

行政院新聞局出版事業登記證 局版台省誌第四七四號 協會Line ID: 0963810702
中華郵政中台字第1258號執照登記為雜誌交寄

臺中市山海屯啟智協會



善心人士助印
請珍惜廣傳閱



工坊粉專



國內郵資已付
臺中郵局許可證
臺中字第1685號
無法投遞時請退回
雜誌
中華郵政臺中雜字
第2110號登記證
登記為雜誌交寄

謝謝您關懷並支持協會對心智障礙者家庭之服務！

愛心捐款方式如下：

- 1.親自至協會捐款。台中市豐原區成功路626號 04-25296453
- 2.劃撥捐款。帳號/20206912 戶名/社團法人臺中市山海屯啟智協會
- 3.郵局轉帳捐款。填寫授權書郵寄協會，每月定期捐款。
- 4.信用卡捐款。填寫授權書郵寄或傳真至04-25286747每月定期捐款。

發行單位/臺中市山海屯啟智協會
發行人/黃淑芬
地址/420台中市豐原區成功路626號
電話/04-25242603.25296453
傳真/04-25286747
電子郵件/lovhrt.t659@msa.hinet.net
郵撥帳號/20206912

編輯群/鄧雪玲
美工編輯/冠雅企業社
印刷/冠雅企業社
台中市豐原區圓環北路
一段166號
本期印刷量/2500份

結合智障者家長，自助而後助人，推廣身心障礙福利工作，願社會多關懷支持

活動預告

- 5月14日 辦理家庭照顧者支持方案-山線支持團體
- 5月21日 辦理家庭照顧者支持方案-山線支持團體
- 5月28日 辦理家庭照顧者支持方案-山線支持團體
- 7月02日 辦理暑期生活營、夏令營行前說明會
- 7/4-7/29 辦理暑期夏令營
- 7/4-8/05 辦理暑期生活營

5/7-5/28(每週六9:00-12:00山線團體課程-創傷療癒)

團體課程持續邀請黃筱懿老師為家長帶來連續4週的創傷療癒課程，從過去曾面對的種種創傷，由老師帶領來認識這些過往的傷痛，並學習從中自我療癒與恢復，增加自身復原力，更有能量及正向面對未來生活。

上課地點：啟智協會小作教室(成功路673號2樓)

報名方式：04-25296453#17 張仲崑 社工員

身心創傷整合課程心得分享

● 陳文卿

去年上了黃筱懿老師的家族系統排列課程，今年繼續上身心創傷整合課程，上課內容心得分享：

第一次課程，介紹身心創傷整合意義，不論你經歷過哪種創傷，創傷的感覺會自己留在身體裡面，你的經歷和故事都很重要，講師黃筱懿說每個人面對創傷的方式都不同，不管你現在想要分享給別人聽、或不想分享，想讀別人的創傷經歷、或不想讀...這些都沒有對錯，你現在面對的方式，就是現在的你適合的方式。或許之後會改變，但是不用急，面對創傷沒有一定的時間軸或進度，用自己舒服的方式來面對。第一次上課講師讓我們要學習將創傷說出來，看見自己內在的需求，每天花10分鐘學習跟內在的自我相處。

第二次課程釋放壓力和內在力量，當你能夠覺察到身體的壓力，意識到自己壓力影響到身體，那麼，你就需要幫助身體回到「現在」——你可以把雙腳踩在地上，去感受腳底板和地面接觸的感覺，感受腳下的地面穩穩地支撐著你；你可以開始做深呼吸(吸氣四秒鐘，吐氣五秒鐘)，每一次吸氣、吐氣時，去感受空氣進出的感覺；你可以告訴自己：「現在這個當下，我是安全的。」

現場有一位會員小孩小美(用代號表示)，在3歲時因為吞玩具卡在喉嚨，緊急到醫院開刀，直到現在三十多歲，常常用手腕壓自己的喉嚨，並發出不舒服的聲音，老師看到小美的狀況，在現場為其做心靈療癒，有慢慢看到孩子的改變，減少壓喉嚨，眼神安定許多。

筆者由於去年母親的離世，內心仍深深的思念，請老師幫忙做療癒，一邊聽講師的導引詞、一邊回想小時候的

情形，慢慢導引出小時候的創傷，將自己的負能量釋放出來，在釋放的過程不自禁眼淚直流並且嚎啕大哭，過程中講師提醒眼睛不能閉起來，結束後猶如啟動新能量，感受到一股活力注入體內。

第三次課程，介紹內在小孩的種類和需求，簡要說明如下：

- 1、自然小孩：我們的孩子都是屬於自然小孩，每天的帳、每天算。
- 2、創傷小孩：a順從小孩：願意學習卻受傷最深，需要「妳好棒」增加自己信念。b叛逆小孩：不願意被管，需要做自己事的媽媽「你不在、我也好好」，塑造家是一個安全的環境。

最後一堂課程，講師說交感神經和副交感神經失調會產生心悸、頭痛、失眠各種文明病，自律神經失調與心理創傷互相影響，學習讓身體放鬆、感覺放鬆和思考放鬆是日常生活中重要課題，現場兩兩家長分組，一邊聽講師的導引詞，一邊互相療癒，甲家長說自己太「一」了，因為不安，常會築起一道高牆。乙家長說很好的課程，想繼續上老師的課，每天煮飯，偶爾也想讓自己放假，學習做自己的主人。丙家長因為早期車禍造成流產的陰影，整個療癒過程哭得很傷心。

最後很感謝山海屯啟智協會舉辦這樣有意義的活動，透過講師帶領，讓自己內在創傷能夠得到療癒，學習在生活中放鬆，希望未來都能持續參與老師的課程，猶如老師名片上的提點「化解心靈痛點、綻放滋養豐盛」。



恭賀陳燕馨女士榮獲辛勞媽媽獎



恭賀游基女士榮獲辛勞媽媽獎

信望愛智能發展中心
捐贈母親節禮盒給小
作學員送給母親祝媽媽
母親節快樂!!!

3/10-3/31 海線團體課程(創傷療癒)

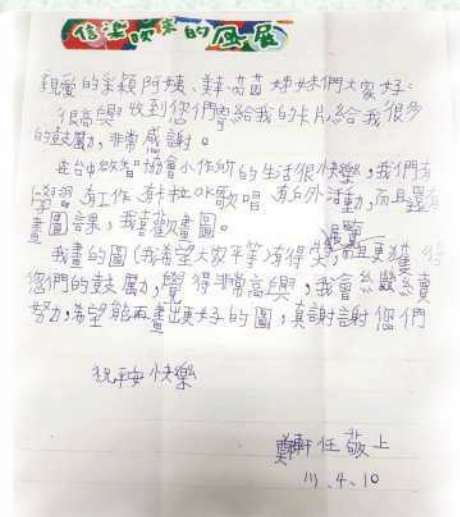
家庭照顧者支持計畫系列活動

3/12

屯區資訊講座
(口腔衛教)



心智障礙家庭照顧者支持服務計畫
指導單位：臺中市政府社會局 主辦單位：社團法人臺中市山海屯啟智協會
補助單位：臺中市公益彩券盈餘經費補助



親愛的采穎阿姨、美幸、芮茵姊妹們大家好：很高興收到您們寄給我的卡片，給我很多的鼓勵，非常感謝。

在台中啟智協會小作所的生活很快樂，我們有學習、有工作、有卡拉OK歌唱、有戶外活動，而且還有畫圖課，我喜歡畫圖。

我畫的圖我希望大家平等，有得獎展覽，而且更獲得您們的鼓勵，覺得非常高興，我會繼續努力，希望能再畫出更好的圖，真謝謝您們。 祝平安快樂

鄭軒任 敬上

111.4.10



To: 軒任

我覺得你畫的「我希望大家平等」的顏色配的很漂亮，你希望每個人都能被友善對待的心也讓我很有感動。謝謝你創作了這麼好的一幅畫！

By 采穎

To: 軒任

我覺得你畫的「我希望大家平等」的顏色配的很漂亮，你希望每個人都能被友善對待的心也讓我很有感動。謝謝你創作了這麼好的一幅畫！

by 采穎

我喜歡在小作所做咖啡作業，我負責做咖啡袋，封的因為咖啡做得很好，真老師會給我鼓勵，也會給我獎金，媽媽也會帶我到外面去買我喜歡的東西。

俊宇

● 品勵

我喜歡大家在一起工作很高興，有快樂的一天。我喜歡做豆干包裝，還有福衣，最喜歡商店值班，跟客人打招呼「客人您好，請參考一下」，看到客人要說您好才有禮貌，客人也會稱讚我們好棒！

我的興趣是唱歌跳舞，我要當台語金曲歌王，我要像黃文星、羅志祥一樣唱歌跳舞。

我在小作所老師請我學習封口和貼標籤，我記在封口或是咖啡封好後，我都會再檢查有沒有封好，如果封好可以拿到樓下商店賣，然後我喜歡跟大家一起工作，我也喜歡跟大家去外面公園走走和玩遊戲，我覺得這樣很好玩。

王瑞恩敬上



3/12山線紓壓課程(手做DIY)



111.03.15太鼓班表演



才藝班畫作受邀參展「信樂吹來的風展」於台南美術館展出

111年全國身心障礙國民運動會特奧保齡球特奧男子保齡球

個人賽(決賽) 楊喬登 金牌 廖方程 銀牌

雙人賽(決賽) 楊喬登 銀牌 廖方程 銀牌

恭賀



學員參與義賣



學員為了參加才藝比賽，利用休息時間練習舞蹈



111 年 1 月份

- 1/8-1/9日 理事長、葉常務理事參加智總30周年慶暨理監事會
- 1月09日 太鼓班至後寮福德祠表演並接受捐款及10名弱勢會員物資
- 1月12日 召開工作會報
- 1月13日 監事查帳
- 1月14日 太鼓班至協進五金公司表演太鼓並接受捐款
- 1月16日 太鼓班至沙鹿德林宮表演並接受捐款，謝謝前常務監事廖秀味引薦
- 1月16日 召開理監事會
- 1月16日 理事長、好孺社工與學員及家長參加智總與日本交流畫展
- 1月22日 小作社區適應
- 1月23日 召開會員大會
- 1月26日 辦理員工健檢
- 1月27日 辦理員工健檢

111 年 2 月份

- 2月10日 總幹事參加總幹事激勵營
- 2月13日 辦理志工暨工作人員新春團拜
- 2月17日 召開工作會報
- 2月18日 召開多元督導會議
- 2月22日 召開小作工作會報
- 2月23日 理事長、葉常務理事、總幹事參加智總中區聯誼會
- 2/26-2/28日 辦理員工自強活動

111 年 3 月份

- 3月09日 參加全國心智障礙者才藝大賽第一次籌備會
- 3月10日 辦理家庭照顧者支持服務團體課程-海線
- 3月12日 辦理家庭照顧者支持服務資講座-屯區
- 3月12日 辦理家庭照顧者支持服務紓壓課程-山線
- 3月14日 理事長、葉常務理事、江芳瑱理事、總幹事拜訪中特校長洽談才藝大賽場地租借事宜
- 3月17日 辦理家庭照顧者支持服務團體課程-海線
- 3月17日 召開小作會議
- 3月18日 小作辦理內部才藝比賽
- 3月20日 理事長、蘇家慧理事參加智總會會員大會



感謝永珍紀實業有限公司熱心捐款



感謝元大證券捐贈後背包

111 年 3 月份

- 3月22日 召開工作會報
- 3月24日 辦理家庭照顧者支持服務團體課程-海線
- 3月25日 中華電商協會理事長來訪
- 3月28日 總幹事、佳迪社工參加市府家托聯繫會報
- 3月31日 辦理家庭照顧者支持服務團體課程-海線

111 年 4 月份

- 4月07日 參加陳進德先生母親告別式並接受捐款
- 4月08日 參加寶佳基金會計畫審查會
- 4月12日 召開工作會報
- 4月13日 監事查帳
- 4月14日 社工參加市府小作聯繫會報
- 4月16日 辦理資訊講作-山線
- 4月16日 辦理舒壓課程-屯區
- 4月17日 召開理監事會
- 4月21日 廠商來訪並捐款



感謝喜鵲生活股份有限公司熱心捐款

感謝全家便利商店物資捐贈



感謝陳李勉太夫人捐款

111年 1 月 捐款

- 11元 寶御食品有限公司
100元 馬冠晟、盧璽文、白寶珠
142元 勞動部勞動力發展署中彰投分署
150元 李孟融
200元 賴俊辰、賴建源、鄢吟芳、王森鏡
300元 陳雅芳、(黃俊能、江小青、黃堃愷、黃靖倫、江王美麗)、戴琪閔、賴秉澤、楊順智、楊鴻泉、羅靖承、鄭淑惠
500元 張玉詮、張婉琳、戴語玲、溫欲美、陳月娟、蒲宥霖、邱麗真、朱月雯、溫勝凱、溫勝宇
590元 圓環東聯合診所
600元 陳建民
933元 吳湘淇
1000元 冠昇工程設計事務所、許宗琳、善心人士(鐘冠斌、鐘冠閔)、張瀾分、翁美春、陳清龍、陳本添、林泓儒、徐陳明娟、戴秋絨、黃榆樺、劉育廷、楊瓊慈、楊哲嘉、許瀛仁、張茹榮、(陳慧娟、溫東遠)、黃秀芳、蔡騏鴻、鄧彥騰、林國彬、楊幼慈、曾鵬諺
1200元 黃曼軒、魏玉芳
2000元 陳蕾安、易瑞芬、溫欲美、張淑美
3000元 宋珈妤、黃淑芬、楊志全
3600元 鴻鋁機械股份有限公司
3695元 200days
6000元 康翠珍
8000元 臺中市神岡後寮福德協會
8800元 怡興企業社
10,000元 王陳瑞芳、林高平、顏國書
20,000元 鄭冠生、王思靖、

111年 2 月 捐款

- 100元 簡順彬、盧璽文、白寶珠
150元 羅靖承
200元 賴俊辰、賴建源、(黃俊能、江小青、黃堃愷、黃靖倫)、王森鏡
270元 邱文正
300元 戴琪閔、賴秉澤、楊順智、楊鴻泉、鄭淑惠
500元 魏妙貞、陳月娟、林貴樹、張清訓、蒲宥霖、邱麗真、朱月雯、溫勝凱、溫勝宇
1000元 許宗琳、(羅明君、張昱雲)、(簡海山、簡盈秀)、邱黃怨、姚琇芹、劉育廷、徐陳明娟、戴秋絨、黃榆樺、(陳慧娟、溫東遠)、黃秀芳、蔡騏鴻、鄧彥騰、林國彬、楊幼慈、楊瓊慈、楊哲嘉、許瀛仁、張茹榮、劉育廷、
1828元 善心人士
2000元 (陳慧如、陳昕聿、陳晴筑、陳蕾安)、呂黃秀汶、張淑美、江秀珠
3600元 鴻鋁機械股份有限公司
6000元 川本國際包裝有限公司
10,000元 卓越電子股份有限公司賴宗德、兆遠鋼鐵股份有限公司
20,000元 佳弘機械有限公司
36,000元 江芳瑱

111年 3 月 捐款

- 24元 勞動部勞動力發展署中彰投分署
30元 寶御食品有限公司
81元 張嘉真
100元 王淑卿、盧璽文、白寶珠
150元 羅靖承、李孟融、
200元 凌樹基、賴俊辰、賴建源、王森鏡、林淑慧、珈神咖啡、陳雅芳
300元 戴琪閔、賴秉澤、楊順智、楊鴻泉
355元 享御養生館
416元 圓環東聯合診所
500元 朱月雯、溫勝凱、溫勝宇、蒲宥霖、邱麗真
885元 后里湯餃
1000元 許宗琳、冠昇工程設計事務所、魯邦三二農食烘焙坊、鄧彥騰、林國彬、許瀛仁、徐陳明娟、戴秋絨、黃榆樺、(陳慧娟、溫東遠)、黃秀芳、蔡騏鴻、張茹榮、趙映筑、趙千貴、劉育廷
1100元 TheDoop潛意識探索
1104元 童樂kid現烤蛋糕店
1600元 陳宏成
2000元 鄭景焜、張淑美、(陳慧如、陳昕聿、陳晴筑、陳蕾安)
3600元 鴻鋁機械股份有限公司
5000元 黃淑芬
6300元 善心人士
10,000元 林榮勳

實物捐贈

1月	童樂kid現烤蛋糕店	蛋糕一批
	蘇家慧	義賣品一批
	興鴻生鮮超市賣場	廢電池0.1kg
	林財旺	廢電池1.5kg
	黃先生	椪柑350顆
	大願大行福至心靈	饅頭100盒
	豐原白沙屯媽祖文化協進會	白米4箱
	豐田社區	廢電池0.7kg
	正直村生機食品專賣店三豐店	麵包一批
	詹德模	包子、饅頭一批
2月	豐祥食品行	包子、饅頭一批
	陳慧如、陳昕聿、陳晴筑、陳蕾安	衣服一袋
	臺中武脈武財宮	白米100包
	呂麗菊	生活小物品1件
	黃鏡坤	二手筆電1臺
3月	童樂kid現烤蛋糕店	蛋糕一批
	詹德模	包子、饅頭二批
	豐祥食品行	包子、饅頭二批
	魯邦三二農食烘焙坊	麵包一批
	全家便利商店潭子甘蔗店	麵包一批
	全家便利商店潭子金圓通店	麵包一批
	全家便利店卓蘭水梨店	麵包一批
	興鴻生鮮超市賣場	廢電池0.2kg
	千秋事業有限公司	衛生紙等民生用品一大批
	童樂kid現烤蛋糕店	蛋糕二批

中發獎票

11、12月

1000元 倪洪珊
8400元 善心人士

