



108年度教師全人照護工作坊

主辦單位：教師培育中心

活動日期：12.28(六) 09:00-17:00

地點：北投大地酒店-7樓景觀會議廳

參與對象：院長、副院長、教學部主管、
各職類教學計畫主持人/教學負責人及護理/醫事教師

授課講師：凌憬峯教授

國立陽明大學醫學系系主任/台灣正念工坊正念減壓短期課程合格種子教師/台灣正念發展協會正念引導師培訓營完訓/臺北榮民總醫院教學部教師培育科導生輔導小組負責人

9:00-9:30 報到

9:30-10:30 正念減壓回顧與練習

10:30-10:40 Break

10:40-12:00 自我關懷簡介

12:00-13:30 午餐

13:30-14:30 正念的自我關懷(1)

14:30-14:50 Break

14:50-16:30 正念的自我關懷(2)

16:30-17:00 綜合討論/賦歸