

圓夢列車



在社區中的實踐

- P01 與福氣做一輩子的鄰居
- P09 圓夢列車－身障者的社區服務
- P16 互助照顧－福氣生活紀實／志工服務紀實／實習生活紀實
- P22 傳遞幸福轉運站
- P26 清恬小舖－照顧，從餐桌開始

發行所：社團法人台灣福氣社區關懷協會
 發行人：陶蕃瀛
 執行編輯：張雅婷、楊豐綺
 美編設計：蔡佩君

理監事會成員

理事長 陶蕃瀛
 常務理事 紀金山
 常務理事 林瓊嘉
 常務理事 張憲文
 常務理事 陳榮輝
 理事 黃玟娟
 理事 魏春枝
 理事 吳惠如
 理事 郭俊巖
 理事 邱誌勇
 理事 陳玲穎
 理事 顏瓊芬
 理事 孫德利
 理事 張秀玉
 理事 朱偉仁
 常務監事 劉淑寧
 監事 林郁芳
 監事 蘇俊丞
 監事 陳彩華
 監事 張坐章

人員編制

職稱	姓名
秘書長	張雅婷
行政秘書	楊豐綺
社工督導	吳綵玲
社工督導	吳佳瑜
社工督導	顏瑜怡
社工督導	吳韋霆
社工	陳宛瑄
社工	溫易璇
社工	翁韻萱
社工	劉夢雲
社工	張嘉文
社工	林芷綺
社工	郭怡君
社工	吳佳真
社工	邱文怡
生活輔導員	何淑卿
生活輔導員	劉秀俐
照顧服務員	唐美春
照顧助理員	蘇玉玲
照顧助理員	鄭淑娟
照顧助理員	楊春選
照顧助理員	李美玲
照顧助理員	許美珍
照顧助理員	劉毅萱
店長	黃毅綸

協會簡介

協會宗旨

- 愛、關懷是幸福的本質。
- 傳遞幸福，智慧和善的互動過程，就是福氣。
- 讓我們付出愛、關懷，跟福氣做一輩子的鄰居。

組織架構

社區培力展能組

- 臺中市沙鹿區長青學苑
- 臺中市社區發展育成中心(第二區)
- 身心障礙雙老家庭社區互助聯盟培力

社區照顧培力組

- * 長青服務
 - 失智者團體服務
 - 失智者家庭支持服務
 - 獨老關懷服務
- * 身心障礙成人服務
 - 日間照顧服務
 - 小型作業所服務
 - 身心障礙家庭支持服務
 - 雙老家庭支持服務
 - 雙老家庭據點活動

福氣愛心社區小舖

- 社會企業產品
- 飲品、早午餐
- 愛心串聯

志工隊

- 隊務管理
- 教育訓練
- 支援項目

行政管理組

- 會計/稅務
- 行政/出納

與福氣做一輩子的鄰居

11月.12月 104年「緣分」



- 104. 11. 03 卓碧霞、杜士忠、陳明珠、清水埔塩、林志涵、林澤宏、陳涵渝、黃坤定、邱芳裕、紀王碧琴、童玉婷、楊忠輝、蕭舜仁、陳秋龍、莊凱玟、劉美智 長期捐贈蔬果、食品、物資
- 104. 11. 06 雄恆行 捐贈澳洲QV舒敏保濕潔膚乳
- 104. 11. 09 富邦人壽 群雁團隊辦理「愛心義賣活動」之募得費用全數捐予福氣
- 104. 11. 11 洽富實業股份有限公司 長期捐贈料理包
- 104. 11. 13 陳秋月 捐贈美術用品、食品
- 104. 11. 17 蘇鈴瑟 捐贈電暖器
- 104. 11. 19 采懋製油舖 捐贈米粉
- 104. 11. 20 台灣佳能股份有限公司 捐贈白米
- 104. 11. 23 玄武堂長期 捐贈衛生紙
- 104. 11. 23 台灣中小企銀 楊禮模經理至福氣參訪

富邦人壽 群雁團隊 辦理「愛心義賣活動」



清水國小四年忠班的小朋友至福氣參訪



清恬小舖辦理 親子農作體驗活動



長榮大學社會力研究發展中心至福氣參訪



- 104. 12. 01 許慧妤 捐贈主機、鍵盤組、延長線
- 104. 12. 08 友緣生活有限公司 捐贈米粉、餅乾、味噌、麵
- 104. 12. 08 大愛採訪「揮灑生命彩筆 繪本創作跨越心牆」
- 104. 12. 11 淑師姐 捐贈白米
- 104. 12. 11 劉淑寧 捐贈電腦
- 104. 12. 16 財團法人台中市私立金柁社會福利基金會 捐贈麥片、沙拉油
- 104. 12. 18 清水國小四年忠班 鍾明杏老師帶小朋友至福氣參訪
- 104. 12. 19 張莉苹 捐贈碎紙機
- 104. 12. 19 林建樺 捐贈電視櫃、瓦斯爐
- 104. 12. 20 清恬小舖辦理「親子農作體驗活動」
- 104. 12. 24 新技國際企業股份有限公司 捐贈水餃
- 104. 12. 29 伯寶行股份有限公司 捐贈有機天然洗衣精
- 104. 12. 30 育冠企業股份有限公司 捐贈生活物資
- 104. 12. 31 長榮大學社會力研究發展中心至福氣參訪

與福氣做一輩子的鄰居

01月.02月 105年「緣分」



有愛無礙~第九屆真情之旅



真善美社會福利基金會
陳文卿執行長至福氣參訪

- 105. 01. 05 顏美玲、張玉翠菲、王文隆、陳盈鳳、戴嘉嫻、陳益展、林建璋、李宜靜、洪啟晃、江珮君、蔡欣昌、溫易璇、陳癸壁、楊芷菡、林桂枝、廖翊茵、張淑娥 長期捐贈蔬果、食品、物資
- 105. 01. 06 蓬麓宮 捐贈白米
- 105. 01. 07 福氣參與「有愛無礙~第九屆真情之旅」
- 105. 01. 10 福氣參與龍興慈善會「冬令救濟」活動
- 105. 01. 12 鰲峰山福德廟 長期捐贈蔬果食物
- 105. 01. 13 福壽實業股份有限公司 捐贈麥片、芝麻油
- 105. 01. 14 源盛事業股份有限公司 捐贈無針釘書機、打洞機
- 105. 01. 15 十方匯國際貿易有限公司 捐贈折疊床
- 105. 01. 20 聖安宮 捐贈油、米、乾糧
- 105. 01. 21 真善美社會福利基金會 陳文卿執行長至福氣參訪
- 105. 01. 22 台灣主婦聯盟生活消費合作刊登-「合作照顧-從獨老到共老的想像」
- 105. 01. 28 台北金融大樓股份有限公司 捐贈不鏽鋼衛生紙架
- 105. 01. 30 蕭百滿 捐贈慢磨機、鍋子

- 105. 02. 01 台中市東勢地政事務所長期 捐贈食品及燈籠
- 105. 02. 02 弘光科技大學老人福氣與事業系 黃玟娟老師訪談
- 105. 02. 05 黃毓亞 捐贈烤箱
- 105. 02. 05 清恬小舖辦理「作伙來呷茶-清恬小舖年末茶敘」
- 105. 02. 05 拓凱基金會捐贈餐盒
- 105. 02. 15 余音真 捐贈書體康復蛋白營養品
- 105. 02. 21 洽維企業股份有限公司 捐贈活動
- 105. 02. 22 身障日照及雙老家庭包水餃活動
- 105. 02. 17~22 福氣參與「2016中台灣元宵燈會-嬉遊台中」擺攤活動
- 105. 02. 20 台中市地方稅務局東勢分局 捐贈燈籠
- 105. 02. 26~04. 23 福氣參與清水小苑擺攤活動
- 105. 02. 27 清恬小舖辦理「馬賽克拼貼親子活動」



福氣捐物



福氣揪您慶元宵-包水餃活動

與福氣做一輩子的鄰居

03月.04月 105年「緣分」



- 105. 03. 01 李健安、許莉珠、陳董秀梅、吳姿諭、施霽吟、林清根、潘福氣、潘欣儀、潘名祥、潘鴻仁、張芷蓁、謝幸君、洪家彥、鄭清燦、王清波、林翠如、楊宜真、張秀英、余玉雯、林郁婷、紀冬漢、李佳陵、廖婉妤、謝玉娟、水幫漁水產 長期捐贈蔬果、食品、米食、物資
- 105. 03. 03 亮語文創、蘇鈴瑟 捐贈雨傘、咖啡機
- 105. 03. 04 長榮大學應用哲學系至福氣參訪
- 105. 03. 06 參與 港區藝術中心 義賣活動
- 105. 03. 07 李浩銘、李佳陵 捐贈影印機、網球拍、外接硬碟
- 105. 03. 14 財團法人微風慈善基金會 捐贈黑芝麻乾麵
- 105. 03. 15 財團法人伊甸社會福利基金會 捐贈身障學員手眼協調教具
- 105. 03. 17、20 參訪東勢信義養護中心
- 105. 03. 21 新技國際企業股份有限公司 捐贈洗髮精
- 105. 03. 22 臻香老闆娘與福氣交流清水小旅行
- 105. 03. 26 清恬小舖辦理「我是小小烘焙師」
- 105. 03. 29 福氣協會第三屆會員大會暨第六屆理監事聯席會議
- 105. 03. 30 李秋香、王順堂、王泓、蔡麗英、王家泉、陳秋龍 捐贈生活物資
- 105. 03. 30 臺中市東區東信社區發展協會 參訪
- 105. 03. 30 福氣協會辦理烤肉暨淨山活動、食物銀行發放日
- 105. 03. 31 洽發企業股份有限公司 黃啟景經理 捐贈麵粉



長榮大學應用哲學系
師生至福氣參訪



東勢信義養護中心參訪



馬賽克拼貼



福氣捐物

- 105. 04. 09 清水高中接夢義賣活動
- 104. 04. 14 善耕公益平台 參訪
- 105. 04. 14 宏林國際股份有限公司 捐贈桌上型電腦組
- 105. 04. 20 信義修正成 Give543來訪，並捐贈電鍋
- 105. 04. 22 葉芬菁 捐贈冰淇淋機、調理機
- 105. 04. 25 新技國際企業股份有限公司 捐贈沐浴乳
- 105. 04. 27 交通部觀光局參山國家風景區管理處 捐贈台灣喔熊系列商品
- 105. 04. 30 清恬小舖辦理「小小烘焙師 part II 手工佛卡夏麵包」



朋友或訪客來到協會參訪或者來到清恬小舖用餐或消費，經常會問我們怎麼會成立這個服務身心障礙者與老人的社區關懷協會？有人覺得協會服務的對象快樂且自在，氣氛舒服，但是服務對象不多，收費也不高，我們如何維持？這些關於協會如何生存？能夠生存嗎？類似的問題還真不好回答。最真心的答案是只能憑信心。我們只管認真服務社區的老人、身心障礙者、以及他們的家人。他們會用自己的方式讓我們學習，幫助我們改進服務。

協會每年向政府單位申請福利服務方案與社工人力的經費補助。日間在協會活動的身心障礙朋友一起參與製作的天然清潔劑和他們協助封裝的耳掛式福氣咖啡，販售所得不無小補。協會經營的清恬小舖去年開始賣早午餐，感謝許多在地朋友與企業的支持。特別是主婦聯盟和伊甸基金會的朋友們特別選擇到清恬小舖開會並以消費支持小舖和協會。這些業外努力都還有很大的成長空間，對協會的財務缺口略有助益。所幸者，總是會有一些朋友和善心人士的捐款補足缺口。協會像王小二過年，年年難過年年過。

今年協會在清水果貿新村國宅租下一百多坪一樓的空間，要作為身心障礙者小型作業工作場所。房東只跟我們收取政府補助的房租金額，他是低調的善心人士。所收的租金遠遠低於行情價，算是跳樓大拍賣的收費。今年協會準備進入梧棲開展老人照顧服務。尋找場地是困難重重。梧棲的大街小巷都尋遍了，沒有適合的空間，就是沒有。日前得遇貴人相助，介紹一位在梧棲鄰近童綜合醫院附近有地的清水殷實企業家，願意挺身相助。他已經承諾出資蓋屋租給我們使用。而他的收費也是完全不可能損益兩平的價碼。

我只能說這必是上天相助，德不孤必有鄰。

我們繼續認真落實福氣協會的使命：提供優良的社區老人與身心障礙者的照顧服務。



總 是天真的我，當初因決定和指導過的學生們一起投入在地照顧的服務工作，便邀集了周邊好友們一起組織了福氣協會。一晃眼，如今已過六個寒暑。這個起心動念，不只是提供了海線地區過去缺少的非營利組織資源和服務，更深深地改變了我自己，讓我沉浸在豐盛的福氣裡。證明付出的行動是收穫的來源。

成長是要脫離舒適圈的。雖然不自量力，這個大學工作外的這個社會實踐，也一如原初眾人想像般的艱難；但憑空造境，卻是真實見識到世間諸緣如何匯聚和轉移，眾生境界分殊，了解外境真假意義的大好學習機會。

人生苦短，無常常在。近日兩位好友，一位熱愛山林，一位醉心學海，突然英年早逝，從其行誼論定人生，猛然驚悟「一真一切真」，朝思暮想的，終會如是現形；人生就是自己造夢且自收其果的。衷心感謝陶理事長和全體工作人員，如理的延續福氣美好的夢境。在直接為有照顧需求者服務的實境下，透過謙卑的觀看和學習，服務對象其實正是我們的導師，我們相互需要且相互支持。

在分享裡，人生意義加成，福德也油然而生。

邀請朋友們有機會來社區生活支持中心走走，和我們一起行動，共享心靈滿足。





理事 張秀玉

能與台灣福氣社區關懷協會結緣，是因為八年前來到靜宜大學社會工作與兒童少年福利學系任教。福氣由系上紀金山老師創會，許多對於老人福利服務與社區工作有興趣的學生，擔任福氣的志工與實習生，在參與實務的過程中，開拓了學生生命及學習的視野、有機會將課堂所學在實務實踐，透過實務實踐反思課堂知識、更讓他們親身接觸到許多社區中需要關懷的長者與身心障礙者。除了學生外，本系以及校內其他學系的教師，都將福氣當作學生實務實踐的場域。【有了福氣，靜宜大學的師生，因此得福。】



後來我有幸擔任台灣福氣社區關懷協會第二屆理事，透過理監事會及相關會務的參與，看到了一個在地協會，如何堅持理念的，用最適合社區居民的步調，提供服務。這種有別於許多社會福利單位，以專業為名，提供與社區步調、需求不一致服務的做法，非常不同。然而，福氣的社區關懷實踐方法，盡量以不干擾、改變原有社區的生活文化模式為原則，創造了一種不急不徐、深根社區的工作模式。【有了福氣，海線地區中的長者與身心障礙者，因此得福。】

不過再有理念的非營利組織，不能只叫好不叫座。期許大家能看見福氣在社區關懷服務、教育培育與傳承的用心與樸實，能夠盡己之力，提供物資、金錢、人力與支持，讓福氣充滿能量、讓更多人因此得福。



秘書長 張雅婷

從小我的夢想就是想助人，在學生生涯我總覺得該為夢想做些學習累積，但那時忙著讀書考試，忙到沒有時間靜下來思考，為了實現自己的夢想該作什麼累積，我很徬徨的度過了學生時期，直到大學我才能真正感受獨立思考、選擇、承擔所帶來的學習收穫與興奮。

幾年工作累積下來，我發現父母或學校教育體系，最應該提供的教育是：「吃苦也做對的事」的堅持教育。工作之後，我越來越感覺若是對的事，必須有堅持吃苦下去的勇氣，老天自然會有善緣來幫忙。

講件神奇的事：105年福氣協會預計在梧棲提供老人日照服務，我們不斷的請老天給我們機會，承諾願意認真吃苦學習，只求找到場地提供有照顧壓力家庭日間的幫助，神奇的是有位地主就突然出現，願意幫忙蓋我們需要的照顧空間，這是老天給的機緣，但成熟的機緣必須天時地利人和，且持續有人共同參與，因此我們希望號召更多年輕人與我們一樣，有擔當的承擔更多的辛苦與責任，只為讓我們的家人甚至是未來的自己，能更有尊嚴的面對老年生活，而現在閱讀文章的你，不論你是我們的家人、朋友、認識或不認識我們的人，邀請您支持福氣，任何形式的支持、分享、捐錢捐物或做志工，都是很好的善行，都讓這社會有更多人共同參與善的循環。

子欲養而親不待，善欲行而時不待，我們不用很有錢才能陪伴父母、回饋社會，請現在跟我們一起挺身而出。





東海大學社會工作學系 吳秀照副教授



1 960年代，西方社會對於長久以來以機構安置的方式照顧障礙者掀起了反省與改革的聲浪。反對者認為機構式的照顧其實是立基在醫療思維下的控管，將障礙的問題歸諸於個人，因此障礙者在隔離的環境中，被剝奪自主選擇生活方式的機會，也限縮其社會參與的空間。



1970年代，隨著去機構化的浪潮，英國學者提出了障礙的「社會模式」觀點，認為障礙者在教育、就業、醫療健康、交通乃至於社會生活上所遭遇困境，往往與社會在建構制度或生活環境時，多以健常人的條件作為制度或環境設計的標準，並未考量到障礙者作為社會一份子的需求。而社會文化及人群對於障礙者的負向觀點與態度，更是社會障礙的主因。從「社會模式」觀點來看，消除社會對障礙者的歧視、排除環境障礙以及制度上的限制，並擁有平等參與社會生活的機會，是障礙者跟一般人一樣應有的權利。

這個觀點告訴我們，障礙者跟你我一樣，有權利在熟悉的社區生活環境中，選擇他想要的生活。有人可能會問：「選擇想要的生活？那要他能獨立照顧自己啊！」這裡，我們要仔細思考「獨立」這件事。你真認為日常生活中，我們能「獨立而活嗎？就像此刻我在寫這篇文章時，我所使用的電腦，是科技人的貢獻；我在夜晚能點燈工作，是電力人員的努力；我伏首案前，有張好的書桌，是木工師傅的賜予。我們能獨立完成一些工作，其實是因為先前有更多的人支持與幫助。也因此，透過良好的社區照顧與支持，讓更多的障礙者有機會選擇居住在社區中過有意義的生活，應該是我們要共同努力的方向。



關於在社區共同生活，我帶學生到福氣社區關懷協會參與服務學習時，有深刻的體認。福氣秉持著障礙朋友是你我生活中的一份子的理念，在日常生活中，帶著他們自然地出現在社區的市場、街道與生活環境中，讓他們一起去買菜，一起洗菜做飯、一起參與日常工作、一起活動、一起創造日常生活與人群互動的機會。

透過社區走動及生活參與，逐漸化解社區民眾因為對於障礙者不了解而存在的害怕、焦慮及偏見。我眼中看到的福氣，是一個真真實實的大家庭。作為障礙者生活環境之一的工作人員，我眼見他們合力打拼，平等對待與互相支持包容，組織氛圍自在且充滿生氣。這樣的人文環境，對於障礙者而言，自然而然也感受得到，他們的自在也就會表現在臉上、肢體上及言語上，表現在這個大家庭所有成員的互動上。

障礙者的社區照顧，就是希望創造障礙者平等的跟你我共同在社區自在的生活。我看見福氣的工作人員與障礙朋友一起在往這樣的方向努力前進。我深深感動，也祝福你們！





如果整個社區是我們日常生活的地方，那麼我們的學習就從這裡開始…。

「社團法人台灣福氣社區關懷協會」的成立，即是希望透過深入社區服務，讓在社區裡的身心障礙者家庭，能在自己的社區中就近找到支持的力量，以減輕家庭照顧者的照顧壓力，實踐「在地生活」的社區照顧理念。

福氣在101年度起提供相關服務過程中，發現部分的身心障礙者家庭因資源有限，父母只好把自特殊學校畢業但無法就業的孩子獨自留在家中。長期下來不僅造成孩子的功能及體力快速衰退，父母易因對子女未來照顧安排不確定而衍生心理照顧壓力及生理照顧負荷。

因此本會103年起與臺中市政府社會局合作，開始推動海線區「身心障礙者社區式日間照顧」服務，透過提供多元化服務內容，滿足身心障礙者個別化需求並豐富生活多樣性，並有效減輕家庭照顧者的照顧壓力。



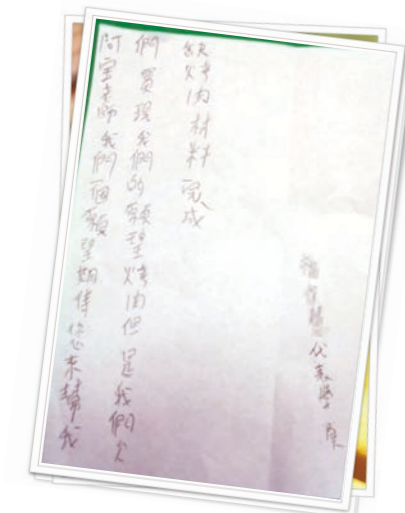
撰文者 何淑卿、劉秀俐生活輔導員



某天福氣協會一如往常地帶著學員走上鰲峰山運動，因為一個偶然我們走到了鰲峰山公園的烤肉區，看著樹蔭下有石桌、座椅、烤爐，多棒的場地啊！

「哇！老師，有烤肉耶！好想吃烤肉喔！」
突然一個聲音從憨兒們口中傳出……

沒想到立刻得到大家的迴響「烤肉！烤肉！」，淑卿老師原以為是一時的玩笑話，隨興回應說要吃烤肉要問阿寶老師可不可以。但在好奇心與期待的驅使下，我們不顧是否來得及回中心享用午餐，與憨兒們一起把場地走了一回，邊走邊聯想這裡可以洗食材、這裡可以放烤好的食物，這裡的座位有樹蔭遮著比較涼爽等。回到中心後，憨兒們將烤肉的美好想像告訴當天留守廚房做廚房訓練的同學們，隔天，憨兒們便拿著紙、筆問：「老師這個字該怎麼寫？」、「老師寫這樣可以嗎？」，一張「樸實」的許願卡就這麼誕生了！



▲ 許願卡

「阿寶老師我們一個願望 期待您來幫我們實現
我們的願望 烤肉 但是我們欠缺烤肉材料完成 小慧代表學員」



阿寶老師(本會秘書長)在接下這封許願卡後，心情既無奈又好笑，福氣協會財源有限，每月要維持身障學員的學習開銷就非常吃力，只能於FB發文尋求愛心人士幫忙，沒想到當晚就有善心人士回覆認養全額烤肉費用達成學員願望。

協會既開心又思考著，該如何做才能讓這份情傳遞下去，讓我們所獲得的福氣可以分享給更多人呢？



撰文者 林芷綺社工

為教導憨兒施比受更有福的觀念，透過「淨山」的方式，讓身障者在能力所及的範圍內一起回饋每天生活的社區及善心人士的幫助，不再只是一昧接受資源！共同讓社區環境變得更加友善、溫馨。

就在3月30日這天，一大清早，福氣門口陸續聚集了一群人，大家滿懷期待的參加今天的「圓夢烤肉趴」。

「老師，爸爸、媽媽呢？」阿惠說，因為爸爸媽媽當天必須去醫院回診，沒辦法一起參與，看著阿惠一臉難掩失落，只好拍拍他的肩說：「等一下烤肉的時候，再請老師拿袋子幫你裝幾塊肉回去給爸爸、媽媽吃」，聽到這句話阿惠開心的連忙說聲謝謝就趕緊小碎步的跳著回教室準備出發。阿惠並非只想到自己，還惦記著家人，真的令人感到欣慰。

準備好所有烤肉用品，確定大家都到齊了！出發！前往烤肉區！

遠遠的就可以看到浩浩蕩蕩的一群小綠人們一路向前行，每個人臉上都掛著燦爛的笑臉，開始憨兒們的社會服務—淨山。就這樣一邊淨山一邊往烤肉區移動，雖然天氣炎熱但大家仍興致高昂！從草地、遊樂區到路旁的走道都不放過，還會主動詢問老師還有哪邊需要打掃呢！吃飽喝足後，憨兒們也一起幫忙將場地回復乾淨，讓後續使用的人可以有個乾淨的場地！



撰文者 顏瑜怡社工督導

因為一張許願卡、一份說出口的期待，讓福氣與憨兒們努力築夢。

因為一個看見，一個拋磚引玉的小動作，讓夢想得以實現。

這次的圓夢計畫，感謝許多認同福氣理念的愛心人士們，不論是金錢或人力的協助，讓憨兒可以圓夢，對於身障者家庭來說，能與親朋好友同樂是一件難得的事，好比這次活動憨兒與家長們，每天期待當天到來，整個協會都能感受到大家雀躍心情。

在身障者家庭生活中往往因為他們障礙、不被接納，生活是我們共同創作，不應該讓障礙限制我們，在福氣夥伴們陪伴下互相扶持互相學習一起成長，憨兒們快樂做自己的主人。

感恩的心：小丞的媽媽

謝謝福氣舉辦這場活動，看孩子從知道後就一直很興奮的念著，可以感受到他真的很期待、很开心！

感恩的心：憨兒小慧的感謝

謝謝叔叔、阿嬤幫我們圓夢，祝你們身體健康、平平安安！



感謝圓夢大使



圓夢大使：王大哥

知道平常這群孩子很難得可以烤肉，想說趁這個機會，剛好自己也有能力，就盡一份心幫他們圓夢！



圓夢大使：小丞的媽媽

因為工作的關係，沒有辦法與小丞一起參加，但從他每天都念著、期待烤肉當天的到來，可以感受到他真的很期待！所以想說贊助美味的蝦子，讓大家可以好好享受歡樂的時光！



圓夢大使：張清茶理事長

每個人都有願望，小時候我有個願望，就是希望能讀大學，可惜當年因家境因素無法圓夢，成為心中遺憾，現在我有能力了，希望能透過一己之力，幫人完成夢想。

圓夢大使：張雅婷秘書長

當初收到許願卡時真的覺得他們很可愛，也替他們高興他們能將自己的想法、需求付諸行動，主動地求助。而他們對我的信任也讓我覺得很感動，那是需要多少的信任才能讓他們願意將這卡片交到我手中。但是在經費有限的情況下，平時光籌措兒們的經費就需要耗費大把的力氣，怎麼還有多餘的錢來舉辦烤肉活動呢？只好口口網求助，沒想到當晚就有善心人士願意幫兒們圓夢！但在這過程中我也開始反思，兒們圓夢了的確是令人開心的事，但當他們求助時就有人幫忙完成，這似乎並非好的生活教育，應該讓他們有所回饋，所以我們決定用淨山的方式來回饋給我們生活的這個社區。

如果有一天，我們都老了



撰文者 吳綵玲 社工督導



台灣高齡化速度是世界第一，因著工作我常在思考，如果有一天~我老了退休了，父母也老了，在這高齡化又少子化的時代，我們看得見漫長辛苦的晚年，也深知家中只要有人失能需要照顧，隨時就會帶走一家子的笑容。試問你想要什麼樣的晚年？你可曾經與家人討論過他們期待的晚年是什麼呢？

過去的大家庭時代，老人及小孩是整個家族互助照顧，現在小家庭則相反，孝子女一肩扛，壓垮一個又一個，子女徬徨覺得沒有盡到照顧好父母的責任，父母愧疚覺得拖累子女。我們福氣想做的事，是讓老人有尊嚴的老、讓家人有支持的活。

102年度福氣成立清水社區生活支持中心，就是希望福氣能扮演在地有照顧壓力家庭的浮木，讓大家可以能力時助人，有照顧議題時求助，在這福氣生活圈裡互助、助人、自助，在現在的家庭型態裡，唯有大家共享福氣，才能讓這個老化的世代不再獨自承擔照顧重擔。



阿珍姐的故事



撰文者 邱文怡社工



她，是阿珍姐，在瑞智學堂所有服務長輩裡他屬最年輕最幼齒的，過去因為中風讓她人生起了變化，她不再擁有健朗的身體，也因為血管型失智讓她的記憶一點一滴地被時間噬去。

阿珍姐說：我中風時，在其他機構被照顧，偶爾會被工作人員偷偷的欺負，只因為有時會大吼大叫，現在覺得來福氣很好，大家對我都很好，而且還可以常常看見女兒。

現在的阿珍姐雖然偶爾還是會情緒不穩、大吼大叫，記憶、體力不像當初來福氣時的好，但她卻樂於分享她過去的經驗，且她的歌唱功力可比擬電視上的歌星，她還會背誦九九乘法表，很多時候大家會因為她的一句話而笑聲連連。這樣的阿珍姐，還有一段好長好長的路要走，未來會變得如何我們和阿珍姐都無法預測，但我們都知道，要好好珍惜當下，享受每一天快樂的時光。



阿太阿嬤的故事



撰文者 劉夢雲社工

阿太阿嬤是一位比較焦慮及輕微憂鬱症者，剛到瑞智學堂時，幾乎沒有笑容，甚至很多時候都在唉聲嘆氣，覺得自己身體不好、什麼都沒辦法做、不識字等負面想法。

剛到協會時，用餐時間大家都開心用餐，阿嬤常常說這個我不能吃、那個我不能吃，正餐幾乎只吃一半，餓了就會說要喝牛奶，因為這樣，阿嬤的體重逐漸下降，不論誰勸她多吃一點，不能只喝牛奶，阿嬤都堅持己見，令人又擔心又沒辦法。



隨著時間的推移，阿嬤漸漸地出現了改變，活動中有愈來愈多的笑容。像是活動中要與他人合作傳球，阿嬤一開始會說自己做不到，當工作夥伴對她喊加油之後，她自己也幫自己打氣；阿嬤不識字，但當工作夥伴帶著她一筆一畫練習時，也願意慢慢練習，一一克服自己以前排斥的事情。現在，連吃飯的胃口都變好了，以往只吃半碗，現在可以吃到一碗再多一點，體重也慢慢增加中，精神變得比以前好，真的是很令人開心！這些是在去年我完全看不到、也從來沒想過的情景！

阿嬤從以前就很會煮菜，當我們在煮飯時，他遠遠看到菜的葉子，就知道是什麼菜！透過園藝的活動，阿嬤一看到這些幼苗，立即指出這是蔥、這是大陸妹、這是小白菜！長輩過去生活的記憶，能透過活動的方式喚醒，更能藉此增加他們的信心。



看著原本因輕微憂鬱而很少笑的阿嬤，能在活動中露出自信的笑容、以及充滿活力的聲音，真的很高興，瑞智學堂讓照顧不再是一種負擔！

阿月奶奶與阿祥爺爺的故事



撰文者 靜宜大學社會工作與兒童少年福利學系 陳奕旭、黃酪翔志工

這學期擔任雙老家庭到宅陪伴志工，陪伴對象是阿月奶奶與阿祥爺爺。在陪伴他們的過程中是很愉悅的，長輩也都很期待我們的到來。於服務前，依據長輩的興趣及生理狀況規劃活動。

阿月奶奶

第一次看到奶奶覺得她超可愛的，個子嬌小，看到我們就表現得很雀躍，是個喜歡與人聊天、玩耍的人，個性非常活潑。奶奶是輕度智能障礙，因此我們帶領大腦開發活動，由於先前有修習音樂治療課程，學以致用，於服務過程中搭配使用，而奶奶透過活動也可感受到她明顯的進步。

奶奶的家屬表示她不愛吃水果，因此我們使用「水果配對圖卡」來告訴奶奶吃水果的好處，後來家屬告訴我們，奶奶有漸漸開始吃水果喔！



很珍惜每次與長輩們的相處時間，也期許自己的陪伴能為他們的生活帶來一些精采，感謝福氣協會給予我這樣的機會來陪伴這麼可愛的長輩們。



阿祥爺爺

每次家訪時，爺爺都會說：「你們怎麼有時間來，應該要出去玩的啊？」真是個很可愛的爺爺。

帶領爺爺進行活動的過程中，發現爺爺腦部逐漸退化，每次玩象棋時，都會忘記自己做莊，因此我們規劃腦部活動的小遊戲，例如翻牌子(找出兩張相同的數字)、釣魚實果遊戲，再搭配籌碼，讓爺爺可以藉由遊戲活化腦部。



阿惠阿姨的故事



撰文者 靜宜大學社會工作與兒童少年福利學系 劉芳儒志工

家訪服務中，印象最深刻的就是阿惠家了！社工帶領我到阿惠家訪視、認識阿惠的婆婆，由於阿惠家在巷弄內，因此平時鄰居都會相互關心。與婆婆談話過程中，瞭解阿惠肢體早已出現狀況，而阿惠又不愛走動，漸漸年紀大了，身體退化的狀況更加明顯。爾後家訪我們透過小遊戲讓阿惠動動手腳，例如：丟球或水果實果，讓阿惠可以活絡四肢，婆婆也都非常親切地招待，讓我們很期待至阿惠家陪伴她。



某天，鄰居阿姨到阿惠家找她婆婆，誤認我們是社工就說：「玩什麼遊戲，給錢比較快啦！」雖然婆婆笑笑的沒說什麼，但其實我很難過，這句話是那麼刺耳卻又真實，但我也瞭解福氣安排到宅服務的主要用意，是期待阿惠能藉由遊戲而活化四肢，也會評估是否有其他需求。但我還是很感謝鄰居阿姨，讓我更貼近他們的生活，仔細觀察與瞭解他們真正所需要的幫助，這是家訪帶給我成長。



金多謝，我足歡喜！



撰文者 弘光科技大學老人福利與事業系 黃馨誼實習生



我們透過定期的據點活動時間，讓雙老家庭的夥伴們能夠有一個聚會場所，透過活動增加他們人際互動、社會參與的機會，也拓展自己的生活圈，更讓彼此的生活中有最平凡的小確幸。



每次的據點活動時間，大家總會特別期待與興奮，一句「小不點，早！」開啟了據點熱鬧的一天，在這裡大家一起唱歌、跳舞、運動、做勞作、學習新事物，嘗試從來沒有過的體驗，讓協會總是充滿歡笑，每當活動結束後，最常聽到阿雄哥哥對著大家說：「金多謝，我足歡喜！下禮拜還要再來，好嗎？」透過對話發現，參與據點活動不僅是充實自己，也豐富了他們的生活。



雙老據點最大的憧憬就是讓參與活動的夥伴們，把福氣協會當成自己第二個家、每位成員都可以將彼此當成自己的家人、朋友，讓我們一起面對生活中的大小事，分享人生中的酸甜苦辣。

一同傳遞福氣，分享福氣、共植福田



福氣協會成立迄今即邁入第六個年頭，感謝大家支持與陪伴著福氣成長。

本會辦理身心障礙日間照顧中心，以提供身障朋友發展與維持日常生活自立能力，然而，你我生活周遭或許都有這樣的家庭，每天都辛苦生活著，福氣邀請您一同支持與傳遞福氣，共同協助募集身障學員學費、福氣食物銀行每月物資及配送需求。



為提供福氣之友較便利及多樣選擇之捐款管道，捐款方式如下：

- 信用卡捐款** | 填寫「信用卡捐款授權書」(23頁)，正本郵寄至本會。
- ACH轉帳代繳** | 煩請致電至本會索取表單(04-26313525)，並將正本郵寄本會。
中華郵政無參與ACH代收業務
- 郵政劃撥** | 帳號：22710629
戶名：社團法人台灣福氣社區關懷協會
- ATM/郵局轉帳** | 匯款郵局：靜宜大學郵局(代號：700)
匯款帳號：0141472-0037195
戶名：社團法人台灣福氣社區關懷協會
- ATM/銀行轉帳** | 匯款銀行：第一銀行/沙鹿分行(代號：007)
匯款帳號：422-10-078017
戶名：社團法人台灣福氣社區關懷協會
- ATM/銀行轉帳** | 臺中市愛心食物銀行沙鹿分店營運勸募活動
匯款銀行：華南銀行/沙鹿分行(代號：008)
匯款帳號：451-10-001504-1
戶名：社團法人台灣福氣社區關懷協會
- 現金捐款** | 親自本會各中心辦理
- 發票捐贈** | 將收集之發票郵寄或送至福氣協會
52020電子發票愛心碼捐贈。
結帳前告知商家輸入愛心碼52020，即可捐贈發票。



信用卡捐款授權書

填表日期：民國 年 月 日

捐款人編號： _____

捐款者基本資料

捐款者基本資料表格，包含捐款人性名、電子信箱、通訊地址及聯絡電話等欄位。

信用卡資料

信用卡資料表格，包含持卡人姓名、信用卡卡號、發卡銀行、信用卡卡別及持卡人簽名等欄位。

捐款方式與收據開立說明

捐款方式與收據開立說明表格，包含捐款方式選擇、收據抬頭、收據地址、收據寄發及會訊寄送等說明。

填妥本表後，請將授權書正本郵寄至本會

◎地址：433 臺中市沙鹿區臺灣大道六段 805 號 社團法人台灣福氣社區關懷協會 收

◎電話：04-26313525

- 提醒您 1. 本會收到您的捐款資料後將主動致電確認... 2. 若您信用卡掛失、停用、換卡或升級... 3. 您的個人資料本會將妥善保護... 4. 若有任何問題歡迎來電洽詢

傳遞幸福轉運站

104年11月至105年04月捐款

捐款名單表格，包含日期、捐款人/單位、金額等欄位，並包含多個月份的捐款總額統計。





社團法人台灣福氣社區關懷協會

總會會址：436臺中市清水區中山路66號
 電話：(04) 2622-1220 (04) 2622-1320
 傳真：(04) 2622-1221
 總會信箱：fortune0619@gmail.com

福氣社區生活支持中心

信箱：fortune52020@gmail.com

臺中市身心障礙者社區式日間照顧／小型作業所

地址：436臺中市清水區建國路100號1F
 信箱：mr.care201099@gmail.com

瑞智學堂

信箱：sow0414@gmail.com

臺中市第二區社區發展育成中心

地址：433臺中市沙鹿區臺灣大道六段805號
 電話：(04) 2631-3525
 傳真：(04) 2631-3353
 電子信箱：incu.ft@gmail.com



▲ 福氣協會FB
粉絲專頁



▲ 臺中市社區
發展資源網



▲ 臺中市社區發展育
成中心FB粉絲專頁

福氣小故事

揮灑生命彩筆 繪本創作跨越心牆

媽媽一個意外的發現，
 展開了與小慧一同在色彩世界奔馳的開始，
 透過畫筆，讓我們看到小慧另一個心世界，
 你能想像一位平常行動如風般女孩，
 也可以如此平靜的拿著畫筆，
 一筆一筆不馬虎的讓純白的紙張慢慢的充滿色彩嗎？
 生命就是如此的神奇！
 上帝為你關了這扇門，必會為你再開另一扇門…



聯合報 小慧報導



清恬小舖

照顧，從餐桌開始



撰文者 黃毅綸店長

很多人都問我為什麼在清恬小舖經營販賣早午餐，
 答案很簡單，因為我從小到大都不曾在外頭吃早餐。
 大學之前，我每天都能在自家餐桌上吃到健康現做的
 媽媽牌早餐，這導致了我上大學乃至工作後，經常找
 不到可以安心食用的早餐。於是，我開始思考為什麼現
 今的早餐店多半使用工廠大量製作的加工品？為什麼早
 餐店的食材總是讓人擔憂？最後決定在清恬小舖提供一
 種不一樣的早餐選擇。

雖然清恬小舖不像一般早餐店提供琳琅滿目的選擇，
 但是希望大家在這裡能吃到健康安心的餐點，於是選用經過主婦聯盟消費合作社嚴格把關的食
 材，親自到清水市場選購新鮮的肉回來醃製，注意各種油品醬料的製作成分是否安全，做這些事
 情都與福氣社區關懷協會的照顧理念不謀而合。我知道創辦福氣的紀金山老師秉持著「就算自己
 老了也願意在裡頭安養晚年」的初衷來打造福氣，覺得這種「待人如親」的照顧方式是最認同
 的。清恬小舖也秉持著這種照顧理念，讓我們的餐桌也能像家裡媽媽們用愛經營的餐桌，以照顧
 家人的心情來照顧每位光臨的朋友。

最近幾個月，清恬小舖更舉行各種跟食物
 主題有關的親子體驗活動，希望帶動更多家
 庭關心我們的飲食，我們跟很多小朋友一
 起用台灣的小麥麵粉製作餅乾，用當季新
 鮮的野菜蔬果自己烤佛卡夏，用自製的食
 材來做挫冰，下個月我們還會帶大小朋友們去
 清水在地的有機火龍果園，體驗有機農業的美好。
 這些活動與課程，都希望將福氣的照顧延伸到更多家
 庭的餐桌上，在照顧好我們自己的身體之餘，也更進一
 步關心與照顧我們的土地與環境。





HOKI GABEE

希望喜歡咖啡的您可以支持我們，加入福氣咖啡月份認購人

每認購1個月份福氣咖啡，將可在當月得到30包濾掛式咖啡（每包10公克），認購金每月份1000元含運費，每月底前寄送當月份新鮮製作的咖啡濾掛包，認購兩個月以上者我們將每月寄送一次確保品質新鮮。



最好的關懷就是「陪伴」。



每杯咖啡都是一個溫暖的陪伴，支持著福氣繼續在社區裡陪伴大天使們的成長。

您購買每一盒福氣咖啡，都支持了福氣社區關懷協會與每一個身心障礙家庭的成長。



Brunch套餐

麵包套餐 149元
(鄉村、佛卡夏)

三明治套餐 159元
(雞肉、野菇、燒肉、鮭魚)

法式吐司套餐 169元

輕食

厚片土司 35元
(奶酥、蒜香、榛果巧克力)

法式吐司、麵包拼盤 70元

漢堡、三明治 60元

飲品

季節水果茶、有機花果茶
桂圓紅棗茶、阿里山金萱
蜂蜜檸檬茶 60元

阿薩姆鮮奶茶、爵鮮奶茶
巧克力歐蕾、抹茶歐蕾 70元

自製飲品

福氣咖啡耳掛包
(每盒8包) 250元/盒

口味：藍山、花神、
曼特寧、義式



電話：04-2622-1220 黃毅綸店長

地址：436臺中市清水區中山路66號

營業時間：08:00-16:00 (週一公休)



▲ 清恬小舖
FB粉絲專頁

福氣咖啡和你在一起