嘉義縣政府 109 年度

「紓壓和諧粉彩體驗」研習實施計畫

民國 109 年 8 月 4 日府人任字第 1090174519 號函訂定

一、依據：

（一）行政院所屬及地方主管機關推動員工協助方案成效力評估計畫

（二）在嘉暖暖，幸福滿滿—嘉義縣政府 109 年度推動員工協助方案實施計畫

二、目的：

和諧粉彩藝術（Pastel Nagomi Art）是由日本的細谷典克先生（Hosoya Norikatsu）在 2003 年所創立，運用手指調和粉彩方式，彩繪創作者內在的色彩，為其心靈帶來和諧、寧靜和喜悅。此種療癒藝術不需繪畫的基礎，目的係透過簡單的步驟，享受指尖和粉彩在紙上譜出粉嫩色彩的療癒感，並藉由過程中的專注達到紓壓療效。本研習運用獨特的粉彩教學，協助同仁學習自我減壓之方式，有效增進工作效能與生活福祉。

三、主辦單位：嘉義縣政府人事處

四、參加對象：本府暨所屬機關、學校、及公所人員，每場次至多 30 人，共計 120 人。

五、活動時間、地點、及講座：

日期	場次	時間	講座	地點
9/3（四）	第一場次	13：30～16：30	諮商心理師 張智棻	創新學院 203 教室
9/24（四）	第二場次			
10/7（三）	第三場次			
10/22（四）	第四場次			

六、流程說明：

時間	13：30～13：40	報到
	13：40～13：50	員工協助宣導
	13：50～16：30	認識和諧粉彩、圖樣方式介紹、實作練習、及作品欣賞

七、報名方式：採自由報名，每場次 30 位名額，錄取名單於報名截止後 3 日內發送電子郵件通知，如報名人數超出名額，或錄取學員屆時無法參訓或自願放棄，依報名順序錄取或遞補。

八、經費來源：由本府人事處 109 年度人事業務─任免遷調─業務費項下支應。