

員工協助方案

臺南市政府員工協助方案權益報您知

員工協助方案是什麼

- 員工協助方案 (*Employee Assistance Programs*) 簡稱 *EAP*，是臺南市政府為協助員工解決可能影響工作效率的問題，營造友善職場環境，設置的多樣化服務項目，*EAP* 依據員工需求提供適切的協助。
- 因此當您遇到工作與生活平衡問題、情緒困擾、壓力調適或有法律、健康、財務等面向諮詢需求時，即可尋求協助。

★員工協助方案服務項目

專家進場諮商、詢

五大面向

心理、健康、稅務、法律、管理
一對一服務

線上整合服務資源

各式資源

服務資源一覽表
心情溫度計 APP
24 小時連結

多樣化 EAP 措施

各項講座、活動
及 EAP 措施請密切注意公文公告

諮詢管道實在便利

【線上掛號】

EAP 員工協助及福利關懷網

【專人服務】

洽詢機關內人事單位

【電話洽詢】

EAP 員工協助專線
06-2982492

【差勤系統】

請假對話框連結傳送門

想找人談嗎?



諮詢預約

★員工協助方案洽詢或申請管道

專人服務

洽機關人事單位
或撥打 EAP 專線
06-2982492

線上網站

人事處 EAP 專區及 EAP 員工協助及福利關懷網

差勤系統

使用差勤系統請假將顯示相關資源連結



EAP 專區 EAP 關懷網



本府所屬專任教師

依據「臺南巿巿立高級中等以下學校及幼兒園教師諮商輔導支持體系設立辦法」辦理



111年度 教師個別諮商 輔導服務



申請身份

臺南巿政府教育局所屬
高級中等以下各級學校
與幼兒園專任及代理教師



申請流程

*本方案每位教師每年補助4小時諮商鐘點費上限

1. 諮商申請
2. 治療所轉介心理師
3. 確認預約時間、地點
4. 進行諮商

申請管道

1. 線上表單 請掃右下角『掃描預約』QR code
或連結網址：<https://ppt.cc/fEPgDx>
2. 專線電話 請來電-寬欣心理治療所 (06)2510966
請務必告知申請『教師個別諮商輔導服務』
3. 紙本申請 請至寬欣官網-『寬。欣知識』分頁下載
填寫完畢電郵至寬欣電子信箱

合作單位相關資訊



電話：(06) 2510966
地址：台南巿北區育德一街227號
營業時間：週一至週五 13:00 ~ 21:00
官方網站：<https://www.kxmind.com/>
電子信箱：kx.kxmind@gmail.com



掃描
預約

法律諮詢

- 1950消費者服務中心
- 法律諮詢服務：
永華市政中心一樓市民服務中心、各區區公所法律扶助

健康諮詢

- 營養諮詢：
06-6357716轉248
- 戒菸服務諮詢專線：
0800636363
- 酒癮戒治諮詢專線：
06-2679751轉176
- 癌症專線：0800-222543
- 母乳哺育諮詢專線：
06-2881493

財務諮詢

- 稅務諮詢：
06-2160216 
- 土地法令、土地金融、購屋等諮詢服務：各地政事務所



心情溫度計

簡式健康量表(BSRS)

“

幫助我們了解自己的心情狀態，也可用此量表主動關懷週遭的人，幫助我們具體了解對方的心情，同時也可幫助對方釐清他們情緒困擾的程度，並且可以根據得分結果做適當的處理。



APP下載

內容引自社團法人台灣自殺防治學 <https://www.tsos.org.tw/web/page/bsrs#01>
臺南市政府員工協助方案關心您



進行測薦
簡式健康量表BSRS-5

健康利必及
心理衛生電子書/影音

檢測設定
鬧鐘提醒自我檢測



測薦為自己金錄
紀錄心理困擾程度變化

心律行資三原
精神心理衛生資三原地圖

求助專線
心情不好想找人聊聊



ios/Android
立即掃描下載

心情溫度計APP

心情溫度計

請仔細回想一下，最近一週中(包括今天)，這些問題使你感到困擾或苦惱的程度，然後圈選一個最能代表您感覺的答案。

簡式健康量表

	完全沒有	輕微	中等程度	厲害	非常厲害
① 睡眠困難，譬如難以入睡、易醒或早醒	0	1	2	3	4
② 感覺緊張不安	0	1	2	3	4
③ 覺得容易苦惱或動怒	0	1	2	3	4
④ 感覺憂鬱、心情低落	0	1	2	3	4
⑤ 覺得比不上別人	0	1	2	3	4
★ 有自殺的想法	0	1	2	3	4

前五題總分

- 0-5分 為一般正常範圍
- 6-9分 輕度情緒困擾，建議找家人或朋友談談，抒發情緒
- 10-14分 中度情緒困擾，建議尋求紓壓管道或接受心理專業諮詢
- 15分以上 重度情緒困擾，建議諮詢精神科醫師接受進一步評估

有自殺的想法

本題為附加題，若前五題總分小於6分，但本題評分為2分以上(中等程度)時，宜考慮接受精神科專業諮詢

#01

得分說明

“謝謝觀看”
Thank you

