

中華民國護理師護士公會全國聯合會 護理人員健康促進研討會(北區)

【護理人員繼續教育積分：專業 7.2】

- 一、辦理目的：藉由護理人員健康促進研習，提醒學員對自我健康生活型態的了解，以身作則並持之以恆經營個人健康護照，期能以健全身心提昇照護品質。
- 二、主辦單位：中華民國護理師護士公會全國聯合會
合辦單位：新光吳火獅紀念醫院護理部
- 三、辦理時間：中華民國 114 年 8 月 28 日(星期四)
- 四、辦理地點：新光吳火獅紀念醫院-B1 樓大禮堂 (200 人)
(台北市士林區文昌路 95 號)

五、課程內容：

| 時 間 | 主 題 | 主講人／主持人 |
|-------------|-----------------------------|-----------------------------|
| 08：40~09：00 | 上午簽到 | 工作人員 |
| 09：00~09：10 | 致歡迎詞 研討會簡介 | 侯勝茂 院長 鈕淑芬 主任 陳姝年 副主任 |
| 09：10~10：40 | 以正念面對護理職場 | 林碧瑜 副護理長 |
| 10：40~10：50 | 休 息 | |
| 10：50~12：20 | 調養的力量：現代人必懂的中醫保健法則 | 吳奕璇 中醫師 |
| 12：20~13：10 | 午 餐 (學員請自理) | |
| 13：10~13：30 | 下午簽到 | 工作人員 |
| 13：30~15：00 | 以芳香療法來促進身心舒緩 | 陳睿羚 老師 |
| 15：00~15：10 | 休 息 | |
| 15：10~16：40 | 告別腰痠背痛的日常練習：認識檢測、伸展及按摩及運動預防 | 鍾孟修 職能治療師 |
| 16：40~ | 下午簽退、填寫滿意度問卷 | |

六、主講人/主持人簡介(按主講/主持順序排列)：

- 侯勝茂 新光吳火獅紀念醫院院長
- 鈕淑芬 中華民國護理師護士公會全國聯合會會員委員會委員
新光吳火獅紀念醫院護理部主任
- 陳姝年 中華民國護理師護士公會全國聯合會會員委員會委員
國立臺灣大學醫學院附設醫院癌醫中心分院護理部副主任
- 林碧瑜 三軍總醫院北投分院護理科副護理長
- 吳奕璇 信義馬光中醫診所中醫師
- 陳睿羚 Rosalyn 芳馥私塾負責人兼講師
- 鍾孟修 愛迪樂健康促進團隊執行長

注意事項

- 研討會期間，學員須全程出席，且於報到處掃描QR code完成**3次簽到退及滿意度**，方可獲得護理人員積分。



| | |
|----------|--------------------------------|
| 上午簽到 | QR code開放時間 08:40~09:30 |
| 下午簽到 | QR code開放時間 13:00~13:50 |
| 下午簽退及滿意度 | QR code開放時間 16:40~17:10 |

- 簽到退如有問題，請洽報到處工作人員。



中華民國護理師護士公會全國聯合會
Taiwan Union of Nurses Association (TUNA)

注意事項

- 為尊重講師與不影響其他學員，上課時間請勿交談，並請將手機及通訊軟體轉為【**震動**】或【**靜音**】。
- 請學員於課後1個月，再登入衛生福利部「護助e起來」平台，連結至繼續教育護產積分管理資訊系統，查詢或下載上課紀錄。
- 為配合環保政策，提供**電子檔講義**，請掃描QR code後將網頁拉至**最下方**查看。



中華民國護理師護士公會全國聯合會
Taiwan Union of Nurses Association (TUNA)