

心路

讓心帶路 · 迎向好天天



當我有了第二個家



心路訪題人物

剛滿4歲的唐寶寶睿睿在1歲11個月進入心路桃園發展中心，由於唐氏症影響，肌肉張力比較低、肌耐力不足，剛來時只會扶著物品站立，也常常因為害怕接觸新事物而哭泣。

來到心路後，睿睿在復健課程訓練肌肉的力量，能走得越來越好。原先對於新鮮事物很害怕的他，也因為多元的活動課程，漸漸打開感官、放開心。他能主動牽起同學的手，也喜愛當老師的小幫手。不同的社交機會，也豐富了睿睿的語言能力，從只會「嘛嘛嘛」的發單音，到現在喜歡跟妹妹拌嘴，也能對最愛的媽媽說一聲：「我愛妳！」

懂生活的職人 勇往直前走新路

Lulu、青年揮灑創意 繪出幸福「袋」著走

生活在一起的歡樂時光

吃飯這件事 真是不簡單！

VOL. 155

November. 2018

愛
心
路





響應環保無紙化！

若您不需收到雙月刊，煩請退回
也歡迎您改訂閱心路電子報
請上網訂閱<https://goo.gl/mSDFM9>
或請來信isyinlu@gmail.com
或來電告知您的電子信箱(02)2592-9778#5

*取消紙本訂閱時，請告知訂閱編號（封面右上角英文+數字）、
訂閱者姓名、寄送地址，方便後續處理，感謝！



聖誕樂手小提盒

—限—量—來—襲—

聖誕樹造型餅乾組 \$150

*還有蛋捲組及其他聖誕禮品！

年節禮盒早鳥優惠
12/5 準時開賣！

◎ 購買請上網搜尋 心路·幸福+工場 或致電
台北 (02) 2290-0959 高雄 (07) 790-2239

聖誕專區

年節專區

11月5日起
momo 購物網
獨家限量發售

2018 幸福袋著走

天天分享愛

幸福提袋\$259/組 (免運費)
隨袋送 **品田牧場幸福券乙張**
(限107/11/15-108/1/15 平日適用)

購買2個加贈momo500元回饋金
(限快速到貨)

[幸福大使]

心路基金會 X 品田牧場

編輯的話

2018年又來到了尾聲，相信大家手邊都有許多預備收尾的工作，在心路也不例外。多如牛毛的專案預備結案、2019年度預算的審核、向企業提案尋求支持明年度服務經費等，不論是在前線服務的教保員、就服員、社工，或是在後場的行政同仁，各個馬不停蹄的處理所有業務。

幾天前，內部辦了北區社工員的服務成果發表，從社工員的分享中，感受到他們的用心與專業，從過去的生活品質、探索個人想望到運用優勢觀點，針對每個服務對象不同的特質與需求，引導協助他們朝著想望努力。其實不只是社工員，在心路每一位前線人員都是專業的職人。

今年度的募款影片「上課囉！」想傳達的正是「職人」，透過心路專業教保員、職評員、就服員、治療師等的照顧與引導，每位接受服務的智能障礙者都能在他們的領域中成為職人。

就如影片中的欣霈在庇護工場從配料開始學習，接著轉換摺紙盒、包裝、到現在只要7秒就可揉好一顆鳳梨酥。還有今年剛過60歲生日的黛麗（2018年5月，雙月刊NO.152期刊載），是心路社區家園的大廚。對每個服務對象來說，心路就像他們第二個家，這裡的老師、同儕就像他們的家人，彼此關心、互相照顧。

早療的孩子們在這裡學吃飯、學走路，家長也在老師的陪伴引導下找到照顧、教育孩子的方式；成人們有的在這裡學會技能找到工作、有的參加社團找到自信，在機構裡的中高齡智長者們，他們分工家事，每天一起唱歌、運動、出遊等，開心的相處著。在心路不只有專業的服務同仁，每個服務對象也都有各自的專業。

前兩期的雙月刊做了讀者問卷調查，收到許多讀者們真心的回饋，非常感謝您們給予我們所有的建議。2019年的雙月刊我們也會有小部分的調整，針對職人的部分也將有系列文章分享，請大家拭目以待。

最後跟大家分享個好康訊息，為迎接新的2019年，多年來一直支持心路的大樹工作室特別為心路設計了專屬年曆，有需要的朋友歡迎來電或E-mail索取。另外，下期的雙月刊也將附上年度春聯，敬請期待喔！

發行所 / 財團法人心路社會福利基金會

發行人 / 馮碧華

總編輯 / 張玲

編輯小組 / 賴炳良、劉又綺、
陳亭瑋、鄭筱翎、
盧惠賢、黃普媛、
黃翼鴻、劉銘芝

責任編輯 / 何怡君

美術編輯 / 藏鏡呼

法律顧問 / 陳雲惠、蘇志成、
蔡鴻杰

電話 / 02-2592-9778

傳真 / 02-2592-8514

會址 / 104 台北市中山區吉林路
364號4樓

網址 / www.syinlu.org.tw

電郵 / isyinlu@gmail.com

劃撥帳號 / 1182591-6

行政院新聞局出版事業登記證局版臺誌字第5824號
中華郵政北臺字第2251號執照登記為雜誌交寄



法定告知事項：受個資法保護影響，本會為辦理雙月刊寄送事宜，需蒐集、處理及運用您的個資，資料將僅限於本會使用，本會遵守個人資料保護法之規定，妥善保護您的個人資料。而您本人可請求更正地址、停止寄送及刪除個資。等。若您需要此項個人資料權利主張，請於上班時間與本會聯繫，謝謝。



—— 掃描加入，成為心路線上好友 ——

懂生活的職人 勇往直前走新路

文/公事部 何怡君

2018年遇見的挑戰，有些我們安然度過，有些仍揮之不去。關於真實的勇氣，不僅是在關鍵時刻的奮力一搏，更是在持久的耐力賽中，堅守崗位，預備好自己，準備隨時接招。

這一年，心路服務的0歲到60歲大小朋友，各自在生命的不同階段，努力扮演好所屬的角色。儘管有許多日復一日的挑戰，但在身旁的天使們給予即時的陪伴、切合所需的支持中，他們能勇往直前，成為懂生活的「職人」。

心路今年的宣傳影片《上課囉！》邀請藝人楊謹華扮演教保員、就服員，貼近服務的日常，與心路小朋友們上音樂治療課、感官課，餵他們吃飯、練走路；也與大朋友們練習商品上架、做鳳梨酥、體適能練習等等。

影片中4歲的睿睿，與楊謹華一起快樂的打鼓，還會搖搖擺擺的走來討抱抱。睿睿2年前來心路時，還不會走路、說話，害怕新鮮的人事物。現在的他則成為親善大使，並且在今年的畢業典禮上音樂表演，為畢業生們獻上祝福。

今年30歲的霈霈與楊謹華比賽做鳳梨酥，速度之快，無人能及。就服員在4年前看到霈霈的潛力，安排她多元學習，接觸備料、摺紙盒、製作點心等工作，如今每項工作都專業度破表！

楊謹華肯定心路「從小到大」的支持服務，為每個年齡層的障礙者都打好基礎，可以自己做到許多事。身為戲劇女王的她，並非科班出身，但她從小熱愛表演，當有機會時，她努力把握，從做中學，也去上了許多的表演課程，專業終受肯定，她說：「人有自己的專長，生活很快樂！」

每個人的生活，都有屬於自己的角色，心路每年服務的近6000名障礙者也是一樣。期待有您的支持，他們能不畏每個階段的挑戰，見招拆招，成為不斷升級的生活職人，樂在其中！



楊謹華與睿睿開心拍手玩耍！



霈霈面對鏡頭很緊張，楊謹華與她聊天放鬆心情。

伴大小勇士走新路，平凡的生活、不凡的路。



談練愛

智能障礙者 可以問「性」問題嗎？



文/執行長室 黃如玉

「女生為什麼要穿胸罩？」就服員正協助障礙青年阿明學習工作技能，忽然被這樣一問，不知如何回答而下意識地回應：「你這樣讓我很不舒服。」她提醒阿明這樣問女生不太禮貌，也希望與阿明媽媽多討論。

對專業工作者而言，探究行為背後的原因很重要，性議題更是如此。阿明可能有性騷擾的意圖，也可能因對男女生理的好奇，加上性教育不足、不懂拿捏人際關係、不易判讀情境、不懂提問與自我解釋等，造成誤會。

面對敏感的性議題，除了來自障礙者的因素外，專業工作者自身的價值觀也有所影響。須經過專業培力，了解議題的多元角度，才能成為障礙者放心開口的對象。

智能障礙者的性 / 別教育怎麼做？

12/6(四)交流分享會，敬邀專業工作者參加



我有話要說

你我一起，社區共好



文/社區支持服務處 周耕妃

每隔一段時間，新聞便會出現年幼兒童因遭家暴而送醫、病弱長者遭疏忽或不當對待，亦或是長期照顧身障者的父母或手足帶著他們走上絕路。每每不幸事件發生時，總會引起社會大眾不勝唏噓，通常這時，大家也會想起平時不太被看見的「社會工作者」，期待社工人員可以即時發揮助人專業，協助社會上的弱勢者免於被不當對待，或解決其生活上的困境。

社工是專業助人者之一，也是最貼近群眾生活的助人專業，社工的服務對象含蓋兒童、青少年、婦女、身心障礙者、老人、原住民、精神疾病者、遊民、經濟弱勢者等在社會中處於相對不利處境的人們，從個人、家庭到社區都是社工服務的範疇。

社工並非高高在上、遙不可及，但基於保密的專業倫理守則，大多數的時候總是默默地為服務對象奔走、找資源，支持他們回歸社區、回歸一般生活。即使站出來大聲疾呼，為的也是替服務對象爭取權益、捍衛社會的公平正義。

依據衛福部社會救助及社工司的社會工作專職人員數統計，2017年底公私部門職稱為社工員(師、督導)者共有10,497人。但為了滿足服務需求，讓民眾都能在國家的社會安全網中受到保護與保障，只靠目前的社工人力是不夠的。加上台灣許多的偏遠地區幅員廣闊，服務偏遠或山地地區的社工往往一天最多只能家訪服務2至3家，若再遇上天候或路況不佳，更難以進入服務。

政府今年大力推動的社會安全網，希望逐年努力補齊所需的社工人力。但以目前的現況來說，要讓我們共同生活的環境更安全、友善，進而編織更綿密的社會安全網，除了社工人員，也很需要鄰里間多一份細心留意、多一點關懷眼神、多一句問候、多伸出一雙手，正如俗話說「遠親不如近鄰」，期待你我一起成為台灣最美的風景，共同守護這個美好的地方。

生活品質測驗—好尊重篇 過什麼小日子？

文/公事部 何怡君、機構服務處 邱淑絹

做個尊重度小測驗，檢視你在所處的環境、相處的人是否得到公平的對待？充足的尊重？

- ➔ 在生活上你覺得你是自由的嗎？（例如：去處、交友、信仰等）
□ 5 非常自由 □ 4 自由 □ 3 普通 □ 2 不自由 □ 1 非常不自由
- ➔ 你覺得別人會不會聽你說的話？
□ 5 幾乎都會 □ 4 大多數的時候會 □ 3 普通，一半一半 □ 2 偶爾 □ 1 很少
- ➔ 就你的瞭解，可以交男/女朋友嗎？（已婚者視為5-非常自由）
□ 5 非常自由 □ 4 自由，但重要他人會介入影響 □ 3 普通，視情況而定
□ 2 不自由，通常是私下交往，發現會被干涉或制止 □ 1 非常不自由，完全被禁止
- ➔ 如果你想要，你覺得你有沒有可能搬家，去住你想要住的地方？
□ 5 非常有可能 □ 4 可能 □ 3 普通，一半一半 □ 2 只有一點可能 □ 1 幾乎不可能
（請加總4題分數）



16分以上 野鳥

無拘無束，擁有自己
想要的生活。



10~15分 鳥園的鳥

運用有限的資源，
過如常小日子。



9分以下 籠中鳥

寸土之地為家，
活在他人的眼皮下。

你v.s.他的小日子

每個人都是獨立的個體，有自己的習慣、喜好、想望，但不是人人都能表於己心。有的人如野鳥般自由自在的生活；有的人如鳥園的鳥受限，但仍然保有自己；有的人則如籠中鳥，生活各項權利操之在他人手裡。

1950年代以前，身心障礙被視為一種生理缺陷，受到嚴重的歧視及不平等待遇。隨著智識漸開及對人權的重視，還有立法的保障，他們逐漸享有與一般人一樣，參與社會的機會與權利。

這次的調查發現，智能障礙朋友對於權利的概念較模糊，尤其在居住權的部分，通常不認為有機會住想住的地方。在結交男女朋友的部分，約莫只有1%表示非常自由，其餘均受到相當程度的限制與干預。整體上，台灣的智能障礙者權利仍需要更多的同理及立法的措施，才能獲致真正的平等。

心路專業團隊建立符合台灣文化及生活脈絡的「台灣智能障礙者生活品質評量表」（QOLS），評量分成八個領域，我們從中挑出部分題目，本次測驗領域為「權利」。

Lulu、青年揮灑創意 繪出幸福「袋」著走

文/公事部 鄭筱翎

每年令人引頸期盼的「幸福袋著走」開賣了！心路第七度攜手品田牧場推出幸福提袋，本次由綜藝小天后Lulu（黃路梓茵）擔任愛心大使，療癒系插畫家麵包樹設計圖案，一同邀請大眾響應義賣活動，在著色專屬自己的提袋之餘，也能為心智障礙朋友開創幸福好天天！

相隔六年 攜手幸福走

甫入圍金鐘獎的Lulu，儘管人氣爆棚、工作滿檔，對於公益仍堅持撥空力挺。日前偕同心路青年出席「幸福體驗日」，不僅一起塗鴉創作、享用美食，現場還哼唱、大玩自拍！

為了表達對Lulu的感謝，青年們獻上自製的獎座卡片，讓她直呼感動說：「六年前，我將首支公益影片獻給了心路，今年很開心能二度合作，且獲得滿滿的愛！期待透過自己的力量，讓更多人願意在能力所及內，分享所擁有的給需要的人，將幸福散播到每個角落。」

加入心路 他的幸福蛻變

腦性麻痺、多重障礙重度的寬寬，則為了參與活動一度興奮到睡不著覺！其實，過去表現內向、寡言的他，直到前年進入心路後才產生轉變，甚至有「Friday Blue」、假日也嚷著要「上學」呢！

他在心路有大量地人際互動、主動學習、自我倡議的機會，例如：戲劇表演一起討論劇本、扮演角色，體適能活動與教保員、治療師溝通身體狀況、協定目標，這些都讓寬寬有參與感、備受關注，不僅增強他的學習動力，也因願意主動分享生活大小事，讓家人間情感更緊密了。

活動當天在Lulu、爸爸的協助下，寬寬一筆一劃完成屬於自己的提袋，中午也享用美味的豬排套餐，讓他滿足喊出：「喜歡！」

「幸福袋著走」公益活動舉辦七年，義賣累積總額突破2,000萬元，是心路每年服務的重要支柱心智障礙朋友，感謝品田牧場、momo購物網與大眾的愛心支持，促成心路持續提供穩定、長期的服務。



心路青年手拿彩繪提袋，開心喊YA！



寬寬在Lulu的協助下，完成自己的提袋創作。

幸福袋著走 天天分享愛

259元，入手幸福提袋



日照與居住

生活在一起的歡樂時光

文/公事部 何怡君、高雄分會 張育菁

生活很長，昨天、今天、明天，都有所不同；生活的滋味很多，有百百種過法，等著每個人去體會、經歷，活出精彩的生命。

在心路提供日間照顧與夜間住宿的機構中，有224名智能障礙者生活在這「第二個家」，其中，超過半數的人接受心路服務超過十年。他們的特質不同、生活習慣不同，障礙類別與程度也不盡相同。他們生活在一起，有的人可能不善表達，有的人不善理解。在專業人員的支持下，他們如同家人，摸索彼此的相處之道；在每個人最大的參與可能中，共同創造許多美好的生活點滴。

最熱絡的賽事 以音樂對話

心路大朋友的共通語言是音樂，唱唱歌、跟著舞動，一直都是他們喜歡也擅長的事。11年前，電視歌唱選秀節目〈星光大道〉正夯，心路也開始舉辦〈星光大道K歌大賽〉。萬芳發展中心、金龍發展中心的大朋友們為固定班底，也邀請鄰近的伊甸萬芳啟能中心來角逐，每年5月都有百人左右參與賽事。

這群障礙者們渴望與人互動，又常不知該如何開啓，運用音樂這熟悉的溝通渠道，他們站上舞台，表演自己喜歡的歌舞，享受舞台的掌聲、熱鬧的氛圍，以及團隊合作的美好。

小陽是個害羞男子，他參加K歌大賽的初期，都是拿著樂器站在舞台的側邊參與；多年下來，教保員發現，小陽漸漸熟悉活動的形式及現場環境，願意拿起麥克風唱歌，於是讓他先挑戰站在舞台側邊，用麥克風伴唱；再慢慢換到舞台中央，擔任主唱。小陽陸續參加個人賽、團體賽，接連拿下兩次第2名的佳績。



大朋友們帶來〈阿飛的小蝴蝶〉歌曲演唱與表演。

～感謝有您～

來自社會各界對心路的幫助，與我們共同成就了這些障礙孩子的最大可能。
心之路，感謝有您！

感謝 林玉梅老菩薩捐款400,000元整。
感謝 財團法人業成社會福利慈善事業基金會捐款600,000元整。
感謝 豐慶企業有限公司捐款17,510元整。
感謝 全球人壽保險股份有限公司捐款50,138元整。
感謝 高雄市愛河扶輪社捐款20,000元整。
感謝 台北仁愛扶輪社捐款30,000元整。
感謝 台北信義扶輪社捐款30,000元整。
感謝 台北市和平扶輪社捐款30,000元整。
感謝 社團法人台北市忠孝扶輪社捐款110,000元整。

感謝 財團法人王詹樣社會福利慈善基金會捐款1,937,220元整。
感謝 彭文淳電影有限公司捐款20,000元整。
感謝 嘉峰興業有限公司捐款30,000元整。
感謝 竣貿國際股份有限公司捐款50,000元整。
感謝 湯姆熊育樂事業股份有限公司捐款200,000元整。
感謝 財團法人高雄市私立祥和社會福利慈善事業基金會捐款100,000元整。
感謝 財團法人勤勞社會福利慈善事業基金會捐款98,426元整。
感謝 百達醫療產品股份有限公司捐款20,000元整。



K歌大賽年年舉行，讓障礙者依照自己的步調慢慢「暖機」，逐漸熟悉。在教保員的支持下，每個人都能依照自己的特質、喜好、狀態參與。每年有一個月的時間，他們一起預備道具、挑選服裝、排練歌舞，每年在彼此的美好記憶中，增添一筆。

共同打拼的舞台 主角們閃閃發亮

從小到大，大部分的心路大朋友沒有太多的自己，常被期待安安靜靜的，扮演好陪襯的角色，與萬眾矚目、光鮮亮麗的主角無緣。

三年前，心路的愛重服務中心報名參加北區心智障礙者啦啦隊比賽，中心的組長張淑涵說，希望透過具體的競賽表演活動，讓障礙者及社會大眾知道，當有機會與適當的支持時，他們也能成為主角，做自己生命的主人翁。

「啦啦隊」對於中心的每個人來說，都是初次嘗試。於是教保員從零開始，上網學習動作、串接歌曲、設計走位等等，再邀集10多名障礙者練習。

他們一開始動作難以整齊劃一，挫折連連。直到大家邊喊口號、邊做動作才漸入佳境，並且也有了休戚與共的團隊感。學習較快的障礙者主動分解動作，教導學習較慢的人。晚上在中心的住處，他們也相約「自主練習」，追求最高榮譽。

到了比賽當日，秋季的中正紀念堂廣場仍艷陽高照，前來加油的家長們，有人擔心孩子太熱、太累，有人暗自懷疑他們是否做得到。直到看到演出，他們拿起手機全程錄影，對於這群大朋友們的生命多了更多信心。

今年，愛重中心的啦啦隊第三度參賽，拿下特優的成績。儘管成員來來去去，每年都不同，但表演的經驗可以傳承，對自我的自信與肯定也可以延續。一年接著一年，他們告訴彼此，也告訴自己：「我們可以！」



愛重啦啦隊成員用精彩表演證明「我可以！」



感謝 財團法人覺恩慈善事業基金會捐款20,000元整。
感謝 祥和工程有限公司捐款40,000元整。
感謝 城乙化工原料有限公司捐款60,000元整。
感謝 模帝科電子科技股份有限公司捐款30,000元整。
感謝 美商彭博新聞有限公司台北分公司捐款76,928元整。
感謝 NI NI GO捐款20,980元整。
感謝 蕙新獅子會捐款122,281元整。
感謝 鑽程工程股份有限公司捐款20,000元整。

感謝 台灣恩慈股份有限公司捐款58,500元
感謝 內壢國中家長會捐款40,000元整。
感謝 鴻碩精密電工股份有限公司捐款20,000元整。
感謝 高柏科技有限公司捐款12,018元整。
感謝 UK ONLINE GIVING FOUNDATION捐款14,395元整。
感謝 東宏旅行社有限公司捐款13,500元整。
感謝 風信子樂集捐款15,000元整。

用自己的步伐 預備好再上

中南區的啦啦隊比賽，心路的左營啓能中心也每年參加。此外，他們在知名劇團「麻咕麻酷創作劇團」的資源下，這3年挑戰戲劇演出，展開更豐富的生活。

2016年麻咕麻酷劇團到左營中心擔任「說故事」志工，中心的主任劉瑞鈺發現大朋友們看著生動活潑的故事內容，加上豐富的肢體動作，眼中都閃著光芒。她便向劇團爭取上「戲劇課」的機會，獲得劇團團長Amanda的認同，開始每個月兩次在中心的戲劇課。

不僅是練習表演，劇團老師也教大朋友們透過肢體、語言，將情緒投入在角色上。喜愛舞台的阿斌在心路接受服務19年，當戲劇招募演員時，他即以獨特的風格獲選，之後的練習也是考驗的開始。

由於阿斌年紀較大，近幾年在學習與情緒管控都出現退化，他不高興的時候容易出現不當的表達行為，像是跺腳、倒地大哭等等。戲劇課剛開始，阿斌會因為不喜歡團隊中的某位同學，跑到教室外不想融入。

老師「不打擾」阿斌的情緒反應、讓他先在外面「觀察」，同時在每次課堂的練習中加入「情緒引導」，讓阿斌可以依照自己的步調，慢慢融入。

當今年戲劇的成員們與劇團合力在高雄市立圖書館左營分館演出《英雄者聯盟》，阿斌飾演「蝴蝶」角色，不僅全程一小時沒離場，上場時更是開心的笑、認真的演，自信快樂的樣子，感染了現場近百名觀眾。

目前戲劇課程雖然已告一段落，但阿斌的情緒已更加穩定，對自己更有自信，他笑笑的跟團長約定說：「明年還要參加～」、「會越來越棒哦～」



圍圈揮汗 身體好健康

224名生活在心路的大朋友中，有1/4的障礙者年紀超過45歲，預防老化是生活的必需，定期的體適能運動能協助他們健康安老，然而，「運動」往往不是他們的熱門選項。

為了提升對運動的興趣，2016年開始，新興啓能中心挪用女性健身房流行的環狀運動圈概念，透過治療師的指導，展開有別於單調重複的復健動作，開發適用於障礙者的「活力運動圈」。



隨著音樂的節奏，障礙者一分多鐘更換一個項目，每個人用自己可以的方式操作器材，運動完一圈30分鐘，也同時完成肌肉訓練、有氧運動、伸展運動。所有人圍成一圈，也能增加團體互動，增強運動意願。

實行2年多下來，參與的成員們培養出運動的習慣，其中4個人更開始挑戰時下流行的「7分鐘間歇運動」，期待心肺與肌肉的耐力持續升級，身體更健康。



障礙者圍成一圈，由教保員、志工支持做運動。

生活一起 美好夢想也一起

在心路的機構服務中，每天都有新鮮事，專業服務人員從不停滯不前，絞盡腦汁，希望障礙者的生活都過得精采！2019年，左營中心的戲劇展演想挑戰到高雄新地標－圖書館總館做大型的演出；澎湖的樂朋家園善用附近空地，讓住民們體驗種菜，為了對抗東北季風，明年希望建立溫室菜園……

當生活有了期待，就有了前進的動力。而每項服務的持續與開展，都需要經費與人力的付出。邀您一起支持大朋友們在「第二個家」，一年比一年發現自己更多的可能，過著豐盛的人生。



家園的大朋友享受種菜收成的快樂！

邀您支持大朋友們在
「第二個家」 慢慢發現生活、找到自己。



吃飯這件事～ 真是不簡單！

文/心路工坊 吳瓊瑜 圖/公事部 陳亭瑋

每天中午大約有將近80位智能障礙青年及心路的同仁食用「心路工坊」所做的午餐，要在2個半小時內帶著服務對象有效率的完成午餐，還要落實最大的參與可能，工坊團隊可是天天都在動腦筋、自我挑戰呢！

今天要吃什麼？

討論菜單是自我決策重要的實踐，為了確保每一餐均能符合成人飲食健康的標準，工坊將菜單、菜譜、午餐製作提示及用餐區的視覺提示，並模擬餐桌上的一盤菜和一碗湯，以青年們可理解的方式，在健康框架及資訊透明下，自己決定吃什麼。

在粉紅色框框放入一份主食，紫色框框放入一份蛋白質，綠色放入二份蔬菜，藍色放入一份湯品，黃色放入一份水果，美味又營養的菜單大功告成！



做好飯, 準備上菜!

接下來做飯過程中，青年們能自發性展開工作，歸功於清楚明確的物品命名與置物標示，幫助他們清楚掌握、管理物品及收拾善後，無須倚賴教保員的指示。

做過的每份餐點，都會由青年們合作製作出菜譜，載明清楚的食材與製作程序。菜譜會依著菜單的顏色分類，每日製作午餐時，廚房長將菜譜一一貼在牆上，全體分工合作完成製作。



要洗幾杯米？

長期的實戰磨練，青年們在準備食材、清洗作業、炒菜煮湯各方面都能主動參與，唯有「洗幾杯米」這件事，常常都要等教保員有空檔，協助計算數量才能開煮，因此設計了輔助系統，協助他們自主工作。

首先，我們讓青年們將自己的名牌貼上，表示今天要訂午餐。之後，負責洗米煮飯的青年將名牌一一貼進米杯圖，5人一杯米、3人半杯米，看圖能很快地就換算出要洗米的杯數。有了支持，不僅負責洗米的人每天都快樂自主地展開工作，其他人也躍躍欲試，想要學習與進步。



這些燒腦的創意無處學習，也沒得複製，單單是從日常的服務中用心發想而來。這一點一滴，都是社會工作者期待協助青年們克服障礙、限制，讓他們累積成功的參與經驗，讓心路工坊成為快樂生活的好所在！



我的好天天

籃得好天天 球友每年來相會

文/台北社區生活支持中心 曾育庭(社工)

與球友在場上揮灑汗水，對我們來說可能很平凡，但對障礙者來說卻是一件遙不可及的夢想……

現年27歲的阿旺平日在加油站工作，他參加籃得好天天籃球競賽6年，獲得3面獎牌，我對他說：「你好厲害！一定很有成就感吧？」

阿旺想了想，看著我說，有沒有得獎好像還好，比賽的過程反而比較重要。他原本是因朋友的關係參加，不知不覺待了6年，他很開心有固定的球友組隊練習。有些參賽者和志工每年都看到，雖然彼此不認識，但有種熟悉的感覺，阿旺說，好像認識很久的朋友一樣。

過往障礙青年要找到打球的夥伴及籃球場已不容易，更不用說能與社會青年來場青春熱血的鬥牛賽。這是他們內心的渴望，也是我們服務的方向，讓「社區共融」不只是口號，而是成為生活中的樣貌……

好天天語錄：新朋友、老朋友，我們一起打球吧！



天天一家人
換個工作試試看



謝謝你的理解，使我擁有機會。

他們能多跨一步，擁有更豐盛的生命。
障礙者在認知、肢體等受限，當有合適的輔具、細心的理解等支持，

服務單位通訊欄

【總/分會】

心路基金會行政總部
10470台北市中山區吉林路364號4樓
電話：(02)2592-9778
傳真：(02)2592-8514

高雄分會
80757高雄市三民區博愛一路372號5樓
電話：(07)321-9911
傳真：(07)321-7514

新竹分會
30062新竹市東區東南街142巷28號1樓
電話：(03)562-3147
傳真：(03)562-8675

桃園分會
32443桃園市平鎮區環南路二段192巷1號
電話：(03)493-6040
傳真：(03)493-8559

【早期療育】

心路兒童發展中心
10480台北市中山區復興北路232號1樓
電話：(02)2508-0635

萬芳發展中心
11665台北市文山區萬美街一段55號2樓
電話：(02)2239-6217

愛兒兒童發展中心
23146新北市新店區中正路263巷16號1-2樓
電話：(02)2915-6786

心路桃園發展中心
32443桃園市平鎮區環南路二段192巷1號
電話：(03)493-8652

新竹兒童發展中心
30061新竹市東區竹蓮街6號6、7樓
電話：(03)561-2511

大安文山早資中心
10647台北市大安區辛亥路一段40號2樓
電話：(02)2365-3654

心路早療外展服務中心
10647台北市大安區辛亥路一段40號2樓
電話：(02)2367-3824

【日照與居住服務】

心路社區家園
11692台北市文山區福興路63巷4弄29號
電話：(02)2932-1015

萬芳發展中心
11665台北市文山區萬美街一段55號2樓
電話：(02)2239-6217

金龍發展中心
11455台北市內湖區金龍路136-1號
電話：(02)2793-3059

愛重服務中心
24158新北市三重區光復路二段126巷2號
電話：(02)8512-2278

新興啟能照護中心
80044高雄市新興區新田路3號
電話：(07)211-0475

左營啟能中心
81351高雄市左營區翠華路601巷58號
電話：(07)582-8881

澎湖樂朋家園
880澎湖縣馬公市西文里西文澳103-16號
電話：(06)921-5957

【就業服務】

職業重建服務中心
23144新北市新店區中興路三段219號3樓
電話：(02)8914-5572

台北就業服務中心
11653台北市萬和街8號1樓
電話：(02)2239-5319

高雄就業服務中心
80757高雄市三民區博愛一路372號5樓
電話：(07)321-9911

【庇護職場】

高雄一家工場
83082高雄市鳳山區國泰路一段69巷1號
電話：(07)790-2239

慈泰庇護工場
24886新北市五股區五權路7巷8號1樓
電話：(02)2290-0959

慈佑庇護工場

24886新北市五股區五權路7巷10號1、2樓
電話：(02)2290-0905

心路洗衣坊（信義總店）
11054台北市信義區嘉興街303-5號1樓
電話：(02)8732-6590

◎政大門市（政大校園樂活小舖2F）
11605台北市文山區指南路二段64號
電話：(02)2938-7125

◎大安門市
10661台北市大安區瑞安街65-3號
電話：(02)2708-6047

◎大直門市
10465台北市中山區北安路458巷41弄39號1樓
電話：(02)8509-2850

◎新北市府門市（新北市府大樓B1東側）
22001新北市板橋區中山路一段161號
電話：(02)2962-4866

心路機動工作隊
11665台北市文山區萬美街一段59號
電話：(02)2230-6503

心路工坊 楠梓站
81157高雄市楠梓區惠豐街200號
電話：(07)365-0210

心路工坊 博愛站
80757高雄市三民區博愛一路372號6樓
電話：(07)321-9911

【社區支持服務】

台北社區生活支持中心
11653台北市萬和街8號1樓
電話：(02)2239-5319

高雄社區生活支持中心
80757高雄市三民區博愛一路372號5樓
電話：(07)321-9911

大安文山區身心障礙者資源中心
11695台北市文山區辛亥路五段94號
電話：(02)2931-4933



一首樂曲，一年努力學習，一個掌聲，一股支持力量



國際薩克斯風演奏家
胡笙大師



布農族金曲創作歌王
王宏恩

12/01

高雄市文化中心 至善廳
贊助1000元
即贈送入場券乙張



好天天樂手
心路樂團

活動詳情請掃QR code
或電洽07-321-9911



您的一票，決定愛的力量。

11/1-11/30 愛要集10
投滿10票，抽電動機車機票住宿券

掃QRcode投心路一票
支持心路獲得25萬服務經費！

按讚 + 分享

詳請請洽 2592-9778#5 公共事務部



信用卡捐款單

股東編號：_____（由本會填寫）

☐ 不定期捐款：
單次捐款新台幣_____元整

☐ 定期定額捐款：
成為「愛心股東」每月定期捐款
☐ 300元 ☐ 500元 ☐ 1000元 ☐ 其他_____元

☐（請勾選）本人同意貴會得於法律許可之範圍內，蒐集、處理及利用本人所述個人資料。

註：請直接將以上資料傳真至 (02)2592-8514

收據寄送方式：☐ 年寄 ☐ 月寄 ☐ 不用寄發

（捐款資料會統一上傳國稅局，建議大家不索取收據，環保愛地球：自即日起至接獲您的通知取消或變更授權時，方停止捐款）

收據抬頭：_____ 身份證字號：_____

電話：（行動）_____（市話）_____

通訊地址：□□□

E-mail：_____

持卡人姓名：_____ 持卡人身分證字號：_____

信用卡卡別：☐ VISA ☐ MASTER ☐ JCB ☐ 聯合信用卡 ☐ AE卡

信用卡卡號：_____

信用卡有效期限：____月/西元____年（請對照信用卡填寫）

持卡人簽名：_____（與信用卡簽名相同）

勇敢走新路

給智能障礙者勇往直前的力量

智能障礙者是天生的勇者
面對生命不間斷的挑戰 需要大家的鼓舞與愛

和心路基金會一起陪伴
全台6000個智能障礙者家庭
為每一個勇敢的人大聲喝采！

愛心路大使
楊謹華



捐款1,500元



印花樂X心路
花布文具組

捐款3,800元



心路幸福+蛋捲星空鐵盒
(台灣紅麴口味)

線上捐款



劃撥請註明:歲末
活動詳情請洽02-2592-9778#5
公共事務部或上網搜尋心路

支持心路的方式

■捐款專線/傳真

Tel:02-2592-9778/ FAX:02-2592-8514

■郵政劃撥

帳號:11825916 戶名:財團法人心路社會福利基金會

■信用卡捐款

使用內頁捐款單

■發票捐贈

結帳時,口述愛心碼「876幫心路」捐發票

捐款人專屬帳號,歡迎上官網或來電申請。

■ATM自動櫃員機

至全台台新銀行、台北富邦銀行ATM操作

■便利機捐款

■LINE Pay 捐款



■手機捐款

