

Healthier Together :

教職員工心理健康促進措施

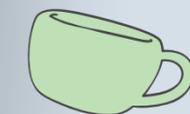
1. 員工協助方案(EAP)提供心理健康服務
2. 憂鬱症與自殺防治識能之宣導
3. 職場霸凌及性騷擾事件等求助資源管道

心理健康的重要性



01

根據美國心理健康資訊網站Verywell Mind，保持良好的心理健康狀態可以幫助個人**提高生產力**、**增強自我形象**、**改善人際關係**等等。因此，心理健康的重要性不容忽視。



員工協助方案之心理健康服務

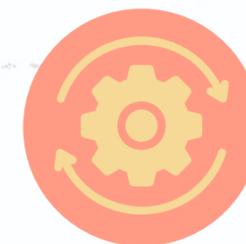
02



教職員工
心理晤談
服務



社區心理衛生中心
及憂鬱症、自殺防
治等心理衛教資訊



其他有關諮
商輔導之社
會資源訊息

※人事室官網/員工協助方案(EAP)專區



教職員工心理晤談服務

03

同仁如有諮詢需求，可向人事室進行預約，
以確保身心健康。

- 教職員工心理晤談服務線上預約系統：

<https://reurl.cc/lzNY9Q>

認識「憂鬱症」與「自殺」風險

1. 臺北市政府衛生局社區心理衛生中心：

<https://reurl.cc/DqKK30>

2. 全日24小時免費電話輔導：

(1) 衛生福利部安心專線 1925 (依舊愛我)

(2) 生命線 1995 (要救救我)



「職場霸凌」求助資源管道

1. 校內：

安環中心官網/法規輯要/執行職務遭受不法侵害預防計畫

2. 校外：

臺北市政府勞動局 1999



「性騷擾」求助資源管道



06

1. **校內**：人事室官網/性騷擾防治專區

2. **校外**：

(1) **113**保護專線：電話及線上諮詢

(2) **臺北市性騷擾防治服務專線 2391-1067**





讓我們一起打造 校園關懷文化

人事室官網/員工協助方案(EAP)專區

關心您