



# 活力季刊

第六十三期



電話：(02)2782-2290

E - mail：[ciltapei@gmail.com](mailto:ciltapei@gmail.com)

傳真：(02)2782-2223 網址：<http://www.ciltp.artcom.tw/>

郵政劃撥：50022397 統一編號：48874517

銀行帳號：中國信託 (822) 2555-4014-1465

戶名：社團法人台北市新活力自立生活協會



活力會務大記事

2022/4/1~6/30 ~P. 1-3

活力專文

P. 4-5

活力感謝捐款名冊 ~

P. 6-9

協會創立

2007/1/21

理事長:翁玉鈴

總幹事:林君潔

季刊總編:莊棋銘

編輯助理:尤奇·普佩依

出刊日期 2022/9/27

115026 台北市南港區  
忠孝東路六段 188 巷  
13 弄 4 號 1 樓  
(近捷運後山埤站)

## 活力會務大記事

2022年4月1日~2022年6月30日

- 一、2022年4月1日-瑞光社會住宅人行道會議：莊棋銘為電動輪椅使用者，去年九月開始居住內湖「瑞光社會住宅」，上班出外以輪椅代步，經常至文德捷運站搭車，但陽光街66巷口未有紅綠燈，至對向人行道有安全疑慮(單邊人行道中斷)，且該路段上下班時間車流量大，建議增設按鍵式紅綠燈，平常為閃光黃燈，行人穿越可按鍵轉為紅燈通過，確保行人安全。後至「台北通」陳情反映未受接納。輪椅行走慢車道有時情非得已，環境所致。透過友會理事長張學恒與台北市議員：李明賢、辦公室主任：王德葳召開『內湖人本人行道改善會議』陳情。議員主任表示後續將計畫『陽光街66巷』新增按鍵式紅綠燈。
- 二、2022年4月13日-世新大學學生來訪：世新大學學生及家長來訪，由本會工作人員陳彥廷，介紹個人助理服務及自立生活給學生及其母親了解。
- 三、2022年4月21日政大學生來訪訪問協會：總幹事林君潔有關新活力自立生活協會及自立生活與個人助理服務推動。
- 四、2022年4月22日參與日本Duskin公司員工線上新生訓練：總幹事林君潔線上與日本障礙者復康協會及duskins分享台灣障礙者自立生活推動歷程。
- 五、2022年4月23日身心障礙者行動培力工作坊：透過「行動培力工作坊」我們分享了歷年倡議成功的經驗與成果。分組討論一起規劃無障礙線上小旅行。分享生活中可以跟不可以解決的疑難雜症，透過集思廣益，生命總能找到出路，倡議終能成功。本工作坊有超過二十位來自各地的身心障礙者、倡議組織工作者一同雲端腦力激盪，相信這是一個充滿能量的工作坊，彼此收穫滿滿。還有參與者熱情貢獻自己的經驗。

- 六、2022年4月27日實踐大學自立生活工作坊當日分享的內容分成兩部分：第一部分是



的活動企劃「陳彥廷」主講，主題是「如何實踐自立生活」。彥廷從「正確的自立生活」概念開始介紹，同時也說明了有哪些「社會資源」可作為支持，讓障礙者能更順利的生活在社區。除了資源的提供、觀念的釐清之外，親身的經驗也很重要，彥廷也分享了自身許多年獨自生活在外的各種經驗，作為這些資訊如何靈活應用與示範。除此之外，也因為該校學生多數對於職涯規劃有所困惑，彥廷也分享了自己如何求職、撰寫履歷表與面試的經驗。第二部分，則是由協會的教育推廣專員「袁佳娣」進行分享。因為學生對職涯經驗的內容比較關注，因此這階段內容就以「就業經驗」的各種面向進行分享。一

開始佳娣，以「我沒有做過什麼工作」作為開場，讓學生們思考障礙者「究竟」可以做什麼工作。接著，以自身的工作經驗作為分享主軸，除了面試技巧、履歷撰寫之外，我們還可以使用哪些社會資源作為後盾，用於應徵時為自己增加優勢的素材。本次十二位參與者，除經驗分享，也透過工作坊的形式，邀請學生腦力激盪，把自己覺得最困擾的求職煩惱寫下來，透過小組討論、資料蒐集等，尋求可能的解方。

七、2022年5月11日-社會住宅推動聯盟倡議：工作人員：莊棋銘參加社會住宅推動聯盟例行會議，討論社會住宅現有政策跟實際需求落差。

八、2022年5月18日-多多益善訪問：多多益善承接國家人權委員會專案作採訪報導，其中包含自立生活議題，專案本會理事莊富凱及總幹事林君潔及服務使用者及人約盟執行長黃怡碧，有關自立生活議題。

九、2022年5月21日-「疫」起談「情」-穿越隔離界：本會透過一場開放的討論會，使各地想參加的障礙者加入，訴說疫情下的生活與處境，更提供了自己手邊的資源。後續開一個 google 表單請參與者填寫，然後會公開收集大家提供的資料。讓大家知道目前哪個縣市有什麼協助服務跟資源，本會與大家一起度過疫情。

十、2022年6月2日-修正「身心障者輔具費用補助辦法」：本會總幹事林君潔、活動企劃陳彥廷、教育宣廣專員袁佳娣參加衛生福利部社會及家庭署召開「身心障者輔具費用補助辦法」溝通會議，並討論目前的修正內容並爭取輔具補助增加。

十一、2022年6月3日-台北國際書展《提升職場的多元與共融：合理調整實用指引》新書座談：本會總幹事林君潔、教育宣廣專員袁佳娣受邀《提升職場的多元與共融：合理調整實用指引》新書座談，新書座談我們不只談書，由障礙夥伴現身/聲對談，除分享自身經驗遇到的光怪陸離場景外，也討論透過合理調整能夠如何落實工作權。



十二、2022年6月11日-身心障礙行動培力工作坊（個人助理服務）：新活力從成立至今，一直提倡個人助理服務制度化。藉由個人助理服務，提昇障礙者的「自主性」跟「生活品質」，並不限於外出、社會參與，而是根據個別需求提供服務。今天工作坊我們透過了：總幹事林君潔介紹自立生活與個人助理服務發展現況，並播放個人助理採訪影片分享及發表個助服務問卷調查發表。陳彥廷則介紹使用個人助理與障礙者生活的重要性與改變、佳娣分組討論發表個人助理服務未來行動計畫，每組參



與者都踴躍發表親身經驗，並討論解方。相信個人助理服務在台灣可以日益發展起來，支持不同障別需求者，以符合身心障礙者權利公約（CRPD）精神。

- 十三、2022年6月13日-【新活力】在家也能自己泡珍奶：本會製作【新活力】在家也能自己泡珍奶 | ft. 君潔、小匡、吐司、歐可茶葉 OK TEA 完整影片 █ <https://youtu.be/rlswkCPWttA> 很多夥伴收到捐款禮品後，詢問如何泡珍奶？所以在疫情之前，我們拍了一部小短片，讓大家可以透過影片的方法，在家泡出適合自己口味的珍珠奶茶。
- 十四、2022年6月16日-「保險業者與身心障礙團體」座談會：本會參與「保險業者與身心障礙團體」之座談會，本會議為每年固定舉辦兩場之長期追蹤會議。當日由教育推廣專員:袁佳娣代表出席。並表達若被拒保，保險公司應以書面記載拒絕理由，提供給被保險人。身心障礙客戶購買保險相關商品享有與其他人平等之權利，業務員將避免歧視及負面互動，落實公平待客原則，共同實現保險價值。
- 十五、2022年6月20日-【新活力】一台難求的無障礙 ATM：【新活力】一台難求的無障礙 ATM | ft. 粉小資 完整影片 █ <https://youtu.be/WsqyqoaxD44> 本會製作視障朋友如想要領錢，找一台可以使用的 ATM 有多麼困難的影片，由袁佳娣帶大家來找找生活中的無障礙 ATM！
- 十六、2022年6月20日-《45度天空》節目專題影片拍攝：國家人權委員會資助《45度天空》節目專題影片拍攝，今天影片策劃人是林政緯，帶著攝影團隊，至拍攝本會工作和個人助理互動的模式。希望未來更多人瞭解自立生活服務。
- 十七、2022年6月27日-接受世新大學生訪問：世新大學生訪問本會，以障礙當事人團體角度，談非營利組織經營經驗
- 十八、2022年6月27日-日韓台照護保障連絡網研討會之會前會：本會總幹事林君潔、活動企劃陳彥廷與日本藤岡律師、台灣法律扶助基金會討論11月「日韓台照護保障連絡網十週年研討會」之籌備及分工
- 十九、2022年6月30日-「2022年度身心障礙者自立生活支持服務推動研討會議」：本會工作人員陳彥廷參與《衛生福利部》社家署舉辦之「2022年度身心障礙者自立生活支持服務推動研討會議」。針對現有自立生活支持服務制度不足之處，提供建議改善，以符合身心障礙者權利公約精神。

## 2021 年暑假-新活力 實習生心得與感想

撰文／東吳大學法律系 姚思好同學(法三 B)



圖/新活力辦公室與思好同學老師相見歡

在國際人權的發展歷程中，身心障礙者相較於種族、性別、兒童等議題一直未能獲得同等重視，這次參與東吳X理律的公益法律實踐學生實習計畫於新活力自立生活協會實習一個多月的時間，首次進入該領域，抱持著虛心學習的心態在總幹事的帶領下，與協會同仁一同參與了很多實務上的操作，讓我對身心障礙者這塊領域有了震撼有力的觀念翻轉。其中讓我原先認知受到衝擊與改變之一的便是「自立生活」所要表達的真正意涵。普遍大眾價值觀皆認為障礙者是一直需要被照護被協助的對象，如同台灣目前制定的身心障礙者權益保障法，常涵蓋「慈善模式」之態樣，帶有偏見與標籤的眼光認為身心障礙者因為生理與心理上的限制而無法自給自足，需要依賴社會的善意與同情，例如特權或是捐款等等。但是身心障礙者權利公約卻翻轉了這樣的概念，提倡障礙者自立生活，強調障礙者本身的價值與特長，主張實質平等讓障礙者擁有公平競爭與發展自我的條件與機會，確保他們能同一般人一樣，享有最基本的人權與自由。自立生活的定義其實不那麼絕對，並不是單單以是否需要他人協助作為區分。講得白話一些，既不是完全不依靠別人生活，亦不是完全依賴別人生活，而是透過必要的第三方協助來幫助障礙者能夠自主獨立。自立生活可以自己選擇與決定，也可以自己為自己的行為負責，找出最適合的生活模式，做得到的事情便可以親力親為，做不到的事情也不需要羞於請求協助，在力所能及的範圍內培養本身自立生活的能力。

另外，本次實習也收穫到一個非常有意義的面相，即「學習從他人的角度出發進行協助」。尤其參與眾多修法會議時，更會深刻感受到「沒有我們的參與，不要替我們做決定」之意涵，從使用者的角度出發，才可以看見需求訂定出合適的條文內容。大部分人常常都會下意識地想要用自己的方式去幫助別人，但是卻反而忽略了當事人內心真實想要接受的幫助與需求跟自其實己所想是有所出入的。我認為這跟「了解當事人的需求」具備緊密關聯性，同時也是本次的實習動機之一。太常從自己的角度出發替別人想，就會陷入所作所為與實際需求不符合的情境。因此我認為，要化解這樣窘境的方式之一就是學會傾聽跟聆聽並有進行有效溝通的能力。因為雙方間存有良性溝通，問題之處理才能對症下藥，先了解當事人的想法，再去做判斷，問題也才能更有效率地被化解。溝通的基礎，就是要先學會替當事人著想，排除自身利益僅設身處地的站在對方的角度思考。時時刻刻謹記放低高姿態，以最健康的心態去虛心傾聽他人的訴求，進行理性的談話，並始終表現最大程度的包容與耐心。

這次實習一個多月，觀察協會平時的辦公日常，可以發現協會同仁充分表現出了障礙者自立生活的意涵，並且藉由無障礙辦公室的設計，可以觀察到「真正的障礙不是來自於障礙者本身 而是整個社會障礙的環境」。

很多時候，偏見與標籤常常會蒙住我們的雙眼去看到更有價值或是更有意義的事物，例如，一般人總是憑藉著狹隘的刻板印象，只看到障礙者的缺點，反而選擇性忽略了他們的擅長之處。可是障礙者就如同一般人一樣，有自己的長處與短處。在面對障礙者時，也要能看見他們的特色非只是看到障礙，這是我覺得應該去學習的課題。當我們看到許多障礙者沒有因為身體上的障礙而限制自己，勇敢跨出那一步嘗試新事物時，我們乃至整個社會都應該也要踏出刻板印象的舒適圈，跳脫古板的框架，去接納不同的群體。

最後，很感謝這次的實習機會讓我接觸到許多身心障礙者權益保障、人權等涉及社會關懷議題事務，身為一位法律系的學生，僅擁有法律上的知識是非常不足的，學習法律，毋忘法律是存在於社會生活，要讓法律發揮功能，就需要借助於多種法外的知識，擴充自己的視野與見聞。透過多接觸社會並關懷人群，對需要幫助的弱勢者提供服務以實現自身所追求之公平正義。

111 年度 4 月 ~ 6 月份捐款名錄			
捐款日期	捐款個人/單位	捐款用途	捐款金額
中華民國 111 年 4 月 1 日	陳依雯	捐款	200 元
中華民國 111 年 4 月 1 日	王修梧	捐款	300 元
中華民國 111 年 4 月 1 日	顏彌堅	捐款	500 元
中華民國 111 年 4 月 4 日	鄧嘉愉	捐款	1,000 元
中華民國 111 年 4 月 6 日	無名氏	捐款	2,688 元
中華民國 111 年 4 月 7 日	莊采婷	捐款	1,000 元
中華民國 111 年 4 月 8 日	日本主流協會	捐款	434,436 元
中華民國 111 年 4 月 8 日	林君潔	捐款	4,000 元
中華民國 111 年 4 月 16 日	李敏瑜	捐款	500 元
中華民國 111 年 4 月 19 日	紀品卉	捐款	500 元
中華民國 111 年 4 月 21 日	丘安	捐款	500 元
中華民國 111 年 4 月 25 日	郭向洋	捐款	1,500 元
中華民國 111 年 4 月 25 日	廖珮妤	捐款	500 元
中華民國 111 年 4 月 25 日	古家全	捐款	1,000 元
中華民國 111 年 4 月 26 日	財團法人罕見疾病基金會	單位補助	80,000 元
中華民國 111 年 4 月 28 日	薛雅心	捐款	500 元
中華民國 111 年 5 月 1 日	陳依雯	捐款	200 元
中華民國 111 年 5 月 1 日	王修梧	捐款	300 元
中華民國 111 年 5 月 14 日	羅文謙	捐款	1,000 元
中華民國 111 年 5 月 16 日	李敏瑜	捐款	500 元
中華民國 111 年 5 月 17 日	余嘉莉	捐款	2,000 元
中華民國 111 年 5 月 18 日	吳明華	捐款	50,000 元
中華民國 111 年 5 月 18 日	王育瑜	捐款	1,000 元
中華民國 111 年 5 月 21 日	丘安	捐款	500 元
中華民國 111 年 5 月 25 日	古家全	捐款	1,000 元
中華民國 111 年 5 月 31 日	無名氏	捐款	5,376 元
中華民國 111 年 5 月 31 日	黃陳美	捐款	2,000 元
中華民國 111 年 5 月 31 日	簡建中	捐款	5,000 元
中華民國 111 年 6 月 1 日	陳依雯	捐款	200 元
中華民國 111 年 6 月 1 日	王修梧	捐款	300 元
中華民國 111 年 6 月 2 日	周怡君	捐款	5,000 元

中華民國 111 年 6 月 6 日	李敏瑜	捐款	500 元
中華民國 111 年 6 月 6 日	薛雅心	捐款	2,000 元
中華民國 111 年 6 月 6 日	王育瑜	捐款	2,000 元
中華民國 111 年 6 月 6 日	金永正	捐款	500 元
中華民國 111 年 6 月 6 日	陳陳宥羽	捐款	300 元
中華民國 111 年 6 月 6 日	張雅筑	捐款	500 元
中華民國 111 年 6 月 6 日	洪國智	捐款	1,000 元
中華民國 111 年 6 月 6 日	善心人士	捐款	149 元
中華民國 111 年 6 月 6 日	善心人士	捐款	500 元
中華民國 111 年 6 月 6 日	善心人士	捐款	4,000 元
中華民國 111 年 6 月 6 日	善心人士	捐款	5,000 元
中華民國 111 年 6 月 6 日	善心人士	捐款	1,000 元
中華民國 111 年 6 月 6 日	善心人士	捐款	600 元
中華民國 111 年 6 月 7 日	陳淑美	捐款	500 元
中華民國 111 年 6 月 7 日	歐陽宜芳	捐款	1,000 元
中華民國 111 年 6 月 7 日	陳急救金	捐款	500 元
中華民國 111 年 6 月 7 日	黃敏綺	捐款	500 元
中華民國 111 年 6 月 7 日	陳元俊	捐款	200 元
中華民國 111 年 6 月 7 日	黃美蓉	捐款	2,000 元
中華民國 111 年 6 月 7 日	許雅智	捐款	1,000 元
中華民國 111 年 6 月 7 日	鍾旻珈	捐款	500 元
中華民國 111 年 6 月 7 日	余至婷	捐款	200 元
中華民國 111 年 6 月 7 日	丘安	捐款	3,000 元
中華民國 111 年 6 月 7 日	林又青	捐款	500 元
中華民國 111 年 6 月 7 日	鍾秀明	捐款	200 元
中華民國 111 年 6 月 7 日	陳宗銓	捐款	1,000 元
中華民國 111 年 6 月 7 日	李鈺暄	捐款	1,000 元
中華民國 111 年 6 月 7 日	林之玥	捐款	1,000 元
中華民國 111 年 6 月 7 日	蔡杼帆	捐款	3,000 元
中華民國 111 年 6 月 7 日	陳予貞	捐款	500 元
中華民國 111 年 6 月 7 日	劉珈亨	捐款	1,000 元
中華民國 111 年 6 月 7 日	吳宗霖	捐款	1,000 元
中華民國 111 年 6 月 7 日	張獻忠	捐款	10,000 元



中華民國 111 年 6 月 7 日	許雪英	捐款	10,000 元
中華民國 111 年 6 月 7 日	巢佳苓	捐款	5,000 元
中華民國 111 年 6 月 7 日	善心人士	捐款	111 元
中華民國 111 年 6 月 7 日	善心人士	捐款	1,000 元
中華民國 111 年 6 月 7 日	善心人士	捐款	500 元
中華民國 111 年 6 月 7 日	善心人士	捐款	300 元
中華民國 111 年 6 月 7 日	善心人士	捐款	2,000 元
中華民國 111 年 6 月 7 日	善心人士	捐款	2,000 元
中華民國 111 年 6 月 7 日	善心人士	捐款	1,000 元
中華民國 111 年 6 月 7 日	善心人士	捐款	2,000 元
中華民國 111 年 6 月 7 日	善心人士	捐款	1,000 元
中華民國 111 年 6 月 7 日	善心人士	捐款	600 元
中華民國 111 年 6 月 7 日	善心人士	捐款	500 元
中華民國 111 年 6 月 7 日	善心人士	捐款	8,000 元
中華民國 111 年 6 月 7 日	善心人士	捐款	500 元
中華民國 111 年 6 月 7 日	善心人士	捐款	10,000 元
中華民國 111 年 6 月 7 日	善心人士	捐款	300 元
中華民國 111 年 6 月 7 日	善心人士	捐款	1,000 元
中華民國 111 年 6 月 8 日	林育萱	捐款	10,000 元
中華民國 111 年 6 月 8 日	張尚達	捐款	500 元
中華民國 111 年 6 月 8 日	邵翊嘉	捐款	200 元
中華民國 111 年 6 月 8 日	周宥勝	捐款	500 元
中華民國 111 年 6 月 8 日	曾品穎	捐款	2,000 元
中華民國 111 年 6 月 8 日	黃培倫	捐款	10,000 元
中華民國 111 年 6 月 9 日	覃玉蓉	捐款	1,000 元
中華民國 111 年 6 月 9 日	陳翰良	捐款	10,000 元
中華民國 111 年 6 月 9 日	善心人士	捐款	1,000 元
中華民國 111 年 6 月 13 日	許雲珊	捐款	200 元
中華民國 111 年 6 月 14 日	林陳玉霞	捐款	1,000 元
中華民國 111 年 6 月 16 日	李敏瑜	捐款	500 元
中華民國 111 年 6 月 21 日	賴在咖啡館「仁愛店」 - 善心人士	捐款	757 元
中華民國 111 年 6 月 21 日	丘安	捐款	500 元

中華民國 111 年 6 月 22 日	土井敦子	捐款	32,490 元
中華民國 111 年 6 月 27 日	古家全	捐款	1,000 元
中華民國 111 年 6 月 27 日	郭甄芸	捐款	2,000 元
中華民國 111 年 6 月 27 日	繆振梅	捐款	1,500 元
中華民國 111 年 6 月 28 日	菲之軒時尚烘培館 - 善心人士	捐款	70 元
中華民國 111 年 6 月 29 日	社團法人人權公約施行監督聯盟	捐款	50,000 元
中華民國 111 年 6 月 30 日	周成群	捐款	1,000 元

本季捐款總計新台幣 822,177 元

感謝以上個人、團體捐款!!!  
 ~~~也歡迎各界繼續支持我們喔~~~

**捐款資料**

戶名：社團法人台北市新活力自立生活協會

郵政劃撥：50022397

銀行帳號：中國信託 ( 822 ) 2555-4014-1465

電子發票捐款碼：1210203