

114 年高風險孕產關懷-產後憂鬱教育訓練課程

【報名簡章】

一、課程目的：

為增進臨床醫護與相關專業人員對產後憂鬱的識能，課程內容涵蓋情緒狀態辨識、求助管道之介紹，以及營養與飲食在情緒支持中的應用。

二、主辦單位：基隆市衛生局

三、對象：護理師及對議題有興趣醫事相關人員均可參加。(護理師已申請教育積分)

四、日期：114 年 9 月 3 日 (星期三) 14:00-17:00。

五、地點：基隆市衛生局四樓禮堂(基隆市信義區信二路 266 號 4 樓)。

六、報名方式及人數：

(一) 限額 30 名，額滿截止。

(二) 收費標準：全程免費，附餐盒。

(三) 報名網址：

<https://docs.google.com/forms/d/1KUptt7v0Cb1Wty73ZgFf1jXxYbs2rZAnQo1acXkULRI/edit> 或掃 QR Code。



七、聯絡窗口：基隆市衛生局保健科邱小姐，電話：(02)24230181 分機 1605。

八、注意事項：

(一) 請勿遲到及早退，並確實簽到及簽退，始給予積分認證。

(二) 無故缺席者，出席紀錄將列入下次訓練課程錄取資格參考。

(三) 為響應環保，請自備環保杯，本課程不提供紙杯。

九、課程表

時間	分鐘	課程	主講(持)人
13:30-14:00	30	簽到	基隆市衛生局
14:00-14:50	50	了解與辨識產後情緒低落、產後憂鬱症、產後精神病	陳文婷 諮商心理師
14:50-15:00	10	休息	
15:00-15:50	50	增加情緒覺察與 宣導產後憂鬱求助管道	陳文婷 諮商心理師
15:50-16:00	10	休息	
16:00-16:50	50	對抗產後憂鬱可以怎麼吃	林芷瑄 營養師
16:50-17:00	10	簽退、滿意度問卷	基隆市衛生局

十、講師與授課內容相關之學經歷或背景：

姓名	與授課內容相關之學經歷或背景
陳文婷 諮商心理師	現職：擁抱心理諮商所 學歷：實踐大學-家庭諮商與輔導碩士班 經歷： ▶ 婦產科診所-產後憂鬱宣導-講師 ▶ 台北市衛生局-合作心理師 ▶ 基隆市衛生局-合作心理師 ▶ 基隆市輔諮中心-合作心理師 ▶ 衛生局自殺防治安心專線-線上督導 ▶ 亞東技術學院-諮商心理師 ▶ 華梵大學-資源教室輔導老師 ▶ 基隆市專輔研習培訓-沙遊治療工作坊(初階、進階)帶領者 ▶ 基隆市家庭福利服務中心仁山館-沙遊治療工作坊帶領者 ▶ 各大專院校、高中、國中、國小、幼兒園-手作工作坊帶領者(精油紓壓、編織手鍊、擴香石)
林芷瑄 營養師	現職：台北市立信義廣慈住宿長照機構 學歷：台北醫學大學-保健營養學系研究所碩士 經歷： ▶ 台北市社區營養推廣中心-營養師 ▶ 台北醫學大學附設醫院-營養師 ▶ 財團法人為恭紀念醫院-營養師 ▶ 童綜合醫院-營養師