



社團法人

九十四年四月

台北市心生活協會會訊

92年8月台北市人民團體立案證書 北市社會字第2199號
92年9月22日法人登記證書登記簿第40冊第43頁第1008號

第二期

心朋友·心生活 奮戰精神疾病不孤單

甜心

我們稱呼所有的精神
病患者為甜心。

『心生活』的信念

每一個人無論他年紀多大或多小、也無論其貧富貴賤或階級高低，都能夠而且也需要心理成長，心理成長可以不斷的進行，健康且豐富的心理狀態，可以幫助精神疾病的患者與家屬，縱使永遠帶著障礙的影響，而仍然可以過著平安、能擁有喜樂與成長的生活。

舒適平安的心理狀態，也能夠幫助一般人保養身心，預防精神疾病的發生。面對精神疾病，調整生活步調接受治療，感受它為我們打開的另一扇心窗。

心朋友

認同精神疾病族群需要幫助、注重心理成長、保養精神健康的你、我、他，都是心朋友。



... CONTENT

【會訊快報】	1
全新經驗、艱難邁步的第一年	6
我成了精神分裂症病患的雇主：一位精神科職能治療師的經驗分享	12
不教「屎臭」擾寸心	24
保有這個溫暖的家	25
心朋友的心志工	27
【搶救「心朋友」的店】 敬邀您一起加入搶救「心朋友的店」行列	28
心朋友的店的學員的進步軌跡	30
對心朋友的店之感想	31
心朋友成立緣起	34
【甜心園地】 心路歷程	39
饒恕的人是個強者	40
心朋友的店與我	41
與甜心共享經歷	42
【無盡的感謝】 93年度入會或贊助芳名錄、實物捐贈與志工服務	44
義賣紀實	47
【心朋友之聲】 第五篇：好立委應該支持協助精神疾病族群	51
第六篇：其實是制度殺人	52
【會員專區】 第一屆第二次會員大會會議紀錄	54
民國92~93年度工作報告	56
92年度收支決算表	57
93年1-10月收支決算表及心朋友的店收支明細	58
民國94年度工作計畫	60
激求志工・訂購精神健康你我他實用手冊	60
92年度入會或贊助芳名錄	61
心生活協會宗旨與任務、入會申請書	62

你可以選擇在健保IC卡上作重大傷病註記。

舒文報導(資料來源：中央健康保險局)

民國94年起，個人的重大傷病資訊開始登記在健保IC卡裡。但是精神疾病及愛滋病採取自由註記制度。也就是說，患者可以透過「申請」來選擇將這兩種疾病的重大傷病「註記」在健保卡裡面，不再需要重大傷病紙卡了。未作申請註記的人，就醫的時候和以前一樣，除了健保卡以外看精神科時一樣要攜帶重大傷病紙卡。

◎ 辦理註記的方式如下：

辦理者：持有精神科(或愛滋病)重大傷病卡的患者可以自行辦理也可以由家屬代辦。

地點：到健保局台北分局辦理(請看一看甜心的重大傷病卡，是不是台北分局所發的，哪一個健保分局發的，就去哪一個健保分局辦理)。

健保局台北分局：台北市公園路15-1號5樓

上班時間：週一～週五 8:30-12:30、13:30-17:30

承辦單位電話：(02) 2348-6772 · (02) 2348-6771

證件：甜心的身分證影本，若是代理人辦理則必須多帶代理人的身分證影本。

流程：至台北分局五樓的健保局聯合服務中心，請先至中間服務台取號碼牌等候叫號，叫到號碼的時候再到櫃檯辦理。

註記時限：重大傷病註記沒有期限，可以隨時在上班時間親至櫃檯辦理。

◎ 註記以後的效果：

每一位看診的醫師持有一張醫師卡，將甜心的健保IC卡插入診間的機器中，醫師就可以讀取註記的資料。在看診後，醫師會在批價單上勾上重大傷病，但不會將註記的疾病名或是內容洩漏，只是讓其他醫護或行政人員知道要以重大傷病計費。到精神科以外的其他科別就診，看診的醫師也可以讀取資料，因為非屬甜心的重大傷病診斷，所以仍舊要付部分負擔，流程都是一樣的。

健保卡上的重大傷病註記只有醫師可以進行讀取，其他醫護人員不可以也無法讀取保密性資料。所以甜心不必告訴掛號櫃檯、護士或其他人自己有精神科重大傷病。

註記以後，看診時只須帶著一張健保IC卡，不需另外再帶重大傷病紙卡，比較方便。

◎ 註記以後能不能取消？

請注意，註記以後不能夠隨便取消：一旦決定並且申請註記完成後，除非持有醫師證明疾病已經不符合重大傷病範圍才可以撤銷註記。所以在進行重大傷病註記前，要慎重考慮。

◎ 要不要申請註記的考慮

註記方便就醫當然值得考慮，不過如果你很在意非精神科的其他就診科別醫師也能夠讀取到你的精神科重大傷病訊息，那麼當然就不急著去申請註記囉。

事關自己的權益，考慮清楚以後再決定是否申請喔。

你可以選擇，身心障礙者勞健保補助「不列入媒體申報」。

(資料來源：台北市社會局第三科)

甜心有身心障礙手冊，社會局會補助甜心勞保費、健保費中的自負額部分(輕度：補助1/4、中度：補助1/2、重度：補助全部)。過去有一些甜心，因為這樣的補助曝光在勞健保局提供給企業的費用單據中，而被雇主發現是精神疾病患者，惹來不必要的麻煩；很多有工作能力的甜心因此不敢申請殘障手冊，損失了很多的權利。其實只要申請「不列入媒體申報」，就可以避免發生這樣的事情，又不會影響到政府對自己的補助。

- ◎ **可以撤銷**：申請不列入媒體之後，將來還可以申請回覆。
- ◎ **申請書**：請上台北市政府社會局網站www.dosw.tcg.gov.tw依照路徑點選「身心障礙者」>「經濟補助」>「參加社會保險保險費補助」>這裡會看到「相關檔案下載」裡面有：『社會保險不列入媒體暨放棄申請書』(申請不列入時使用)和『社會保險恢復列入媒體交換申請書』(申請撤銷不列入時使用)。依照這個表格填寫，備妥資料就可以向社會局第三科申請。[社會局第三科地址：110臺北市市府路一號 台北市政府東北區]
- ◎ **保險費先付，事後申請補助**：申請好不列入媒體申報以後，如果你找到工作，雇主就不會因為勞健保單據而發現你是身心障礙者；但是，你的保險費補助會先中斷，你必須先每月墊繳所有的勞、健保費自負額(一般雇主會從你的薪水中扣下來代繳)，然後在社會局每年開放兩次(六月、十二月)「現金退費」的申請時段裏，你要準備好「繳費證明」正本和你自己的台北銀行或郵局存摺影本，向台北市政府社會局第三科申請退費(三科歡迎大家多多用郵寄的方式辦理)，大約一個月以後，社會局就會把政府應該支付的勞健保保險費補助金額，匯入你的銀行帳戶。
- ◎ **先申請再找工作才能滴水不漏**：提醒你，讓雇主知道你的障礙身份不一定是不好的事，但是如果你打定主意一定要滴水不漏又要享有殘障手冊的權益，那麼最好是要「提早」作不列入媒體申報的申請；也就是說，先把這個申請搞定，再找工作。因為，依規定你上班的第一天老闆(或公司的人事部門)就應該要向勞、健保局申請你的加保，勞健保局當月的資料一般隔月就會寄到，因此你如果先去工作，再申請不列入媒體，可能會來不及，前一、二個月勞健保局寄給雇主的資料，會來不及反應你的申請。

以上三種申請，是甜心的選擇權，提醒您注意，也祝大家頭好壯壯。

討論，終於決定要做了，翻天覆地的忙；終於開幕了，好多學員的情緒要處理，好多的店務要由無到有的建立制度；才剛入軌道最得力的就輔員選擇離職換跑道；新就輔員兢兢業業的接任；為甜心們的福祉籌開個案管理研討會；為會員們辦活動；手工趕著切傳票、過帳、一年裏好多人接手幫忙記帳；籌備會員大會；……好多好多的奔忙。靠著毅力，靠著理監事、會員朋友、認同協會宗旨的善心人士們，義務的參與、捐一些錢、提供一些意見，我們終於也走到了年底。卻在93年12月中接到勞工局94年度一毛錢都不補助、商店面臨關門危機的消息。

想到自己那份領薪水的工作，因為請假太多早已經岌岌可危保不定能再做幾個朝夕，想到這愧對家人、愧對老闆和同事、愧對自己健康的一年，不禁自問，那麼多的付出得到最嚴酷的回報，是不是該要大聲的說：後悔？

但我問了自己好幾次，確定心中雖然佔有悲痛和遺憾，卻沒有悔。憂精神疾病這個領域的山川人物，悔字

難立。我們的路難行，表示社會對我們的認識與瞭解還很遙遠，我們需要做的事情更多。讓你和我一起來悼念兩位朋友，也一起來幫助心朋友的店繼續發展下去。

❖ 想不到93年裏要這樣沉痛的悼念兩位朋友

【悼庇護商店學員阿京弟弟】

在訓練的第二個星期，他和一位夥伴發生了衝突，開店之初我心中頗有些壓力，談話時間他，他很直接的說，「我已經表現的很有風度，什麼動作也沒做，過去我和朋友們遇到這樣的事，早就把對方打個頭破血流」，很讓人心驚，我再問一句，你覺得如果你是那個被打的人，不知道會是什麼樣的心情？他立刻搖頭，馬上回答「倒楣難過死了，不應該這樣，是不對的」。一個雖然背負著過去許多不好經歷、但是有很強領悟力、很能夠接受別人的關心和善誘的孩子，我覺得放心，他值得獲得機會。

阿京弟弟在店內表現得好傑出，工作賣力、認真、不挑工作，說話幽默有趣，是大家的開心果。是我們的

耐心傾聽—聽他說過去他的哥兒們，把「藥(毒品)」「賞」給他當獎品、他將「獎品」再「賞」給一些國小、國中的好朋友；聽他說自幼離開的母親和壯年時猝死的父親；聽他說自己從小不能讀寫的學習障礙；聽他說自己準備秋天時想要進入高職唸餐飲夜校的理想，希望我們幫忙圓夢—讓他閉店後總還不想離去，而我們也好喜歡每天有他的陪伴。

但是精神疾病這個最讓人討厭的疾病，並不因為一個人進步就不來糾纏，阿京弟弟抱怨又開始難以入睡、越來越睡不著，我們只有一個人力的商店，只能建議他要告訴醫師和醫師討論，知道醫師正在為他換藥……。然後在一個充滿了誤會的夜晚—半夜無法入睡與家人的爭吵、弄壞了家中的電視機、凌晨到提款機領自己的錢卻被巡邏的警察當做小偷……—吞下了整個月藥量的阿京弟弟，清晨倒在爺爺面前。

在台大加護病房，當一位自稱資深的護士堅持我不是家屬不能到他病房探望時，騎了一小時摩托車而且早已去探望過幾次的我，忍不住和那位

護士相互大罵。加護病房掃地的歐巴桑，提醒我一定要戴口罩不要傳病菌給病人，我感恩她真正愛護那躺在床上不得清醒的病人，而那宣稱要按醫院規定非家屬不得探問病情的護士，加劇了我的傷感。如果阿京弟弟的醫師謹慎一點，多多觀察換藥期間、病情又開始起伏的病人，給他開一週而不是一個月的藥量，他不會有這麼多藥可以吞，今天我們還有機會和他說說笑笑。如果我們的店，勞工局不是只給我們一位工作人員薪資的補助，如果我們可以有多一點的人力，或許我們可以陪他去看門診，提醒醫師增加門診的頻率，別讓他手上一次有這麼多藥。也許……也許……，他生命最終的告別式，朋友們可以不要有這麼多淚。

【悼會員阿傑大哥】

認識了好些年的阿傑大哥，一直是那種眷村子弟的性格，可以很有義氣、可以毫不隱晦的批評他所不滿的環境，咬著爲了戒酒而吃上太多檳榔的黑牙，卻仍有一種儒雅的風格。

那一年在康復之友協會的同心會上，他以簡單的兩句話，說出了過去

因為不瞭解精神疾病而對兩位病人兄姐太壞的簡短歉意，我印象深刻。去年，心生活協會成立大會，他睡不著清早鬧著警察局要到一支掃把，六點多鐘就在NGO會館門前清掃落葉，是第一個迎接協會誕生的人。

對於精神疾病越來越多的認識，卻好像反而使阿傑在自己需要精神科協助時，陷入不利的地位。因為他在亂中，仍維持著一些鎮定，因為他能夠和醫師對談、出了院還會向立委告醫院的狀，因為他總穿上洗衣店燙得漿直的衣褲，因為他有好的同仁，即便上班一點事情不做仍維持著「工作」；不知是福是禍，這麼一些「好」的幫助，卻讓這兩年狀況越來越糟的他，沒有辦法「吸引」國軍北投醫院和市立療養院這兩大台北市緊急醫療中心，幫他的忙。

一家醫院不樂意被告，將他列入急診與病房的「不歡迎戶」，一家醫院總以就是酒癮醒了就好來看待他。不論是他自己感覺不對自願要住院，還是他因為攜帶刀械、在家中開瓦斯、與人鬥毆……被警察或里長強制送去醫院，總是隔夜或者幾天後就又回到街上。醫院只願意看過去的酒癮病歷，卻不能夠理解到他日益嚴重的妄想與幻覺病情。

這兩年，我越來越為他感到焦急，卻沒有餘力幫忙。終於他點頭、八里療養院也願意要安排他急性住院一陣子，似乎就可以開始好好治療了，卻驗出紅血球太低、繼之驗出罹患了肺結核，只能住進綜合醫院醫身體的病；等出了內科病房，如同以往，需要幫忙的他又離精神科的協助太遠了。

幾天找不到人後，水裏打撈上他。

還是太多的如果、太多的也許，如果能有人領政府的薪水，來關心他，幫他協調醫院，幫他在肺結核病房出院後轉入精神科病房，或者為獨居的他送餐調養加上主動到宅服務的精神醫療，四十多歲的他，也許還能



夠來參加我們今年的會員大會。

在第二殯儀館社會局辦理的共同公祭場所中，我們依時九點抵達，阿傑的遺像居然已經被撤調、團體十幾位阿姨來送他最後一程，社會局卻沒有開放登記公祭，只有那位阿傑不認識的長官行禮如儀，大家只能袖手旁觀徒呼負負。最弱勢的人，在生命的最後一程盡還是那樣的弱勢。阿傑的最後一程，我們依然沒幫上一點忙，只有遺憾和喟嘆。

.....

這樣的人生是太複雜太沉重嗎，這是我們關懷精神疾病、貼近消費者的人每天所面對的真實人生。其實政府和社會是可以做點什麼的。但每每我們只聽到衛生署、衛生局空談著自殺防治「中心」，不能夠納入消費者親身經驗的決策，沒有貼近消費者生活的關懷和真正的生活陪伴，再多印製精美的文宣、人事預算和一時的演講課程，也無法挽回什麼、離我們的受害者太遠太遠。

❖ 搶救！心朋友的店需要您持續的捐款贊助

誰都希望自己有份工作。

久病的成年患者普遍欠缺自信，因此比一般人更容易產生壞脾氣，生活中沒有可以期待的事情很容易使患者自暴自棄，喪失了艱苦治療過程中所需要的決心。提供精神障礙者一份他能處理得來的工作，最能夠提昇慢性患者低落的自信，為奮戰疾病的生活帶來良性循環，效用遠大於各種制式安排的復健活動。



協助精神障礙者慢慢的進入工作狀況，幫助他們在「安全」的環境下慢慢學習著去處理工作中與人(同事、顧客)互動所產生的各種矛盾和情緒波動，逐漸看到自己的進步從而產生自信，進而能夠跨出復健重生的步伐，是庇護性商店最大的使命。但是這樣的庇護商店資源，需要場地、人事、水電的成本。

庇護商店這種總合(橫跨)「復健」與「就業」兩種領域的服務提供模式，對人數越來越多的慢性精神障礙者而

言，需要量絕對是越來越大的，但很可惜的是，當政府財政日益困窘時，勞政主管機關聘請的「社會公正人士」評估方案時，越來越以「賺不賺錢的商業眼光」來取代「對精神障礙者有多少幫助」的評估，這樣的賺錢價值觀使得像心朋友的店這樣獲得精神障礙者好評的庇護商店，卻難以獲得審查委員的青睞、無法獲得政府補助款的奧援。

想一想，勞政主管機關要如何宣導雇主聘用精神障礙者？如果拍一支電視廣告可得花上幾十萬元的製作費加上幾百萬元的時段費，而且曇花一現難有效果，心朋友的店是精障者可以在社區中工作的「活廣告」，以事實來向世人證明重大精神疾病患者是可以融入人群就業與康復的，這難道不值得投入成本？想一想，當政府可以為病人在醫院的復健活動給錢時，為什麼不能為病人在社區的就業培育給錢？

想一想，一位重大精神疾病患者的「康復」、「穩定生活」，價值多少？社會上只知道甜心嚴重發作時所帶來的不幸事件，代價太高太高，卻看不到「預防」措

施、看不到幫助甜心過有意義生活這樣寶貴服務的價值高度。醫師搶救病人生命的時候，能考慮成本太高而不去救治嗎？庇護商店給病人就業機會讓他們能夠懷有希望堅強的活下去，不也是在搶救生命嗎？我們再次發現精神疾病的悲哀，因為「看不見」病，所以該要如何去算計成本、衡量效益呢？

回首過去艱辛的一年，既已邁步，我只能懇請大家繼續支持，積沙成塔小額捐款不嫌少，捐款給協會讓心朋友的店能夠繼續經營下去，而且能夠有足夠的輔導人力，拉長營業時間、擴展飲料的外送市場、會議用茶市場，讓商店能夠擴增營業額，使更多的精神障礙者可以受益。盼望社會有足夠的愛讓我們扶持病人的夢想能夠起飛、並且向目的地安全著陸。



家人一起出國，可是訂機票的事往往被家人打點好了。有一陣子，我還注意到安琪的穿著有令人驚艷的效果：色調柔和、款式樸素但不失端莊，臉上也開始薄施胭脂，所佩帶的耳飾也往往有畫龍點睛的巧妙。我好奇地問安琪，她說最近去上美容課，是家人安排的，因為研究室的社交圈比較單純，下班後上一些有興趣的課，可以有比較多的機會認識朋友。從安琪說話的表情，我看見她很喜歡這項新的嘗試。不過，這個生活上的新刺激後來卻成了安琪另一次發病的導火線。

新的生活刺激引發病情變化

那個美容課程其實是一個直銷公司所辦理的，安琪還參加了其他的活動，在某次團體出遊活動過程中，安琪經驗到被其他人排擠的感受。另外還有一些是晚上的活動，往往進行到半夜十一、二點才結束，父母親為此狂call安琪的手機，要她趕快回家，直到安琪進家門才能安心入睡。由於安琪花錢購買直銷公司的一些產品，也導致她和父母之間的衝突。

安琪工作時的笑容不再，且情緒

低落、自信心喪失。初期我並沒有瞭解太多安琪下班後的活動安排，一心想著是研究室人員變動以及工作壓力造成的。其他不知情的助理跟我反應，安琪講話辭不達意，甚至對她有一些不諒解。和安琪做過工作檢討之後，我們做了一些工作上的調整並製作研究室助理手冊，以減少安琪的工作份量、以及與其他研究室人員互動時不必要的困擾。不過這些都無助於問題的改善。就在安琪的媽媽出國期間的某一天早上，我在連續上四節課的下課時間回到辦公室休息，安琪來告訴我，她的幻聽又出現了，晚上幾乎都沒有睡覺。我心裡一驚，但又即刻回想當天早上進辦公室時，安琪還微笑地跟我道早安，我問安琪，早上她應該已經非常不舒服，怎麼還能保持微笑、並且忍耐了好幾個小時才告訴我；安琪說，因為她記得我曾經提醒她要保持笑容。我心裡真是不捨。

為克服病情調整藥物

那天早上正好也是安琪要回精神科門診的日子，我因為還得回教室上課，便提醒安琪務必要向門診醫師報

差，可能是那位醫師要急著離開，他給我的回答有點答非所問。由於當時安琪的語言表達會有辭不達意的問題，直覺告訴我，門診醫師可能沒有完全瞭解安琪的要求、或者無法在有限的門診時間內對安琪的情形有完整的瞭解。我後來跟病房的主治醫師連絡，他馬上簽收住院，不過由於病房滿床，便列在等候名單上。

等候病床時發生自殺事故

在等候住院之前大約一週，安琪其實已經沒有來上班，主要是因為安琪的表現已經無法勝任工作的要求，我即便不說，她也不能接受自己在工作上的表現，那是一種壓力；還有就是藥物的副作用實在太厲害，即便我們很努力不告訴別人，那些明顯的不自主動作還是會告訴這裡進進出出的職能治療學系老師和學生：安琪有精神分裂症。在我的要求下，安琪在家裡休息。

在等候住院期間的那個週末，安

琪去出席大學同學會，她強烈感受到被同學排擠，認為自己過去的為人處事很失敗。隔天晚上，安琪獨自出門，從橋上往下跳。安琪很快被人救起來，還好只是受了皮肉傷。媽媽被警察通知趕到醫院之後，馬上將安琪轉回平時就診的醫院。在急診室，精神科醫師受照會前來，由於當時還是沒有病床，就在清晨讓安琪從急診出院，在急診室的停留時間前後約計4-5個小時。

安琪從急診回家的那天下午，不知情的我撥了通電話到她家，原本只是例行地瞭解一下安琪在家休息的情形，安琪的媽媽在電話那頭告訴我這個意外事件以及就醫的經過，由於安琪在睡覺，我沒有和安琪講到話。那天傍晚，安琪打我的手機，我約她隔天到辦公室來。當我見到安琪時，她的面容愁苦，談話之間還是明顯的感受到危機尚未消除；當下我打了一些電話，由於聯絡不到病房的主治醫師，連總醫師、護理長都接到我的請求電話，不過我們的運氣不好，真的

沒有病床。總醫師好心地在電話上建議我，可以到另一家療養院的急診留觀，等這邊有病床之



後再回來。我的印象中，精神醫療網是有這一道程序，於是就跟安琪和她的媽媽建議去附近的一家療養院急診留觀。安琪當時受到症狀的影響，對媽媽有一些不諒解之處，最後是由我陪安琪過去。那也是我第一次以不是精神醫療專業人員的身分進到這家療養院。

親身經歷急診留關之苦

到了療養院的急診室，掛號處不見有人員在受理掛號，我詢問警衛台內穿著制服的警衛先生：「我們要掛號，但是掛號處沒有人，請問該如何掛號？」這名警衛繼續坐在他的椅子上，舉起一隻手為我們指示方向：「你從這邊走到盡頭，那裡有個牌子，有沒有？右轉、然後再左轉…下樓梯、左轉…到那裡去取號碼牌。」我想我應該沒有智能障礙，但是我真的無法理解這位警衛先生的指示，而我更是第一次聽到所謂急診要取號碼牌的措施。姑且不管怎麼走的問題，我忍不住先問警衛先生，「我們要掛急診，為什麼要取號

碼牌？」警衛先生回答我：「妳們人好好的，掛門診就好了。」就在我還不敢相信我所聽到的答案而啞口無言的時候，一位女警衛從隔壁辦公室走出來，「他們能不能看急診，給裡面的醫師去判斷，我們不需要幫人家做決定。來，妳們從這裡走……」

沒多久，一位年輕的男醫師出來問診，我除了回答安琪與我的關係，其他時候都是由安琪應答，我只是沉默地在一旁聽著。這名醫師的態度相當和善，他的問題大多有切中要點，

也很耐心聆聽和說明。如果要挑問題的話，大概就是會談者「置入性」觀點所可能產生的盲點吧。譬如說，「…你兩天前剛自殺過，一般來講自殺的衝動會明顯降低，你現在還有想要自殺的念頭嗎？」以我對安琪當時狀況的瞭解，她有可能會受到這類問題的引導，所表達的內容不見得代表她自己真正的意思。

問診的最後，醫師問安琪希望醫院提供她什麼樣的幫忙，「我想在這裡靜一靜」。不過，安琪的運氣真的



很不好，那天急診室蠻熱鬧的，安琪並不能如願以償，急診暫留室無法提供給安琪一個可以靜一靜的空間，倒是讓隨後趕到急診室的媽媽嚇得隔天馬上辦出院，寧可回家自己照顧。我自己在陪伴安琪的期間，對於暫留室內所瀰漫的那股氣味感到無法認同；在我的經驗中，那是清潔消毒做的不夠徹底的精神科病房才會有的氣味，很難想像會在這家所謂的精神專科教學醫院見識到這個氣味。

精神醫療網有名無實

在療養院暫留的經驗讓我們瞭解到，一旦病患決定到病房接受治療，就必須接受整個「療程」，並不像我們原來以為可以在原來的醫院有病床時就隨時回來，療養院並不是一個緩衝的中繼站。這讓我很好奇到底我們的精神醫療網還存不存在，醫療網的設計是要讓精神醫療資源能被妥善的運用，但是看起來不同醫院的人員有不同的認知，至少我的大學附設醫院的總醫師、病房團隊的同事們都以為精神醫療網是存在的，事後他們都沒有辦法解答我的疑惑。

安琪從療養院回家的第五天、也就是自殺事件後的第八天，她終於住進了我們的精神科病房。那天中午，我去病房探視，安琪從寬敞、色調柔和、有著安靜療養氣氛的病房那頭走來，臉上堆滿了笑容，我問她怎麼沒在自己的病房休息，「我去別的病房跟人聊天，聽到老師來了才趕快過來」，「你才進來三個小時，就已經交到新朋友了？」「對阿，對阿…」安琪臉上的笑容更燦爛了。看到安琪放鬆的樣子，我感到非常欣慰，安琪說還是回到平常看病的醫院，比較有熟悉的感覺。

安琪住院後沒多久，我見到她的住院醫師，談話期間安琪的醫師一度跟我提到，他覺得安琪和其他病人比起來已經好很多了，這一說讓我心裡想：「完了，完了，這個醫師是看不見安琪的真正問題的。」果真，安琪很快就開始參加OT活動，接著她的醫師便要求是否可以讓安琪在白天回到研究室工作，因為醫師認為安琪的症狀已經完全穩定下來了，但是他們不確定工作能力是否已經恢復，所以希望回來試試看。我答應了，但是很快

地我又去見安琪的醫師，跟他報告安琪尚無法承受工作上所涉及的壓力，我建議先做半天就好；我也跟醫師提醒，正常的職場對於藥物治療所造成的副作用的容忍度不高，希望他們能在安琪的不自主動作部分再多關照。

住院四個星期之後，安琪出院了，正如精神科醫師說的，她的症狀得到改善，同事們注意到她變得會關心別人、和大家比較有話說，臉上比較有笑容。不過她現在還是維持半天上班，工作效率還是沒有恢復，她的手仍有不自主動作，站立時仍會踏步。安琪的主治醫師在她出院之前向我保證，會繼續在門診處理不自主動作的問題。

有一天，安琪問我，她未來想出國念職能治療，問我覺得可能嗎？她告訴我，她也想要像職能治療師那樣幫助有和她相同問題的人。我告訴她，以我認識的安琪，那是可能的；不過那會是一條很辛苦的道路，一般人出國留學就可以很辛苦，對生過病的人來說可能會更辛苦。她說她先要努力做好和媽媽溝通想法、和老師溝通，這樣出國唸書遇到問題時，才不

會不敢表達；她還要學自己煮飯燒菜，因為窮留學生可能負擔不起餐餐吃外面…

成為精神分裂症病患的雇主，讓我有機會更深入反省精神病患之職業復健的相關議題，如雇主可能會遭遇的問題、就業輔導者需要關切的議題等；它也讓我有機會從另一種角度、也就是服務接受者的角度去檢視我的精神醫療同事們所提供的服務，宛如上了寶貴的一課。以下將截至目前為止的學習心得，依所涉及的人員或領域分類，供大家參考。



病患部分

1. 如果你希望被人當作一般正常人對待，最好你也能付出對等的努力，不要以生病作為表現不佳的藉口。
2. 疾病的復發會帶來能力上的不可逆的耗損，你需要學會如何自我偵測症狀的變化、以及在哪些生活情境的改變下會有變化，並且及早尋求協助。為了維持工作而硬撐，並不會免除復發、甚至會讓你付出慘痛的代價。安琪是一位很認真、很積極上進的員工，

這次的復發雖然在住院之後很快改善了精神症狀，她的工作能力卻沒有以相同的速度恢復。

3. 如果沒有必要，不要告訴所有的同事你有精神疾病；但是對於在工作上會和你有密切互動的同事，最好能夠在適當的時機讓他知道，以免造成工作上不必要的誤會或困擾。
4. 如果最近你的醫師將你平常服用的藥物做了改變，如調藥、改藥等，除了要問清楚可能會有的副作用和需要注意的事項，你需要注意是否對工作表現造成影響，如有影響，儘快回門診尋求協助，不要等到原來預約的時間才去。安琪覺得康復之友聯盟出的那本精神藥物百科很有幫助。
5. 不是只有發病的病人才需要住院，如果你最近的情況不穩定，可以向你的門診醫師要求住院，以便對可能的疾病惡化做早期的預防，這時候你可能只需要向公司請幾天假；如果你不理會它，你有可能會需要離職接受治療了。
6. 這個社會可能讓精神病患的就業

之路十分坎坷，如果你覺得這個社會很可怕、對病患不公平，建議你也想想社會上的其他弱勢族群，如原住民、肢障者、婦女，與其抱怨社會不公平，把這些精神花在提升自己的競爭力，可能更有建設性。

家屬部分

1. 如果你經常覺得家中的病人不能把事做好，因而凡事幫他代勞，他就沒有機會發覺自己的潛能。在幾個他容易忽略或出錯的地方，給他提醒或幫他注意，他會感受到完成任務的成就感，你也會比較輕鬆。
2. 生活上的新刺激如建議病患去參加社團或教會、你自己出國、讓病患去出席同學會等，都有可能給病人帶來壓力，不要輕忽這些壓力，它們可能導致另一次的發病。如果可能，在帶入這些新刺激之前做好規劃(如做好萬全準備包括疾病復發的處理、幫病人做心理準備、和相關的行為規範等)，過程之中也要隨時觀察病人

的壓力反應。

3. 與病人保持溝通很重要，鬧僵了無助於問題的解決。
4. 如果家中的病人開始工作，並不表示他已經獲得疾病的終身免疫力，他有可能因為工作和生活上的壓力而變不好。你的支持和瞭解會是他最佳的後盾。
5. 如果家中的病人有工作上的收入，而你注意到他的金錢花用情形有問題並且想制止問題的擴大，你需要小心拿捏這個導正的過程，不要讓他覺得你在干預他使用所賺得的錢，否則可能會影響到他的工作動機或情緒。
6. 在我的經驗中，安琪不是典型的精神分裂症病患，她不像多數病患那樣在病程中出現畏縮或懶散的情形。安琪的媽媽的積極與活力，給了安琪最好的示範。

精神醫療與專業人員部分

1. 藥物的副作用在一般職場的容忍度很低，可以對接受職業復健的病患帶來很大的殺傷力。我的意思不是不要調整藥物，而是藥物

調整對於病患所帶來的影響如容易嗜睡、不自主動作等，往往無法見容於職場中，因為可能會使病患表現失常而被認出是精神病患、帶來危險、甚至被解僱。**如果有需要調整藥物，請給予工作中的病患更密切的觀察。**

2. 如果你只能以有限的門診時間來瞭解工作中的病患的近況，並且據以開立處方，當病患的雇主或輔導員向您抱怨或告訴您一些警訊時，不要忽略這些訊息的重要性，因為那是他們與病患密切互動的觀察結果。
3. 一位精神病患因為自殺而送到急診室，4-5小時的暫留處置可能是不夠的。
4. 精神科急診應該提供「安靜」的空間給有需要的病患，應該具備對安靜、但是有自殺危機的病患的處置環境。



5. 不同精神醫療機構對於精神醫療網的功能有不同的認知，看起來有的病患和家屬還是希望能在熟悉的醫院接受治療，而環境往往也在治療過程中扮演重要的角色，因此我們去的那家療養院的作法似乎未能顧慮到病患與家屬的需要，其原因我到目前仍然無解。
6. 我很感謝這次安琪復發住院時我的病房同事們對於安琪的協助，也讓我有機會跟我的同事們講，這裡真的有很優質的服務。不過，在安琪自殺事件之後，我需要花費八天的時間才能為安琪找到一個床位，難道這是接受優質的精神醫療服務所需要付出的代價？
7. 應該落實精神醫療機構病房內之清潔消毒的稽查工作，以免讓精神科病房成為院內感染管控的死角。
8. 有效且有效率的藥物治療與副作用消除是職業復健的基礎。
9. 精神醫療專業人員有必要強化職業復健與其服務間之關聯的繼續教育，住院醫師的訓練尤其要糾正「將精神症狀抽離個體和情境」方式的臨床推理，而要強化其對精神症狀在職業復健之樣貌的敏感度。
10. 目前的精神醫療服務仍然遵循著醫療模式，專業人員的思維並沒有隨著身心障礙者保護法及職業復健等相關措施的落實而做必要的修正，這樣的問題反應在門診醫師無法敏感地偵測到就業中病患的問題(病患的工作表現已經出現明顯落差而沒有採取積極治療、藥物調整期間仍然預約四星期後才回來門診等)；年輕的住院醫師在自殺危機處置的訓練明顯不足(問診時會有「置入式」觀點、對於剛自殺過的病人仍然認為和別的病人比起來已經好很多了)；將病患安置到社區就業後便沒有症狀變化的通報系統，更不會有因應症狀變化的介入處置、以及當病患需要住院接受密集照護時的程序。這些都顯示精神醫療服務仍以服務提供者為中心，正好與「以病患為中心」的服務觀點背道而馳。

職業復健部分／給雇主的建議

1. 我因為同時具有職能治療師的背

景以及雇主的身分，可以在安琪的工作過程中給予適時的鼓勵和工作上的調整；對於絕大部分不具備專業背景的雇主，由專業人員提供持續的溝通、支持與輔導，是有必要的。因此，讓這些雇主也能認同他將需要花費時間與專業人員保持聯繫，是接納精神病患進入職場過程中很重要的一環。

2. 此外，不具專業背景的雇主對於病患很可能在疾病復發的初期就無法再接納病患，更不可能像我這樣介入病患與家人的互動問題、或是陪伴就醫，這些角色都需要由職業復健的專業人員來扮演，否則，沒有適當介入的結果很可能會嚇跑這些雇主，以後不敢再僱用精神病患。
3. 雇主需要認知到病患有可能會因為治療的需要而請假，雇主需要在請假規定上給予必要的彈性、甚至自行吸收成本。這也是在開拓精神病患就業市場所需要克服的問題。
4. 病人在工作上的表現除了可以受

到職場相關因素的影響，如工作壓力、同事間的人際互動問題等，還可能受到其他生活因素與疾病相關因素的影響，如與家人的關係、生活情境的改變、藥物的調整等。將病患及其情境做切割、而只關心他在職場的這塊，對成功的職業復健來說是不夠的。

5. 職業復健是一門複雜的學問，無法以直線式的思考去瞭解或提供介入處置；相反的，職業復健宜採取全人觀點，對於影響工作表現的相關因素抽絲剝繭，給予必要的評估與介入，方能達到最佳的成效。
6. 我與安琪的經驗讓我也有機會檢視目前有關職業復健的一些實證醫學研究的謬誤，這些研究的問題絕大部分是採用了很值得商榷的職業復健成效指標：病患在就業安置之後可以在職場的工作時間有多久、每週工作的小時數、收入多少錢；至於病患的主觀感受則完全不在這類實證研究中被探討，如自信心是否有提升、是

否覺得在職場上受到尊重、是否每天早上起床都很期待去工作等等。另外，這類研究也都制式地採用三個月、六個月、十二個月、十八個月作為收集成效資料的時程，安琪在工作的第十八個月仍然在職，但是她在這之後仍然經歷了疾病的復發。還有，這些研究實證往往沒有提供參與研究之病患在整體病患族群的能力排名，因而無法得知那些聲稱有效的職業復健方案是否只是提供一個管道給能力較好、但沒有機會就業的病患去就業，而對能力稍差的病患的職業復健仍然沒有解套？職業復健是一種對「人」的服務，冰冷的科學實證往往需要搭配研究者的人文關懷、以及對「人」的尊重，才能對研究



現象獲致適切的瞭解；而社會大眾也需要體認到科學數據不必然是真理，照單全收可能受到誤導。

7. 我認為職業復健領域需要具備進階資格的专业人員，才能對此過

程中複雜交錯的問題現象做有效的處置，但目前在作法上卻是以半專業、甚至是非專業的人員來執行這項理應很深澳的服務，這除了容易對這些人員帶來不可承受的負荷、也會對病患的職業復健成效帶來直接的衝擊，甚至是付出更大的醫療與社會成本來善後不適切的服務。提供精神病患職業復健的服務，是在「做對的事(do the right thing)」，不過，「將對的事做對(do the right thing right)」是病患的權益、也是政府相關部門以及專業人員共同的挑戰。

不教「屎臭」擾寸心

作者：芬

(轉載自94年1月29日中國時報浮世繪版)

七月裏艷陽高照，我和外子應邀去卡拉OK，差幾步就到目的地，他忽然轉過身來說「我想大便！」「憋得住嗎？」搖頭，Oh My God！

四周盡是辦公大樓，到哪兒找方便之處？突然瞥見有個缺口，停了三五部車裏面雜草叢生，我拉著丈夫急忙鑽了進去，抓出皮包的廣告紙鋪在地上，他剛站定「屎」就像濃粥稀哩嘩啦流了出來，溢濕了長褲順著大腿直奔地面……

外子二十七歲那年得了精神分裂症，幻聽、幻想不時騷擾著令他痛苦不堪，現在老了又罹患巴金森氏症，肢體逐漸僵硬，腸子蠕動緩慢，便秘嚴重，服藥三天仍無效，誰知竟在此時此刻通了！

約會地點在松江路巷口一間卡拉OK店，是大姐和朋友聚會，邀我們同來歡樂一下。十二點半了，姐姐在

包廂裏左等右等卻不見人影，她沒想到此刻我們兩老，在火辣辣的太陽下，一個滿身臭屎站在原地動彈不得，一個汗流浹背手足無措。

打開皮包只翻得出兩小包面紙、兩條小手帕，我用這四件東西一張張一片片翻過來又反過去，擦！擦！擦了又擦，抹了又抹，怎麼擦怎麼抹，那褲後的黃漬！那滿身的臭依然存在，心裏懊惱著想——招計程車回家吧！並盤算著如何說服司機，以免遭到拒載。

「姐！我不能去了，阿磊憋不住拉了一身屎，我們要坐計程車回家了！」我打電話告訴姐姐。話剛說完忽然想到——我們清早起床梳妝打扮搭捷運轉公車折騰了半天原是來「找樂子」的，怎麼竟被「一泡屎」封殺出局！？念到他罹病多年，朋友逐漸遠離，退休後巴金森氏症又迎面而來



一吞嚥困難、手抖無力，吃飯洗澡都要仰賴他人，終日裏只能與書為伍，幸好腿勁仍在。姐姐盛情邀約正可以藉機出門透透氣……豈料卻落得半途折返的下場……不甘！不甘！真是十二萬分的不甘願啊！

「這附近買得到褲子嗎？」我靈光乍現蹦出一句。老姐和朋友三步併作兩步跑出來積極的張羅著，五分鐘後

拎著一袋褲子回來。

在卡拉OK的盥洗室，褪去他沾滿穢物的褲子，上沖下洗，左搓右揉，清理得像什麼事都沒發生過。換上乾淨的衣裳欣喜的走入包廂，老伴那僵硬的臉上竟展露出難得的笑容。

點幾條拿手的歌，痛快的唱了一下午，我唱得那麼盡興，好像在為自己慶功，慶賀我打了一場仗，戰勝了「屎」。



保有這個溫暖的家

作者：黃怡翔心理師



■ 93年9月黃怡翔心理師授課。

台北市心生活協會的休閒小站，是一個由許多志工拿出愛心，勇氣，關懷弱勢，和毅力等精神，而產生的努力成果。

當初我以志工身分參與他們的『可行性討論會』時，（當時連籌備會都還談不上），記得因為困難重重，多數發言者皆認為沒有足夠的人力物力，可以讓這家具創意的庇護型職訓商店成功。

但是，在金林理事長的發願，和協助甜心(心理疾病復健者)的堅定意志感動下，她引發了許多有大愛的志工媽媽，願意一起來執行這個史無前例的創舉——一個沒有太多資源的新創協會，直接以社區小店面型式，提供精障朋友有一個就業輔導機構，及一個面對人群，培養自信的場所。

看著這家店從無到有，心中受到很多啓發。我曾經到店裡面去為會員和家屬演講過人際溝通技巧，也邀請專業志工為協會會員提供免費的心理會談服務。看著這一個小小的溫馨場地，成為精障者家屬溝通照護經驗，互相提供情緒支持的地方。從邀請志工專家協助，為甜心舉辦出遊活動，及透過職業訓練，建立精障者的自信心，心生活協會在短短時間做出了傲人的成績。

接到今年補助將不再繼續的消息，令人感到十分遺憾。我實在很難想像，屬於納稅人資產的政府經費補助，如果不是給這樣一個有愛心，的

確需要協助，且已經克服萬難作出成績的弱勢社群協會，那是要給誰呢？金林理事長及志工媽媽們，對於邀請精神心理衛生專業志工們來參與並向他們學習相關專業，一向是不遺餘力。也就是說，她們已經在有限的資源中盡了最大努力。

深切期盼休閒小站可以因為本事件得到關注，爭取到社會各界更多的支持，渡過這一次可能關門的危機，讓精障朋友及其家屬能夠保有這個溫暖，且正上軌道提供具體訓練和協助的『家』。



心朋友的心志互

作者：SEAN LAI

在還沒加入心生活協會當義工時，我總覺得面對病友以及他們的家人會是我畢業後，正式加入臨床界工作時才會遇到的，不過這一切都在去年十月時有了變化。在短短的兩個月內，我每個星期五下午都會到休閒好茶去作義工，我最主要的工作是與病友的家屬聊一聊，聽聽他們這一週所遇到的事情，一些有關於他們自己以及他們親人間的互動。在這個過程中，讓我重新體驗到家人間的羈絆是

如此偉大，而付出是如此的多。

在休閒好茶，我看到的是一群家人，爲了他們的親屬做最大的努力，希望給予他們多一個回到社會的機會，不要讓他們只能在家中或是在醫院中渡過他們的生活，同時也讓病友的家屬們有一個可以互相扶持的地方。也許這樣的投資是永遠沒有回收的機會，不過換個角度想，當這樣一個場所出現的時候，我們的社會也就出現了另一個溫暖的角落。

不論是你、是我、是他、是什麼樣的背景，讓我們一起來做心朋友



商店夥伴和前後兩任勞苦功高的就輔員。

我是重大精神疾病患者
我在心朋友的店工作
歡迎光臨
心朋友的店

基隆路二段79巷1弄1號
休閒好茶 吳興店
電話：2737-4279
創始於1987年3224
社團法人台北市心生活協會



就在會訊出版的同時，身心障礙者就業基金的委員再次否決了補助案的申覆，
若沒有您的幫助，心朋友的店即將走入歷史。

商店歡迎光臨：

(心朋友的店；加盟 休閒好茶 吳興店)

營業時間：週一到週五 上午十時到下午六時 2737-4279

販售：冷熱飲料、厚片、鬆餅、影印服務

地址：台北市基隆路二段79巷1弄1號

(合作金庫後面、三興國小旁)

搶救心朋友的店

請您用行動與捐款

遏止社會上對精神疾病患者與家屬的偏見與歧視

讓台北市跟上世界

給精神障礙族群資源

幫助他們，才能夠真正防範因病產生的嚴重事故

讓施者有福・讓受者安樂

敬邀您一起加入搶救「心朋友的店」行列

心朋友的店：是一間在社區中的商店，由症狀慢性化的重大精神疾病患者，直接為社區民眾提供飲料調理(茶品、咖啡、健康飲料)與輕食(厚片、鬆餅)製作服務，是一間以精神障礙者就業輔導與就業安置為宗旨的庇護商店。

庇護商店的意義：精神障礙者邁向康復、走向就業之路前的中繼站、或者是作為難以回歸正式職場競爭的精神障礙者就業安置的場所。給精神障礙者社區工作的機會，是破除精神疾病污名化最有效的社會教育宣導方式。

危機：勞工局身心障礙者就業基會93年度的審查委員給心生活協會一個機會，透過基金補助一百多萬，協會自募捐款一百多萬，共二百多萬元的經費，我們完成室內裝修與設備採購創新成立了一家社區商店，並且營業半年成功的輔導了超過勞工局輔導人數標準的學員在商店工作、推介就業，更成功的融入社區沒有遇到社區民眾的抗爭。但是94年度的審查委員，卻看不到精神服務社區化的價值，只在乎商店的盈虧。委員寧願補給醫院庇護商店2名、3名的人事費，寧願給離直接就業更遠的職前方案4名人事費，卻不願意給心朋友的店一毛錢。

93.11.27.第二次會員大會

心朋友的店學員致詞講稿

各位先生、女士，大家好：

我是在心朋友的店工作的○○。

我們現在工作得很好，也相處得融洽，只是生意還差一點。

今天代表店裡的全體人員，來說一聲謝謝。謝謝大家捐款，給我們一個機會，能夠實際操作一家店，有一份工作，有成長和學習的機會。

謝謝大家，謝謝。

(註：講稿由學員們集思廣義共同完成，推派代表一名致詞)

心朋友的店 學員的進步軌跡

作者：瑞芬

在這一個月以來，我在好茶不管做得是好是壞，我發現我的個性、待人都在成長。我告訴妳：我每天早上起床，心裡就有方向---就是我有工作，所以我早起；我有希望，只要一踏進好茶心店，我就自覺自己是與正常人在爭。

因為我會烤厚片、鬆餅，煮珍珠，做打掃工作，我把一切鑽牛角尖的幻想、幻聽都不知道丟到哪兒去了！我對我的工作夥伴沒有猜忌，像個白紙般的毫無保留的，想說什麼就笑哈哈的表達出來。我也會在我的言行舉止上加上逗點、句點，使自己更精進。

不要忘了，要鼓勵弟弟試著走出自己的任性，不要忘了我對你講的「鯉魚躍龍門」的事。在這十幾年的病，弟弟應該在這時勇敢的躍過，不論你的情緒、頭腦，還是你笨笨的，我們都必須在外表表現得乖乖的、聰明的。

瑞芬姐我生病吃了二十幾年的藥，我可是過來人。對了！我現在要展現的就是這一句名言，也就是「不經一事，不長一智」與你共勉。你就拿你十年前發病的場景，當作是不長進的經驗吧！怎樣忘掉所有不快樂，跟著理事長金林妹妹一起迎向所有美好的事物吧！笑一個吧！最後謝謝店長為我們盡力。



對心朋友的店的感想

作者：舒文（93年12月11日）

【本文作者係陽明大學衛生福利研究所的研究生，93年10月起有時間的時候，她會到店裏來幫忙，是心朋友的店很感恩的志工。】

第一次踏入這個店，我有一點不知是否走錯地方，這裡真的是一個精神病友的庇護商店嗎？它像極了一個社區裡的美美的溫馨的小店，不僅店的感覺比起Starbucks更有味道，在這一家店喝上一杯濃濃的咖啡更是讓人感到一整天神清氣爽。我看到櫃檯裡有穿著t-shirt制服的工作人員，他們為客人點的每一杯飲料精心調製，多少水，多少糖，如何打出好喝的奶泡等等，再恭敬的為客人送到桌前，客人臨走前大家一起有精神的喊謝謝光臨，雖然這一杯飲料沒有跨國企業賣的如此昂貴，但他有的是滿滿的用心且多了每一位復健者的期待。



這是我第一次進來的感受，後來常常在店裡幫忙之後，與店裡的工作人員有了比較多接觸，和復健中的病友談話，他們常常說到自己之前在別的職場的工作經驗，因為服藥副作用或是其他因素，他們的動作跟不上老闆的要求，或是記不清楚指令，或是不敢讓職場知道他生病的事情，所以在工作時小心翼翼，壓力很大，沒有支持與多一份寬容，但是他們常說，來到這裡以後，他們從最基本的打掃學起，到調製飲料，到面對客人，這一連串的訓練中，除了學習到工作的技巧外，這個庇護商店給他們的不只是一份工作，不只是一種技巧的培訓，在這個社區化的商店裡，沒有一般職場老闆的壓力，沒有醫院的白牆壁，刺鼻的藥水味，這裡的環境與人給他們的是一種支持，還有與社區融合的工作經驗，甚至有一位病友的媽

媽也說過，我看過很多地方，我希望我的兒子可以在這裡。

在跟大家相處的過程，我體會到由家屬團體經營的庇護職場，它的設計比起專業人員形成的庇護或是支持性職場更貼近病友的需求，除了工作上的訓練，我看到很重要的是一個權力較平等的關係，在我以前的經驗裡，看到有些庇護職場的專業人員就像一個監控病患的店長，但是在這裡我體驗到的是一種權力平等的關係，有的是協助和討論、學習，而不是命令、指示，在這裡病友不僅感受到自己不會因為患病而整個「人」就不見了，他可以自由的表達自己的想法，像最近聖誕節快到了，有一次去店裡，就有2、3個病友跟我說，他們聖誕節準備要好好的把店裡裝扮一番，

而且大家都很興奮，覺得這個點子可以為店裡帶來更多生氣，過幾天我在到店裡，發現彩帶、聖誕小樹、透明球都已經掛上，整個店的感覺好極了，而且大家都很開心，我看到了他們的自主性以及行動力，看著透明球在天花板上，我突然覺得真正的社區化，病人的賦權不就是如此嗎？

到底專業可以為病友作什麼？是將他們不斷的送回醫院？還是假裝將他們的病隱形，送回社區，社區裡什麼都沒有，連一個提供病友有問題時可以去的場所都沒有，有的只是充斥著醫療思維的醫院或是衛生所，如果我們的社區裡有提供病友復健的職場，讓病友在回到一般性職場前可以先作暖身，同時也是一個提供支持互助的地方，如果我們的社區有更貼近病

友聲音的服務，病友不會再度被以復健為名，實則是另一種包著糖衣的控制。

誰可以提供服務？這個問題應該從消費這個服務的付費者看起，到底病友或是家屬他們需要什



麼？這個問題應該由他們來回答。評鑑所有的服務方案，我想最好的委員是這一群消費者，他們身在其中，就像每一餐飯輪流去不同家吃，總會比出一家料好實在



■ 商店夥伴和理監事志工尾牙火鍋聚餐。

的，而這一家重要的是它符合吃得的人口味。我們現在的精障服務符合消費者的口味嗎？由家屬團體辦的庇護商店，和所謂的專業辦的庇護職場服務，到底誰符合口味？決定的應該是消費者而不是坐在辦公室裡的「公正人士」，若是政府有錢願意做事，錢就應該灑在真正提供適合服務的方案，而目前補助的方案多是由醫療院所提供的庇護方案，事實上經由這樣的補助，病人又被留在醫院裡，而沒有機會在社區裡接受復健，我們精神疾病的復健之路透過這樣的補助，開始開倒車！美社區復健之名行機構化之實！

我又想起正常化、社區化等等的概念，不禁要感嘆了起來，政府可以

放下身段聽聽病友家屬的殷殷期盼嗎？在衛生系統專業主義的盛行下，信任專業為所有官員的經常性思維，但是檢視所提供的服務時，有誰聽到消費者的聲音？我不禁要懷疑，他們是否擔心家屬作的太好而搶去專業的風采，所以決定斷送病友的權益，將專業繼續無止盡的放大？我也要說，我並不是說專業不好，但是當一切的檢視從這個角度出發時，就會將許多草根、有創意、貼近服務對象的方案終結，讓一叢好不容易才從夾縫中冒出頭的嫩芽，馬上夭折，這不是我們這個進步的社會樂見的，我誠心的希望，精神病友以及家屬的權益可以伸張，更多人看到他們的需要，更多資源支持他們繼續生長，長出自己的面貌。

心朋友的店成立緣起

- ◎ 社團法人台北市心生活協會是一個由精神疾病的患者、家屬與照顧者所共同發起的公益團體，成立於92年7月。發起人多數都在民間團體或醫院中，擔任關懷精神疾病患者與家屬的志工多年，我們切身經歷著精神疾病的磨難、深刻的體會到沒有人協助精神障礙族群(患者與家屬)的苦痛與無奈，本著自己曾經走過或者盼望能夠走出疾病陰霾的心念，退無可退只有堅強面對，懷抱著滋潤小愛+凝聚大愛的精神，在萬難之中成立一個公益組織，希望能夠自助而後助人，透過直接服務以及權益倡導，來幫助精神疾病的患者(本會稱為「甜心」)和他們的親友，渡過低潮跨越難關，和一般人一樣能夠過著有歡笑有品質的生活。
- ◎ 心生活協會在近世貿的住商混合區，找到一個合適的場地，向台北市政府勞工局管轄的「身心障礙者就業基金」提出補助申請，希望

能夠成立像喜憨兒烘培坊這樣的社區商店，直接為精神障礙者創造在社區中就業的機會。很感恩台北市政府身心障礙者就業基金去年度核准補助我們93年度開設和營運商店所需要的部分經費，讓我們有機緣成立一個具有指標意義，真正協助中度與重度精神障礙者在社區中工作的庇護商店。

- ◎ 擇定以加盟連鎖飲料業作為精神

☆選擇連鎖飲料店為服務業種的原因

障礙者庇護商店業種的理由為：

- ◇ 考量精神障礙者受疾病影響到工作功能的重要特徵是：不容易集中注意力、記性較差、不適合過於精細的工作等。飲料調理產品複雜性不會太高但又能有社區市場，而且所用的器材設備遠離油煙、瓦斯、少用刀剪器具，這種「有點難又不會太難」而且「工安上相對安全」的行業，最適合精神障礙者跨出就業嘗試的步伐。



■ 東吳社工系萬心蕊老師帶來基隆的朋友們。

- ◇ 透過加盟可以達成有利目標：
 1. 在短期間內成功開辦商店、
 2. 產品有一定的品牌形象沖淡民眾對於精神障礙者的擔心、
 3. 保障進貨品質和作業流程的健康與安全。

☆ 93年度補助經費不足，但會員們奔走募款萬難中設立了商店

93年度的補助，因為我們是第一次提出申請，經驗不足過於匆忙，人事經費和硬體設施設備經費的申請有書寫的錯誤和不足之處，所以雖然93年度內勞工局身心障礙者就業基金補助了租金與一名社工員的薪資，但是開設新店的硬體部分，28萬元的補助款相較於120萬左右的硬體需求，相差很遠，幸賴93年度內協會會員、理監事等，出錢出力並向各自的親朋好友們籌募，終於能夠在艱難中成立了一個真正屬於精神障礙者社區就業的商店。

☆ 心朋友的店做到了

- ◎ 心朋友的店如期開辦嘉惠精障者，我們的成果：
 - ◇ 二月一日開始執行，前五個月洽定加盟廠商、完成合約議價、完成資本門的裝修建設與設備購置(借用)、發出招募訊息、評選學員，如期在6月正式開店。
 - ◇ 93年度雖然只獲得就業基金一名工作人員的補助，但是就業輔導員、理事長、志工們非常的用心經營與支持，從六月開店至十一月底止，實際來店受訓學員共15位，實際聘用領薪者共9位，平均每月在店工作學員為7位。本店第一年度辦理，開店僅半年(前半年為籌設與招募期)，學員培訓比率已達1：15、聘用比率為1：9、同一工作日受益學員平均為1：7，超過勞工局的受益學員標準(勞工局早期對於精障者的輔導比率，訂為1：4，這兩年提高為1：6)。
 - ◇ 協助精神障礙者的最高成效價

值，就在於幫助他們回歸社區，此乃普世所公認。心朋友的店，做到了讓中度與重度的精神分裂症患者在社區中工作，不需要勞工局官員勞駕、不需要警衛駐守，我們成功的進駐社區，獲得社區民眾的認可與接受，對於破除民眾對於精神疾病的歧視與偏見，有非常正面的意義與價值。

☆心生活協會的辛苦努力與良好成績94年度卻無法獲得一毛錢的補助

- ◎ 現今社會中有多少人願意為精神障礙者直接創造就業的機會？有什麼地方願意不斷包容這些心靈受創的朋友？心朋友的店即是為此理念而生！我們希望透過良好的商業經營和足夠的情緒與心理支持，協助精神障礙者提昇工作穩定度，回饋社區成為生產者。卻萬萬沒想到在我們打破社會對於患者污名化的誤解時，卻居然破除不了勞工局身心障礙者就業基金94年度審查委員對於患者家

屬的歧視與偏見。

- ◎ 就業基金94年審查委員否決本案的理由是：『執行單位未有完備服務專業團隊支持，對於個案之服務亦難有執行效益。執行單位屬性偏向家屬服務系統，建議可朝向社會宣導、支持服務、家屬教育方向發展』這樣的說法令人難以信服因為：1.病人在不同階段需要的專業協助不同，社區就業並不需要住院時的醫療團隊，本店的社工師台大畢業並有許多專業顧問可提供諮詢服務。2.本店輔導的學員比率已經超過勞工局所規定的標準。3.我們在社區開立商店就是在做社會宣導、家屬教育。在日本絕大多數的患者作業所都是家屬團體所成立的。

☆我們亟需經費支付租金與薪資，穩住基業，再尋求其他政府補助管道

- ◎ 聽到商店可能要關門了，對店內學員的打擊很大，人心浮動，幾位學員紛紛外出「尋找工作」，更牽動著店內學員的情緒。身為患

者與家屬共組的消費者團體，我們永遠祝福甜心(我們對患者的稱呼)們找到適合的工作發揮所長，可是如果他們還沒準備好，就讓他們在一般職場上經歷著一次又一次的挫折，會更加深雇主與一般社會人士的歧視與汗蟻，更是甜心們心中一次又一次的傷。

- ◎ 在會訊出刊的同時，我們聽到審查委員再次駁回94年度補助案的訴願復審，雖然我們另外向勞委會提出補助案的申請，但是勞工局係用同一批委員做初審，結果

難以樂觀。

☆歡迎志工來協助店務，固守這可遇不可求的社區聚點

- ◎ 目前租金加上社工師薪資等我們需要一年一百萬元左右的經費，向民間勸募或許太難太難，沒有穩定的承諾，熟練的學員陸續求去，這好不容易打下的社區基礎，我們無力獨自守護。誠摯邀請高中職大專院校學生來做志工或工讀，學調理飲料、店務幫助我們固守這一方天地，等待95年度補助款的春天。

精神病患是我們的甜心
請協助我們為他爭取機會

劃撥帳號：19793224 社團法人台北市心生活協會
e-mail: heart.life@msa.hinet.net
不論你我他，一起來作關心精神健康的心朋友

我們做到了

中度與重度的精神分裂症患者，
在社區中工作
直接服務顧客，真正融入社區
以事實化解對於病人的污名與誤解
但是身心障礙者就業基金94年度卻不能夠繼續給予我們補助
當我們在93年就業基金補助不足的情況下
勸募社會資源相對投入半數資金
政府與民間一起將近兩百萬元的花費
創造了一個接納精神障礙者的社區典範
政府的補助忽然中斷，將讓一年的努力付諸東流
心朋友的店倒了
社會對精神疾病患者與家屬的歧視與誤解將坐大
如果您覺得應該給精神障礙者機會
如果您了解給精神障礙者工作可以協助他們控制病情
如果您知道精神障礙者服藥之外，更需要復健回復功能
如果您認同給精神障礙者資源幫助他們克服障礙過正常生活
那麼
請贊助資金
幫助我們度過這一個沒有補助款的嚴峻年度
支撐心朋友的店活下去
活下去我們才有希望，精神障礙者才有機會

出刊前夕：感謝陳路珊經理贊助十萬元、
劉常務理事贊助五萬元、
台大國樂社校友贊助七萬參仟元。

心路歷程

作者：風景

我是一位精神病患，剛發病時簡直是六親不認，像中邪一樣。不懂這種病的父母，花了約50,000元請道士治我的病，但是依然無效，還好我舅舅知道這方面的疾病，所以我即時就醫，送至忠孝醫院。他們把我五花大綁的綁在病床上。

聽很多人說我一直大吵大叫，之後我恢復意識，但情況依舊不好，後來親友的建議，讓我母親陪我到花蓮唸書。

而我已經意識到我是一位精神病患，也就是大家口說的「神精病」。我就和我母親哭訴說「我真想死」。因為“神精病”哪有未來可言呢？但是母親更是難過的說「如果妳死，會有多少人為妳傷心流淚，而母親是第一位傷心欲絕的人，我怎麼可以這麼不孝，讓她傷心呢？」

所以我非常像重感冒的人，每天不舒服的上學，學妹甚至說我臉色蒼

白。後來陸續服藥，終於一天只吃一顆藥，而我恢復以前快樂的少女一般。

我母親問過醫生是否可停藥？答案是有點模糊不清，但我母親叫我停藥。然後我畢業，找到一份好的工作，也許身兼兩職，而且公司有位阿姨討厭我，覺得心裡有壓力，所以我又生病了。

這次也是給忠孝醫院看，但舅舅知道榮總日間病房很不錯，就幫我報名。在日間病房有一些活動讓我學習很多。他們後來有很多就輔員，幫忙我們培訓走到職場上。但他們介紹我去的※※餐廳，店長知道我這種精神病患會努力做事，把我安排在人多的地方工作，而同事看我這麼辛苦也都不幫忙。後來也就生病。

所以我覺得我們真的非常需要工作，但老闆知道我們是精障者，就排除我們的工作機會。而沒辦法工作的我們只能嘆息Why我們會生病。

♥ 甜心園地

饒恕的人是個強者

作者：Sweet Pea

從不稱讚，卻動不動就批評兒女的父母。炒人魷魚不講道理、不公平的上司。不忠的配偶。這些人傷透了我們的心，創傷往往多年、甚至永遠無法平復。我們懷恨在心，用最難聽的話咒罵他們，心中不斷地抱怨嘀咕著講不出口的話。非報復不可。

事實上，傷害你的人究竟值不值得你原諒並不是重點；重點在於你該得到解脫。原諒並不是讓步，而是由它去；一旦你寬恕了傷害你的人，不管你被傷的有多麼嚴重，情緒上及健康上就再也不用受傷害你的人所控制！所以我認為，『饒恕』是『了結過往』、『活再當下』及以免造成與現實脫節的最佳利器。

通往饒恕的步驟：

1. 避免論斷：地球上無一人能夠真正完全知道所有的情境為何。何不把審判及賞罰交到我們的全

能、無所不知、無所不曉、獨一無二的真神手中？

2. 試著站在別人的立場上去思考—如果你處於別人的情境中，你會如何做？

不妨問問自己下列三個問題：

- a. 我從這個人身上得到什麼？
 - b. 我回報這個人什麼？
 - c. 我為這個人帶來怎樣的麻煩和苦惱？
3. 為冒犯你的人禱告：當你祝福別人時，祝福會千萬倍地回流至你身上。
 4. 練習以快樂、正面的思想來取代心中的怨懟、忌妒、憤恨等負面情緒。
 5. 接納自己和他人的不完美之處：當別人冒犯你時，與其將別人的行為視之為侵犯，不如將別人的行為視之為他個人性格上的缺點。

最後，我以聖經中的教導與大家共勉—

【箴言17：22】喜樂的心乃是良藥，憂傷的靈使骨枯乾。

♥ 甜心園地



心朋友的店與我

作者：小琪

以前剛來的時候，我總是靜靜的，領班、晏靖和店長總是這樣說，只是自己也沒有比現在好，或許是機會吧！

我還記得第一次來店裡是六月十日，當時只有面談和說明下週要訓練而且是整個星期，我星期一做測驗時，最記得的就是：「小琪！妳做的是什麼？」我那時覺得很奇怪，因為已經做完了，王耀慶領班也喝一口，表現出來就是老師教學生時，學生做錯事，老師雙眼看著又細心教一次後的表情是什麼？當然是比較嚴格，我還是有再接再指導，就漸漸上手，包括花草茶……等，雖然只有一週。

在那裡工作一個月之後，自己也有狀況，也問就輔員，就是自己的工

作時間到，看店內生意忙想繼續留下來幫忙又不知如何開口問。人手也足的情況下，一直到八、九月，每天都很忙，有同事走了，一個也辭了，人手不足，我才有想店內應該要如何補足人手，有和就輔員談一下，我也有想店內人手如果不足，是否自己有多一點時間幫忙。後來就輔員走了，另一個同事也腳受傷沒有來，也換新的就輔員，也許新來人員比較不知，但我還是能幫忙就幫，一直到店長出公事假，我長期在店內工作，晏靖也有回來幫忙一兩次呢！

最後也說一聲，如果沒有這機會就沒有現在，我在店內幫忙，雖說有時有吵，但是我還是繼續工作著。



93年7月郭錫卿院長講「認識躁鬱症的治療藥物」。

與甜心共享經歷

作者：瑞芬

各位病友大家好，我現在所要講的就是我們得了精神分裂症或者有關精神不正常的病，會得到什麼、失去什麼！最先我們得了病的時候是失去思考也就是沒有正確的想法及沒辦法有好的思路，可是又一昧的認為自己很清楚，就像鑽地洞一樣，越鑽越縮小自己的生活領域。再來就是失眠，還會自作自受的唱起那奴娃依阿那奴娃的情歌，你看晚上不睡覺，唱歌又不是唱給自己解悶而已，還唱的街坊鄰居破口大罵（三更半夜你跟誰去那奴娃呀），在唱你就被取締送你進警察局，最後還還你一句”你這耶肖也”。你看多划不來阿，家人也會很沒面子，也會被你自作自受的歌給驚醒。還不只這些，有的還很可怕的，拿刀殺人、打人、說沒兩句就起衝突。所以藉這個機會告訴所有的病友，忍一時之氣，即海闊天空，不要

鬧彊扭，不要跟人吵架，我們已經失去我們的思考能力，你還要你的家人雞飛狗跳、不得安寧，失去家庭的幸福與溫暖嗎？所以講了不算多的實例，請各位好好的吃藥，好好的做一個海闊天空的鳥兒好嗎！大家一起努力把好自己的關卡吧！

我是因為小時候有所謂的潛伏期，沒有發病。我現在回想起就是我發病的前期，有一段時候在減肥，沒吃飯，沒有給腦袋補充健康，而又消耗體力，晚上也因為潛伏期的關係，會變得睡不穩、胡思亂想。畢業不到半年就在一次與同學去吃西餐，回家半路就很莫名的倒了下去，爸爸說是沖到了神明之類，媽媽就到處打聽，結果才知道是患了精神病。你看多划不來阿！如果小時候的潛伏期，有後天的調教的話我也不會失去了工作，及好好的孝順父母，反而要他們來照

顧我，真是後悔莫及，得不償失阿！

最近我在找我的腦袋，我要讓我的腦袋健康起來！是不是吃腦補腦？不是，而是要依照醫師所開的藥，按時服用，而且要心平氣和地和你的週遭人相處，健康的腦袋才會使自己更快樂，時光才會更可愛，才會得到所要的自由、幸福，不是嗎！

要幸福、要快樂，就是要：

1. 要看醫生，且定時、定量的服藥或打針。
2. 要心平氣和、不要任性(爲什麼不要任性，因爲我們腦袋已經不清楚了，你還只知道吵，吵就是吵，送你進警察局，去住院，看你還吵；怎樣害怕了吧！多划不來阿！爲什麼，因爲你住院沒自由、沒家的溫暖，你進警察局也失去了公民的自由。爲什麼，因爲你不曉得進警察局，要就是做筆錄，就有一個黑點了，是不是)所以呢！千萬不要任性，也就是要看醫生，吃藥、打針，你才是我們金店長所謂的『甜心』。
3. 我服藥已二十幾年，所寫的以上經驗，就是這些，很開心可以跟各位分享，共同把我們的智慧追回來，好嗎？大家加油、加油。



■ 93年9月旅遊參觀十三行博物館、漁人碼頭。



民國93年度入會或捐款贊助芳名錄

姓名	金額	姓名	金額	姓名	金額	姓名	金額
大乘精舍	\$20,000	沈慧貞	\$11,500	盛楚芳	\$1,000	黃燕茹	\$500
王珊	\$2,000	周美華	\$2,000	許素職	\$1,000	黃靜娟	\$5,000
王紀玲	\$500	房秀麗	\$50	許曉真	\$1,000	黃簡鳳	\$1,000
王崇傑	\$15,250	林 杺	\$22,000	郭千哲	\$1,000	黃耀輝	\$2,500
王崇賢	\$250	林正欣	\$250	郭冬珠	\$500	慈雲雜誌社	\$2,000
王淑芳	\$250	林守弘	\$500	郭志禹	\$2,000	楊玉珠	\$3,000
王雅蕙	\$13,000	林厝美	\$1,000	郭明桂	\$1,000	楊秀蓉	\$1,000
王嘉佩	\$500	林秀鶴	\$300	郭國良	\$10,000	楊淑芳	\$21,500
王緒玲	\$3,000	林宛儒	\$2,000	郭錫卿	\$4,800	楊夢蘭	\$100
王增勇	\$2,000	林娟瑛	\$30,250	郭靜慧	\$200	萬心蕊	\$4,000
王耀慶	\$32,604	林貴珍	\$2,000	陳心瑜	\$3,000	葉志燦	\$500
台南市康復之友協會	\$1,000	林源隆	\$1,000	陳如琦	\$250	葉素貞	\$250
石家珍	\$1,000	林劉月裡	\$105,280	陳孝女	\$2,500	葉惠玲	\$250
休閒國聯股份有限公司	\$45,000	林靜姿	\$250	陳宏裕	\$50,000	葉漢地	\$50,800
江麗美	\$1,000	邱千凱	\$250	陳明鈺	\$500	葉惠靚	\$500
何麗娟	\$15,000	邱金蓮	\$12,566	陳林月娥	\$500	虞立莉	\$1,000
余淑育	\$2,000	金上	\$6,830	陳芳姿	\$500	劉彥宏	\$500
吳佩紘	\$1,000	金林	\$208,520	陳初鶯	\$1,500	劉碧珠	\$1,000
吳周峰	\$4,100	金機	\$8,000	陳阿女	\$1,500	劉碧淑	\$500
吳尚霽	\$5,250	建達貨運	\$30,000	陳則茵	\$1,000	劉蓉台	\$2,000
吳忠和	\$10,000	柯錦惠	\$5,360	陳盈竹	\$745	劉豐英	\$1,000
吳思萱	\$10,000	洪哲哲	\$11,500	陳紅桃	\$1,500	劉懷拙	\$1,500
吳國風	\$10,000	美麗	\$8,000	陳貞旬	\$500	樂劉玉梅	\$1,500
吳蜀輝	\$1,000	凌千惠	\$500	陳淑芳	\$2,000	誼興電業	\$2,300
吳蕙晴	\$200	孫武	\$10,000	陳淵祥	\$150	鄭玉嬌	\$767
宋述功	\$20,000	孫春猜	\$22,167	陳喬琪	\$2,000	鄭美月	\$3,000
李冬梅	\$20,000	孫海峰	\$13,000	陳智心	\$1,000	鄭喻心	\$2,000
李玉娟	\$250	孫祖村	\$250	陳雲端	\$3,700	賴美馨	\$100
李有展	\$20,940	孫鶴珍	\$30,000	陳路珊	\$115,000	戴菁平	\$100,860
李良芳	\$6,500	徐正蕙	\$2,000	陳端英	\$500	謝素娥	\$3,500
李佩倫	\$200	徐廖治	\$1,000	陳鳳英	\$5,000	謝淑娥	\$30,150
李明晃	\$300	祝杜松齡	\$2,000	陳錦雲	\$1,500	簡秋乾	\$56,000
李冠瑩	\$3,000	馬政忠	\$2,000	陳麗風	\$1,000	魏芳婉	\$2,000
李品慧	\$500	高忠雄	\$5,000	陸其俊	\$3,000	穩泰貿易有限公司	
李盈韻	\$1,000	高林鶯	\$1,100	彭權煌	\$6,000		\$132,000
李英華	\$3,500	高詩函	\$500	曾玉燕	\$500	羅吳素英	\$10,000
李國慶	\$500	張文蓮	\$500	曾雪妹	\$640	顧富慶	\$1,000
李彩玉	\$30,000	張百良	\$500	游淑貞	\$500	總計	\$1,658,324
李黃玉英	\$2,000	張林雪娥	\$3,000	焦茜娜	\$500		
李萬富	\$1,000	張泉柏	\$500	無名氏	\$3,495		
李翠芳	\$100,000	張振文	\$1,000	黃一山	\$500		
杜松齡	\$500	張素莓	\$500	黃怡翔	\$2,500		
杜雲芬	\$1,000	張煥芳	\$1,000	黃金蘭	\$1,000		
		捷得科技	\$500	黃萬富	\$1,000		
		曹紫慧	\$250	黃蔡好	\$1,000		

註：以上包括入會費／
常年會費／永久會
費／捐款等項目之
現金收入。

獻上我們最深的感謝

- ◎ 感謝黃怡翔心理博士，督導維仁、世華、佑維、昭君、曉玉等心理系的學生、研究生與心理師們，自93年10月起陸續志工服務提供心理晤談時段，未收任何費用。
- ◎ 感謝心理衛生各專業領域的專家與前輩們，特別是劉蓉台秘書長、吳錦喻老師、郭錫卿院長、張珏老師、萬心蕊老師、王增勇老師、陳淑芳督導、林麗純心理師以及其他許多專業朋友們的幫助。
- ◎ 感謝全體理監事、顧問們無私的志工服務與奉獻。
- ◎ 感謝勞苦功高的商店就輔員王耀慶、陳盈竹和學員們。
- ◎ 感謝協會秘書陳鳳英與助理的志工服務。
- ◎ 感謝葉漢地、陳孝女、楊淑芳、邱金蓮、劉月裡、戴菁平、沈晏靖、鄭舒文、李怡嫻、李有展、陳錦雲、謝淑娥、Vicky、顏姊、Ada、Amy和同學、Helea和女兒、杜雲芬、洪習哲、林杺、徐敏、葉惠靚、謝素娥、李彩玉、樂劉玉梅、李淳一、曾雪妹、金先生、沈慧貞、王松如、林貴珍、陳媽媽、阿寶、葉志嶸等等族繁不及備載的各界志工協助。

★ ★ 實物捐贈芳名錄 ★ ★

(93年度)

捐贈人	捐贈摘要	捐贈人	捐贈摘要
葉漢地	協會辦公室免租金	邱金蓮	手工鳳梨紅色串珠
陳雲端	置物櫃多只/電鍋/烤箱	杜雲芬	手工結飾：耶誕環/耶誕樹
豐群來來百貨	辦公桌/辦公椅/長桌等	金機	耶誕登飾/玻璃球/金蔥
陳雲端	全新微波保鮮盒/布娃娃	楊淑芳	小盆栽6盆
邱金蓮	手工鳳梨串珠	王耀慶	黑板與畫架一套/粉筆4盒
楊淑芳	小盆栽多盆	林淑芬	布偶/筆袋/扭蛋/色筆等
陳錦雲	手工蓮花串珠	葉素貞	多色原子筆多枝
戴菁平	如何無憂無懼過生活(15本)	龔繩武	德國北方瞬間加熱電暖器2台
謝淑娥	如何無憂無懼過生活(約10本)	潘建宏	小玻璃碟1只
戴菁平	陶瓷藝品4箱、書籤/卡片等	曾瓊瑛	辦公桌墊/海報紙若干
三暉圖書發行(有)公司	兒童圖書一批686本	林貴珍	大行事曆等
		陳孝女	禮品一盒
		心靈工坊	書籍一箱

註：感謝大家時常拿一些東西送給協會與庇護商店，有時忘了記載；另外像平時或每次辦活動大家免費提供吃喝的食物，都沒有記錄，尚請見諒。非常感謝大家的慷慨與善意。



■ 93年11月第二屆會員大會
林麗純心理師演講。



九十三年十二月份協會參加了兩場義賣的活動。這是我們的「初體驗」，讓陳秘書的活動紀實來告訴妳這兩場活動的點點滴滴。

義賣紀實

作者：協會秘書陳鳳英小姐(94年1月6日)

◎ 十二月十八日板橋體育場獅子會慈善義賣

第一場義賣會的時間是十二月十八日，地點在台北縣板橋市海山高中對面運動場前的廣場上，是由300B2區的獅子會所舉辦，他們給了我們協會兩個攤位。在這裡我們應該謝謝他們給了我們協會這個義賣的機會。

這場義賣會原本以為我們只有一個攤位，因此就決定以賣小吃和宣導協會的工作為主。小吃方面就委由一向給人做事認真負責、動作乾淨利落印象的陳孝女女士負責；所有要賣食物的種類和招集幫忙準備的人手全交給她全權調配。(陳錦雲女士包糝粽、陳孝女女士炒油飯、煮茶葉蛋、醃韓國泡菜、謝淑娥女士滷豆乾)。其他的事情就由我來負責，這其中除了和

主辦單位事前的聯繫，義賣當天早上時間的拿捏、安排，布置場地所需材料的採買和一些瑣碎東西的準備之外，其餘的事情都是請志工幫忙：如杜雲芬女士製作海報，鄭舒文小姐以美工字體書寫販賣食品的名牌，當天早上還比其他志工早到現場幫忙佈置會場，李有展先生在事前幫忙載我和陳孝女女士跑一趟會場，先了解場地和路線的走法，還有當日一大早來回義賣會場和協會兩趟運送我們所要賣的東西與照顧攤位的志工(劉月裡女



■ 93年12月18日板橋體育場獅子會義賣現場志工群合照。

士、陳孝女女士、陳錦雲女士、金林理事長)。當然還有其他的志工(沈慧貞女士、楊淑芳女士、李阿女女士、石菊蘭女士、陳鳳英女士)必須自己坐公車或是乘捷運到現場。



本來以為這樣安排應該已經就緒，可是就在義賣會的前四天又再一次的與主辦單位聯繫中，得知我們協會有兩個攤位，由於時間緊迫，理事長怕我們準備不及以徵詢的口吻說：「是否要放棄一個攤位？」我答說：「既然攤位是免費的放棄掉多可惜！我們可以再找些其他的東西來賣」，於是當下馬上打電話找戴菁平小姐，請她運用她廣大的神通去募些東西來充實我們的攤位，果然不負大家所望，她的能力實在太驚人了！就在短短兩三天的時間內募了六百八十六本的兒童書籍和一些的陶瓷製品及書籤（書籍當天賣出了一部分，還有蠻多的如果有需要的人可以與我聯絡），這下子我們義賣的東西可以說是相當的豐富與多元。

義賣當天所有參予的志工大家精

神都非常的抖擻，沒有因為要早起（清晨五、六點）而耽誤到整體的行動。第二批志工到達會場時，第一批到的志工已經把先運到的書籍整整齊齊地擺好在攤位上了，同時攤位的門面也打理妥當，所以等第二批東西一到達現場，所有已經到場的志工，馬上彼此之間非常有默契的你做這個我做那個，不一會兒功夫就把要賣的食物與要用的器具井然有序的安置在該放的位置上，九點半不到我們就已經開始在「營業」了。（其他攤位有的都還在忙亂中）

我們志工的廚藝實在是了不得！無論是哪一種食物都相當的可口，因此來光顧的客人還真不少，尤其是糝粽，可能是因為它比較少見而且味道又不錯之故，所以來買的人有好幾個都是十個二十個的購買，加上幸虧那

天老天爺賞臉，天公做美，天氣相當良好，從我們『心朋友的店』送去的兩桶茶(密釀烏龍茶與冬瓜茶)頗受顧客的青睞，賣得嚇嚇叫。大約到下午一兩點的時候，我們所準備的不管是吃的還是喝的都賣得精光，一滴不剩。至於書籍方面就比較累人，來捧場的客人比較少，必須扯開喉嚨叫賣，剛開始有點不習慣，大家戲稱「年紀一大把了才在賣臉拉客」，不過一會兒就好了。到了下午收攤時，算一算成績，這一書攤有一千五百元左右的收入，兩攤合起來超過五千元的獲利。有這樣的成果應該還算不錯吧！

◎ 十二月二十五日中正紀念堂 勞委會庇護工場展售會

第二次的義賣會時間是十二月二十五日，地點在中正紀念堂的廣場上，是由勞委會主辦。勞委會舉辦這場義賣會的目的：是要讓身心障

礙者庇護性商店的成果展現在世人面前，因此，這一次勞委會給我們協會的一個免費攤位是由我們商店的店長(金林小姐)、商店就輔員(陳盈竹小姐)及甜心來負責。不過，海報還是請杜雲芬女士幫忙製作，載送東西到會場及收攤後載送東西回商店和協會也還是有賴於李有展先生開車奔波(會員金先生也幫忙載送了一程)。因為這次在義賣會之前戴菁平小姐曾主動打電話通知會員與朋友們，所以，義賣會當天到現場幫忙照顧攤位的志工(林娟瑛小姐、李彩玉女士、劉月裡女士、邱金連女士、沈慧貞女士、曾雪妹女士、楊淑芳女士、陳鳳英女士)與捧場的會員(戴菁平小姐、杜松吟女士、曾瓊瑛女士、林源龍先生、張清松先生、樂劉玉梅女士、謝

素娥女士、陳錦雲女士)比在板橋的義賣會多了好幾位。

賣的東西除了我們商店的商品—飲料類及各種口味



■ 93年12月25日中正紀念堂義賣志工群合照。

的厚片土司外，尚有謝素娥女士一大清早騎著摩托車到很遠的地方，批回來賣的花生與謝淑娥女士整理好，分成一袋袋裝的蕃石榴，陳孝女女士滷的豆干。那天的天氣不怎麼好，早上陰陰的，到了下午竟然下起雨來了，但這並不減遊客逛會場的興致。因此到收攤的時候除了厚片土司還剩一點之外，其他的東西也是賣個精光，那天的成果也不錯，大約有九千多元的獲利。

綜觀以上兩場義賣活動，我們協會都辦得相當成功。其實，從我以上的敘述裡面，就可以看出能有這樣的成績是必然的。相信你我都聽過『大家團結一條心其力可斷金。』，而好

像從來沒聽過團結努力而遭致失敗的。目前我們協會面臨種種困境，或許有人會說協會沒救了、沒希望了，但是我卻從這次義賣活動協會志工們所表現出群策群力、合作無間、只求付出不求回報的精神中，看到了協會將邁向成功的曙光。從現在時間往前推，如果臺灣當初沒有你我祖先的胼手胝足、努力開創、奮鬥，我們能享受今天如此富裕的生活水平嗎？又據我所看到的，幾乎白手起家的企業，都得經過一段草創期的艱辛、困頓，唯有有毅力及不怕挫折者到最後才能花繁葉茂嚐到成功的果實。相信我們協會所有的家屬和會員朋友如果能秉持此種精神，那麼可以預期的成功應在不遠。



請聽我們的聲音…我們希望能為甜心(精神疾病患者)和家屬發聲

【好立委】

支持精神健康心理衛生獲得資源與服務 傾聽精神疾病族群的心聲

- ◎ 軍購有必要性，但請三思規模並殺價、撥款提供資源給渴求生活平靜的精神疾病患者和家屬。
- ◎ 台灣45萬原住民，有原住民事務委員會。
台灣250萬客家人，有客家事務委員會。
台灣190萬精神科就診人口，影響著570萬人的健康與生活品質，我們需要有行政院層級的精神健康促進委員會。
- ◎ 別重演地區醫院上街頭，衛生署就給錢的無能。
修改精神衛生法、充實社區復健資源、給患者家庭諮商服務、培育社區中的心理治療師/社工師……這些急迫的需求，好立委幫忙監督行政院改消極被動為積極行動，不要等精神疾病的患者和家屬上街頭包圍總統府！

其實是**制度**殺人

作者：精神科醫師 陳豐偉先生

<本文刊載於94年2月25日中國時報民意論壇版>

最近精神病患殺害家人的新聞不斷傳出、媒體大幅報導，看來又要興起一股「搜捕女巫」的風潮。媒體雖然有平衡報導，但要求從嚴處置王姓病人的聲浪顯然佔據上風。做為台灣嚴重、慢性精神病患的照顧者與研究者，我在此時實難保持沉默。

為什麼台灣頻頻傳出嚴重、慢性精神病患殺害家屬的新聞？這是制度的問題，若不解決制度問題，我們只能在侵害家屬人權與侵害病人人權的兩個極端中擺盪。若跟西方國家比較，台灣實在違逆世界潮流，西方國家逐年縮減精神病院病床，平均每十萬人口不到五十床，但屬於「長期收容」，不屬於醫療的床位卻緩緩增加，讓病情穩定，但不適合回歸家庭或回到社會獨居的精神病人，能在接近社區的地方，重新學習回到社會的

技巧。

台灣的精神病院醫療床位卻逐年增加，已到達每十萬人口一百床，但社區型、積極復健的長期收容據點卻很稀少。這造成不需要佔用醫療床位的慢性病患，不得不長期佔床，否則無處可去，浪費健保資源。而在「醫療」的思考下，既然病人病情穩定，就該出院，否則健保局遲早來查。出院後因為缺乏社區型的收容、復健中心，病人沒處去，只能回家，又造成家屬的負擔，每隔一段時間就爆發殺親慘案。

在西方福利國家，只要你是重度的身心障礙者，國家就負有照顧你的責任。在台灣，如果你的家屬不是低收入戶（或沒有假造低收入戶的能耐），照顧的責任就屬於家屬。病人的命運莫名其妙地因家屬的身分而改

變，而「不夠窮」的家屬，也就被強制賦予照顧病人的使命。家屬、醫師除了拚命「吃健保」，用健保資源協助家屬照顧病人，讓家屬喘口氣外，沒有其他選擇。

做為照顧台灣最重症、最「難治」精神病患的醫師，我不得不藉此呼籲決策者，請重新省思台灣嚴重、慢性精神病患的長期照護政策。

低收入戶、家屬無力或無意願撫養的重症病人，或許還可送至玉里的大型療養院收容。對於如病情緩和，但仍不適合回歸社會與家庭的病人，應在西部、接近社區的地方，提供約二十到一百人居住的「小玉里」型收容機構，讓他們能在專業人員照護下，

盡量過著社區化、非醫療化、保有個人選擇與尊嚴的生活。健保點值越來越低，現在推動縮減慢性療養院病床，改制為由內政部或縣市政府支付預算的社福機構的阻力應會越來越小，也可減少健保的負擔。

讓病情穩定的病人強制住在醫療床位，是侵犯病人人權。讓還不能回歸社會的病人回家，會嚴重影響家人的生活。建立位於家庭與醫院中間的復健、收容機構，才能減輕健保與家屬的負擔。精神病患殺人，是制度的問題，可別錯怪病人與照護的醫療人員。當然，我們也要想辦法讓不繳稅的富人別再逃避社會責任，才有本錢推動這些社會福利。



■ 94年1月29日紀錄片放映會現場。



第一屆第二次會員大會會議紀錄

時間：中華民國93年11月27日(星期六)下午一時三十分

地點：台北市青島東路八號 NGO會館

報告事項：

- (一) 92-93年度工作報告：詳如會員大會手冊第2頁。
- (二) 社福、心理衛生界近況：(略)。

討論事項：

- (一) 92年度決算表冊。

說明：92年度決算表冊，如大會手冊第3頁，提請承認。

決議：經主席徵詢全體出席會員無異議鼓掌通過。

- (二) 93年度1至10月份決算表冊。

說明：93年度1至10月份決算表冊暨其附表，如大會手冊第4-7頁，提請承認。

決議：經主席徵詢全體出席會員無異議鼓掌通過。

- (三) 94年度工作計畫案。

說明：94年度工作計畫案，如大會手冊第8頁，提請討論。

決議：經主席徵詢全體出席會員無異議鼓掌通過。

- (四) 94年度預算案。

說明：94年度預算案，如大會手冊第9頁，提請討論。

決議：經主席徵詢全體出席會員無異議鼓掌通過。

- (五) 配合勞工局要求必要時辦理私立就業服務機構立案。

說明：台北市政府勞工局表示對於身心障礙者就業基金之庇護性就業補助對象，未來將要求需完成私立就業服務機構立案。經理監事會

決議，擬授權理事長配合勞工局要求於必要時申請立案。

決議：經主席徵詢全體出席會員無異議鼓掌通過。

(六)章程修訂案。

說明：擬修訂協會章程第二十二條，常務理事由3名增至5名，使常務理事與理事達1:3之比率。

決議：經主席徵詢全體出席會員無異議鼓掌通過。

臨時動議：無。

成長課程專題演講：

題目：『家庭互動』 講師：林麗純心理師。

感恩時間：

感謝所有捐助者與志工，心朋友的店學員並有感謝辭一篇，由學員代表一名現場宣讀，向協會理監事、全體會員朋友、捐助者表達感謝之忱。

排舞表演暨現場教跳排舞：

由洪習暫老師教導、謝素娥、林娟瑛、陳民璟、李玉娟、金林等心生活排舞隊成員表演，並帶領全體現場朋友學跳「真情傳遞」。

散會。



■ 理監事們開會留影。

民國92~93年度工作報告

計畫工作項目	實際執行成果
籌設社區復健中心	◎ 查看過四個地點，或不合適或屋主不願意出租，還在尋覓場地及善資源的階段中。
籌設庇護商店	◎ 92年度尋得場地，93年度積極籌劃募款超過百萬，勞工局補助百萬，順利開辦營運。93年8月並送出明年度的補助申請。
籌劃個案管理服務	◎ 92-93年內社會局未釋出新的個管服務方案。但93年10月向聯合勸募提出「心生活的家庭服務」方案申請，係為深入個管服務的一部份，結果尚待聯勸核定。
舉辦與精神疾病教育、權益、復健發展等相關事宜之研討會	◎ 心生活排舞隊持續進行。 92年底舉辦「為我們的精神健康環境歲末祈福記者會」。 ◎ 93年8月舉辦大型的「精神障礙者社區個案管理服務研討會」。 ◎ 93年舉辦小型心生活成長課程兩場。 ◎ 93年舉辦認識躁鬱症的藥物講座。
籌劃設立本會網站 其他與本會章程相關之事項	無經費請人設計，若干志工承諾但未做出成果。 ◎ 93年辦理一日遊一場。 ◎ 參與台北市社會福利聯盟會議。 ◎ 參與健康人生策略聯盟。

社團法人台北市心生活協會 收支決算表

中華民國92年籌備期起至92年12月31日

科目	決算數	預算數	決算與預算比較數		說明	
			增加	減少		
經費收入	\$473,868	\$278,450	\$195,418		入會與捐款收入較預期為多	
入會費	\$29,000	\$28,000	\$1,000			
正式會員常年會費	\$19,750	\$21,000		(\$1,250)		
正式會員永久會費	\$180,000	\$140,000	\$40,000			
贊助會員常年贊助費	\$14,250	\$14,000	\$250			
贊助會員永久贊助費	\$10,000	\$20,000		(\$10,000)		
捐款收入	\$216,718	\$55,000	\$161,718			
利息收入	\$1,150	\$450	\$700			
其他收入	\$3,000	\$3,000				參與健心杯表演費
經費支出	\$189,656	\$254,800	(\$65,144)			第一年估列預算經驗較為不足，若干科目未列入預計；整體而言，總支出較預算數節省6萬多元。
電話費	\$14,366	\$20,000		(\$5,634)		
水電費	\$4,441	\$20,000		(\$15,559)		
郵費	\$6,555	\$15,000		(\$8,445)		
文具用品	\$13,403	\$15,000		(\$1,597)		
印刷費	\$32,003	\$25,000	\$7,003			
修繕費	\$1,070	\$3,000		(\$1,930)		
廣告費	\$6,600	\$6,600				
會議費	\$18,247	\$18,247				
差旅費	\$1,500	\$1,500				
運費	\$1,000	\$1,000				
志工車馬費	\$3,280	\$25,000		(\$21,720)		
助理車馬費	\$5,840	\$5,840				
公共關係費	\$5,360	\$5,360				
業務推展費	\$10,500	\$10,500				
聯誼活動費	\$4,015	\$4,015				
交通費	\$110		\$110			
大樓管理費	\$2,750	\$1,800	\$950			
什支	\$2,387	\$10,000		(\$7,613)		
購置固定資產	\$56,229	\$120,000		(\$63,771)	多使用二手免費傢俱	
本期餘絀	\$284,212	\$23,650	\$260,562		收入增加約20萬費用較預算少6萬元，結轉下期餘額多26萬	

社團法人台北市心生活協會 收支決算表

中華民國93年1月1日至93年10月31日

科目	決算數	預算數	決算與預算比較數		說明
			增加	減少	
經費收入	\$2,989,774	\$2,874,750	\$115,024		
入會費	\$5,500	\$10,000		(\$4,500)	
正式會員常年會費	\$9,750	\$31,000		(\$21,250)	新會員較預算少一些
正式會員永久會費	\$15,000	\$30,000		(\$15,000)	
贊助會員常年贊助費	\$5,500	\$20,000		(\$14,500)	
贊助會員永久贊助費	\$10,000	\$20,000		(\$10,000)	
捐款收入	\$1,338,683	\$1,497,167		(\$158,484)	捐款較預算數少一些
利息收入	\$884	\$3,000		(\$2,116)	
復健中心健保收入		\$540,000		(\$540,000)	未開辦復健中心
就業基金補助收入	\$1,435,241		\$1,435,241		開辦庇護商店
政府專案補助收入		\$673,583		(\$673,583)	內政部及社會局補助款
研討會補助收入		\$50,000		(\$50,000)	11月以後入帳,較預期
民間專案補助收入	\$11,770		\$11,770		數少並更改科目
其他收入	\$3,083		\$3,083		
商店營業收入	\$154,342		\$154,342		經營庇護商店
商店現金短溢	\$21		\$21		
經費支出	\$2,487,210	\$2,864,500		(\$377,290)	
電話費	\$23,470	\$40,000		(\$16,530)	
水電費	\$8,883	\$60,000		(\$51,117)	
郵費	\$16,007	\$30,000		(\$13,993)	
文具用品	\$12,667	\$15,000		(\$2,333)	
印刷費	\$68,067	\$50,000	\$18,067		
修繕費	\$1,770	\$6,000		(\$4,230)	
廣告費					
會議費	\$1,100		\$1,100		原預算中包括社區復健中心的各項費用,93年度復健中心尚未找到合適場地未開辦,故費用支出大多較預算為少印刷費增加 主要係增加精神衛生法民間版之印刷
差旅費					
運費	\$85		\$85		
志工車馬費	\$1,440		\$1,440		
助理車馬費	\$9,360		\$9,360		
大樓管理費	\$2,000	\$3,500	(\$1,500)	(\$1,500)	
交通費					
保險費	\$5,602		\$5,602		
聯誼活動費					
公共關係費	\$11,100		\$11,100		
業務推展費	\$8,249		\$8,249		
什費	\$6,637	\$30,000		(\$23,363)	
購置固定資產	\$161,265	\$250,000		(\$88,735)	
專案業務費	\$81,745		\$81,745		辦理研討會、演講等
商店支出總計	\$2,067,763	\$2,380,000		(\$312,237)	預算人事80萬、租金108萬、裝修50萬
本期餘絀	\$502,564	\$10,250	\$492,314		
上期餘絀	\$284,212				
結轉下期累積餘絀	\$786,776				

社團法人台北市心生活協會 心朋友的店收支明細

民國93年1月1日至10月31日(現金收付制)

科目	本期餘額	
就業基金補助收入	\$1,435,241	備註(1)
商店營業收入	\$154,342	
商店現金(短)溢	\$21	
收入合計	\$1,589,604	
商店－加盟權利金	\$70,000	休閒國聯另捐款\$3.5萬元
商店－內部裝修	\$866,975	含水電管線和店招牌等
商店－設備	\$88,030	備註(2)
商店薪資	\$369,533	就業基金補助一名
商店用品費	\$37,901	
商店－進貨	\$116,187	部分9/10月貨款尚未支付
商店－租金	\$360,000	就業基金補助
商店學員薪資	\$68,205	
商店保險費	\$23,179	就業基金補助一名
商店文具印刷費	\$6,095	
商店水電費	\$26,540	
商店郵電費	\$7,590	
商店交通費	\$870	
商店雜費	\$26,658	
支出合計	\$2,067,763	
協會捐款收入彌補虧損數	(\$478,159)	

備註說明：

- (1) 台北市勞工局身心障礙者就業基金補助金額係自1月1日起算，本店2月中起租，3月中開始聘人，年底需退還未執行的經常門款項，故本欄年度決算時，收入數字會小於此核定數二十多萬元。
- (2) 商店主要營運設備總成本約四十萬元，協會無力購置，係由會員先購置再租借協會使用。93年內免租金。

民國94年度工作計畫

- 一、爭取補助經費持續庇護商店之經營。
- 二、爭取補助經費，辦理心生活精神疾病家庭服務方案。
- 三、推動修改精神衛生法及與精神疾病患者與家庭權益有關之法規。
- 四、舉辦與精神疾病教育、患者與家屬權益、患者復健發展、心靈與人格成長等相關事宜之活動。
- 五、訴求精神疾病患者與家屬的需要，積極倡導政府與社會資源投入以滿足該等需求。
- 六、籌募經費策劃設立本會網站。
- 七、籌募經費策劃設立社區復健中心。
- 八、籌募經費策劃提供個案管理服務。
- 九、其他與本會章程相關之事項。

徵求志工

❖ 心朋友的店

急徵志工，協助開店、外送服務。
(特別歡迎青年朋友)

❖ 家庭服務

急徵退休之心理衛生專業志工

❖ 你有車子，可以偶爾為我們載東西嗎？

你會製作網站？喜歡佈置場地嗎？

你願意為甜心和家屬服務嗎？

只要有心，請電話或書信和協會連絡。

實用小手冊

【印製成本價供應，歡迎訂購】

◎ 精神健康你我他第1輯《\$20 / 本》

認識精神疾病最大眾化的手冊
台北市前衛生局長邱淑媿推薦

◎ 精神健康你我他第2輯《\$25 / 本》

瞭解精神分裂症和精神障礙族群的需求

訂購金額\$1,000以下者，請加付劃撥手續費每次\$15及酌量之郵資。謝謝。

民國92年度入會或贊助芳名錄

(籌備期起至92年12月31日止)

姓名	金額	姓名	金額	姓名	金額	姓名	金額
丁王寶桂	\$1,500	杜雲芬	\$1,500	郭秀霞	\$500	雷玉美	\$500
于維周	\$1,000	沈慧貞	\$12,000	陳民璟	\$5,250	廖添福	\$10,000
大慈服務社	\$2,000	宜蘭縣康復之友協會		陳如琦	\$500	臺北市康復之友協會	
中華民國康復之友聯盟	\$2,000		\$1,000	陳孝女	\$2,505		\$1,200
王光正	\$500	林正欣	\$500	陳秀美	\$500	劉月裡	\$11,940
王朱珍玲	\$1,000	林美香	\$500	陳明鈺	\$1,000	劉有容	\$1,800
王松如	\$5,250	林娟瑛	\$1,500	陳林月娥	\$1,000	劉金枝	\$1,000
王珊	\$2,000	林徐玉櫻	\$500	陳芳姿	\$12,000	劉碧淑	\$500
王崇傑	\$500	林栲	\$500	陳金玲	\$2,000	劉蓉台	\$10,500
王崇賢	\$1,000	林瑞芬	\$500	陳阿女	\$500	劉豐英	\$1,000
王淑芳	\$500	林餘澤	\$2,000	陳珠璋	\$10,000	劉瓊瑛	\$2,000
王雅蕙	\$2,500	林靜姿	\$300	陳祥慶	\$1,000	樂劉玉梅	\$15,500
王碧華	\$500	林麗娟	\$3,000	陳雲端	\$2,454	蔣碧雲	\$1,000
台北縣康復之友協會	\$2,000	花藝社	\$50	陳順安	\$250	蔡添源	\$3,000
白美女	\$3,000	邱千凱	\$500	陳瑞英	\$1,000	鄭玉嬌	\$10,500
石菊蘭	\$200	邱仲根	\$1,000	陳鳳英	\$1,500	鄭智泓	\$9,000
朱質民	\$1,000	邱金蓮	\$12,150	陳賢德	\$500	蕭英蘭	\$14,750
何瑪莉	\$10,500	金上	\$1,000	陳錦雲	\$5,000	賴美馨	\$250
余漢儀	\$13,000	金林	\$72,579	傅桂香	\$2,000	戴信宏	\$500
冷鍾玉惠	\$500	洪月雲	\$500	博元良	\$240	戴菁平	\$10,500
吳巧雲	\$500	洪智哲	\$1,080	曾李玉招	\$500	繆玉玲	\$500
李仁瑜	\$500	唐明龍	\$500	曾雪妹	\$14,080	謝東儒	\$500
李玉娟	\$500	孫春猜	\$5,700	曾瓊瑛	\$6,000	謝素娥	\$1,000
李有展	\$1,040	孫美智	\$5,250	游淑真	\$2,000	謝淑娥	\$12,000
李秀賀	\$500	孫海峰	\$14,650	湯秀敏	\$6,800	聶莊玲	\$3,000
李良芳	\$1,400	孫祖村	\$500	黃一山	\$5,250	魏芳婉	\$500
李春生	\$500	孫鳳珠	\$1,000	黃貞淑	\$500	穩泰貿易有限公司	
李玲敏	\$500	徐正蕙	\$5,250	黃耀明	\$10,000		\$10,000
李國慶	\$5,250	徐荷香	\$1,000	楊淑芳	\$2,500	羅淑粉	\$500
李彩玉	\$10,500	高林鶯	\$300	楊鵬祥	\$500	龔趙瓊珠	\$2,000
李淳一	\$1,000	張珏	\$1,000	葉志燦	\$1,000	龔繩武	\$1,000
李黃秀	\$500	張為邦	\$500	葉凌千惠	\$1,000	總計	\$469,718
李黃豐美	\$500	張素梅	\$1,000	葉惠玲	\$500		
李蕙瑛	\$500	張清松	\$1,000	葉漢地	\$3,000	註：以上包括入會費	
杜松吟	\$1,000	曹紫慧	\$500	詹如櫻	\$1,500	／常年會費／永	
		莊明華	\$1,000	詹春秀	\$500	久會費／捐款等	
		許秋蓮	\$500	詹秋英	\$500	所有現金收入。	

不論他是誰，是我、是他、是什麼樣的北景，讓我們一起來做心朋友

我們的宗旨：

關懷精神疾病患者與其親友的生活品質及醫療與社會權益，並致力於協助精神疾病的預防與慢性精神疾病患者持續的復健與全人發展。（本會章程第二條）

我們的任務：

我們期盼凝聚善緣，大家有錢出錢有力出力，共同來達成：（本會章程第六條）

- 一、為精神疾病之患者及家屬代言，作為患者及家屬與政府及社會溝通聯繫的中介管道。
- 二、組織或協助精神疾病患者成立支持團體。
- 三、組織或協助精神疾病患者親友成立支持團體。
- 四、宣導有關精神疾病及心理衛生的各類知識，建立知識性、倡導性、意見交流的精神健康訊息網站。
- 五、蒐集研究提昇患者與家屬生活品質、預防精神疾病症狀復發、減少患者不良行為、啓發患者改善動機、降低患者社會衝突的各種輔導與應對技能，並倡導改善或創新相關的政府政策、制度措施或機構服務。
- 六、積極爭取精神疾病患者與家屬醫療、社福、就業、教育、輔導、安養、身心安全等全面性的權益。
- 七、自行辦理或接受政府、相關單位或機構委託，辦理精神疾病患者及障礙者就醫、就學、就業、就養、居住、社區復健、補習教育、成人教育、生活教育與輔導、心理諮商輔導、家屬協談、精神衛教等之各種相關業務，及相關業務之研究與倡議。
- 八、救助社會貧苦弱勢。
- 九、其他與本會宗旨有關的任務。

入會申請書：

申請日期： 年 月 日 介紹人：

姓名：	入會會員類別：(正式會員需設籍台北市) ○正式會員：□患者甜心 □家屬 □照顧者 ○贊助會員	
身分證字號：	出生地：	
出生年月日：	性 別：	
聯絡通訊地址：(郵遞區號：)		
戶籍地址：		
聯絡電話：(日) (夜) (手機)		
傳 真：		
電子郵件e-mail：		
★首次入會繳費：[劃撥帳戶：19793224社團法人台北市心生活協會] ○正式會員：(需繳1+2或1+3) 1.入會費： □一般\$500； □甜心優惠\$250 2.今年度常年會費： □一般\$500； □甜心優惠\$250 3.永久會員費： □一般\$10,000； □甜心優惠\$5,000 ○贊助會員：(需繳4或5) 4.今年度常年會費： □一般\$500； □甜心優惠\$250 5.永久贊助會員費： □一般\$10,000； □甜心優惠\$5,000		
是否願意參與本會志願服務：(本欄非必填項目) ○願意。志工服務專長：		
家中或親友樂於參與本會活動者資料：(本欄非必填項目)		
會員留言與備註：		

(請填妥入會申請書後，撕下本頁郵寄或傳真至協會，並到郵局劃撥繳納會費)

註：1.甜心係指精神疾病患者。 2.本表可影印放大使用。



心生活排舞隊 歡迎來動一動



每個星期天下午3:30~5:30
 (每月第二週日休息)
 中正紀念堂音樂廳前停車場

好消息

心生活家族聚會

94年4月起，每個月第二個星期的星期二上午10:00~11:30
 我們在心朋友的店聚會
 歡迎來訴苦、來分享、來服務、
 來遇見相同遭遇的人，來學習與成長



暫訂地址：基隆路二段79巷1弄1號 休閒好茶吳興店
 ~未來可能更換場地，請先電話連絡~

『台北市心生活協會』：【我們是由精神疾病的患者、家屬與照顧者共同發起成立的精神疾病公益團體、消費者團體，歡迎大家的參與，「這一族群」(甜心與家屬)的台北市民請加入正式會員，不是這一族群的人，也歡迎您來加入贊助會員、志工、顧問群，幫助我們長長久久的發展下去。】入會申請書詳見第63頁。

捐款帳戶：郵政劃撥帳號：19793224

~~郵局存款(700) 帳號：000148 3-064987-1~~

戶名：社團法人台北市心生活協會

通訊聯絡：~~105臺北市基隆路一段28-2號 · 電話：2742-0302或0916-072-755~~

E-mail: heart.life@msa.hinet.net 庇護商店電話：~~2737-4279~~

