

新竹市議會 函

地址：新竹市北區中正路122號
承辦人：王建國
電話：03-5213281#711
電子信箱：xp097@hsinchu-cc.gov.tw

受文者：新竹市政府

發文日期：中華民國112年7月14日
發文字號：竹市議人字第1120800069號
速別：普通件
密等及解密條件或保密期限：
附件：如主旨 (112AG00129_1_14143753588.jpg、112AG00129_2_14143753588.docx)

主旨：本會訂於112年8月21日（星期一）辦理推動員工協助方案
「新時代的壓力調適」講座，請查照。

說明：

一、依據「新竹市議會112年推動員工協助方案需工作計畫」辦理。

二、為什麼對於一些人來說，快樂如此困難？壓力來臨時，為什麼有些人越挫越勇，有些人卻手足無措？擁有「好心情」是人人可以學了就會的嗎？關鍵在於了解「情緒是自己的，好壞由自己決定」，讓網路票選全國十大溫暖我心抗憂醫師馬大元為您解憂。

三、研習課程內容如下：

（一）時間：112年8月21日（星期一）下午2時至4時。

（二）地點：本會議事大樓1樓簡報室。

（三）參加對象：本會同仁、邀請新竹市政府及所屬機關學校同仁有意參加者（分享30位名額），參加人數以80人為限。

（四）報名方式：自即日起至112年8月15日（星期二）前，依下

人事處 112/07/17 14:42



1120112003

有附件

列方式完成報名：進入「eCPA人事服務網」

(<https://ecpa.dgpa.gov.tw>)→輸入帳號-密碼→「應用系統」→「D6:終身學習入口網」→學習資訊-輸入課程關鍵字(新時代的壓力調適)-搜尋-點選該課程-線上報名-上課假別：自行申請公假學習-費用種類：公費(本會同仁請逕向人事室報名)。

四、新竹市政府暨所屬機關學校，參加人員請同意公假登記。

正本：新竹市政府、本會各組室(含秘書、專員)

副本：

