

進修學制通訊 第 113-1-03 週

(視同正式文件，請副班長務必逐條宣達)

LINE@「**睽德霖**」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】

- 教育部針對各項助學措施製作「**113 學年度大專校院助學措施宣導手冊**」，同學可至教育部「**圓夢助學網**」下載 (<https://www.edu.tw/helpdreams/>)，如有相關助學疑義，亦可至該網頁參閱相關助學措施詳細內容。
- 弱勢助學補助(助學金)** (家庭年收入 90 萬以下) 辦理時間為 9 月 16 日(一)起至 10 月 17 日(四)止，務必期限前將辦理資料繳交生輔組(原進修部辦公室分機 723)，以免逾期無法辦理影響自身權益。
 - 繳交生輔組資料：
 - 弱勢助學申請書。
 - 三個月內戶籍謄本正本(內含學生本人、父、母，有配偶者加配偶；記事欄不可省略)。
 - 前一學期成績單正本，且學業成績平均60分以上(新生、轉學生免附成績單)。
 - 降轉生加附原學校未領取同學年度助學金證明。
 - 申請書填寫：校首頁→資訊服務→校園資訊系統→登入學號及密碼就學貸款、學雜費、弱勢助學專區→我已了解以上說明→點選申請項目(減免/弱勢)→填寫資料→確認送出→列印→家長與學生簽名和蓋章。
- 男同學須繳交兵役調查表**，役畢者繳交退伍令影本，停役者繳交停役證明，免役、國民兵者繳交相關證明。如註冊時兵役資料未繳交者，請立即補交至生輔組，以免影響自身權益(身分證正反面影本、退伍令、因故停役令、免役令等影本)。
- 自 112 年 8 月 15 日起，**篩檢 COVID-19 陽性輕症或無症狀者**，如需請假，請依規定完成線上請假，假別為「**病假**」，並列入出缺勤紀錄。
- 學生請假規定及流程**：
 - 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。
 - 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。
 - 公假：
 - 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。
 - 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。

~ 接下頁 ~

★**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。

(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)。

六、**學務通訊電子檔**每週會發至導師 Line 群組,再由導師轉發班級群組,請務必留意,以免影響自身權益。如需查閱各週學務通訊內容,可至本校【學務處網頁→學務服務專區→日間部學務通訊或進修學制學務通訊】下載。

七、**嚴禁騎車上人行道**:學校已於各路口處架設監視器,進行錄影存證,如違反規定,將取消機車上山資格(含住宿生),請務必遵守規定,以維護行人安全。

八、**本學期申請註銷懲罰紀錄者,受理期至第5週止**,請參閱學務處網頁/學生申請註銷懲罰記錄辦法及表單下載,並備齊相關表單至生輔組辦理(逾期不收件)。

九、**手機務必輸入本校緊急連絡電話【校安中心 24 小時電話(02)2265-3756】與導師電話**,以利協助緊急狀況處置。

十、**性別平等宣導**:消除性別歧視,尊重多元性別,落實性別平權,千萬不可在 FB、LINE、IG...等社群網站 PO 不雅圖片、影片及言論,以免觸犯法律。(申訴窗口:生輔組分機 645)

十一、**防制校園霸凌宣導**:請相互尊重,不可在 FB、LINE、IG 等社群網站 PO 任何具攻擊性或不實言論,以免觸犯法律。(申訴窗口:校安中心分機 541)

十二、**智慧財產權宣導**:上課使用正版教科書,切勿非法影印書籍、教材,以免侵害他人著作權。

【校安中心】

一、禁菸反毒宣導:

(一) 新北市衛生局於 9 月 16 日(週一)無預警到校實施菸害稽查,依「菸害防制法」校園全面禁菸,如發現違法將罰款 2 千至 1 萬元(含水煙、電子煙),依校規記小過 1 至 2 次,另未滿 20 歲須接受戒菸教育,叮嚀同學勿在校園內吸菸,如發現可聯繫校安中心(02)2265-3756。

(二) 接觸毒品,人生變牢房」、「拒絕毒品,幸福又美滿」!發現疑似吸食者將予以驗尿,如違法吸食將通知家長並納入管制,必要時送警查辦,另依校規吸食或注射違禁藥物者,記大過 1 至 2 次;販賣違禁藥物者,一律退學處分。

二、交通安全宣導：

- (一)校園內行走請靠邊走或走人行道，避免與車爭道，以免發生危險。
- (二)校內限速 20km/h 以下，騎乘機車請戴安全帽，嚴禁超載，未按規定將車輛停放於停車格內或騎機車上人行道，記小過 1 至 2 次，並視情況取消機車上山資格(含住宿生)。
- (三)為確保師生安全，教學區採「徒步區分時管制」，未依開放時間擅自騎車闖入徒步區者(公務車輛除外)，記小過 1 至 2 次，如造成柵欄損壞須照價賠償(約 6 千元起)。
- (四)為強化安全駕駛觀念，降低交通意外，交通部公路局辦理「推動機車駕訓制度」補助計畫，相關訊息可至交通部公路局「機車駕訓補助專區」網頁瀏覽，有意者 113 年 10 月 11 日(週五)前可至校安中心填表。
- (五)交通部 109 年起訂定每年 9 月份為「交通安全月」，鼓勵同學踴躍參加「全民嘴交通，安全最重要」濾鏡快嘴挑戰徵件抽獎活動，徵件日期 113 年 9 月 16 至 30 日，以手機製作「全民嘴交通」濾鏡快嘴挑戰影片，得獎商品超商 500 元禮券，共抽出 100 名，詳細辦法請參閱 113 年交通安全月/<https://roadsafetymonth.vam.com/>徵件抽獎活動。

三、校園安全宣導：

- (一)同學間應彼此尊重，如有問題無法解決，可向導師或輔導校安反映，尋求正當解決之道，切記不可有逾越分際之言行或在 FB、LINE、IG 等社群網站 PO 任何具有攻擊性或汙衊性之言論，如有上述行為者，除請家長到校協助處理外，自己亦將面臨法律責任(例如恐嚇罪、誹謗罪、公然侮辱罪)與校規懲處(大過 1 至 2 次)，叮嚀同學切勿逾越分際。
- (二)防詐騙:同學切勿輕信「高薪、免經驗、輕鬆」等詐騙廣告，以免遭受詐騙，甚至遭到囚虐，或擔任車手從事非法工作。如接獲可疑電話、簡訊，可先透過電話查證(例如 165 反詐騙專線或本校校安中心專線 2265-3756)。

【課指組】

- 一、【提醒】本校「**新生生活助學金**」申請日期：113 年 09 月 09 日至 113 年 10 月 30 日，凡符合同一家庭中有二位以上同時就讀本校者（每一家庭**限新生一人**提出申請）。詳細公告內容請至學務處「獎助學金資訊網」（校內獎學金）下載。
- 二、【提醒】113 學年度第 1 學期本校「**優秀清寒獎助學金**」，申請時間為 113 年 9 月 9 日至 10 月 9 日，欲申請同學請於期限內提出申請辦理。詳細公告內容請至學務處「獎助學金資訊網」（校內獎學金）下載。**【本項獎學金規定：一年級新生上學期免附成績單】**。
- 三、【提醒】113 學年度第 1 學期「教育部學產基金設置低收入戶學生助學金」，須具**低收入戶**子女身分之學生（**不包括中低收入戶身分且不含**研究生、重讀生、延畢生）。本校申請時間為 113 年 9 月 16 日至 10 月 8 日，欲申請同學請於期限內提出申請辦理。詳細公告內容請至學務處「獎助學金資訊網」（校內獎學金）下載。**【本項獎學金規定：一年級新生上學期免審核成績】**
- 四、【提醒】113 學年度第 1 學期新北市教育局「**新北市高級中等以上學校原住民學生獎學金**」辦理時間為 113 年 9 月 2 日至 9 月 23 日中午 12:00 截止，欲申請同學請於期限內提出申請辦理。

~ 接下頁 ~

- 五、【提醒】113 學年度第 1 學期原住民委員會「獎助大專校院原住民學生獎學金」辦理時間為 113 年 9 月 9 日至 10 月 9 日 23:59 截止，欲申請同學請於期限內提出申請辦理。
- 六、【提醒】113 學年度第 1 學期「財團法人教育部接受捐助獎學基金會」辦理時間為 113 年 9 月 1 日至本校受理收件 9 月 13 日截止，欲申請同學請於期限內提出申請辦理。
- 七、其他校內外相關獎助學金訊息已放置「獎助學金資訊網」，如欲申請同學請踴躍提出。


【諮商中心】

一、心衛宣導：

【情緒急轉彎】

生活中裡充斥著各種情緒，猶如《腦筋急轉彎 2》除了原本的 5 種情緒快樂、憂愁、厭惡、恐懼和憤怒之外，又多了焦慮、羨慕、害羞及耍廢。在劇情中，每一種的情緒都非常重要，值得我們去重視和面對，然而另一方面又認為這些情緒會對我們忙碌的生活造成困擾及阻礙。所以選擇壓抑、隱藏、假裝沒事，不允許自己感受到情緒，或是在重視的人身上情緒爆發，感覺與他人越來越疏遠，卻不知道自己怎麼了。當我們剝奪自己感受的權力時、習慣逃避自己的情緒，久而久之就會失去分辨自己感受的能力，開始對生活失去動力。例如：不允許自己感受悲傷的人，可能會陷入無止盡的意志消沉和鬱鬱寡歡；不允許自己感受並釋放憤怒的人，可能會常常處在於怨念、自我批判、或責怪他人中。以下有五個步驟可以幫助我們面對情緒：

辨別(Recognizing)	分辨我們自己及他人的情緒為何，例如：喜、怒、哀、厭、懼。
理解(Understanding)	釐清引發情緒的原因，並了解情緒如何影響我們的想法跟決定。例如：發覺自己壓力大、失戀被拋棄、與父母發生衝突等。
標記(Labeling)	用精確的詞彙來標明自己的情緒。例如：焦慮、難過、恐懼、害怕、愉悅等。
表達(Expressing)	能夠依據情境、對象及社會脈絡，選擇自己要如何表達情緒。例如：告知身邊的人自己現在的狀態不是很好，需要點空間。
調節(Regulating)	找到實用的策略來接納與管理自己的情緒。例如：透過哭泣來宣洩自己的難過，是可以的。



允許自己有情緒，提升對自我的認識吧

~ 接下頁 ~

二、活動宣傳：

諮商中心陸續公布豐富有趣的活動消息，重點是**全部免費**，歡迎對活動有興趣的同學，趕緊點連結或掃描 QR Code 報名唷♥♥♥(可申請公假)

活動名稱	日期/地點	活動內容	報名連結
我們靠什麼邁向成功 生涯講座	9月27日(五) 13:00~14:45	想知道自己身上擁有什麼特質嗎 想提升自己，發揮優勢，就來參加吧！	https://forms.gle/8dKVbA7Nczo53Gwo9
你想活出怎麼樣的人生 生涯講座暨心理健康	9月27日(五) 10:10~12:00	想探索自己未來的人生嗎？ 來認識自己，找尋屬於自己的生活道路吧！	https://forms.gle/EzqoFTBKQRE4FyAx5
【乾杯!】 人際關係探索團體	10月9日起 每週三 7.8 節 第1教學大樓 團體諮商室	關於與人之間的相處方式，想要學習或改變嗎？但，卻不知道該從哪裡開始！就一起來體驗活動、玩遊戲探索關係中的舒適距離吧！	https://forms.gle/Haq5Pk6iJDHPqLTy6
情緒卡麥拉 情緒探索工作坊	10月4日(五) 13:00~14:45	透過拼貼的過程，不斷撕碎與重整， 認識自己的情緒狀態~	https://forms.gle/nlMtYsnVGsTtqiYZ9
指甲花彩繪與情緒療育工作坊	10月8日(二) 10:10~12:00 商學館 704	透過指甲花彩繪的練習找到內心的平靜~ 透過創作的過程療癒自己~	https://forms.gle/cxe6kBfaFgJKUY597
「如果人生不是黑白，那會是什麼顏色？」 -流體杯墊體驗工作坊	11月28日 (四) 14:55~16:40	有多久沒有專注地做一件事情了呢？ 這個活動可以隨心所欲地完成，將不同的顏料堆疊處自己想要的流體畫！	https://forms.gle/qEzC9SsfDFmLH6qq6

【衛保組】

- 一、新學期新氣象，讓衛生好習慣成為你的超能力！使用肥皂勤洗手、咳嗽、打噴嚏時用面紙、手帕或衣袖遮住口鼻，身體不適也記得在家休息，避免出入擁擠場所健康滿分，全力迎接學期挑戰吧！
- 二、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，收件地點:衛生保健室，時間為:每週一、三兩天，時間為:1130-1400。

~ 接下頁 ~

三、依教育部規定，入學新生須參加學校辦理之新生體檢活動，本學期新生體檢活動訂於 113 年 10 月 18 日(五)，有三個時段分別為上午 08:00~11:50，下午 01:00~04:50，晚上 05:30~07:30，在埤琪樓 B1 舉行，費用 700 元，不需禁食，請新生及轉學生務必依時參檢。



2024.09.23