

115年學習列車

班期代碼	單位名稱	演講日期	演講主題
115752	高雄市政府消防局	2026/1/21	辦理EAP員工紓壓活動
115775	高雄市立正興國民中學	2026/1/26	SEL的基礎認識與五大核心能力
115820	高雄市新興區公所	2026/2/2	樂在工作，妥善理財
115840	高雄市政府主計處	2026/2/15	性別預算及性別統計工作坊 (性平承辦人班)
115700	高雄市政府水利局	2026/2/24	落實兩公約精神/政策中的人權思維與實務
115706	高雄市政府人事處	2026/3/5	人身安全暨性騷擾、跟騷防治
115857	教育局(後勁國小、右昌國小)	2026/3/6	淺談性別平等政策綱領
115858	教育局(河濱國小)	2026/3/6	我國性別平等發展近況(含CEDAW實務分享)
115861	教育局(高雄女中、瑞祥高中)	2026/3/6	權利、決策與影響力/性別平等政策(主管班)
115766	高雄市內門區公所	2026/3/10	職場霸凌防治—好好說話的力量
115707	高雄市立凱旋醫院	2026/3/11	性騷擾暨行政中立
115753	高雄市橋頭區公所	2026/3/11	經絡暢通，壓力釋放：運用EAP與職場平權思維打造職場養心法
115864	高雄市仁武區登發國民小學	2026/3/11	健康促進—樂活職場(含CEDAW案例分享)
115708	高雄市政府水利局	2026/3/12	職場平權霸凌與性騷擾防治
115795	高雄市政府社會局 家庭暴力及性侵害防治中心	2026/3/12	健康養生與紓解壓力
115709	高雄市立聯合醫院	2026/3/13	性騷擾防治與職場霸凌
115796	高雄市苓雅區公所	2026/3/13	紓壓療癒/健康動起來(含手作防蚊膏)
115730	高雄市政府 行政暨國際處	2026/3/17	公務AI力：行政流程智慧升級工作坊
115797	高雄市燕巢區公所	2026/3/18	員工健康促進活動
115798	高雄市旗山區鼓山國民小學	2026/3/18	喘口氣的教室—教師的壓力管理與自我照顧實務課程
115776	高雄市小港區鳳陽國民小學	2026/3/18	救溺防溺與心肺復甦術暨自動體外電擊器急救訓練
115821	高雄市仁武區仁武國民小學	2026/3/18	理財X退稅，打造提早退休底氣
115767	高雄市立社會教育館	2026/3/23	為民服務情緒管理與正向思考能量
115731	高雄市立空中大學	2026/3/25	如何運用AI成為文案寫作高手

115710	高雄市楠梓區右昌國民小學	2026/3/25	職場平權與性騷擾防治
115754	高雄市仁武區灣內國民小學	2026/3/25	金屬裡的環保哲學：用創作實踐永續生活教育
115755	高雄市仁武區登發國民小學	2026/3/25	精油舒壓、芳香癒心
115777	高雄市三民區鼎金國民小學	2026/3/25	教師輔導管教之法律實務
115799	高雄市仁武區灣內國民小學	2026/3/25	健康管理/精油按摩舒壓研習
115800	高雄市鳳山區過埤國民小學	2026/3/25	心血管是人體瑰寶，怎麼越養越好？
115701	高雄市政府新聞局	2026/3/26	兩公約人權保障
115835	高雄市政府工務局	2026/3/27	淺談如何從性別平等促進公務同仁健康及照顧工作
115836	高雄市政府新聞局	2026/3/27	鏡頭下的傷害/新聞媒體與CEDAW35號一般性建議、暫行特別措施及性騷擾防治之關聯性
115756	高雄市新興區公所	2026/3/27	植物生活應用 - 手作防蚊膏&辦公室瑜珈
115778	高雄市政府社會局家庭暴力及性侵害防治中心	2026/3/27	創傷知情視角下的社會工作實務
115822	高雄市政府水利局	2026/3/31	樂在工作 投資理財
115801	高雄市新興區公所	2026/4/2	從飲食談紓壓養生
115847	高雄市左營區公所	2026/4/6	跟蹤騷擾防治法規概論
115702	高雄市林園區公所	2026/4/8	兩公約/從一份甜，走進尊重勞工與公平貿易的日常
115732	高雄市岡山區兆湘國民小學	2026/4/8	來體驗AI能幫甚麼忙
115779	高雄市湖內區大湖國民小學	2026/4/8	特教輔導知能研習/ASD和BED的認識與師生相處方式/實例分享
115768	高雄市政府工務局	2026/4/10	主管班：職場溝通與職場霸凌防治
115757	高雄市鼓山區公所	2026/4/14	「藝」起來場療癒心靈的生活美學/手作永生花
115837	高雄市稅捐稽徵處	2026/4/15	認識數位、網路性別暴力及性騷擾防治措施
115846	高雄市鼓山區公所	2026/4/15	多元型態家庭及多元性別權益
115711	高雄市楠梓區公所	2026/4/15	共創友善職場
115713	高雄市楠梓區後勁國民小學	2026/4/15	校園職場性騷擾及性侵害防治
115733	高雄市立中醫醫院	2026/4/15	AI在日常生活中的應用

115769	高雄市政府都市發展局	2026/4/15	職場人際基本功/「衝突管理與有效溝通」
115810	高雄市政府工務局公園處	2026/4/15	安全衛生在職教育訓練(一)
115843	高雄市政府都市發展局	2026/4/16	傳統性別暴力迷思與正確防暴觀念防治責任及精進作為(主管班)
115850	高雄市橋頭區公所	2026/4/16	暴力新型態的挑戰：從CEDAW看多元性別暴力與公務門應對
115703	高雄市政府警察局楠梓分局	2026/4/16	職場人權及情緒管理
115802	高雄市政府消防局	2026/4/16	情緒療癒力
115712	高雄市政府經濟發展局	2026/4/17	職場霸凌防治與職場溝通技巧提升(主管班)。
115714	高雄市燕巢區公所	2026/4/21	AI × 數位工具推動性騷擾及性侵害防治
115741	高雄市燕巢區公所	2026/4/21	手機攝影課
115803	高雄市政府環境保護局	2026/4/21	從餐桌到心靈：飲食紓壓養生術
115704	高雄市美濃區公所	2026/4/22	從兩公約淺談溝通藝術暨職場霸凌及性騷擾防治宣導
115715	高雄市湖內區公所	2026/4/22	職場性騷擾防治
115744	高雄市湖內區大湖國民小學	2026/4/22	環境教育/草莓季的綠色行動
115745	高雄市仁武區登發國民小學	2026/4/22	療癒同肉(樂)會/走進多肉綠意生活
115780	高雄市岡山區兆湘國民小學	2026/4/22	校園事件知多少
115716	高雄市政府新聞局	2026/4/23	職場霸凌防治與宣導
115705	高雄市政府警察局	2026/4/28	兩公約及職場霸凌防治
115758	高雄市政府地政局	2026/4/28	高雄市政府員工協助方案(EAP)/「不吵架也能贏~理性對話的力量」
115717	高雄市茄萣區公所	2026/4/29	職場性騷擾防治
115718	高雄市政府警察局	2026/4/30	職場霸凌防治、申訴及調查處理
115719	高雄市政府工務局	2026/5/1	非主管班：友善職場/職場霸凌防治
115833	高雄市政府工務局公園處	2026/5/4	Me Time：職場與家庭心關係
115720	高雄市岡山區壽天國民小學	2026/5/6	性騷擾與職場霸凌防治

115848	高雄市田寮區公所	2026/5/8	CEDAW 實務及案例研討：「性別如何平等/ 引用CEDAW指引為例」(兼談性騷擾與兩公約)(暫定)
115721	高雄市苓雅區公所	2026/5/8	職場霸凌與性騷防治/從情緒管理、溝通技巧談起
115813	高雄市稅捐稽徵處	2026/5/8	尊嚴不該是代價/認識職場不法侵害
115823	高雄市大社區公所	2026/5/8	投資理財超簡單/打造自己的財富自由
115824	高雄市立社會教育館	2026/5/8	財富與養身，分享自己的財務規劃及日常的養身
115805	高雄市政府都市發展局	2026/5/13	五感植癒 Flow：公務員的慢活專注術
115814	高雄市杉林區公所	2026/5/13	法治素養專題
115804	高雄市湖內區大湖國民小學	2026/5/13	健康促進/身心調和的秘密~穴道養生之旅
115771	高雄市三民區公所	2026/5/14	溝通協調
115770	高雄市立海青高級工商職業學校	2026/5/14	同理溝通：說話藝術與服務技巧
115853	高雄市鹽埕區公所	2026/5/15	職場平權淺談垂直與水平職場性別隔離(含職場霸凌及性騷擾防治)(主管班)
115811	高雄市政府工務局公園處	2026/5/15	安全衛生在職教育訓練(二)
115841	高雄市政府警察局	2026/5/15	數位/網路性別暴力防治認識及案例探討
115729	高雄市政府環境保護局	2026/5/20	營造友善的職場：杜絕霸凌有保障
115806	高雄市阿蓮區公所	2026/5/21	健康職場Fun輕鬆講座
115817	高雄市左營區公所	2026/5/21	行政中立暨便民與圖利之探討
115734	高雄市政府環境保護局中區資源回收廠	2026/5/22	運用AI減量行政，提升工作效率
115746	高雄市茂林區公所	2026/5/22	員工學習方案/植物紓壓DIY
115759	高雄市政府財政局	2026/5/22	「色彩靜心」/和諧粉彩創作工作坊
115760	高雄市政府民政局	2026/5/26	EAP心健康
115825	高雄市政府地政局	2026/5/26	培養理財的富腦袋
115838	高雄市政府勞工局	2026/5/28	性別友善環境(含性騷擾案例研討)
115815	高雄市内門區公所	2026/5/28	公與私的界線—公務員干擾應對與便民服務
115722	高雄市政府主計處	2026/6/1	性騷擾防治

115761	高雄市政府主計處	2026/6/1	專屬香氛，專屬心境：在香氛中遇到自己
115826	高雄市仁武區灣內國民小學	2026/6/3	教師的財務自主力：從理財規劃到幸福管理
115856	高雄市鳳山區公所	2026/6/5	人身安全與司法及跟騷防治概念電影賞析
115863	高雄市政府警察局旗山分局	2026/6/5	性別平等落實：兩公約及CEDAW特別暫行措施之業務應用(含多元性別權益及性騷擾防治)
115772	高雄市大社區公所	2026/6/5	說話的藝術/有溫度的溝通
115781	高雄市政府社會局家庭暴力及性侵害防治中心	2026/6/5	依賴陷阱：為何在關係裡受傷害，卻又不分開？助人工作者在服務中的自我覺察與陪伴之路
115855	高雄市岡山區公所	2026/6/9	多元性別(LGBTI+)權益與法制
115743	高雄市鹽埕區公所	2026/6/10	健康蔬食保健/低碳
115812	高雄市左營區公所	2026/6/11	公文製作暨密件處理實務解析
115854	高雄市仁武區公所	2026/6/12	認識多元性別(我國性別平等發展概況)
115735	高雄市大樹區公所	2026/6/12	認識AI的風險與未來
115747	高雄市桃源區公所	2026/6/17	職場舒壓由你我作起/創意手作盆栽
115818	高雄市政府文化局	2026/6/17	行政中立
115736	高雄市三民區鼎金國民小學	2026/6/17	生成式AI技術與資訊安全在教育上應用實務
115723	高雄市政府勞工局	2026/6/18	職場霸凌，誰說了算？
115724	高雄市湖內區公所	2026/6/18	職場霸凌防治
115762	高雄市茂林區公所	2026/6/18	員工協助方案/好運入「粽」DIY
115839	高雄市政府財政局	2026/6/24	職場性別平等：從CEDAW探討工作平等權利
115737	高雄市政府行政暨國際處	2026/6/24	職場AI實務運用研習
115819	高雄市美濃區公所	2026/6/24	政府採購實務探討
115827	高雄市政府都市發展局	2026/6/24	公僕的財務自由：99啪教你打造「新鐵飯碗」
115725	高雄市路竹區公所	2026/6/25	職場霸凌及性騷擾防治
115763	高雄市政府社會局	2026/6/26	用香氣釋放壓力，讓心靈重啟：手作精油香皂
115751	高雄市政府消防局	2026/6/30	家庭教育
115828	高雄市長立高雄高級中學	2026/6/30	年金更改革與投資理財

115764	高雄市政府環境保護局中區資源回收廠	2026/7/1	職場紓壓瑜珈及手作精油香氛
115845	高雄市政府民政局	2026/7/3	誰在你身後？破解數位暴力的隱形攻擊
115738	高雄市永安區公所	2026/7/6	AI工具輔助公務應用
115831	高雄市政府環境保護局	2026/7/8	性騷擾防治與職場霸凌實務探討(含CEDAW及兩公約)
115773	高雄市立凱旋醫院	2026/7/8	有效溝通, 霸凌out
115842	高雄市政府警察局	2026/7/10	CEDAW與警察業務關聯性及案例探討。
115774	高雄市政府環境保護局中區資源回收廠	2026/7/10	職場壓力調適及營造良好的人際關係
115726	高雄市政府捷運工程局	2026/7/15	職家平衡及性別友善職場
115782	高雄市政府環境保護局	2026/7/21	陪你走一段：打造職場中的溫暖關懷力
115830	高雄市政府經濟發展局	2026/7/24	共創友善環境：多元性別與多重身分面臨交叉歧視、性騷擾、霸凌之案例研討
115783	高雄市路竹區公所	2026/7/30	食魚教育
115765	高雄市大樹區公所	2026/8/4	紓壓纏繞畫
115834	高雄市政府衛生局	2026/8/7	健康照顧服務中的性別平等實務：CEDAW、性騷擾與人權
115844	高雄市政府社會局	2026/8/7	促進實質平等/認識生活中的直接、間接及交叉歧視(含多元性別等)兼論兩公約之人權保障
115851	高雄市三民區公所	2026/8/7	引用CEDAW指引及實務案例研討(含跟蹤騷擾防制法規概念)
115807	高雄市稅捐稽徵處	2026/8/14	長照3.0相關議題專題演講
115748	高雄市阿蓮區公所	2026/8/19	環保綠生活~化廢為寶
115816	高雄市小港區鳳陽國民小學	2026/8/26	校園暨生活法律事件面面觀
115727	高雄市立大義國民中學	2026/8/27	職場友善環境：霸凌與性騷擾防治研習
115784	高雄市小港區鳳陽國民小學	2026/8/27	如何陪伴孩子度過情緒風暴/談特殊需求學生情緒行為的介入
115785	高雄市立大仁國民中學	2026/8/27	如何化解學生對立反抗及增進親師溝通技巧之實務分享
115728	高雄市立文山高級中學	2026/8/28	職場霸凌防治

115739	高雄市左營區新莊國民小學	2026/8/28	由教學到班級經營：教師AI戰鬥包
115742	高雄市政府觀光局	2026/8/28	手機攝影構圖入門
115786	高雄市立正興國民中學	2026/8/28	從就業趨勢與學生談生涯規劃
115832	高雄市政府捷運工程局	2026/9/4	數位性別暴力案例探討/網路跟蹤暨性騷擾
115849	高雄市楠梓區公所	2026/9/4	認識CEDAW：職場性別平權與多元性別權益(含性騷擾防治)
115859	教育局(三民高中)	2026/9/4	CEDAW概論
115860	教育局(右昌國小、後勁國小)	2026/9/4	認識性騷擾防治法規及培養性別意識
115740	高雄市政府行政暨國際處	2026/9/8	運用AI提升口說能力
115788	高雄市前金區建國國民小學	2026/9/23	民眾版急救訓練
115787	高雄市三民區河堤國民小學	2026/9/23	園藝治療在學生輔導上的應用2.0
115808	高雄市路竹區北嶺國民小學	2026/9/24	健康管理~紓壓創意料理實務研習
115749	高雄市小港區公所	2026/9/30	創意手作盆栽：綠意療癒，放鬆身心
115789	高雄市三民區愛國國民小學	2026/9/30	從校園事件談親師溝通策略
115809	高雄市政府人事處	2026/10/1	上班族健康保健
115852	高雄市旗山區公所	2026/10/2	多元性別下之數位性別暴力防治
115862	教育局(新莊高中)	2026/10/2	權利、決策與影響力/主管人員實務案例研討會(主管班)
115790	高雄市三民區鼎金國民小學	2026/10/7	班級好經營，親師生都贏
115829	高雄市大寮區中庄國民小學	2026/10/7	財富自由方程式：節稅x理財，規劃提早退休的藍圖
115791	高雄市鳳山區中山國民小學	2026/10/14	「每一個」都重要：從CRPD看「融合」到「共融」的班級與學校
115792	高雄市三民區愛國國民小學	2026/10/21	自閉症學生的認識與輔導
115750	高雄市三民區河堤國民小學	2026/11/11	走讀永續發展
115793	高雄市三民區河堤國民小學	2026/11/18	透過繪本瞭解特教孩子
115794	高雄市岡山區兆湘國民小學	2026/11/18	情緒行為障礙學生輔導策略