



次月開班列車

- 107/12/03 臺中市長照人力培育計畫課程
- 107/12/04 臺中市長照人力培育計劃
- 107/12/05 107年員工協助方案概論研習班
- 107/12/06 中高階主管國際講堂(第2場次)
- 107/12/08 花博餐飲業者衛生講習
- 107/12/12 107年關懷員實務研討工作坊
- 107/12/13 臺中市住商節電補助說明會
- 107/12/17 內部控制聲明書簽署作業及系統操作
- 107/12/18~107/12/19 統計業務研習
- 107/12/20 社會福利及公益彩券回饋金補助作業教育訓練

[更多開班資訊](#)

本月開班列車

- 107/11/01 2018臺中世界花卉博覽會特約計程車教育訓練
- 107/11/01 107年度中階關懷員團體諮商培訓課程(第2場次)
- 107/11/07 除了依法，更要想辦法－如何做開創性的政策設計研習班(第4期)
- 107/11/07 臺中市政府標案管考系統教育訓練
- 107/11/08 107年度臺中市政府特種基金研習
- 107/11/09 107年臺中市防暴社區初級預防宣導
- 107/11/13 臺中市住商節電補助說明會
- 107/11/15 107年度中階關懷員團體諮商培訓課程(第3場次)
- 107/11/21~107/11/22 禮儀師專業教育訓練
- 107/11/23 智慧住宅社區產學研合作推廣計畫
- 107/11/28 107年員工協助方案執行與評估
- 107/11/29 勞動基準法法令宣導會
- 107/11/29 臺中市政府標案管考系統教育訓練
- 107/11/30 友善家庭－公教員工福利服務措施座談及宣導會



研習活動剪影

●107/11/07 除了依法，更要想辦法—如何做開創性的政策設計研習班(第4期)



更多活動剪影



e-Learning

- * e等公務園+學習平臺—空污紫爆及能源、交通新面貌
- 認證時數：2小時
- 課程長度：2小時
- 講座：中興大學環境工程學系教授 莊秉潔
- 本課程將瞭解台灣、尤其是中部PM2.5之歷史變化、成因及健康的影響及解決之道。

- * 網址：e等公務園+學習平臺(<https://elearn.hrd.gov.tw/info/10006763>)
- * 歡迎本府同仁上網學習。



心靈雞湯

心的柔軟力

作者：楊心怡

身處資訊爆炸、刺激過剩的年代，任何訊息都可能牽動我們的心緒，念頭輕易就被焦慮、緊張、壓力、煩惱牽著走，總是「不在」。這些壓力也讓身體付出許多代價：肩頸僵硬、腰痠背痛、腸胃不適、失眠.....，我們往往只意識到身體的症狀，卻容易忽略了：「硬的不見得是身體，而是你的心。」

《本文摘錄自康健雜誌網站：<http://www.commonhealth.com.tw/>》

詳全文