

心路

讓心帶路 · 迎向好天天



凝聚心力量 齊心倡平權



心路話題人物

文 / 公事部 鄭筑云

米寶，全身散發正能量的小女孩，只要在她身邊都可以被她的笑容感染！

平日在心路上課的米寶，會帶著充滿好奇的眼神，專注地看著老師，認真學習各項課程，現在米寶在追視、認知、手部動作的訓練上也都有了明顯的進步。而在日常中的米寶，家人常常會帶米寶出去玩，接觸人很開心的米寶也不會排斥，可愛的她還喜歡玩水唷！在愛中成長的米寶，祝福日後米寶在各方面都能持續的越來越好，越來越棒！



VOL. 187
March, 2024

＼ 2023年成果報告—用心走在永續路上
＼ 微笑援奧運，綻放心力量

＼ 心路FUN直播，陪您FUN心育兒
＼ 促進心智障礙者參與能源轉型



響應環保無紙化

若您不需要收到紙本雙月刊，或欲改訂心路電子報，請掃描右側QRcode填寫表單，或來電告知您的訂閱者姓名、地址、客編（封面寄件名條左下角英文+數字），以便後續處理，謝謝！



取消紙本訂閱
填寫表單



閱讀雙月刊網頁版

幸福+工場

歡慶8週年

3/18 至 4/5 精選系列人氣商品

任選優惠 最低享88折!

購買請上網搜尋 心路·幸福+工場 或致電 (02) 2290-0185

我有話要說

充足的職前準備
是穩定就業的根基

文 / 心路台北就業服務中心 劉雪蓉

所謂「就業」簡單來說就是透過從事勞動活動，而取得相對應對價報酬。在就業市場裡，能不能滿足工作的最低基本要求、雇主的期待，是持續就業的重要關鍵，尤其近幾年工資逐年調整，雇主對員工的期待值也相對提高，對於大多數的雇主來說，他們會希望即使是有身心障礙證明的員工，仍要達到工作標準，因此身心障礙者若要與一般社會大眾的競爭職缺，勢必要做好萬全的準備，才能在就業的紅海裡，找到自己的位置。

目前提供給身心障礙者的職前準備內容，最常見不外乎課程、講座、團體、職場見習...等，職業重建專業人員通常會視身障者的需求轉介上述資源，但是一個人的就業準備很難只透過某個課程、講座、團體就能提升到可以去就業的狀態，有鑒於此，台北就業服務中心自民國104年起加入「職前準備就服員」（以下簡稱「就服員」）提供專人的職前準備服務。

從職管員服務經驗來看，身障者在就業前常見的問題是：不知道自己可以做什麼工作或缺乏工作概念，在台北就業服務中心的職前準備方案，就服員會依身障者的需求安排課程內容，在開始接受服務時，透過評估及彼此討論訂定課程計畫，目標是讓身障者知道每項訓練的目的，讓身障者知道這些訓練與工作之間的關係，進而產生自我監控的能力。另外，就服員也會透過形同雇主的角色，陪伴身障者透過歸納整理、深度晤談等方式，依個別化的需求強化就業準備度，重建他們踏入就業市場的自信。

然而今年開始，臺北市府勞動力重建運用處取消人事費用補助，這些能力較弱、就業準備度較差的身障者，再也無法透過專人提供中長期、密集的職前準備訓練活動，進行自我探索、強化工作概念及了解就業市場，進而達到就業的門檻，使得身障者要踏入就業之路將變得更加困難。期待主管機關能重視專人執行職前準備服務方案的重要性，讓身障者在就業路上走得更穩、行得更遠。



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 / 賴炳良

編輯小組 / 王宜慧、林雍盛、
盧惠賢、黃普媛、
劉銘芝、林芳華、
鄭筑云

責任編輯 / 劉又綺

美術編輯 / 藏鏡呼

法律顧問 / 詹翠華

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 / syinlu@syinlu.org.tw

劃撥帳號 / 11825916

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。



一掃描加入，成為心路線上好友一

加點愛 微笑更燦爛

謝謝您幫助我~

了解更多

回饋給您滿滿的幸福小禮

街頭生命力 x 心路好天天!

劉祐銘公益攝影展

看見我獨特的生命故事
實體攝影展募資啟動

到 flyingV 一起集氣

應援心路



活動大使：麻吉貓

第二個十年，我們繼續齊步走～ 微笑援奧運 綻放心力量

文 / 公事部 盧惠賢

心路與大家在每年三月第四個週末一起「好天天齊步走」之約，已經邁入第二個10年了。今年3月23日也一樣跟大家相約全台五地開走，無法到場的朋友也不需遺憾，可以加入線上健走活動，繼續一起累積里程數。

今年適逢巴黎奧運及帕運到來，好天天齊步走特別邀請充滿活力的全能藝人黃偉晉與二位帕運選手方振宇、黎懿亞一同擔任微笑大使。

近年演藝事業蒸蒸日上的黃偉晉，他分享，演藝人其實就如同運動員，想要獲得好成績、好表現，幕後都必須付出足夠努力與準備，也肯定運動對身體健康的重要，面對逆境，可以透過運動紓壓，找回重新出發的力量。黃偉晉也分享3月23日健走活動日正好是自己34歲生日，當天他也會到台北場現場與民衆一同宣誓友善共融。

帕運國手方振宇，積極推廣運動平權的他，儘管已進入備戰密集訓練狀態，他仍義不容辭三度相挺代言。

另一位是今年首次進入台灣帕運備戰選手名單的黎懿亞，過去征戰全台身心障礙桌球比賽，屢創佳績；16歲就在國際桌球比賽獲得銅牌。帶著靦腆笑容的黎懿亞和心路有著特別的緣分，因有認知和社交障礙，3歲時曾在心路萬芳發展中心接受早期療育服務。

懿亞在父親的帶領下開始接觸桌球，逐漸培養出對桌球的興趣，並慢慢展現潛力。懿亞的父父母分享，訓練過程中懿亞偶有記不住動作、專注力及理解力不足等困難，所幸懿亞以認真、堅持的態度，努力克服先天限制，加上家人與教練持續陪伴，讓懿亞的桌球路得以持續推進，期待能夠如願站上帕運舞台。

好天天齊步走活動特別以【微笑援奧運 綻放心力量】來號召，歡迎各界踴躍報名參加線上健走，以實際參與的行動與障礙者一起為台灣的選手們加油！



▲ 黎懿亞選手（中）現場教黃偉晉（右）桌球基本動作。



▲ 小時候曾在心路接受早期療育服務的黎懿亞，如今已是帕運備戰選手。

邀您一起用微笑凝聚心力量



青年真心話

參與響鼓隊編曲的心得

文 / 台北社區生活支持中心 青年 譚艾婷、社工 關志展



編按：艾婷是心路台北社區生活支持中心的服務對象，平日在師大電機系擔任助理，工作之餘參與響鼓隊，也是社團的好幫手，更與老師共同創作鼓譜，艾婷也運用休假日擔任志工，用自己能力所及回饋社會。邀請社會大眾支持心智障礙者參與社會，多一分同理、接納與尊重，我們的社會可以多一分正能量。

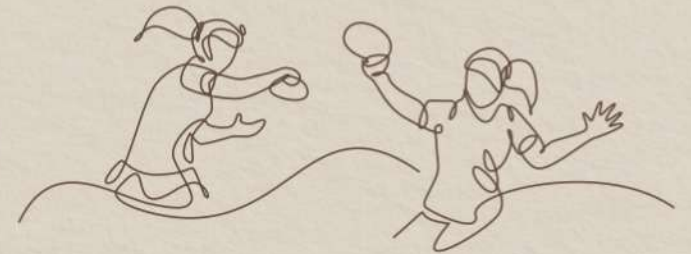
我參加響鼓隊大約有十年左右了，之前響鼓隊從沒有幫忙編曲過，自111年開始，我開始嘗試表演曲目的編曲，我編的曲子有：幸福的臉、你笑起來真好看、爆竹一聲大地春、平安夜裡面真平安、聖誕鈴聲、幸福聖誕，每次我編完曲子的時候，上課就會拿給小雨老師看，小雨老師就會把我編的曲子拿來教大家打，老師也會跟我說：編曲要注意的事情和幫我檢查有沒有掉拍，雖然編曲沒有編的很好，但我會繼續進步。

我覺得幫忙編曲很快樂也很有成就感，謝謝小雨老師的教導！

最親愛的

寶貝亞妳最棒

文 / 家長 盧淑惠



懿亞（中度自閉症及智能障礙）是活潑愛笑的孩子，於三歲進入心路萬芳發展中心，當時各項基本能力都還沒有，上課時還哭鬧無法配合，後來老師穿上媽媽常穿的微笑棉T後，卸下心防接受老師，在心路三年學會了許多自我照顧的能力及簡單的口語。

爸爸在懿亞國小四年級時結束職場工作決定全心投入孩子教育，拿起許久沒用的桌球拍，帶著她一起去社區桌球社慢慢練習，從平日3小時，到放假日長達6-12小時都在訓練；懿亞因心智障礙之故，學習能力有限制會記不住動作，常是學新動作忘記舊的，爸爸期望她能練到肌肉反射記憶，也因懿亞的努力，從國內比賽到打國際帕拉公開賽，看到現在的妳學習桌球的動力是能坐飛機出國比賽，媽媽期待妳能透過桌球慢慢長大，找到自己的人生方向。

* 懿亞在99年9月至102年7月於心路萬芳發展中心日托早療接受三年服務學習；113年受邀擔任心路「好天天齊步走」愛心大使

輕鬆聊療

生活中所消耗的隱形熱量

非運動性活動產熱(non-exercise activity thermogenesis, NEAT)



文 / 新北市愛重服務中心物理治療師 黃宇玢

一般上班族一整天的時間幾乎都在電腦前度過，根本沒多少時間運動，那為什麼同樣都是不運動的人，有些人越來越胖，有些人卻還是都能維持一樣的身材呢？涉及的因素很多，但這次主要是分享NEAT (non-exercise activity thermogenesis, 非運動性活動產熱)，也就是那些你在不知不覺中所消耗的熱量。

什麼是NEAT (non-exercise activity thermogenesis, 非運動性活動產熱)

指的是除了吃飯、睡覺，以及特地做的運動之外，你做其他活動所消耗的熱量(1)，包括通勤、電腦打字、做家事、或是有些人坐不住，在椅子上扭來扭去消耗的熱量也算在NEAT裡面。

體態相似的人NEAT可以差距到2000大卡(2)，相當於60公斤的人快走6小時所消耗的熱量，這很好理解，站著上班的人一定比坐著上班的人消耗更多熱量，興趣是種田的人也一定比興趣是看書的人消耗更多熱量。

如何利用NEAT的原理促進健康

想要提高自己的NEAT，原則就是盡量多動，選擇會讓自己比較累的方式。

- 能坐就不躺，能站就不坐：像是與其坐著看電視，不如站著看電視
- 走路通勤：搭乘大眾運輸者，可以提前一站上下車；又或是你搭車的那站很多人，提前一站上車還可以降低擠不上車而遲到的風險。
- 勤做家事：平常每週整理家務一次，可以增加到每週兩次，不僅能達到消耗熱量的目的，還能讓家裡更整潔。

找出對自己最無壓的運動模式

運動並不是奢侈品，要花錢去健身房或買各種器材，調整日常生活方式就可以達到消耗熱量的目的，當然兩者都有各自的好處，但也要注意不要給自己太大壓力，生活習慣調整是循序漸進，持之以恆的過程，希望大家都可以找到最適合自己維持健康的方式。



▲ 在機構裡，平常會多鼓勵青年起來走走，不要一直坐著，增加生活中非運動的熱量消耗。

參考資料

1. Levine, J. A. (2003). Non-exercise activity thermogenesis. Proceedings of the Nutrition Society, 62(3), 667-679.
2. von Loeffelholz, C., & Birkenfeld, A. L. (2022). Non-exercise activity thermogenesis in human energy homeostasis. Endotext [Internet].

心路點滴

心路臺中職管辦理情緒團體 增進障礙者職場適應力成效佳



文 / 職業重建服務處 蔡曉珮

心路基金會承接臺中市政府身心障礙者職業重建服務方案已經2年囉！除了提供身心障礙者就業相關輔導，另亦辦理「就業前準備團體」，針對身心障礙者的需求設定團體主題。

據111年度臺中市身心障礙者職業重建服務統計，身心障礙者職業重建服務需求中「增進情緒管理能力」排名第6，在就業適應方面，最需要的是「遇挫折時的情緒支持」，其次才是「工作產能、進度與品質」，顯見情緒管理能力對於就業穩定的重要性。因此，臺中市政府勞工局與心路基金會共同合作，辦理「我也可以是EQ高手—情緒自我管理團體」，目前已舉辦兩梯次，每梯次安排十堂課程，前後共18人參加，透過前後測評結果顯示，成員整體成長率達35%，滿意度逾8成。

情緒自我管理團體是由心路台北就業中心團隊首辦，陸續推廣至各縣市，教材採用心路基金會與台灣芯福里情緒教育推廣協會共同編撰開發的「我也可以是EQ高手」教案，團體主題包括「情緒覺察、情緒表達、情緒了解、情緒調整與自我激勵、情緒效能與自我反省」5大面向。

課程中透過「EQ錦囊」、「情緒存款簿」等教具與情境演練等方式，幫助參與學員懂得察覺與抒發情緒的方法，提升自我監控管理情緒能力，對身心障礙者在職場適應力與穩定度具有實質助益。

113年心路仍會持續與臺中市勞工局合作辦理情緒團體，期能協助身心障礙者妥善管理自我情緒，並能在就業中有良好人際互動關係，進而穩定於就業市場。



▲ 利用情境題詢問成員會有情緒反應以及可因應的情緒技巧。

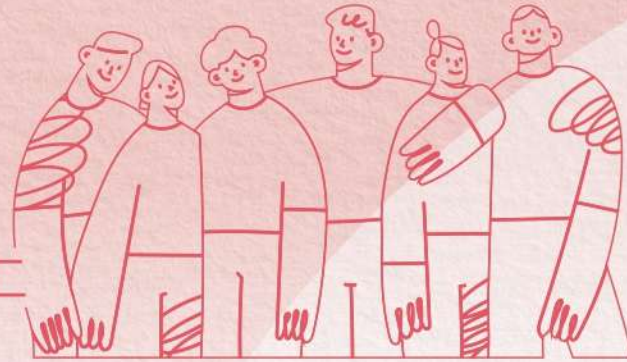


▲ 團體領導者與協同領導者詢問成員曾有過的情緒，參與的障礙青年們回應踴躍。

焦點專題

2023年度成果報告

心路~用心走在永續的路上



文 / 公事部 劉又綺 / 資料整理：執行長室 王怡慧、侯富桂

心路一直秉持著以「一顆父母的心，陪孩子走一生的路」的理念，致力於為心智障礙者提供全方位的服務，包括教育、就業、生活技能培訓以及社會融合等方面。36年一路走來，始終堅守信念，只要有能力，心智障礙者的需要我們都盡量照顧。也因這信念，我們從只照顧少數家長的孩子，到現在每年照顧約6,000位心智障礙者及其家庭。

2015年，聯合國公布「2030永續發展目標」(Sustainable Development Goals, SDGs)，SDGs包含17項核心目標，其中又涵蓋了169項細項目標、230項指標，指引全球共同努力、邁向永續。

仔細盤點心路36年來的服務，其實一直依循著SDGs 1、3、4、5、8、10、12等7項指標的理想前行。

近年來SDGs與ESG話題在企業界討論聲不斷，心路基金會在持續發展核心服務的同時，於2022年開始著手盤點會內服務，並於2023年完成第一本ESG報告書，開啟心路ESG(環境、社會與治理)元年。

<p>繼續前進獲 永續勳章3枚</p>	<p>1 NO POVERTY 消除貧窮</p>	<p>機會</p> <p>針對身障者生活在社區的需求，提供個別化服務、轉銜服務、連結資源等。</p>	<p>前進一步</p> <p>採個案管理方式，讓身障者在求職過程中獲得連續性、無接縫的服務。</p>	<p>3 GOOD HEALTH AND WELL-BEING 良好健康與社會福利</p>	<p>前進二步</p> <p>提供0-6歲身心障礙兒童特殊教育、復健療育、轉銜等整合性服務。</p>	<p>命運</p> <p>成人照顧機構提供身障者穩定且持續的健康管理計畫、輔具評估等服務。</p>	<p>4 QUALITY EDUCATION 良質教育</p>
<p>前進一步</p> <p>提供庇護性工作機會，並在庇護工場導入綠電、環保包材等淨零策略。</p>							<p>機會</p> <p>自組專業團隊為0-6歲幼兒進行發展評估，為家長提供發展與學習的專業建議。</p>
<p>12 RESPONSIBLE CONSUMPTION AND PRODUCTION 確保永續消費及生產模式</p>	<p>10 REDUCED INEQUALITIES 減少國內及國家間不平等</p>	<p>前進二步</p> <p>透過獎勵機制，肯定就業中身障者的表現與努力，藉以提昇其對工作的認同感。</p>	<p>前進一步</p> <p>依身障者之性向與能力，開發社區就業機會，並以個別輔導模式，協助其進入職場。</p>	<p>8 DECENT WORK AND ECONOMIC GROWTH 體面工作和經濟增長</p>	<p>退後二步</p> <p>提供身障者及其照顧者性別議題相關(包括性教育、性別平等及尊重等)之諮詢及協助服務。</p>	<p>5 GENDER EQUALITY 性別平等</p>	<p>前進一步</p> <p>為生活在社區的障礙者以課程式服務型態，建立能支持他們豐富生活之終身學習資源。</p>
<p>命運</p> <p>幫助心智障礙者擁有受教權、就業權、及參與社會的權利。</p>	<p>10 REDUCED INEQUALITIES 減少國內及國家間不平等</p>	<p>前進二步</p> <p>透過獎勵機制，肯定就業中身障者的表現與努力，藉以提昇其對工作的認同感。</p>	<p>前進一步</p> <p>依身障者之性向與能力，開發社區就業機會，並以個別輔導模式，協助其進入職場。</p>	<p>8 DECENT WORK AND ECONOMIC GROWTH 體面工作和經濟增長</p>	<p>退後二步</p> <p>提供身障者及其照顧者性別議題相關(包括性教育、性別平等及尊重等)之諮詢及協助服務。</p>	<p>5 GENDER EQUALITY 性別平等</p>	<p>休息一下再繼續</p>

~ 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。
心之路上，感謝有您！
可上網徵信查詢<http://bit.ly/2woFkeP>

- 感謝 大江國際購物中心「一星公益暨名人二手拍」公益活動 捐款1,406,501元整
- 感謝 財團法人明怡基金會 捐款1,000,000元整
- 感謝 財團法人林瑋璇宏泰教育基金會 捐款608,039元整
- 感謝 全國EMBA 鐵馬論劍單車環島 捐款276,000元整
- 感謝 聯詠科技公司 捐款230,000元整
- 感謝 張豐盛商行 捐款120,000元整
- 感謝 四校(台大/政大/台科大/陽明交大) EMBA慈善高爾夫球賽 捐款100,000元整
- 感謝 桃園市蘆竹扶輪社 捐款100,000元整

- 感謝 財團法人翁黃琴社會福利基金會 捐款100,000元整
- 感謝 頻銳科技股份有限公司 捐款100,000元整
- 感謝 米格國際股份有限公司 捐款100,000元整
- 感謝 社團法人台灣真善美幼兒教育協會 捐款78600元
- 感謝 新店碧潭扶輪社 捐款70,000元整
- 感謝 臺北市私立頌恩幼兒園家長會 捐款67750元整
- 感謝 靜心學校財團法人 捐款60000元整
- 感謝 威剛科技股份有限公司 捐款60,000元整
- 感謝 高雄市圓山扶輪社 捐款50,000元整
- 感謝 隆大營建事業股份有限公司 捐款50,000元整

- 感謝 財團法人臺北市高性岳關懷慈善基金會 捐款50,000元整
- 感謝 桃園機場善心旅客 發票箱內現金捐款 捐款37,883元整
- 感謝 領導力企業管理顧問有限公司 捐款36,000元整
- 感謝 格治公關顧問有限公司 捐款30,000元整
- 感謝 財團法人高雄市皇苑樹荃慈善基金會 捐款30,000元整
- 感謝 呈智有限公司 捐款30,000元整
- 感謝 露梨商行 捐款25,000元整
- 感謝 社團法人高雄市博愛國際青年商會 捐款24,517元整
- 感謝 捐款湘京有限公司 24,000元整
- 感謝 城乙化工原料有限公司 捐款20,333元整

- 感謝 中鋼運通股份有限公司 捐款20,000元整
- 感謝 中鴻鋼鐵股份有限公司 捐款20,000元整
- 感謝 維麟企業有限公司 捐款20,000元整
- 感謝 財團法人台灣聖功會附設高雄市私立聖保羅幼兒園 捐款20,000元整
- 感謝 中華電信桃園營運處愛心社 捐款20,000元整
- 感謝 新北市私立好晴朗托嬰中心 捐款20,000元整
- 感謝 台灣慈慈股份有限公司 捐款20,000元整
- 感謝 富山食品行 捐款20,000元整

※歡迎上官網申請捐款人專屬帳號

2023年服務成果

0-6歲兒童

- ◆ 持續性療育與教育 2,619人
- ◆ 外展短期性服務 6,023人次
- ◆ 幼兒園學前教育 214人



18歲以上就業及 待就業青年

身心障礙者職能重建
與就業支援服務

- ◆ 持續性服務 1,831人
- ◆ 短期性服務 1,709人次

18歲以上獨立中青年

社區型生活、居住服務

- ◆ 持續性服務1,674人
- ◆ 短期性服務267人次

家庭與其照顧者支持服務

- ◆ 持續性服務68人
- ◆ 短期性服務7,635人次



樂活成人

提供日間、夜
間、全日型生
活支持及重建
服務256人。



2023年大事記

- 完成第一本ESG永續報告書，並榮獲「第16屆TCSA台灣企業永續獎」永續報告銀級獎。
- 獲教育部青年發展署「青年好政系列－Let's Talk」獎勵，並辦理「與心智障礙者在淨零工作中尋路共行」審議式民主活動，有來自中央、地方政府及各社福團體參與。
- 獲國家科學委員會「公民團體創新示範與沙盒試驗」補助，接受財團法人工業技術研究院輔導，完成慈泰與慈佑兩個庇護工場的溫室氣體盤查及時間電價的申請，擬定庇護工場的淨零路徑圖，並於今年01月起正式導入綠電進行生產。
- 心路新北市柏翠非營利幼兒園榮獲新北市2023幼教之光特色幼兒園之新苗獎殊榮及111學年度非營利幼兒園績效考核榮獲績優。
- 高雄心路工坊博愛站榮獲112年勞動部勞動力發展署第八屆職務再設計競賽優勝獎
- 2023年心路多家機構評鑑榮獲優等以上優異績效，詳列於心路官網。



職人精神

退而不休，再創生命新價值—朱春玉

文 / 桃園分會 袁聖惠、朱春玉

「春玉來囉！」

每周一次固定的值班，是七年來春玉與心路重要的約會。在教育界退休的春玉，當初因為離家近，也因為對特殊教育有一定的認識，選擇來心路當志工，從剛開始陪同孩子參與活動、餵食與清潔的協助，到現在固定協助發票回收、點收，及各項大小活動的機動支援志工。若真的人手不夠，或是心路好天天齊步走活動，春玉也會號召朋友們一起來做志工！這麼多年來，春玉已經成為心路桃園重要的家人！

職場退休之後，再創生命新價值

來心路擔任志工之後，透過心路提供桃園志工相關資訊，開始進修志工相關的研習，因為服務時間的累積，也獲得了志願服務榮譽卡，跟朋友旅行時，享用榮譽卡的優惠，付出的時間轉換成不同的價值再回到她身上。更重要的是，透過每一次的活動，對特殊教育有更進一步的認識，累積了更多相關的知識，身邊親朋好友若有需求，也可以提供協助。

助人為快樂之本

在心路服務時，她看見心路老師們對孩子的付出，充滿愛心的等待及陪伴，每天都笑臉迎接每一個孩子和家長，讓孩子們在充滿愛的環境下進步成長。尤其，老師們常常要大費周章的安排孩子的社區適應活動，校外教學等等。除了這些，更要想盡辦法募款，籌措更多的資源，為了讓孩子們有更好，更安全的環境。看著老師們點點滴滴的付出，都讓她感動不已，想要持續留在心路服務，協助老師們，享受「助人為快樂之本」的幸福。

有志一同，心之路

這七年來，擔任志工付出時間，陪伴孩子們快樂成長，協助心路一起茁壯，雖然，少了許多自己的時間，付出了時間金錢，但是，她都甘之如飴。春玉說：「要把自己身體鍛鍊好，維持好體力，可以在心路繼續服務，更要帶著感恩快樂的心，在這兒認識更多的朋友，一起做志工！」



▲ 空暇時，春玉也會進班陪伴孩子玩樂。



▲ 春玉一開始主要協助整理發票與對獎，到現在從到店家回收、整理發票到對獎，一條龍獨力完成，是桃園分會得力的好幫手。



▲ 因著疫後國門大開，桃園機場零錢、發票量增加，春玉自備行李箱跟著桃園中心夥伴一起到機場回收民眾捐贈的發票與零錢。

心路廣角鏡

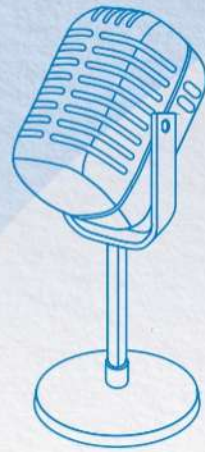
心路FUN直播，陪您FUN心育兒 「育兒好朋友，心路陪您一起走」

文 / 新竹分會 楊玉玲、公事部 鄭筑云

— 獨樂樂，不如眾樂樂

心路團隊在陪著家長帶養孩子的路上，常常聽到家長苦惱著，該怎麼在生活中陪孩子放電？該如何與孩子互動？做些什麼事能促進孩子大肌肉發展及雙手小肌肉進步？

這些好奇與疑問，我們想著與其只跟家長分享，倒不如一起做做看吧！於是，自109年9月開始書寫起心路FUN直播的故事。



— 現在，孩子也想主動參與撰寫故事！



家長回饋

「我以為我的孩子沒辦法好好坐著完成，沒想到他可以做到??」
 「我想說他會怕生怯場，結果居然不會？」
 「我看到其他孩子直播感覺很好玩，我的孩子也可以嗎？」

觀眾回饋

「原來可以這樣跟孩子玩喔?!」
 「孩子看直播說很好玩，下周我們也來試試看！」
 「原來在家裡也有這麼多不用花錢就可以玩的遊戲，還可以讓孩子進步。」



— 內容設計扣連療育且有趣的親子遊戲

唱兒歌學手指謠，支持家長陪孩子玩手指遊戲來增加互動，學習表達；DIY做孩子們最愛的史萊姆，跟著孩子一起認識不同的觸感；動手做壽司，一起帶著孩子認識食材，以趣味的方式讓孩子們不怕食物，養成不挑食的生活好習慣，讓吃飯不是場戰鬥，而是溫馨的親子互動時光。

原來只有老師在直播螢幕裡，我們想著該如何更支持孩子的參與，於是，開始有了小小直播主！在過程中，我們看到孩子的專注及投入，認真伴隨老師的引導而完成任務。孩子們也會在教室裡為自己直播的同學鼓勵，還有孩子自告奮勇地說：「下次可以換我嗎？」孩子用行動證明，只要能創造機會、給予支持，他們就能發揮無限可能。更讓我們確信，真心的陪伴與引導，能為孩子帶來強大的力量。



— 我們的故事未完待續……

心路孩子雖然受限於身體的障礙，但每一位孩子有著自己的優勢與很棒的能力，只要個別化的協助，就能發光閃耀！

未來，我們也將持續作著爸媽育兒這條路上的好朋友，一起關注兒童的重要發展、一起學習親子相親相愛，一起好好生活、好好育兒！

每月第一周周五中午12:15，敬請鎖定Facebook「心路·新竹X好天天日記」，我們邀您相見一起育兒一起玩~

「育兒好朋友，心路陪您一起走」 >



加入FUN直播



捐款陪伴

永續專欄

解鎖淨零：促進心智障礙者參與能源轉型

文 / 執行長室 余崇維

2023年，心路辦理「與心智障礙者在淨零工作中尋路共行」的公共討論，邀請關心永續議題的夥伴與心智障礙朋友齊聚，共商如何讓障礙者參與能源轉型，實現不遺落任何人的轉型。

心路不只關注眼前的難關，更希望透過開放多元的討論為公正指路，這是因為我們相信，當我們有了多元的溝通方式、有提前因應的策略，將能促成臺灣走出更具包容性的綠色未來。

因此，我們在分析專業資訊產生的壁壘時，也探討如何設計實務工作，促進青年的學習，而在衡量淨零轉型造成的衝擊時，我們也留心它帶來的潛在機會，尋求連結的方式。

整場討論最終產出6項建議，有機會做為推動能源轉型時的列管事項，更開啓障礙團體與淨零工作對話的範例，為台灣能源轉型的實踐做出貢獻。



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11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)562-6210
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

事業處 (商品訂購)

24892新北市新莊區五權一路12巷6號4樓
電話：(02)2290-0185
傳真：(02)2290-0183

早期療育/兒童服務

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

新竹市兒童發展早期療育中心

300新竹市東區龍山西路99號3樓
電話：(03)561-2511

大安文山早資中心

10607台北市文山區興隆路二段88號5樓之2
電話：(02)2365-3654

心路早療外展服務中心

11653台北市萬和街8號1樓
電話：(02) 8230-0213

柏翠非營利幼兒園

22046新北市板橋區華江一路150號
電話：(02) 2256-5058

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

新興啓能照護中心

80044高雄市新興區新田路3號
電話：(07)241-3119

左營啓能中心

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11樓
電話：(07)321-9911

庇護職場

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

◎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

心路工坊 西屯站

40758臺中市西屯區臺灣大道二段715號4樓之1
電話：(04)2230-2531

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

六龜日間服務據點

84441高雄市六龜區義實里光復路80號
電話：(07)689-3002

心路基金會 衛部教字第1121363977號

即日起至113年12月底
至 **ibon** 便利生活站 與 **OPENPOINT APP** 捐款
和7-ELEVEN一起支持障礙者穩定就業！❤️

草原動物造型手工皂
手工香氛蠟燭·印花樂聯名束口袋
環保再生種子紙...
打造友善環境ESG新概念禮盒！

購買請上網搜尋 **心路·幸福+工場**
或致電 (02) 2290-0185

反詐騙提醒 心路基金會提醒您，若接獲可疑來電，要求您前往ATM進行任何操作設定或匯款，切勿回覆訊息，或依對方指示動作，以保護自身財務安全。並請撥打**165反詐騙諮詢專線**或**(02)2592-9778**與本會聯絡。

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

本人不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。

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)

*填寫完成，請直接將以上資料傳真至 (02) 2592-8514；捐款資料本會將主動為您上傳至國稅局，若需索取紙本收據，請來電 (02) 2592-9778

微笑援奧運 綻放心力量



累積健走里程,為障礙者走入社會加油打氣!

活動時間

3/23 〰 4/30 〰

報名時間

4/25前報名並繳費完成

線上健走

- 1 使用任何健走app累積3KM以上
- 2 截圖留存健走里程
- 3 前往活動網站,輸入專屬序號,成功上傳即享抽獎機會。



累積里程抽大獎

- 滿3公里上傳里程,即獲1次抽獎機會。累積滿10次,加碼贈送1次抽獎機會。
- 抽獎贈品含飯店住宿券、樂園、票券及知名品牌商品..等大獎



愛心大使:方振宇、黎懿亞、黃偉晉

主辦單位

心路基金會 大同區至聖里辦公處 (台北場)

協辦單位

臺北市政府社會局 澎湖縣政府 臺南市社會局 臺南市社會局 臺南市社會局 長庚醫院 長庚醫院

愛心企業



詳情請上網搜尋 心路基金會 或電洽 02-2592-9778#2 公共事務部



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

■ ATM自動櫃員機

至全台新銀行、台北富邦銀行ATM操作

■ 便利機捐款



■ 其他平台捐款



■ 手機捐款



【公告】為響應本會ESG節碳政策,自民國113年1月1日起,您捐款時若有提供身份證字號,將優先以「捐款資料上傳國稅局」方式處理,並且「不寄送」紙本收據;若您需紙本收據或不上傳國稅局,請來電告知或上網填寫申請表單,將為您個別處理。歡迎上官網或來電申請「捐款人專屬帳號」。