

臺中市政府員工協助方案委外服務事項說明

※多元求助系統（包含 0800 專線、線上平臺及電子郵件預約）：

（一）0800 專線電話諮詢：

1. 專線號碼：0800-028-885
室內電話及行動電話皆可撥打進線。
2. 服務時間：周一至周五中午 12 時至晚間 8 時
國定假日為休息日。

（二）線上平臺預約：

1. 系統網址：<https://reurl.cc/zrEO2y>

QRcode：



2. 服務時間：24 小時接受申請。

（三）電子郵件預約：

1. 電子郵件信箱：realizingcounseling@gmail.com
2. 服務時間：24 小時接受同仁申請或機關轉介。

※一對一顧問諮詢：

- （一）同仁透過多元求助系統，並經專業機構人員評估後，有需要者，進行服務。
- （二）以現場諮詢為原則，如有特殊情形，得採視訊或電話等方式進行。每人本年度內以 3 次為限，每次諮詢時間 50 分鐘至 60 分鐘，提供心理、法律、健康、財務及管理領域顧問諮詢。

※心理巡迴駐點服務：

- (一) 為紓緩同仁工作壓力，增進自我覺察，邀請專業諮商心理師至各機關學校辦理一對一顧問心理諮詢、小團體諮詢或體驗活動。
- (二) 體驗活動主題包含「正念園藝」、「襪子娃娃」、「羊毛氈」、「流動畫」、「蝶谷巴特」及「主管好辛勤-給您好心情」等。
- (三) 系統網址：<https://reurl.cc/LXEadK>

QRCode：



※專家入場諮詢：

提供各機關學校就同仁工作面、組織面及管理面疑難問題，申請專業機構安排合適專家入場諮詢。年度內至多以申請2次、每次2至3小時為原則。

※機關危機事件團體諮詢：

重大意外造成同仁傷亡，或同仁自傷、傷人及其他嚴重影響機關學校工作士氣事件後，提供相關人員減壓團體諮詢與一對一顧問諮詢等相關服務及後續追蹤。年度內至多以申請2次、每次1至3小時為原則。