

活動後新聞稿

『看見・支持精神障礙族群，轉動幸福』活動

主辦單位：社團法人台北市心生活協會

日期時間：民國 106 年 9 月 16 日(六) 上午十點到十二點

地點：台北市大安森林公園 露天音樂台

活動焦點：

1. 週六的上午，晴空朗朗，二百多位精神障礙者、家屬、服務人員一起齊聚在台北市大安森林公園露天音樂台。

來自嘉義、南投、宜蘭、新北市、台北市等地區的精神復健單位、公益團體、社福團體們，共二百多人一起在大安森林公園開 Party。

精神障礙族群人數眾多，但長期以來總是受汙名影響處在暗處、被忽略，現在大家走出來，讓社會看見，邀請社會大眾一起來支持。

2. 表揚社會上【看見・支持】精神障礙者的典範：

(一)「創藝文化基金會」

基金會轉動聯繫協會，表達支持意願，安排熱心的禪繞畫老師，免費到「心朋友工作坊」教學，指導白天在這兒精神復健的甜心(精神障礙者)們，學習禪繞畫。甜心們因此可以發揮自己的創意天份，畫出美好的圖案、線條，同時也幫助大家可以靜心、提升專注力，開發腦力達到精神復健的效果。

本次活動的「手環」、「邀請卡」、「海報」中，都有精障甜心們創作禪繞畫的元素，讓人驚艷。

心朋友工作坊是心生活協會自民國 100 年起開辦的精神障礙者「日間作業設施」服務(也有人稱呼為：小規模作業所)，這是社政的精神復健單位，經費補助來自於衛生福利部社會及家庭署的公益彩券回饋金，屬於部分補助案，依社家署的設計使用者付費需要向家屬們收費，但精神障礙類要收到足額每人每月三千元非常困難，實際的收款大約在一千元左右，每年營運虧損很大需要仰仗社會捐款，因此並沒有經費可以聘請老師來教課，創藝文化基金會的公益善行彌補了工作坊缺乏經費的困窘，是社會上支持精神障礙者康復的最佳典範。

(二)「陽明大學精神醫學服務隊」：

這是陽明大學的服務性學生社團。

服務隊從 2004 年至今，持續十多年，每年在寒暑假會前往台灣大型療養機構進行為期 12 天左右的活動，帶給在當地精神醫院治療的大哥大姐歡樂與活力。

學期之間，服務隊會到臺北地區的機構進行服務，也會舉辦許多推廣精神醫學知識、去污名化的活動，一同來瞭解這個離我們其實不遠，就在你我身旁的族群。

青年朋友們、未來的醫事專業人才，看見了精神障礙族群的需要，奉獻自己的時間和才華，從推廣知識的社會宣廣到服務病友，每年學長學姊帶領學弟學妹們積極的關懷並支持精障族群，值得大家給予最大的掌聲。

3. 發表心生活協會編製的【大台北地區精神障礙家庭服務資源小手冊】：

長期以來提到精神病友，大家只想到看病吃藥，忽略了一天 24 小時、每年 365 天生活中的需要，醫療(衛政)之外，對於領有身心障礙手冊或證明的障礙者，社政系統有一些提供給身心障礙者的服務，但許多精神障礙家庭並不清楚有這些資源可以使用，甚至於醫院的專業人員也不知道存在有這些服務；因此，心生活協會特別蒐集了大台北地區社區服務的資源，編製小手冊，希望幫助精障家庭，可以有更多的機會來嘗試使用服務、支持和幫助自己。

4. 與會公益團體呼籲：

(一)社會上重視慢性失能者的長期照顧服務，但當我們詢問『政府長期照顧(法令、政策)要給精神障礙家庭什麼服務時』，無論是中央政府或地方政府卻總只是沉默以對。這樣的忽視需要被扭轉。政府不能支持家屬時，病友的處境就更艱難，發展給精神障礙家庭的社區化、生活上服務刻不容緩。

(二)每個人都可以行動支持精神族群(病友、家屬)，你可以投入人力、物力、捐款贊助精神公益團體，由協會來聘請足夠、優質的人力，為精障家庭提供服務;或張開雙臂擁抱接納周遭的精障親友，人人都

可以盡一份心力。

花絮：

- ** 簽名報到就送「心朋友工作坊」甜心(精神障礙者)自製的禪繞畫手環。兩百多張手環，全部由障礙者親筆彩繪，造型多元、筆觸細膩、讓人驚艷。
- ** 自製精神心理健康海報、標語帶過來者，送愛心悠遊卡一張。
- ** 活動結束送「心朋友工作坊」夥伴們一起烘培的雙色巧酥餅乾。
- ** 心生活協會在實習生的努力下，自製大型扭蛋機和美麗的幸福卡書籤，大家寫入祝福別人的話，投入扭蛋機，每個人轉動扭蛋得到他人的祝福和中獎的機會。獎品是 OK 超商面額一百元的禮券。

補充資料：

精神障礙族群(病友、家屬、精神公益團體)需要社會支持：

重大的精神疾病影響患者腦功能的運作，帶來生活中從操作到人際互動的種種障礙，病友和家人都受到很大且持續的衝擊。腦功能的障礙，好比一個慣用右手的人，忽然開始要用左手來做每一件事情，什麼都不順。

腦部的經驗值、自動化系統被病打散、不見了，因此除了看病吃藥之外，精神疾病患者更需要有合適於他們個人步調、可以重新累積生活中點點滴滴大小經驗的精神復健和社會參與機會與助力。

舉例來說，很多人不知道，中度以上的精神障礙者普遍有辨識方向的困難，因此無法搭乘大眾運輸工具外出，常被人誤解是懶惰不參加活動。只要有能陪同外出的人，精障甜心們就能出門參加活動、增強自信心和人際關係，心情開朗，自然會助益於病情的康復。

康復是長期性的持續努力，因此生活中很需要各界的關懷與幫助。各縣市的精神公益團體長期以來都在經費不足、募款艱難的困境中打轉，全國性的康復之友聯盟連聘請一名工作人員的經費都難以籌措，台北市心生活協會每個月都在煩惱發不出薪水怎麼辦…，期待人人看見精神公益領域的需要，一起來支持，共同轉動幸福。

《看見·支持》精神障礙族群 二部曲 活動相片

日期：106年9月16日(六)

地點：臺北市大安森林公園露天音樂台

