

財團法人中華民國佛教慈濟慈善事業基金會 函

地址：97071花蓮縣花蓮市中央路三段703號

承辦人：陳立芳

電話：03-8266779#281

受文者：屏東縣立東港高級中學

發文日期：中華民國115年6月1日

發文字號：慈證字第1150000511號

速別：普通件

密等及解密條件或保密期限：

附件：隨文發訖 (0000511A00_ATTCH1.png、0000511A00_ATTCH2.pdf)

主旨：檢送本會辦理「教師心靈成長營」活動簡章1份，敬請貴校/貴會惠予公告周知，並鼓勵所屬教師踴躍報名參加，請查照。

說明：

一、本會暨所屬之教師聯誼會與慈濟大學師資培育中心合作辦理【教師心靈成長營】營隊活動，期透過課程心靈沉澱與教學交流，陪伴教師重新看見教育的價值與力量。

二、活動資訊如下：

(一)活動時間：115年8月7日(星期五)至8月9日(星期日)，三天兩夜，住宿靜思堂。

(二)活動地點：花蓮慈濟靜思堂(花蓮市中央路3段703號)。

(三)營隊對象：

1、各級公私立學校(含立案幼兒園)在職或退休校長、教職員或教官。

2、政府教育單位或公私立教育機構之教育從業人員。

(四)報名時間：即日起至7月19日止或額滿為止(名額160名，依報名先後順序錄取)。

(五)報名方式：採網路報名(網址：<https://forms.gle/YDerbGbZ3nagBgpx8>)。

(六)活動詳情：請參閱活動官網(網址：<https://url.tzuchi.org/s/wtROKK>)。

(七)研習時數：全程參與者核予13小時研習時數，全國教師在職進修網課程代碼：5617779。

三、聯絡方式：

(一)劉老師：0919-365832；電子郵件：alice47487@gmail.com。

(二)陳小姐：03-8266779轉281；電子郵件：lifang@tzuchi.org.tw。

四、隨文檢附活動海報及營隊簡章各一份。

正本：全國教師工會總聯合會、全國高級中等學校、全國國民中小學

副本：本會宗教處



教師心靈 成長營

身心對話 | 安心充電 | 實務技能 | 教學從容



2026.

8.7 (五) - 8.9 (日)

三天兩夜

住宿靜思堂



營隊地點 | 花蓮慈濟靜思堂

放慢腳步
遇見更好的自己
遇見更美的教育

掃碼報名



- ✓ 全程參與者，核發時數13小時
- ✓ 研習代碼：5617779
- ✓ 活動詳情請掃 QR code

佛教慈濟慈善事業基金會

2026年教師心靈成長營簡章

壹、營隊主軸

- 一、放慢腳步，遇見不一樣的教育風景
- 二、安頓身心，開啟親師生的實務對話
- 三、滿載能量，帶著溫暖回到校園

貳、辦理單位

- 一、主辦單位：佛教慈濟慈善事業基金會
- 二、承辦單位：慈濟教師聯誼會
- 三、協辦單位：慈濟大學師資培育中心

參、辦理方式

實地走讀、專題講座、雙向交流、精舍巡禮等

肆、營隊時間

2026年8月7日(五)至8月9日(日)三天兩夜(住宿靜思堂)

- 一、報到：請於8月7日(五)11:30-13:00 完成報到
- 二、賦歸：回程車次建議預定8月9日(日)14:00之後車次

伍、營隊地點

花蓮慈濟靜思堂(花蓮市中央路 3 段 703 號)

陸、營隊對象

- 一、各級公私立學校(含立案幼稚園)在職或退休校長、教職員或教官。
- 二、政府教育單位或公私立教育機構之教育從業人員。

柒、營隊費用

新台幣伍佰元整(含保險費、遊覽車費、餐費等)，於報到時繳交。

捌、報名方式

- 一、即日起至7月19日(日)或額滿為止(160名,以報名先後順序錄取)。
- 二、報名方式:請上網填寫報名表 <https://forms.gle/YDerbGbZ3nagBgpx8>
全程參與者核予13小時研習時數(研習代碼5617779)

諮詢電話:

報名窗口:劉老師 電話:0919-365832; 電子信箱:alice47487@gmail.com

宗教處窗口:陳師姊 電話:03-8266779 轉 281; 電子信箱:lifang@tzuchi.org.tw

玖、服裝物品

一、營隊服裝:

※具慈濟教聯會身分:

請著短袖青天白雲、白鞋、白襪、襪套。

◎就寢:灰色志工服。

※非慈濟教聯會身分:

請著素色上衣、深色長褲、輕便鞋(勿穿涼鞋)、襪子、襪套。

◎就寢:有袖上衣及長褲。

二、攜帶物品:

(一)隨身提袋:上課用

(二)環保餐具袋:環保碗(有蓋)、環保筷、環保杯。

碗身、碗蓋、杯身、杯蓋、餐具袋,請貼(掛)上或寫上姓名。

(三)筆記、筆、身分證、健保卡、個人藥品、手帕、折傘、襪套,若有鞋袋者,請攜帶使用。

(四)盥洗用具、枕巾、換洗衣物。

壹拾、 交通資訊

★去回程建議車次如下（請依台鐵公告之時刻表為主）：

★乘車前四週（二十八天）可開始預訂車票，來回車票、交通費用請自理。

來回程	方向	車種車次	起站→迄站	備註
去程	北迴	自強(3000)472	員林→花蓮	員林 06:00→花蓮 11:07
		自強(3000)278	彰化→花蓮	彰化 06:48→花蓮 11:58
	南迴	自強(3000)301	臺南→花蓮	臺南 06:30→花蓮 10:59
回程	北迴	普悠瑪 273	花蓮→彰化	花蓮 14:18→彰化 18:39
		自強277	花蓮→斗南	花蓮 14:22→斗南 21:43
		自強(3000)421	臺東→樹林	花蓮 14:33→樹林 17:10
	南迴	自強(3000)324	花蓮→臺南	花蓮 16:01→臺南 20:29

備註：

- 一、後續會再發出行前通知，了解實際搭乘車次及是否需接駁服務。
- 二、後火車站距離報到地點【慈濟靜思堂】(花蓮市)，
【車程】約 5-8 分鐘，【步行】約 15-20 分鐘。
- 三、回程預計自【靜思精舍】(新城鄉)離開，邀請您預留時間於靜思精舍用午餐，
靜思精舍至花蓮後火車站【車程】約 15-20 分鐘，含進月台等路程，
建議預留 30 分鐘以上較為從容。

附件一：課程草案

佛教慈濟慈善事業基金會 教師心靈成長營

地點：花蓮靜思堂、靜思精舍

8月7日(週五)	8月8日(週六)	8月9日(週日)
歡喜報到	06:00-06:40(40)晨鐘、盥洗	06:00-07:00(60)晨鐘、盥洗
	06:40-07:40(60) 清晨靜心與自我對話	07:00-08:00(60) 慈濟列車-返回靜思精舍
	07:40-08:40(60) 早齋	08:00-09:00(60) 精舍人文生態巡禮
	08:40-10:00(80) SEL 社會情緒視察之旅	09:00-09:40(40) 身心寬暢
	10:00-10:40(40)知心相契	09:40-10:00(20)整隊
	10:40-12:00(80) 品格素養的教學實踐	10:00-11:50(110) 圓緣暨溫馨座談
	幼教組 小學組 國高中組	
12:30-13:30(60) 午齋、午休	12:00-13:20(80) 午齋、午休	11:50-12:50(60) 午齋
13:30-14:20(50) 相遇：教育夥伴們	13:20-13:30(10) 醒腦活動	12:50~ 分批搭車前往火車站 賦歸
14:20-15:00(40) 身心寬暢、整隊、車程		
15:00-17:30(150) 走讀校園： 教育現場實地觀摩	13:30-14:50(80) 班級經營與親師生溝通之術	13:00-14:30 留步聽故事： 60周年主題特展
	14:50-15:30(40) 身心寬暢	
	15:30-16:50(80) 歲月靜好：人文博覽館走讀	
17:30-18:00(30) 整隊、車程	16:50-17:40(50) 教育夥伴的知音時刻	
	17:40-18:00(20) 離營行程事項提醒	
18:00-19:10(70) 藥石	18:00-19:00(60) 藥石	
19:10-20:20(70) 仲夏音樂饗宴	19:00-20:10(70) 飲一杯智慧的水	
20:20-22:00 回寮房、盥洗	20:10-22:00 回寮房、盥洗	
22:00~ 安板、止靜	22:00~ 安板、止靜	

講師簡介：

※蔡永文教授/國立臺灣藝術大學表演藝術學院音樂學系專任教授

※何縉琪教授/慈濟大學副校長/慈濟大學教育研究所所長/慈濟大學師資培育中心主任

※周雯娟校長/新竹市東區青草湖國民小學校長

※蔡文惠老師/基隆市華興國小附設幼兒園園主任

※張惠雯老師/桃園市中山國小教師

※葉宜宣老師/慈濟大學附屬高級中學(慈大附中)教師

※黃慧榆老師/高雄市左營區勝利國小教師

2026 教師心靈成長營課程表

Course Schedule

覺察 · 連結 · 成長

DAY 1 | 8/7 (五)



12:00 - 12:30
歡喜報到



13:30 - 14:20
相遇：教育夥伴們



15:00 - 17:30
走讀校園：
教育現場實地觀摩



19:10 - 20:20
仲夏音樂饗宴

DAY 2 | 8/8 (六)



06:40 - 07:40 清晨靜心與自我對話



08:40 - 10:00 SEL 社會情緒視察之旅



10:40 - 12:00 品格素養的教學實踐



13:30 - 14:50 班級經營與親師生溝通之術



15:30 - 16:50 歲月靜好：
人文博覽館走讀



16:50 - 17:40 教育夥伴的知音時刻



19:00 - 20:10 飲一杯智慧的水

DAY 3 | 8/9 (日)



07:00 - 08:00
慈濟列車 - 返回靜思精舍



08:00 - 09:00
精舍人文生態巡禮



10:00 - 11:50
圓緣暨溫馨座談



12:50 起
賦歸



13:00 起
留步聽故事：
60周年主題特展

※主辦單位保有課程調整之權利