

財團法人信誼基金會 函

地址：10075台北市中正區重慶南路二段75號

承辦人：蔡意琪

電話：02-23965305分機1124

電子信箱：lcey945@hsin-yi.org.tw

受文者：社團法人臺中市大臺中醫師公會

發文日期：中華民國114年10月16日

發文字號：信數字第11410160002號

速別：普通件

密等及解密條件或保密期限：

附件：活動訊息海報，敬請張貼公告 (10160002A0C_ATTCH1.jpg)

主旨：信誼基金會於11/1（六）舉辦【不給手機就暴走？現代家長必學的3C教養策略／陳志恆心理師】線上親職講座，敬請轉知民眾及家長，免費報名參加。

說明：

- 一、面對數位裝置普及、AI浪潮來襲，教養挑戰正不斷升級。唯有從「家」出發，啟動正向3C教養策略，才能讓數位工具成為孩子成長的助力，而非阻力。信誼將於2025年11月1日（六）下午2：00-4：30舉辦【不迷「網」的親子練習：數位時代家長的3C教養策略】線上LIVE 講座，邀請民眾及家長免費報名參加。
- 二、本場講座由【親職教養專家／陳志恆心理師】主講，內容涵蓋過量3C對孩子發展危機、數位時代教養與有效溝通策略及分齡螢幕使用守則與控管方法。講座大綱如下：
 - ・3C育兒行不行？螢幕保母的風險與危害
 - ・幾歲能看？可以看多久？10歲前的螢幕使用規範
 - ・既期待又怕傷害…如何正向開始3C網路初體驗？

- 一滑就停不下來？培養孩子的螢幕自控力
- 給手機前先等等！走向「手機自由」的準備工程

三、本講座為線上LIVE講座。即日起，免費報名：

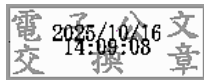
- 演講時間：2025/11/1（六）14:00-16:30
- 報名網址：<https://hsinyi.org/hk80lc>
- 線上平台：YouTube直播（前2天email／簡訊收看連結）

正本：彰化基督教醫療財團法人彰化基督教兒童醫院、新竹市立馬偕兒童醫院(委託台灣基督長老教會馬偕醫療財團法人興建經營)、國立臺灣大學醫學院附設醫院兒童醫院、台灣基督長老教會馬偕醫療財團法人馬偕兒童醫院、中國醫藥大學兒童醫院、嘉義市醫師公會、花蓮縣醫師公會、社團法人臺中市醫師公會、社團法人臺中市大臺中醫師公會、社團法人嘉義縣醫師公會、社團法人新北市醫師公會、社團法人新北市中醫師公會、社團法人公費醫師協會、宜蘭縣醫師公會、台北市醫師公會、中華民國醫師公會全國聯合會、臺灣兒科醫學會、臺灣醫學會、台灣兒童復健醫學會、台灣母胎醫學會、奇美醫療財團法人奇美醫院、奇美醫療財團法人佳里奇美醫院、卓醫院、亞洲大學附屬醫院、秀傳醫療財團法人彰濱秀傳紀念醫院、秀傳醫療社團法人高雄秀傳紀念醫院、秀傳醫療社團法人秀傳紀念醫院、沙爾德聖保祿修女會醫療財團法人聖保祿醫院、李綜合醫療社團法人苑裡李綜合醫院、李綜合醫療社團法人大甲李綜合醫院、宏恩醫療財團法人宏恩綜合醫院、宏恩醫院龍安分院、宏恩醫院、宏科醫院、宏其醫療社團法人宏其婦幼醫院、宏仁醫院、宋俊宏婦幼醫院、佑青醫療財團法人佑青醫院、佑民醫療社團法人佑民醫院、佛教慈濟醫療財團法人關山慈濟醫院、佛教慈濟醫療財團法人花蓮慈濟醫院、佛教慈濟醫療財團法人玉里慈濟醫院、佛教慈濟醫療財團法人台北慈濟醫院、佛教慈濟醫療財團法人台中慈濟醫院、佛教慈濟醫療財團法人斗六慈濟醫院、佛教慈濟醫療財團法人大林慈濟醫院、行天宮醫療志業醫療財團法人恩主公醫院、竹山秀傳醫療社團法人竹山秀傳醫院、安泰醫療社團法人潮州安泰醫院、安泰醫療社團法人安泰醫院、安和醫療社團法人安和醫院、同仁醫院、光田醫療社團法人光田綜合醫院、永川醫院、民眾醫院、正大醫院、台灣醫院協會、台灣基督長老教會新樓醫療財團法人麻豆新樓醫院、台灣基督長老教會新樓醫療財團法人台南新樓醫院、台灣基督長老教會馬偕醫療財團法人新竹馬偕紀念醫院、台灣基督長老教會馬偕醫療財團法人淡水馬偕紀念醫院、台灣基督長老教會馬偕醫療財團法人馬偕紀念醫院、台灣基督長老教會馬偕醫療財團法人台東馬偕紀念醫院、台灣社區醫院協會、台南市郭綜合醫院、台南市立醫院(委託秀傳醫療社團法人經營)、天祥醫院、天成醫療社團法人天晟醫院、天成醫院、天主教靈醫會醫療財團法人羅東聖母醫院、天主教靈醫會醫療財團法人礁溪杏和醫院、天主教靈醫會醫療財團法人惠民醫院、天主教靈醫會醫療財團法人附設宜蘭縣私立羅東聖母醫院員工子女托嬰中心、天主教聖功醫療財團法人聖功醫院、天主教耕莘醫療財團法人耕莘醫院、天主教耕莘醫療財團法人永和耕莘醫院、天主教若瑟醫療財團法人若瑟醫院、天主教花蓮教區醫療財團法人台東聖母醫院、天主教仁慈醫療財團法人仁慈醫院、天主教中華聖母修女會醫療財團法人天主教聖馬爾定醫院、元復醫院、仁愛醫療財團法人台中仁愛醫院、仁愛醫院、仁愛醫療財團法人大里仁愛醫院、仁安醫院、中壢長榮醫院、中華民國區域醫院協會、中國醫

藥大學新竹附設醫院、中國醫藥大學附設醫院臺北分院、中國醫藥大學附設醫院、中國醫藥大學北港附設醫院、中英醫療社團法人中英醫院、中心診所醫療財團法人中心綜合醫院、中山醫療社團法人中山醫院、中山醫學大學附設醫院、大新醫院、大園敏盛醫院、大東醫院、大千綜合醫院、臺北榮民總醫院蘇澳分院、臺北榮民總醫院新竹分院、臺北榮民總醫院桃園分院、臺北榮民總醫院玉里分院、臺北榮民總醫院、臺中榮民總醫院嘉義分院、臺中榮民總醫院埔里分院、臺中榮民總醫院、國軍臺中總醫院、國軍高雄總醫院屏東分院、國軍高雄總醫院岡山分院、國軍高雄總醫院、國軍桃園總醫院、國軍花蓮總醫院、國軍左營總醫院岡山分院、國軍左營總醫院、國防醫學大學三軍總醫院、高雄榮民總醫院臺南分院、高雄榮民總醫院屏東分院、高雄榮民總醫院、屏東榮民總醫院、新泰綜合醫院、澄清綜合醫院、澄清綜合醫院中港分院、國泰醫療財團法人新竹國泰綜合醫院、國泰醫療財團法人國泰綜合醫院、國泰醫療財團法人汐止國泰綜合醫院、東元醫療社團法人東元綜合醫院、阮綜合醫療社團法人阮綜合醫院、新光醫療財團法人新光吳火獅紀念醫院、新光醫療財團法人、衛生福利部雙和醫院（委託臺北醫學大學興建經營）、臺北醫學大學附設醫院、臺北市立萬芳醫院—委託臺北醫學大學辦理、高雄市立旗津醫院（委託財團法人私立高雄醫學大學經營）、高雄市立小港醫院（委託財團法人私立高雄醫學大學經營）、國防醫學大學三軍總醫院澎湖分院、國防醫學大學三軍總醫院基隆分院、國防醫學大學三軍總醫院松山分院、國防醫學大學三軍總醫院北投分院、衛生福利部屏東醫院、衛生福利部南投醫院、衛生福利部玉里醫院、衛生福利部朴子醫院、衛生福利部金門醫院、衛生福利部花蓮醫院、衛生福利部臺北醫院、衛生福利部桃園醫院、衛生福利部苗栗醫院、衛生福利部臺中醫院、衛生福利部彰化醫院、衛生福利部嘉義醫院、臺北市立聯合醫院、新北市立聯合醫院、高雄市立聯合醫院、員榮醫療社團法人員榮醫院員生院區、員榮醫療社團法人員榮醫院、義大醫療財團法人義大醫院、基督復臨安息日會醫療財團法人臺安醫院、振興醫療財團法人振興醫院、長庚醫療財團法人台北長庚紀念醫院、長庚醫療財團法人林口長庚紀念醫院、長庚醫療財團法人桃園長庚紀念醫院、新北市立土城醫院（委託長庚醫療財團法人興建經營）、高雄市立鳳山醫院（委託長庚醫療財團法人經營）、長庚醫療財團法人嘉義長庚紀念醫院、長庚醫療財團法人雲林長庚紀念醫院、長庚醫療財團法人基隆長庚紀念醫院、醫療財團法人徐元智先生醫藥基金會亞東紀念醫院、醫療財團法人辜公亮基金會和信治癌中心醫院、國立臺灣大學醫學院附設醫院北護分院護理部、陽明醫院（嘉義市）、國立成功大學醫學院附設醫院、輔英科技大學附設醫院、新北市健保診所協會、財團法人靖娟兒童安全文教基金會、財團法人慈心兒童教育基金會、社團法人臺灣兒童教育發展協會、社團法人新北市國際兒童教育協會、社團法人臺灣兒童健康暨身心發展協會、社團法人台北市兒童托育協會（臺北市文山親子館）、社團法人新北市國際兒童教育協會臺北市大安親子館、社團法人中華育幼機構兒童關懷協會、社團法人宜蘭縣諮商心理師公會、社團法人高雄市臨床心理師公會、社團法人台南市諮商心理師公會、社團法人中華民國諮商心理師公會全國聯合會、中華民國臨床心理師公會全國聯合會、社團法人台灣國際嬰幼兒發展協會、臺北市政府社會局委託財團法人靖娟兒童安全文教基金會經營管理臺北市中山親子館、財團法人中華民國兒童福利聯盟基金會臺北市信義親子館、臺北市政府社會局委託財團法人靖娟兒童安全文教基金會經營管理臺北市士林親子館、財團法人中華民國兒童福利聯盟基金會臺北市松山親子館、臺東縣政府教育處、澎湖縣政府教育處、彰化縣政府教育處、嘉義縣政府教育處、嘉義市政府教育處、雲林縣政府教育處、連江縣政府教育處、基隆市政府教育處、新竹市政府教育處、苗栗縣政府教育處、屏東縣政府教育處、金門縣政府教育處、南投縣政府教育處、花蓮縣政府教育處、宜蘭縣政府教育處、教育局、臺北

市政府教育局學前教育科、臺北市政府教育局國小教育科、臺北市政府教育局、臺中市政府教育局、臺南市政府教育局、新竹縣政府教育局、新北市政府教育局幼兒教育科、桃園市政府教育局、新北市政府教育局國小教育科、新北市政府教育局、高雄市政府教育局、教育部國民及學前教育署學前教育組、教育部國民及學前教育署、學前教育培訓、經濟部新竹產業園區服務中心職場互助教保服務中心(委託社團法人臺灣亞洲學前教育培訓協會辦理)、新竹縣王爺壟非營利幼兒園(委託社團法人臺灣亞洲學前教育培訓協會辦理)、新竹縣文興非營利幼兒園(委託社團法人臺灣亞洲學前教育培訓協會辦理)

副本：



裝

訂

線



不迷網的 親子練習

數位時代家長的3C教養策略



親職教養專家

陳志恆 心理師主講

11/1 六 14:00

這堂課可以學到什麼？

- ◆ 3C育兒行不行？螢幕保母的風險與危害
- ◆ 幾歲能看？可以看多久？10歲前的螢幕使用規範
- ◆ 既期待又怕傷害…如何正向開始3C網路初體驗？
- ◆ 一滑就停不下來？培養孩子的螢幕自控力
- ◆ 給手機前先等等！走向「手機自由」的準備工程



◀ **掃描QRcode，免費報名參加**

演講時間：2025/11/1 星期六 14:00-16:30

直播平臺：YouTube直播 ※活動前2天簡訊 / email連結