

光仁之愛 2024 冬季刊



主耶穌：你們為我兄弟中最小的一個所作的，就是為我做的。



官 網



臉 書

發行人：鍾安住 總編輯：林之鼎
出版者：財團法人天主教光仁社會福利基金會
地 址：100 臺北市中正區忠孝東路一段 112 號 4 樓
電 話：(02)2321-0166
傳 真：(02)2321-7768
E-mail: service@kjswf.org.tw
中華郵政台北雜字第 2307 號執照登記為雜誌交寄

歡喜迎接乙巳年 年節趣味體驗活動



文、圖 / 育仁兒童發展中心 何秀婷 教保組長

迎接舊曆新年是民俗節慶中重要的活動之一。大多數幼兒園會舉辦慶祝活動，讓小朋友們共同歡慶。但對於發展遲緩的兒童來說，他們對規則的理解和體力有限。因此，我們將活動融入日常課程中，逐步引導小朋友感受年節的氛圍。過程中，我們帶領他們去里辦公室領取春聯、聆聽節慶音樂、佈置環境，並完成指定的運動項目，爭取獲得紅包的機會。

製作年節裝飾與平日的勞作活動相似，雖然小朋友能獨立完成的部分較少，但他們的配合度都非常高。當將自己做的鞭炮懸掛起來後，大家很快地發現環境變得不一樣。家長在接送孩子回家時，也會和小朋友一起找尋自己的作品，這樣的互動不僅增強了孩子的參與感，也讓家庭一起共度節慶的喜悅。

在紅包闖關遊戲中包含多項挑戰，如：側滾翻、匍匐前進、爬坡上下、攀爬架中找蘋果、登高取紅包、跨越障礙以及搬運物品等。遊戲根據療育動作來設計，對於較難的部分，我們會適當地提供幫助。兌換紅包和禮物則是小朋友最開心的時刻！從中小朋友展現學期中練習過的配對技巧，在這一刻大家都是 100 分。

文、圖 / 建成社區居住家園

農曆春節即將來臨，為了熱烈迎接蛇年的到來，建成家園的住民們陸續安排了充滿年味的活動，包括寫春聯和手作蛇年紅包袋。在教保員的帶領下，住民們第一次體驗寫春聯，紛紛揮毫寫下「蛇來運轉」、「大吉大利」等祝福語句。隨後，他們將 DIY 的蛇年紅包袋貼在春聯上，並開心地將自製的春聯貼在家園的大門和陽台門口，大家都已經準備好迎接新年的到來。

除了培力住民自立生活並融入社區，建成家園也注重讓住民們透過節慶活動豐富生活經驗，住民們捲起袖子，一同進行大掃除，從清洗窗戶、陽台、冷氣機，到更換床單、被單、枕頭套等，都由住民們自行完成。今年起，住民們開始學習自己處理家務，包括清潔、打掃、洗衣，還學習烹飪早晚餐，揮別過往家裡皆由父母幫忙完成的事情。

儘管這些任務讓住民感到疲憊，但在大掃除時，他們會開心地發現自己在幫忙，或者在烹飪晚餐時，感到自己很厲害並獲得成就感。從日常生活中的小事中，住民們找到了不同的自己，並體會到成就感。我們期望住民們能在家園裡感受到家的溫暖與幸福感。

溫馨聖誕祝福 傳遞愛與希望



文、圖 / 財團法人天主教光仁社會福利基金會

在聖誕節的鐘聲響起之際，本會與「財團法人天主教會臺北教區附設幼兒園」，共同發起「聖誕祝福 遲緩兒早療助學計畫」募款活動。感謝全體師生與家長年年支持傳愛活動，並邀請本會至信光幼兒園、聖心幼兒園、鳴遠幼兒園、基隆若石幼兒園參與園遊會及義賣活動，讓更多家長有機會認識本會的服務及服務對象手作的商品，尤其許多家長踴躍認購愛心商品並帶著孩子一同敲響愛心鐘，將愛與祝福傳遞給光仁的孩子。

光仁各機構以多元的方式來歡慶聖誕節，「萬大社區居住家園」的住民頭戴可愛的聖誕帽，手持一袋袋精心包裝的糖果走上街頭，

親手分送給街坊鄰居，還微笑著說：「祝您聖誕快樂！」讓甜蜜的滋味陪伴大家度過這歡樂的節日。「育仁兒童發展中心」和「北大學勤小作所」由修女們帶領服務對象體驗聖誕遊戲、唱詩歌與領受祝福，現場充滿歡樂與感動。聖誕節將彼此的心緊密相連，更是一份愛的交流，讓這個冬天變得更加溫馨。

我們期盼這份愛的接力，能夠持續傳遞。無論是小額捐款、單筆捐款或定期定額捐，每份支持，都將助孩子平安健康長大！學習路上有您的陪伴與支持，孩子能持續並穩定地接受專業治療與復健服務。新的一年，期盼我們的孩子每天都能進步一點！

瑜珈伸展身心 健康快樂同行



文、圖 / 育仁啟能中心 林艾莉 教保員

自 109 年起，我們外聘具備瑜珈專業且擁有身障機構服務經驗的老師，為服務對象開設瑜珈課程。期盼藉由個別化指導與伸展動作，幫助提升身體柔軟度與協調性，進而延緩身體功能退化，維護身心健康。

在陪伴服務對象參與瑜珈課的過程中，我深刻感受到老師的專業與耐心。她總是循序漸進地從基本動作開始教學，並細心調整每位學員的姿勢。雖然大家的動作未必標準，但隨著課程的推進，柔軟度與協調性都逐漸提升。有些服務對象平時連伸直手臂都感到困難，但在老師的鼓勵與幽默互動下，每次都能看到大家的一點進步，使課程充滿活力與樂趣。

經過這段時間的學習，老師已能依據服務對象的能力提供個別化指導，讓每個人都能找到最適合自己的練習方式。她曾笑稱：「終於讓同學分得出左右腳、大腿和膝蓋了！」而去年老師懷孕時，服務對象還比劃著自己的肚子，開心地說自己和老師一樣大，逗得大家哈哈大笑。如今，每週的瑜珈課成為大家最期待的時光，不僅幫助提升身體機能，也讓彼此的交流更加緊密，帶來更多溫暖與成長。

居家安全演練 打造安心家園



文、圖 / 萬大社區居住家園 張育萍 教保員

社區家園像是住民們的第二個家，不僅是下班或下課後放鬆休憩的避風港，每週的住民會議如同家庭會議，討論晚餐菜單與生活大小事，讓大家共同參與、分擔責任。身為家園成員的一份子，除了日常的家務分工與晚餐烹飪外，居家安全也是不可忽視的課題。

家園內設有無障礙設施，如無障礙浴廁及出入口坡道，確保住民行動便利與安全。隨著年齡增長或健康狀況的變化，工作人員會在會議上提醒大家注意行走安全，並透過每月居家安全課程，教育住民如何正確使用刀具與爐火，預防燙傷及緊急應變處理。此外，也會教導辨識食材保存期限與方式、自我保護意識，並演練地震、颱風等災害的應變步驟。針對火災逃生，住民們會學習逃生路線、集合點確認，操作滅火器，提升防災意識與應變能力。

由於每位住民的理解能力不同，工作人員會耐心帶領實地演練，確保大家能夠內化學習內容，應用於日常生活。這些安全課程雖需多次練習，但每一次的學習，都是住民邁向獨立生活、提升自我保護能力的重要一步！

在音樂中安好 是對生命最溫柔的感謝

文、圖 / 南海發展中心 李晴旭 音樂治療師



小潘是一位身形纖細、充滿文青氣息青年，雖然他被診斷為極重度身心障礙者，但他的內在卻豐富且充滿韻律。我與他初次相遇於 2020 年初的小團體音樂治療課程。當時，他身旁有一位建立深厚互信關係的主責教保員陪伴。然而，無法透過語言表達的小潘僅能依靠聲音與人溝通，他的眼神與肢體語言清楚地流露出對陌生人及環境的焦慮與戒備。這種本能的防備心，使得他在連續多堂療程中，面對我提出的互動邀請或自由音樂對話時，時常呈現被動的反應，需要主責教保員的陪伴與一再鼓勵，才能踏出參與的第一步。這讓我察覺到，小潘內在可能存有強烈的自我保護意志。

隨著療程的推進，小潘對團體參與的焦慮逐漸緩和，從他的眼神與肢體語言可以感受到他的放鬆與適應。在療程中，他對我發出的指令或音樂邀約的回應意願也逐步提升。2021 年，小潘彷彿在音樂中甦醒，不僅在團體即興創作時展現更積極的投入，甚至在半即興合奏過程中流露出令人驚艷的自信與音樂表達能力。過去一年未曾顯現的音樂天賦，如今徹底顛覆了我的認知，小潘透

過音樂展現自我，讓「樂音」與「節奏」成為他與世界對話的橋樑。這樣的轉變不僅打開了我與他的非語言溝通空間，他對環境中人、事、物的關注與自主參與意願也明顯提升。更讓我感動的是，2021 年的「音樂小潘」只是起點，在接下來的 2022、2023、2024 年，他仍續進步，在音樂治療的參與中發光發熱。

2024 年 12 月底，迎來與小潘最後一節團體療程。這四年的音樂治療歷程，不僅豐富了他的音樂表現與自信，他更發展出進階且獨特的個人音樂融入方式。如今，療程中的小潘已不再僅限於單純的樂器參與，而是展現出更深層的音樂思維與自主選擇能力，擁有良好節奏感的他，經常先專注聆聽團體演奏與半即興合奏的背景音樂，隨著音樂擺動身體的同時，也不忘翻動樂器籃，細細琢磨如何選擇最適合的樂器與方式來進入音樂。他的舉止，正展現出對音樂的邏輯性思考與「音樂自我選擇權」的實踐。

德國哲學家叔本華曾言：「音樂，是在任何地方都能被理解的真正普遍性語言。」古希臘哲學家亞里斯多德亦提及：「音樂能夠反映並喚醒人類的心靈狀態，比如溫柔、憤怒、勇氣、自我控制，甚至人們內心的陰暗面。」以小潘為例，當我們能在自由音樂互動歷程中嘗試自我突破的變得坦率與真誠，音樂必定會犒賞我們更多的勇氣、獎勵和鼓勵；在它的支持下，我們將能穩健的和內在自我進行更深層的對話，進而迎向那個始終向陽而立，等待被擁抱的完整的自己。

與我們一同 守護身障者的未來



【線上捐款】



【賣貨便】



【拍錢包】



【街口支付】



【Line Pay】



【蝦皮公益】

春感恩大回饋 陪你溫暖過好年

文、圖 / 光仁選品店 技輔員 周文琪



隨著 2024 年落幕，我們迎接嶄新的 2025 年。光仁選品店秉持「永續、再生、公益」的經營理念，致力於打造友善環境，並支持身心障礙者邁向自立生活。我們將社會大眾捐贈八至九成新的愛心物品，由身障員工整理乾淨以後，再以親民價格販售。商品涵蓋生活用品、衣物、鞋包、飾品等，將不起眼的舊物幻化成亮眼的時尚，用愛使資源再次循環利用，一同守護這美麗的地球。

春節將至，光仁選品店特別以喜氣洋洋的節慶布置，營造出濃厚的年味，讓每位進店的顧客都能感受新年的溫暖與喜悅。為迎接新春，我們推出一系列年節特賣優惠：大掃除的清潔用品，下殺 6~8 折不等，寢具用品，幾乎是市價的一半，以及年節、玩具商品，最便宜只要 2 元，衣服更不用說了，買一件直接送一件，可以說應有盡有，商品種類豐富，價格親民，回饋長期支持我們的顧客，無論是想省

錢、環保購物，還是尋找獨特好物，光仁選品店都是您的最佳選擇！

今年的春節優惠不僅更豐富，活動期間更長，讓顧客在年前持續享受驚喜。我們的成功來自每位員工的努力，物流團隊依商店需求適時供貨，門市人員熱情服務、用心整理商品，而最重要的是有您的支持與愛護，讓這份愛心循環得以延續。

在歲末年終之際，我們誠摯邀請所有舊雨新知，一同來光仁選品店選購所需，不僅能輕鬆添購實惠好物，更能讓生活更美好、毫無負擔。讓「好康」與「好物」為您與摯愛親友帶來嶄新一年的美好開始！未來，光仁選品店將持續精進，改善不足、強化優勢，讓更多社會大眾認識我們、支持我們，並透過這個平台，讓物資在最適當的時機，傳遞到最需要的人手中。

光仁選品店

1. 即日起至 3/1，光仁選品店全面停止收捐
2. 取消到宅收取物資地區：林口、鶯歌、深坑



各店資訊

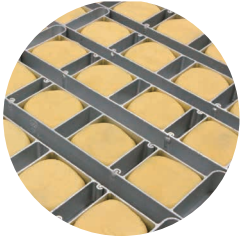


選品店 FB

動手玩創意 參訪真有趣



近日，有一群可愛的小朋友們來到本會南海發展中心參訪體驗，有機會讓孩子了解身心障礙者與大家一樣，平日會到中心上課學習，進行各種活動。一開始，我們的老師帶領小朋友參觀中心的日常運作，並介紹服務對象親手栽種的花園，讓孩子們了解植物的生長過程。



接著，孩子們分組體驗製作生態瓶，學習如何將自然生態縮小並封閉在容器中，明白生物與環境之間的互動與平衡。對於許多小朋友來說，這是他們第一次接觸生態瓶 DIY，他們用心挑選植物、土壤與小裝飾，並將這些元素創造在瓶中，體驗過程中充滿了歡樂與成就感。

我們相信此次的活動，不僅讓大家體驗了創意與動手的樂趣，也在與身心障礙者互動的過程中學會了包容與合作。這不僅是一堂關於環保的課程，也是關於關懷、尊重和相互理解的寶貴學習經歷。還有其他有趣的機構參訪活動！歡迎來體驗手作鳳梨酥，或製作防蚊香包，一同享受寓教於樂的精彩時光！



體驗報名

服務機構

光仁服務機構
育仁兒童發展中心
(02)2307-8393 / 臺北市萬華區萬大路 387 巷 15 號
聖心兒童發展中心
(02)2982-8424 / 新北市三重區溪尾街 73 號 1 樓
育仁啟能中心
(02)2382-1090 / 臺北市萬華區柳州街 41 號 4 樓
南海發展中心
(02)2311-3946 / 臺北市中正區延平南路 207 號 1-2 樓
北大學勤小作所
(02)2668-7021 / 新北市樹林區學勤路 531 號 2 樓
萬大社區居住家園 (02)2309-2434
建成社區居住家園 (02)2550-0521
臺北市快樂之家 (02)2301-1499

光仁選品店
忠孝店
(02)2721-8924 / 臺北市大安區忠孝東路 3 段 217 巷 2 弄 14 號
萬大店
(02)2305-0025 / 臺北市萬華區萬大路 423 巷 38 號
大直店
(02)8509-8601 / 臺北市中山區北安路 534-1 號
和平店
(02)2701-4599 / 臺北市大安區和平東路 2 段 265 巷 9 號 1 樓
天母店
(02)2871-0608 / 臺北市士林區中山北路六段 419 巷 1 號
古亭店
(02)2356-0112 / 臺北市中正區福州街 11 之 1 號
物流中心
(02)8914-7603 / (02)8914-7717

身障青年技能培力計畫

守護貓擴香石  開啟幸福每一天



立即捐款



精油種類：甜橙、薰衣草、尤加利、檸檬、葡萄柚 (隨機出貨)

今年 33 歲的阿吉，是一位中度心智障礙青年，擁有優秀的手作和口語表達能力。他曾從事便利商店商品陳列、加油站洗車和餐廳內場工作等職務，但他經常遭遇同事的霸凌與排擠，屢屢經歷職場上的挫折。這些經歷讓阿吉感到沮喪，最終選擇放棄工作。每當談到「就業」的話題，他充滿了擔憂和恐懼。

技能培力 ★ 成就孩子的無限可能



113 年輾轉來到小作所，進行作業活動的加強及自立生活訓練，每天非常積極的學習。在香氛手作的課程裡，我們發現阿吉對於美感很有敏銳度，並在擴香石文創商品開發時，讓阿吉自己動手做，調製各種色系的顏色。阿吉每天都期待作品的呈現，也漸漸變得有自信，擴香石的創作不僅能幫助心智障礙者的手作訓練，更能帶領他們創造出自己的一片天地。

捐款 600 元★ 開啟幸福每一天

守護貓咪的溫暖與香氣為您的生活更添幸福！手作擴香石組融合可愛的貓咪造型與多款精油香氣，為你的居家空間增添一份舒適與寧靜。尤其，可愛的守護貓咪造型，不僅為你的空間增添趣味，還能為你帶來貓咪般的陪伴與安心，無論是放在客廳、臥室、辦公室或車上，都能讓您感受到滿滿的愛與溫馨！

滿額禮數量有限，贈完為止。

內容物：守護貓咪擴香石 1 隻 + 精油 1 小瓶
擴香石成分：石膏粉、色料
精油容量：5ml (請勿塗抹或食用)
精油使用期限：(於出貨商品上標示)



做公益 很簡單

您知道嗎？

有許多遲緩兒因經濟困難無法持續早療服務
有許多身障者需要持續復健以延緩身體老化
有許多弱勢家庭需提供支持以減輕家庭負擔
早療助學、技能培力、在地安老都需要大家的支持

劃撥捐款

戶名：財團法人天主教光仁社會福利基金會
帳號：19608353

銀行匯款

銀行：聯邦銀行中山分行 (803)
帳號：033-50-8014002
戶名：財團法人天主教光仁社會福利基金會

手機捐款

台灣大哥大用戶直撥 518046、中華電信用戶直撥 51170

超商捐款

7-11 ibon 機台、萊爾富 Life ET 機台、OK 超商 OK go 機台

電子發票捐

愛心碼 988 (救幫幫)



愛心企業



請沿著虛線剪下

98-04-43-04 郵政劃撥儲金存款單

帳號	1	9	6	0	8	3	5	3	金額	億	仟萬	佰萬	拾萬	萬	仟	佰	拾	元
									新台幣									
									(小寫)									

通訊欄 (限與本次存款有關事項)

收據抬頭：
出生年月日：
E-mail：
身分證字號：
(國稅局報稅電子憑證)

捐款用途：
☐ 基金會統籌運用
☐ 宇宙的小星星服務計畫

收據寄送
☐ 年寄 ☐ 月寄
☐ 其他
☐ 不索取

戶名	財團法人天主教光仁社會福利基金會	
寄款人		
姓名		
通訊處	□□□-□□□	
電話		
經辦局收款章戳		

虛線內備供機器印錄用請勿填寫

◎寄款人請注意背面說明

◎本收據由電腦印錄請勿填寫

郵政劃撥儲金存款收據

收款帳號戶名	
存款金額	
電腦紀錄	
經辦局收款章戳	