌球協會審定之最新規則。

十二、比賽辦法：

(一)採單淘汰賽制；於賽前攜帶學生證及群育護照至記錄台登錄。

(二)參賽之學生出場比賽時需穿著運動服裝。

(三)每日比賽時間訂於12：20準時比賽，**比賽時間超過十分鐘未到者，以棄權論**，並報請處分。

(四)比賽採**分數11分**制，中場休息1分鐘；五戰三勝制，判該選手獲得該場次勝利。

(五)其他規則依最新桌球規則實施。

十三、申訴：

(一)比賽爭議如規則上有明文規定及同意義之解釋者，以裁判之判決為終決，不得提出異議。

(二)對球員資格有異議時，必須於該場比賽前提出，否則不予受理。

(三)大會裁判主動處理一切違規事項。

十四、注意事項：

(一)球員如有冒名頂替、資格不符或重複出賽者即取消該隊所有比賽成績，以棄權論並報請處分，成績

完全不算。

(二)球員出賽時請攜帶學生證及群育護照備查，並依規定穿著運動服裝。

(三)球員如有鬥毆、群毆或球場內一切暴行者依本校校規報請懲處。

十五、獎勵：

男子單打及女子單打各組取前六名頒發獎狀一張與獎學金：

**(一)冠軍 － 1,600元**

**(二)亞軍 － 1,200元**

**(三)季軍 － 1,000元**

**(四)殿軍 － 800元**

**(五)第五名 － 600元**

**(六)第六名 － 400元**

**各組未達8隊僅頒發前三名，未達10隊僅頒發前四名。**

混合雙打各組取前六名頒發獎狀一張與獎學金：

**(一)冠軍 － 2,000元**

**(二)亞軍 － 1,600元**

**(三)季軍 － 1,200元**

**(四)殿軍 － 1,000元**

**(五)第五名 － 800元**

**(六)第六名 － 600元**

**未達8隊僅頒發前三名，未達10隊僅頒發前四名。**

十六、競賽規則如有未盡事宜，得由大會隨時修訂之，並通告各參賽隊伍。



* **校安宣導：**

臺灣地區地震頻仍，如遇四級以上地震時，請於第一時間謹記**「蹲下、掩護、穩住」**之動作要領；疏散時請注意**「不推、不語、不跑」**三原則，聽從師長或指揮人員指示向疏散區移動；疏散方向及

疏散區如下：



1.各大樓如遇緊急狀況需疏散時請依規劃區域位置集結。

2.各班至集結區集合後請先清查人數再待命向校外疏散。

經國管理暨健康學院

第一校區疏散示意圖

**至誠樓**

**至誠樓北段疏散區 C**

**至誠樓北段疏散區 D**

**經國2、4、6樓疏散區**

**經國1、3、5樓疏散區**

**中山樓疏散區**

**德育樓南段疏散區**

**德育樓北段疏散區區**

**B**

**Ａ**

**經國樓**

**D**

**B**

**Ａ**

**C**

**中山樓**

德育樓北段疏散區：德育園花圃Ａ區。 德育樓南段疏散區：德育園花圃Ｂ區。

至德樓北段疏散區：桂花坡Ｃ區。 至德樓南段疏散區：香樟道Ｄ區。

至誠樓疏散區：木棧表演台。 博愛樓疏散區：博愛樓前停車場。

中正樓疏散區：中正樓前車道及桂花坡。 中山樓疏散區：中山樓前車道及中山樓生態池。

經國樓１、３、５樓疏散區：第一停車場。經國樓２、４、６樓疏散區：香樟道。



1.各大樓如遇緊急狀況需疏散時請依規劃區域位置集結。

2.各班至集結區集合後請先清查人數再待命向校外疏散。

經國管理暨健康學院

第一校區疏散示意圖

**體適能中心疏散區**

**體適能中心**

**至誠樓疏散區**

**(木棧表演台)**

**Ｈ**

**Ｈ**

**原學生活動中心疏散區**

**秋瑾樓疏散區**

**(植草磚停車場)**

**體育館疏散區**

**秋瑾樓**

**原學生活動中心**

**體育館**

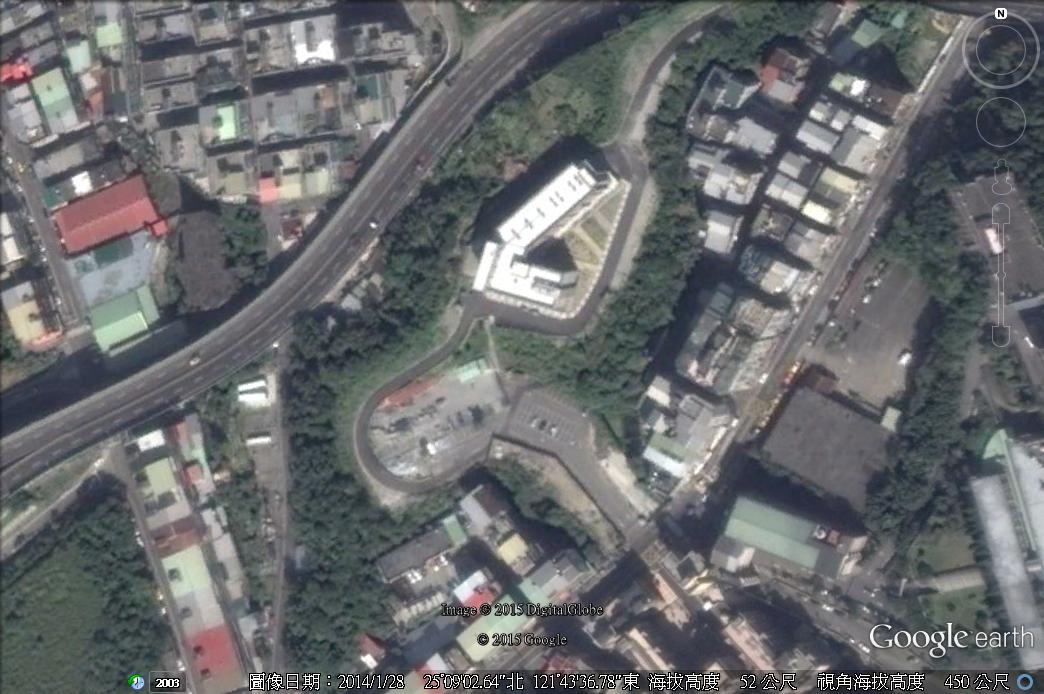
秋瑾樓疏散區：植草磚停車場。

體育館疏散區：籃球場。

原學生活動中心疏散區：籃球場。

體適能中心疏散區：體適能中心前道路入口處。

幼兒園疏散區：木棧表演台。



1.各大樓如遇緊急狀況需疏散時請依規劃區域位置集結。

2.各班至集結區集合後請先清查人數再待命向校外疏散。

**志平樓**

經國管理暨健康學院

第二校區疏散示意圖

**大明樓**

**復興路**

**第一疏散區**

**大明樓南棟**

**大明樓北棟**

**第二疏散區**

大明樓北棟：第二校區第二疏散區。 大明樓南棟：第二校區第一疏散區。

志 平 樓：第二校區第一疏散區。

**到達疏散區時請以上課班級為單位，清查人數、待命回報狀況，清查人數類別為：**

**1.應到上課人數、實到上課人數。**

**2.缺課人員名單、受傷人員名單、失蹤人員名單、死亡人員名單。**

**發生重大天災時，本校指揮中心設置於第一校區經國樓2樓校長室、旋轉樓梯前或第二校區新大樓前。**

* **通識教育中心**

1. 四技畢業班英文大會考及大學生基本素養測驗排定日程：

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 3/12 | 四 | 1-2 | H607 | 四餐四甲 | 江志民 |
| 3/17 | 二 | 1-2 | H607 | 四觀四甲 | 周佳雯 |
| 3/19 | 四 | 1-2 | H502 | 四餐四乙 | 黃碧聰 |
| 3/19 | 四 | 1-2 | H607 | 四餐四丙 | 李明勳 |
| 3/24 | 二 | 8-9 | H607 | 四食四甲 | 孫豫蘋 |
| 3/26 | 四 | 1-2 | H502 | 四護四甲 | 朱桂慧 |
| 3/26 | 四 | 1-2 | H607 | 四資四甲 | 趙立本 |
| 3/27 | 五 | 6-7 | H607 | 四高四甲 | 邱淑芬 |
| 4/8 | 三 | 3-4 | H607 | 四美四甲 | 莊佳霖 |

1. 辦理109年度高等教育深耕計畫-通識人文沙龍演講活動，人文沙龍活動有登入向陽計畫課外探索成長學習，歡迎師生踴躍參與。

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 講題 | 講師 | 時間地點 |
| 借來的時間，借來的地方～這就是香港！ | 陳俊強/國立臺灣師範大學歷史學研究所博士/國立臺北大學人文學院院長。 | 109年3月18日星期三  下午3點至5點。  經國樓D307教室。 |
| 素養時代中通識教育的教學發展 | 吳靖國/國立臺灣師範大學教育研究所博士/國立臺灣海洋大學教育研究所教授 | 109年4月29日星期三  下午3點至5點。  經國樓D307教室。 |
| 教學實踐的課程操作模式與困境發展 | 卓素絹/朝陽科技大學兼任助理教授 | 109年5月27日星期三  下午1點至3點。  地點待定。 |