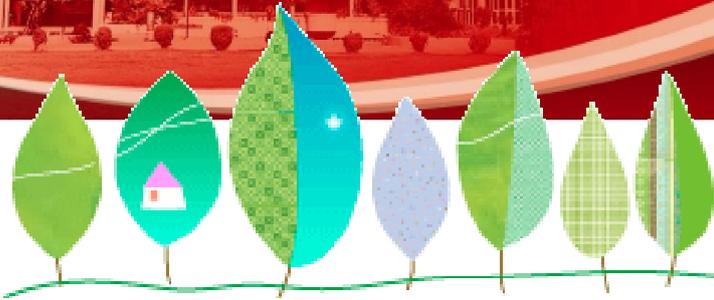




學務通報

學生事務處發行 113年5月13日出版 第6期



宣導事項

學務長室

性別平等教育宣導

生活輔導組

【113年度品德教育母親節感恩活動】活動照片、【112-2營造宿舍活動 - 品德教育講座活動】公告宣傳、【113年度桌遊領導課程】公告宣傳、保護智慧財產權宣導小題庫51-60

軍訓室

【反詐騙】公告宣導、【菸害防制】公告宣導、【防制藥物濫用】公告宣導、【交通安全宣導】公告宣導

身心健康中心

【112-2性別平等教育系列活動 - 多元性別與情感教育】公告宣傳、【112-2資源教室手作活動 - 手作流體熊】公告宣傳

課外活動發展組

【113級應屆畢業生校友會理事長獎遴選】公告宣傳、【113級應屆畢業生校長獎遴選】公告宣傳、【112-2服務達人選拔】公告宣傳、【112-2社團之光遴選】公告宣傳、【112-2畢業離情依依】公告宣傳、誠實商店物資募集海報、誠實商店補助公告、課外組線上服務宣傳

體育運動組

【2024第二屆旭光羽球錦標賽】活動時程公告、【運動系列講座】公告宣傳、【運動健康園地】





學務長室

性別平等教育

校園性侵害性騷擾和性霸凌

申訴專線 05-

2267125 分機

21933

性侵害及性騷擾求助專線

承辦人：洪照惠 電話：05-2267125 轉 21933 位置：生有樓 1 樓 B105



讓我們共同營造性別友善校園





生活輔導組



【生輔組焦點訊息】

112 學年度第 2 學期吳鳳科技大學
品德教育-「母親節感恩活動」照片
113/05/6-10 生輔組、文鴻樓一樓廣場



說明：活動現場



說明：活動現場



說明：活動現場



說明：活動現場



說明：活動現場



說明：活動現場

112學年度2學期 營造宿舍文化活動

品德教育講座宣導

- (一)活動時間：113年5月15日
星期三下午13時30至16時30分
- (二)活動地點：生有樓SA107教室。
- (三)專題講座：台南市校外會志工童氏容老師。
- (四)參加人員：
本校住宿生、僑專班及新南向專班住宿生

***歡迎各位同學前往參加~~~**





113年度吳鳳科技大學【桌遊領導課程】

原資中心這次要帶同學們玩桌遊，未來可以一起進入部落原住民族文化健康站(文建站)帶領地方原住民族長者玩桌遊，歡迎有興趣的大家一起來參與，報名請至生輔組♥

☺活動時間：113年5月29日下午13:10至17:10。

☺活動地點：本校文鴻樓A406原住民族文史研究室。

☺參加對象：25人，全校學生及教職員。

☺活動內容：

(一)由小桌末桌遊講師趙建棚介紹自己如何接觸桌遊，透過桌遊搭起與他人的橋樑，豐富自己的人生，亦請講師分享開店的歷程，以及店面經營及管理心得。

(二)講師帶領學員一起玩桌遊，在玩樂的過程中提點學員如何引導玩家，才能使整場桌遊更刺激、增進玩家間的默契。

(三)課程內容如下：

日期	時間	內容	講師
5/29(三)	13:10-13:30	簽到	
	13:30-14:30	講師接觸桌遊的契機及開店歷程與管理	趙建棚
	14:30-16:30	桌遊玩樂及學習帶領桌遊技巧	趙建棚
	16:30-17:10	學員心得分享	



保護智慧財產權宣導 小題庫

51. (○) 小蔡將周杰倫的 CD 新歌轉成 MP3 檔案後，放在網站上供人下載，是違反著作權法的行為。
52. (○) 我用筆名在網路 BBS 站上發表一篇文章，同樣享有著作權。
53. (○) 演講內容是語文著作，同學要錄音前要先徵求演講人的同意！
54. (○) 沒有獲得著作權人的同意或授權，任意上傳、下載或轉貼別人的著作是一種侵害著作權人的「重製權」及「公開傳輸權」的網路盜版行為。
55. (○) 除合理使用外，在公開場所播放或演唱別人的音樂或錄音著作，應徵得著作權人的同意或授權，至於同意或授權的條件，可以找音樂著作的著作權仲介團體洽談。
56. (○) 著作權採「創作保護主義」，也就是說，著作人在著作完成時就取得著作權，受到著作權法的保護，不必到政府機關申請登記或註冊。
57. (○) 「合理範圍內」才能影印別人的著作，如果已超出合理範圍，會造成替代市場。如果大家都用非法影印而不買書，以後就沒有出版社願意花錢出書啦。
58. (○) 按月繳交會費不等於取得合法授權，下載音樂、軟體或影片，要選擇經過合法授權的網站，以免誤觸法網。
59. (○) 未經著作權人的授權而抄襲別人的研究報告，是一種侵害著作權的行為！我們的智慧應該用在創作，而不是抄襲！
60. (○) 情書也是受到著作權法保護的語文著作，未經作者同意而隨便公開別人的情書，是一種侵害別人公開發表權的行為。





軍訓室

【軍訓室焦點訊息】

冒險當車手 錢入他人手

當了車手就有罪 他人賺飽卻脫罪



擔任詐騙集團洗錢車手，
一旦遭緝捕，一罪一罰，
最高可判 **30** 年徒刑。



軍訓室/校安中心 關心您



軍訓室/校安中心



吸菸有害健康

珍愛生命/遠離香菸

Smoking can cause a slow and painful death

放棄香菸你擁有的更多!



防毒防身 五錦囊

拒絕染毒上身

- 上上籤
是非場所要遠離
- 上上籤
反毒觀念要落實
- 上上籤
健康休閒要培養
- 上上籤
抗壓自信要建立
- 上上籤
親子關係要培養



毒防中心諮詢專線：
0800-770-885 (請請您 幫幫我)



軍訓室/校安中心關心您

每日好心情 好事會發生

有禮真好

別擔心，您先行



請勿任意穿越道路
走人行穿越道才是安全的選擇唷!





身心健康中心



【身心健康中心焦點訊息】

112-2 性別平等教育系列活動

愛的多元方程式

多元性別與情感教育

講師:張佳容 臨床心理師

時間:5/22(三)15:25~17:10

地點:文鴻樓 A509



**歡迎全校師生報名參加
現場備有餐盒，額滿為止**

活動詳細資訊可洽 身心健康中心(TA205)
聯絡人: 楊悅欣 老師 05-2267125分機24145



112-2資源教室手作活動

流體藝術體驗

手作流體熊

113年5月22日(三) 12:20-15:30

限資教同學及助理人員參加

名額有限趕快報名喔!



掃我報名



講師
王苑姿 心理師

助理講師
鐘瑞心 社工師



課外活動發展組



【課外組焦點訊息】



吳鳳科技大學

113級畢業典禮

校友會理事長獎

獎項緣由

本校校友會為獎勵逆境中努力不懈之學生，特於畢業典禮中捐贈校友會理事長獎乙份，歡迎應屆畢業生備妥資料來參加遴選。

檢附資料

- ✓ 7學期成績單
- ✓ 服務事蹟 (請附佐證)
- ✓ 得獎紀錄 (請附佐證)
- ✓ 推薦函3份
- ✓ 自傳

獎品
筆記型電腦

報名截止至113年5月17日(五)
請將申請資料造冊送至課外活動發展組





吳鳳科技大學

113級畢業典禮



校長獎遴選



申請資格

在學期間擔任全校自治性社團負責人（學生會、班聯會、學生議會）期間，辦理社團事務、活動卓有績效，並義務熱心參與辦理各項本校重要活動者。



檢附資料

- ✓ 校長獎申請書
- ✓ 全校性自治性社團幹部證明
- ✓ 歷年獎懲紀錄
- ✓ 其他優良事蹟佐證

報名截止至**113年5月17日(五)**
請將申請資料送至**課外活動發展組**

志工 服務優良獎

募集服務達人



參加對象

限吳鳳科技大學應屆畢業生
且熱心志工服務者

報名表單



畢業典禮專區
QR code



報名方式

即日起至113年5月15日

將申請資料裝訂成冊後送交課外活動組
(逾時恕不受理)

洽詢

課外活動發展組
陳諺諱 輔導員
05-2267125轉24115



獎勵方式

凡經評定當選者，將頒發獎狀乙紙及仟元禮券
並於畢業典禮公開表揚



吳鳳科技大學

112學年度第2學期 社團之光遴選辦法

- 壹、獎勵對象：為鼓勵本校學生，利用課餘時間參加社團活動並擔任社團負責人或熱心參與社團活動，處事認真盡職，深具領導才能，足為各社團之楷模者。
- 貳、社團之光申請資格：
- 一、111學年度學業成績70分以上，操行成績82分以上者。
 - 二、其111學年度擔任本校學生社團負責人（社長、會長、隊長）期間，辦理社團事務、活動卓有績效，並獲社團評鑑前三名以上之榮譽者。
 - 三、111學年度熱心參與社團活動，有明顯貢獻或為校爭光者（由指導老師推薦）。
- 【第一點為必要條件，第二、三點擇一。】
- 四、請檢附下列資料：
- (一)檢附111學年度成績單。
 - (二)服務事蹟(請附主辦單位蓋章之佐證文件)。
 - (三)得獎紀錄(請附獎狀或得獎證明)。
 - (四)自傳(300~500字，簡述家庭背景、參與社團動機、歷程以及服務經歷)。
 - (五)社團指導老師推薦函。
 - (六)社員會議紀錄(附推舉提案)



113/5/15(三)17時前
請將申請資料送至
課外活動發展組

在學期間已榮獲過社團之光者，請勿再行遴薦



吳鳳科技大學

112學年度第2學期

畢業離情依依留物傳思



Graduation



驪歌聲動與鳳凰花開時，牽動著畢業季所帶來的惆悵與淚水，學長姊可以將物品留給學弟妹，增添睹物思人與離情依依的畢業氛圍，將這份情誼留在彼此心中。

時間：113年5月20日至 113年5月31日。

地點：文鴻樓A109課外活動發展組辦公室。

活動內容：歡迎畢業生將可再利用且狀況留好二手物品捐贈至誠實商店。



課外活動發展組 ft.誠實商店

WUFENG , HONEST STORE

你用不到的、占空間的、手滑
買的，正煩惱怎麼處理嗎？

交給誠實商店來幫你解決吧！

誠實
商店

Honest Store
since 2012



每週星期一～星期五

08:20-17:10

歡迎至課外活動發展組

(文鴻樓A109)

將有專人為您服務！



【課外活動發展組】「誠實商店」活動收益補助申請

(補助：急難事件或經濟弱勢)

通告對象：全校教職員生

通告主旨：誠實商店活動收益補助申請(補助：急難事件或經濟弱勢)

通告內文：

感謝全校師生支持，誠實商店之活動收益，全數用來協助本校經濟困難或因突逢變故致使生活、就學…等陷入困境之學生。如學生本人有申請需求或教職員工案件轉介，皆可於上班時間，備妥申請書及足資證明經濟困難文件，送至文鴻樓 A109 課外活動發展組審件，裨益即時予以同學協助。

【惠請導師及教職員工轉介並協助有需要的同學提出補助申請。】

一、補助對象

1. 補助本校具有學籍之學生，因家長失業或其它因素(如：因急難變故而導致生活發生困難者)，導致經濟困難，且以無法獲得各級政府、本校或其他單位補助者為優先。
2. 補助本校具有學籍之學生，並符合教育部審核低收入戶弱勢助學標準之家庭，且其年收入所得新臺幣 30 萬元(含)以下者。
3. 如有特殊變故須急難救助但不含於上述項目者，另以個案辦理。

二、申請方式

申請人填寫申請表並檢具足資證明經濟困難文件，向學務處課外活動發展組提出申請。

申請時應檢具之證明文件：

1. 申請書(由申請人填寫)。
2. 訪談紀錄表(由本校教職員工填寫)或足資證明經濟困難文件。
(足資證明經濟困難文件：如教職員工訪談記錄表或低收入戶證明、清寒證明或疾病診斷書、重大災害證明…等。證明文件沒有特殊限定，足資證明即可)

三、申請時程

即日起～(倘有需要，隨時可提出申請)

四、補助金額

依據「吳鳳科技大學誠實商店活動所得管理運用要點」補助金額由審核小組決議之。

業務承辦單位：學生事務處課外活動發展組

連絡電話：05-2267125 分機 24113

E-Mail：yu95@wfu.edu.tw

課外組線上為您服務！

課外組信箱：

sa_clubs@wfu.edu.tw



吳鳳科技大學
課外活動發展組



FB粉絲專頁



FB社團



吳鳳科大誠實商店暨
二手物出清平台
FB社團



【有任何問題歡迎加入我們詢問喔!!】



體育運動組



【體育組焦點訊息】

~體育運動組~(六)

一、【旭光盃羽球錦標賽相關訊息】

活動日期	一般組-113年5月15日-16日
	公開組-113年5月15日-16日

二、【運動系列講座相關訊息】

全校系列講座-運動心理調適技巧

日期：113年5月22日(星期三) 15:20-17:30。

地點：旭光中心 U109 階梯教室

詳細相關資訊可至本組網頁最新消息查詢。

【運動健康園地】

《什麼時間跑步最好？是晨跑好還是傍晚跑更好？》

跑步是鍛鍊全身的最簡單的方法，如果可以堅持一周跑步兩至三次，有更好的鍛鍊效果。那麼，每天什麼時間跑步最好呢？是晨跑好還是傍晚跑更加好呢？想讓運動的效果達到最好，則需要選對時間。有人可能會說，當然是早上運動最好了，你看公園裡，早上鍛鍊的人真是多，那麼真的是早上運動最好嗎？冬季要想鍛鍊，什麼時間跑步最好？

很多人認為晨練對身體最好，實際上早上跑步或者做運動，太陽沒有出來，植物在進行呼吸運動，而非光合作用，它們吸收氧氣，釋放二氧化碳，人體自然無法吸收更新鮮的氧氣，而且容易低血糖甚至頭暈。傍晚不管你是想減肥還是生成肌肉，運動效果都會最好。

什麼時間跑步最好【最佳時間——14:00~19:00】

人體活動受「生物鐘」控制，按「生物鐘」規律來安排運動時間，對健康更有利。冬季健身在下午的 14:00~19:00 之間比較理想。此時，室外溫度比較高，人體自身溫度也比較高，體力也比較充沛，很容易興奮，比較容易進入運動狀態。下午(14:00~16:00)是強化體力的好時機，肌肉承受能力較其他時間高出 50%。黃昏(17:00~19:00)：特別是太陽西落時，人體運動能力達到最高峰，視、聽等感覺較為敏感，心跳頻率和血壓也上升。

什麼時間跑步最好【不宜運動的時間】

進餐後：這時較多的血液流向胃腸部，以幫助食物消化及吸收。此時運動會妨礙食物消化，時間一長會導致腸胃系統的疾病，影響身體的健康。因此，飯後最好靜坐或半臥 30~45 分鐘後運動。



飲酒後：酒精吸收到血液中，進入腦心、肝等器官。此時運動將加重這些器官的負擔。同餐後運動相比，酒後運動對人體產生的消極影響更大。

溫馨提示：

在做任何時候運動之前，都最好做一套拉伸韌帶，使身體發熱的準備活動，避免運動損傷。

資料來源：由瑜伽健身教學發表于健康