



社團法人桃園市康復之友協會

心聲會訊

發行日期：一〇四年一月三十日（季刊）
發行人：林為文
編輯：心聲會訊編輯小組
電話：(03) 4627920
傳真：(03) 4627852
地址：桃園市中壢區福壽一街 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





身心障礙者生活補助

發布單位：社會局

發布日期：103-12-18

詳細內容

洽辦單位

戶籍所在地各區公所社會課

服務內容

設籍於轄區內之領有身心障礙證明(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，且未超過臺灣地區平均每人每月消費支出 1.5 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，且未超過臺灣地區平均每人每月消費支出 1.5 倍(102 年臺灣地區每人每月消費支出費用為新臺幣 19,416 元*1.5=29,124 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。

參加 103 年度康復之友馬拉松比賽紀實

桃園市康復之友協會

意外興奮獲得台北市康復之友協會邀請參加東吳大學主辦 24 小時超馬，103 年是第一次將“思覺失調症”之康復之友列入大會，但距離比賽(12 月 6 日)所剩不到 30 天。橫阻在前等待克服之難題不勝枚舉：找什麼人？誰來訓練？經費籌措行得通嗎？但“馬拉松”實在是誘人！

細讀比賽規則後稍稍放心，因為是在速維龍跑道上，每人連跑 15 分鐘，12 人一隊，腳綁偵測環，安全上應可放心，協會廣招報名選手~「軟硬兼施，拜託加上命令…」但逢冬天來到，天雨連綿，加上部份選手上班排班的限制；直至 12 月 5 日才千辛萬苦地找到 7 名學員，在桃園巨蛋首開“訓練”。

懶散的生活，沒有目標的人生，腦內分泌異常所引起的一切不合邏輯思維與行動上的迥異，如何匡正他們參加需要耐力、體力、鬥志、恆心的馬拉松，在在考驗我們訓練的章法與學員吸收之拉鋸，張媽媽昭告三點簡單守則：

- 1.不要跑得快似“100 公尺”短距的衝鋒。
- 2.跑累了可以在跑道上用走的休息調勻呼吸。
- 3.必須堅持到 15 分鐘，聽從工作人員(念瑾)交換“測量帶”的指示，嚴禁半途而廢跑出跑道外。

比賽當天(12 月 6 日週六)上午 6 點 15 分，「一個不能少」~穿著整齊運動服在桃園火車站前集合，已請寶叔叔與李大哥聯勤供應，自行運送沙士飲料與礦泉水，早早到了外雙溪等候。

協會為了讓學員們體會“難以接觸想像的花花世界”，安排搭乘台鐵區間車轉淡水捷運到士林，接駁公車至東吳大學；其間上下繁雜，買票費時，念瑾攜帶周全的證件感謝各線各站服務人員的體恤與寬容，學員們有了一段奇幻順利美好旅程！每個人神清氣爽拉開一天他們意想不到的序幕！

(接續下頁)

外雙溪飄揚的大會會旗引導我們順利前行，這個“一個都不能少”的世紀選手大雜燴隊伍，每分每秒都可能有難以克服鐵羽而歸的慘事發生，帶隊的三個女生(淑華、念瑾與張媽媽)心照不宣的捏著冷汗與時間拔河，戰戰兢兢神經緊繃的在度過即將面臨的每分每秒，在“後悔得半死”又不得不「挺起脊骨」來與這獨特、奇妙隊伍一起前行。

寶叔叔和李大哥是末二棒，第一棒是協會的飛毛腿，備胎的淑華阿姨與張媽媽退居管理，讓參與的學員們下場參跑，因為這將是這群康復之友們生命史上“辛苦”“奮鬥”“新奇”“美好”又難忘的一天!!

鳴槍了，協會拿到深藍色的號碼衣；哇！跑來了…過來了…我們的選手…加油呀！快快!! 繞了又繞!! 好像 5 圈…2 號接了…供水區張媽媽在給水，寶叔叔在巡邏…念瑾阿姨在換棒區…淑華阿姨非常負責任的守在休息區調度，蛋糕、飲水與發紀念品…“我們只要擔心十位選手”就夠了，末兩棒是工作人員…念瑾阿姨不要忘了總幹事交代的拍照唷！還有學員居住康家所要的記錄…我們忙壞了…。

非常令人感動，東吳操場只限提供第五跑道，擁擠不堪，但情緒熱絡，跑完的有滿臉通紅…嘔吐者有之…眼睛上吊的嚇了人…忘了停止被“阿姨”拉住的不在話下，那個吃七碗麵的喝了三次水…他扭捏數次，終於交了差…女生餓得塞了蛋糕，還想要吃泡麵…對了…逐漸吹來冷風…選手們千萬記得披上外套，張媽媽指導綁鞋帶…沒有人丟了鞋子…難能可貴…。十位學員都撐起了“責任”“榮譽”“拼命”的大旗…，在沒什麼訓練下…他們神勇得一似“汗血馬”，這種土庫曼的國寶在競賽過程中，皮膚變薄血管貼緊皮毛下，奔跑時暴露的紅色臉龐一似汗血…令人驚奇與不捨…他們寫下自己這一生難以忘懷的辛苦與美妙的回憶…。

比賽結束頒獎，臨時成軍的雜牌隊伍拿到第五名，就差那麼一點點可以擠入第三名，有點哀怨、失落與後悔，“訓練不足”“準備不夠”學員們咬著蛋糕，喝著沙士…其實“成績已經不錯了”。教練是 73 歲的老太婆，以最克難的訓練，我們全隊上下，15 人同心協力；在榮譽心、使命感和運動場上瀰漫的壓力與競賽氛圍感染下激起創造歷史的決心。大家都說“明年還要再來”士林捷運站歌劇“美好的一天”自“CD”販賣店輕輕飄來；陶醉在其中，走上歸途。鼓起勇氣邁開步伐加入“超馬”，是我們人生的一大轉折與考驗。

選手們回歸上班；參加超馬點燃的意外“才能”，伴隨孤獨帶病的身影，日復一日；協會珍惜此次捲起的浪花，企盼永遠延續融入他們的生活與律動，因此特地安排 104 年 2 月初獎賞選手；規畫「九族文化村、日月潭、鹿港及台大實驗林」擴展他們視野、享受陽光之旅。

照片分享



103.11.02 衛生盃運動會



恭喜張醫師獲得 103 年度【醫療服務傑出獎】殊榮



有愛無礙.幸福同在~恭賀妳獲獎



恭賀~車容坊溫老闆獲得教育部表揚推展社會教育有功團體殊榮



第九屆第五次理監事聯席會議



美工創意珠珠



103 年度康復之友馬拉松比賽



選手們比賽的英姿！



夢幻隊伍



隊友打氣·加油！

本期會務

日期:103.11.02(日) 07:00 ~

地點:桃園巨蛋

103 年桃園縣衛生盃運動會

日期:103.11.05(三)14:00~

地點:桃園縣政府警察局警政大樓 8 樓會議室

青少年藥物濫用防制暨心理健康促進議題專家諮詢會議

日期:103.11.07(五) 09:00~10:30(前 30 分鐘到)

地點:桃園縣政府 407 會議室

「103 年度身心障礙者支持性就業服務業務評鑑計畫」考核

日期:103.11.08(六) 09:00~17:00

地點:台北 NGO 會館(台北市青東東路 8 號)

103 年度『家連家』助人者工作坊

日期:103.11.11(二)09:30~10:40

地點:桃園縣政府文化局 1 樓

桃園縣 103 年「有愛無礙 幸福同在」國際身心障礙者日系列活動~記者會

日期:103.11.13(四) 10:00~

地點:桃園勞工育樂中心 101 教室

103 年度桃竹苗區身心障礙者職業重建服務資源中心第 2 次區域性聯繫會議

日期:103.11.13(四) 16:00~18:00

地點:本協會

「103 年桃園縣身心障礙者團體查核」行程

日期:103.11.15(六) 9:30 ~13:00

地點:本協會教室

社區樂活創意豆豆美工活動

日期:103.11.16(日)09:50~13:00

地點:住都飯店

桃園縣 103 年「有愛無礙 幸福同在」國際身心障礙者日系列活動~表揚活動

日期:103.11.17(一)11:15~11:30

地點:桃園縣政府社會局 8 樓研討室

103 年度社會團體評鑑

日期:103.11.19(三)19:30~

地點:中壢藝術館音樂廳(中壢市中美路 16 號)

台灣絃樂團室內樂集 III~法國音畫.音話

日期:103.11.20(四) 14:00 ~17:00

地點:甜客廳(桃園縣中壢市龍昌路 156-1 號)

「103 年度身心障礙者支持性就業服務團體督導」第三次會議

日期:103.11.24(一)09:00~11:00
地點:本協會
『103年身心障礙團體外聘督導實施計畫』第七次課程「資源之開發與運用」

日期:103.12.06(六) 9:30~13:00
地點:本協會教室
社區樂活創意豆豆美工活動

日期:103.12.07(日) 13:00~17:00
地點:南仁湖探索體驗園區(台中烏日區一路10號)-站區一路與高鐵三路口
第六屆第二次會員大會與第三次理監事會

日期:104.01.08(四)10:00~
地點:桃園市政府一樓咖啡小站
贈票記者會

日期:104.01.13(二)09:00~
地點:桃園市政府1F大廳會合
拜會社會局古梓龍局長

日期:104.01.19(一)19:00~
地點:桃園巨蛋體育館(桃園區三民路一段1號)
電影欣賞~愛情線索

日期:102.11.28日(五)下午14:00~17:00
地點:台大校友會館4樓(台北市濟南路1段2之1號)
「精神衛生法修法版本發表研討會」

日期:103.12.06(六) 10:30~13:30
地點:東吳大學外雙溪校區田徑場(台北市士林區臨溪路70號)
2014異常精彩~康復之友第一屆馬拉松接力賽

日期:103.12.16(二) 13:30~17:30
地點:縣政府206會議室
召開「身心障礙福利團體103年外聘督導計畫研討會」

日期:104.01.10(日)09:00~
報到地點:虎頭山宏德宮
假日親子樂悠遊—虎頭山健走活動

日期:104.01.17(六)15:40~
地點:南崁台茂
電影欣賞~國片「十萬夥急」

日期:104.01.22(四)10:00~
地點:桃園德華街130號淞園餐廳
第一屆第八次理監事聯席會議暨各團體理事長聯誼會議



感謝捐款 (103 年 10 月~104 年 01 月)

新生產業(股)公司	17,480
車容坊(股)公司	4,500
新生產業(股)公司	9,200
車容坊(股)公司	116,150
林淑梨	2,400
康俊良	9,600
莊麗英	900
康俊良	4,800
林淑梨	7,200
康俊良	19,200
黃義雄	17,400
朱健銓	1,200
事欣科技(股)公司	50,000