



社團法人桃園縣康復之友協會

# 心聲會訊

發行日期：一〇二年七月三十一日 (季刊)  
發行人：張武誼  
編輯：心聲會訊編輯小組  
電話：(03) 4627920  
傳真：(03) 4627852  
地址：中壢市福壽一街 70 號 1 樓

服務項目：

- \*心聲工作坊－提供康復者工作訓練
- \*職業訓練－提供康復者專業訓練
- \*就業服務－提供康復者就業諮商、媒合、輔導
- \*心理諮商－提供精神衛教資訊諮商服務

## 訊息分享

### 身心障礙者生活補助

社會局

#### 洽辦單位

戶籍所在地各鄉鎮市公所社會課

#### 服務內容

設籍於轄區內之領有身心障礙手冊者(符合列冊低收入戶、列冊中低收入戶 1.5 倍及家庭總收入平均未達最低生活費 2.5 倍)，若兼具老人、兒童少年、特殊境遇、生活托育養護所增發之生活扶助費，只能擇優領取，不得重覆。

#### 服務對象

申請生活補助者應符合下列各款規定：

- 1.家庭總收入平均未達當年度每人每月最低生活費 2.5 倍(10,244\*2.5=25,610 元)且未獲安置於社會福利機構、精神復健機構或護理之家及行政院國軍退除役官兵輔導委員會榮譽國民之家者。
- 2.家庭總收入應計算人口之所有土地及房屋價值合計未超過新臺幣六百五十萬元。
- 3.家庭總收入應計算人口之所有存款本金及有價證券價值合計未超過一人時為新



臺幣二百萬元，每增加一人，增加新臺幣二十五萬元。

4.未經政府補助收容安置者。

5.未領有政府提供之其他生活補助津貼者；但低收入戶生活補助及榮民院外就養金不在此限。

### 應備文件

1.最近三個月內之全戶戶籍謄本(包括本人、子女及相關人員)

2.全家人口當年度實際工作收入薪資證明、綜合所得稅完稅證明及不動產證明文件(列為全家人口之個人之資料)。

3.申請者本人之郵局存簿封面影本。

4.申請者本人身心障礙手冊及正反面影本。

5.申請人本人及代理人之印章。

## 期盼的趣味運動會來囉





# 大家來作暖身操太極拳



## 接力賽關係團體榮譽大家都很賣力





## 滾動大時代,不錯喔!!



## 心理衛生講座大家聽得興趣盎然





樂活書法班學員練得很專注



太極拳課程大家都喜歡



鶯歌博物館前留影





## 夏日防中暑祕技

炎炎夏日總是有很多人在室外中暑，特別是在一些氣溫比較高的城市，夏天氣溫總是徘徊在37、38度。在這樣的高溫天氣下我們應該注意保護自己的身體，特別是外出旅遊的朋友。中暑的主要症狀為：頭痛、暈眩、煩躁不安、脈搏強而有力、呼吸有雜音、體溫可能上升至40°C以上、皮膚幹燥泛紅。如果不及時救治，中暑的人可能很快會失去意識。中暑嚴重者，還可能導致意外發生。請參考夏日防中暑的小秘笈：**1.要帶遮陽物品 2.中午一定要休息 3.要多喝淡鹽飲料 4.隨身攜帶防暑藥物 5.多穿淺色系的衣服**



### 人，切不可把自己看得過重


一只駱駝，辛辛苦苦穿過了沙漠，一只蒼蠅趴在駱駝背上，一點力氣也不花，也過來了。蒼蠅譏笑說：“駱駝，謝謝你辛苦把我駝過來。再見！”駱駝看了一眼蒼蠅說：“你在我身上的時候，我根本就不知道，你走了，你也沒必要跟我打招呼，你根本就沒有什麼重量，你別把自己看太重，你以為你是誰。”

英國文學家蕭伯納一日閑著無事，同一個不認識的小女孩子玩耍談天，黃昏來臨時，蕭伯納對小女孩說，回去告訴你媽媽，說是蕭伯納先生和你玩了一下午，沒想到小女孩子馬上就回敬了一句：你也回去告訴你媽媽，就說瑪麗和你玩了一下午。

後來，蕭伯納對他人講，人，切不可把自己看得過重。

著名表演藝術家英若誠曾講過一個故事。他生長在一個大家庭中，每次吃飯都是幾十個人坐在大餐廳中一起吃，有一次，他突發奇想，決定跟大家開個玩笑，吃飯前，他把自己藏在飯廳內一個不被注意的櫃子中，想等到大家遍尋不著時再跳出來。尷尬的是：大家絲毫沒有注意到他的缺席，酒足飯飽，大家離去，他才薦薦地走出來吃了些殘湯剩菜。從那以後，他就告訴自己：永遠不要把自己看得太重要，否則就會大失所望。

---



## 還是將軍厲害

軍事演習中，有位高級將官來到了一處泥濘的黃土斜坡，吉普車的四個輪子，卡在黏稠的黃泥巴裏，動彈不得。

將官看到附近有幾個渾身泥漿的士兵，坐在一旁休息便開口問他們：

「部隊正在練習中，演習視同作戰，你們怎麼會在這裏摸魚呢？」

其中一名士兵起身立正回答道：「報告將軍，我們是經過裁判官判定，已經陣亡的士兵，不能再參加演習，所以才會坐在這裏！」

將官滿意地點點頭走，說：「很好，看來你們很遵守紀律。來，過來幫我推推吉普車，好讓我們可以離開這裏！」

那名士兵又回答道：

「報告將軍，對不起，我們是已經陣亡的士兵；演習視同作戰，按道理來說，我們是無法為你推動吉普車的。」

將軍受到這一陣搶白，不由得楞了楞，但畢竟他是身經百戰的高級將官，馬上反應過來，繼續說：「好，駕駛兵，你去那邊拖他們那幾條屍體過來，墊在我們的吉普車底下，好讓我們可以趕快離開這裏！」

幾個懶惰的阿兵哥聽將軍這麼說，連忙站起身來，開始用力去推吉普車……

別在意不瞭解你的人批評你，  
記住，  
狗只向牠們不認識的人吠叫。

指甲長了，剪指甲，不是剪手指。

同樣地，  
誤解增加時，減你的自尊，  
不是剪情誼。



日期:102.05.03(五) 8:00  
地點:車容坊三富加油站(中壢普忠路)  
102 年度職訓(心智班)開訓典禮

日期:102.06.15(六) 9:10 ~16:00  
地點: 本協會教室  
102 年度身障者心理衛生宣導講座(一)

日期:102.05.04(六) 9:00AM  
地點:八德市大中國小  
102 年身障者趣味運動大會

日期:102.06.17(一) 9:00 ~12:00  
地點: 桃園縣勞工育樂中心 302 室  
社工課程--失能者社會工作處遇技巧

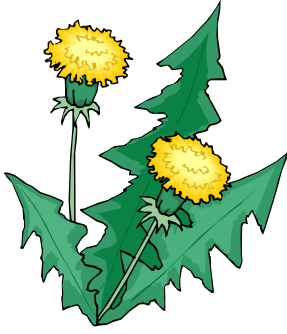
日期:102.05.10(五) 9:00 ~12:00  
地點: 桃園縣勞工育樂中心 301 室  
社工課程--社會工作團體觀察紀錄撰寫與分析

日期:102.06.18(二) 13:30  
地點: 桃園縣政府 1602 會議室  
桃園縣社區心理衛生中心諮詢委員會

日期:102.05.10(五) 10:00  
地點: 桃園縣政府 601 會議室  
102 年就服業務訪視輔導會議

日期:102.06.19(三) 9:00~13:00  
地點: 桃園縣政府 206 會議室  
102 年度身心障礙者職業重建服務窗口「購買服務個案研討會」實施計畫





日期:102.05.18(六) 9:30 ~14:00  
地點: 社區樂活(鶯歌陶瓷博物館.鶯歌陶瓷老街)  
鶯歌文化之旅第一梯次

日期:102.05.21(二) 14:00~18:00  
地點: 桃園縣政府 601 會議室  
102 年桃園縣身障團體顧問輔導計畫說明會暨教育  
訓練講座

日期:102.05.22(三) 9:00 ~12:00  
地點: 桃園縣勞工育樂中心 302 室  
社工課程--社會工作家庭訪視技巧

日期:102.05.24(五) 8:30  
地點: 桃園勞工育樂中心 302 教室  
102 年身障者支持性就業服務員進階訓練

日期:102.05.28(二) 9:20~14:30  
地點: 桃竹苗區就業服務中心行政大樓 405 會議室  
102 年桃竹苗區身心障礙者職業重建服務第 1 次資源  
網絡聯繫會報

日期:102.06.01(六) 9:30 ~14:00  
地點:社區樂活( 鶯歌陶瓷博物館.鶯歌陶瓷老街)  
鶯歌文化之旅第二梯次

日期:102.06.21(五) 9:00 ~17:00

地點: 桃園婦女館

社工課程--社會工作專業紀錄撰寫與實務演練

日期:102.06.24(五) 9:00 ~12:00

地點: 桃園縣勞工育樂中心 302 室

社工課程--失能者之心理評估等服務計畫

日期:102.06.24(五) 14:00

地點: 1301 會議室(桃園縣政府)

困難個案研討會

日期:102.06.29(六) 9:30 ~14:00

地點: 鶯歌陶瓷博物館.鶯歌陶瓷老街

鶯歌文化之旅第四梯次

日期:102.07.03(三) 13:30~16:00

地點: 桃園勞工育樂中心 101 會議室

102 年桃竹苗區身障者職重服務資源中心第二  
次區域性聯繫會議

日期:102.07.06~07(六.日) 8:45 ~16:00

地點:平鎮市延平路一段 168 號 A 棟 3 樓

老人憂鬱症篩檢人員教育訓練~鬱鬱寡歡老煩  
惱及基層醫療人員之憂鬱症.自殺防治教育訓  
練~我的心靈感冒了



日期:102.07.14(六) 9:10 ~16:00

地點: 本協會教室

102 年度身障者心理衛生宣導講座(二)

日期:102.06.08(六) 10:00

地點: 中華民國康復之友聯盟

第六屆第一次會員大會及理監事聯席會議

日期:102.06.08(六) 9:30 ~14:00

地點: 社區樂活(鶯歌陶瓷博物館.鶯歌陶瓷老街)

鶯歌文化之旅第三梯次

日期:102.07.18(四) 14:00~17:00

地點: 桃園縣府路 218 號(康妮的異想世界)

102 年身心障礙者支持性就業團體督導(肢協裕鈞)

日期:102.06.10(一) 10:00

地點: 桃園自閉症協會

102 年行政團體第一次督導會議

日期:102.07.20(六) 9:30~13:30

地點: 本協會教室

102 年桃園縣康復之友「社區樂活夏季自製新鮮蔬果飲料」研習活動(第一梯次)

日期:102.06.11(二) 13:00~17:00

地點: 台大醫院國際會議中心-202 室(台北市中正區徐州路 2 號)

「精神康復者及家屬充權教育-資源面面觀」充權課程暨需求座談會

日期:102.07.31(三) 9:30~16:30

地點: 長庚大學第一醫學大樓二樓 M0205 教室  
職評.職管進階課程-慢性精神身障者症狀與人格特質.就業支持策略應用

日期:102.06.14(五) 14:00 ~17:00

地點: 桃園縣勞工育樂中心 302 室

社工課程--社會工作專業紀錄撰寫與實務演練

日期:102.07.31(三) 9:30

地點: 桃園身障者權益推動聯合促進會(慈文路 125 號)

召開第一屆第二次理監事聯席會議



## 感謝捐款 (102年5月~102年7月)

張棋	白米 400 斤
簡征譚	10,000
劉坤億	20,000
趙惠嫻	10,000
康俊良	4,800