

幸福共好 從心開始

320 幸福人學院國際幸福日

一、響應蔡總統倡議幸福共好年

2018 年幸福人學院推出幸福大師系列講座之「幸福學」課程，邀請大家一起研修幸福。「幸福共好」是今年蔡總統的倡議，也成為幸福人學院的主題！「共好」就是「一起」、「講好」（台語），人人以共好的方式做共好的事情，得到共好的報酬，共享攜手互惠的幸福共好。

幸福人學院倡議心理健康 BMI 幸福心指標：以擁有「與人共好」的熱心 B (Be-friend)；「與自己共好」的定心 M (Mindfulness)；「與自己共好」的重心 I (Identity)，從心開始幸福共好的秘方。呼應在〈共好〉一書也以 B 野雁鼓舞他人的天賦；M 海狸掌控達成目標的過程與方法；I 松鼠做有價值工作的精神，共創成功幸福共好的藍圖。

幸福就在您身邊，臺灣是全世界幸福排名第 33 名，亞洲第一幸福國家。國北護幸福人學院邀請您捕捉幸福共好畫面與感受，透過相機鏡頭或筆尖文字記錄人與人之間的幸福時光，並呼應國際幸福日推出三系聯合幸福月活動，搶先發表新書「幸福共好，從心開始」來掌握幸福共好美讚人生！

二、活動時間：107 年 3 月 20 日(二) 14:30-17:30

三、活動地點：國立臺北護理健康大學 親仁樓 B118（臺北市北投區明德路 365 號）

四、活動程序

時程	320 國際幸福日慶典	主講者/主持人
14:30- 15:20	幸福共好從心開始～ 報到暨幸福攝影海報展 心理健康 BMI 檢測站	〈幸福研究團隊〉
15:20- 15:30	開幕暨「幸福共好 從心開始」新書發表	幸福人學院 李玉嬋院長
15:25- 15:40	貴賓致詞祝幸福	衛生福利部心口司 謙立中司長 國立臺北護理健康大學 謝楠楨校長
幸福人學院的「幸福學」課程～傳揚幸福共好之大師座談		
15:40- 16:30	哈佛最受歡迎的一堂課 幸福學：如何擁有快樂人生？	幸福人學院 李玉嬋院長
	從西方哈佛到東方圓融幸福學	哈佛心理學博士 湯發鉅博士
	南臺灣科技人文的幸福學	大仁科技大學 王駿發校長
	臺灣國民心理健康幸福政策之推動	衛生福利部心口司 謙立中司長
16:30-	2018 幸福共好創意組合/攝影/金句大賽	幸福共好創意組合/攝影/金句大賽

16:50	頒獎典禮暨分享幸福共好	得獎者
16:50- 17:10	心理健康 BMI 檢測幸福圖譜之幸福有獎徵答	
17:10- 17:30	幸福共好攝影/金句大賽展 幸福共好創意組合展	

五、活動預告

- 幸福共好創意組合徵求活動- 收件日期：即日起，107年03月10日止
- 幸福共好攝影/金句大賽-收件日期：即日起，107年03月10日止

幸福月(3/20-4/13)系列活動預告		
3/20-3/23	共好運動：運保週系列活動	運動保健系 彭雪英 主任
3/26-3/30	共好生活：生諮週系列活動	生死與健康心理諮商系 曾煥棠 主任
4/9-4/13	共好學習：幼保週系列活動	嬰幼兒保育系 歐姿秀 主任

*活動請詳見國立臺北護理健康大學-人類發展與健康學院網站

六、指導單位

行政院衛生福利部 心理與口腔健康司

七、主辦單位

國立臺北護理健康大學 人類發展與健康學院(幸福人學院)
嬰幼兒保育系、運動保健系、生死與健康心理諮商系

八、協辦單位

社團法人臺灣圓緣慈善推廣協會
社團法人臺灣諮商心理學會
社團法人臺北市諮商心理師公會

九、活動聯絡

國立臺北護理健康大學 人類發展與健康學院 連曼君
電話：02-2822-7101 #7001 電子信箱：edoca30hdh@ntunhs.edu.tw
(敬請協助回電或回信報名，若有停車需求貴賓請提前告知，謝謝!)

歡迎蒞臨指導



國立臺北護理健康大學 幸福人學院 祝您幸福!