



社團法人桃園縣康復之友協會

心聲會訊

發行日期：101 年四月三十 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



最新活動

「桃園縣康復之友社區樂活補給站」

活動時間：101 年 06 月 01 日 至 101 年 12 月 31 日

活動地點：桃園縣中壢市

活動費用：所需費用由桃園縣政府、中華聯合勸募補助，不足經費由本會自籌，學員無須另行繳費。

參加對象：

1. 障礙類別：精神障礙者、智能障礙者領有身心障礙手冊。年滿十五歲至六十五歲；男女不拘。國中畢業以上程度。
2. 基於補助不重複原則，凡具社政單位教養生、教育單位在校生、醫療單位住院、日間留院、社區復健中心與庇護工作坊及其他相關身分者不得參加本案。
3. 規畫活動中「社區樂活補給站心靈講座」參加對象除身障者外包含主要照顧者及家屬。

報名方式：持身心障礙手冊、身分證至本協會報名

地址：中壢市福壽一街 70 號

聯絡電話：03-4627933 03-4627920 呂社工員碧瀛

傳真機：03-4627852

附註：

團體性質：本團體屬開放性團體，歡迎隨時報名；學員經工作人員評估後，通知報到試行 3 天，正式加入活動。

團體人數：5~10 名

配合桃園縣衛生局大家來快樂舞動

「桃園健康瘦瘦拳」



運動除可以消耗多餘的熱量，提升身體基礎代謝率，並可增強心肺功能及建立健康的自我形象及體態，提升自信。吳志揚縣長呼籲縣民，平時三餐少肉多蔬菜，持續規律的運動，正常的作息，落實體重管理，即能遠離疾病的威脅，健健康康的過一生！

一、活動說明：

過重與肥胖是糖尿病、心血管疾病與癌症等慢性病之主要危險因子，健康飲食與規律運動是主要預防措施。在吳志揚縣長愛與祥和理念帶領下，為營造民眾友善運動及健康飲食環境，桃園縣政府 100 年全面推動「健康桃園『100，腰動動』健康大躍進」計畫，共號召 109,368 人一齊減重，總減重達 135,616.6 公斤。本縣 101 年「健康體位管理計畫」訂定減重 133 公噸之目標，「333 健康享瘦站」據點號召民眾參與飲食健康化、運動生活化之活動，培養自我健康體位管理，養成健康生活型態，遠離慢性病威脅。

二、減重目標：全縣減重 133 公噸。

三、執行期間：101 年 1 月 1 日起至 101 年 11 月 30 日止

四、報名期間：即日起至 101 年 10 月 31 日止。

五、報名資格：

- (一) 設籍、居住、工作、就學或在桃園縣活動的 6-64 歲民眾。
- (二) 年齡 6-17 歲兒童及青少年依照行政院衛生署兒童及青少年體重過重或肥胖者。
- (三) 孕婦、年齡 18-64 歲 BMI 小於 20kg/m² 者，不予納入。
- (四) 以健康飲食及運動方式健康體重管理。
- (五) 經醫師診斷不適參加體重管理者，不得參加。

六、報名方式：

(一) 符合參與條件之民眾可以親自至報名地點(333 健康享瘦站)，或透過傳真、e-mail、電話等方式依衛生局提供之報名表報名。請民眾報名前先以電話聯繫各站瞭解受理時間等細節。

(二) 為瞭解參與民眾減重情形，參加民眾只能擇一站報名，不可跨站或跨縣市重複報名。

4月9日本協會101年度職業訓練—
專業汽車美容班(甲班) 熱熱烈烈的展開了



開課了,在理事長及總幹事的帶領下,大家仔細的聽專業人員的解說



配合著學科上課,學員們學會的不只是專業的操作而已。



4月28日更是大家期待已久的趣味運動大會在八德市大忠國小上場了



穿著整齊的運動服列隊準備繞場一週



冠蓋雲集



司令台前揮手



太極拳大會操



男子 100 公尺奮力衝向終點





螞蟻搬豆，
大家都小
翼翼的端
著球拍決
不能把球
掉下了



拔河比賽一
定要把對方
拖過來

努力有了結果,優勝者群像



好棒,去年的職訓連隊也有獎杯喔!





輸與贏（真正的高手）

HiNet WebMail

左宗棠很喜歡下圍棋，而且是箇中高手，屬僚皆非其對手。
一次出征途中微服出巡，看見一茅舍，橫樑上掛著匾額「天下第一棋手」，左宗棠入內與茅舍主人連弈三盤。

主人三盤皆輸，左宗棠笑道：「你可以將此匾額卸下了！」
隨後自信滿滿 興高采烈的走了。

過沒多久，左宗棠班師回朝，路過此處，又好奇的找到這間茅舍...
赫然看見「天下第一棋手」之匾額仍未拆下，左宗棠又入內，與此主人下了三盤。
這次，左宗棠三盤皆輸。
大感訝異，問茅舍主人何故？
主人答：「上回，您有任務在身，要率兵打仗，我不能挫您的銳氣。
現今，您已得勝歸來，我當然當仁不讓 。」
真正的高手，
是能勝，而不勝，有讓人的胸襟；能贏，而不一定要贏，有善體人意的心懷！
生活何嘗不是如此呢？

本期會務

日期:101.2.11(星期六)

地點:本協會

第八屆第五次理監事會議

日期:101.2.12(星期日)

地點:桃園勞工育樂中心(桃園市縣府路 59 號)

召開第九屆第二次會員大會



日期:101.2.17(星期五)9:00~16:00

地點:桃園縣政府 307 會議室

有關召開"101 委託辦理身心障礙者職業訓練"行政作業說明會.

日期:101.2.21(星期二)2:30PM

地點:桃園縣政府 501 會議室

桃園縣身心障礙福利團體 100 年度運用政府補助款查核活動後業務檢討會



日期:101.2.22(星期三)10:00AM

地點:衛生局 4 樓 402 會議室

召開本縣精神護理之家收費標準專家諮詢小組會議

日期:101.4.9(星期一)8:30~17:30

地點:桃園縣政府 307 會議室

"101 年度委託辦理身心障礙者職業訓練"行政說明暨聯繫會議

日期:101.4.14(星期六)10:00~12:00

地點:公務人力發展中心福華國際會館 14 樓貴賓廳

召開第七屆第二次會員大會

日期:101.4.25(星期三)9:00

地點:本協會

101 年度"身心障礙者支持性就業服務"第一次巡迴輔導

日期:101.4.27(星期五)14:00

地點:加州風洋食館

"101 年度身心障礙者支持性就業服務"第一次團體督導會議



感謝捐款 (101 年 1~4 月份)

鍾慧錦 500

北海協力 36,000

王三平 6,400

李翠琴 400

吳財登 1,000

謝淑貞 10,000

馥茂企業 5,000

第一麵粉 6,000