**臺北市政府衛生局**

**109年度職前準備及就業技能訓練團體課程**

1. **課程目的：**
   1. 提升精神障礙者對就業資源、就業市場現況之認識，學習使用社區資源。
   2. 提升精神障礙者工作概念相關知能（包含工作態度、工作規範、職場禮儀及倫理、工作權利等）、求職面試模擬及履歷撰寫，以重建自我信心。
   3. 增進精神障礙者職場因應技巧（包含人際互動、職場溝通、壓力與情緒調適、疾病與工作和平共處等），藉由排除工作障礙技巧演練、手作體驗及職場參訪，以強化就業準備之能力、增強工作動機，進而提升職業復健與增加就業轉銜機會。
   4. 協助精神障礙者未來順利進入職業重建個案管理開案服務，進而成功媒合就業、連結政府職訓課程，以重返職場生活。
2. **辦理單位：**臺北市政府衛生局、私立長育康復之家、私立佳安康復之家、台北市康復之友協會附設孫媽媽工作坊、臺北市立聯合醫院福中職能工作坊。
3. **辦理時間及地點：**
   1. **職前準備訓練團體課程**

【第1梯次】109年8月19日至109年9月17日（10次課程，共計20小時）

　　　　　　私立長育康復之家／臺北市中山區松江路90巷3號6樓

【第2梯次】109年8月19日至109年10月20日（10次課程，共計20小時）

　 私立佳安康復之家／臺北市松山區南京東路5段162號3樓

* 1. **就業技能訓練團體課程**

【第1梯次】109年8月3日至109年9月3日（10次課程，共計20小時）

　 台北市康復之友協會附設孫媽媽工作坊／臺北市松山區八德路4段604號2樓之3

【第2梯次】109年8月6日至109年8月21日（6次課程，共計20小時）

　 臺北市立聯合醫院福中職能工作坊／臺北市士林區福港街151號5樓

1. **參加對象：本市精神復健機構住民（學員）、12區健康服務中心社區精神照護病人，有意願學習就業相關知能、具有就業動機且能夠全程參與者。**
2. **報名人數：**15~20人。
3. **報名方式：**請逕將報名表以「傳真」或「電子郵件」方式，傳送給「欲報名梯次聯絡人」，傳真或電郵後請電話確認。若有課程相關疑問，請洽詢各梯次聯絡人。
4. **報名及聯絡方式：**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **團體梯次** | **聯絡人** | **電　話** | **傳　真** | **電子信箱** |
| * 1. 職前準備訓練團體課程 | | | | |
| 第1梯次 | 私立長育康復之家  林小姐 | (02)2531-6230 | (02)2531-2360 | a25316230@yahoo.com.tw |
| 第2梯次 | 私立佳安康復之家  吳小姐 | (02)2767-1108 | (02)2767-1108 | march700626@yahoo.com.tw |
| * 1. 就業技能訓練團體課程 | | | | |
| 第1梯次 | 台北市康復之友協會附設孫媽媽工作坊  蕭先生 | (02)2811-1505 | (02)2811-1509 | sun.wshop@gmail.com |
| 第2梯次 | 臺北市立聯合醫院  福中職能工作坊  吳小姐 | (02)2880-1300 | (02)2880-1321 | a2824@tpech.gov.tw |

1. **注意事項：**即日起開放報名至額滿為止，不接受單次課程報名，請以團體梯次報名參加。本團體課程全程免費參加。
2. **團體課程內容及時間表：**

**「109年度職前準備訓練團體」課程**

**【第1梯次】**

* **時　　間：109年8月19日至109年9月17日**
* **上課地點：私立長育康復之家（臺北市中山區松江路90巷3號6樓）**
* **團體目標：**

1. 宣導環境及自身衛生清潔觀念，特別加強手部清潔，並學習簡易傷口包紮處理。
2. 學習評估烹煮成品所需的食材及預算，並透過實際採買強化挑選食材的技巧。
3. 全程由講師帶領參與實務操作過程，從中學習於食堂中的人際關係顧客端的應對、職業衛生（手部、飛沫衛生）等。

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **課程** | **時間** | **主題** | **內容** | **授課講師** |
| 1 | 8月19日  星期三  14:00－16:00 | 認識職業輔導與性向測驗 | 1. 進行前測 2. 施測性向測驗 3. 解釋性向測驗施測結果 | 長育康復之家  盧昶伃職能治療師 |
| 2 | 8月20日  星期四  14:00－16:00 | 守護職場健康與衛生 | 1. 認識食堂的衛生事項 2. 教導與操作衛生維護 | 長育康復之家  林欣怡護理師 |
| 3 | 8月26日  星期三  14:00－16:00 | 製作抗菌隨手皂 | 1. 認識皂產品 2. 認識抗菌精油效果 | 長育康復之家  黃仁德專管員 |
| 4 | 8月27日  星期四  14:00－16:00 | 什錦粥 | 1. 認識粥品食材 2. 了解製作方式 3. 製作粥品，並品嘗後分享及檢討製作過程 | 長育康復之家  吳惠茹社工師 |
| 5 | 9月2日  星期三  14:00－16:00 | 肉羹麵線 | 1. 了解食材處理 2. 實際處理並製作麵線 | 雙連康復之家  王雅瑩社工 |
| 6 | 9月3日  星期四  14:00－16:00 | 雪糕冰淇淋製作 | 1. 認識冰淇淋食材與製作過程 2. 實際製作冰淇淋 | 長育康復之家  林雅婷專管員 |
| 7 | 9月9日  星期三  14:00－16:00 | 職場人際溝通 | 1. 如何與顧客應對 2. 學習練習處理客訴 | 長育康復之家  吳惠茹社工師 |
| 8 | 9月10日  星期四  09:30－11:30 | 蕃薯藤自然食堂參訪 | 實地參訪蕃薯藤自然食堂，瞭解與顧客互動與販賣方式 | 蕃薯藤自然食堂  吳育芝負責人 |
| 9 | 9月16日  星期三  14:00－16:00 | 油飯製作 | 1. 認識油飯食材與製作過程 2. 實際製作油飯 | 長育康復之家  卓秉翰專管員 |
| 10 | 9月17日  星期四  14:00－16:00 | 蛋黃酥製作 | 1. 了解如何製作蛋黃酥 2. 實際製作蛋黃酥 3. 執行後測 | 南山人壽  林仕如烘培師 |

**【第2梯次】**

* **時　　間：109年8月19日至109年10月20日**
* **上課地點：私立佳安康復之家（臺北市松山區南京東路5段162號3樓）**
* **團體目標：**

1. 提升學員就業準備度，增進工作的正確認知與工作態度養成。
2. 提升學員的職場人際互動的能力。
3. 透過活動成功媒合就業機會，重返職場生活。

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 次數 | 日期 | 主題 | 內容 | 授課講師/單位 |
| 1 | 8月19日  星期三  14:30－16:30 | 相見歡&認識自己重新定位 | 1. 進行前測 2. 活動課程介紹 3. 探索性格與職業傾向 4. 了解自己的就業盲點與生涯利基點 | 佳安康復之家  盧昶伃職能治療師 |
| 2 | 8月28日  星期五  14:30－16:30 | 工作適配性 | 1. 探索過往工作經驗 2. 了解自己工作能力及性向 | 双連康復之家  張莉英心理師 |
| 3 | 9月2日  星期三  14:30－16:30 | 介紹就業資源 | 認識及了解就業資源 | 佳安康復之家  廖素嫻社工師 |
| 4 | 9月9日  星期三  14:30－16:30 | 職業重建服務-我要去上班了嗎? | 1. 職業重建服務的介紹 2. 整裝待發，向前行 | 台北市康復之友協會就業服務中心  楊元彰主任 |
| 5 | 9月16日  星期三  14:30－16:30 | 想工作，要動起來 | 1. 介紹勞動權益 2. 整裝待發，向前行(職重申請流程/自評表) | 育成基金會  謝嫻職管員 |
| 6 | 9月23日  星期三  14:30－16:30 | 面試百分百 | 1. 面試服裝儀容完美裝扮 2. 職場履歷撰寫 3. 面試技巧教學及演練 | 佳安康復之家  盧昶伃職能治療師 |
| 7 | 9月30日  星期三  14:30－16:30 | 走過精神障礙-職場壓力調適 | 1. 提升職場壓力調適能力 2. 學習與病共存 | 台北醫學大學附設醫院  黃守宏醫師 |
| 8 | 10月7日  星期三  14:30－16:30 | 工作行不行？！我想好好就業 | 1. 介紹工作前需要的準備 2. 介紹職場的要求 3. 了解目前就業市場情況及如何做準備 | 忠孝庇護工場  吳育芝就業督導 |
| 9 | 10月13日  星期二  14:30－16:30 | 職種認識、職場參訪 | 糕菲庇護工廠 | 佳安康復之家  吳佳珊負責人 |
| 10 | 10月20日  星期二  14:30－16:30 | 回饋與建議 | 1. 分享團體過程收穫、 2. 進行後測 3. 進行活動滿意度調查 | 佳安康復之家  吳佳珊負責人 |

**「109年度就業技能訓練團體」課程**

**【第1梯次】**

* **時　　間：109年8月3日至109年9月3日**
* **上課地點：台北市康復之友協會附設孫媽媽工作坊（臺北市松山區八德路4段604號2樓之3）**
* **團體目標：**

1. 透過案場實作機會，提升學員對於職場之瞭解。
2. 認識不同職種工作內容，以釐清學員對於職場期待。

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 次數 | 日期 | 主題 | 內容 | 授課講師/單位 |
| 1 | 8月3日  星期一  14:00－16:00 | 1. 相見歡，前測 2. 就業資源介紹 | 相見歡、前測，建立團體規範，認識就業及職重資源 | 孫媽媽工作坊  蕭博文主任/  台北市康復之友協會  呂繡羽就輔督導 |
| 2 | 8月6日  星期四  14:00－16:00 | 職場體驗-  清潔工作1 | 認識清潔案場及技巧 | 台北市康復之友協會勞務服務中心  楊元彰主任 |
| 3 | 8月10日  星期一  14:00－16:00 | 職場體驗-  清潔工作2 | 實地工作體驗 | 台北市康復之友協會勞務服務中心  楊元彰主任 |
| 4 | 8月13日  星期四  14:00－16:00 | 職場體驗-  餐飲工作1 | 介紹內外場工作及工作內容認識 | 囍歡樂芽社企餐廳  王月明店長 |
| 5 | 8月17日  星期一  14:00－16:00 | 職場體驗-  餐飲工作2 | 實地工作體驗 | 囍歡樂芽社企餐廳  高靖雅副店長 |
| 6 | 8月20日  星期四  14:00－16:00 | 職場體驗-  餐飲工作3 | 實地工作體驗 | 囍歡樂芽社企餐廳  高靖雅副店長 |
| 7 | 8月24日  星期一  14:00－16:00 | 職場體驗-  便利商店1 | 商店工作內容介紹及認識 | 全家便利商店  呂淑敏店長 |
| 8 | 8月27日  星期四  14:00－16:00 | 職場體驗-  便利商店2 | 實地工作體驗 | 全家便利商店  呂淑敏店長 |
| 9 | 8月31日  星期一  14:00－16:00 | 職場體驗-  加油站 | 洗車工作介紹及實地體驗 | 台北市康復之友協會支持性就業  潘宗育督導 |
| 10 | 9月3日  星期四  14:00－16:00 | 後測、成果驗收、活動滿意度 | 進行團體後側及分享收穫 | 孫媽媽工作坊  蕭博文主任 |

**【第2梯次】**

* **時　　間：109年8月6日至109年8月21日**
* **上課地點：臺北市立聯合醫院福中職能工作坊（臺北市士林區福港街151號5樓）**
* **團體目標：**

1. 以三大類清潔工作內容為一系列課程安排，教導學員如何在安全無虞的工作環境下發揮最好的清潔工作表現。
2. 正確使用清潔工具及用品，了解清潔區域規劃。
3. 透過模擬實作方式，體驗職場工作內容需求，學習清潔工作技能。

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 次數 | 日期 | 主題 | 內容 | 授課講師/單位 |
| 1 | 8月6日  星期四  13:30－16:30 | 清潔工具與用品的認識與使用區域(一)  實作：大樓清潔(一) | 授課：大樓清潔工具及清潔劑認識  實作：大樓清潔(一)   1. 公共空間陳列設備清潔，公共區域地板清潔。 2. 公共廁所清潔，窗戶清潔。 | 欣滿庭生活管理顧問  謝宛鈴講師 |
| 2 | 8月7日  星期五  13:30－16:30 | 實作：大樓清潔(二) | 實作：大樓清潔(二)   1. 公共空間陳列設備清潔，公共區域地板清潔。 2. 公共廁所清潔，窗戶清潔。 | 欣滿庭生活管理顧問  謝宛鈴講師 |
| 3 | 8月13日  星期四  13:00－17:00 | 客房整理的規劃及重點教學  實作：飯店客房清潔(一) | 授課：飯店房務清潔流程及鋪床注意事項  實作：飯店客房清潔(一)  鋪床練習、房務清潔、鏡子、洗臉台、馬桶、淋浴間、浴缸清潔、地板清潔 | 欣滿庭生活管理顧問  謝宛鈴講師 |
| 4 | 8月14日  星期五  13:30－16:30 | 實作：飯店客房清潔(二) | 實作：飯店客房清潔(二)  鋪床練習、房務清潔、鏡子、洗臉台、馬桶、淋浴間、浴缸清潔、地板清潔 | 欣滿庭生活管理顧問  謝宛鈴講師 |
| 5 | 8月20日  星期四  13:00－17:00 | 整體居家清潔流程規劃教學  實作：居家清潔(一) | 授課：居家清潔流程及重點清潔實作:居家清潔(一)  廚房清潔、客廳餐廳地板、房間地板清潔、廁所清潔 | 欣滿庭生活管理顧問  謝宛鈴講師 |
| 6 | 8月21日  星期五  13:30－16:30 | 實作：居家清潔(二) | 實作：居家清潔(二)  廚房清潔、客廳餐廳地板、房間地板清潔、廁所清潔 | 欣滿庭生活管理顧問  謝宛鈴講師 |

**臺北市政府衛生局**

**109年度「職前準備及就業技能訓練團體」課程報名表**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **報名梯次**  （請勾選） | **□【職前準備訓練團體第1梯次】**  時間：109年8月19日至109年9月17日  　地點：私立長育康復之家／臺北市中山區松江路90巷3號6樓 | | | | |
| **□【職前準備訓練團體第2梯次】**  時間：109年8月19日至109年10月20日  　地點：私立佳安康復之家／臺北市松山區南京東路5段162號3樓 | | | | |
| **□【就業技能訓練團體第1梯次】**  時間：109年8月3日至109年9月3日  　地點：台北市康復之友協會附設孫媽媽工作坊／臺北市松山區八德路4段604號2樓之3 | | | | |
| **□【就業技能訓練團體第2梯次】**  時間：109年8月6日至109年8月21日  　地點：臺北市立聯合醫院福中職能工作坊／臺北市士林區福港街151號5樓 | | | | |
| **姓　名** |  | | **性　別** | □男　□女 | |
| **出生日期** | 民國　　 年　　 月　 　日  （年齡：　　　 歲） | | **學　歷** | □小學  □國中  □高中職或專科  □大學  □研究所及以上  其他 | |
| **聯絡電話** |  | | | | |
| **精神復健機構住民（學員）** | | | **健康服務中心社區精神照護病人** | | |
| **機構名稱** | |  | **行政區** | | □信義區 □大安區 □文山區  □南港區 □內湖區 □松山區  □大同區 □萬華區 □中正區  □中山區 □士林區 □北投區 |
| **機構**  **聯絡人** | |  |
| **機構類型** | | □日間型　□住宿型 |
| **機構電話** | |  |
| **報名時間**  （由辦理單位填寫） | | 109年　　　　月　　　　日　　　　時　　　　分  **（說明：如報名人數超過上限，將依報名時間先後決定。）** | | | |
| **報名方式** | | **\*\*\*採傳真或電子郵件方式傳送報名表，傳送後請電話確認！\*\*\***  **我要報名【職前準備訓練團體第1梯次】**   * 請傳真至(02)2531-2360或電郵至a25316230@yahoo.com.tw * 聯絡人：長育康復之家林小姐，電話：（02）2531-6230   **我要報名【職前準備訓練團體第2梯次】**   * 請傳真至（02）2767-1108或電郵至march700626@yahoo.com.tw * 聯絡人：佳安康復之家吳小姐，電話：(02)2767-1108   **我要報名【就業技能訓練團體第1梯次】**   * 請傳真至（02）2811-1509或電郵至sun.wshop@gmail.com * 聯絡人：台北市康復之友協會附設孫媽媽工作坊蕭先生，電話：（02）2811-1505   **我要報名【就業技能訓練團體第2梯次】**   * 請傳真至（02）2880-1321或電郵至a2824@tpech.gov.tw * 聯絡人：臺北市立聯合醫院福中職能工作坊吳小姐，電話：（02）2880-1300 | | | |