



【發行期號】103年9月號

【發行日期】103年09月29日



次月開班列車

- ▶ 103/10/02、11/03 服務品質教育訓練
- ▶ 103/10/07 政府採購實務經驗分享
- ▶ 103/10/13 從爭議處理解讀採購行為暨案例分析
- ▶ 103/10/15 新生兒篩檢訓練
- ▶ 103/10/17 繼承法令及實例（含大陸地區人民及外人繼承）
- ▶ 103/10/21、10/22 如何協助長輩遠離生活失能、臥病在床的風險因子
- ▶ 103/10/22、10/27 管理發展研習班
- ▶ 103/10/24 檔案管理研習班
- ▶ 103/10/27 政府機關資訊服務管理問題與解決方案研討會
- ▶ 103/10/29 公私部門創新合作－跨域治理研究班回流教育
- ▶ 103/10/30 公務人員待遇獎金法令與實務(第1、2期)

[▶ 更多開班資訊](#)

本月開班列車

- ▶ 103/09/01~09/29 人事人員103年度員工協助方案工作坊(第1~6期)
- ▶ 103/09/03、09/05 女性主管研習班
- ▶ 103/09/10 設計訓練課程及發展訓練教材研習班
- ▶ 103/09/11、09/16 薦任人員核心職能發展研習班(第5期)
- ▶ 103/09/18 溝通表達與協調能力研習班
- ▶ 103/09/23 103年公務人員高等暨普通考試錄取人員實務訓練-輔導員場次
- ▶ 103/09/23 103年公務人員高等暨普通考試錄取人員實務訓練-人事人員場次
- ▶ 103/09/23~12/09 法制研習專班－行政法系列(第2期)
- ▶ 103/09/24 顧客服務(顧客抱怨與處理)研習班(第2期)
- ▶ 103/09/25 終身學習講堂
- ▶ 103/09/26 組織編制法規與實務案例研習班
- ▶ 103/09/26、09/30 委任人員核心職能發展研習班(第5期)



研習活動剪影

▶ 103/09/03、09/05 女性主管研習班



▶ 103/09/10 設計訓練課程及發展訓練教材研習班



▶ 103/09/11、09/16 薦任人員核心職能發展研習班第5期



▶ 103/09/15 主題師徒制成果發表會第1期



▶ 103/09/17 團隊建立研習班



▶ 103/09/18 溝通表達與協調能力研習班



▶ 103/09/19 主題師徒制成果發表會第2期



▶ 103/09/23 103年公務人員高等暨普通考試錄取人員實務訓練輔導員暨人事人員講習



▶ 更多活動剪影

 e-Learning

* 地方行政研習e學中心—綠行者~樂活旅行家(上)、(下)

· 認證時數：2小時

· 課程長度：1小時

· 講座：社團法人臺灣綠色旅遊協會理事長 任培義

· 人類從大自然擷取資源早在遠古時代就開始了，當時的人們僅僅是為了生存才從大自然中獲取資源；但隨著時代的演變，人類過度的取用自然資源而沒有給予適當的時間回復，使得地球之母也發出了生病的警訊。為了要幫助地球之母能夠漸漸地康復，人類的生活型態也必須要做出對應的改變。本課程將帶你認識關於旅遊型態的新改變，永續旅遊及綠色旅遊的型態和概念，以便將來您也能夠將所學帶入生活中一起幫助地球，成為樂活旅行家。

* 路徑：地方行政研習 e 學中心(<http://elearning.rad.gov.tw/>) → 登入 → 環境教育 → 搜尋「綠行者~樂活旅行家」

* 歡迎本府同仁上網學習。



心靈雞湯

9個抗老食物，讓你年輕10歲

作者：林貞岑

一鍋湯是女中醫吃不胖、不會老的窈窕祕密。

可以是充滿各種生鮮菇類的百菇湯；也可以加入牛蒡、山藥和黑、白木耳及撒上大量三星蔥的高纖湯；沒時間的人可試試最簡單的海帶芽泡湯打上蛋花，這些纖維含量高及含有膠質的食材，有助排便，讓腸胃定期做個大掃除，「有進有出才健康，」吳明珠提到，偶爾貪點口腹之慾時，就會利用一鍋湯來平衡一下。...

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

[詳全文](#)