



心生活快訊

111 年 5 月



再次面對新冠肺炎疫情，配合政府與病毒共存。

莊敬自強

確診染疫或快篩陽性後，居家自我隔離、避免傳給他人也照顧自己，但如果出現新冠肺炎相關的「警示(嚴重)症狀」就務必到醫院急診求助。

台灣急診醫學會表示「警示症狀」指：喘或呼吸困難、持續胸痛/胸悶、意識不清、皮膚或嘴唇或指甲床發青、體溫低於 38 度 C 但心跳卻每分鐘大於 100 次、無法進食喝水或服藥、過去 24 小時無尿或尿量顯著減少。

處變不驚

戴口罩/勤洗手/量體溫/有感冒症狀或接觸確診者則快篩；保護身體健康的同時，也維持一定程度的社交生活、成長學習、按時回診，同步照顧自己的情緒、保障精神與心理健康。

★ 重大消息 ★

- 心口司正式分家：[衛生福利部]所屬的[心理及口腔健康司]自 111 年 5 月 4 日起改制、拆分為「心理健康司」和「口腔健康司」兩個單位。
- 全民健保自 111 年 5 月 15 日起施行[部分負擔]新制度：調整<門診藥品費>、<檢驗及檢查費>、<急診費用>等三類的費用。請上心生活臉書/心朋友的店 FB 粉絲團瀏覽相關新聞。
- 行政院版[精神衛生法]經立法院<社會福利及衛生環境委員會>積極審議，將進入政黨協商；行政院拍板將「強制住院」改由法院審理，心生活協會等爭取「寫入具體社區服務項目」，台灣心理健康聯盟爭取「寫入心理健康、心理不適的定義，落實心理健康促進的做法」。
- 立法院僅通過「下修投票年齡到 18 歲」一個憲法修正案，[身心障礙權益保障寫入憲法]的倡議行動並未成功。



★ 心生活服務電話與同仁 ★

- ✓ 精神障礙甜心「IMR 疾病管理與康復服務」：病友同儕成長團體(每周五下午兩點到四點，曾惟靈老師帶領)+個別服務。2739-6404 林福仁先生
- ✓ 精神障礙甜心樂生活服務：「心家庭生活支持服務」(到宅陪同看診辦事)+「甜心我當家」團體活動(兩週一次,週三下午兩點半到四點半，連珮吟職能治療師、林祐鉞桌遊老師帶領)+「藝術培力社」團體活動(兩週一次,週五下午三點到五點，林鳳珠老師帶領)。2732-4512 張文澤先生、張傑荃先生
- ✓ 「心朋友玩音樂」團體活動(兩梯次，每週一下午兩點到四點，王昱慈音樂治療師帶領)+「心朋友學手機」團體活動(初階兩梯次、進階一梯次，每週三上午十點到十二點，智樂活講師群帶領) 2739-6404 王昱瑋先生。
- ✓ 「心家庭專線服務」+「心家庭暖房」團體活動(每個月第二個星期五晚上 6 點半到 8 點半，劉寶華老師帶領)+「家連家精障家屬教育課程」團體活動(6 月 11 日起八個周六上午九點到十二點) 2739-8516 趙婉如小姐。
- ✓ 「甜心投稿服務」：精障者創作詩詞散文圖畫，於心生活協會官網「發表園地」發表。2739-6882 謝佳琪小姐。
- ✓ 「臺北市星辰會所」：精障者相互支持、與社會連結、自主參與承擔工作日事務，共同經營自己的會所。2838-2225 吳凌歲小姐(督導)、黃心柔小姐、黃翎小姐、張博瑋先生、林俊豪先生。
- ✓ 「心朋友工作坊」：精障者的日間作業設施服務，參與作業項目、烹飪、體適能、育樂活動等，腦力復健從此出發；需收服務費。8732-6543 楊璟晨小姐、梁亞蘋小姐、劉佩宜小姐。
- ✓ 理事長：陳素珍女士、總幹事：金林女士、秘書：張梓嬋小姐、會計：朱恩慈小姐、帳務志工：柯蕙玲小姐。

★ 公益勸募：心生活支持精障家庭 ★

110-111 年心生活支持精障家庭 公益勸募

核准文：110 年 6 月 23 日北市社團字第 1103087244 號函

收款專戶：華泰商業銀行(102)大安分行

帳號：06-03-00079437-5

戶名：社團法人台北市心生活協會

期間：110 年 7 月 5 日起至 111 年 7 月 4 日止



家連家 精神障礙者家屬課程

《家連家》團體是「精神障礙者(甜心)之家屬」的秘密花園…；由同樣身為家屬的帶領者，藉由書面教材，循序漸進的幫助成員，理解重大精神疾病、獲得藥物的基礎概念、知悉服務資源、察覺倡議的可能。在八週的團體課程裡，您可以分享照顧歷程上的喜怒哀樂、說出您無法向他人提起的心酸與難處，在協助甜心病友的道路上找到共同成長、相互支持的夥伴。

✿本課程由「台灣家連家精神健康教育協會」授權心生活協會辦理✿

★**參加對象**：精神障礙者之家屬或親友(免費)、**台北市民優先**

★**帶領者**：李麗娟、戴菁平(兩位都是心生活協會常務理事)

☆**日期**：民國 **111 年 6 月 11 日起至 8 月 6 日止**，共八週

每週六上午九點～十二點！《八堂課需全程參與》！

週次	日期(星期六)	主題
第一週	6 月 11 日	迎新會&認識精神病
第二週	6 月 18 日	誰能明白我(溝通技巧)
第三週	6 月 25 日	認識精神科藥物
第四週	7 月 2 日	危機處理
第五週	7 月 9 日	善待自己
第六週	7 月 16 日	康復的疑惑與希望
第七週	7 月 30 日	權益與倡導
第八週	8 月 6 日	學以致用(恭喜畢業囉！)

(7 月 23 日 暫停一次!!!)

☆**報名方式**：✓傳真：2739-3150 ✓電話：2739-8516

✓電子信箱：heart.life@msa.hinet.net ✓服務員：趙婉如

★**活動地點**：崇友文教基金會【台北市公園路 30 號 10 樓】

☆ 臺北市政府社會局、臺北市公益彩券盈餘分配基金補助



線上報名



廣告



---心生活 111 年『宗連宗一精神障礙者家屬教育課程』報名表---

111 年 6 月 11 日~8 月 6 日，共八週(跳過 7 月 23 日)，每週六上午 9~12 點

地點：崇友文教基金會【台北市公園路 30 號 10 樓】

姓名	家中患者 病名		☐ 思覺失調症 (舊名精神分裂症) ☐ 雙相情緒障礙症(俗稱躁鬱症) ☐ 重鬱症 ☐ 其他 _____
	☐ 戶籍在台北市、 ☐ 居住在台北市； ☐ 非台北市民(縣市：_____) 八堂課程皆能按時出席參與： ☐ 是 ☐ 否 家中甜心(病友)： ☐ 有身心障礙證明； ☐ 有重大傷病資格		
優先條件			
聯絡電話		E-mail	
聯絡地址			

交通方式：

公車：

◎捷運臺大醫院站【公園路下車處】：

2、5、18、20、37、88、222、236、241、243、
 245、249、251、263 仁愛幹線、295、588、
 信義幹線、604、621、640、644、648、651、
 670、706、835、849、938、藍2

◎二二八和平公園【襄陽路下車處】：

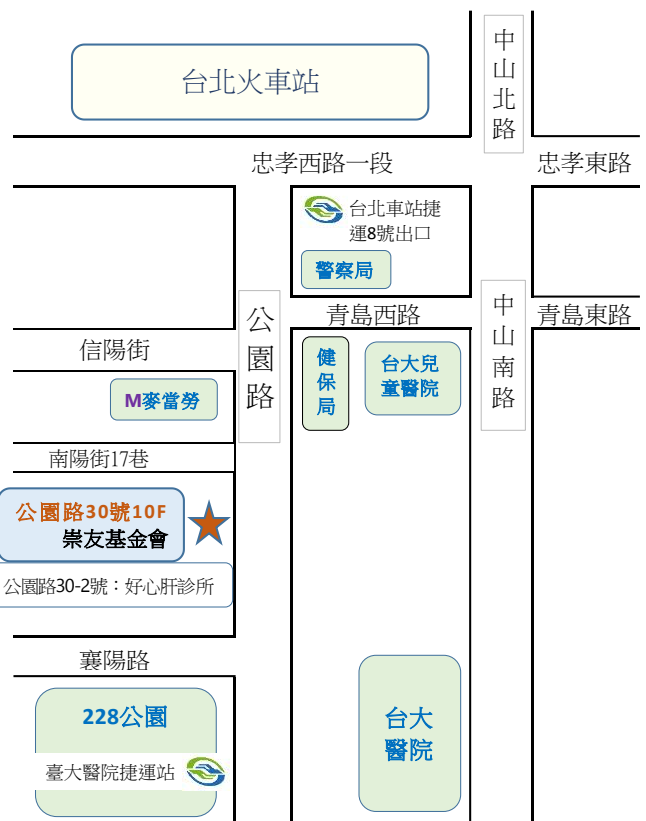
3、15、18、22、220、222、247、257、263
 仁愛幹線、276、287、605 (快速公車)、621、
 651

◎台北車站【公園路下車處】：216、224、5

◎台北車站【青島西路下車處】：2、222、5、604、648、588、信義幹線、藍1

捷運：

捷運台大醫院站4號出口、捷運台北車站M8號出口



臺北市政府社會局
 Department of Social Welfare, Taipei City Government



廣告



精神障礙甜心-疾病管理與康復服務 Illness Management and Recovery (IMR)



111 年〈IMR 康復團體〉主題探討.同儕討論
設定康復目標，築夢踏實，疾病管理，幸福達陣



💖 精神障礙者免費參加！（設籍、居住、工作、就學於臺北市者優先）

💖 團體帶領者：曾惟靈 社工師（也是心理系碩士）

111 年 3 月進行到 12 月 2 日，甜心夥伴中途加入 OK，

防疫考量，五月、七月、八月共 13 場次改用視訊進行；

參加視訊討論，可用手機或電腦進行，可請服務人員個別指導。

主題內容	每週五, 下午二點~四點	上課方式
〈健康的生活〉	(4 月~) 5 月 6 日、5 月 13 日	Google meet 上網視訊
〈精神疾病的實用知識〉	5 月 20 日、5 月 27 日 7 月 1 日、7 月 8 日、7 月 15 日	
團體活動	6 月 10 日、6 月 24 日	長安分館教室 會面
〈壓力與生理脆弱的治療策略〉	7 月 22 日、7 月 29 日 8 月 5 日、8 月 12 日、8 月 19 日	Google meet 上網視訊
〈建立社會支持〉	8 月 26 日 9 月 2 日、9 月 16 日、 9 月 23 日、9 月 30 日	
〈有效服用精神科治療藥物〉	10 月 7 日、10 月 14 日、10 月 21 日、10 月 28 日、11 月 4 日	長安分館教室 會面
〈服用酒精和毒品〉	11 月 11 日、11 月 18 日、 11 月 25 日	
團體年度總結與回顧	12 月 2 日	

💖 會面的活動地點：臺北市立圖書館-長安分館（台北市中山區長安西路 3 號 4 樓）【緊鄰〈中山市場〉，接近〈身心障礙福利中心〉】

💖 報名電話：**2739-6404** 專業服務員：林福仁 先生





◆ 心生活 111 年『精障甜心 IMR 康復服務』報名表 ◆

姓名	聯絡電話		
E-mail	Line-ID	(非必填)	
疾病類別 (勾選)	☐ 思覺失調症(舊名:精神分裂症) ☐ 重鬱症 ☐ 雙相情緒障礙症(俗稱:躁鬱症) ☐ 其他		
優先條件 (勾選)	☐ 台北市市民(○戶籍、○居住、○工作、○就學) ☐ 首次使用 IMR 康復服務、 ☐ 具有身心障礙證明 ❖ 須提供身心障礙證明影本，或重大傷病資格證明文件。		
我要報名 (勾選)	☐ 參加每週五下午的「IMR 康復成長團體」 ☐ 個別進行的 IMR 康復服務		
其他備註 (若有時 請勾選或 寫說明)	☐ 需要服務人員指導我使用視訊參加團體的方式 ☐ 需要約在捷運站口或中山市場等地，帶我去長安分館 ☐ _____		

線上報名



報名表傳真：2739-3150 電話：2739-6404 專業服務員：林福仁

電子信箱報名：heart.life@msa.hinet.net (主旨請寫：報名 IMR 服務)

實體會面地點：北市長安西路 3 號 4 樓【長安圖書館】(教室在圖書館裏面)

◆公車：「捷運中山站(志仁高中)」
 南京幹線、承德幹線、306、12、46
 52、282、288、292、622、711
 797、紅 25、636(單邊)、26(單邊)

◆公車：「中山市場站」
 中山幹線、內湖幹線、5、218、227
 247、260、261、310、652、1717、
 (單邊): 605 快速公車/307/221/622

◆捷運：「中山站」

- 1 號出口 (沿長安西路 19 巷 2 弄或
 南京西路 18 巷，走到長安西路左轉)
- 地下街【R4】出口 (左邊沿長安西
 路向東走，經過中山茶書院)



廣告

☆ 臺北市政府社會局、臺北市公益彩券盈餘分配基金補助



心生活『精神障礙甜心樂生活』服務

(衛生福利部 精神病友多元社區生活方案發展計畫)

(核定：心理及口腔健康司 指導：台北市政府衛生局)

廣告

111 年 5~11 月「甜心我當家」

“實用生活技能~照顧你和我”

邀請精障甜心們，學會日常當家本領！



免費參加：精神障礙者(甜心)



職能團體帶領者：連珮吟職能治療師

桌遊團體帶領者：林祐鈺老師



5~11 月兩週一次，週(三)下午 2 點半到 4 點半



111 年日期	我當家主題	學習說明	地點
4 月 27 日	桌遊活動	美好的祝福	台北市立圖書館<長安分館> [多功能活動室] 台北市中山區長安西路 3 號 4 樓 ↓ 小提醒： (1) 搭乘電梯到四樓，請進入圖書館；先在門口酒精消毒手部、量體溫後，入內往右邊走，教室在圖書館裏面。 (2) 若有感冒症狀或發燒，先請假。
5 月 11 日 5 月 25 日 6 月 8 日	日常家務	衣物的整理、洗洗擦擦的家務、垃圾分類	
6 月 22 日 7 月 6 日	桌遊活動	開心送禮物、團結力量大	
7 月 20 日 8 月 3 日	財務管理	日常開銷(生活費)的計算、儲蓄的方式	
8 月 17 日	桌遊活動	益智動腦筋	
8 月 31 日 9 月 14 日 9 月 28 日	上街購物	選購生活用品、網購、電器用品/小家電	
10 月 12 日	桌遊活動	歡樂又驚喜	
10 月 26 日 11 月 9 日	交通能力	想去哪、規劃與搭乘交通工具、看圖走	
11 月 23 日	桌遊活動	動動心手腦	



交通資訊 台北市立圖書館長安分館(長安西路 3 號 4 樓)

捷運：搭「淡水信義線(紅線)」或「松山新店線(綠線)」至【中山站】下車。
 <1 號>出口走 4 分鐘；或沿地下街往臺北車站方向，<R4>出口走 1 分鐘。
 公車：【中山市場站】(中山北路上) 5、218、中山幹線(220)、221(單向)、
 227、247、260、261、內湖幹線(287)、307(單向)、310、605(快速公車、
 單向)、310、652、1717、622(單向)
 公車：【捷運中山站(志仁高中)】(南京東路上) 承德幹線、南京幹線、306、
 292、282、622、652、12、46、52、711、797、636(單向)、紅 25、
 26(單向)



111 年精障甜心樂生活：「**甜心我當家**」報名表

姓名		疾病別	☐ 思覺失調症 ☐ 雙相情緒障礙(躁鬱症) ☐ 重鬱症 ☐ 其他：
連絡電話		E-mail：	
通訊地址：()			
★ 必要條件： ☐ 本人為慢性精神疾病患者。 (請提供身心障礙證明影本、或重大傷病資格、精神科看診證明)			

報名聯絡(服務人員)：張傑奎 社工 電話：2732-4512
 傳真: 2739-3150 電子信箱：heart.life@msa.hinet.net



林昱慈音樂治療師帶領，在美好的音樂中認識新朋友。

老師帶來各式各樣有趣的樂器，不必有音樂底子，
都可以舒服自在的即興演奏、高聲歌唱，盡情地抒發心情。
在舒適的環境中，精神病友、家屬一起來「玩音樂」！

第一梯次 4 月 11 日起至 7 月 4 日 (每週一下午二點到四點)

5 月 16 日、5 月 23 日、5 月 30 日、6 月 6 日、6 月 13 日、
6 月 20 日、6 月 27 日，成果發表預定：7 月 4 日

第二梯次 8 月 8 日起至 10 月 31 日 (每週一下午二點到四點)

8 月 8 日、8 月 15 日、8 月 22 日、8 月 29 日、9 月 5 日、
9 月 12 日、9 月 19 日、9 月 26 日、10 月 3 日、
10 月 17 日、10 月 24 日，成果發表預定：10 月 31 日

(10 月 10 日國慶放假)

活動地點：臺北市客家藝文活動中心

(台北市大安區新生南路一段 157 巷 19 號 3 樓)

✂ (報名表請傳真：2739-3150 或 e-mail 至 heart.life@msa.hinet.net)

心生活 111 年 《心朋友玩音樂》 報名表

姓名	疾病別			☐ 思覺失調症 ☐ 重鬱症 ☐ 雙相情緒障礙 (俗稱躁鬱症) ☐ 其他：
身分	☐ 甜心 (精神疾病患者) ☐ 甜心的家屬或照顧者 (與甜心的關係_____)			
優先條件	☐ 甜心有身心障礙證明、 ☐ 甜心有精神科重大傷病資格			
聯絡電話	E-mail			
聯絡地址				





心朋友玩音樂

週一下午二點到四點

地點：臺北市客家藝文活動中心

(台北市大安區新生南路一段 157 巷 19 號 3 樓)

(該棟有全聯超市，請從左側邊搭電梯、或走樓梯上三樓)

交通：鄰近「大安森林公園」信義路側、建國假日花市。

捷運：

【大安森林公園站】6 號出口，出來就轉入右手邊的巷子(此為仁愛路三段 24 巷)，往前(北)直走三個小路口，就到新生南路 157 巷，左前方那棟即是。

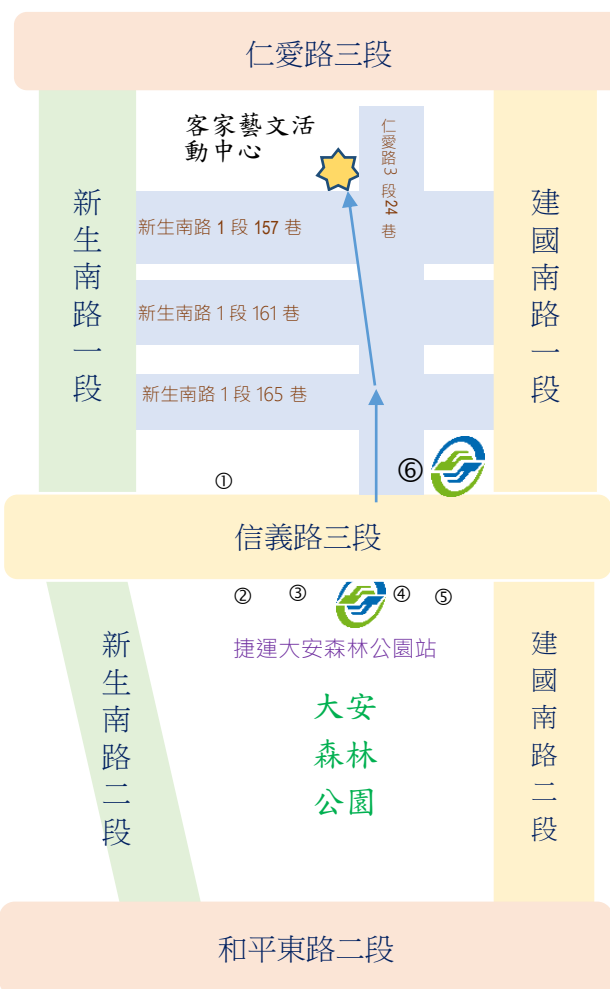
公車：

路線一：信義路上【大安森林公園捷運站】：20、0 東、信義幹線、22、88、88 區間車、38、指南客運 3 號、1503、226。

[信義新生路口]下車：204

路線二：新生南路上【信義新生路口】站下車：280、松江新生幹線(原 642)、72、0 南、109、505、643、668、672、675、311、211

路線三：在和平東路【大安森林公園】站下車，需橫跨公園、出信義路，而後從捷運站六號出口進入



【心朋友玩音樂 服務與聯絡：2739-6882】

經費補助：① 111 年度衛生福利部〈精神機構團體獎勵計畫〉

(心理健康司核定) ② 詹先生指定捐款 (補講師費不足數額)



廣告



經費：台新銀行公益慈善基金會
 <第 12 屆您的一票決定愛的力量>十萬元補助



心朋友學手機 基礎班第二梯次、進階班



感謝甜心與家屬們熱烈參與及淳淳老師的諄諄指導，基礎班第一梯次已圓滿進行，參加者收穫很多；第二梯次繼續由淳淳老師帶領喔。

學手機<基礎班第二梯次>即將開始！有興趣的朋友們可別錯過了！

學手機<進階班>也開始報名囉。進階只有這麼一梯次，把握機會。

帶著您的手機，現場除了聽講外，老師和服務人員可以個別指導您實際操作、使用。機會難得！ **免費參加：精神障礙者、家屬**

梯次	基礎班 (第二梯次)	進階班
日期 (每周三)	5 月 18 日	7 月 27 日
	5 月 25 日	8 月 3 日
	6 月 01 日	8 月 10 日
	6 月 08 日	8 月 17 日
	6 月 15 日	8 月 24 日
	6 月 22 日	8 月 31 日
時間	每班六堂課，每週三上午 10 點到 12 點	
課程內容	基礎班：手機、網路及 Line 功能的基礎了解。 進階班：實用手機程式的 app 介紹，包含 YouTube、台北等公車、Google maps、植物辨識 app 等精彩內容。	



報名專線：2739-6882 服務人員：王昱瑋

課程規劃及講師合作單位：智樂活/樂齡活動社群



台新銀行公益慈善基金會 <第 12 屆您的一票決定愛的力量> 補助案

☆ 心生活協會 111 年『心朋友學手機』-報名表

姓名		身份別	☐ 精神病友 ☐ 家屬
聯絡電話		E-mail :	
通訊地址：(郵遞區號)			
● 請提供自己或家中甜心的<身心障礙證明影本>等證明資料。 ● 疾病別：☐ 思覺失調症(舊稱精神分裂)、☐ 重鬱症 ☐ 雙相情緒障礙症(俗稱躁鬱症)、☐ 器質性精神病、 ☐ 其他精神疾病：_____ ● 手機配備：需要<u>能上網的智慧型手機</u> 手機系統：☐ 蘋果 IOS 系統 ☐ 其他系統 ☐ 不清楚 ● 報名：☐ 學手機-基礎班第二梯次 (5 月 18 日~6 月 22 日) ☐ 學手機-進階班 (7 月 27 日~8 月 31 日) ☐ 個別指導： 想個別學的內容 _____			

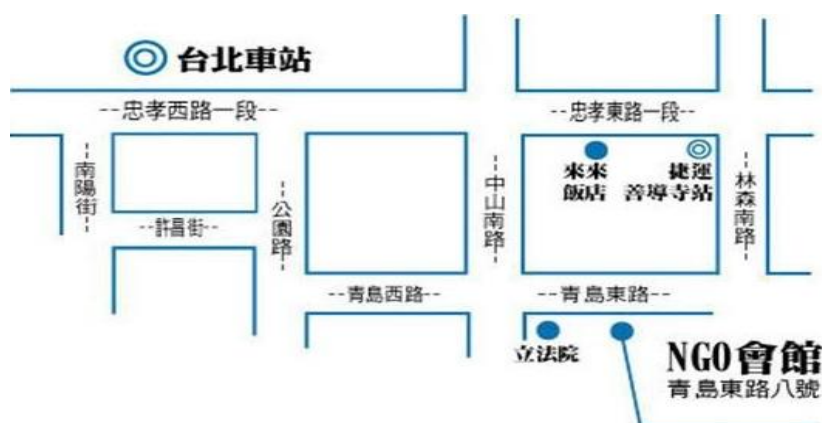
電話：2739-6882

服務人員：王昱瑋 先生

傳真報名：2739-3150

電子信箱：heart.life@msa.hinet.net

☆ 『心朋友學手機』上課地點：**【台北市 NGO 會館】**
 台北市中正區青島東路八號 (由會館右側進入後方小教室)



接近：捷運
 <善導寺>站、
 開南商工



心生活『精神障礙甜心樂生活』服務

(衛生福利部 精神病友多元社區生活方案發展計畫)

(核定：心理及口腔健康司 指導：台北市政府衛生局)

廣告

111 年度 藝術．培力社

禪繞畫．輕彩繪．和諧粉彩

- ◆ 參加對象：精神障礙者免費參加。(不拘縣市,可中途加入)
- ◆ 授課老師：林鳳珠 老師
- ◆ 協同助教：張文澤 社工
- ◆ 活動地點：黎忠區民活動中心 (2 樓大會議室)
(臺北市和平東路三段 391 巷 16 號)(全聯福利社樓上)



✚ 111 年時間：兩周一次，週(五)下午 三點到五點

月份	日期
五月	5 月 6 日、5 月 20 日
六月	6 月 10 日、6 月 24 日 (端午節放假，延後一周)
七月	7 月 8 日、7 月 22 日
八月	8 月 5 日、8 月 19 日
九月	9 月 2 日、9 月 16 日 9 月 30 日
十月	10 月 14 日、10 月 28 日
十一月	11 月 4 日 (提早一週)、11 月 18 日





心生活 111 年度--精障甜心樂生活〈藝術·培力社〉報名表			
姓名		疾病別	☐ 思覺失調症 ☐ 雙相情緒障礙 (俗稱躁鬱症) ☐ 重鬱症 ☐ 其他：
連絡電話：		E-mail：	
通訊地址：()			
* 必要/優先條件： ☐ 本人為慢性精神疾病患者。 (請提供身心障礙證明影本、或重大傷病資格、精神科看診證明)			
* ☐ 我需要定點集合一同前往活動場地(如：捷運麟光站 1 號出口) ☐ 其他備註：(例如：只能參加部分場次的月份/日期、方便的聯絡時間)			

電話：2732-4512 傳真：2739-3150 服務人員：張文澤社工
 電子信箱：heart.life@msa.hinet.net

地點及交通路線

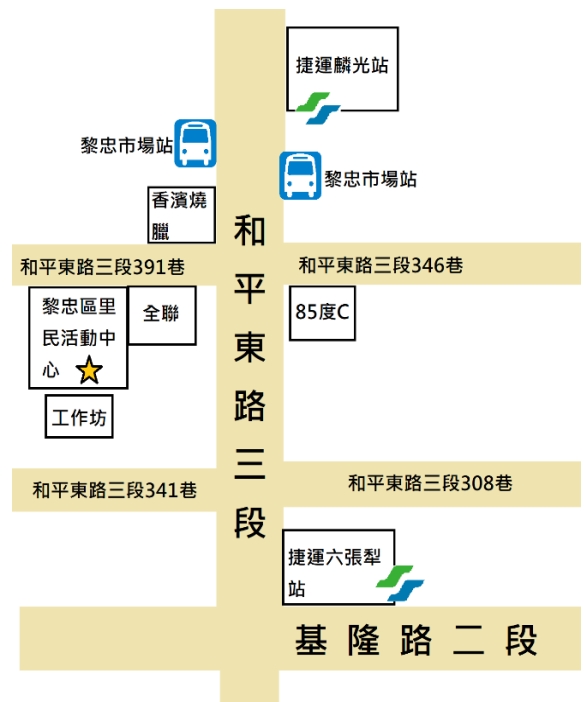
黎忠區民活動中心 (臺北市和平東路三段 391 巷 16 號)
2 樓大會議室 (全聯福利社樓上)(心朋友工作坊斜對面)

搭乘公車：

- ① 「黎忠市場」站：和平幹線(原 15)、敦化幹線(原 285)、18、72、211、282、292、556、680、685、902、568(舊和平幹線)。下車, 步行 3 分鐘。
- ② 1、284、284 直達車、611、基隆幹線(原 650)、1032、1551 在基隆路「喬治商職」站下車, 換搭 292、282 坐 3 站到「黎忠市場」, 步行 3 分鐘。
- ③ 207、284、284 直達車到和平東路「和平安和路口」站下車, 換上面①的公車, 坐 3 站到「黎忠市場」。

搭乘捷運：

- <捷運文湖線>在【麟光捷運站】一號出口。出站右邊直走至「香濱燒臘」右轉, 就看到「全聯福利中心」。
- <捷運藍線>在「忠孝復興站」、<捷運紅線>在「大安站」轉【文湖線】。





心生活-讓每顆心都發亮『甜心投稿服務』



全年服務，就等你來「**稿創意**」

抒發心情、表達想法、宣洩情緒，

每個人都有自己的創意和文采。

心生活為精神障礙甜心創造【發表園地】

詩詞、散文、畫作 都歡迎投稿；



讓大眾「**看見你的才華!**」、讓我們「**看見你的美好!**」



【服務對象】：**精神障礙者(甜心)**，**台北市民優先**。

首次投稿，請出示身心障礙證明、精神科重大傷病卡、或診斷證明書等。

【服務方式】：將詩詞/散文/圖畫/攝影創作，**投稿到 心生活協會**

協會幫您整理後上網發表。<http://www.心生活.tw> 官網之「發表園地」

【投稿方式】：(郵寄或 e-mail 都可以)

郵寄：(110)北市基隆路二段 141 號 5 樓 「心生活協會甜心投稿」收

E-mail：sweetheart@heartlife.org.tw (主旨請註明「甜心投稿」)

【稿費】：每篇\$100 元，但每人：每季(3 個月)上限\$300 元、
全年度累積稿費上限\$1000 元。

【領稿費】：最好能到協會辦公室、或心朋友工作坊親自領取。

若須匯款，須扣(自負)郵寄請款單的往返郵資和銀行匯款手續費。



☎ 電話：2739-6882 📠 傳真：2739-3150

服務人員：謝佳琪 兼職社工

[經費補助]：

臺北市政府社會局、臺北市公益彩券盈餘分配基金



廣告



給精障者與家屬的暖心支持



心家庭專線-諮詢與支持服務

~2739-8516 專屬於精神族群~

- ⚙ 透過電話、網站留言、E-mail 為您解答，傾聽同理您的處境，關懷您的心情，讓您抒發心中的感觸、所思所想，支持您脫離孤寂，擺脫起伏不定的心情。
- ⚙ 服務者瞭解您的需要後，可以幫忙請教有經驗的甜心、家屬、或各領域專家，為您尋找合適的解決對策或提供有用的服務資源訊息。



Call: 2739-8516 服務人員：趙婉如

服務對象：精神疾病患者與家屬

週一至週五上午 8:50~傍晚 5:10 (不限縣市)

官網：www.心生活.tw

[諮詢與留言/留言板/心姊姊諮詢回覆專區]

E-mail: heart.life@msa.hinet.net

☆ 臺北市政府社會局、臺北市公益彩券盈餘分配基金補助
社會及家庭署公益彩券回饋金補助



廣告

【心家庭專線】+暖房+家連家活動+連結心理師晤談

感謝政府補助，111年仍有三成左右的經費需要自籌捐款因應，
請一起支持精障家庭的溫暖專線(Warm Line)持續 on line !



心生活『精神障礙甜心樂生活服務』

(衛生福利部 精神病友多元社區生活方案發展計畫)

(核定: 心理及口腔健康司 指導: 台北市政府衛生局)



廣告

★ 111 年服務期間：1 月起至 12 月中旬止 ★

♥心家庭生活支持服務♥

- ✓ 服務對象：精神障礙者 (甜心)優先、有特殊需求的家屬次之
(因慢性精神病而領有身心障礙證明或重大傷病卡者優先)
- ✓ 支持服務 內容：(地域以大台北地區為限；數字代表優先順序)



① 陪同看診 (各科別皆可；精神科優先)



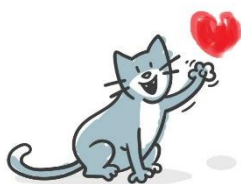
② 居家關懷訪視、指導排藥盒



③ 陪同外出參加活動等之交通訓練



④ 租屋陪同、居家清潔指導...等



2732-4512 服務員(社工) 張文澤、張傑奎



電子信箱：heart.life@msa.hinet.net



心家庭暖房



精障者之家屬及照顧者的每月聚會

111 年 2~11 月，每個月第二個星期五
晚上 6 點半~8 點半，地點：心朋友工作坊

5 月 13 日、6 月 10 日、7 月 8 日

8 月 12 日、9 月 9 日、10 月 14 日、11 月 11 日

~ 走出家門、有人懂你，找尋希望、集氣加油
看見彼此，交流經驗，前方有人，望見光明 ~

★ **活動帶領**：家連家精神健康教育協會 劉寶華 理事

★ **地點**：原定<心朋友工作坊>，疫情嚴重時將改到<心生活協會辦公室>！

過來前請先報名，以便告知當月地點，不便之處請見諒。

● 心生活協會 (北市基隆路二段 141 號 5 樓) (近六張犁捷運、喬治商職)

● 心朋友工作坊 (北市和平東路三段 391 巷 20 弄 16 號 1 樓) (近全聯超市)

★ **交通方式**：

[捷運]：文湖線《麟光站》1 號出口

[公車]：黎忠市場站／黎忠活動中心站

282、敦化幹線(原 285)、292、902、

和平幹線(原 15)、18、72、211、680、

685、市民小巴 7、568



心生活協會 111 年《心家庭暖房》報名表 (可單次或連續參加)

姓名			電話			E-mail		
病友對您的稱呼		病友的 疾病名		通訊地址：				

傳真：2739-3150 電話：2739-8516 服務人員：趙婉如、金林

[經費補助]：公益彩券回饋金(社會及家庭署)、臺北市社會局、
臺北市公益彩券盈餘分配基金補助



廣告