

德育護理健康學院

計畫主持人:林伶利教授

協同主持人:藍文謙教授

協同主持人:彭明玲主任

洪子皓

衛教中心規劃

正確使用鎮靜安眠類藥品教育教學及口腔衛生與保健教學
藥物濫用防制教學及口腔衛生與保健教學
穴位拍打(促進睡眠活動)活動教學

合作夥伴

基隆市衛生局心理健康科

基隆市各區公所

悅康管理工作室

人體弓學健康工作室

中華運動健康協會

基隆市社區培力中心

基隆市衛生局心理健康科 基隆市各區公所

基隆市七區各1~2個(里，社區)

悅康管理工作室 人體弓管理工作室 中華運動健康協會

將擇各1個據點(3個)，每周一次，連續3個月(共12次)的運動課程加入穴位拍打。

第一周前測，最後一周後測。

- 1.不易入睡者，躺著的時間(目標 長到短)
- 2.睡眠時間 (目標 短到長)
- 3.食用安眠藥者 (目標 有到減 到無)



基隆市社區培力中心

基隆市社區培力中心
2023年12月4日 · 🌐
: 培力來就補: 不畏風雨, 結合兒權倡議
與實踐的囡仔ê誠什市集! /..... 顯示更多



基隆市社區培力中心
2023年4月28日 · 🌐
: 鄰里快閃遊戲場方案: 功課不重要! ?
把這裡當作小孩的世界..... 顯示更多



藥物防治搭配社區培力中心計畫(目標3場)

