

社團法人嘉義縣紫藤婦幼關懷協會

《夢想續航》女性生涯再造培力工作坊

報名簡章

女人，妳的名字不是弱者！

現在的人生模式，是妳想要的嗎？
5年、10年後的生活藍圖，妳想過嗎？

除了當媽媽、當妻子和媳婦之外，**妳**，想怎麼做自己？

我們陪伴也培力因辛苦照顧家庭致職涯中斷的女性及家庭照顧者再重新找回自我，長出內在力量並提升自我價值，在人生不同階段連結及發展新的生涯和職涯。

【課程資訊】

- 一、主辦單位：財團法人婦女權益促進發展基金會
社團法人嘉義縣紫藤婦幼關懷協會
- 二、辦理時間：113年3月8日、16日、29日(詳見以下課表)
- 三、辦理地點：森呼吸生活館、國立中正大學
- 四、招募對象：雲嘉地區喜愛學習且欲重返職場或社會參與之社區女性及家庭照顧者優先，預計15-30名
- 五、報名方式：
 - 1.上網填寫 Google 表單報名(連結 <https://reurl.cc/L4al3a>)



- 2.親至森呼吸生活館(嘉義縣大林鎮民權路55號)填寫報名表

【注意】即日起至2月29日中午12:00前完成報名(額滿截止)。

本課程免學費並提供餐點。全程參與課程享專業諮詢及1對1輔導

- 六、活動規劃:講座、工作坊、支持團體、專業諮詢、1對1輔導及追蹤

(一)始業式~女人下午茶講座

■時間:113年3月8日(五)13:30-16:30

■地點:森呼吸生活館(嘉義縣大林鎮民權路55號)

■主題:人生可以不一樣~自我生涯規劃與職場發展新趨勢

■主講人:劉宏鈺 森呼吸生活館創辦人

(二)啟動夢想工作坊

日期	時間	課程內容	講師	地點
113/03/16 (六)	09:00-09:30	報到		國立 中正 大學
	09:30-12:30	自我覺察:我和我的夢	唐秀麗 聯合報系經濟日報工服部 外埠開發組主任	
	12:30-13:30	休息、聯誼及用餐時間		
	13:30-15:30	啟動夢想:婦出江湖的準備	黃素秋 檜山坊(台灣檜木香氛領導 品牌)創辦人	
	15:30-	賦歸		

(三)超越自我工作坊

日期	時間	課程內容	地點	
113/03/29 (五)	09:00-09:30	報到	森呼 吸生 活館	
	09:30-11:30	蛻變~職涯再造 從心出發		李佩玲 安慧學苑人文講座專案執行 長/正念自信表達教練
	11:30-13:00	時間管理練習~快手媽媽上好菜及共餐		
	13:00-16:00	飛舞~職場穿搭美學		黃善矜 中華民國國際禮儀協會秘書 長暨講師/輔仁大學國際禮儀 老師
	16:00-	賦歸		

★注意事項

- 課程前一週以電話或 E-mail 寄發開課通知及注意事項。
- 參與本課程即同意授權攝錄影、製作及公開播送。
- 主辦單位保留課程與師資異動權利，有未盡事宜得隨時修正公佈。

六、聯絡資訊

→電郵：社團法人嘉義縣紫藤婦幼關懷協會 fcssb107107@gmail.com

→電話：森呼吸生活館 05-2655008 夢天使(請於週一至週五 10:00~17:00 洽詢)

☆時逢春節假期，配合政府行政公告 2/8-2/14 休館

詳細活動資訊及最新資訊可搜尋「森呼吸生活館」粉絲頁(<https://reurl.cc/yYv5aM>)