臺南市政府EAP資源宣導推動心情溫度計APP下載

員工協助方案

- 員工協助方案是一套運用於工作職場的方案，目的在發現並協助員工解決可能影響工作效能的個人問題（包括健康、婚姻、家庭、財務、法律、情緒等），及協助組織處理可能影響生產力的相關議題。

服務面向包括：個人層次、組織及管理層次

- 個人層次：

1. 工作面(工作適應、組織變革之調適、工作與生活平衡、生涯規劃等）
2. 生活面(法律問題、財務諮詢、車禍、債務、遺產、婚姻、衝突等)
3. 健康面(心理健康 、情緒管理、夫妻或親子溝通、人際關係、醫療保健等)

- 組織及管理層次：

1. 組織面（組織變革管理、重大壓力事件管理、績效改善...）
2. 管理面(領導、面談、危機處理、 團隊建立...)

臺南市政府人事處
EAP員工協助及福利關懷網

- https://personnel.tainan.gov.tw/eap/index.aspx



有六大服務項目


臺南市政府人事處
DEPARTMENT OF PERSONNEL, TAIWAN CITY GOVERNMENT
EAP員工協助及福利關懷網
還想瞭解其他更多幫助
EAP員工協助及福利關懷網
您的大小事，我當一回事！
心 理
健 康
理 財
法 律
組 織 與 管 理
您 的 福 利 相 關 事 項

可以尋求專家協助


臺南市政府人事處
DEPARTMENT OF PERSONNEL, TAINAN CITY GOVERNMENT
EAP員工協助及福利關懷網
還想瞭解其他更多幫助
我想尋求專家協助
健康
臺南市政府及所屬機關學校員工健康諮詢協談申請書
* 號者為必填之欄位！
* 是否曾使用本府所提供的諮商服務： 是 否
1.基本資料
* 姓名：
* 性別： 女 男
出生日期：
(例：2017/01/01)
* E-mail信箱：
職稱：
服務單位：
全程保密
實在安心

其他可用資源傳播心理健康資訊

- 「心快活」心理健康學習平台：https://wellbeing.mohw.gov.tw/nor/main
- 臺南市政府衛生局心理健康網站：https://health.tainan.gov.tw/tagpage.asp?tag=$%E5%BF%83%E7%90%86%E5%81%A5%E5%BA%B7%E4%BF%83%E9%80%B2$
- 臺南市社區心理衛生中心好心情臉書粉絲團：https://zh-tw.facebook.com/TainanLoveLife/

「心快活」心理健康學習平台



臺南市政府衛生局心理健康網站

正確防疫訊息



臺南市社區心理衛生中心好心情臉書粉絲團



心情溫度計APP!免費下載

- 由於目前雲端服務的推出以及智慧型裝置的普及，加上行動裝置APP程式的運用已深入大眾的日常生活，為讓心情溫度計更有利於民眾使用，台灣自殺防治學會發展心情溫度計應用程式(APP)，以智慧型裝置作為媒介，提供一機在手即可隨時自我檢測情緒及心理狀態的服務。心情溫度計不只容易使用，且簡短有效，不只可用於自我檢測，更可用於關心他人。
- 目前IOS及Android系統之「心情溫度計APP」已正式上線並提供免費下載，歡迎擁有智慧型手機、平板的用戶踴躍下載，並協助轉發推廣。此APP中不只提供心情的檢測及分析建議，更提供了全國心理衛生資源及心理健康秘笈(系列電子書)，方便查詢。

如何下載APP呢?

- 如何下載APP呢? 以下三種方式，請擇一下載到自己的手機或平板上吧！
- 點選下方APP圖示進行連結。
- 上APP store或Google play商店搜尋『心情溫度計』。
- 使用手機掃描下圖QR code進行連結。
- 如下圖無法正常顯示，請依您的手機平台，點選下列連結，進行下載：
  IOS平台：https://itunes.apple.com/us/app/xin-qing-wen-du-ji/id909530514?mt=8
  Android平台：
  https://play.google.com/store/apps/details?id=tw.org.tsos.bsrs&hl=zh-TW

	IOS	Android
歡迎查詢 「心情溫度計」		
掃描QR Code 立即下載		
APP首頁		

報告完畢

請大家動動手指下載『心情溫度計』ＡＰＰ囉