

學生輔導中心

期中考剛結束，本中心提醒您：在壓力慢慢減輕的同時，別忘了好好照顧身體，適時調適心情，歡迎大家多多利用和平樓 5 樓的綠色走廊小憩片刻，儲備每一天的能量。

衛生保健組

秋冬季節為呼吸道疾病流行時間，提醒全校師生平時應落實勤洗手及呼吸道衛生，並避免出入人潮擁擠、空氣不流通的公共場所。請各班環保股長負責於下課時將教室窗戶打開通風，以保持空氣流通，預防呼吸道疾病的傳染。如出現類流感症狀，應儘速就醫，並落實生病不上班、不上課，以避免病毒散播，並請與健康中心（分機：1215）聯繫。

生活輔導組

- 一、請同學尊重智慧財產權，切勿貪小便宜，盜印教科書等資料，避免因小失大。
- 二、服裝是自由的選擇，視場合選擇合宜的穿著是個人儀態的展現，請同學避免穿著拖鞋進入校園。

體育組

- 一、期中考結束，請全校師生來動動因考試緊繃的身體了，106 學年度第 1 學期體適能運動班開始囉！歡迎喜愛瑜珈運動及有氧舞蹈運動的老師及同學們參考下列時間踴躍參加。

| 項目 | 時間 | 指導老師 | 地點 |
|-------|---------------|------|-------------|
| 瑜珈班 | 每週一、三中午 12:30 | 外聘老師 | 信義樓 B1 國標教室 |
| 有氧舞蹈班 | 每週二、四中午 12:30 | 外聘老師 | 信義樓 B1 舞蹈教室 |

- 二、第四屆校園路跑活動於 12 月 27 日（星期三）下午 3 時 30 分在圖書館前方廣場準時開跑。獎品豐富、活動精彩，歡迎全校師生踴躍報名參加，相關活動報名資訊歡迎至本組詢問。

課外活動組

- 一、106 年度志願服務時數普查已請各班公益股長協助調查統計，請各位同學配合登記個人志願服務紀錄冊時數或服務證明時數（兩者分開計算），服務時數統計區間為 106 年 1 月 1 日起至 11 月 19 日止，網路填報時間至 11 月 20 日（星期一）止，請各班務必於時間內完成填報作業。
- 二、106 年度「愛·分享」創意寫作競賽開始囉！收件自即日起至 11 月 27 日（星期一）止，徵文主題分為「個人組—以照片敘說感動與成長」及「團體組—社團服務故事之感動與成長」兩類，獎金最高 2,000 元，歡迎同學及社團踴躍報名，詳情請洽本組網頁最新消息。
- 三、藝文展校園優惠票售票服務即日起至 11 月 29 日（星期三）止，每週三中午 12 時至下午 1 時於綜合教學大樓 B2 課指組外廣場販售，最新展售訊息請至本組網頁查詢，歡迎有興趣的各位師生前往購票。
- 四、106 年度服務學習實務成果競賽報名自即日起至 11 月 30 日（星期四）止，歡迎同學踴躍報名。報名對象以修習 105、106 年度服務學習課程如人際關係與溝通、專業服務學習課程學生及曾參與國內社會服務活動者為主，獎金最高 2,000 元，詳情請洽本組網頁最新消息。

品德小故事：談修養



從擔任嚴長壽特助開始，已共事 12 年的亞都麗緻大飯店營運副總經理范希平由衷說：「非常佩服他的修養。」說是「修養」，因為嚴長壽待人接物的細節裡，處處可以見到對人性的理解和尊重。

范希平剛當上嚴長壽特助時，與另外兩位助理在辦公室裡接電話，總習慣先說「請問您哪裡找？」確認來人身分後，再轉接給總裁。有一天嚴長壽聽到，突然慎重交代：「不要問對方『哪裡找』，不管是誰，都先說我不在。」「知道你是誰，再告訴你總裁不在，你會怎麼想？」范希平頓時學到一課：就算說話再客氣，多了這個「打量身分地位」的動作，都等於在傷害對方。長期在嚴長壽身邊耳濡目染，後來甚至因此左右范希平的生涯抉擇。

曾經有位企業家想來挖角，約范希平吃飯，整個過程都非常禮遇客氣，卻在最後對方叫司機到車上拿資料時，不經意破口大罵：「你這腦袋裝大便啊！跟你講放在裡面，怎麼會找不到？比豬還笨！」「要是我為你做事，你罵我不也這樣罵？」這一念讓范希平決定繼續留下；如今這位大老的企業王國已然崩塌，范希平卻在亞都麗緻一路歷練到獨當一面，又何嘗不是另一種「以小窺大」！同學們，好修養能幫您找到貴人，一味的埋怨，可是會在生活中不經意失去許多機會哦！

資料來源：<https://ppt.cc/f9J6fx>

※請尊重智慧財產權 勿非法影印 以免觸法※

☆請副班長在導生時間宣達並張貼於公布欄內備查☆

同學亦可至學務處網站/電子刊物/學務搶鮮報中點閱