

## (學甲區公所分享) 更年期尿失禁保健及凱格爾式運動第一場

## 跨機關課程資源共享調查表

(學甲區公所分享)EAP員工協助方案-更年期尿失禁保健及凱格爾式運動			
課程代碼	E1080070		
終身學習類別代碼	182-自我成長及其他(人文素養):養生保健		
課程目標	為提升員工更年期健康照護能力及自我健康管理的敏感度		
課程大綱	更年期尿失禁保健及凱格爾式運動		
研習對象	1.本府所屬各機關學校同仁。 2.機關自用人數20名、自由報名人數20名;自由報名者先報名先錄取。		
人數	40人	時數	2小時
報名起日	108年03月21日	開訓日期	108年04月09日
報名迄日	108年04月05日	結訓日期	108年04月09日
開課機關	學甲區公所分享		
承辦人	汪素君	電話	06-7832100#171
E-mail	vivian1680410@gmail.com		
第1日 2019-04-09	09:40	簽到	
	09:50	教學課程	更年期尿失禁保健及凱格爾式運動
		講師	劉燕華老師(台灣尿失禁防治協會 尿失禁防治指導員)
		大綱	更年期尿失禁保健知識及凱格爾式運動演練
		地點	學甲區公所3樓會議室(臺南市學甲區華宗路313號 3樓)
	10:50	教學課程	更年期尿失禁保健及凱格爾式運動
		講師	劉燕華老師(台灣尿失禁防治協會 尿失禁防治指導員)
		大綱	更年期尿失禁保健知識及凱格爾式運動演練
地點		學甲區公所3樓會議室(臺南市學甲區華宗路313號 3樓)	
11:50	簽退		

## (學甲區公所分享) 更年期保健及穴位按摩第二場

## 跨機關課程資源共享調查表

(學甲區公所分享)EAP員工協助方案：更年期保健及穴位按摩			
課程代碼	E1080071		
終身學習類別代碼	182-自我成長及其他(人文素養): 養生保健		
課程目標	為提升員工更年期健康照護能力及自我健康管理的敏感度		
課程大綱	更年期保健及穴位按摩		
研習對象	1.本府所屬各機關學校同仁。 2.機關自用人數20名、自由報名人數20名;自由報名者先報名先錄取。		
人數	40 人	時數	2 小時
報名起日	108年03月28日	開訓日期	108年04月18日
報名迄日	108年04月15日	結訓日期	108年04月18日
開課機關	學甲區公所分享		
承辦人	汪素君	電話	06-7832100#171
E-mail	vivian1680410@gmail.com		
第1日 2019-04-18	13:50	簽到	
	14:00	教學課程	更年期保健及穴位按摩
		講師	胡令儀(學甲區衛生所 醫師)
		大綱	更年期保健及穴位按摩
		地點	學甲區公所3樓會議室(臺南市學甲區華宗路313號 3樓)
	15:00	教學課程	更年期保健及穴位按摩
		講師	胡令儀(學甲區衛生所 醫師)
		大綱	更年期保健及穴位按摩
地點		學甲區公所3樓會議室(臺南市學甲區華宗路313號 3樓)	
16:00	簽退		

## (學甲區公所分享) 更年期營養保健第三場

## 跨機關課程資源共享調查表

## (學甲區公所分享)EAP員工協助方案-更年期營養保健

課程代碼	E1080072		
終身學習類別代碼	182-自我成長及其他(人文素養): 養生保健		
課程目標	為提升員工更年期健康照護能力及自我健康管理的敏感度		
課程大綱	更年期營養保健		
研習對象	1.本府所屬各機關學校同仁。 2.機關自用人數20名、自由報名人數20名;自由報名者先報名先錄取。		
人數	40 人	時數	2 小時
報名起日	108年04月02日	開訓日期	108年04月25日
報名迄日	108年04月19日	結訓日期	108年04月25日
開課機關	學甲區公所分享		
承辦人	汪素君	電話	06-7832100#171
E-mail	vivian1680410@gmail.com		

第1日 2019-04-25	13:50	簽到	
	14:00	教學課程	更年期營養保健
		講師	褚玉芬(臺南市私立康得老人長期照顧中心 營養師)
		大綱	更年期營養保健
		地點	學甲區公所3樓會議室(臺南市學甲區華宗路313號 3樓)
	15:00	教學課程	更年期營養保健
		講師	褚玉芬(臺南市私立康得老人長期照顧中心 營養師)
		大綱	更年期營養保健
		地點	學甲區公所3樓會議室(臺南市學甲區華宗路313號 3樓)
	16:00	簽退	

(學甲區公所分享) 預防代謝症候群及預防骨質疏鬆症第四場

### 跨機關課程資源共享調查表

#### (學甲區公所分享)EAP員工協助方案-預防代謝症候群及預防骨質疏鬆症

課程代碼	E1080086		
終身學習類別代碼	182-自我成長及其他(人文素養): 養生保健		
課程目標	為提升員工更年期健康照護能力及自我健康管理的敏感度		
課程大綱	預防代謝症候群及預防骨質疏鬆症		
研習對象	1.本府所屬各機關學校同仁。 2.機關自用人數20名、自由報名人數20名;自由報名者先報名先錄取。		
人數	40 人	時數	2 小時
報名起日	108年04月08日	開訓日期	108年04月30日
報名迄日	108年04月26日	結訓日期	108年04月30日
開課機關	學甲區公所分享		
承辦人	汪素君	電話	06-7832100#171
E-mail	vivian1680410@gmail.com		

第1日 2019-04-30	09:50	簽到	
	10:00	教學課程	EAP員工協助方案-預防代謝症候群及預防骨質疏鬆症
		講師	宋春怡(學甲區衛生所 護理師)
		大綱	預防代謝症候群及預防骨質疏鬆症
		地點	學甲區公所3樓會議室(臺南市學甲區華宗路313號 3樓)
	11:00	教學課程	EAP員工協助方案-預防代謝症候群及預防骨質疏鬆症
		講師	宋春怡(學甲區衛生所 護理師)
		大綱	預防代謝症候群及預防骨質疏鬆症
		地點	學甲區公所3樓會議室(臺南市學甲區華宗路313號 3樓)
	12:00	簽退	

## (學甲區公所分享)更年期情緒管理第五場

## (學甲區公所分享)EAP員工協助方案-更年期情緒管理

課程代碼	E1080088		
終身學習類別代碼	182-自我成長及其他(人文素養): 養生保健		
課程目標	為提升員工更年期健康照護能力及自我健康管理的敏感度		
課程大綱	更年期情緒管理		
研習對象	1.本府所屬各機關學校同仁。 2.機關自用人數20名、自由報名人數20名;自由報名者先報名先錄取。		
人數	40 人	時數	2 小時
報名起日	108年04月19日	開訓日期	108年05月09日
報名迄日	108年05月03日	結訓日期	108年05月09日
聯絡人	汪素君	電話	06-7832100#171
E-mail	vivian1680410@gmail.com		

第1日 2019-05-09	14:00	簽到	
	14:00	教學課程	更年期情緒管理
		講師	張嘉玲(學甲區衛生所 護理師)
		大綱	更年期情緒管理
		地點	學甲區公所3樓會議室(臺南市學甲區華宗路313號 3樓)
15:00	教學課程	更年期情緒管理	
		講師	張嘉玲(學甲區衛生所 護理師)
		大綱	更年期情緒管理
		地點	學甲區公所3樓會議室(臺南市學甲區華宗路313號 3樓)
	16:00	簽退	