

基隆市政府

員工協助方案 關懷手冊

EAP can help

基隆市政府人事處關心您

114 年 5 月 2 日修訂

目次

市長的話

一、員工協助方案(EAP)定義及服務內容(P. 1)

二、員工個別諮詢、團體諮詢服務流程圖(P. 2)

三、員工協助方案諮詢服務(P. 4)

四、職場霸凌防治(P. 8)

附件—基隆市心理健康資源(P. 13)

市長的話

我自 111 年 12 月 25 日上任以來，即秉持打造基隆市為「亞洲最有愛城市」的施政理念，積極推展各項市政工作。我們都了解，市政工作推展的品質與進度，有賴本府暨所屬機關所有同仁的努力。因此，我十分重視任何可能影響同仁工作效能的潛在問題，而如何產生有效的解決方法，也希望和大家一起共同討論。

近年，本府人事處持續透過多樣化的員工協助措施，並配合性別平等政策綱領推動策略、職場霸凌防治作為，以及提供身心障礙同仁工作支持等方式，以建立一個溫馨關懷且友善安全的職場，這樣的作法與「打造有愛城市」的施政理念，彼此呼應，我非常贊同與支持。

未來，期許本府「員工協助方案推動計畫」中所提供的各種服務與資源，能夠有效協助本府暨所屬機關同仁解決許多可能影響工作效能的問題，進而提升本府組織效能與競爭力。我們一起為市民提供更好的服務，並實現基隆市成為「亞洲最有愛城市」的美好願景。

謝國樑

2025 年 5 月

一、員工協助方案(EAP)定義及服務內容

(一)員工協助方案(EAP)的定義：

員工協助方案(Employee Assistance Programs，以下簡稱 EAP)是一套運用於工作職場的方案，目的在發現並協助員工解決可能影響工作效能的個人問題(包括健康、婚姻、家庭、財務、法律、情緒等)，及協助組織處理可能影響生產力的相關議題。

(二)員工協助方案的服務內容：

EAP 不只是消極地協助員工處理影響工作績效的問題，更應該積極地協助組織建立溫馨關懷的工作情境，提升工作士氣及組織效能。在服務對象方面，EAP 的服務面向包含員工、主管及組織，並可分為個人層次、組織及管理層次，以下謹就這 2 個層次說明：

1、個人層次：

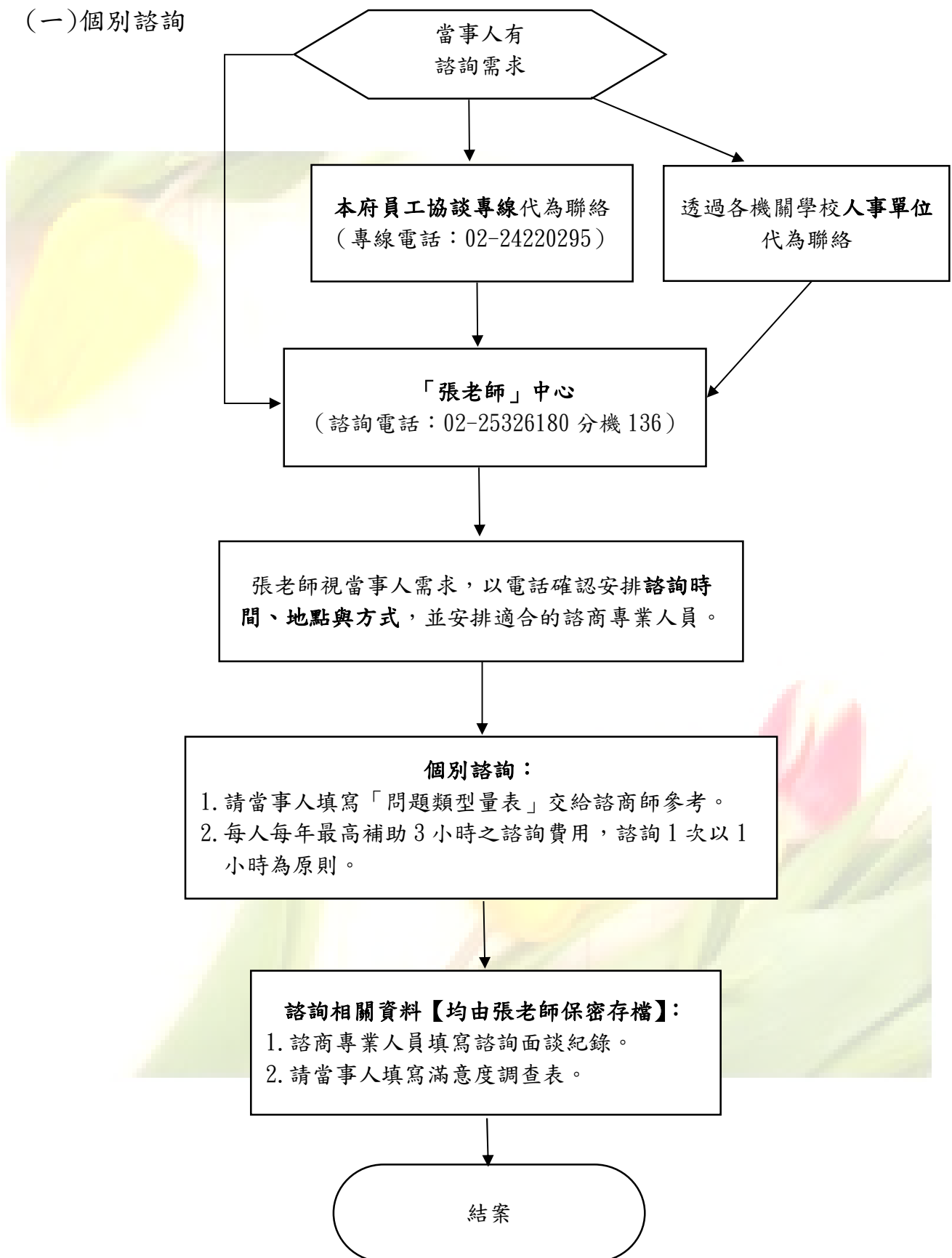
- (1)工作面：包括工作適應、組織變革之調適、工作與生活平衡、生涯規劃等。
- (2)生活面：法律諮詢(包括公務上面臨的法律問題、車禍、債務、遺產、婚姻、衝突等)、財務諮詢(包括稅務處理、債務處理等)。
- (3)健康面：心理健康(包括壓力調適、人際關係、情緒管理、夫妻或親子溝通、職場人際溝通、生涯各階段重大危機之因應及管理)、醫療保健(提供政府機關現行公務人員各項醫療保健措施及民間團體現有醫療保健資源相關資訊)。

2、組織及管理層次：

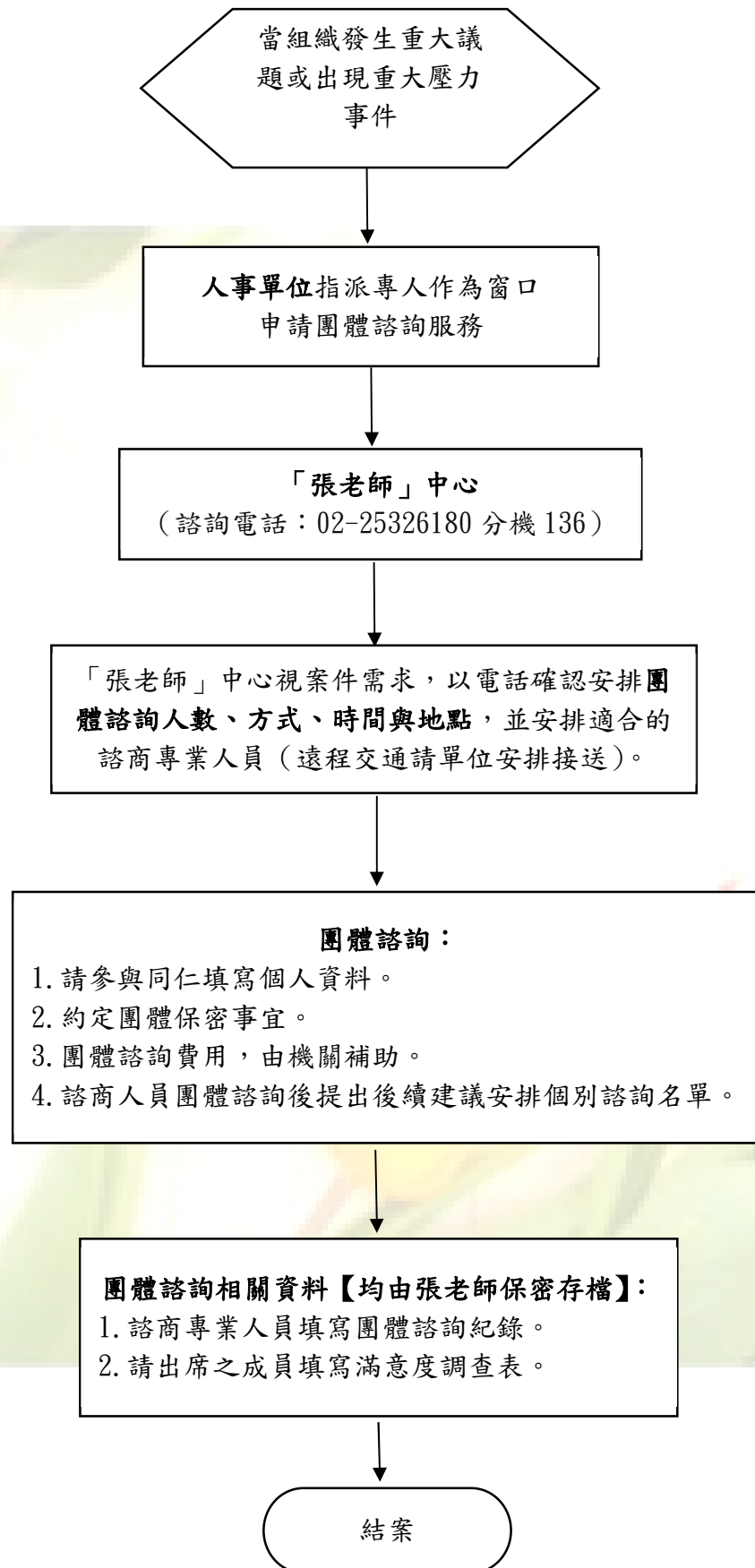
- (1)組織面：包括組織變革管理、重大壓力事件管理、績效改善等，並使主管在面對組織改造或緊急危機處理時能夠以最有效的方式協助同仁。
- (2)管理面：包括領導統御、面談技巧、危機處理、團隊建立等，並使主管能夠在員工發生影響工作效能等問題時協助或轉介。

二、員工個別諮詢、團體諮詢服務流程圖

(一) 個別諮詢



(二) 團體諮詢



三、員工協助方案諮詢服務

(一)心理諮詢：

1、個別諮詢：同仁有諮詢需求可直接洽詢「張老師」中心（諮詢電話：02-25326180 分機 136）或本府員工協談專線（專線電話：02-24220295）、各機關學校人事單位代為聯繫申請個別諮詢。

2、團體諮詢：當組織發生重大議題或出現重大壓力事件時，對於特殊或有共同需求人員提供的諮詢服務。每次人數至多 15 人，視需要排定 3 小時團體諮詢。

3、其他心理諮詢管道：

(1)基隆市衛生局社區心理衛生中心：02-24566185

◎基隆市心理健康資源(如附件)

(2)衛生福利部(摘錄自衛生福利部網站資訊)

A. 保護專線：113

◎服務對象：全國民眾

◎服務時間：24 小時全年無休

◎服務方式：市話、公共電話或手機皆可撥打之 24 小時免付費專線

◎網路對談：113 線上諮詢 <https://ecare.mohw.gov.tw/>

◎服務內容：由專業社工人員於線上受理全國家庭暴力、老人保護、身心障礙者保護、兒童少年保護及性侵害、性騷擾事件通報或求助諮詢。

◎特殊服務：除國語及閩南語外，提供英語、越南語、泰國語、印尼語、柬埔寨語等 5 種語言通譯服務。

註：若有立即人身安全危險，請先直接撥 110 報警，以保障您的人身安全。

B. 安心專線：1925(依舊愛我)

提供全國民眾心理諮詢服務的安心專線 1925(依舊愛我)，民眾只要

以市話或手機撥打「1925」，安心專線將提供全年無休、24 小時免付費之心理諮詢服務。

C. 男性關懷專線：0800-013-999

(3) 基隆市生命線協會：02-24301595

(4) 生命線專線：1995(要救救我)

(5) 基隆市家庭教育中心：02-24271724

(6) 全國家庭教育諮詢專線：412-8185(手機請加 02)

(二) 法律諮詢：

1、內部資源

(1) 基隆市政府法律諮詢櫃檯：

基隆市政府 1 樓市民服務中心設有法律諮詢櫃台(第 5 號櫃台)，服務時間為每週一至週五上午 9 時 30 分至 11 時 30 分，有基隆律師公會推薦律師義務進行現場法律諮詢；另每週三下午 2 時至 5 時，亦有財團法人法律扶助基金會基隆分會推薦律師進行現場法律諮詢。諮詢方式採當面詢答，不提供電話諮詢，不代寫訴狀，諮詢同仁應預先準備欲諮詢之具體問題及相關資料親至服務地點面詢。

(2) 基隆市政府綜合發展處法制科：02-24201122 分機 1104、1105

(3) 基隆市政府消費者保護官：02-24259808 或 02-24201122 分機 1014

(4) 基隆市各區公所調解委員會辦理民、刑事糾紛調解及法律諮詢：

中正區公所：02-24633341 分機 303

信義區公所：02-24282101 分機 303

仁愛區公所：02-24301122 分機 303

中山區公所：02-24232181 分機 303

安樂區公所：02-24312118 分機 303

暖暖區公所：02-24579121 分機 303

七堵區公所：02-24566171 分機 322

2、外部資源

(1)臺灣基隆地方法院(聯合服務中心)

A. 基隆律師公會

服務時間：每週一、三下午 2 時至 5 時。

服務內容：

◎現場服務：義務律師法律諮詢、解答疑義、訴訟輔導。

B. 法律扶助基金會基隆分會

服務時間：每週二、四上午 9 時至 12 時。

服務內容：

◎現場服務：民事、刑事、行政、家事、勞工及卡債等法律問題之法律諮詢。

◎訴訟代理(打官司)、撰寫法律書狀、協助調解法律糾紛及檢警偵訊律師陪訊等扶助，請至法律扶助基金會基隆分會(基隆市仁愛區忠一路 14 號 11 樓，電話：02-24231631)辦理申請。

C. 基隆市政府駐臺灣基隆地方法院家庭暴力事件服務處

服務時間：每週一至週五上午 8 時 30 分至 12 時、下午 1 時 30 分至 5 時 30 分。

服務內容：

◎法律諮詢。

◎保護令聲請。

◎陪同出庭。

◎輔導與諮商。

◎資源連結與轉介。

◎資訊提供與預防宣導。

D. 基隆市政府駐臺灣基隆地方法院家事服務中心

服務時間：每週一至週五上午 8 時 30 分至 12 時、下午 1 時 30 分至

5 時 30 分。

服務內容：

◎諮詢服務。

◎陪同未成年人、受監護或輔助宣告人出庭服務。

◎未成年子女監督會面交往。

◎資源連結與轉介。

(2)財團法人婦女新知基金會

婚姻家庭免費法律諮詢熱線：02-25028934

服務時間：每週一至週五上午 9 時 30 分至 12 時 30 分、下午 1 時 30 分至 4 時 30 分。

服務內容：提供家庭、婚姻相關法律諮詢及其他資源轉介。

服務型態：提供電話諮詢，無需面談，不需預約，免費服務。

注意事項：請本人來電，以確保資訊正確。

(三)財務諮詢：

1、臺灣銀行基隆分行

洽詢電話：02-24247113 分機 168、188

2、財政部北區國稅局所屬單位

(1)財政部北區國稅局基隆分局(負責基隆市仁愛區、安樂區、中山區、七堵區、暖暖區)

洽詢電話：02-24331900

(2)財政部北區國稅局信義稽徵所(負責基隆市中正區、信義區)

洽詢電話：02-24286511

(四)醫療諮詢：

1、內部資源

(1)基隆市衛生局：02-24230181

(2)基隆市立醫院門診中心：02-24282146(分機 121 糖尿病及營養諮詢、

分機 182 藥物諮詢)

(3)基隆市毒品危害防制中心：02-24565988

2、外部資源

衛生福利部基隆醫院

洽詢電話：02-24292525(分機 3391 糖尿病諮詢、分機 5108 藥物諮詢，
並可以至營養諮詢門診進行營養諮詢)

四、職場霸凌防治

為建構健康友善之職場環境，及避免員工於執行職務時遭受身體或精神不法侵害，各機關學校應提供員工免受霸凌侵犯之職場，使其安心工作。

職場霸凌的定義

何謂職場霸凌？雖然現在尚無法律明文規定其定義，但仍可從法院判決之實務見解，一窺樣貌：

(一) 臺灣新竹地方法院 100 年度竹勞小字第 4 號民事小額判決：

所謂「職場霸凌」，乃意指在工作場所中發生的，藉由權力濫用與不公平的處罰所造成的持續性的冒犯、威脅、冷落、孤立或侮辱行為，使被霸凌者感到受挫、被威脅、羞辱、被孤立及受傷，進而折損其自信並帶來沉重的身心壓力。

(二) 臺灣士林地方法院 105 年度勞訴字第 76 號民事判決：

所謂職場霸凌目前並無明確定義，霸凌應指以敵視、討厭、歧視為目的，藉由連續且積極之行為，侵害人格權、名譽權、或健康權等法律所保障之法益，亦即必須達到社會通念上認為超過容許之範圍方該當之。應從幾個方面觀察：包括行為態樣、次數、頻率、人數，受害者受侵害權利為何(例如性別歧視、政治思想、健康權、名譽權)、行為人之目的及動機等綜合判斷是否超過社會通念所容許之範疇。

(三) 臺灣臺北地方法院 104 年度重勞訴字第 10 號民事判決：

職場霸凌也可能發生在部屬對上司，或同儕間，重點在於受霸凌者本

身是否受有身心壓力或有人格遭到否定之羞辱感受。

職場霸凌的特徵

（一）霸凌者的特徵：

公司內的主管、部屬或同儕皆有可能成為霸凌一方的當事人，人數不限於一人，也可能是多數人共同實施霸凌行為。實例上，仍以主管職務者居多（男女主管皆有），原因無他，因主管具有職務上的優勢地位，在工作過程中伴隨對於部屬的權力濫用、不公平處罰或不合理對待。

（二）被霸凌者的特徵：

主管、部屬或同儕也有可能是被霸凌一方的苦主，人數同樣不限於一人，包括多數人在內。被霸凌者通常會感到受挫、被威脅、羞辱、被孤立、受傷、身心壓力，從法的角度而言，則是人格權、名譽權或健康權等法益受到侵害。

（三）霸凌行為的特徵：

職場霸凌有一個重要判斷特徵，也就是霸凌者會施以持續、連續且積極的行為，透過言語、非言語、身體、心理上的虐待或羞辱，對被霸凌對象進行冒犯、威脅、冷落、孤立、侮辱、敵視、討厭、歧視等行為。

職場霸凌行為

霸凌常以多種形式呈現，包括身體上的、心理上、間接的方式。而一般大眾所認知的霸凌行為類型大致上包括：

- （一）肢體霸凌：毆打身體、搶奪財物等，這是最令人恐懼的行為。
- （二）關係霸凌：排擠孤立、操弄人際等，這是最常見，容易被忽視的行為。
- （三）語言霸凌：嘲笑汙辱、出言恐嚇等，是肉眼看不到傷口，但心理傷害大。
- （四）反擊霸凌：受凌反擊、有樣學樣。
- （五）網路霸凌：散播謠言或不雅照片，這種霸凌速度快、管道多、殺傷力大。
- （六）性霸凌：性侵害、性騷擾。

職場霸凌成因

職場霸凌發生的原因整理如下：

- (一)工作環境：如高度緊張、競爭的、缺乏友善和互相支援的氣氛、歷經組織變革、高溫、擁擠空間、惱人和令人不悅的、需共用工具及設備、無法提供工作上足夠的資源。
- (二)工作組織和工作設計：如高效率及高度緊張的工作、工作負荷量、員工數不足、角色模糊，以及角色衝突、缺乏明確的目標。
- (三)組織文化和組織氣候：如缺乏對職場霸凌行為的政策、間接式允許負向或霸凌行為，支持或默認霸凌行為、缺乏同事或主管的社會支持、組織約束力。
- (四)組織重大改變：如重大內部結構重整或技術變革、管理階層改變、組織縮編。
- (五)領導風格：如集權、獨裁式領導、缺乏員工參與政策。
- (六)人際關係衝突：如各組織層面間訊息流動性的不足、知曉某人的弱點、利用受害者工作績效上的弱勢之處，但發生在勢均力敵雙方之間的衝突則不屬於霸凌行為。

職場霸凌議題的重要性

近年來，職業健康心理學逐漸受到重視，有相當多的研究數據表示職場霸凌是一個嚴重與破壞性的議題，有可能損害受害者的自尊、認知功能、身體健康、情緒健康。臨床上亦發現，遭受職場霸凌會產生不良的影響結果，如：社會疏離、不適應環境、憂鬱、身心疾病、衝動、無希望感、焦慮、生氣、絕望。同時，根據研究顯示，職場霸凌對個人身心、工作表現、企業營運成本、員工忠誠度或離職率均有重大影響。

國外學者 Carlo Caponecchia 指出乍聽之下，職場霸凌傷害的是受害的員工，但是職場霸凌同時也對於被害者所屬的機構、公司、團體(當然也包括加害者)造成損失，最主要的損失是在內鬥、內耗後引發的各種負面效應，例

如：生產力大幅下降、因為生產力下降後的額外支出、人才流失、員工離職後造成的專業知識與技能流失、新人上任但是卻無法趕上原員工之表現等等的問題，因此職場霸凌的問題是目前職場上的工作者、主管以及企業主要開始正視的問題。

然而，職場霸凌卻因事件的發生涉及到個人主觀的認知與感受等原因，導致某些情況下舉證有其一定的難度，尤其是實務上，因為霸凌造成受害者精神疾病之認定較為不易。此外，工作內容及工作時間方面的職場霸凌，如工作量、工作難易度，以及從事該工作所需時間等相關事證，受害者如何蒐證也是一大問題，再加上害怕秋後算帳等多項原因，大多數受害者最終選擇「隱忍」或黯然離開。唯有避免「旁觀者」的附和及默許，並由管理者營造友善的工作環境，方能改善及杜絕職場霸凌問題。

職場霸凌防治作為、申訴管道及尋求專業協助

為營造友善的職場環境，本府員工協助方案推動計畫亦針對職場霸凌防治議題設計規劃「預防及因應職場霸凌技巧」專題研習或工作坊等實體課程，以達到有效預防、及時因應的效果。並且積極宣導「和諧友善、杜絕霸凌、人人有責」的職場霸凌防治觀念，並落實職場霸凌申訴案件處理標準作業流程。

本府設置之申訴專線電話為：02-24249863、傳真：02-24201844。至所屬各機關、學校之申訴專線電話、傳真、電子信箱等申訴管道，請洽各機關、學校之人事單位。

面對職場霸凌，受害者多數選擇隱忍或離職(調單位)，心理諮商師建議，當你遇到職場暴力，除了諮詢你的職場同儕之外，可以跟人事單位諮詢，透過安排與專業諮詢師、律師、心理師討論，包括自己情緒的調整、人際關係的對應、引發個人心理壓力調適、甚至法律上諮詢、職涯規劃等。

遇到暴力不隱忍，但也不學習對方施暴行為，敏覺自己心裡不適、壓力，勇於提出來，尋找適當專業諮詢，不是只有等待對方改變、調職，或自己離職，正視職場暴力，尋求改變，幫助自己健康工作、快樂生活！

※資料來源：

(一)什麼是職場霸凌？哪些行為有可能會被認定是霸凌呢？ | 法務長專欄

<https://blog.104.com.tw/what-is-workplace-bullying/>

(二)我國企業與勞工因應職場霸凌的現況檢討及作法

<https://www.mol.gov.tw/media/2zxlylwf/%E5%8F%B0%E7%81%A3%E5%8B%9E%E5%B7%A5%E5%AD%A3%E5%88%8Ano61-%E6%A8%82%E8%AA%AA%E9%A0%AD%E6%A2%9D-%E6%88%91%E5%9C%8B%E4%BC%81%E6%A5%AD%E8%88%87%E5%8B%9E%E5%B7%A5%E5%9B%A0%E6%87%89%E8%81%B7%E5%A0%B4%E9%9C%B8%E5%87%8C%E7%9A%84%E7%8F%BE%E6%B3%81%E6%AA%A2%E8%A8%8E%E5%8F%8A%E4%BD%9C%E6%B3%95.pdf?mediaDL=true>

(三)職場霸凌面面觀，勞動部工作生活平衡網，2014 年 10 月 9 日，

<https://wlb.mol.gov.tw/Page/Content.aspx?id=116>

(四)職場暴力，諮商心理師林烝增，勞動部工作生活平衡網，2014 年 10 月 9 日，

<https://wlb.mol.gov.tw/Page/Content.aspx?id=115>



基隆市政府人事處 關心您

附件一 基隆市心理健康資源

行政區	單位	地址	連絡電話	服務內容
中正區	基隆市中正區衛生所	基隆市中正區中正路 236 號 2 樓	02-24621632 02-24625271 02-24633546	心理健康促進宣導、長者憂鬱篩檢及衛教、自殺防治守門人宣導、免費心理諮詢服務
	基隆市家庭福利服務中心-正義館	基隆市中正區中船路 11 號 3 樓	02-24213941	社會福利諮詢、資源轉介、親子活動(親職講座)、個案服務、食物援助
	維德醫院	基隆市中正區調和街 210 號	02-24696688	精神科門診、急診、急(慢)性住院、居家治療
	三軍總醫院基隆民眾診療服務處	基隆市中正區正榮街 100 號	02-24633330	精神科門診
	安大心身心診所	基隆市中正區新豐街 229 號	02-24694100	精神科門診
	新豐愛鄉協會	基隆市中正區新豐街 200 號會議室	02-24693036	社區關懷據點
	基隆市中正區樂齡學習中心	基隆市中正區祥豐街 66 號 2 樓	02-24636523	成人教育研習
	兒童福利聯盟基隆工作站	基隆市中正區義二路 172 號 2 樓	02-24269688	高風險家庭關懷輔導處遇、收出養服務、哎哟喂呀兒童專線服務、爸媽 call-in 教養專線服務、踮貢少年專線服務
信義區	基隆市信義區衛生所	基隆市信義區信一路 69 號	02-24221633	心理健康促進宣導、長者憂鬱篩檢及衛教、自殺防治守門人宣導、免費心理諮詢服務
	基隆市體育會(運動地圖)	基隆市信義區信二路 40-1 號	02-24263969	運動項目活動資訊、登山健行及運動場所資訊、運動公園及健走步道資訊
	基隆市家庭教育中心	基隆市信義區信二路 157 號 1 樓	02-24271724	家庭教育活動、家庭教育諮詢
	詠欣精神科診所	基隆市信義區信二路 281 號	02-24272247	精神科門診
	暘基康復之家	基隆市信義區深美街 178 號	02-24667760	精神復健服務-住宿型
	衛生福利部基隆醫院附設社區復健中心	基隆市信義區信二路 268 號	02-24292525	精神復健服務-日間型

行政區	單位	地址	連絡電話	服務內容
	衛生福利部基隆醫院	基隆市信義區信二路 268 號	02-24292525	精神科門診、急診、急性住院、日間留院、居家治療、藥酒癮戒治
	禮東社區發展協會	基隆市信義區東明路 67 巷 7 號 1 樓		社區關懷據點
	仁壽社區發展協會	基隆市信義區信二路 249 號	02-24211490	社區關懷據點
	基隆市信義區樂齡學習中心	基隆市信義區信二路 249 號	02-24211490	成人教育研習
	伊甸基金會	基隆市信義區東信路 282-45 號	02-24662355	早期療育、身心障礙者福利服務諮詢、身心障礙者職訓及就業輔導
仁愛區	基隆市仁愛區衛生所	基隆市仁愛區光一路 26 號	02-24311592	心理健康促進宣導、長者憂鬱篩檢及衛教、自殺防治守門人宣導、免費心理諮詢服務
	基隆心身心精神科診所	基隆市仁愛區仁一路 181 號	02-24283399	精神科門診
	拾慧心理治療所	基隆市仁愛區仁一路 257 號 6 樓之 9	02-24229077	個人、團體心理諮商
	忠勇社區發展協會	基隆市仁愛區仁三路 3 巷 2 弄 1 號	0933933741	社區關懷據點
	獅球里辦公處	基隆市仁愛區獅球路 115 號	0932070591	社區關懷據點
	基隆市仁愛區樂齡學習中心	基隆市仁愛區獅球路 8 號	02-24312111 分機 32	成人教育研習
中山區	基隆市中山區衛生所	基隆市中山區中山二路 15 號	02-24229860	心理健康促進宣導、長者憂鬱篩檢及衛教、自殺防治守門人宣導、免費心理諮詢服務
	基隆市家庭福利服務中心仁山館	基隆市中山區復興路 114 號	02-24376697	社會福利諮詢、資源轉介、親子活動(親職講座)、個案服務、食物援助
	德和社區發展協會	基隆市中山區復興路 206 號 1 樓	0932161113	社區關懷據點
	居仁里辦公處	基隆市中山區通仁街 162 號	0918029692	社區關懷據點
	通化社區發展協會	基隆市中山區復旦路 10 號	0963068968	社區關懷據點

行政區	單位	地址	連絡電話	服務內容
	基隆市中山區樂齡學習中心	基隆市中山區中華路 42 號	02-24364811	成人教育研習
安樂區	基隆市安樂區衛生所	基隆市安樂區安樂路二段 164 號 1 樓	02-24318061	心理健康促進宣導、長者憂鬱篩檢及衛教、自殺防治守門人宣導、免費心理諮詢服務
	基隆市心理衛生中心	基隆市安樂區安樂路二段 164 號	02-24300195	免費心理諮詢服務、免費心理諮商服務
	基隆市學生輔導諮商中心	基隆市安樂區武崙街 205 號	02-24301585 分機 11-17	心理師入校服務、學生、家長、老師心理衛生諮詢服務、校園危機事件因應(國中小)
	基隆市家庭福利服務中心安樂館	基隆市安樂區麥金路 482 號 4 樓	02-24321271	社會福利諮詢、資源轉介、親子活動(親職講座)、個案服務、食物援助
	心靈驛站諮商	基隆市安樂區麥金路 482 號	02-24314284	個人心理諮商
	暘基醫院	基隆市安樂區基金一路 129 巷 8 號	02-24322522	精神科門診、急(慢)性住院
	南光神經精神科醫院	基隆市安樂區基金一路 91 號	02-24210023	精神科門診、慢性住院
	基隆長庚紀念醫院	基隆市安樂區麥金路 222 號	02-24313131	精神科門診、急診、急性住院、日間留院、居家治療、藥酒癮戒治、性侵及家暴責任醫院
	胡耿豪身心精神科診所	基隆市安樂區武嶺街 85 號 1 樓	02-24310311	精神科門診
	三民社區發展協會	基隆市安樂區安和一街 386 號	0932259846	社區關懷據點
	千城社區發展協會	基隆市安樂區安一路 278 巷 31 號	0922397993	社區關懷據點
	樂一社區發展協會	基隆市安樂區樂一路 28 巷 21 號	02-24278381	社區關懷據點
	壯觀里辦公處	基隆市安樂區樂利二街 62 巷 282 號 B1	0910050023	里民活動中心

行政區	單位	地址	連絡電話	服務內容
	基隆市安樂區樂齡學習中心	基隆市安樂區安和一街 392 號	02-24324372	成人教育研習
	基隆家扶中心/ 家扶基金會	基隆市安樂區基金一路 110 之 87 號	02-24319000	弱勢家庭經濟協(扶)助、政府寄養服務、家長及兒童諮詢、兒童青少年育樂活動
	慈濟慈善事業基金會	基隆市安樂區樂利三街 150 號	02-24346988	(每月)拜金活動、志工服務、親子成長班、慈少班、慈濟青少年籃球家族聯誼會、讀書會
	華山基金會安樂愛心天使站	基隆市安樂區基金一路 135 巷 21 弄 6 號	02-34010458	長者關懷、陪同就醫、春秋郊旅遊、物資協助、長者護理
	基隆市安樂托育資源中心	基隆市安樂區麥金路 482 號 4 樓	02-34010618	幼兒照顧、托育服務諮詢、親子活動、親職講座
	基隆市婦幼福利服務中心	基隆市安樂區麥金路 482 號	02-24314284	婦女學苑、親子活動、婦女志願服務工作、婦女及兒童福利諮詢、親子同樂場所
	基隆市青少年福利服務中心	基隆市安樂路二段 164 號 10 樓	02-24327510	青少年活動、家長及青少年諮詢服務
暖暖區	基隆市暖暖區衛生所	基隆市暖暖區暖暖街 281 巷 98 號	02-24572630	心理健康促進宣導、長者憂鬱篩檢及衛教、自殺防治守門人宣導、免費心理諮詢服務
	教育部學生輔導諮商中心-基隆區駐點服務學校(設置於國立基隆高中)	基隆市暖暖區源遠路 20 號	02-24582052 分機 273	心理師入校服務，以高中職三級輔導學生為主，及家長、老師心理衛生諮詢
	暖暖同里辦公處	基隆市暖暖區暖暖街 16 巷 41 號		社區關懷據點
	碇內社區發展協會	基隆市暖暖區暖暖路 15 巷 136 號		社區關懷據點
	過港社區發展協會	基隆市暖暖區過港路 54 號	02-24588802	社區關懷據點
	基隆市暖暖區樂齡學習中心	基隆市暖暖區源遠路 27 號	02-24573287 分機 10	成人教育研習

行政區	單位	地址	連絡電話	服務內容
七堵區	基隆市七堵區衛生所	基隆市七堵區光明路 21-1 號 1 樓	02-24562008	心理健康促進宣導、長者憂鬱篩檢及衛教、自殺防治守門人宣導、免費心理諮詢服務
	基隆市家庭福利服務中心暖七館	基隆市七堵區自治街 15 號	02-24562677	社會福利諮詢、資源轉介、親子活動(親職講座)、個案服務、食物援助
	基隆精神健康學苑(聖耀漢天主堂)	基隆市七堵區南興街 63 巷 8 弄 13 號	02-24563884	社區關懷據點
	堵南社區發展協會	基隆市七堵區大德路 44 號	0921-610-368	社區關懷據點
	堵北社區發展協會	基隆市七堵區福一街 136 號	02-24517110	社區關懷據點
	華山基金會七堵愛心天使站	基隆市七堵區崇智街 14 號	02-24558640	長者關懷、陪同就醫、春秋郊旅遊、物資協助、長者護理
	基隆市七堵區樂齡學習中心	基隆市七堵區崇孝街 81-1 號	02-24551446	成人教育研習
	基隆市七堵托育資源中心	基隆市七堵區自治街 15 號 2 樓	02-24564366	幼兒照顧、托育服務諮詢、親子活動、親職講座

※資料來源：摘錄基隆市衛生局心理衛生中心網站-心理健康地圖

<https://www.klchb.klcg.gov.tw/tw/klchb/1392-103311.html>

