

### 煦暖語錄

許多我因著好奇心和直覺偶然發現的事物，  
後來都被證明是無價之寶

賈伯斯 Steve Jobs

### EAP心理 諮商服務

1. 嘉義「張老師」—心理諮詢服務
2. 嘉大家諮中心—教師諮商輔導支持服務
3. 嘉義市社區心理衛生中心—免費心理諮商服務
4. 衛生福利部15-45歲青壯世代心理健康支持方案

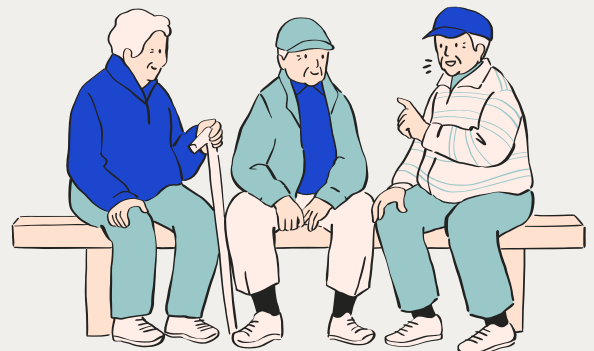


### 擴大彈班

兼顧工作與家庭，讓彈性工時成為您的長照後盾

### 專業管道

1. 1966 長照專線與評估流程
2. 嘉義市在地資源—長期照顧管理中心
3. 嘉義市政府EAP
4. 認識長照3.0





# 心理支持，你不是一個人

## 嘉義市心理諮詢資源一覽



### 張老師中心(員工)

- 本府及所屬機關學校員工
- 每年4次
- 每次50分鐘至1小時
- 05-2770482
- 1980



### 嘉義大學家諮中心(教師)

- 教職人員
- 4-6次
- 預約制
- 05-2732439



### 心理衛生中心

- 設籍、居住、就業或就學於嘉義市者
- 每年4次
- 預約制
- 05-2255155



### 衛生福利部補助

- 15-45歲心理健康支持方案
- 每次最高1,600元
- 最多補助3次



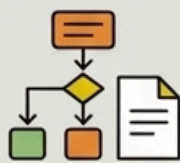
# 彈性上班，照顧與工作都兼顧

## 嘉義市政府擴大彈性上班時間方案



### 【上班時間】

上班時間：  
7:30-12:30 / 13:30-16:30  
彈性時間：  
7:30-8:30 / 16:30-17:30



### 【申請方式】

檢附證明文件 → 主管審核 →  
人事審查 → 機關核准



### 【洽詢窗口】

人事處考核訓練科  
05-2254321 分機718、728  
或洽各服務機關人事單位

# 長照不用一個人撐

## 嘉義市政府員工長期照護資源一次看



居家、送餐



居家服務、老人送餐



喘息、接送



喘息服務、交通接送

日照、專照



日間照顧、專業照護服務

輔具



輔具與無障礙改善



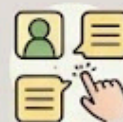
聯絡資訊：

嘉義市長期照顧管理中心  
電話：05-2336889  
地址：嘉義市德明路1號

長照服務內容：

居家服務、日間照顧、老人送餐、交通接送、  
輔具與無障礙改善、喘息服務、專業照護服務

申請方式：



1. 撥打1966長照專線 2. 專員到府評估 3. 提供個別化照顧服務

照顧家人，也要照顧自己

# 你的後盾，不只一種

## 嘉義市政府員工協助方案 (EAP)

### 心理支持

免費心理諮商 (每年最多4次)  
1925安心專線 (24小時)

### 家庭與照顧

托育資源中心  
育兒喘息服務  
長照服務

### 醫療健康

健康諮詢、  
用藥諮詢、  
失智照護方案

### 法律與財務

法律諮詢補助、  
稅務與貸款協助

需要幫忙時，記得你不是一個人

人事處窗口：05-2254321 分機717 / 719

安心工作，放心生活

# 長照 3.0 你認識嗎?



③



## 1966

長照 3.0 識別標章：  
請認明現代感橘色 LOGO!

有長照需求，  
請撥打 1966 長照專線



擴大服務對象，保障更多家庭



✓ 未滿 50 歲失智症者



✓ 急性後期整合照護 (PAC) 個案



嘉義市與你一起照顧每一個家

發行單位：嘉義市政府人事處

編輯群：處長黃俊容、副處長黃旺順、人事處暨所屬人事機構  
推動員工協助方案工作圈

嘉義市政府人事處官網：<https://personnel.chiayi.gov.tw/Default.aspx>

「市府EAP 共好再+1」Line官方帳號：[@321fmqnh](https://lin.ee/K9mitVa)、<https://lin.ee/K9mitVa>

電話：(05)2254321#717、718、719

EAP專線：(05)2770482#271、274

EAP信箱：[s150201@cyc.tw](mailto:s150201@cyc.tw)



嘉義市政府人事處關心您