

臺北市教師研習中心 函

地址：臺北市北投區建國街2號
承辦人：謝汝鳳
電話：02-28616942轉221
電子信箱：bb9517@gov.taipei



受文者：臺北市立永春高級中學

發文日期：中華民國113年8月8日

發文字號：北市師輔字第11360021491號

速別：普通件

密等及解密條件或保密期限：

附件：113年教師寵愛自己減壓舒心實施計畫1份 (33102142_11360021491_1_ATTACH1.pdf)

主旨：檢送本中心113年「寵愛教師、減壓舒心」系列活動實施計畫1份，請貴校轉知並鼓勵所屬教師自由報名參加，請查照。



說明：

一、依本中心教師諮商輔導支持服務作業準則辦理。

二、活動主題、時間及人數如下：

(一)第1期「愛品味/咖啡職人聊品味」：113年9月14日(星期六)下午2時至5時，30人。

(二)第2期「愛韻味/在草山玉溪中自然舒緩」：113年9月21日(星期六)上午9時至12時，30人。

(三)第3期「愛美味/拼湊餐桌風景、自然系下午茶」：113年9月21日(星期六)下午2時至5時，30人。

(四)第4期「愛光點/樂在生活、美在覺醒，為自己點一盞燈」：113年9月28日(星期六)上午9時至下午2時，30人。

(五)第5期「愛正點/活在當下、找回初心」：113年9月28日



(星期六)上午9時至下午4時10分，30人。

三、參加對象：臺北市所屬各級學校(含附設幼兒園)教師、教保服務人員。

四、各期活動地點與報名等相關資訊，詳如實施計畫。

五、為維護活動品質，恕不接受現場報名及攜帶眷屬參加。

正本：臺北市政府教育局所屬公私立各級學校(含附設國立中小學及市立幼兒園)

副本：

