

The background features a warm, yellow-toned office environment. On the left, a brown desk holds a white laptop and a potted plant with green leaves in a red pot. A teal office chair is tucked under the desk. On the right, a teal armchair with a light-colored seat cushion sits on a yellow brick-patterned floor. Next to it is a small green cactus in a red pot. The top corners have light blue clouds, and the center has a large white cloud containing the main text. Small yellow stars and a sun-like symbol are scattered around the central cloud.

# 員工協助方案 懶人包

服務時間：週一至週五，9:00-22:00

EAP免付費關懷專線：0800-299-988

E-mail：[toptipeap@gmail.com](mailto:toptipeap@gmail.com)

# 1

## 什麼是員工協助方案，EAP

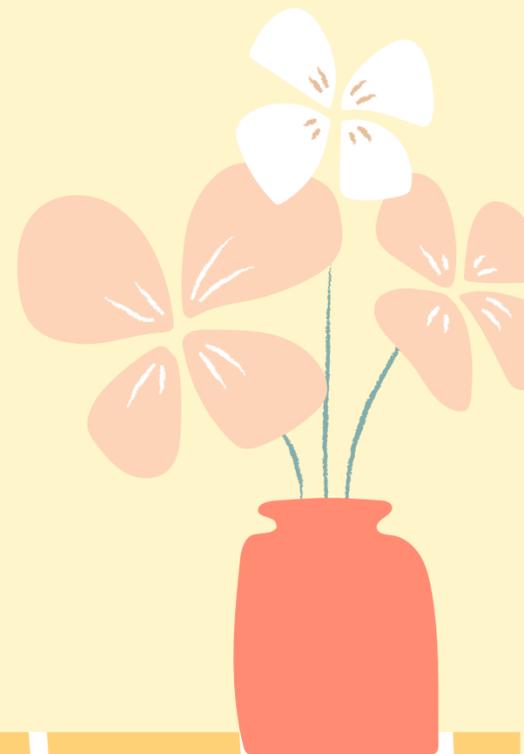
當員工遭遇生活或工作的難題，干擾工作；或是主管不知道如何改善員工的工作表現，均可透過EAP的協助，找到解決問題的方法及資源。



# 2

## 適用對象

農業部及所屬機關



# EAP 專家的組成

心趨勢提供全省68位專業人員協助您！



精神科醫師



諮商心理師、臨床心理師



法律顧問



企業教練

# 當您面臨一些困擾……

## 身心狀態

憂鬱、焦慮、躁鬱、恐慌等

## 法律議題

車禍、拋棄繼承、房屋租約等

## 家庭議題

年長父母、新手父母照顧心理等

## 職場議題

工作壓力、職涯發展、管理議題等

## 關係議題

職場人際、親子關係、婚姻關係等



# 讓 E A P 專家好好陪伴、關懷您！

EAP免付費關懷專線  
0800-299-988

EAP關懷電子信箱  
toptipeap@gmail.com

服務時間

週一至週五，上午9點至晚上10點



# EAP 專家提供的服務



面對面心理諮商



電話心理諮詢



法律諮詢



管理諮詢

# 這就是農業部EAP！【1】



## 一、電話諮詢

EAP免付費關懷專線 0800-299-988

服務時間：週一至週五，9:00-22:00

服務  
流程

EAP服務簡介

結案滿意度調查

心理諮商  
管理諮詢  
法律諮詢  
困擾諮詢

# 這就是農業部EAP!【2】

## 二、面對面心理諮商 (12/31之前農業部提供每人有4次)



到諮商地點報到



心理諮商



結案滿意度調查

服務  
流程

核對身份

後續預約

# 主管管理諮詢 懶人包

服務時間：週一至週五，9:00-22:00  
EAP免付費關懷專線：0800-299-988  
E-mail：toptipeap@gmail.com



# 主管可能會遇到以下狀況，不知該如何溝通？

**同仁出現脫序行為**  
同仁在辦公室大哭、大吼，  
無法順利完成工作

**團隊士氣低落**  
同仁工作動力低落

**組織變革調適**  
團隊業務、組織有大幅度的調整，  
同仁不知所措

**工作績效不佳**  
同仁一直無法達成工作目標

**重大危機事件**  
團隊發生意外事件，  
衝擊同仁心情



讓 E A P 專家好好陪伴、協助您！

EAP免付費諮詢專線  
0800-299-988

EAP諮詢電子信箱  
toptipeap@gmail.com

服務時間

週一至週五，上午9點至晚上10點



# EAP 專家提供的管理諮詢服務



面對面諮詢



電話諮詢



法律諮詢

# 這就是農業部EAP管理諮詢！【1】



## 一、電話諮詢

EAP免付費諮詢專線 0800-299-988

服務時間：週一至週五，9:00-22:00

服務  
流程

EAP管理諮詢服務簡介

結案滿意度調查

管理諮詢

# 這就是農業部EAP管理諮詢！【2】

## 二、面對面管理諮詢(12/31之前農業部提供每人有4次)



到諮詢地點報到

管理諮詢

結案滿意度調查

服務  
流程

核對身份

後續預約



# 性騷擾防治

服務時間：週一至週五，9:00-22:00  
EAP免付費關懷專線：0800-299-988  
E-mail：[toptipeap@gmail.com](mailto:toptipeap@gmail.com)



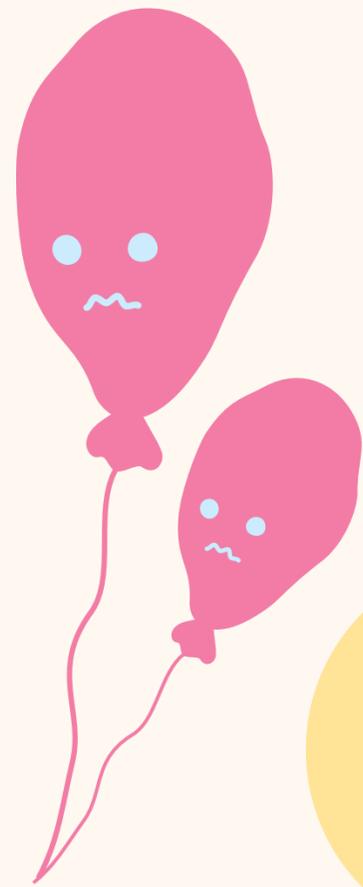
# 當您面臨這些困擾……



主管、同事對我  
毛手毛腳、色眼亂瞄

主管、同事傳色情  
影片或圖片給我

主管、同事對我  
開黃腔、說猥褻的話、性挑逗



EAP免付費關懷專線：0800-299-988

關懷電子信箱：[toptipeap@gmail.com](mailto:toptipeap@gmail.com)

服務時間：週一至週五，上午9點至晚上10點

# 您可以撥打EAP專線讓我們協助您！

EAP免付費關懷專線：0800-299-988

關懷電子信箱：[toptipeap@gmail.com](mailto:toptipeap@gmail.com)

服務時間：週一至週五，上午9點至晚上10點

這些管道也可以陪伴您走出生命困境。

- 衛生福利部 (02)8590-6666 (轉保護服務司第三科)
- 113 保護專線
- 現代婦女基金會 (02)2351-2811
- 婦女新知基金會 (02)2502-8715
- 勵馨基金會 (02)8911-8595
- 天主教曉明社會福利基金會 (04)2452-4410

# 憂鬱症與自殺防治

服務時間：週一至週五，9:00-22:00  
EAP免付費關懷專線：0800-299-988  
E-mail：[toptipeap@gmail.com](mailto:toptipeap@gmail.com)



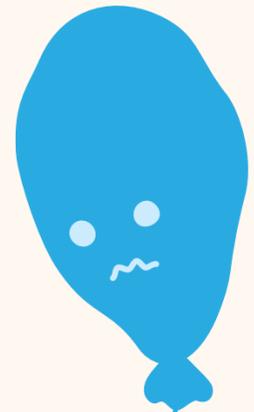
# 當您面臨一些困擾……

- 快樂不起來，常覺得煩躁、鬱悶
- 對原本喜歡的事物提不起興趣
- 體重或食慾下降(或增加)
- 失眠或嗜睡
- 思考動作變緩慢
- 感覺體力變差，失去活力
- 覺得活著沒意思，常感到自責難過
- 無法專注，腦筋變遲鈍
- 反覆想到死亡，甚至有自殺意念、企圖或計畫

EAP免付費關懷專線：0800-299-988

關懷電子信箱：[toptipeap@gmail.com](mailto:toptipeap@gmail.com)

服務時間：週一至週五，上午9點至晚上10點



# 您可以撥打EAP專線讓我們協助您！

EAP免付費關懷專線：0800-299-988

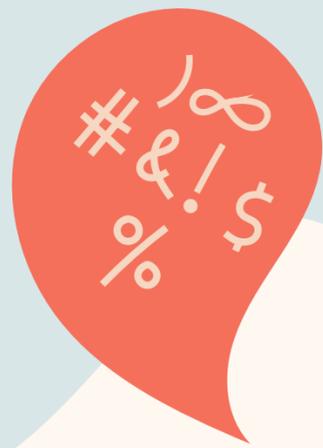
關懷電子信箱：[toptipeap@gmail.com](mailto:toptipeap@gmail.com)

服務時間：週一至週五，上午9點至晚上10點

這些管道也可以陪伴您走出生命困境，找到新生活。

- 衛生福利部24小時安心專線：1925
- 衛生福利部男性關懷專線：0800-013-999
- 台灣憂鬱症防治協會 (02)2581-7413
- 肯愛社會服務協會 (02)6617-1885
- 宇宙光關懷熱線 (02)2369-2696
- 中華民國自殺防治協會天使專線：0800-555-911
- 生命線協談專線：1995
- 張老師專線：1980





**STOP  
BULLYING**

# 職場霸凌防治

服務時間：週一至週五，9:00-22:00

EAP免付費關懷專線：0800-299-988

E-mail：toptipeap@gmail.com



# 當您面臨一些困擾……

- 同事、主管或部屬藉由權力濫用與不公平的對待，造成持續性的冒犯、威脅、冷落、孤立或侮辱行為，使您感到受挫、被威脅、羞辱、被孤立及受傷。



EAP免付費關懷專線：0800-299-988

關懷電子信箱：[toptipeap@gmail.com](mailto:toptipeap@gmail.com)

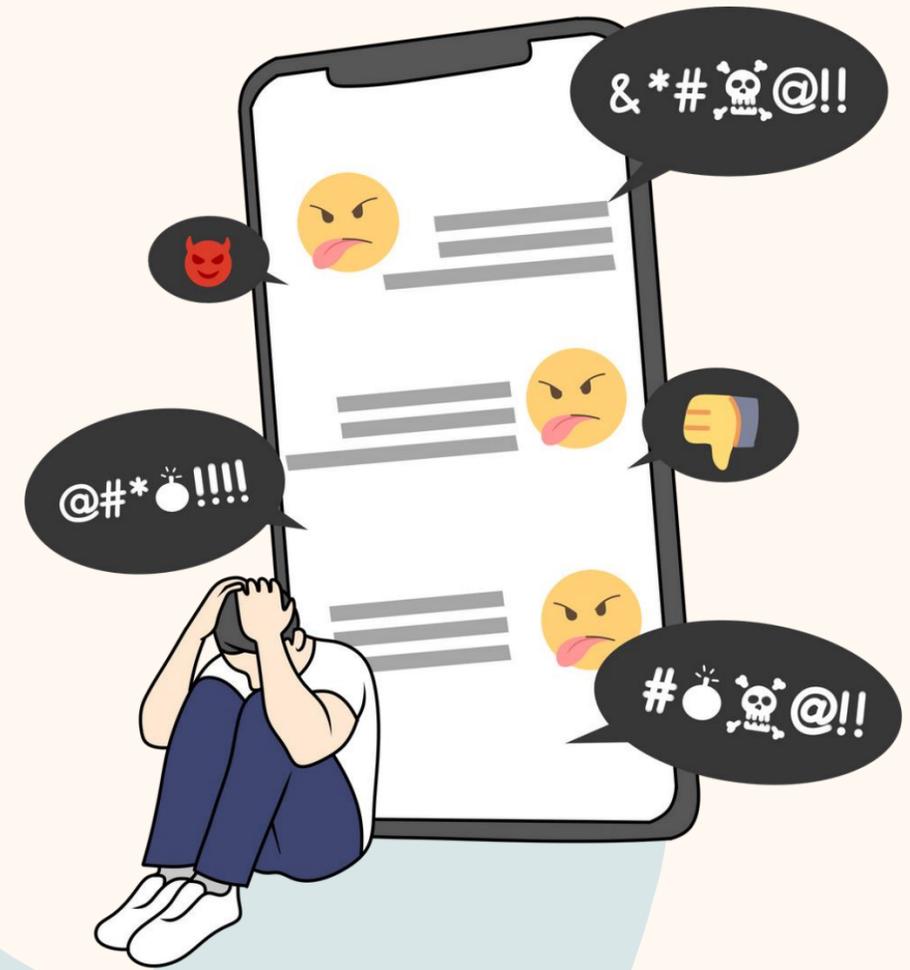
服務時間：週一至週五，上午9點至晚上10點

# 您可以撥打EAP專線讓我們協助您！

EAP免付費關懷專線：0800-299-988

關懷電子信箱：toptipeap@gmail.com

服務時間：週一至週五，上午9點至晚上10點



## 同時，你也可以...

- 蒐集證據：紀錄相關事件、錄音錄影。
- 尋求支持：與信任的同事或主管訴說。
- 申訴：向機關內的人事相關單位申訴。
- 尋求專業協助：尋求心理師或醫師協助，釋放身心壓力。

# 各縣市心理諮詢服務一覽表

各縣市政府衛生局社區心理衛生中心均定期舉辦心理健康相關講座及工作坊，詳情可見各縣市衛生局的官方網站。

縣市	網站	心理諮詢專線
新北市	<a href="#">新北市社區心理衛生中心</a>	02-2257-2623
臺北市	<a href="#">臺北市衛生局心理衛生中心</a>	02-33937885
桃園市	<a href="#">桃園市政府衛生局</a>	03-3325880

縣市	網站	心理諮詢專線
臺中市	<a href="#">臺中市政府衛生局</a>	04-25150326轉302
臺南市	<a href="#">臺南市政府衛生局</a>	06-3352982
高雄市	<a href="#">高雄市政府衛生局</a>	07-7161925
宜蘭縣	<a href="#">宜蘭縣政府衛生局</a>	03-9367885
新竹縣	<a href="#">新竹縣政府衛生局</a>	03-6567138
苗栗縣	<a href="#">苗栗縣社區心理衛生中心</a>	037-558769

縣市	網站	心理諮詢專線
彰化縣	<a href="#">彰化縣社區心理衛生中心</a>	04-7127839
南投縣	<a href="#">南投縣政府衛生局</a>	049-2202662
雲林縣	<a href="#">雲林縣衛生局</a>	05-5373488
嘉義縣	<a href="#">嘉義縣社區心理衛生中心</a>	05-3620600轉7852~7858
屏東縣	<a href="#">屏東縣政府衛生局</a>	08-7370123
臺東縣	<a href="#">臺東縣衛生局心理衛生中心</a>	089-230598轉517

縣市	網站	心理諮詢專線
花蓮縣	<a href="#">花蓮縣社區心理衛生中心</a>	03-8351885
澎湖縣	<a href="#">澎湖縣政府衛生局</a>	06-9272162轉123
基隆市	<a href="#">基隆市衛生局</a>	02-24566185轉113
新竹市	<a href="#">新竹市社區心理衛生中心</a>	03-5355276
嘉義市	<a href="#">嘉義市社區心理衛生中心</a>	05-2255155轉41或51
金門縣	<a href="#">金門縣社區心理衛生中心</a>	082-337885
連江縣	<a href="#">連江縣社區心理衛生中心</a>	0836-22095轉8827

# well-being

