

目的

- (一) 透過台灣各地區精神障礙團體交流，增進各精神醫療、精神復健機構及康復之友的交流與聯誼並提供一個正面且積極的治療復健機會。
- (二) 使精神障礙者擁有休閒技巧，藉由平日之舞蹈或歌唱等正當休閒活動有助於精神障礙者的身心紓壓與情緒穩定，在身心靈三方面都得到均衡健康的生活。

經費補助：高雄市政府社會局

承辦單位：嘉義縣康扶之友協會

辦理日期：106 年 10 月 23 日

辦理地點：嘉義長庚紀念醫院第一國際會議廳(嘉義縣朴子市嘉朴路西段 8 號)

此活動最滿意的部份及對本次活動的建議

1. 參賽者很賣力演出，值得鼓勵，希望每年藉此機會展現努力成果。
2. 希望有機會可以出國表演。
3. 可以看到來自各地區團體表演增進交流，希望明年可以得第一名。
4. 沿途的风景很美，使得心情愉快

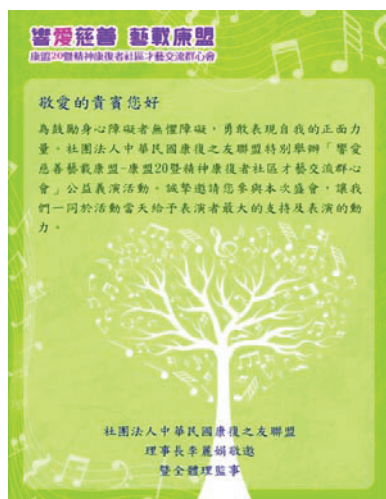


第13屆健心盃才藝交流-慈善公演

主辦單位：中華民國康復之友聯盟

辦理日期：106年11月24日

辦理地點：劍潭青年活動中心



印尼

由凱旋醫院社服室劉主任與社工師引薦印尼的精神科醫師、護理及社工至本會交流，才有機會讓印尼了解台灣精神障礙者社區照顧服務模式及政府相關身心障礙者社會福利與權益的服務措施。相對我們知到印尼於精神醫療團隊及醫療服務的不及與缺失，遑論社區照顧服務潰乏。

參訪者：精神科醫師、護理及社工

日期：2017年6月12日



韓國

日期：2017年10月26日至29日

主講者：韓國-仁荷大學法學院林仁煥教授、漢陽大學法學院諸哲雄博士、二位精神康復者。台灣-李麗娟理事長、黃國權醫師、陳仙季總幹事。

日本代表-八尋光秀律師。

參與會議者：精神康復者、倡導組織、社會工作者、律師、醫生。

會議地點：漢陽大學法學院

會議內容：如何鼓勵病人參與治療，照顧和復健過程與相關身心障礙者人權。



與韓國精神障礙者團體
權執行長及社工交流

主題：RSP 4.0(Recovery-oriented Services

and Policy Planning in Mental Health)

日期：2018 年 1 月 11 - 12 日

地點：香港大學百周年校園

主辦單位：香港大學社會科學學院、社會工作及社會行政學系及李嘉誠醫學院精神醫學系。

目標：1.介紹以復元為本的最新服務發展和實踐；2.推動以實証為本的服務，並建立平台，讓與會者分享實務智慧和經驗；3.研究如何擴展以復元為本的創新介入手法(包括發展、評估和執行過程)，以服務大量社區人口，並將實証研究的手法融入常規服務和政策規劃中。

會議內容：邀請耶魯大學的拉里·戴維森教授 (Professor Larry Davidson of Yale University)，以及諾丁漢大學的邁克·斯萊德教授 (Professor Mike Slade of University of Nottingham) 成為會議的主講嘉賓。最新復元理論的闡述、研究以及服務發展，會議有不同層面的對話，由個案介入、服務文化以至政策改變。

何謂復元 4.0

概括而言，復元運動的發展經歷了三個階段：

一、明白精神障礙者故事、經驗以及切身需要。
二、建立更準確的評量工具和測量心理特性，以及探討醫療和社福系統中哪些元素有助和妨礙復元。

三、確認以復元為本的不同服務、手法和技術
(例：朋輩支援服務、復元學院、以能耐為本的個案管理、就業支援以及健康行動計劃等)。

因此；復元運動邁向嶄新的第四階段，將復元概念推廣更深、更遠，讓更多社區康復者家庭受惠，亦使政策上持續發揮影響力。



與主辦單位香港大學謝樹基教授及香港城市大學趙雨龍副教授合影



香港葵涌醫院盧德臨醫師及香港城市大學趙雨龍副教授



走過之路~必留痕跡

此次國際研討會，結合產官學領域的專家學者；包括民間執行復元工作的 NGO，探討實證研究的學者及政策上、編列經費的立法委員、政府官員參與。從生理、心理、社會、政策的對話及研究成果分享，受益良多。為何精神障礙者需要復元運動；有幾點值得省思 1. 康復的迷失 2. 汙名與烙印 3. 政策推動 4. 支持陪伴的重要…



陳仙季

康復：從傳統對康復的詮釋，表示症狀的消除，

因此；許多精神障礙者再次發病住院的原因來自「康復」的迷失，認為康復代表症狀消除，不用服藥。然而；精神疾病不見得服用藥物就可以消除症狀，而是藉由適當藥物治療，將症狀減少到最小，可以與外界溝通或社區參與、復健訓練等，精神障礙者學習認識疾病、覺察症狀的樣貌，維持症狀穩定及與病共存，重新找回對生活的夢想與希望，重拾社會角色，落實希望，才是康復最好狀態，在香港把康復命名為復元(Recovery)。

汙名：古今中外，根深蒂固、長生久視對精神障礙者既有汙名、烙印，不僅社會大眾對精神障礙者刻板印象，長久亦深入精神專業人員、精神障礙者及家屬內化的烙印問題，復元；逐步覺察自生病至康復是一條有起伏的過程，亦是一個成長的過程，會經歷症狀干擾、疾病穩定、疾病復發，重要的是從經驗中學習，明白疾病不是生命中的全部，可以將生病經驗視為珍貴的財富，為別人生命中的貴人。

政策：香港復元運動於2009年民間引進國外的模式，結合企業挹注經費而試行，將服務成效提供政府為政策參考依據，因此：香港的醫院管理局、社會福利署納入重要福利措施。社會福利署透過獎券基金撥款，於2016年3月推行為期兩年的「在社區精神康復服務單位推行朋輩支援服務先導計劃」，有11個綜合社區中心的機構負責提供服務，裝



備合適的精神病康復者成為朋輩支援者，為有需要的精神病康復者提供情緒和復元支援。截至2016年12月底，共有50名全職或兼職的朋輩支援者受聘於綜合社區中心、

中途宿舍或職業康復單位提供朋輩支援服務。2017年編列港幣1000萬經費，預計每年增編800萬元持續提供服務。

社會福利署為加強對精神病康復者提供的支援及協助他們盡早融入社區生活，社署於2010年10月起於全港各區開展精神健康綜合社區中心-Integrated Community Centre for Mental Wellness(ICCMW)，2010年展開服務，編經費港幣1億3,500萬元，增加至2018年度超過3億3,000萬元的預算開支。目前設置24站服務據點，透過一站式及綜合的服務模式，為有需要的精神病康復者、疑視有精神健康問題的人士、他們的家人或照顧者及居住當區的居民，由非政府機構提供及早預防及危機管理的一站式和便捷的社區支援及康復服務。

支持：精神障礙者在康復過程需要四部分的協助，包含；康復者本身、主要照顧者、精神專業人員及社會人士的支持。康復者有權力參與和自己有關的決定，包括為個人的復元計畫、服務資源分配和服務策略發展提出意見。家人需要了解、接納和生活上支持康復者的復元過程。服務提供者與康復者為夥伴關係，其關係建立在最小的專業為主導，而以共同合作方式，協助其復元之路。朋輩支持(同儕支持)；康復者經由復元的經驗，提供予其他康復者，影響、鼓勵、支持他們的信心，勇於嚐試邁向復元之路。

台灣現況：藉由香港社區照顧服務經驗，反思政府應該重視精神障礙者的福祉，對於社區照顧服務編列經費及人力配置應到位。我珍惜大家賴以生活的美麗寶島台灣，它為代代子孫安身立命之處所，堅信推動精神障礙者暨家庭工作對整體社會有其核心價值。高齡浪潮已臨，同樣精神障礙者家庭面對雙老問題，*從服務個案中看見長期照顧服務的缺乏；62歲呂姓中度精神障礙者，因糖尿病多年導致要洗腎，害怕洗腎過程，會有身體、心理不適，需要有人陪伴與幫助，所以尋求進住養護機構，發現精神疾病的養護機構一床難求，而一般養護機構每月至少25000元，他負擔不起，最終居住本會提供夜間社區家園，白天到社區復健中心，由護理師、社工、教保員、同儕共同支持與協助，滿足個案多重的需求，同時重視個別獨特需要，顧及自立、自主、自我決擇及生活品質與個人隱私。*雖然目前解決問題，但三年後，他無法進到社區家園及社區復健中心服務體系時，他又該何去何從。我支持政府長照2.0，著重在地老化、預防老化、健康老化的觀念，但精神障礙者社區長期照顧服務在哪裡？在此政策下；安置機構的費用精神障礙者負擔得起嗎？

實踐以精神障礙者社區生活為導向服務

推動衛生和社會福利工作所提供的服務不應該片段、分離化照護，應該落實以精神障礙者社區生活為導向服務，才能切合個案真實需求，分擔家屬照顧的壓力。因此；期待社區生活服務

一、行動式社區服務：目前台灣日間型社區復健中心截至 106 年 6 月有 64 家，服務 3,067 人，提供多元活動、職能訓練及社區融合，但僅服務主動到機構的個案。然而社區仍有許多走不出來的個案，尤其憂鬱症個案，應結合復健機構，提供行動式到宅服務，評估案主居家鄰近資源，規劃服務處遇，協助從小的生活圈逐步引導進入大的社交圈，並提供家屬危機介入服務，使家屬有喘息、充權效益。

二、強化資訊傳達的便利性：網路無遠弗屆，普及相關精障者醫療、福利、就業等資訊，使精神障礙者及家屬利用手機功能，方便性、立即性獲得服務路徑輸送，縮短城鄉差距問題。

三、建立社區個案管理服務：由各區域的社會課及衛生所為據點式的服務，因他們易於掌握、了解該區的精神障礙者相關問題及需要的資源，因此，對嚴重精神病患者推行個案管理計劃，主動為居住於社區的嚴重精神病患者提供個別化、持續性及深入的服務。須橫向整合村里幹事，宗教、慈善團體，民間機構等、構成線的連結、並擴展潛在可以提供服務單位，大家攜手合作，落實無縫轉銜服務。

照顧精神病患者「是一條堅辛、漫長往前行走之路，政府只要有心、用心就有活路」。



與宜蘭康復之友協會黃麗鶯理事長，香港中文大學張靜文教授，凱旋醫院徐淑婷醫師合影



小丸子；大夥取的暱稱，她非常喜歡這稱呼，不是因為身材長的圓潤，而是個性開朗，活潑。多年前乍到圓夢社區復健中心，因為工作一直不順利，體力，耐力，專注力，學習能力不好，導致沒有自信心。經由復健的訓練，開發多元興趣的潛能，參加唱歌，跳舞，作手工藝活動，更可貴有一份工作，早上5-6點出門做戶外打掃工作(4小時)，持續不間斷的努力工作，幾年之後；她下午又兼另一份大樓清潔工作。

小丸子；保持穩定工作的不二法門，規律服藥，勤奮工作，參與活動，家人、工作人員支持。她每年非常期待健心盃才藝交流比賽盛會，因為；可以展現她唱歌，跳舞，演話劇的多元化才藝，在高雄地區身障團體，慈善團體辦理園遊會必受邀上台表演，甚至企業辦尾牙活動，禮聘受邀演出。不僅如此；今年開始從事全職的工作，受邀到學校分享生病歷程轉化成成功經驗。如今的她，享受生活、活出精彩人生。



在復元的路上，與你同行

作者：旗津女孩

我來自喜福復健中心，發生車禍後行動不像以前那樣靈活，自信心也變少許多，幸好身邊有許多貴人；家人、醫護人員、主任、老師、學員和朋友在旁幫助和支持，感恩。印象最深刻的是聖孜老師會放影片激勵我們，例如：力克胡哲，雖然他行動不方便，卻可以永不放棄努力戰勝自己，讓自己的生活，活得精彩有活力。看他的故事後讓我的想法也跟著改變，想去突破去幫助和我一樣有心理困擾的病友，於是我參加同儕支持訪視員，士玲老師帶我們去長庚、崗山生命源，去關心那裏的學員。于婷老師幫我做很多次芳香療法與NLP大腦轉換思考，讓我的想法和行為、人際互動進步很多，情緒也穩定，和家人能和睦相處，能照顧自己，也能照顧家人。

假日我會和家人或喜福同學去逛街、看電影。看“一念無明”這部電影，看完有一點醒悟，自己能康復家人的支持很重要，媽媽不厭其煩的照顧我，現在她年紀大換我照顧她，才知道照顧人很辛苦，感恩媽媽的辛苦。105年、106年我有參加高雄市衛生局舉辦食、衣、住、行、育樂集點的活動，很高興獲得“銀牌獎”。這活動幫助我走出戶外，讓我有更多機會和陌生人互動，也熟悉以前不知道好玩的景點，達到放鬆、舒壓，朋友們在旁鼓勵和協助。

我現在也有和主任、同儕到校園去分享我的復元經驗，我們到樹人醫專、輔英科大演講，訓練我們的信心和膽量，讓樹人醫專的學生、老師可以更了解我們生病及復元的心路歷程。學生給我很正向的回饋，不要為昨天的你哭泣，我的進步可以鼓勵更多人走出來，更多人復元，加油！

產品介紹

社團法人高雄市心理復健協會 訂購單

訂購單位		電話		傳真	
聯絡地址		訂購聯絡人		統編	
配送方式	☐ 郵局宅配 ☐ 協會自取 ☐ 外送	滿 2,000 元以上免運費(限同一住址) 宅配費用依郵局便利箱費用計算			
配送日期		配送地址			
付款方式	☐ 匯款 ☐ 貨到付款	總金額			
1. 郵政劃撥 / 戶名: 社團法人高雄市心理復健協會		劃撥帳號 / 41812062			
2. 臺灣企銀 / 戶名: 前鎮分行 戶名社團法人高雄市心理復健協會		帳號 / 85312019766			
訂購商品	手工餅乾禮盒	咖啡禮盒	堅果雪Q餅	堅果牛軋糖	
訂購數量					

協助精神康復者在社區中藉由學習、參與、合作的方式，
教導她們製作手工餅乾、鳳梨酥、研磨咖啡等產品，看見他們的能力，
在生活中實踐自我、提升生命價值。您的支持、關懷、接納是他們持續成長的力量！

手工餅乾禮盒 \$399



A 禮盒

裸麥鳳梨酥、薄掛式咖啡、堅果雪Q餅



B 禮盒

裸麥鳳梨酥、堅果雪Q餅、綜合牛軋糖



C 禮盒

裸麥鳳梨酥、薄掛式咖啡、堅果雪Q餅、綜合牛軋糖

咖啡禮盒 \$300

◎內容物：薄掛式咖啡8入裝，單包12g

◎嚴選阿拉比卡

原豆 產區包括

巴拿馬科特

瓦山脈莊園 /

瓜地馬拉薇薇

特產果 / 衣索

比亞耶加雪菲



堅果雪Q餅 \$150

◎內容物：10入裝(華食)

◎結合多種堅果、含豐富營養及

一大把蔓越莓、葡萄乾搭上鹹

香的奇巧餅乾一整個美味大升

級，搭配香濃咖啡當下午茶點

心，是最受

歡迎的完美

絕配！



堅果牛軋糖 \$100

◎內容物：原味、巧克力牛軋糖

(華食) 每袋130g

◎滿滿的杏仁果、含豐富營養維

生素E，絕對保證不黏牙！，適

合全家大大

小小的小點

心，讓您一

口接一口！



連絡我們

- 地址：高雄市前鎮區民權二路456號5樓
- 電話：07-3381771 07-3388820
- 傳真：07-3381785

- 聯絡人：陳仙季、陳素慈
- 電子信箱：x12762002@yahoo.com.tw
- 單位網址：http://www.cilifuza.org.tw

