

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：申請中】

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

*如課程時間、地點及內容變更，以全聯會網站公告為主(<https://www.nurse.org.tw/>)

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(南區、東區)

【護理人員繼續教育積分：申請中】

- 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：高雄長庚紀念醫院護理部、新高雄護理師護士公會、花蓮慈濟醫院護理部、台東馬偕紀念醫院護理部
- 三、辦理時間：中華民國 114 年 9 月 3 日(星期三)
- 四、辦理地點：實體場--高雄長庚紀念醫院-醫學大樓 6 樓大禮堂 (400 人)
(高雄市烏松區大埤路 123 號)
視訊場--花蓮慈濟醫院-協力樓 1 樓互愛會議室 (40 人)
(花蓮縣花蓮市中央路三段 707 號)
視訊場--台東馬偕紀念醫院-恩典樓 9 樓 902 會議室 (40 人)
(台東縣台東市長沙街 303 巷 1 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	藍國忠 副院長 周嫚君 副主任
09：10~10：40	給辛苦的你一點暖：正向思維開啟新能量	陳 靖 心理師
10：40~10：50	休 息	
10：50~12：20	壓力 Bye Bye！護理人員的紓壓自救術	根秀欽 講師
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	體質對了，健康就來了！護理人員的養生第一課	許詠棠 中醫師
15：00~15：10	休 息	
15：10~16：40	輪班人的能量餐桌：不挨餓也不疲憊	梁子明 營養師
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)：

- 藍國忠 高雄長庚紀念醫院執行副院長
周嫚君 中華民國護理師護士公會全國聯合會會員委員會委員
新高雄護理師護士公會理事長
高雄長庚紀念醫院護理部副主任
- 陳 靖 高雄長庚紀念醫院精神科資深專業臨床心理師
根秀欽 原住民族文化安全導論暨多元文化課程全國師資認證講師
許詠棠 高雄長庚紀念醫院中醫一般內科主治醫師
梁子明 高雄長庚紀念醫院營養治療科資深專業營養師

*如課程時間、地點及內容變更，以全聯會網站公告為主(<https://www.nurse.org.tw/>)

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(中區)

【護理人員繼續教育積分：申請中】

- 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、辦理單位：中華民國護理師護士公會全國聯合會
合辦單位：佛教慈濟醫療財團法人台中慈濟醫院護理部
- 三、辦理時間：中華民國 114 年 9 月 18 日(星期四)
- 四、辦理地點：台中慈濟醫院-大愛樓 6 樓國際會議廳 (300 人)
(台中市潭子區豐興路一段 88 號)
- 五、課程內容：

時 間	主 題	主講人／主持人
08：40~09：00	報 到	工作人員
09：00~09：10	致歡迎詞 研討會簡介	簡守信 院長 莊淑婷 副院長 張梅芳 顧問 李玉茹 主任
09：10~10：40	上有老下有小、照顧煩惱誰來解-資源是給懂的人	賴怡伶 主任
10：40~10：50	休 息	
10：50~12：20	愛護自己-護理職場身體動作保健	林啟文 主任
12：20~13：10	午 餐 (學員請自理)	
13：10~13：30	簽 到	工作人員
13：30~15：00	中醫臨床與養生	黃仲諄 主任
15：00~15：10	休 息	
15：10~16：40	芳香療法-喚醒內在治癒力	劉佩嫻 國際芳香治療師
16：40~	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)：

- 簡守信 佛教慈濟醫療財團法人台中慈濟醫院院長
莊淑婷 佛教慈濟醫療財團法人台中慈濟醫院副院長
慈濟基金會長照推展中心副召集人
張梅芳 中華民國護理師護士公會全國聯合會會員委員會委員
佛教慈濟醫療財團法人台中慈濟醫院護理部顧問
李玉茹 佛教慈濟醫療財團法人台中慈濟醫院護理部主任
賴怡伶 佛教慈濟醫療財團法人台中慈濟醫院社區健康中心主任
林啟文 佛教慈濟醫療財團法人台中慈濟醫院復健醫學部技術主任
黃仲諄 佛教慈濟醫療財團法人台中慈濟醫院中醫部主任
劉佩嫻 晶喜揚(澳洲瑰冠)公司 國際芳香治療師、CrossFit 一級教員

*如課程時間、地點及內容變更，以全聯會網站公告為主(<https://www.nurse.org.tw/>)