

**2020「心理健康悅北八逗熱鬧」  
心理健康月系列活動**

編號	縣市別	主題	時間	地點	對象	洽詢電話	備註
1	臺北市	屬於銀髮族的美好時光~讓乾燥花療癒我們	109年9月3日(四) 10:00-12:00	文化大學建國本部 (臺北市建國南路二段231號)	65歲以上長者	臺北市社區心理衛生中心 林小姐 (02)3393-6779分機31	詳請可上臺北市社區心理衛生中心官網 (http://mental-health.gov.taipei/)查詢
2		邁向圓滿的樂齡人生	109年9月11日(五) 10:00-12:00	士林區樂齡學習中心 (臺北市士林區延平北路五段136巷1號9樓)	65歲以上長者		
3		「心視野」電影賞析 Perfect World 和你在一起的奇蹟	109年9月12日(六) 09:00-12:00	樂聲影城 (臺北市萬華區武昌街二段85號)	65歲以上長者及其家屬	臺北市社區心理衛生中心 呂小姐 (02)2720-8889分機1885	
4		「心視野」電影賞析 謙虛的英雄	109年9月13日(日) 09:00-12:00	樂聲影城 (臺北市萬華區武昌街二段85號)	早療兒童及其家屬、親子		
5		藝起捏捏樂	109年9月17日(四) 10:00-12:00	文化大學建國本部 (臺北市建國南路二段231號)	65歲以上長者	臺北市社區心理衛生中心 林小姐 (02)3393-6779分機31	
6		關心銀髮族的情緒與求助資源	109年9月23日(三) 14:00-16:00	中山樂齡學習中心 (臺北市中山區吉林路110號)	65歲以上長者		
7		職場幸福學~掌握情緒敏感度	109年9月24日(四) 14:00-16:00	臺北青年職業發展中心2樓 (臺北市中正區仁愛路一段17號)	一般民眾	臺北青年職業發展中心 (02)2395-8567	
8		如何處理孩子的情緒問題	109年9月29日(二) 14:00-17:00	臺北市家庭教育中心401教室 (臺北市中山區吉林路110號)	學校認輔志工、 家長	臺北市社區心理衛生中心 吳小姐 (02)3393-6779分機63	
9		讓舊照片為銀髮族訴說心故事	109年10月5日(一) 10:00-12:00	文化大學建國本部 (臺北市建國南路二段231號)	65歲以上長者	臺北市社區心理衛生中心 林小姐 (02)3393-6779分機31	
10		快樂銀髮族的秘訣	109年10月14日(三) 14:00-16:00	中山樂齡學習中心 (臺北市中山區吉林路110號)	65歲以上長者		
11		邁向圓滿的樂齡人生	109年10月15日(四) 09:30-11:30	松山樂齡學習中心 (臺北市松山區民生東路五段163-1號6樓)	65歲以上長者		
12		「心視野」電影賞析 超能西蒙的奇幻旅程	109年10月17日(六) 09:00-12:00	新光影城 (臺北市中正區西寧南路36號4樓)	一般民眾	臺北市社區心理衛生中心 呂小姐 (02)2720-8889分機1885	詳請可上臺北市社區心理衛生中心官網 (http://mental-health.gov.taipei/)查詢
13		「心視野」電影賞析 超能西蒙的奇幻旅程	109年10月17日(六) 13:00-16:00	新光影城 (臺北市中正區西寧南路36號4樓)	一般民眾		
14		銀髮族也可以一夜好眠!	109年10月20日(二) 14:00-16:00	文化大學建國本部 (臺北市建國南路二段231號)	65歲以上長者	臺北市社區心理衛生中心 林小姐 (02)3393-6779分機31	
15		「心理心視野」 心理衛生共識營	109年10月24日(六) 08:30-17:30 109年10月25日(日) 08:30-15:30	文化大學推廣教育部大新館4樓 (臺北市中正區延平南路127號)	臺北市大專院校心理健康相關 科系學生	臺北市社區心理衛生中心 呂小姐 (02)2720-8889分機1885	
16		「心視野」電影賞析- 秘密花園	109年10月31日(六) 09:00-12:00	新光影城 (臺北市中正區西寧南路36號4樓)	一般民眾		
17		「心視野」電影賞析- 秘密花園	109年10月31日(六) 13:00-16:00	新光影城 (臺北市中正區西寧南路36號4樓)	一般民眾		
18	「新北有夠會社」家庭日-有恁卡好	109年9月27日(日) 10:00-18:00	空軍三重一村 (新北市三重區正義南路86巷)	一般民眾	新北市衛生局心理衛生科 巫小姐 (02)2257-7155分機2856		
19	學習正向教養·教出『微笑寶貝』親職團體	109年9月5日(六) 09:00-12:00	中和南勢角公共托育中心 (新北市中和區捷運路56號2樓)	6歲以下孩子的家長	新北市衛生局心理衛生科 巫小姐 (02)2257-7155分機2856		
20		109年9月12日(六) 09:00-12:00					
21		109年9月19日(六) 09:00-12:00					
22	「幸福捕手」單堂講座	109年9月14日(一) 13:00-14:00	臺大醫院金山分院7樓講堂 (新北市金山區五湖里玉爐路7號)	醫事專業人員	新北市衛生局心理衛生科 黃小姐 (02)2257-7155分機2839	詳請可上新北市政府衛生局官網 (https://www.health.ntpc.gov.tw/) 或新北衛什麼臉書粉絲團 (https://www.facebook.com/ntpchealth/)查詢	
23		109年9月24日(四) 10:20-11:20	龍埔國小展演廳 (新北市三峽區大學路6號)	六年級學生			
24		109年10月27日(二) 12:30-13:00	新北市政府就業服務處板橋就業服務站307簡 報室 (新北市板橋區中山路一段161號3樓)	企業雇主			
25	男子漢的義氣·『快樂爸比』支持團體	109年9月20日(日) 09:00-12:00	新北市立圖書館5樓研習教室 (新北市板橋區貴興路139號)	18歲以下孩子的爸爸	新北市衛生局心理衛生科 巫小姐 (02)2257-7155分機2856		
26		109年10月18日(日) 09:00-12:00					
27		109年11月22日(日) 09:00-12:00					
28	學習正向教養·教出『微笑寶貝』家長課程	109年10月31日(六) 09:00-16:00	新北市立圖書館5樓研習教室 (新北市板橋區貴興路139號)	12歲以下孩子的家長	新北市衛生局心理衛生科 巫小姐 (02)2257-7155分機2856		
29	牌出你的心·讓你人生不卡關-桌遊體驗活動	109年9月1日至31日 每週五晚上17:00-20:00	基隆市社區心理衛生中心 (基隆市安樂區安樂路二段164號1樓)	青少年、 一般民眾	基隆市社區心理衛生中心 魏先生 (02)2430-0193分機515	詳請可上基隆市衛生局官網 (https://www.klchb.gov.tw/ch/)查詢	
30	「香草手作·愛戀食材」 親子手作活動	109年9月5日(六) 09:00-12:00	基隆市家庭福利服務中心安樂館 (基隆市安樂區麥金路482號6樓)	一般民眾	基隆市家庭福利服務中心 蔡小姐 (02)2432-1271		
31	「安內尚好·寮癒心靈樂在兒童」 社區親子團體活動	109年9月12日(六) 09:30-16:30 109年9月19日(六) 09:30-16:30	基隆市安樂區內寮里里民活動中心 (基隆市安樂區基金一路41號)	親子家庭	基隆市家庭福利服務中心 蔡小姐 (02)2432-1271		
32	樂齡遊戲-桌遊談溝通	109年9月19日(六)	基隆市文化中心第二會議室 (基隆市信一路181號)	一般民眾	基隆市文化局 張小姐 (02)2422-4170分機327		
33	基隆潮藝術展覽	109年9月25日(五)	正濱漁港	一般民眾	基隆市文化局 張小姐 (02)2422-4170分機327		
34	身心障礙者親職講座- 生命教育與生命歷程分享	109年10月17日(六) 09:00-12:00	基隆市政府4樓禮堂 (基隆市義一路1號)	身障者及其家屬、一般民眾	基隆市社會處 江小姐 (02)2420-1122分機2237		
35	心理健康月系列活動- 視障按摩行銷暨宣導活動	109年10月24日(六) 09:00-12:00	福海宮下方停車場 (基隆市信義區教孝街55巷11弄旁)	一般民眾	基隆市社會處 簡先生 (02)2420-1122分機2209		
36	幸福樂遊家分趣-親子桌遊活動	109年10月24日(六) 14:00-17:00	基隆市青少年福利服務中心 (基隆市安樂區安樂路二段164號10樓)	親子家庭	基隆市青少年福利服務中心 陽先生 (02)2432-2700		
37	心理健康月系列活動- 生命鬥士巡迴講座	109年10月5日(一)	七堵國小、中華國小、中正國小	國小學生	基隆市教育處特教科 徐小姐 (02)2430-1505分機503		
38		109年10月6日(二)	信義國中、成功國小				
39		109年10月8日(四)	暖暖國小、武甯國小				
40		109年10月13日(二)	暖江國小、尚仁國小				
41		109年10月20日(二)	西定國小				

※各縣市主辦單位保有所有相關活動最終解釋權與活動更改之權利·活動最新消息以各縣市公告為準·如有疑問請逕洽各縣市活動承辦人。

**2020「心理健康悅北八逗熱鬧」  
心理健康月系列活動**

編號	縣市別	主題	時間	地點	對象	洽詢電話	備註		
42	桃園市	「別放手—關懷·照見無限可能」記者會	109年9月10日(四) 10:00-10:30	桃園市政府綜合會議廳201廳 (桃園市桃園區縣府路11號2樓)	自殺防治工作網絡人員	桃園市衛生局心理健康科 蔡小姐 (03)334-0935分機3007	僅邀約本市自殺防治網絡工作人員及媒體記者		
43		健康心樂活-電影賞析活動- 獻世媽咪日記	109年9月6日(日) 13:30-16:30	土地公文化館203廳 (桃園市桃園區三民路一段100號2樓)	一般民眾	桃園市衛生局心理健康科 蔡小姐 (03)334-0935分機3025	詳請可上桃園市衛生局線上報名 ( <a href="https://reurl.cc/e8xpQW">https://reurl.cc/e8xpQW</a> )查詢。		
44		健康心樂活-電影賞析活動- 網癮小爸	109年9月13日(日) 13:30-16:00	土地公文化館203廳 (桃園市桃園區三民路一段100號2樓)	一般民眾				
45		健康心樂活-電影賞析活動- 全境擴散	109年9月27日(日) 13:30-16:00	土地公文化館203廳 (桃園市桃園區三民路一段100號2樓)	一般民眾				
46		心促進-酒癮健康宣講	109年9月18日(五) 09:30-13:30	後山三里-納桑麻谷餐廳 (桃園市復興區華陵里7鄰20號)	一般民眾				
47		「2020健步走」無菸龍潭愛你呦	109年9月19日(六) 07:30-10:00	龍潭高中心 (桃園市龍潭區神龍路155號)	一般民眾				
48		心促進-長者營養健康宣講	109年9月22日(二) 09:30-13:30	溪口奎輝長興-奎輝文健站 (桃園市復興區奎輝村五鄰3-5號)	一般民眾				
50		新竹縣	藝術治療及自我照顧~手做造型汽球課	109年9月5日(六) 9:00-12:00	竹東鎮中山社區活動中心 (新竹縣竹東鎮大同路257號)			身障者及其家屬、一般民眾	新竹縣社區心理衛生中心 吳小姐 (03)551-8160分機152
51	上網不上癮~青少年網路成癮防治		109年9月9日(三) 14:00-15:00	六家國中 (新竹縣竹北市嘉興路356號)	國中學生				
52	老人憂鬱及自殺防治		109年9月14日(一) 9:00-10:00	寶山鄉山湖社區發展協會 (新竹縣寶山鄉山仙路218號)	65歲以上長者				
53	擺脫憂鬱活出自己		109年9月16日(三) 13:00-14:00	新竹縣婦幼館 (新竹縣竹北市縣政二路620號)	新住民、一般民眾				
54	上網不上癮~青少年網路成癮防治		109年9月17日(三) 13:00-14:00	華興國小 (新竹縣湖口鄉文化路171號)	國小學生				
55	孕產婦身心共同照護 「園藝治療-紓壓活動工作坊」		109年9月25日(五) 9:00-11:00	東元醫院D棟大樓 (新竹縣竹北市縣政二路69號)	護理人員、心理師				
56	職場紓壓心靈手作課程		109年10月15日(四) 13:30-16:00	新竹縣政府衛生局 (新竹縣竹北市光明七街1號)	衛生局、所員工				
57	正向教養「愛與陪伴」		109年10月17日(六) 08:50-12:00	北埔鄉埔尾社區發展協會 (新竹縣北埔鄉埔心街1號)	一般民眾				
58	新竹市	紙上奔跑~禪繞創藝畫	109年9月11日(五) 09:00-12:00	身心障礙者需求評估暨資源整合管理中心 (新竹市中央路309巷19號)	身障者及其家屬、一般民眾	新竹市衛生局心理健康及毒品防制科 林小姐 (03)535-5191分機201			
59		不再討好！活出你的人生	109年9月19日(六) 14:00-16:00	新竹市生命線 (新竹市集賢街3號)	社區民眾				
60		愛夠教育-讓你輕輕鬆鬆享受帶孩子的樂趣	109年10月9日(五) 10:00-12:00	新竹市婦女館 (新竹市中央路241號8樓)	親職				
61		氣質教養-輕鬆育兒不費力享受當父母的樂趣	109年10月16日(五) 10:00-12:00	新竹市婦女館 (新竹市中央路241號8樓)	一般民眾				
62		新手父母成長工作坊	109年10月17日(六) 09:30-16:30 109年10月18日(日) 09:30-16:30	新竹市生命線 (新竹市集賢街3號)	想對新手父母角色更多瞭解者				
63		說話教育-如何和孩子家人說話	109年10月22日(四) 10:00-12:00	新竹市婦女館 (新竹市中央路241號8樓)	親職				
64		何必管「別人怎麼說」 做自己的女神	109年10月31日(六) 14:00-16:00	新竹市生命線 (新竹市集賢街3號)	社區民眾				
65		苗栗縣	「苗栗『心』幸福」 推動心理健康網記者會	109年10月份(待定) 10:00-11:00	苗栗縣政府第一辦公大樓 (苗栗縣苗栗市縣府路100號)			一般民眾	苗栗縣毒品防制及心理衛生中心 謝先生 (037)558390
66	「我也想像聰明跟變乖」 注意力缺失過動症講座		109年9月23日(三) 13:30-15:30	頭份市六合國小 (苗栗縣頭份市東庄里民族路252號)	親子家庭				
67	「陪伴憂鬱」心理健康講座系列		109年10月7日(三) 13:00-17:00	苗栗縣政府文化觀光局中正堂 (苗栗縣苗栗市自治路50號)	一般民眾				
68	宜蘭縣	電影賞析 「派特的幸福劇本」	109年9月19日(六) 14:00-17:00	佛光山蘭陽別院3F (宜蘭縣宜蘭市中山路三段257號)	一般民眾	宜蘭縣社區心理衛生中心 陳小姐 (03)932-2634分機1405	詳請可上宜蘭縣衛生局官網 ( <a href="https://www.ilshb.gov.tw/">https://www.ilshb.gov.tw/</a> )查詢		
69		心理系列講座 「兩性關係」	109年9月25日(五) 10:00-12:00	佛光山蘭陽別院3F (宜蘭縣宜蘭市中山路三段257號)	一般民眾				
70		電影賞析 「老大人」	109年9月26日(六) 14:00-17:00	宜蘭縣政府文化局演講室 (宜蘭縣宜蘭市復興路二段101號)	一般民眾				
71		心理系列講座 「別讓負面情緒綁架你：談職場壓力管理」	109年9月29日(二) 14:00-17:00	宜蘭縣議會1F簡報室 (宜蘭縣宜蘭市中山路一段399號)	一般民眾				
72		電影賞析 「我最親愛的陌生人」	109年10月13日(二) 14:00-17:00	宜蘭縣政府2F多媒體簡報室 (宜蘭縣宜蘭市縣政北路1號)	精神復健機構				
73		心理系列講座 「愛情捉迷藏~破解吵架、重溫幸福的方法」	109年10月18日(日) 14:00-17:00	宜蘭縣議會1F簡報室 (宜蘭縣宜蘭市中山路一段399號)	一般民眾				
74		電影賞析 「腦筋急轉彎」	109年10月20日(二) 14:00-17:00	宜蘭縣政府2F多媒體簡報室 (宜蘭縣宜蘭市縣政北路1號)	精神復健機構				
75		心理系列講座 「校園霸凌」	109年10月23日(五) 14:00-17:00	宜蘭縣議會1F簡報室 (宜蘭縣宜蘭市中山路一段399號)	一般民眾				

※各縣市主辦單位保有所有相關活動最終解釋權與活動更改之權利。活動最新消息以各縣市公告為準。如有疑問請逕洽各縣市活動承辦人。