學務通訊

第09週

【學務處】

LINE@「睞德霖」為本學期新建立之校園資訊系統，老師和學生都可以快速連結取得所需資訊，亦可透過「學生服務」項目之關鍵字搜尋，例如選課、請假、成績、證照、畢業條件、就學貸款、獎助學金、學雜費減免…等。

※請掃描加入

【生輔組】

一、 ＊＊＊52週年校慶(11月09日星期四)班級注意事項：

(一)當日0800時前請至學務處辦公室導師信箱拿取「校慶專用點名單」，各班點名時間為0810時與1300時，點名地點為各班班會教室。

(二)1300時學務處同步實施抽點，屆時請導師依公布抽點班級將同學帶至商學館舞台前，由校安輔導員實施點名。(各攤位可留守兩位同學)

(三)園遊會結束，各攤位請找生輔組(現場綠色背心小組長)檢查環境整潔並於點券黏貼單右下角蓋章後，方可至課指組兌換現金。

(四)當日一年級勞作教育暫停實施；二年級勞作教育班級為【四通二1、五土二1】，請同學上午9時至堉琪樓一樓中庭集合點名(如設攤可留守2位同學)，並按輪班表執行清潔工作。

(五)服裝規定:

1. 五專一至三年級、四技一年級穿著學校運動服。
2. 五專四至五年級、二技、四技二至四年級穿著輕便合宜服裝，勿穿拖鞋。

(六)校慶視同重要集會，同學請假須經導師核准，並完成線上請假:資訊服務→校園資訊系統→進入頁面左側BC2學生請假作業→BC210個人假單申請→按照正常請假流程並勾選【1至7節】後送出，如未請假或中途離席點名未到者，依校規記小過乙次。

(七)學生汽、機車禁止進入校區，在校生機車一律停放後山停車場。

(八)遇安全狀況立即通報校安中心(02)2265-3756、衛保組(02)2273-4440。

二、 教育部宣導：考量個人資料外洩是詐騙集團取得有效詐騙資訊之來源，請加強個人資料保護意識，有關個人資料保護之反詐騙宣導短片，可參考內政部警政署165全民防騙網:https://165.npa.gov.tw/#/promotion。

三、 勞作教育宣導：

(一)五專、四技一年級10月23日(一)起實施勞作教育第2階段服務分組，注意下列事項：

1. 請至學務處網頁之最新消息，查詢自己勞作教育服務地點及時間，並按時至指定地點，找穿著綠色背心之小組長報到。
2. 如需查詢個人勞教課缺曠成績可至學務處生輔組網頁(學校網頁→行政單位→學務處→生輔組→一年級勞教課缺曠成績)，如有疑問請洽詢生輔組分機622。

(二)一年級勞作教育課程，每週執行1至1.5小時校內基本勞作，各班分組與集合時間地點公布於學務處網頁(最新消息)；二年級勞作教育課程，每學期執行4小時公共服務勞作，勞作時間及內容俟確認後會通知各班。

~ 接下頁 ~

(三)轉學生如在原就讀學校未修畢勞作教育者，應予補作，如於他校已修畢類似課程者，可至教務處辦理抵免。

四、 若屬大一在學貸款人，於112年6月20日時本人或其配偶已懷孕，符合「教育部疫後就學貸款補助辦法」第3條補助資格者，即日起至同年11月10日止可向生輔組提出申請。

五、 83至93年次男同學申請分階段接受常備兵役軍事訓練，請於112年10月16日10時至11月15日17時逕至內政部役政署網站提出申請(詳情請至學務處網頁→最新消息→學生兵役查詢)。

六、 內政部頒「就讀大學校院役齡男子申請休學服役作業規定」，並即日生效，適用對象為94年次以後出生之役男，得依其意願，於在學期間預為規劃休學並申請於寒假或暑假梯次入營服役，退伍後返校復學，相關規定及申請表已發至個人mail信箱，或逕至本校【學務處網頁→生活輔導組→學生兵役】下載。

七、 94年次男同學請於112年10月2日10時至11月15日17時，可透過內政部戶役政管家APP或至內政部役政署網站首頁進入「兵籍調查線上申報」系統登入個人資料後，即可完成兵籍調查作業，詳情請至學務處網頁/最新訊息/學生兵役查詢(請多加利用手機或電腦進行填報調查資料，減少往返公所之不便，如無升學意願亦可儘早申報)。

八、 請同學依課表時間按時上課、勿遲到，每週主動上網查詢自己出缺勤情況，如遭誤記曠課應於乙週內自行列印「BC420學生缺曠明細表」，圈選誤記節數並請任課老師註明「誤記」及「簽全名」後送生輔組辦理更正，逾期依規定無法處理。【缺曠明細表列印:首頁→資訊服務→校園資訊系統→帳號為學號→身分證字號為密碼→進入頁面左側BC4學生查詢列印→點選BC420學生缺曠查詢→缺曠明細表】

九、 學生請假規定及流程：

(一)各類請假於未到課當日起14天內應完成請假手續，逾期未經請假之時數以曠課論，且系統有限制，每日只能請一次假，若當日有缺課者，應一次合併填寫假單。

(二)請假相關證明交付導師審閱即可或需附於請假系統由導師律定，另為配合生輔組線上審查，請假務必明確填寫事由，事假寫明何事(**勿只寫家裡有事**)，病假寫明病因或病痛(**勿只寫身體不適**)，喪假應註明與過世親屬關係(**非三等親請事假**)，未依規定將退回重填。

(三)**公假**:

1. 兵役體檢或法院出庭:填寫線上公假單並於請假系統附相關證明或通知書。
2. 參加學校核准之校內外活動或比賽:統由導師或活動指導老師填寫線上團體公假單，各欄位應清楚完整並附相關文件，且在活動結束後乙週內送出線上公假單，逾期無法受理。

★**導師填寫**:首頁→資訊服務→校園資訊系統→帳號為教職員編號→身分證字號為密碼→進入頁面左側下拉式選單"導師作業入口"→點選 BB4 導師假單作業→團體公假申請→新增班級公假單。

★**活動指導老師填寫**:首頁→資訊服務→校園資訊系統→帳號為教職員編號→身分證字號為密碼→進入頁面左側下拉式選單"教職員作業入口"→點選團體公假申請→新增單位公假單或社團公假單。

3. 如時間為例假日則無需請假。

~ 接下頁 ~

(四)**線上請假流程**:校首頁→資訊服務→校園資訊系統→帳號為學號→(舊生密碼為身分證字號)、(新生與轉學生密碼為身分證字號前三碼【含第一碼英文字母大寫】+生日【民國年月日】)→進入頁面左側 BC2 學生請假作業→點選 BC210 個人請假申請→點選新增並點選節次及假別(病假或事假證明是否需附於請假系統由導師律定，公假及喪假須附證明文件)→按下送出即可送審假單；送出假單後應主動查看是否審核通過，若導師尚未審核可提醒導師，若審核未通過，應於期限內(缺課當日起 14 天內)重新申請。

(五)**學生請假系統操作說明**:校首頁→資訊服務→校園資訊系統(系統操作手冊)→學生(學生請假操作手冊)。

十、 ＊＊＊重要財物請同學隨身妥慎保管，**下課離開教室前務必檢查自己隨身物品**，如拾獲或查詢遺失物請至生輔組(分機643)。依校規:拾物隱匿不報，情節輕微者，記小過1至2次；如有竊盜行為或侵占事實者，記大過1至2次。

十一、 **反詐騙宣導**：

(一)**近日台中逢甲大學驚傳 100 多名學生遭集體詐騙**，不肖人士假冒通訊行業務員，謊稱只需申辦手機或購買筆電等 3C 產品，並**填寫無卡分期貸款合約書**，即可賺取現金 5 千元，實際上學生不會拿到 3C 產品，日後也不用付一毛錢，直到**被融資公司催繳**，才發現遭詐騙，如果合約在法律上有效，還是得面臨清債問題，叮嚀同學現在詐騙手法可謂推陳出新、日新月異，故務必提高警覺，以免受騙上當。

(二)**無卡分期**目前是由第三方金融機構所推行，大家須**慎選合法經營的業者且審慎閱讀合約內容**，正派經營的業者會按法律規範**明定每月利率**、**繳款金額與還款期限**，服務相對透明且安全。千萬**別因為條件看似優渥**，**而盲目選擇來路不明的不肖業者**，否則很有可能會被背後隱藏的高利率壓垮，更會破壞自己的信用分數。

【軍訓室】

一、 **依據交通部公路局臺北區監理所來函通知，交通部公路局臺北區監理所補助參加機車駕訓取得駕照民眾每名 1,300 元，名額共計 4 萬名；112 年 4 月 11 日起，辦理機車道路安駕訓練補助，補助取得駕照民眾至駕訓班參加 3 小時道路安駕訓練者，每名 1,200 元，名額共計 2,000 名。※為提高同學安全駕駛之觀念及取得考照之機率，歡迎同學踴躍參與。相關訊息資訊中心已公告在學校網頁及全校師生個人信箱。**

二、 學校停車場停放汽、機車請將安全帽及物品置於安全的地方、車箱內或好好保管，避免容易遭人拿走而導致遺失、失竊，請同學愛惜自己安全帽及物品。

三、 教育部校安中心公告：為避免學生因交通意外事故，肇生傷亡事件，請導師加強交通安全教育宣導事項：

(1)加強高風險學生（大一新生、校外工讀、外籍生及進修部學生…等）交通安全教育宣導。

(2)鼓勵學生多搭乘大眾運輸工具上放學或出遊。

(3)鼓勵學生參與交通部推動機車駕訓補助計畫，建立學生安全駕駛觀念。

(4)騎乘「機車」等交通工具，應遵守交通規則，切勿「無照駕駛」、「酒後駕車」及「疲勞駕駛」等危險行為，俾防範交通意外事件之發生。

(5)請導師善用交通部建置「168 交通安全入口網」(網址:https://168.motc.gov.tw/)，所提供之交通安全宣導短片及資料實施宣導，期降低交通事故之發生率。

四、 同學之間互動如有口角、誤會即向師長報告（或任何糾紛）、或向輔導教官（員）反映、或電話直撥校安中心 02-2265-3756，請校安值勤教官溝通協處，切勿相約於校外談判，而衍生打架肇事遭警移送法辦事宜。

~ 接下頁 ~

五、 本校為「無菸校園」全面禁菸，開學至今仍發現部份同學於校園內吸菸，依「菸害防制法」於非吸菸區吸菸最高處新臺幣 1 萬元罰鍰，並依校規記小過處分。

【課指組】

一、 校內獎助學金相關訊息已放置課指組-「校內獎學金專區」，如欲申請同學請踴躍提出。網址：https://studentaffairs.hdut.edu.tw/p/406-1001-9155,r304.php?Lang=zh-tw

二、 校外獎助學金相關訊息已放置課指組-「獎助學金資訊網」，如欲申請同學請踴躍提出。網址：https://studentaffairs.hdut.edu.tw/p/406-1001-4940,r304.php?Lang=zh-tw

【諮商中心】

一、 **心衛宣導：**

G 啊啊啊，心情又不好了，怎麼辦?

我很抱歉聽到你的心情不好。在這種情況下，以下是一些可能幫助你改善心情的方法：

1. **深呼吸和冥想**：試著專注於深呼吸，這有助於放鬆身心。冥想也是一種有效的放鬆方式，可以減輕焦慮和壓力。
2. **寫日記**：把你的感受寫下來，這有時可以幫助你釐清自己的情緒，也可以減輕壓力。
3. **找到興趣愛好**：做一些你喜歡的事情，無論是閱讀、畫畫、散步，或者聆聽音樂，這些活動可以轉移你的注意力並帶來愉快的感覺。
4. **尋求支持**：找人傾訴，不論是朋友、家人，或者專業的心理健康專家。有人聽你的心聲可能會讓你感覺更好。
5. **運動**：運動釋放身體內的激素，有助於改善心情。這不一定要是高強度的運動，甚至散步也可以有幫助。
6. **尋找幫助**：如果你的心情持續低落，影響到你的日常生活，請考慮尋求心理健康專業人士的幫助，例如心理醫生或心理諮詢師。
7. **遠離觸發情緒的事物**：如果有些事情或環境讓你感到不適，嘗試暫時遠離它們，讓自己有時間恢復。

請記住，如果你的心情持續低落，尋求專業幫助是非常重要的。他們可以為你提供適當的支持和建議。

G 所以可以先在這邊聊聊，之後再尋求專業幫助嗎?

當然可以。在這裡聊聊可能會讓你感到稍微好一些，因為你有機會分享你的感受，而我會盡力聆聽並提供支持。但請記住，我只是一個程式，並不能取代專業的心理健康專家。如果你的情緒問題持續存在，影響到你的日常生活，或者感覺無法自行應對，尋求專業幫助是至關重要的。

心理健康專家具有豐富的經驗和知識，可以幫助你處理複雜的情緒問題。他們可以提供更具體、個人化的支持，並且可以根據你的需求制定適合的治療計劃。

在尋求專業幫助之前，你可以嘗試在這裡分享你的感受，但如果你感到需要更深入的支持，請不要猶豫，立即尋求當地的心理健康專業人士的幫助。他們具備適當的知識和技巧，可以幫助你度過困難時期。

~ 接下頁 ~

【ChatGPT — 陪伴的新可能】

現代生活，每個人手上幾乎都是一台手機。科技的發展也時刻影響著人與人之間的互動方式。

ChatGPT 的誕生，提供我們解決問題的新方向。當你向它提問任何想知道的問題時，它都可以提供一個快速彙整的解答，暫且提供我們回應所遇到的問題，至於彙整的答案是否正確，則有待我們驗證與更加詳細查找相關資料。

同樣的，當我們遇到難解、不知道如何訴說的生氣或難過的事件、感受時，它可以聆聽、陪伴我們，並給出一個調適心情的可能方向，幫助我們度過難熬的深夜時分，待隔日擁有力量尋求專業協助。

左圖為手機版的 ChatGPT。下載後，可「免費」登入自己的 Google、Apple 或信箱，亦可登入網頁版。

二、 **活動宣傳：**

諮商中心陸續公布許許多多的活動，不僅可以讓同學免費學習、帶回自己的作品，而且參與活動都還會獲得公民點數，歡迎對活動有興趣的同學，趕快掃描 QR Code 報名吻~

類型	活動主題	活動時間	活動地點	報名連結
工作坊	流進你心 -流體畫減壓體驗工作坊	112/11/14（週二） 13:00-14:45	商學館 704 教室	報名請掃QRcode https://reurl.cc/r6ZolZ
講座	在人群中接納最真實的自己	112/11/16（週四） 13:00-14:45	土木館 207 教室	https://reurl.cc/eDj59W
工作坊	植物療癒我的心：彩繪壓克力繪畫工作坊	112/11/23（週四） 10:00-12:00	商學館 704 教室	https://reurl.cc/8NO4aX

【衛保組】

一、 **流感疫苗預計於 11 月 7 日(二)在體育館 4 樓進行施打，請當天要施打疫苗的同學記得攜帶健保卡至會場。**

(施打時間:五專一年級早上 0900-1000/五專二年級 1000-1100/五專三年級 1100-1200)

~ 接下頁 ~

二、 **活動宣傳**：11 月 8 日(三)下午 15:00 至 16:00 在藝文教室辦理「**營養講座**」，歡迎有興趣的同學踴躍參加。

三、 **活動宣傳**：「海報比賽投票活動」截止日期為 11 月 8 日(三)，歡迎大家至衛保組投票，參與投票的同學將可獲得公民點數。

四、 進入校園自主配戴口罩，但是**搭乘接駁公車與進入健康中心仍須配戴口罩**。

五、 考量學校教學需求，各級學校經與學校師生充分溝通並取得共識後，可於具特殊性場域或授課有相關需求時，學校得自行決定採取佩戴口罩措施。

六、 落實「生病不上課、不上班」原則：對於有呼吸道症狀之師生，適當休息即適當補充水分，並請立即就醫，釐清確切不適原因，接受治療，待症狀解除後方可到校。

七、 「學生平安保險」由富邦人壽承辦，請參閱衛保組網頁訊息，資料填妥後隨附證明，收件時間為每週一、週三 1130 至 1400。

八、 **11 月 28 日(二)辦理新生補體檢及新生體檢異常免費複檢，時間為下午 15:30-19:30。**

九、 **因登革熱疫情升溫，建議旅遊外出應做好防蚊措施，避免被蚊蟲叮咬，如有疑似症狀如發燒、頭痛、肌肉痛、關節痛等，請同學儘速就醫。**

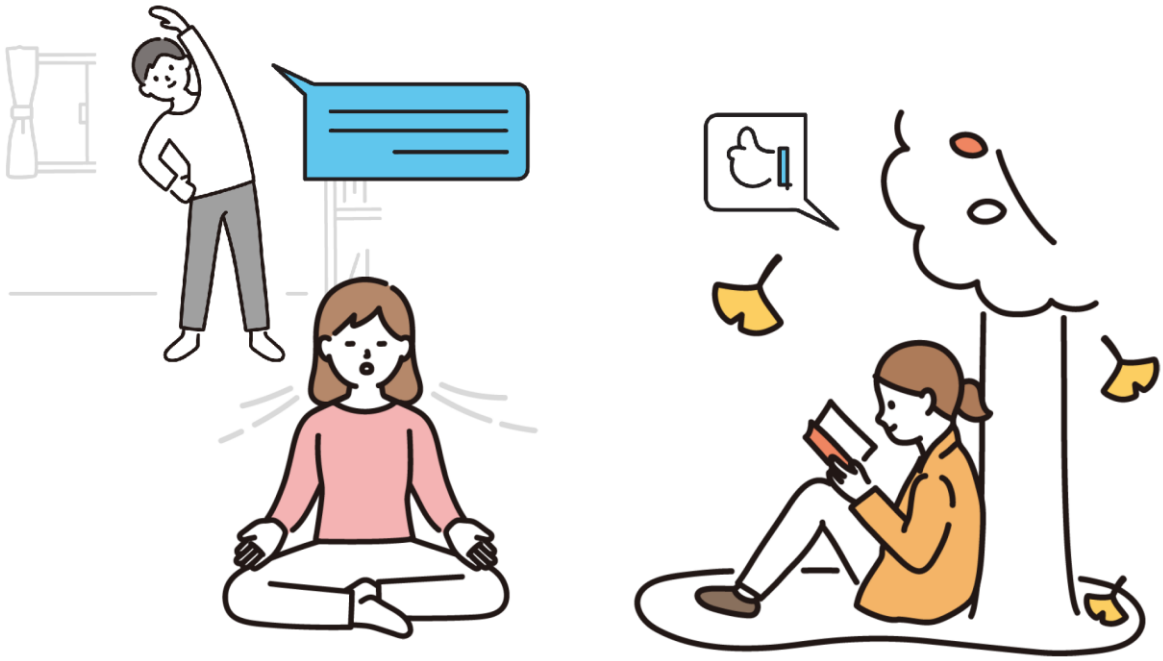
學務處

.....（本次僅發放電子檔）..... 2023.11.06 .

教育部高教深耕－人文科技，素養養成計畫

2023宏國德霖通識週

生命教育與享樂健康人生



展覽時間：112年11月13日(一)~11月21日

開幕時間：112年11月15日(三)11:30-12:00

展覽地點：堉琪樓一樓大廳

主辦單位：宏國德霖科技大學通識教育中心

參展單位：體育課程教學研究小組、中文應用教學研究小組
數理應用教學研究小組、自然科學教學研究小組
社會學科教學研究小組、程式設計教學研究小組
外語教學教學研究小組、圖書館

比照公車轉乘優惠

下山免費

接駁時間:週一至週五早上7:50-10:00

接駁停靠:罕見樓站⇔會展館站

收　　費:上山一段票(公車轉乘優惠)

下山免費

宏國德霖科技大學與你同行