

新北市政府家庭教育中心

103 年度家長宣導資料

各位親愛的家長，您好：

我們有很重要的家庭教育資訊和資源要與您分享，請撥一點時間詳閱下列訊息，也鼓勵大家善加運用家庭教育中心資源，踴躍參與相關課程及活動，讓您的家庭因學習而更相愛！

壹、103 年度家庭教育甄選及表揚活動

一、★★慈孝家庭楷模選拔及表揚★★

為喚起家庭長輩展現慈愛、晚輩重視行孝美德，發揮典範學習效果。

- (一)選拔對象：全市各級學校，分為高中職、國中、國小學生 3 組，且於 5 年內未曾獲內政部「孝行獎」及教育部「孝親家庭楷模」表揚者。
- (二)選拔方式：分推薦、初審及決審 3 階段辦理，其中推薦方式得由當事人採自我推薦或被推薦，擇一方式辦理。
- (三)選拔程序：需經由當事人就讀學校之「103 年慈孝家庭楷模選拔會」審查後，由學校推薦，於 103 年 3 月 25 日（星期二）前（以郵戳為憑）具函送至新北市安坑國小參加初審。（相關表件請逕至中心網站下載）
- (四)表揚及獎勵：進入全國決選者，教育部於 5 月 6 日將於本府多功能集會堂公開表揚，並頒發獎狀及獎金新臺幣 1 萬元獎勵。

二、★★新北市 103 年度甄選推展家庭教育績優個人暨團體活動★★

本市為提升家庭功能、宣導家庭教育理念、促進家庭和睦與幸福。

- (一)表揚對象：凡本市所屬個人或機關（學校），推展家庭親子職、性別、婚姻、失親、倫理、家庭資源與管理等教育事項之一，連續 2 年（含）以上有具體且卓越績效者。
- (二)甄選期程：請於 103 年 3 月 14 日（星期五）前（以郵戳為憑）提出推薦申請（相關表件請逕至中心網站下載）。

新北市政府家庭教育中心 ~ 珍愛家庭 用心經營 愛在新北 幸福相隨 ~

地址：220 新北市板橋區僑中一街 1-1 號 4 樓

電話：02-22724881 傳真：02-22724882 服務時間：週一至週五 08:30~12:30，13:30~17:30

家庭教育諮詢專線：02-4128185 服務時間：週一至週五 09:00~12:00，14:00~17:00，18:00~21:00 週六 09:00~12:00，14:00~17:00

網址：<http://family.ntpc.edu.tw>

(三) 表揚名額及方式：

1.績優個人獎：最高 30 名，頒發獎牌 1 面及提貨券 2,000 元整。

2.績優團體獎：最高 10 名，頒發獎牌 1 面及提貨券 20,000 元整。

(四)表揚及獎勵：各獎項得獎之個人及團體，將於 4 月 15 日前公告於本中心網站，另於 5 月 15 日國際家庭日當天辦理表揚活動，表揚地點另行通知。

貳、免費家庭教育志工培訓招募訊息

一、★★幸福甜甜圈「親職小團體」帶領人★★

(一)培訓期程：103 年 2-9 月（每星期二上午）

(二)培訓地點：新北市土城區樂利國民小學

(三)培訓師資：吳澄波，國立台灣藝術大學及實踐大學社工系講師，張老師前總幹事

(四)報名方式：103 年 2 月 23 日(星期日)前，將報名表傳至樂利國民小學周老師信箱 chouhang0125@yahoo.com.tw 或傳真 2266-2556

(五)保證金：參加者需於 103 年 3 月 23 日(星期日)前繳交 3,000 元保證金，待完成服務 3 梯次親職團體後退回，未繳交視同放棄參加培訓。

(六)費用：免費，請鼓勵學校志工、退休老師或校長踴躍參加。

二、★★4128185 幫一幫我「家庭教育諮詢專線」★★

(一)培訓期程：103 年 4 至 8 月（每星期二或四）

(二)培訓地點：新北市政府家庭教育中心

(三)培訓師資：沈慶鴻、張英熙、李維庭、柯書林、吳澄波…等知名教授及心理師。

(四)報名方式：103 年 4 月 3 日(星期四)前將報名表傳至文德國小 wd100@mail.wdps.ntpc.edu.tw，或傳真至 2257-7193

(五)報名查詢：2257-7193 轉 71、75 邱主任

(六)費用：免費，請鼓勵學校志工、退休老師或校長踴躍參加

新北市政府家庭教育中心 ~ 珍愛家庭 用心經營 愛在新北 幸福相隨 ~

地址：220 新北市板橋區僑中一街 1-1 號 4 樓

電話：02-22724881 傳真：02-22724882 服務時間：週一至週五 08:30~12:30，13:30~17:30

家庭教育諮詢專線：02-4128185 服務時間：週一至週五 09:00~12:00，14:00~17:00，18:00~21:00 週六 09:00~12:00，14:00~17:00

網址：<http://family.ntpc.edu.tw>

參、家庭教育重要資源

一、★★412-8185 (幫一幫我) 家庭教育諮詢專線(手機請加區碼 02)★★



(一)服務內容：夫妻相處、親子溝通、子女教養、婚前交往、情緒調適、家庭資源、生活適應、人際關係等問題，歡迎撥打諮詢。

(二)服務時段：周一至周五 早上 9:00-12:00、下午 2:00-5:00
、晚上 6:00-9:00。

周 六 早上 9:00-12:00、下午 2:00-5:00

(三)面談諮詢服務：請撥 **412-8185** 專線預約面談時間。

二、★★其他相關諮詢電話★★

(一)全國保護專線：113 (24 小時)

(二)生命線：1995 (24 小時)

(三)張老師：1980 (下午 14:00~21:00)

(四)內政部男性關懷專線：0800-013-999 (上午 09:00~下午 23:00)

(五)新北市新希望關懷中心(失業、急難救助):1957(上午 08:30~下午 17:30)

(六)新北市政府高風險家庭服務管理中心：(02) 8968-2380

(上午 08:30~下午 17:30)

(七)新北市政府家庭暴力暨性侵害防治中心：(02) 8965-3359

(上午 08:30~下午 17:30)

三、★★新北市政府家庭教育中心網站資訊★★

本中心自 103 年度起已更新網頁，歡迎查詢或下載家庭教育各項出版品參考。



新北市政府家庭教育中心
地址：220 新北市板橋區

電話：02-22724881 傳真：02-22724882 服務時間：週一至週五 08:30~12:30, 13:30~17:30

家庭教育諮詢專線：02-4128185 服務時間：週一至週五 09:00~12:00, 14:00~17:00, 18:00~21:00 週六 09:00~12:00, 14:00~17:00

網址：http://family.ntpc.edu.tw

肆、您一定要知道的資訊-家庭教育共學習

一、★★子女從姓及取得財產權之平等宣導★★

- (一)出生登記，父母應以書面約定子女從母姓或父姓，約定不成者，於戶政事務所抽籤決定。年滿 20 歲成人得依意願選擇從母姓或父姓。
- (二)民法第 765 條規定所有人得自由使用、收益、處分其所有物，並排除他人之干涉，保障兩性取得財產權利之平等。

二、★★防治藥物濫用及校園霸凌★★

提供家長瞭解孩子的自身狀況及教導如何拒絕毒品與反霸凌等相關資源如下：

(一)預防毒品近身的六個方法

1. 摒拒不良嗜好

在許多毒品犯罪的吸毒經驗中，大多數是從吸煙、喝酒、施用安非他命到海洛英的漸進方式發展，這些人為了追求更大的感官刺激，而走上吸毒的不歸路！拒毒的最基本方法就是要自始摒拒不良嗜好，而經常熬夜、日夜顛倒等不規則的生活作息，也會間接造成不良嗜好，年輕朋友更應該謹慎。

2. 善用好奇心，不要以身試毒

毒品所造成的心理依賴非常可怕，吸毒犯在監獄服刑三、五年，其生理上的身癮早已戒除，但「心癮」難除，往往一出獄後又情不自禁，千方百計再度找毒，這也就是吸毒者終生進出監獄的悲慘寫照。因此千萬不要出自於好奇心，或自認「意志過人」、「絕對不會上癮」而以身試毒。

3. 尊重自我、堅決拒毒

毒品所傷害的是自己的健康、生命與尊嚴。尊重自我是對自己的生命負責，千萬不要礙於情面或講求朋友義氣而接受朋友的引誘與慫恿。

4. 建立正當的情緒抒解方法

人生不如意時常八九，難免有情緒低落、苦悶沮喪的情形，當然需要尋求舒解、宣洩，但是應該尋求正當健康的舒解方法（如聽音樂、看電影、運動、

新北市政府家庭教育中心 ~ 珍愛家庭 用心經營 愛在新北 幸福相隨 ~

地址：220 新北市板橋區僑中一街 1-1 號 4 樓

電話：02-22724881 傳真：02-22724882 服務時間：週一至週五 08:30~12:30, 13:30~17:30

家庭教育諮詢專線：02-4128185 服務時間：週一至週五 09:00~12:00, 14:00~17:00, 18:00~21:00 週六 09:00~12:00, 14:00~17:00

網址：<http://family.ntpc.edu.tw>

找朋友傾訴等等），如一時的空虛、鬱卒就靠毒品來舒解，反會沉淪於毒品之中而不能自拔。

5. 認識正確用藥觀念

健康的身體、飽滿的精神，必須靠適當的營養、運動與休息，想用毒品藥物來提振精神或治療病痛，只不過是預支精力，透支生命的愚行罷了！

6. 遠離是非場所

根據統計，電動玩具店、KTV、MTV 及地下酒家、舞廳等場所，是吸毒者和犯毒者最長出沒的地方，販毒者往往不擇手段地在這些場所設下陷阱，引誘或威脅青少年吸食、施打毒品。提高警覺性、不隨便接受陌生人的飲料、香菸；毒害不會從天而降，通常都是經由毒販設陷阱傳送，時下即發現有將毒品摻入香煙供人吸食的案例，所以應該隨時提高警覺，在不熟悉的場所中，不要隨意接受他人送的飲料或香煙等，以確保自身安全。

(二) 拒絕毒品六不

如果你的孩子被邀請做不好的事，你該如何應付呢？教你的孩子六種說「不」的方法：

1. **肯定友誼**：以誠懇的態度表示雖然很重視雙方友誼，但是不希望因此做出自己不想做的事情。
2. **家教嚴厲**：面臨難以推託的壓力時，以家教嚴厲為藉口，加以拒絕。
3. **自我解嘲**：不理會朋友的嘲笑，並以幽默的語氣緩和不愉快的氣氛。
4. **轉換話題**：談到你不喜歡或是感到壓力的話題時，設法轉換一個新的話題。
5. **遠離現場**：朋友邀你一起做觸犯法律或校規的事情時，明確拒絕後，立刻找藉口離開現場。
6. **堅持拒絕**：無論朋友如何勸說，要始終明確地、堅定地說「不」，不必做任何解釋。

資料來源：毒品防治中心(民 103 年 2 月 19 日)。防毒要訣。取自

<http://mit1.meiho.edu.tw/onweb.jsp?webno=3333330170>

新北市政府家庭教育中心 ~ 珍愛家庭 用心經營 愛在新北 幸福相隨 ~

地址：220 新北市板橋區僑中一街 1-1 號 4 樓

電話：02-22724881 傳真：02-22724882 服務時間：週一至週五 08:30~12:30, 13:30~17:30

家庭教育諮詢專線：02-4128185 服務時間：週一至週五 09:00~12:00, 14:00~17:00, 18:00~21:00 週六 09:00~12:00, 14:00~17:00

網址：<http://family.ntpc.edu.tw>

(三)受凌學生的異常行為

1. 對金錢的要求增加，花錢如流水。
2. 成績明顯下滑。
3. 不再拿出學校的通知單聯絡簿。
4. 毫無由來地煩躁。
5. 對什麼事情都自到自棄。
6. 不自然的交友關係等。

(四)相關預防專線與宣導

1. 教育部反霸凌專線：0800-200885
2. 各地方毒品危害防制中心：0800-700-885
3. 其他相關專線及相關宣導資訊，亦可到教育部防治校園霸凌專區下載相關資源。

資料來源：教育部(民103年2月19日)。防治校園霸凌專區。取自

<https://csrc.edu.tw/bully/download.asp?CategoryID=26>

親子關係是彼此一輩子的支持與溫暖，

一個幸福的家庭會有幾種特質：

家人有固定的相聚時間、常常感謝與讚美對方

並能共同處理危機。

愛家行動，從珍惜家人相聚開始，

請攜手響應新北市「幸福家庭——」運動，

每——天

陪伴家人——分鐘，

一起做——件事：

(共讀、分享、遊戲與運動。)

營造健康溫馨好家園——新北市政府家庭教育中心關心您

新北市政府家庭教育中心 ~ 珍愛家庭 用心經營 愛在新北 幸福相隨 ~

地址：220 新北市板橋區僑中一街 1-1 號 4 樓

電話：02-22724881 傳真：02-22724882 服務時間：週一至週五 08:30~12:30，13:30~17:30

家庭教育諮詢專線：02-4128185 服務時間：週一至週五 09:00~12:00，14:00~17:00，18:00~21:00 週六 09:00~12:00，14:00~17:00

網址：<http://family.ntpc.edu.tw>