職場體驗

現正募集中

鋼鐵人 X PLUS

招募對象

- 18~29歲，有求職意願及需求的青年。
- 課程培訓：
  「職場領航班」及「主題特訓班」
  詳細班別說明請洽活動報名頁面。

課程規劃

- 職場必修：探索個人特質+增進職場適應
- 技能選修：提升工作效能+培養多元技能

活動資訊

- 報名時間：
  第一梯次：即日起-7/20(四)
  第二梯次：即日起-8/17(四)
- 報名須知：需敘明報名動機與目的
  並提交完整履歷表。

體驗產業

#百貨零售業
#餐飲旅館業
#藝文媒體業
#資訊通訊業
#半導體科技業

※體驗產業將依實際合作企業爲主
本單位保有最終釋義權。

掃描手刀報名

活動內容及時間若有異動，將於官網及臉書公告

GIVE IT A TRY!

Z世代報到！請問前輩職場事

7/1(六)限定活動！

請問前輩職場事&與前輩有約

10:00-13:10
企業X青年座談會&交流餐會

與談人：
- 104人力銀行 副總兼人資長-鍾文雄
- 三井資訊 人資長-彭千容
- 華泰電子 副總-賴貞伶
- 國巨 資深經理-朱榮宗

名額有限，手刀報名

人資面對面 直擊企業優勢

企業徵才說明會
前進半導體、電源大廠的機會！

- 13:30-14:10
  國巨股份有限公司
- 14:20-15:00
  華泰電子股份有限公司
- 15:10-15:50
  頎邦電子工業股份有限公司

找工作來這裡

職人講座

給自己一個CHANCE
變出一個CHANGE
跟著職人腳步
踏出職涯的步伐

用你的專長改變世界
成為永續旅遊先鋒

黃俊翰
原森旅行社 副執行長

旅行也能實踐永續、不浪費的精神，
還能發揮專長成爲專業職人！
講師將帶你走一趟職涯之旅，
分享如何把興趣延伸到職場，
並呈現近年觀光產業趨勢，
讓你深入了解何謂永續旅遊及其價值，
提早在趨勢中做好準備。

7/09(日)
14:00-17:00

即使只會說Yes & No
也能勇敢創造職涯之路

謝昕璇
校園講師、社群媒體經營、作家

「走著的路，到不了新的地方！」
在職涯目標與夢想前面，
學習用優勢填補劣勢，把夢想化爲行動。
在失敗中學習，不斷調整前進，
把你的優勢發揮到最大值，
勇敢嘗試與挑戰，創造自己期望的職涯道路！

7/15(六)
14:00-17:00

畢業季特別活動

職場前輩借問站

想問求職面試、職場適應等問題
來YS找職場前輩1對1解惑！

7/08(六) 14:00-16:00｜鄧三桂 教練
7/15(六) 14:00-16:00｜陳彥慈 諮商心理師
7/22(六) 14:00-16:00｜林子翔 諮商心理師
7/23(日) 14:00-16:00｜蘇麗美 教練
7/29(六) 14:00-16:00｜葉明哲 諮商心理師

掃我報名

職涯教練

掌握「時」機-當個時間主導者
事業生活一把罩

烏仕明 教練
新加坡基金RainTree合夥人

你是否常常因時間不夠用，
開始熬夜、焦慮失眠，甚至身心失衡？
不論是社會新鮮人，還是職場老練者，
2個小時，讓你掌握時間管理術，
如大師般善用每分每秒。

7/16(日)
14:00-16:00

駐點諮詢

為自己找到隨時補給動力的方法
保持力量繼續前行！

職場大小事 X 與壓力同遊

呂鈞濡｜臨床心理師

初階 7/08(六) 13:30-17:30
進階 7/09(日) 13:30-17:30

這不是鬼故事，但下班後的你總是感覺到疲憊，
甚至肩膀緊到不行？
壓力沒有形體，看不見、摸不著，卻如同氧氣般無處不在。
現在就讓心理師帶著你認識壓力並學著共處，
打造專屬抗壓手冊，再大的職場風浪也打不倒你。

為求課程完整性，以2日課程皆能參加者為優先報名對象

職場大小事 X 人際溝通

林士傑｜諮商心理師

7/16(日) 13:30-17:30

在職場裡，你盡全力搞懂主管與同事說的每字每句，
卻不知爲何總是差了點火候？
讓心理師引導你從閱讀空氣開始，
學習如何有效溝通，順利跨越人際鴻溝。

探索團體

重拾生活的掌控感-紙膠帶紓壓團體

7/09(日) 14:00-16:30　程琪｜YS諮詢師

剪、撕和貼的過程代表一種「摧毀、破壞再建造」的意義，
雖有破壞的過程，但創作中因著很高的掌控感，慢慢建造安全感，
不要什麼就撕掉、想要貼哪裡就貼哪裡，
不管摧毀還是創造，作品的呈現都會是你想要的樣子，
如同每個生命階段的自己。

職涯挖掘，才能爆發

7/14(五) 14:00-16:30　陳臆仁｜YS諮詢師

職能不只一種，職涯過程中不是只有專業能力才是你的強項，
讓養職實驗室帶你挖掘出隱藏才能，
找到自身優勢結合專業能力，
組合出1+1大於2的能力，讓才能大爆發。

THE NURTURING LAB
養職實驗室

適性測驗

尋·嘗日適性測驗專班

7/23(日) 10:00-12:00

你有什麼興趣？它真的可以當工作？
透過測驗將認識屬於自己的生活興趣類型，看見不同的生涯面向，
發現「興趣」和你想的不一樣。

本次以在職/待業者為優先報名對象

DISC適性測驗

7/27(四) 10:30-11:30

在工作中，你知道自己的人際風格嗎？
透過DISC測驗，找出你的溝通優勢，掌握自我溝通重點和行爲模式。