

導覽俱樂部 宇宙太空艙

◎EXPLORE長庚・Dreams come true(新生營)

◎博雅書院

◎新生打卡送好禮(新生手冊獎勵活動)





庚新啟航 - 「EXPLORE 長庚 · Dreams come true」

113 學年度新鮮人探索營庚新啟航 - 「EXPLORE 長庚 · Dreams come true」，
系列新生定向輔導，奠定新鮮人第一哩路

本校以「勤勞樸實」校訓為基礎，配合「三階十德」、「品德美」及「三好校園」品德教育發展為目標，並以「健康照護」為發展主軸，養成術德兼修有品的專業照護人才。由各系學生組成的「庚心家族源『緣』流長」ACE Leader 同儕輔導幹部領導團隊，今年度培訓持續結合「領袖魅力 - 跨領域社團領導與實作」跨域微學分課程，以設計思考教學模式，規劃最佳新生定向輔導方案，輔導幹部將於新生營期間發揮所學，以學長姐帶領學弟妹傳承的心，協助新生融入校園學習氛圍，以正向、多元的態度擁抱大學新生活。



開學典禮敲鑼
傳遞勤勞樸實校訓精神

113 學年度新鮮人探索營以「庚新啟航 - 「EXPLORE 長庚・Dreams come true」為主題，展開系列定向輔導方案，新生營期間將由師長協助指導充滿熱忱的 ACE Leader 學長姐們，透過營隊形式，結合各系未來特色發展，用心規劃設計邁向五師（護理師、營養師、長照師、幼保師及醫美師）之路系列探索活動，包含：典範學習探索、自我探索、學長姐傳承、ACE Leader 相見歡、環境學習探索、專業學習探索、社團博覽會及開學典禮等活動，引領新生在學習的過程中，多方廣泛吸收新知，具備創意思考及多元跨領



開學典禮 - 勤勞樸實接力傳球

域能力，以面對快速變化的世界以及新型態工作的來臨。新生定向活動主要目的以協助新鮮人建立人際關係、融入校園生活及規劃學習藍圖，奠定進入大學的「第一哩路」，期許新鮮人進入大學後，發揮校訓「勤勞樸實」的精神，培養長庚六力（創造力、思考力、合作力、服務力、健康力、就業力）、五師要素（專業、冒險、判斷、熱忱、合群、勤奮）及六心（初心、決心、細心、熱心、耐心、恆心）等特質，設定未來目標方向，朝向五師之路邁進，期許未來成為兼具跨領域廣度及專業深度的「T 型人才」（T-shaped talent）。



全體新生開學宣示

ACE LEADER- 庚心家族輔導幹部領導團隊



身為長庚人，傳承著長庚家族「勤勞樸實」的精神。113 年度「庚心家族」ACE Leader 同儕輔導幹部領導團隊，於 3 月正式成軍，並積極展開系列培訓課程，做足準備來帶領每位新鮮人。

由護理學院、民生學院學長姐所組成 ACE Leader 輔導幹部領導團隊，今年持續結合「領袖魅力 - 跨領域社團領導與實作」跨域微學分課程，從 3-9 月份開始接受了一系列「設計思考」課程培訓，以設計思考學習發揮創意及創新，規劃 113 學年度庚新啟航 - 「EXPLORE 長庚・Dreams come true」主題式新鮮人探索營系列方案，過程中 ACE Leader 學習溝通表達、創造與創新、活動規劃及媒體運用等能力，凝聚同儕輔導幹部共識，提升領導決策能力，強化自主自律、負責盡職及團隊合作精神，進而培養成 T 型人才。將在新生營期間齊心協力協助剛進入大學的學弟妹們，建立良好人際關係，快速地融入新的校園生活，並進一步規劃未來學習藍圖。

作為庚心家族 ACE Leader 的輔導學長姐們，已經準備好法寶帶著挑戰和充滿熱情的心，陪伴初次你們一起踏入大學校園，希望你們能夠在長庚科大創造滿滿的期待與感動，協助大家無縫融入校園生活及安定學習心情，一起營造溫馨友善的長庚校園文化，更期待每位新鮮人都能踴躍加入 ACE Leader 領導團隊，培養 A 積極活潑力 (Active Power)、C 創新、合作及思辨力 (Creative、Cooperative & Critical Power)、E 卓越力 (Excellent Power)，認真積極多元學習，如同稻穗花實飽滿謙虛，成為成長庚科大未來傑出領袖人才。



113 新生同儕輔導學長學姊



設計思考課程培訓

校歌

王永慶 作詞

彭 靖 作曲

我們齊聚在長庚，點起百千萬燭光
散發純潔光輝，遍照廣闊人間
學理實務都要具備，愛心耐心不可或缺
勤勞樸實勵我志節，事無難易勇敢面對
長庚是啟發慈悲情懷的處所
長庚是培養敬業精神的園地

長庚科技大學
CHANG GUNG UNIVERSITY OF SCIENCE AND TECHNOLOGY

庚新啟航 - 「庚向五師之路 T 計畫」新鮮人任務

庚向五師之路 T 計畫？是指 -----

各位新鮮人知道本校培育的五師是哪五師嗎？找一找 -----

長庚科大的精神？

實習生展開冒險旅程 -- 經過重重難關，拿到入學通知書，搭乘東方特快列車來到長庚，展開不平凡旅程，在成為五師之前，須通過新生任務，累積經驗值，完成後獲得滿滿知識及收穫，步入五師入門典禮，為大學生活拉開序幕。

新鮮人的任務是？

在 EXPLORE 長庚的過程中，會有滿滿的考驗，需要班級團隊合作，以及勇敢冒險的初心，只要通過考驗就有機會得到「探索點數」。

如何獲得獎勵點數？

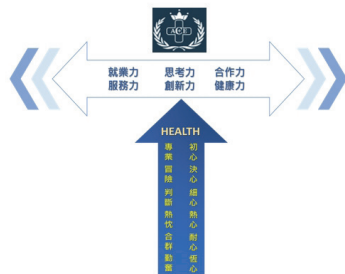
積極參與各項活動，全力以赴，如：校園導覽、ACE LEADER 相見歡、社團博覽會、校園尋寶SDGs、宿舍迎新.....等等。

班級頒獎的時間？

依各班在 EXPLORE 長庚・Dreams come true 的考驗中獲得的獎勵點數量排名順序，將公開表揚頒獎。

注意事項請注意！

本次活動落實校園保護智慧財產權行動方案，公告若有未盡事宜由主辦單位隨時補充、解釋。



113 學年度新鮮人探索營庚辰啟航 -EXPLORE 長庚 · Dreams come true

時間 學制	9月1日(日)		9月2日(一)		9月3日(二)		9月4日(三)	
	四技		二技		四技		二技	
07:00-07:30								
體檢 護理 108					體檢 妝品 101			
體檢 護理 109					體檢 護理 107			
07:30-08:00					體檢 高照 101		體檢 護理 101	
體檢 護理 101、103					體檢 護理 104			
體檢 護理 105					體檢 保養 102			
08:00-08:30	四技新鮮人入住 (住輔組)		二技新鮮人入住 (住輔組)		體檢 護理 104		體檢 護理 103	
體檢 護理 105					體檢 護理 106			
體檢 護理 102					體檢 妝品 101			
體檢 幼保 101					體檢 幼保 102			
體檢 護理 106					體檢 護理 110			
同儕學習探索 (導師時間)					博雅書院 (住宿輔導組)			
同儕學習探索 (導師時間)					專業學習探索 (系主任時間)			
同儕學習探索 (導師時間)					專業學習探索 (系主任時間)			
同儕學習探索 (導師時間)					專業學習探索 (系主任時間)			
同儕學習探索 (導師時間)					專業學習探索 (系主任時間)			
08:30-09:00	生活學習探索 校園導覽		生活學習探索 校園導覽		體檢 護理 105		體檢 護理 105	
體檢 護理 106					體檢 護理 105			
體檢 保養 101					體檢 妝品 101			
體檢 幼保 101					體檢 幼保 102			
體檢 護理 106					體檢 護理 110			
同儕學習探索 (導師時間)					博雅書院 (住宿輔導組)			
同儕學習探索 (導師時間)					專業學習探索 (系主任時間)			
同儕學習探索 (導師時間)					專業學習探索 (系主任時間)			
同儕學習探索 (導師時間)					專業學習探索 (系主任時間)			
同儕學習探索 (導師時間)					專業學習探索 (系主任時間)			
09:00-09:30	生活學習探索 校園導覽		生活學習探索 校園導覽		體檢 護理 105		體檢 護理 105	
體檢 護理 106					體檢 護理 105			
體檢 保養 101					體檢 妝品 101			
體檢 幼保 101					體檢 幼保 102			
體檢 護理 106					體檢 護理 110			
同儕學習探索 (導師時間)					博雅書院 (住宿輔導組)			
同儕學習探索 (導師時間)					專業學習探索 (系主任時間)			
同儕學習探索 (導師時間)					專業學習探索 (系主任時間)			
同儕學習探索 (導師時間)					專業學習探索 (系主任時間)			
同儕學習探索 (導師時間)					專業學習探索 (系主任時間)			
09:30-10:00	生活學習探索 校園導覽		生活學習探索 校園導覽		體檢 護理 105		體檢 護理 105	
體檢 護理 106					體檢 護理 105			
體檢 保養 101					體檢 妝品 101			
體檢 幼保 101					體檢 幼保 102			
體檢 護理 106					體檢 護理 110			
同儕學習探索 (導師時間)					博雅書院 (住宿輔導組)			
同儕學習探索 (導師時間)					專業學習探索 (系主任時間)			
同儕學習探索 (導師時間)					專業學習探索 (系主任時間)			
同儕學習探索 (導師時間)					專業學習探索 (系主任時間)			
同儕學習探索 (導師時間)					專業學習探索 (系主任時間)			
10:00-10:30	生活學習探索 校園導覽		生活學習探索 校園導覽		體檢 護理 105		體檢 護理 105	
體檢 護理 106					體檢 護理 105			
體檢 保養 101					體檢 妝品 101			
體檢 幼保 101					體檢 幼保 102			
體檢 護理 106					體檢 護理 110			
同儕學習探索 (導師時間)					博雅書院 (住宿輔導組)			
同儕學習探索 (導師時間)					專業學習探索 (系主任時間)			
同儕學習探索 (導師時間)					專業學習探索 (系主任時間)			
同儕學習探索 (導師時間)					專業學習探索 (系主任時間)			
同儕學習探索 (導師時間)					專業學習探索 (系主任時間)			
10:30-11:00	生活學習探索 校園導覽		生活學習探索 校園導覽		體檢 護理 105		體檢 護理 105	
體檢 護理 106					體檢 護理 105			
體檢 保養 101					體檢 妝品 101			
體檢 幼保 101					體檢 幼保 102			
體檢 護理 106					體檢 護理 110			
同儕學習探索 (導師時間)					博雅書院 (住宿輔導組)			
同儕學習探索 (導師時間)					專業學習探索 (系主任時間)			
同儕學習探索 (導師時間)					專業學習探索 (系主任時間)			
同儕學習探索 (導師時間)					專業學習探索 (系主任時間)			
同儕學習探索 (導師時間)					專業學習探索 (系主任時間)			
11:00-11:30	生活學習探索 校園導覽		生活學習探索 校園導覽		體檢 護理 105		體檢 護理 105	
體檢 護理 106					體檢 護理 105			
體檢 保養 101					體檢 妝品 101			
體檢 幼保 101					體檢 幼保 102			
體檢 護理 106					體檢 護理 110			
同儕學習探索 (導師時間)					博雅書院 (住宿輔導組)			
同儕學習探索 (導師時間)					專業學習探索 (系主任時間)			
同儕學習探索 (導師時間)					專業學習探索 (系主任時間)			
同儕學習探索 (導師時間)					專業學習探索 (系主任時間)			
同儕學習探索 (導師時間)					專業學習探索 (系主任時間)			
11:30-12:00	生活學習探索 校園導覽		生活學習探索 校園導覽		體檢 護理 105		體檢 護理 105	
體檢 護理 106					體檢 護理 105			
體檢 保養 101					體檢 妝品 101			
體檢 幼保 101					體檢 幼保 102			
體檢 護理 106					體檢 護理 110			
同儕學習探索 (導師時間)					博雅書院 (住宿輔導組)			
同儕學習探索 (導師時間)					專業學習探索 (系主任時間)			
同儕學習探索 (導師時間)					專業學習探索 (系主任時間)			
同儕學習探索 (導師時間)					專業學習探索 (系主任時間)			
同儕學習探索 (導師時間)					專業學習探索 (系主任時間)			
12:00-13:00	生活學習探索 校園導覽		生活學習探索 校園導覽		體檢 護理 105		體檢 護理 105	
體檢 護理 106					體檢 護理 105			
體檢 保養 101					體檢 妝品 101			
體檢 幼保 101					體檢 幼保 102			
體檢 護理 106					體檢 護理 110			
同儕學習探索 (導師時間)					博雅書院 (住宿輔導組)			
同儕學習探索 (導師時間)					專業學習探索 (系主任時間)			
同儕學習探索 (導師時間)					專業學習探索 (系主任時間)			
同儕學習探索 (導師時間)					專業學習探索 (系主任時間)			
同儕學習探索 (導師時間)					專業學習探索 (系主任時間)			
13:00-13:30	生活學習探索 校園導覽		生活學習探索 校園導覽		體檢 護理 105		體檢 護理 105	
體檢 護理 106					體檢 護理 105			
體檢 保養 101					體檢 妝品 101			
體檢 幼保 101					體檢 幼保 102			
體檢 護理 106					體檢 護理 110			
同儕學習探索 (導師時間)					博雅書院 (住宿輔導組)			
同儕學習探索 (導師時間)					專業學習探索 (系主任時間)			
同儕學習探索 (導師時間)					專業學習探索 (系主任時間)			
同儕學習探索 (導師時間)					專業學習探索 (系主任時間)			
同儕學習探索 (導師時間)					專業學習探索 (系主任時間)			
13:30-14:00	生活學習探索 校園導覽		生活學習探索 校園導覽		體檢 護理 105		體檢 護理 105	
體檢 護理 106					體檢 護理 105			
體檢 保養 101					體檢 妝品 101			
體檢 幼保 101					體檢 幼保 102			
體檢 護理 106					體檢 護理 110			
同儕學習探索 (導師時間)					博雅書院 (住宿輔導組)			
同儕學習探索 (導師時間)					專業學習探索 (系主任時間)			
同儕學習探索 (導師時間)					專業學習探索 (系主任時間)			
同儕學習探索 (導師時間)					專業學習探索 (系主任時間)			
同儕學習探索 (導師時間)					專業學習探索 (系主任時間)			
14:00-14:30	生活學習探索 校園導覽		生活學習探索 校園導覽		體檢 護理 105		體檢 護理 105	
體檢 護理 106					體檢 護理 105			
體檢 保養 101					體檢 妝品 101			
體檢 幼保 101					體檢 幼保 102			
體檢 護理 106					體檢 護理 110			
同儕學習探索 (導師時間)					博雅書院 (住宿輔導組)			
同儕學習探索 (導師時間)					專業學習探索 (系主任時間)			
同儕學習探索 (導師時間)					專業學習探索 (系主任時間)			
同儕學習探索 (導師時間)					專業學習探索 (系主任時間)			
同儕學習探索 (導師時間)					專業學習探索 (系主任時間)			
14:30-15:00	生活學習探索 校園導覽		生活學習探索 校園導覽		體檢 護理 105		體檢 護理 105	
體檢 護理 106					體檢 護理 105			
體檢 保養 101					體檢 妝品 101			
體檢 幼保 101					體檢 幼保 102			
體檢 護理 106					體檢 護理 110			
同儕學習探索 (導師時間)					博雅書院 (住宿輔導組)			
同儕學習探索 (導師時間)					專業學習探索 (系主任時間)			
同儕學習探索 (導師時間)					專業學習探索 (系主任時間)			
同儕學習探索 (導師時間)					專業學習探索 (系主任時間)			
同儕學習探索 (導師時間)					專業學習探索 (系主任時間)			
15:00-15:30	生活學習探索 校園導覽		生活學習探索 校園導覽		體檢 護理 105		體檢 護理 105	
體檢 護理 106					體檢 護理 105			
體檢 保養 101					體檢 妝品 101			
體檢 幼保 101					體檢 幼保 102			
體檢 護理 106					體檢 護理 110			
同儕學習探索 (導師時間)					博雅書院 (住宿輔導組)			
同儕學習探索 (導師時間)					專業學習探索 (系主任時間)			
同儕學習探索 (導師時間)					專業學習探索 (系主任時間)			
同儕學習探索 (導師時間)					專業學習探索 (系主任時間)			
同儕學習探索 (導師時間)					專業學習探索 (系主任時間)			
15:30-16:00	生活學習探索 校園導覽		生活學習探索 校園導覽		體檢 護理 105		體檢 護理 105	
體檢 護理 106					體檢 護理 105			
體檢 保養 101					體檢 妝品 101			
體檢 幼保 101					體檢 幼保 102			
體檢 護理 106					體檢 護理 110			
同儕學習探索 (導師時間)					博雅書院 (住宿輔導組)			
同儕學習探索 (導師時間)					專業學習探索 (系主任時間)			
同儕學習探索 (導師時間)					專業學習探索 (系主任時間)			
同儕學習探索 (導師時間)					專業學習探索 (系主任時間)			
同儕學習探索 (導師時間)					專業學習探索 (系主任時間)			
16:00-16:30	生活學習探索 校園導覽		生活學習探索 校園導覽		體檢 護理 105		體檢 護理 105	
體檢 護理 106					體檢 護理 105			
體檢 保養 101					體檢 妝品 101			
體檢 幼保 101					體檢 幼保 102			
體檢 護理 106					體檢 護理 110			
同儕學習探索 (導師時間)					博雅書院 (住宿輔導組)			
同儕學習探索 (導師時間)					專業學習探索 (系主任時間)			
同儕學習探索 (導師時間)					專業學習探索 (系主任時間)			
同儕學習探索 (導師時間)					專業學習探索 (系主任時間)			
同儕學習探索 (導師時間)					專業學習探索 (系主任時間)			
16:30-17:00	生活學習探索 校園導覽		生活學習探索 校園導覽		體檢 護理 105		體檢 護理 105	
體檢 護理 106					體檢 護理 105			
體檢 保養 101					體檢 妝品 101			
體檢 幼保 101					體檢 幼保 102			
體檢 護理 106					體檢 護理 110			
同儕學習探索 (導師時間)					博雅書院 (住宿輔導組)			
同儕學習探索 (導師時間)					專業學習探索 (系主任時間)			
同儕學習探索 (導師時間)					專業學習探索 (系主任時間)			
同儕學習探索 (導師時間)					專業學習探索 (系主任時間)			
同儕學習探索 (導師時間)					專業學習探索 (系主任時間)			
17:00-18:00	生活學習探索 校園導覽		生活學習探索 校園導覽		體檢 護理 105		體檢 護理 105	
體檢 護理 106					體檢 護理 105			
體檢 保養 101					體檢 妝品 101			
體檢 幼保 101					體檢 幼保 102			
體檢 護理 106					體檢 護理 110			
同儕學習探索 (導師時間)					博雅書院 (住宿輔導組)			
同儕學習探索 (導師時間)					專業學習探索 (系主任時間)			
同儕學習探索 (導師時間)					專業學習探索 (系主任時間)			
同儕學習探索 (導師時間)					專業學習探索 (系主任時間)			
同儕學習探索 (導師時間)					專業學習探索 (系主任時間)			
18:00-18:30	生活學習探索 校園導覽		生活學習探索 校園導覽		體檢 護理 105		體檢 護理 105	
體檢 護理 106					體檢 護理 105			
體檢 保養 101					體檢 妝品 101			
體檢 幼保 101					體檢 幼保 102			
體檢 護理 106					體檢 護理 110			
同儕學習探索 (導師時間)					博雅書院 (住宿輔導組)			
同儕學習探索 (導師時間)					專業學習探索 (系主任時間)			
同儕學習探索 (導師時間)					專業學習探索 (系主任時間)			
同儕學習探索 (導師時間)					專業學習探索 (系主任時間)			
同儕學習探索 (導師時間)					專業學習探索 (系主任時間)			
18:30-20:00	生活學習探索 校園導覽		生活學習探索 校園導覽		體檢 護理 105		體檢 護理 105	
體檢 護理 106					體檢 護理 105			
體檢 保養 101					體檢 妝品 101			
體檢 幼保 101					體檢 幼保 102			
體檢 護理 106					體檢 護理 110			
同儕學習探索 (導師時間)					博雅書院 (住宿輔導組)			
同儕學習探索 (導師時間)					專業學習探索 (系主任時間)			
同儕學習探索 (導師時間)					專業學習探索 (系主任時間)			
同儕學習探索 (導師時間)					專業學習探索 (系主任時間)			
同儕學習探索 (導師時間)					專業學習探索 (系主任時間)			

庚心家族 - 輔導幹部學長姐學習經驗分享

給新生們的一段話

作為一位即將踏入大學校園的新生，你將開啟一段令人期待的旅程。大學生活將帶給你無數的機會和挑戰，而這些挑戰將讓你茁壯成長，透過學習和經驗，將不斷塑造出更好的自己。在這個全新的環境中，勇敢地展開你的社交圈，與來自各地的同學們交流思想，這將拓寬你的眼界並啟發你的靈感。探索各種不同的課程和活動，發掘自己的興趣和熱情，並且積極參與其中。不要害怕失敗，每一次挫折都是一次寶貴的經驗，讓你更加堅強和成熟。嘗試不斷挑戰自己，突破自己的極限，這將幫助你發現更多潛力和可能性。同時，珍惜每一個來自老師、同學以及校園裡每一個美好瞬間，這將是你學業生涯中最珍貴的寶

112 ACE Leader 總召 四技黃暄甯

藏。最重要的是，要相信自己的能力和價值，在前途的道路上勇敢前行，堅定地追求夢想和目標。不要忘記不斷學習和成長的重要性，每一次的努力都將為你的未來打下堅實的基礎。

祝福你在大學裡找到自己的定位，收穫知識和友情，成為一位獨立自信、充滿活力的新生！祝你學業順利，前程似錦！



庚心家族 - 輔導幹部學長姐們

快樂做自己

112 ACE Leader 副召 四技官子晴

歡迎各位新生來到長庚科技大學，想當初我也跟妳們一樣剛來到這個陌生的新環境，內心是既期待又害怕的對吧！在這裡我想告訴你們，來到長庚就盡情的玩吧～不要去太在乎別人對你的看法，做心中的自己就好，我相信在這四年中一定能交到知心的朋友，長庚這所學校有很多知識、學問，也有很多有趣的課程，等著你們一起去挖掘，也許也會有意想不到的有趣事物呢！為你們的青春創造出美好的回憶吧！祝你們在這大學四年中能開開心心的學習，快快樂樂的成長，未來也可以走向自己的目標，加油。



各位加油～你們可以的！

113 ACE Leader 四技張毓宸

歡迎各位準大一新生進入長庚～

即將面對大學生活的你們，一定既興奮又期待吧！

在這裡，你們不僅可以發揮自己的實力、創意，也可以大方的展現出你們的社交能力，不管你們想在大學期間做出什麼成果，在長庚科技大學的每一位老師都會努力的把自己所學交給你，記住「只要你有心，就一定會成功」。長庚科技大學不管是什麼科系、老師、學長姐都充滿著熱情和期待。

歡迎你們來加入長庚這個大家庭，有任何問題，隨時可以問老師或學長姐，相信你們在長庚科技大學的四年可以過的充實，也可以交到知心朋友，一起在科大創造美好回憶。祝各位大一新生，考試都 all 趴、大學脫單、大學四年可以玩的比高中精彩。

大學新生活中，我們所應該學習的三門課

113 ACE Leader 四技呂姍樺

在進入大學一年後，我發現在大學生活中，我們最需要學習的是「人際」、「家庭」、「自律」。

在人際的部分，上大學後，我們幾乎 24 小時都要和同學待在一起，不論是上課、吃飯、休息，都會跟同學或室友待在一起。就連必修課都時常需要分組，所以當感到疲憊時，不要害怕自己待著，請盡情享受一個人的時間！

家人永遠是我們的避風港，相信很多人都是第一次獨自離開家這麼久、這麼遠，如果感到不安、低落、難過，就打電話、傳訊息，或是假日直接回家，不會有人笑話你的。

相較於高中，大學學習的內容建立了以後工作的基礎，所以大學並不像人家說的「可以盡情的玩」。在大學沒有人會管我們要玩什麼、玩多久、花多少錢，所以我們要學會成為「自律」，知道如何分配時間和金錢。在大學生活中，也許會有許多波折，但最後留下的都將會是美好的回憶。



大學生活有規劃，一切都在自己的掌控！

113 ACE Leader 四技黃芷妍

作為上一屆的新生，在同樣的時間裡，我也有一樣的迷茫、興奮和期待。想當初我也是各種爬文，各種找資料，為的就是能在一進到大學後能夠順利的生活。而現在的我已經在這裡生活快1年了，我發現上了大學一定要有規劃的生活才能好好的享受生活，而以下三點是我在大學生活中可以更加順利的方法！

1. 主動多詢問：一開始一定有很多不會與不熟悉的事物，要學著多多的詢問你不會的問題，若都憋著不問，到最後很多事情都會不跟著你的方向發展，最後會一場糊塗。



2. 下載行事曆，將重要的事情標註在上面：上了大學，你不只必修的課程有功課，還有通識課的功課，你若不將功課繳交日期標註好，很容易就會忘記最後截止日期，再加上，你可能會有很多社團活動或者課程的額外活動，若沒有好好的規劃標記，很容易就會過到時間錯亂啊！

3. 不要過度安排自己的時間：很多人上了大學，什麼都想要嘗試，什麼東西都報名，但這樣很容易沒有時間做自己的事情與課業，而且到了期中、期末，報告功課會非常的多，這樣過度安排自己去參加各種活動，很容易體力吃不消啊！

上了大學，就是自己獨立的開始，很多人離開家鄉獨自來到這裡上學，希望大家都不要有煩惱，過好每一天，每一天都順順利利開開心心。

斜槓大學生

113 ACE Leader 四技鍾靜雯

嗨大家，在這邊先恭喜大家熬過可怕的高中職階段！在一年前，我以為上了大學之後會變成大家口中的「廢材大學生」，但實際上大學生活比我想像的還要充實很多，以下是我這個過來人在大一的生活經驗：

走出舒適圈

在大學課程，除了自己科系的專業必修外，還可以自己選擇有興趣的選修課，讀長科有一個很不錯的

地方是，我們可以跨三校選課，可以選擇其他兩所大學的選修課，和他們一起學習與交流。選課時也可以跨出舒適圈，多方面的學習，到後面所收穫到的成果會比你想像的還多，順便當個斜槓青年。

一人走天涯

因為課程很彈性，我曾經有一學期的課表有兩天是沒有排課的（不要學，出來混的都要還），我每周都會利用那兩天幫自己安排獨遊，一學期下來走過了許多景點，增加人生閱歷。



僑生的大學生活

113 ACE Leader 四技田玉爾

我來自馬來西亞，9月份是我步入第三年的台灣生活～在長庚科大的大學生活真的很棒，參加了很多活動，充實了我在大人的生活，例如交流、校慶、演唱會等等。我覺得在大學就應該**積極參與社團並且參與各種活動**，舉個例子我就參與了學生會，在學生會裡面學到了很多也嘗試了我沒嘗試過且充滿挑戰的任務。除此之外，參與學生會還可以到各校去交流，真的很好玩 同時也可以認識更多的人。

大學生活其中一部分也包括了宿舍生活。不得不

說長庚科大的宿舍環境還不錯。整體來說還是很讚的，費用也不會太貴，而且舍媽人也都很好。除了生活上的生活，當然也有在課程上的學習。在妝品的課程上，學校提供了很多特別的課程是別的學校沒辦法體驗的。在妝品系學的課程其中包含了彩妝、美膚、美甲等各種課程，並且提供考取證照的機制。在這些課程當中可以學習到很多很有趣的事，也在為未來做好基礎建設。

長庚科大資源的提供也是我選擇的一部分。因為學校與校外企業的合作，讓我們畢業後也不用擔心沒有選擇。以上是我身為僑生選擇長庚科大以及我在長庚科大的生活。



我和我的大學生活

113 ACE Leader 四技田家榆

大學是啟航的港灣，是光陰荏苒的歲月，進入一個充滿活力和希望的世界，這裡有夢想的翅膀，奮鬥的舞台和成長相遇吧！

在上大學之前，我曾在腦海中預設過大學的生活會是怎麼樣的，可能會結交好夥伴一起到處旅遊，可能會談一場轟轟烈烈的戀愛，可能會踏出舒適圈去感受全新的事物，而轉眼就到了大一下學期，還有好多目標等著我去完成，看看自己想看的世界，感受文字的美妙，慢慢搭建自己的理想王國，屬於一個自己的「烏托邦」。

什麼是大學生活

113 ACE Leader 四技鍾雅穎

我常常在想怎麼樣才算是真正的大學生活。

我希望是擁有自己的時間、金錢，去想去的方地方，不論是自我療癒或是與朋友們的快樂出遊，還是談一場健康快樂的戀愛。成為鬆弛有度的自己，但並不是不在乎成績，不在乎結果，而是做一個游刃有餘的人。但，現實往往不是這麼一回事，是修不完的學分，老是因為期中期末考而發愁，搞不完的人際關係，加上常常起不來的早八。很多人常說上了大學就輕鬆了，但真的是這樣嗎，不，反而更忙碌了。無法反駁的一點是不用再整天坐在教室裡，時間是多了那麼一點。不用擔心的是，擁有什麼樣的大學生活是自己創造出來的，也是青春的一部分呀，直視自己的內心，問問自己想要的是什麼並做好自己，希望在這裡能擁有一個不留遺憾的大學生活。

Fun 心來長庚科大吧！

113 ACE Leader 四技吳佳穎

在參加新生營的這段期間，我認識到了很多很棒的同儕們，大家很有凝聚力，且想法都很成熟也很負責任，而當初我想參加新生營的其中一個原因就是想認識更多新的朋友們，現在這個目標也達成了，接下來就要朝著新生營當天邁進，我會更加努力的！希望能帶給每一位長庚科大的新生們一個有趣且美好的回憶，讓你們能對長庚科大放心且安心，我想這也是新生營存在的必要性吧！而在長庚科大學習的一年期間內，除了剛開學那時候真的會一直小迷路以外，其實就沒什麼太大的問題，學校也常舉辦市集、演講等活動，讓我覺得大學生活多了許多色彩，教學環境也很棒，宿舍的設備也很新，長庚科大真的是值得來就讀的學校，也期許學弟妹們能盡可能利用長庚科大的所有資源去增進自己，讓自己的自身價值更上一層樓吧！



未知的旅程

113 ACE Leader 四技沈子璋

自從上了大學之後，我發現很多未知的事物。
ex：人、事、物及環境等等。到了此階段，我逐漸了解很多事情，都要自己去面對，尤其到了陌生的地方（大都市），到了新的地方，很多事情都需要去探索，然後慢慢地去適應，生活步調也變快了許多，跟之前的國高中相比的話。

我抱持著好奇心與探索的心情來到「長庚科技大學」，我對它的第一印象是，這所大學鄰近著山，風

景應該不錯。直到我真實看到「志清湖」的景色。說到它，就有很多故事可以說，第一個禮拜，我就跟著我室友出去走一走，順便逛了一下志清湖的外圍，整整繞了一圈。路途中經過體育大學，為了去印一些紙本資訊，跑到體大的 7 Eleven，到最後才發現根本不用跑那麼遠，在長大那邊就有一家小 7 了，現在回想起來，覺得那時候為什麼要多跑一趟。

雖說這一趟，讓我們跑了很多地方，但也讓我和室友更認識學校以及周圍重要地標。週末出去時，都會看到有一些家長跟觀光客，來到志清湖旁野餐或欣賞湖面上的風景。也建議大家一起來探索 !!。



設計思考培訓課程



設計思考迷你工作坊



博雅書院

以「博雅教育」多元學習各項能力為概念，培養長庚新鮮人學習新知，經由各領域專家的經驗與互動分享後，從中瞭解到多元學習發展與跨領域學習之重要性，以提升人際互動關係、情緒管理技巧、高效時間管理、簡報製作技巧、收納整理能力及海外學習交流等六項知能，期許未來能成為優秀的人才。

課程日期：113 年 9 月 3 日 (星期二) 課程時間：10:00-12:00

場次	主題	課程名稱	講師	現職	地點
1	博雅行動力	給新鮮人的宿舍整理收納課	戴瑜嫻 (Q 魚)	戴魚收納整理工作室 負責人 Q 魚老師 - 綠生活收納整理術 創辦人 中華心希望空間整理顧問協會 理事 Re Life 整理收納學院 資深整理師	DB01
2	博雅自律力	大學生活該怎麼過？ 你不可不知的「時間管理」心法	簡均伶 (波莉)	微光整合行銷有限公司 執行長 波莉的斜槓路 Podcast 節目 企劃與主持人	DB02
3	博雅冒險力	溝通的勇氣	葉如凡	企業溝通策略顧問 / 表達培訓講師 療癒系 podcast《溝通的勇氣》主持人兼 製作人	BB01
4	博雅創新力	魅力表達簡報課	翁順法	簡報培訓師	BB02
5	博雅修養力	學習情緒能量管理技巧， 讓你贏得好人緣	林聖峯	擁抱心理諮商所 心理師 「林聖峯心靈工坊」 創辦人 「林聖峯臨床心理師 - 高敏感族身心療法」 FB & Podcast 創辦人	BB03
6	博雅國際力	長庚人生 踏實築夢	李香君 池伯尉 吳佳玲	研究發展處就業輔導組 組長 研究發展處產學合作組 組長 國際事務處國際交流組 組長	BB04

新生好禮送

在你 / 妳的大學生活中，我們讓「宿舍」代替了原本「家」的角色，你可以在宿舍得到豐盛的食物、充分的休息、室友們感情的交流……，為了讓大家更發掘它的美好及功能，不過你 / 妳對宿舍環境還是有些陌生吧，所以邀請您於 9 月底前完成下列任務，每人都有機會獲得小禮物唷！（偷偷告訴您，獎品數量有限，趕快去完成吧～～）

任務一 宿舍是您未來第二個家，請至宿舍幹部的 FB 紛絲專頁（長庚科大宿舍幹部 -Dorm. 宿 & 宿委一家親）按讚。

任務二 追蹤宿舍幹部 IG（宿委會 cgust_sdc、Dorm. 宿社 cgust_dorm），方可達成任務。

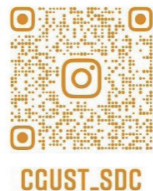


長庚科大宿舍幹部 - Dorm.宿
& 宿委一家親
學校



★溫馨提醒：好好佈置自己的寢室，讓您的生活環境充滿新的力量，陪伴您度過美好的大學時光。

任務完成囉！請到庚心樓地下一樓住宿輔導組領取小禮物，數量有限，換完為止唷！



☐ 兌換完畢請打勾。



09

September / 2024

中華民國113年 / 甲辰年 / 肖龍

10
Oct

日 一 二 三 四 五 六

1 2 3 4 5

6 7 8 9 10 11 12

13 14 15 16 17 18 19

20 21 22 23 24 25 26

27 28 29 30 31

Sunday	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	Saturday
星期日	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六
1 廿九	2 鬼門關 卅	3 軍人節 八月初一	4 初二	5 初三	6 初四	7 白露 初五
8 初六	9 初七	10 初八	11 初九	12 初十	13 十一	14 十二
15 十三	16 十四	17 中秋節 十五	18 十六	19 十七	20 十八	21 十九
22 秋分 廿	23 廿一	24 廿二	25 廿三	26 廿四	27 廿五	28 廿六
29 教師節 廿七	30 廿八					

10

October / 2024

中華民國113年 / 甲辰年 / 肖龍

11
Nov

日	一	二	三	四	五	六
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

Sunday	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	Saturday
星期日	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六
		1	2	3	4	5
		廿九	卅	九月初一	初二	初三
6	7	8	9	10	11	12
初四	初五	寒露 初六	初七	國慶日 初八	重陽節 初九	初十
13	14	15	16	17	18	19
十一	十二	十三	十四	十五	十六	十七
20	21	22	23	24	25	26
十八	十九	廿	霜降 廿一	臺灣 聯合國日 廿二	台灣光復節 廿三	廿四
27	28	29	30	31		
廿五	廿六	廿七	廿八	萬聖節 廿九		

11

November / 2024

中華民國113年 / 甲辰年 / 肖龍

12

Dec

日	一	二	三	四	五	六
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

Sunday	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	Saturday
星期日	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六
					1 十月初一	2 初二
3 初三	4 初四	5 初五	6 初六	7 立冬 初七	8 初八	9 初九
10 初十	11 十一	12 國父誕辰 十二	13 十三	14 十四	15 十五	16 十六
17 十七	18 十八	19 十九	20 廿	21 廿一	22 小雪 廿二	23 廿三
24 廿四	25 廿五	26 廿六	27 廿七	28 感恩節 廿八	29 廿九	30 卅

12

December / 2024

中華民國113年 / 甲辰年 / 肖龍

01

Jan

日	一	二	三	四	五	六
		1	2	3	4	
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

Sunday	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	Saturday
星期日	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六
1 十一月初一	2 初二	3 初三	4 初四	5 初五	6 大雪 初六	7 初七
8	9	10	11	12	13	14
初八	初九	初十	十一	十二	十三	十四
15	16	17	18	19	20	21
十五	十六	十七	十八	十九	廿	冬至 廿一
22	23	24	25 聖誕節 行憲紀念日 廿五	26	27	28
廿二	廿三	平安夜 廿四	廿五	廿六	廿七	廿八
29	30	31				
廿九	卅	十二月初一				

01

January / 2025

中華民國114年 / 乙巳年 / 肖蛇

02

Feb

日 一 二 三 四 五 六

1

2 3 4 5 6 7 8

9 10 11 12 13 14 15

16 17 18 19 20 21 22

23 24 25 26 27 28

Sunday	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	Saturday
星期日	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六
			1 元旦 初二	2 初三	3 初四	4 初五
5 小寒 初六	6 初七	7 初八	8 初九	9 初十	10 十一	11 十二
12 送神 十三	13 十四	14 十五	15 十六	16 十七	17 十八	18 十九
19	20 大寒 廿一	21 廿二	22 廿三	23 廿四	24 廿五	25 廿六
廿	廿七	廿八	廿九 除夕	30 春節 正月初一	31 初二 回娘家	初三 祭祖

02

February / 2025

中華民國114年 / 乙巳年 / 肖蛇

03

Mar

日 一 二 三 四 五 六

1

2 3 4 5 6 7 8

9 10 11 12 13 14 15

16 17 18 19 20 21 22

23 24 25 26 27 28 29

30 31

Sunday	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	Saturday
星期日	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六
						1 迎神 初四
2 開市 初五	3 立春 初六	4 初七	5 初八	6 天公生 初九	7 初十	8 十一
9 十二	10 十三	11 十四	12 元宵節 十五	13 十六	14 西洋情人節 十七	15 十八
16 十九	17 全國客家日 廿	18 雨水 廿一	19 廿二	20 廿三	21 廿四	22 廿五
23 廿六	24 廿七	25 廿八	26 廿九	27 卅	28 和平紀念日 二月初一	

03

March / 2025

中華民國114年 / 乙巳年 / 肖蛇

04

Apr

日 一 二 三 四 五 六

1 2 3 4 5

6 7 8 9 10 11 12

13 14 15 16 17 18 19

20 21 22 23 24 25 26

27 28 29 30

Sunday	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	Saturday
星期日	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六
						1 初二
2 初三	3 初四	4 初五	5 驚蟄 初六	6 初七	7 初八	8 婦女節 初九
9 初十	10 十一	11 十二	12 植樹節 十三	13 十四	14 白色情人節 反侵略日 十五	15 十六
16 十七	17 十八	18 十九	19 廿	20 春分 廿一	21 廿二	22 廿三
23 廿四	24 廿五	25 廿六	26 廿七	27 廿八	28 廿九	29 青年節 三月初一
	30 初二	31 初三				

04

April / 2025

中華民國114年 / 乙巳年 / 肖蛇

05

May

日 一 二 三 四 五 六

1 2 3

4 5 6 7 8 9 10

11 12 13 14 15 16 17

18 19 20 21 22 23 24

25 26 27 28 29 30 31

Sunday	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	Saturday
星期日	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六
		1 愚人節 初四	2 初五	3 初六	4 兒童節 清明節 初七	5 初八
6 初九	7 初十	8 十一	9 十二	10 十三	11 十四	12 十五
13	14	15	16	17	18	19
十六 穀雨 媽祖生 廿三	十七 復活節 廿四	十八 世界地球日 廿五	十九 廿六	廿 廿七	廿一 廿八	廿二 廿九
27 卅	28 四月初一	29 初二	30 初三			

05

May / 2025

中華民國114年 / 乙巳年 / 肖蛇

06

Jun

日 一 二 三 四 五 六

1 2 3 4 5 6 7

8 9 10 11 12 13 14

15 16 17 18 19 20 21

22 23 24 25 26 27 28

29 30

Sunday	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	Saturday
星期日	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六
				1 勞動節 初四	2 初五	3 初六
4 初七	5 立夏 佛誕日 初八	6 初九	7 初十	8 十一	9 十二	10 十三
11 母親節 十四	12 護士節 十五	13 十六	14 十七	15 十八	16 十九	17 廿
18 廿一	19 廿二	20 廿三	21 小滿 廿四	22 廿五	23 廿六	24 廿七
25 廿八	26 廿九	27 五月初一	28 初二	29 初三	30 初四	31 端午節 初五

06

June / 2025

中華民國114年 / 乙巳年 / 肖蛇

07

Jul

日 一 二 三 四 五 六

1 2 3 4 5

6 7 8 9 10 11 12

13 14 15 16 17 18 19

20 21 22 23 24 25 26

27 28 29 30 31

Sunday	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	Saturday
星期日	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六
1 初六	2 初七	3 初八	4 初九	5 芒種 初十	6 十一	7 十二
8 十三	9 十四	10 十五	11 十六	12 十七	13 十八	14 十九
15 廿	16 廿一	17 廿二	18 廿三	19 廿四	20 廿五	21 夏至 廿六
22 廿七	23 廿八	24 廿九	25 六月初一	26 初二	27 初三	28 初四
29 初五	30 初六					

07

July / 2025

中華民國114年 / 乙巳年 / 肖蛇

08

Aug

日 一 二 三 四 五 六

1 2

3 4 5 6 7 8 9

10 11 12 13 14 15 16

17 18 19 20 21 22 23

24 25 26 27 28 29 30

31

Sunday	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	Saturday
星期日	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六
		1	2	3	4	5
		初七	初八	初九	初十	十一
6	7	8	9	10	11	12
十二	小暑 十三	十四	十五	十六	十七	十八
13	14	15	16	17	18	19
十九	廿	解嚴紀念日 廿一	廿二	廿三	廿四	廿五
20	21	22	23	24	25	26
廿六	廿七	大暑 廿八	廿九	卅	閏六月初一	初二
27	28	29	30	31		
初三	初四	初五	初六	初七		