



101.10.20 看見. 支持精神障礙族群上街呼籲行動 敬致各界的感謝信

非常感謝許多記者朋友的辛苦採訪及報導，包括：聯合晚報、公共電視中晝新聞(午間新聞)、中國時報、自由時報、蘋果日報、苦勞網、立報、等媒體的報導。

感謝以行動前來參與的每一位朋友。感謝大家能夠接受媒體記者朋友們的採訪，回應了活動「看見」的重大意涵。

感謝參加籌備會的夥伴。感謝心生活協會任勞任願的同仁以及行動相挺的理監事與志工夥伴們。

感謝北市康復之友協會動員許多工作人員支援當日事務，感恩慈坊關懷中心的精障甜心與北市康復工作人員，精心策劃行動劇。

感謝新北市康復之友協會、花蓮縣康復之友協會、台中市康復之友協會、宜蘭縣康復之友協會、風信子精神障礙權益促進協會、活泉之家以及台北市/台中市許多康復之家的動員參與。

感謝台灣身心障礙就業權益促進協會、千障聯盟、殘障聯盟、台灣社會福利總盟、康復之友聯盟、陽明大學醫學系同學、輔大社工系同學、中原大學電子系同學等團體與學生的全程參加。

感謝立法委員陳節如到場致詞。

感謝當日許許多多未及細數、前來參加的夥伴及朋友們的共同參與。

因當日陽光燦爛，凱道前柏油路很燙，無法適當的坐下來，所以我們在凱到集會的時間較短，也因此，要和趕到台北凱道前卻來不及加入的台南市康復之友協會夥伴及若干朋友們道歉。此外，非常感謝北市康復之友協會一壽養護中心的謝護理督導提供醫藥備品清單，讓我們做好萬全的準備；並感恩謝督導及桃園居善醫院郭院長和護理主任三人全程參與，擔負醫藥組的



責任，讓我們很放心的前進。雖然醫護都沒派上用場，但他們的坐鎮讓我們安心；而，安心比什麼都重要。

感謝符鼎偉先生的專業攝影。

感謝所有一切促成此活動、參與此活動、支持此活動的人。也期待將來大家可以有更多肩並肩、手牽手的共同行動機會。

活動相片瀏覽, 請您上臉書(您需註冊帳號)加入「台北市心生活協會」或「金林」的臉書粉絲團(按「讚」就可加入粉絲團), 然後點選相片簿, 進去就可以看到許多精采相片. 但提醒您, 為保障被攝影者的隱私以及心生活協會的攝影創作權, 請您瀏覽就好, 禁止複製及使用相片. 感恩.

台北市心生活協會

http://www.facebook.com/profile.php?id=100002529395113&ref=tn_tnmn

金林

<http://www.facebook.com/#!/chintpe>



101.10.20 看見. 支持精神障礙族群上街呼籲行動 媒體報導彙總

一、2012.10.20 聯合晚報 精障族群上街 期盼社會重視

精障族群上街 期盼社會重視

101.
10.
20
聯合晚報
A6

【記者黃玉芳/台北報導】

國內持有精神疾病重大傷病卡者，約有20多萬人，但卻是沉默的一群，今天有約300名家屬、病友遊行，這也是精神障礙族群第一次「拋頭露面」上街，希望外界重視精障者長期性的照護資源。

台北市心生活協會總幹事金林表示，精神障礙患者需要的不只是服藥，患者可能因為疾病影響注意力、記憶力等，需要復健，以及生活支持。但經費、資源不足，導致現在越是嚴重的病人越缺乏服務資源、只能丟給家屬自己想辦法。

萬一出事，越加深大眾對精神疾病的污名化與恐懼，也導致患者家屬不願意承認生病、就醫，形成惡性循環。金林說，這次上街，希望呼籲長期照顧制度，也需重視精神障礙的社區照顧服務。

二、2012.10.20 蘋果日報 數百名精障病友上街頭 盼社會勿污名化

數百名精障病友上街頭 盼社會勿污名化 2012年10月20日 17:40

精神障礙族群今天齊聚街頭，主辦活動的台北市心生活協會表示，共有超過3百名精障患者與家屬參加，從大安森林公園走到總統府前，天氣雖熱，但途中離開僅2、3人。

該會總幹事說，活動宗旨是要民眾看到這些患者，正視患者存在與需求，該會現在有兩大訴求，一是學校教育應加強精神疾病介紹，而不是都講一般身體疾病，一是社區應廣設精障病友交誼中心，此外也呼籲公務員不應排除精障患者，且日後衛生福利部成立應單獨設立心理衛生司，才能給精障者更有效的協助。

連結 <http://www.appledaily.com.tw/realtimenews/article/life/20121020/147915>

三、2012.10.21 台灣立報 破除汙名 精障族首度上街

破除汙名 精障族首度上街 台灣立報 (2012-10-21 22:23)



遊行民眾手持布條及立牌，在車水馬龍的台北街頭，為精障者發聲。(圖／台北市心生活協會提供、文／鄭諺鴻)

【記者鄭諺鴻台北報導】「好手好腳為什麼拿身障手冊？」「發作時是不是會亂打人、甚至咬人？」多數人對精神障礙病友有誤解，為了讓社會對精障族群更加了解，消除歧視、汙名和刻板印象，台北市心生活協會 20 日帶領超過 3 百名精障病友及家屬上街遊行，呼籲政府保障精神障礙族群的權益。

台北市心生活協會總幹事金林表示，國內每年在精神科看診的病患超過 2 百萬人，因精神障礙領有重大傷病卡者約 20 多萬人，請領身心障礙手冊約有 11 萬多人。長期以來，大眾對疾病認識不夠，政府和民間對精神疾病患者、精神障礙者與其家庭的支持與協助都不夠。

「精障者不是單靠吃藥，心理治療也相當重要。」金林舉例，部份精神疾病患者因腦部功能受創導致記憶力衰退，失去能力無法自行就醫時，需要關懷訪視服務，提供心理及生活協助。金林呼籲，精障者不只是藥物治療，更需要制度化的精障社區服務資源政府，應給予適當資源及服務，精障者的生活功能可以發展、精神疾患家庭也能享有好生活。

金林進一步指出，原本的諮詢電話專線服務在今年未獲補助下暫停執行，她希望政府能給予精神疾病專款補助申請，讓服務能不因經費問題面臨中斷。政府組織再造之際，衛生福利部下應設置獨立的心理健康司，並修訂《精神衛生法》，納入多元化社區服務的推展，提供長期的社區服務經費、培育精神心理衛生社區工作人才。

政府別帶頭歧視



台北市心生活協會理長李淳一補充，《公務人員任用法》第 28 條第 1 項第 9 款規定，精神疾病患者不得擔任公務人員，「精障者考殘障特考意義何在？」他呼籲，《公務人員任用法》應刪除精神病患者不得任公職的歧視規定，終止政府帶頭歧視病友的污名。

「從外觀上看不出我是憂鬱病患者吧？」台北市心生活協會常務理事李麗娟，既是病友也是家屬，她亮出身心障礙手冊、健保重大傷病卡及愛心悠遊卡，證明自己是精障病友。她與精神疾病纏鬥多年，國、高中時發現自己情緒變化很大，時而沮喪、時而亢奮，家人以為是叛逆期也沒多留意，後來狀況越來越嚴重，經由醫生檢查得知患有憂鬱症，但當時醫學不發達，僅以「腦神經衰弱」來診斷。

李麗娟 20 幾歲發病，近 30 歲才開始吃藥，李麗娟說：「我知道吃藥後就是間接承認自己是精神病患，初期相當抗拒，但不吃藥狀況更嚴重，因此下定決心要好好治療。」她遍尋各式治療，直到現在仍穩定服用抗憂鬱症藥物，如同高血壓、心臟病等慢性病患者一樣，只要每天按時服藥，就可以正常生活。

不是危險分子或炸彈

精障患者發作時相當棘手，只要定期服藥或治療，就能大幅降低發病機率。是病友也是家屬的李麗娟兒子也有憂鬱症，服用藥物時曾反應不舒服，她會以自己的經驗告訴他，副作用一定會有，若不嘗試就無法控制病情。

病友們上街遊行，大聲呼喊口號「我不要歧視的眼光」，新北市慈芳關懷中心病友莊龍顯表示，自己因患精神疾病，過去常被詢問有沒有工作、是不是又亂打人等嘲諷性的話語，令他十分沮喪，一度想輕生；他十分感謝中心的社工，在病友們最危急且低潮時，給予一臂之力，如同自己的家人，不會受到異樣的眼光。

「我不是危險分子，也不是不定時炸彈。」新北市慈芳關懷中心的病友蘇民光說，小時候發病後，害怕和社會接觸，躲在家裡 10 幾年。他認為，精障者如果不站出來，就沒有改變的空間，沒有人知道精障患者要的是什麼，加入中心後，一同鼓勵其他精障者說出自己的想法。

精障族群第一次上街遊行，以行動打破對精神疾病的污名，來參與遊行的輔仁大學社工系同學們認為，一開始對精障患者也會怕怕的，實際到現場參與，才真正了解弱勢族群的處境，而非課堂紙上談兵，希望政府單位或學者能親自到場，以同理心去了解他們。



四、2012.10.21 中國時報 請微笑支持 精障朋友首度上街



走入人群

▲精神障礙族群20日走上街頭，從大安森林公園走至凱達格蘭大道，隊伍中志工牽著精障朋友的手，一同走完全程。
(陳振堂攝)

101.10.21 中國時報

請微笑支持 精障朋友首次上街

許俊備／台北報導

「你的微笑就是我的陽光！」一群來自北北宜的精神障礙朋友，平時足不出戶，為了向外界呼籲認同精障朋友，昨天在家人的陪同下，首次走出家門，串連在台北街頭「拋頭露面」遊行，訴求長照法應速訂社區照顧服務，獲得不少民眾溫暖支持。

台北街頭昨天秋陽煦煦，就像精障朋友期待已久的陽光。他們在電子花車的帶領下，人手一顆愛心氣球，從大安森林公園一路走到凱達格蘭大道。

參與遊行的精障朋友和家屬，唱著「阮若打開心內的窗，就會看見五彩的春光」，除鼓勵病友破除羞愧、迎向陽光，也希望外界也打開心窗不要排擠他們，看見他們的需求，支持他們的訴求。活動最後在凱達格蘭互相遞入愛心手疊，象徵愛心相連。

精障病友和家屬呼籲，要求未來衛生福利部應設置獨立的心理健康司，長照法也應建置精障社區照顧服務，並修訂精神衛生法，納入多元化社區服務和經費，並盼政府帶頭修法刪除精神病患不得擔任公職的歧視規定。

五、101.10.21 自由時報 精障者走上街頭 爭尊嚴要照護



精障者走上街頭 爭尊嚴要照護

(記者林相美/台北報導) 國內於精神科看診的人數超過兩百萬人，持有精神疾病重大傷病卡者約廿多萬人，三百多位精神病患者及親友昨天打破沉默，上街遊行，呼籲外界重視精障者的長期照護。發起人金林形容，精障者雖有成人行為，但腦部操作能力已重回兒時，社會應更有耐心。

三百多位參與者昨天聚集大安森林公園，沿著新生南路、仁愛路走向凱達格蘭大道，手中標語是內心的吶喊「不要可憐，我有尊嚴」、「生病不是我願意的」，多名鼓障者也到場支持，電子花車放著兒歌「再試一下」，病友、家屬戴上粉紅愛心手套，手牽手跟著吶喊，鼓舞自己不要放棄，曲終人散，身為台北市心生活協會總幹事的金林，站在指揮車上不斷提醒病友快點回家。

金林解釋，精神病患者腦部功能受損，記憶力也會受影響，凱達格蘭大道下午有活動，部分區域封街，精障者原本熟悉的動線改變，一般人可以應變，但精障者就可能回不了家。

金林舉例，精障者平日交通往返必須仰賴指標辨識方向，以北市為例，一個公車停靠站常有兩輛公車停靠，但每天停靠位置未必精準相同，精障者記得公車停在A店前，但公車隔天可能停在B店前，精障者找不到公車，若有妄想症狀，就可能以為有人害他回不了家，嚴重受創根本不願出門。

金林感慨，精障者的腦部運作和小孩差不多，大家願意一遍遍教小孩，卻對精障者不友善，她強調，病患不需要藥物治療，重點是疾病影響注意力、記憶力，需要復健、生活支持，政府有必要建立長期照護制度，提供社區照顧，例如增加個案服務員提供關懷訪視，才能讓精障者在社會中自在生存，不是把病患關在家裡就沒事。

300多位精障者及親友、支持團體昨天首度走上街頭，大家戴上粉紅愛心手套，手牽手跟著吶喊，鼓勵自己「再試一下」。

(記者林相美攝)



六、公視新聞(影音) 精障者拒污名化 爭取人權與工作權

<http://www.youtube.com/watch?v=lvovxX7-WP4>

七、公民新聞平台(影音) 看見. 支持—精神障礙族群上街呼籲行動

<http://www.peopo.org/portal.php?op=viewPost&articleId=109536>

八、101.10.20 苦勞網—踏出歷史性第一步 跨越污名 精障族群遊行

張心華 苦勞網記者

責任主編：孫窮理

爲了呼籲政府提供資源、建立長期服務，台北市心生活協會等團體在 10 月 20 日上午發起第一次以精障族群爲主的遊行，約有 300 多人參與。心生活協會總幹事金林表示，這次號召精神疾病患者與家屬共同上街、看見彼此，並說出自己的需求，希望能夠藉此讓社會大眾認識精障族群，消除歧視、污名和刻板印象。金林強調，精障族群並非少數，他們需要的不只是藥物治療，康復之路急需長期照顧的支持。



志工們在遊行出發前發放心型氣球給每位參與遊行的人。(攝影：張心華)



身障者也一同參與遊行，以行動表達支持，呼籲政府正視殘障者的需求。（攝影：張心華）



遊行隊伍行經仁愛路與新生南路交接口。（攝影：張心華）

金林指出，台灣精神疾病患者不是少數，超過 200 萬人在身心精神科看診，持有精神疾病重大傷病卡者有 20 多萬，精神類身心障礙手冊者則有 11 多萬，但政府卻忽略精神疾病患者長期照顧的需求。

「不是吃藥就好」金林舉例，部份精神疾病患者因記憶力衰退或腦部功能受創，失去交通能力無法自行就醫時，就需要關懷訪視服務，提供心理及生活的援助。此外，像是個案管理服務、支持性就



業服務、生活重建服務等等，金林表示，這些社區服務都急需政府提供穩定的經費及政策，才可能獲得普及、長期的發展。

因為缺乏精神疾病與精神復健的知識，加上精神疾病遭受嚴重污名，使得相關服務推展困難，金林提到，原本的諮詢電話專線服務在今年（2012）未獲補助的情況下便暫停執行，因此她希望，政府能給予精神疾病專款補助申請，讓社福團體的服務能不因經費問題面臨中斷；並於政府組織再造之際，在衛生福利部底下設置獨立的心理健康司。金林一再強調，長期照顧對精神疾病患者很重要，但《長期照護服務法》草案所提供的生活照顧、醫事照護卻規定「身心失能持續已達或預期達 6 個月以上，且『狀況穩定』者」，她質疑，「如果要『狀況穩定』才能獲得長期照護，等於是對精神疾病患者關起大門」金林認為，《長照法》需要建立精神障礙社區照顧服務。

現場有精障者分享自己的故事，他表示，自己 7 歲時就有症狀，但由於相關知識、資源不夠普遍，直到 30 歲才知道原來自己罹患精神疾病，「這 23 年來相當痛苦」，因此他希望能加強對精神疾病的教育，讓患者能夠了解自己的情況。風信子協會成員也說，自己透過努力生活、勞動來對抗疾病和賺取薪資，盼社會大眾能夠看見，不要污名化精障族群。

精障族群第一次上街遊行，盼以行動打破對精神疾病的污名，輔仁大學社工系和千障權益聯盟等團體也到場支持。輔仁大學社工系的學生們認為，不要只做在教室聽課，希望能夠實際參與議題，了解社會弱勢族群的處境。千障盟的黃智堅表示，身障者跟精障者是一樣的，他也預告，在 11 月 10 日將舉辦殘障者大遊行，大家要站出來抗議，要求政府改善相關政策。

九、PeoPoe 公民新聞平台/台灣海外網 看見. 支持—精神障礙族群上街呼籲行動

陳家豐先生 101.10.24 在 U-tube 放上一段剪輯完整的錄影報導，由千障聯盟全體成員拿愛心氣球呼口號的鏡頭開始，攝影了凱道前的點點滴滴，這篇錄影報導，並且由台灣海外網採用，連結報導：

<http://www.peopo.org/portal.php?op=viewPost&articleId=109536>

並有一段文字：

20 日上午，台北市心生活協會號召精神障礙者與各身心障礙團體首度上街頭遊行，呼籲政府組織再造，拒絕社會對精障與各障礙患者家屬的歧視和偏見，上百名精障患者上街吶喊；-遊行最後在總統府前凱達格蘭大道前人手戴愛心手套唱出「再試一下」；期盼社會對精障團體的認真與支持，更希望鼓勵精障者與家屬與不放棄，繼續努力；與另一首「阮若打開心內-的窗」；呼籲大眾接納患者，認識精神障礙疾病。

十、活動前媒體曝光 看見. 支持—精神障礙族群上街呼籲行動

十月二十日上街之前，平面媒體的部分，自由時報記者邱小姐報導了我們的活動預



告。

網路的部分，看起來健康醫療網首先放上我們邀請卡完整內容做活動預告，並因此，新浪網、奇摩新聞等網路新聞都有連結採用這篇預告，在活動之前做了宣廣。

[以上資料整理：台北市心生活協會 吳姿儀、金林]