

會址：台南市東區裕農路308號8樓之3

印刷品

收件者



社團法人台南市癲癇之友協會
Tainan Epilepsy Association

季刊 108年4月

Since 1998

發行人：蔡景仁 主編：劉子群

會址：701-51台南市東區裕農路308號8樓之3

電話：(06)2350253 傳真：(06)2353235 協會E-mail：ept@teatn.org.tw

協會網址：www.teatn.org.tw LineID：epilepsytainan

Facebook：社團法人台南市癲癇之友協會 癲癇急救動畫片：YouTube癲富友情

拈花惹草園藝作業所

地址：711-47台南市歸仁區文化街三段592巷33號

電話：(06)2309185 園藝所E-mail：garden@teatn.org.tw

Facebook：<https://www.facebook.com/tainan.garden>

郵政劃撥帳號：31376273

戶名：社團法人台南市癲癇之友協會

目錄

主題	作者	頁數
理事長的話	蔡景仁	2
活動回顧	編輯組	3
愛無紫盡：紫色癲癇日系列報導	編輯組	4
協會 21週年年會與理監事改選紀實	恩	14
第八屆理監事團隊介紹	編輯組	15
為愛盡我微力	劉子群	16
成長營活動回饋分享	曼、慶、億、雯、瑤	18
婦女節嘉年華會舞蹈表演活動記實	陳慧璟	21
認命活得樂—人間有情關懷癲癇徵文比賽第三名	林秀芬	22
轉變—人間有情關懷癲癇徵文比賽佳作	李昭慶	26
協會近期活動	編輯組	28
愛心捐款、捐物芳名錄	編輯組	31
社會福利資訊	編輯組	33
入會申請書	編輯組	35
劃撥單、協會QR code、癲癇處置3口訣	編輯組	37

理事長的話

首先，感謝大家給我機會連任成為協會第八屆理事長，這是一個重責大任。

協會已經提供不同管道給參加2018與2019青年成長營的年輕人，以及其他年輕人一起參加志工隊，協助協會各類型活動、接受職涯評量，和組成閃亮亮舞蹈團。協會期待在這個相對單純的青年族群環境下，每個人盡量秀出自己、發現自己並觀察別人，過程中難免對不同的意見起爭執，而使人感到挫折、灰心或出現情緒與行為的衝突，我們善用Line來做事後討論，這些都是磨練溝通與為人處事的最真實、難得的機會，透過反思可加速成長或成熟，這可由活動感言窺知一二。

另外，協會非常榮幸邀請到台南應用科技大學藝術學院舞蹈系吳幸芳教授和王道平教授，帶領舞蹈班伙伴，利用每個周日下午進行舞蹈訓練，希望把最好的成果在九月份帶到香港與協癩會的朋友做交流。本次經費除了來自去年台新銀行「您的一票決定愛的力量」獲得的補助款，不足的部分則申請企業贊助。

我們不忘持續癩癩朋友的職涯評量，聘請專業老師評估癩癩朋友的職業性向與能力，機會非常難得，歡迎待業或想提升就業競爭力的癩癩朋友一定要把握機會，向協會詢問，善加利用。

326紫色癩癩日活動於3月27日，在市政府由市長率領相關局處長官朋友們共同宣示，為台南市成為台灣首座癩癩友善城市的目標而努力，這是一場十分具有指標性意義的活動。當天下午也趕赴高雄市林園區王公國小進行校園宣導，由顏銘志校長及全校老師共同響應紫色癩癩日。活動後我們立即將活動短片上傳國際紫色癩癩日官網，並已在該組織的FB登出。謹代表協會，向黃偉哲市長及所有參與活動的朋友們致上謝忱。

新的版面與中英對照報導是本期季刊的亮點，希望大家喜歡。



活動回顧

愛無紫盡

2019

一月

二月

三月

自我探索成長營

透過團體課程與活動，增加夥伴們的互動與團隊合作的學習，邀請讀者閱讀活動感言，分享課程精彩片段

年會暨理監事改選

- 年會特別邀請賴向榮醫師專題演講「跟著無國界醫師 走進世界廚房」，十分精采的視覺與知識饗宴，也感謝賴醫師贈書義賣
- 理監事改選只是一個小小的逗點，顧不得喘息，又緊鑼密鼓一連串的活動與課程，唯有珍惜每段時間與活動，才能提前爭取癲癇朋友的友善空間

亮出自己 舞動生命

3月10日起，每周日下午，吳幸芳教授和王道平教授親自帶領閃亮亮舞蹈班進行舞訓，為期半年，希望把最好的成果帶到香港，以舞會友

326紫色癲癇日

季刊中，分享今年已進行的三場活動，每場活動緊扣紫色癲癇日的精神，目的是建構出處處友善癲癇的城市

職涯輔導評量與培力

這個活動將維持一整年，在於提升癲癇朋友職場的認知、培養就業優勢能力與競爭力，歡迎大家踴躍報名參加

愛 無 紫 盡

紫色癩癩日

My heart will go on

2019

打造台南成為
台灣首座癩癩友善城市



市府新聞



中嘉新聞



臺南大代誌



秒捷新聞



PURPLE DAY® FOR EPILEPSY AWARENESS

喚起癲癇覺知的紫色癲癇日

ON MARCH 26TH WEAR PURPLE AND EDUCATE YOUR COMMUNITY ABOUT EPILEPSY

3月26日穿戴著紫色衣物，
與社群朋友們分享癲癇知識

Cassidy Megan

Founder of Purple Day

卡希迪·梅根 紫色癲癇日發起人

“I started Purple Day because I thought I was the only one with epilepsy. I wanted to see if there were others that had it too. I wanted them to know that they weren't alone and for everyone around the whole world to learn about epilepsy.”

「發起紫色癲癇日，是因為我認為自己是唯一的癲癇患者。透過活動，我想知道是否還有其它人與我相同。我要他們了解，他們並不孤單，也希望全世界的每個人都可以認識癲癇。」

GLOBAL PURPLE DAY PARTNERS



The Anita Kaufmann Foundation
Educating the public not to fear epilepsy
Global Sponsor of Purple Day
www.akfus.org
201-655-0420



The Epilepsy Association of Nova Scotia

Suite 306, 5880 Spring Garden Road
Halifax, Nova Scotia, Canada
B3H 1Y1
902-429-2633
website: www.epilepsyns.com

黃偉哲市長

帶領宣示活動

2019/03/27

市政府代表

黃偉哲市長

黃志中社會局局長

陳怡衛生局局長

許乃文身障科科长

民意代表

沈震東市議員

王家貞市議員服務處景鴻芬主任

醫療團體

成大醫院 / 趙庭興主任秘書

仁愛醫院 / 許重勝院長

基金會/協會

林澄輝社福慈善事業基金會 / 黃德成董事長

台南市慈光身障協會 / 何文讚理事長

台南市西藥商業同業公會 / 許進興榮譽理事長

虹泰企業有限公司 / 梁金生董事長

台南市保險職業工會 / 許榮崇理事長

台南市癲癇之友協會

蔡景仁理事長

李昭慶理事

陳慧璟監事

會員暨家屬代表

日期

2019/03/27 (週三)

地點

臺南市政府6樓貴賓室

活動

- 癲富友情動畫片播映
- 理事長致詞
- 市長致詞
- 手繫紫絲帶進行宣示
- 團體大合照

致謝

- 臺南市政府相關各局處
- 各大新聞媒體專題報導

326紫色癲癇日

326 紫色癲癇日

紫色癲癇日的故事

- 2008年，當時年僅9歲患有癲癇的加拿大女孩Cassidy Megan(卡希迪·梅根)發想紫色癲癇日，希望有朝一日能破除所有人對癲癇的迷思。
- 梅根選定每年3月26日，穿著紫衫或舉辦活動，提升社會大眾對癲癇正確的認知，使所有癲癇朋友都知道「我並不孤單！」。
- 2009年起，「國際紫色癲癇日」(Purple Day®)開始全球串聯進行倡導，短短十年內，已由民間草根活動，發展成為非政府組織(NGO)的國際活動。

台灣現況

- 估計全台共約有20多萬癲癇朋友，卻只有極少數的癲癇支持團體，默默付出關懷與照顧，並進行小規模的社區或校園癲癇宣導活動，對於社會大眾的宣導仍非常不足。
- 媒體往往報導癲癇發作造成意外事件的負面新聞，不但深化民眾對癲癇朋友的偏見、排斥與錯誤的急救方法，而且造成對癲癇朋友的二度傷害。
- 台南市癲癇之友協會自1998年成立至今，不斷為去除癲癇的汙名化而努力，2017年起更響應「國際紫色癲癇日」，每年配合舉辦宣導活動。

台南紫色癲癇日宣導誓詞

- 響應國際紫色癲癇日，推廣癲癇教育宣導活動
- 熟練與有信心執行癲癇急救，以備不時之需
- 尊重與支持癲癇朋友，爭取基本人權
- 樂意與癲癇朋友分享生活經驗
- 推動台南成為癲癇友善城市的典範

2019宣示儀式與啟動

- 邀請台南市政府領先參與癲癇教育宣導，並透過政府公部門指導與共同合作，將宣導活動推廣到全台南市的學校、社群、社區、民間團體等，全面邁向「癲癇友善城市」理念的實踐。

326紫色癲癇日

國際紫色癲癇日 Purple Day

2019/3/29

PURPLE DAY 在活動臉書(FB)中，刊載兩則協會活動



PURPLE DAY for EPILEPSY
@PurpleDayforEpilepsy

首頁
關於
相片
網誌
影片
貼文
社群
資訊和廣告

PURPLE DAY for EPILEPSY 分享了 1 條連結。
3月29日下午10:19

DRIVE.GOOGLE.COM
20190327Tainan Mayor's Declaration on Making Tainan City Epilepsy-Friendly.mp4

Taiwan Celebrates Purple Day 2019!

On the 24th, a dancing group supporting Purple Day 2019 in Tainan City performed and wore purple ribbons supporting epilepsy and epilepsy awareness.

On the 27th, a declaration was made that made Tainan City Epilepsy-Friendly. The mayor was invited and directors of the related Bureau joined to present the Declaration. All of the participants wore purple ribbons supporting epilepsy.

Also that day at Wang Gung elementary school in Kaohsiung, Taiwan, an educational advocacy program for epilepsy was held. The teachers joined in and all of the participants wore purple ribbons for supporting epilepsy.



PURPLE DAY for
EPILEPSY

@PurpleDayforEpilepsy

首頁

關於

相片

網誌

影片

貼文

社群

資訊和廣告



PURPLE DAY for EPILEPSY 分享了 1 則貼文 ·

3月29日下午10:19 ·



PURPLE DAY 活動臉書(FB)說明翻譯

台灣慶祝2019紫色癲癇日。

3/24，台南的閃亮亮舞蹈團隊及老師，繫上紫色絲帶，響應2019紫色癲癇日。

3/27，台南市黃偉哲市長及相關局處長官共同受邀，由黃市長發表台南市成為癲癇友善城市的宣言，參與者均繫上紫色絲帶響應活動。理事長當天也到高雄市林園區王公小學，對全校教師進行教育宣傳。顏銘志校長及全校教師繫上紫色絲帶，共同響應紫色癲癇日。

國際紫色癲癇日

愛無紫盡

響應國際紫色癲癇日

大成報杜忠聰/臺南報導

愛無紫盡。每年的3月26日為「國際紫色癲癇日」，台南市政府今(27)日在永華市政中心與台南市癲癇之友協會共同舉辦108年「愛無紫盡響應國際紫色癲癇日」記者會，由市長黃偉哲親自出席並手繫紫色絲帶，宣示「打造台南成為全台首座癲癇友善城市」，期待台南市在國際癲癇友善日的推動下，展現出對癲癇朋友的關懷與支持。

黃市長表示，人們可能因不瞭解癲癇而有錯誤的解讀與概念，所以要教導學童認識癲癇，進而友善癲癇，讓學童把正確觀念帶回家。黃市長進一步感謝癲癇之友協會以及協同許許多多的團體，讓大家認識癲癇，而且學著接納癲癇並對癲癇友善。台南市應該要作為全台灣第一個對於癲癇建立最正確概念的城市，未來在行政的層面，市府一定全力來配合，推動市民能夠對癲癇症建立正確的概念，讓台南成為癲癇友善的城市。

台南市癲癇之友協會理事長蔡景仁醫師指出，「國際紫色癲癇日」(PurpleDay®)在2009年由加拿大女孩卡希迪·梅根(Cassidy Megan)發起，在每年3月26日當天，大家都穿著紫色衣物，支持癲癇朋友，至今全世界每年有超過100多個國家共同倡導與響應。台南市癲癇之友協會在2017年加入響應行列，經過兩年努力，台南市癲癇之友協會即將被標示在紫色癲癇日官網的搜尋及世界地圖中 (<http://www.Purpleday.org/>)。

社會局表示，希望藉由響應國際紫色癲癇日(PurpleDay®)的活動，傳達「紫色癲癇日」的精神，社會局也積極運用公益彩券盈餘基金辦理各項身障者的支持服務措施，如社區作業設施、居家服務、送餐服務、自立生活支持服務、體適能中心，以及輔具資源中心等等，期待可滿足多元障礙者的多面向福利服務需求。

愛無紫盡

響應國際紫色癲癇日



3.27黃偉哲市長帶領社會局與衛生局局長 共同宣誓台南市為癲癇友善城市

黃偉哲市長(中)、蔡景仁理事長(左五)、黃志中社會局長(右三)、陳怡衛生局長(右二)

黃偉哲市長表示，從小要教導學童認識癲癇，進而友善癲癇，讓學童把正確觀念帶回家。黃市長進一步感謝癲癇之友協會以及協同許許多多的團體，讓大家認識癲癇，而且學著接納癲癇病，對癲癇友善。台南市應該要作為全台灣第一個對於癲癇建立最正確概念的城市，未來在行政的層面，市府一定全力來配合，推動市民能夠對癲癇症建立正確的概念，讓台南成為癲癇友善的城市。

臺南市政府團隊一身心障礙者各面向的服務措施，社會局積極運用公益彩券盈餘基金辦理各項身障者的支持服務措施，如社區作業設施、居家服務、送餐服務、自立生活支持服務、體適能中心，以及輔具資源中心等，積極建構臺向非常重視南市成為一個友善的城市，滿足障礙朋友的多元服務需求。

愛無紫盡

響應國際紫色癲癇日⁷⁷



敞開
內心封閉世界
跳出
精彩卓越人生



紫 色 癲 癇 日



逆風飛翔
有愛無礙



3/24吳幸芳教授、助教與閃亮亮舞蹈團 共同響應紫色癲癇日

亮出自己
舞動生命

癲癇為突發、不可預期之疾病，充滿社會誤解、排斥與歧視的污名性苦難。

為了提升正向人生觀，並以更大的勇氣爭取社會大眾的友善理解、翻轉社會大眾對癲癇的成見，協會2018年4月成立「閃亮亮舞蹈團」。

透過專業老師的特訓，2018年5月份閃亮亮成功登上台中市薇閣國際會議中心，在400位國內外觀眾面前精彩演出，並得到在場觀眾許多正向回饋，無形中提高了癲癇朋友的自信。今年，閃亮亮要用更專業、更亮麗的舞蹈征服觀眾，敬請拭目以待。



3.27台南市黃偉哲市長發表台南市成為癲癇友善城市宣言

活 動 集 錦



3.27高雄市林園區王公國小 顏銘志校長帶領全校教師 共同響應紫色癲癇日



Tainan Epilepsy Association held the 21st member gathering and the 8th election of the members of the director general and the president

協會21週年慶祝大會

恩

台南市癲癇之友協會於2月17日在北區大光里活動中心舉辦成立21週年慶祝大會，最主要的活動之一是進行理監事改選，並選出理事長。當天有許多的會員以及民意代表許至椿、王家貞等人都親自前來參加。另一個活動是邀請貴賓-高雄長庚醫院賴向榮醫師，專題演講「跟著無國界醫師 走進世界廚房」，賴醫師透過各國對烹飪文化的喜愛與實做，認識他們對癲癇朋友的照護，並一再提到世界各國人們對癲癇的歧視與偏見，顯示不只台灣，世界各國對於癲癇的歧視也是同樣的嚴重。60%的患者可以獲得良好的控制，最重要的是人與人之間彼此的溝通與了解。



The 21st Annual Meeting

On February 17th Tainan Epilepsy Association celebrated her 21th anniversary at the community activity center in Da-Guang village, North Dist. Tainan. The main purpose of the activity included election of the new board members and the president. Many members of the association and city councilors, Hsu, Chih-Chun and Wang, Chia- Chen, personally attended the celebration. The invited distinguished guest, Dr. Lai Hsiang Jung, is a neurologist from Chang Gung Memorial Hospital Kaohsiung, introduced his book entitled "Along with doctors without borders (MSF) into world kitchen" (跟著無國界醫師 走進世界廚房). Dr. Lai described his love of practicing culinary culture in the world, just like his care of persons with epilepsy in many countries. It is not in Taiwan only, he also found the discrimination of epilepsy also in other countries. It is a big social issue; however, 60% of the patients can keep in long term seizure free state. The first and foremost is the communications and understand between people.

蔡景仁醫師成功再次連任理事長

完成了理事與監事的投票以後，一共選出了11位理事以及3位監事，前任理事長蔡景仁醫師成功再次連任。此外還有精彩刺激的摸彩活動，許多大獎都是由民意代表捐贈。穿插著青年人所帶來的各項表演活動，讓整個場面始終充滿歡樂，最終以豐盛美味餐點結束了整個活動。

Dr. Tsai was reelected as the president again

After the voting, 11 director general and 3 supervisors were elected. The former president Dr. Tsai, Jing-Jane was successfully reelected. While the votes were counted, the gathering got into big lucky draw. Most of the gifts were donated by the city councilors. The youth group members enthusiastically showed great performances in between. The activity was ended with a great feast.



1



2



3



4



5

理事 監事 新團隊

2019 - 2021



6



7



8



9



10



11



12



13



14



15



16

台南市癲癇之友協會 第八屆理、監事名單

- | | | | |
|------------|-----------|-----------|-------------|
| 1 蔡景仁 理事長 | 2 李昭慶 理事 | 3 陳滄山 理事 | 4 陳俊榮 常務理事 |
| 5 鄭正一 監事 | 6 田春生 理事 | 7 黃美智 理事 | 8 陳慧璟 監事 |
| 9 鄭淑惠 常務監事 | 10 吳怡真 理事 | 11 黃欽威 理事 | 12 邱淑貞 常務理事 |
| 13 方鵬程 理事 | 14 黃秀娟 理事 | 15 鄭悅生 顧問 | 16 黃明俊 顧問 |



為愛盡我微力

凡事我都可行，但不都有益處：
凡事我都可行，但無論那一件，
我總不受它的轄制：

凡事都可行，但不都有益處：
凡事都可行，但不都建造人：

所以你們...作甚麼事，
一切都要為榮耀神而行！

--哥林多前書 六12、十23、31--

奇妙成全

大家好，是神奇妙的帶領，在經過兩階段面試後，有幸能進入本協會進一步的認識與學習。

兩次的面試裏，得知理事長是個寶愛青年人的人，雖然過程中頗有壓力，但知道這是理事長對我的成全與考驗；同時也深知是神始終的恩眷，奇妙成全，使我當下能與協會裏的長官們有這樣甜美且有趣的互動，感謝神，也感謝長官們。

困迫

在進入協會之前，我正困迫於三難之間；一面，是得著某間公司執行長的賞識，他想邀請我去擔任他們的總經理特助；另一面，是有機會進入學校從事行政職的工作；最後就是協會理事長對我的考驗；其實三份工作，我都覺得很嚮往！但在跟家人和教會父老的溝通後，他們給我幾句聖經的話做幫助..

勝任

協會的宗旨和理念也是服務社會大眾為己任，因此我毅然決然向協會爭取，當然也謝謝長官們的青睞，希望能在將來的日子裏勝任此職務並盡己所能，為協會帶來正面而實質的助益。

看見

在這個領域裏，我其實是一張白紙，但過去歷練與成長裏，使我培養了凡事親歷親為和虛心請教的態度。儘管來到這邊工作的時間不是很長，但適應力還算快！

現在的操練就是，坐下來就寫，站起來就學習報告規劃，走出去加強推廣宣導，生活充實而有意義！



奉獻

日前經過【國際紫色癲癇日】的活動洗禮後，大家對此活動的付出、擺上與關切，實在感動並激勵了我！

這更印證我當初的決定，雖然我知道這條道路並不容易，但深知為此看見付出努力的人大有人在！

甚願在此奉獻自己，為此看見能有極深的配合，並與團隊經歷真正的同心合意，盼望有一天這個理念，能讓世人都知道並被看見！

以上是我對自己的一點簡介，希望這樣的態度和人生觀，能與你們發生共鳴。

【得益處、不受轄、建造人、榮耀神】

子群敬筆



成長營心得回饋



2019.1.18~20

成長營團隊

結業式的時候，頒發了獎狀，我記得理事長問我能否推廣這個協會的活動、幫助及保障弱勢族群的權益時，我總是說：「能否捐款就好。」然後就沉默了。事實上，我從沒想過推廣，也從沒想過要參加什麼活動，反正就是帶著一顆玩樂的心，放自己三天假期，但是我發現這三天真的值回票價，我認為如果沒有一個地方可以容納癲癲朋友，這個社會一定充滿冷漠。

完成這個活動，我藉由別人也更加了解自己，我不認為自己現在的成就代表什麼，但是能成為一個健康的人，活在世上真要值得感恩。

首先，當參加活動時得知星期六有些夥伴要補班，第一天開場時人數寥寥無幾，第二天後陸陸續續有了其他夥伴報到，大家的互動彼此靠著團隊精神，漸漸有了向心力。活動中有些人負責領導，有些則

傳達訊息，靠著彼此分工合作，才有如此精彩及難忘的成果，也在此認識來自四面八方的夥伴，帶著充實的心，重拾自己對生活的熱忱，希望能號召更多人一起幫助協會成長與茁壯。同時也感謝蔡理事長、所有協會團隊夥伴，及負責提供場地的田春生醫師，還有各位心靈導師誠摯的教導，謝謝你們。

曼

只要是真心的感覺，
並嘗試表達讓他人可能
理解你，這就是在展現
自己。大家把握機會練
習，因為誰都想在某些
時刻被人同理並注視著。

大家排除萬難來參加
的熱情是真的！一起為
了任務絞盡腦汁或玩到
坐著就愛睏也是真的！
當下的情感溫度，有沒
有發現，真正的營火，
好像自己！準備的禮物
都很有心呢！禮物提供
者除了祝福的話，還能
要求得獎者完成一項任
務，完成後才能得到禮
物，結果被要求的任務，
有的是要跟蔡醫師或全
部夥伴擁抱、有的要你
高歌一曲，心戰喊話等，
五花八門。

慶

跟你們在一起讓我覺得很自在。

億

這三天很開心能跟癲癇協會的大家相處，這段時間也讓我更認識社會大眾對於看癲癇朋友的眼光有多異樣。雖然我感覺自己並沒有因為這個問題而被討厭，不過還是能從大家的經歷發現，社會有多麼的殘酷。

謝謝所有協會的大家能給我這次機會參與活動，幾天相處下來，等到下午要離開的時候，真的會依依不捨，能讓我在短時間感受到這個氛圍，應該是大家在這期間的生活，深深影響了我對於這個團體的看法吧！也謝謝協會的大家，騙我這幾天的眼淚，讓我感觸多多。

It has been an honor to be a part of this activity. Both the indoor and outdoor courses have brought me valuable experiences. Among the courses, I especially favor the one on the first night. After the course, I knew myself better and knew how to get along with different people. What's more important is that I got to know the other participants better. I think the course helped us become friends more quickly, and I'm grateful for that.

I've never had a friend who was diagnosed with epilepsy before this activity. Although epilepsy doesn't make my life much harder, sometimes I would still like to share how I feel and my personal experiences with friends who suffer from epilepsy as well.

Fortunately, I got to meet and make new friends throughout the activity. They were all easy-going and genuine, and I felt comfortable with them.

After the activity, I knew I wasn't alone, and having epilepsy wasn't going to be a weakness of me. I can still achieve any goal I aim for.

雯

很榮幸能夠成為這個活動的一部分，室內和室外的課程給我都帶來了寶貴的經驗。在這當中，我特別喜歡第一天晚上的課程，在課程之後，我更加地了解自己也知道怎麼和不一樣的人相處。

更重要的是我更了解其他參與者。我很感謝這個課程讓我們更快的成為朋友。

在這之前，我沒有一位跟我一樣患有癲癇症的朋友。有時候，我仍然想和跟我同樣有癲癇症的朋友分享我的個人經歷與感受。幸運地，透過活動我結識了新的朋友。他們都很隨和而且真誠，跟他們在一起讓我覺得很自在。

參加之後，我知道我不是孤獨的，患有癲癇症並不會成為我的弱點。我仍然可以實現我的目標。

譯 / 璃

璃留言

兩個都是我喜歡的樂團
兩首都是我喜歡的歌曲
大家都是我喜歡的夥伴
認識你們是我莫大福氣

2019.3.3

婦女節嘉年華會 舞蹈表演活動記實

告訴自己快快快！要到了！

遠遠聽到媽媽咪呀音樂聲，是排練嗎？還是已開始表演了？聽到音樂尾聲時，我正停好機車，往後一看，大家表演結束正準備下台...天啊！

表演前，我告知協會和學校老師，我會提前下課，原本預計16：30趕到會場，想說很幸運提前16：15就趕到，結果卻還是來不及上台表演，雖然有些失落，當下學習用不同角色轉換心態，正向面對既定的事實。

雖然舞蹈競賽對手強勁，閃亮亮舞蹈團沒得獎，但後來看到年輕種子們繼續開心參與趣味競賽，獲得總成績第一名！太棒了，證實未來跳舞班勇敢、精神可佳。

「好的開始、團結力量大」，以後舞蹈班表演機會多，我會從年終獎金抽2千元捐給舞蹈班當公費，補貼買道具用品，並警惕自己吃喝玩樂少一點，幫忙累積公費多一點...(Moon angel)。我因假日需上課，會撥空在家看影片勤練舞蹈。向前衝～



協會監事

陳慧璟



認命活得樂

轉載

台灣癲癇醫學會人間有情關懷癲癇
第十六屆徵文比賽第三名

忍受試煉的人有福了，
因為他既受試驗得了稱許，
就必得著生命的冠冕，
這是主應許給那些愛祂之人的。

《雅各書一章12節》

一出生即與癲癇為友的我，從不用弱勢看待自己，因為每個人都有不同的優缺點和強弱勢。一個經濟弱勢者，他若是有吃苦耐勞、堅苦學習的毅力，不就翻轉變為強者的希望，我為什麼要隨波逐流，讓自己套在傳統錯誤的觀念裡？

儘管我的右腦記憶一直在損傷中，但是靈活的左腦、健全的四肢、明亮的雙眼，尤其是高亢清澈的音樂天賦和興趣，正確使用練習發揮也是可以展現為強。

真正的幸福是能夠按照自己的意願生活，每個人所愛和重視的不同，

對於成功的定義就有差異，不少為愛犧牲奉獻而無名利者，不也是成功的族群？！能夠支撐自己好好生活的能力，就是上天的賜福。

幸福和快樂是連結的，人在做天在看，冥冥之中自有因果安排，我只是懷著感恩知足的心



愛與陪伴

造就你我生命的韌性

去做對的事、過簡單的生活，世間的紛擾皆成空，抱持有緣而來、無緣而去，該來自然來，不沉溺於幻想而踏實生活。雖然三年前才克服困境，完成開刀手術治療，這遲來的夢幻，讓不少長者為先天性腦瘤的我感到惋惜，但是我

一直在享受快樂的單身生活。

以前我曾經好奇地請示多位晨運老人同樣的問題：如果人生重新來過，你們願不願選擇結婚生子？大多數的阿嬤表情嚴肅，不是沉默深思不語，就是直言

「不要」，完全沒有人說出「願意」這兩個字，反倒是阿公們都是輕鬆地回答：要啊！時代命運正在變化中，今日男女平等的民主社會裡，已婚男性除了要面對女性工作競爭壓力，回到家多少要分擔家務、

認。命。活。得。樂

學習家事管理、照顧教育兒女的家庭責任，不再享有過去男人獨大的優勢。也許剛開始的痛苦只是一陣子，調適過來隨後看看，其實都不算什麼；人既是獨立個體，就沒有誰離開誰，或沒有誰就活不下去的情況。魚與熊掌不能兼得，那如何捨得？不捨則不得，想要獲得什麼，相對地不也要學會捨棄；捨棄並非消極的人生態度，而在更高層次的獲得。

現代人都知道防老就是要存「老本」，但是卻不重視存「腦本」，為何現代年輕失智者越來越多？大我一歲的姊

不喜家務，和母親一樣喜歡囤積物品，捨不得將不需之物贈予外人，造成生活中許多困擾。

十多年前姊離婚回娘家共住，我才驚覺她是遇到好事就伸手，碰到壞事就閃躲，不懂得尊重別人，以自我為中心，總是把過錯推到別人身上的姊妹。我很納悶：明明在同一個家庭長大，為什麼個性和價值觀差異那麼大？儘管她的身體是健康的，但是內心沒有滿足快樂，一直處在欠缺中，無法從付出找到療癒自己的方法。幸好我有一位創業成功的父親，我繼承他不向命運低頭的個性。

他常在生活中鼓勵我們要多閱讀看報，只要把書念好，其他都不用擔心。儘管父親給我獨立自主的空間，讓我不用為五斗米折腰，但是我還是會主動幫忙家務，因此我放棄於家中成立多年的才藝教室，陪伴九十歲阿茲海默症的爺爺就醫看診，於家中安眠離世。父親已於六十多歲因遺傳性糖尿病留愛離世，今日八十多歲的母親，經過多方考量，還是選擇陪伴她身旁，希望她不孤單，可以無欠缺安然走完人生道路；決定後就不怕給予、失去，因為我知道我的需要是什麼。

認。命。活。得。樂

為了賺錢工作是辛苦的，畢竟有它存在的意義，得失之間應該在於面對困難解決問題的心態。

忍受試煉的人有福了，因為他既受試驗得了稱許，就必得著生命的冠冕，這是主應許給那些愛祂之人的。（雅一：12）。

癩癩只是一種慢性病，我們都知道以前醫學不發達，社會對其污名化，那我們就自立生活，用事實顛覆錯誤傳統，勇於面對挑戰；人生只要看得透、想得開、活得自在就不會在意別人的眼光，每個人都有一條屬於自己的路，承載生命的悲歡起落，跌倒了自己負責想辦法站起來。

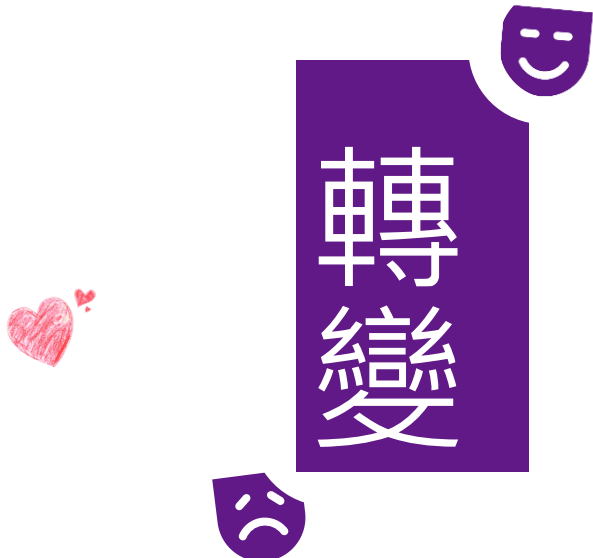
癩癩帶給我更多沉靜深思的機會

人際關係有很多種，我個人認為：與人相處之道是讓別人需要我們，不是我們需要別人，有些人根本不值得浪費太多時間與其做沒必要的交集，朋友漸漸離去也是無所謂。

真誠才寶貴，就讓我們放開心胸到處多聽、多看、多走、多問，尤其在假新聞氾濫的資訊時代更要多思、多察，不僅可以避免錯誤的認知，生活中的困惑通常能從「為什麼」找到問題解答。

每個人各有天賦和命運，抵達目的之路徑和速度不一，最後完成目標，活得開心就是最大滿足。

認。命。活。得。樂



轉變

李昭慶

轉載 台灣癲癇醫學會人間有情關懷癲癇 第十六屆徵文比賽佳作

斷層～確診為癲癇後，腦袋像是被嚇一跳一樣，強制關閉了思考能力，逃避任何人事物的聲音進入心中，在生活中的反應，像是電影命運好好玩中「自動快轉」的導航模式，一切虛應了事！「隨便啊、沒差、喔」像門鈴一樣問什麼都這樣回，而這身體的主人到底在哪連自己也不知道。

自動快轉...就算在玩、看起來很開心，結束之後想聊當時的回憶，卻是冷不防地回說：「什麼啊？是喔？我忘了！」當時快樂的表現，只是符合當下環境的氛圍所形成的反射動作，並不是打從內心享受或努力經營出來的成果，因此有很長的一段時間，是沒有太多深刻記憶的空白斷層。





心靈雞湯大哥哥

焦慮～沒有嘗試與他人建立深刻的關係，好寂寞，沒有思考過未來三年五年後我想要怎麼樣走，好空虛，隨著年齡與日俱增，為了求生活的焦慮有增無減，遑論提高生活的品質了。空白真是一點都不好！

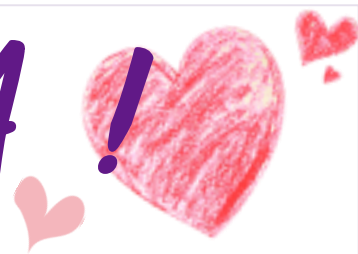
可是啊，當可以具有意識的平靜面對自己時，什麼都沒有的心，像一面倒影清晰的鏡湖，沒有雜石枯木，盡顯得廣闊無邊；少了凡塵喧囂，更能清楚地聽見自己的心竊。走進這片心湖，拿起了石頭投向湖中：是否我也能像其他人一樣，可以主動積極地建設自己想要的生活？一聲撲通後，沒有了聲響，只見鏡子般的湖面，泛起一波波漣漪，由小到大的同心圓，由內向外隨者起伏不斷地探索盡頭，可能因為不安，

有的跌宕著消失了；或許是太興奮，有的躍離水面打破了這湖平鏡。

各路探險的英雄，在靄靄白霧中碰撞心岸後，才用不同的波紋與原本的漣漪，形成各式各樣的激情。漸漸地，看清了內心的樣子，原來我的世界，是長這個樣子的。

我喜歡的我要的，明確且清晰，怎麼去追求得到，過程真心思考努力行動，安排各種學習，規劃每天行程，多久看本不錯的書，紀錄各式各樣的感動與心得，結果好或不好在一陣情緒表達後，學習怎樣平靜看待，如何下次能更好，逐漸地慢慢地，喜歡上了這種「真正在活著」的感覺。

近期活動 YA!



都會

香港

Subject Talk on
Cosmopolitan Hong Kong

協癇會交流

飄洋過海來看你

香港協癇會交流 2019.9.6 ~ 8



不被理解或誤解的心情，令人感到難受，
有多久您在生活奔跑忙碌下，
卻忽略照顧自己的心，
給自己一次聽見自己說話的機會，
找到心的出口。

慈光開心時間
尋回擁抱自己的力量



開心諮商

2019.5開始

主辦：台南市慈光身障協會
協辦：台南市癲癇之友協會
電話：06-3583799謝連燕老師

一起
舞吧!
舞吧!



動
生命

4月25日
開課

名額有限，額滿為止



動感舞蹈班

4.25-7.11

主辦：台南市慈光身障協會
協辦：台南市癲癇之友協會
電話：06-3583799

認識運動傷害與復健



與復健科醫師有約

- *工作、運動、家務、休息時的姿勢正確嗎?
- *姿勢不良，導致急性或慢性傷害嗎?
- *帶著你的疑問，與復健科醫師約會吧



預訂六月舉辦

講師：待訂
活動地點：協會
報名人數：40人



社團法人台南市癲癇之友協會
電話06-2350253 傳真 06-2353235

保健課程

主辦：台南市癲癇之友協會
電話：06-2350253
2019.6 預告

讓我們露營、賞螢趣

2019/05/25-26(六、日)

活動遇雨延期 重新接受報名
雷雨攪亂一群螢火，5月再來

活動費用 會員1600元 非會員1800元

活動地點 阿里山奮起湖螢火蟲露營區

集合地點 社會局無障礙之家

(臺南市東區林森路二段500號)

出發時間 上午8:00 準時發車

報名人數 40人(額滿截止)

報名短網址 <https://goo.gl/31nkf2>



社團法人台南市癲癇之友協會
電話06-2350253 傳真 06-2353235

玩具總動員4 電影欣賞

TOY STORY 4

7月7日
包場上映



依比力斯家庭限定場
5月份開放報名
敬請期待

PRODUCED BY RANDY NEWMAN
EXECUTIVE PRODUCERS BOB COLE ANDREW STANTON
SCREENPLAY BY STEPHEN M. COHEN
DIRECTED BY JOSH COOLEY
CASTING BY AXEL GEDDES
EDITED BY BOB MOYER
PRODUCTION DESIGNER MARK NIELSEN
EXECUTIVE PRODUCERS COXAS RIVERA
EXECUTIVE PRODUCERS JOSH COOLEY

PIXAR

愛心捐款芳名錄

2019/01/20-2019/3/31

捐款個人

吳O祥 / 3000	黃O足 / 200
林O曼 / 2500	陳O嬪 / 400
吳O鑑 / 500	林O曼 / 500
蘇O玉 / 1000	鍾O宇 / 400
丁O祐 / 200	鄧O忻 / 500
林O瑱 / 500	李O梅 / 12000
黃O滿 / 1000	吳O祥 / 3000
黃O玲 / 2000	蘇O玉 / 1000
廖O忠 / 2000	丁O祐 / 200
陳O佑 / 500	吳O鑑 / 500
薛O花 / 100	林O瑱 / 500
程O玲 / 100	曾O惠 / 300
林O標 / 1000	陳O佑 / 500
許O勝 / 400	江O輝 / 5000
陳O和 / 200	蕭O琳 / 600
江O輝 / 5000	張O武 / 1512
張O庭 / 1000	吳O祥 / 3000
許O翎 / 600	吳O鑑 / 500
陳O遠 / 500	丁O祐 / 200
陳O凱 / 2700	蘇O玉 / 1000
蔡O鑫 / 2700	黃O斌 / 30000
蔡O杰 / 500	陳O佑 / 500
黃O輝 / 300	
林O香 / 300	

捐款單位

財團法人台灣省台南市私立南中
扶社會福利慈善事業基金會 /
20000

財團法人台南市私立慈揚社會福
利慈善事業基金會 / 4000

財團法人台南市私立王趁社會福
利慈善事業基金會 / 5000

高雄超越顛峰關懷協會 / 2000

榮鑫實業股份有限公司 / 30000

技高工業股份有限公司 / 100000

成大醫院 / 5000

愛心捐物芳名錄

愛心捐物芳名錄

2019/01/20-2019/3/31

年會贊助單位

伯利恆文教基金會 / 台塑保潔沐浴乳 6 罐
/ 台塑洗髮乳 12 罐 / 台塑洗衣粉 8 盒
合家歡休閒股份有限公司 / 米堤好米 / 70 包
台灣癩癩之友協會 / 禮品 / 2 盒
李O裕總經理 / 米提大飯店住宿券 / 2張
林O憲立委 / 14 “電風扇 / 1 個
蔡O薇議員 / 14 “電風扇 / 1 個
陳O敏立委 / 溫柔按摩機 / 1 台
林O祝議員 / 鹽水意麵 / 2 盒
李O國議員 / 14吋電風扇 / 1 台
楊O成議員 / 大浴巾 / 2 條
洪O鳳議員 / 洗手乳 / 2 瓶
陳O妃立委 / 摸彩品 / 1 盒
陳O珍議員 / 摸彩品 / 1 盒
賴O榮 / 書 / 30 本

捐物單位

5 O嵐 / 發票 / 321 張
謝O陽 / 發票 / 一批
楊O宏 / 米和堅果 / 3 包
江O輝診所 / 發票 / 96 張

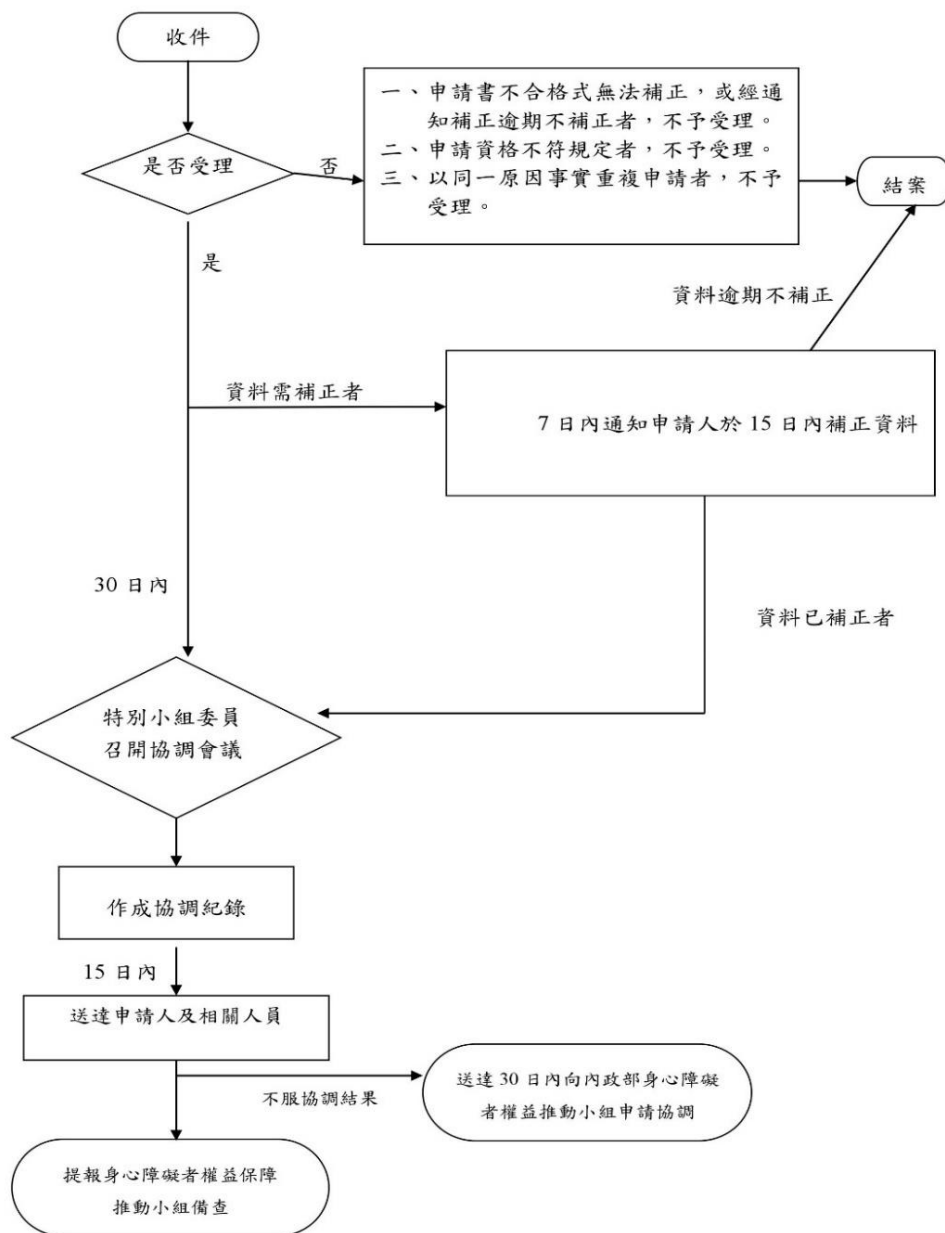
愛心捐物芳名錄

社會福利資源

Q：我覺得我的權益有受損，有什麼資源可以幫幫我？

A：身心障礙者於本市如有遭受身心障礙法定權益受損情形時，可填寫申請書向社會局申請權益受損協調。
受理電話：06-2991111#1473

臺南市身心障礙者權益保障推動小組
受理身心障礙者權益受損協調案件處理流程圖



資料來源：臺南市身心障礙者權益保障推動小組

社會福利資源

Q：我的孩子整日在家，希望有好的課程讓他參加，有什麼資源可以幫幫我？

A：無障礙福利之家有開辦身心障礙者社區學苑，免費報名哦！

- 聯絡方式：電話：06-2005800轉1101 / 1109
王社工/蔡社工 傳真：06-2005805
- 參加對象：本市身心障礙者及身心障礙者之必要陪伴者為優先，不足名額則開放社區民眾參與。
- 辦理日期：108年4月至12月初止
- 課程方式及內容：（時間及課程依實際狀況調整）
- 參加費用
 1. 課程全程免費，課程所需之教材費用由參加者自付。
 2. 本市身心障礙者並列冊低收入戶持有證明者，免收課程所需之教材費用。
 3. 課程參與率未達80%以上之學員，108年度課程報名將列入候補名單。
- 授課地點：本府無障礙福利之家
- 報名時間：即日起至額滿為止
- 受課人數：每班開班人數須滿20人方可開班，額滿截止。
- 報名方式：請填妥報名表後，傳真或郵寄至臺南市無障礙福利之家。
- 其他注意事項：
 1. 每堂課程開課後二週，不再接受報名。
 2. 為維持上課秩序及正式學員權利，課程謝絕旁聽或試上。
 3. 學員上課的課本、筆記本、講義或材料請自備（費）。
 4. 上課時請服裝儀容整齊。
 5. 學員報名時需詳實填具資料，並出示相關證明文件(身心障礙證明、低收入戶證明)。
 6. 逢國定假日停課不另行通知；若遇颱風或其他天災地變事故比照本市停班停課公告辦理。



社團法人台南市癲癇之友協會入會申請書

會員證號碼填寫

日期： 年 月 日

※本表僅供協會建檔之用，請盡量填寫清楚，謝謝！

認識協會來源：☐親友介紹 ☐醫院介紹 ☐廣播 ☐網路 ☐報章雜誌 ☐其它

姓名		性別	☐ 男 ☐ 女	相片黏貼處
出生年月	民國年月日	婚姻狀況	☐ 未婚 ☐ 已婚	
身份證字號		現職職稱		
緊急連絡人	姓名電話：			
聯絡電話	住家：手機： 工作：E-mail			
戶籍地址	☐ ☐ ☐ ☐ ☐ 縣鄉鎮村街巷 市區市里路段弄號樓			
聯絡地址	☐ 同上 ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ 縣鄉鎮村街巷 市區市里路段弄號樓			
身分別	☐ 癲癇朋友 ☐ 家屬 ☐ 社會大眾 ☐ 其他		與病友關係	

以下填寫病友狀況及資料

姓名		性別	☐ 男 ☐ 女
出生年月	民國年月日	身分證字號	
聯絡電話	電話：() 手機：	興趣	
教育程度	☐ 學前兒童 ☐ 幼稚園 ☐ 國小 ☐ 國(初)中 ☐ 高中(職) ☐ 大學(大專) ☐ 研究所或以上 ☐ 特殊教育 ☐ 不識字 ☐ 自修(識字)		
身心障礙類別	☐ 肢體障礙 ☐ 聽覺機能障礙 ☐ 平衡機能障礙 ☐ 聲音機能或語言機能障礙 ☐ 視覺機能障礙 ☐ 智能障礙 ☐ 重要器官失去功能 ☐ 顏面損傷 ☐ 植物人 ☐ 失智症 ☐ 自閉症 ☐ 慢性精神病患 ☐ 多重障礙 ☐ 頑性(難治症)癲癇症 ☐ 罕見疾病 ☐ 其他經中央衛生主管機關認定之障礙 第類()		
身心障礙等級	☐ 極重度 ☐ 重度 ☐ 中度 ☐ 輕度		



就醫狀況	癲癇主要發作類型及發作症狀：
	就醫單位及門診醫師：醫院，醫師
	☐ 發病年齡？_____；民國_____年； ☐ 不清楚或忘記了

※以下由本會填寫

會員類別	☐ 個人會員 ☐ 贊助會員 ☐ 永久會員
入會日期	年月日

備註：

- 1.請將入會申請書詳填。
- 2.再將入會申請書、入會費、常年會費、一寸照片一張、身分證及身心障礙手冊正反面影印本各乙份，一併繳齊。
- 3.※會員資格依據「協會組織章程第七條」入會費年費
 - A.個人會員：病友及家屬，設籍台南市-----200元300元
 - B.個人會員：社會人士，設籍台南市-----200元600元
 - C.贊助會員：病友及家屬，設籍台南市以外地區-----200元300元
 - D.贊助會員：社會人士，設籍台南市以外地區-----200元600元
 - E.永久會員：不論身分別與戶籍，一次繳納會費20,000元
- 4.入會費及年費請至協會繳納或利用郵政劃撥帳號，「社團法人台南市癲癇之友協會31376273」
- 5.協會地址：701-51台南市東區裕農路308號8樓之3，電話：06-2350253，傳真：06-2353235
- 6.E-mail：ept@teatn.org.tw

-----黏-----貼-----處----- -----
請將身分證影印本 自行浮貼於線框內

-----黏-----貼-----處-----
將身障手冊影印本 自行浮貼於線框內

98-04-43-04		郵政劃撥		儲蓄存款單		元	
收帳	3	1	3	7	6	2	7
收帳	3	1	3	7	6	2	7
通訊欄(限與本式存款有關事項)							
請勾選以下選項: ☐ 入會費(入會時繳納) ☐ 常年年費(每年繳費一次) ☐ 個人會員 ☐ 設籍台南市病友\$300 ☐ 設籍台南市之社會人士\$300 ☐ 贊助會員 ☐ 設籍外縣市病友\$300 ☐ 設籍外縣市之社會人士\$600 ☐ 永久會員 ☐ 不論身分別及戶籍\$20000 ☐ 捐款 ☐ 報名費 ☐ 其它							
收款戶名		社團法人台南市癲癇之友協會		儲金額		(數字)	
姓 名		☐ ☐ ☐ ☐ - ☐ ☐ ☐		儲 備		☐ 仟 ☐ 萬 ☐ 佰 ☐ 拾 ☐ 元	
地 址		經辦局收款章戳 主管:		金 存		☐ 萬 ☐ 仟 ☐ 佰 ☐ 拾 ☐ 元	
電 話		存款人 ☐ 他人存款 ☐ 本戶存款		款 單		☐ 拾 ☐ 元	
虛線內備供機器印錄用請勿填寫							
經辦局收款章戳				收款帳號戶名			
存款金額				電腦紀錄			
經辦局收款章戳							



協會官網



協會FB



拈花惹草園藝
作業所FB



癲富友情動畫片
(5分鐘)

郵政劃撥存款收據 注意事項

- 一、本收據各項金額、數字係機器印製，如非機器列印或經塗改或無收款郵局收訖章者無效。
- 二、本收據請妥為保管，以便日後查考。
- 三、如欲查詢存款入帳詳情時，請檢附本收據及已填妥之查詢函向任一郵局辦理。
- 四、個人帳戶本人存款及團體帳戶本人同縣市存款免扣手續費，該交易將不提供劃撥存款影像(檔)。

請寄款人注意

- 一、本存款單收款帳號、戶名及寄款人姓名、地址各欄請詳細填明，以免誤寄；抵付票據之存款，務請於交換前一天存入。
- 二、本存款單金額之幣別為新臺幣，每筆存款至少須在新臺幣十五元以上，且限填至元位為止，倘金額塗改請更換存款單重新填寫。
- 三、本存款金額業經電腦登帳後，不得申請撤回。
- 四、本存款單備供電腦影像處理，請以正楷工整書寫，並請勿摺疊、黏貼或附寄任何文件。帳戶如需自印存款單，各欄文字及規格必須與本單完全相符；如有不符，各局應婉請寄款人更換郵局印製之存款單填寫，以利處理。
- 五、他人存款及團體帳戶本人在「付款局」所在直轄市或縣市以外行政區域之存款，按每筆存款金額自帳戶內扣收手續費；個人帳戶本人存款及團體帳戶本人同縣市存款免扣手續費，該交易將不提供劃撥存款影像(檔)。
- 六、所託收之票據於運送途中，若發生票據被盜、遺失或滅失時，同意授權由郵局或付款行代理本人比照票據法第19條、票據掛失止付處理規範第14條規定之意旨，辦理掛失止付及聲請公示催告、除權判決等事宜，並願意於發票人帳戶內足付票面金額時，經取得票款後，其除權判決書由付款行作為沖銷帳款之憑證。

交易代號：0501、0502 現金存款 0503 票據存款 2212 劃撥票據託收
本聯由開區處存查 210 X 110 mm (80 g/m²) 保管五年

癲癇發作處理 3 口訣

1.側躺

- 移除週遭可能造成危險的物品
- 取下眼鏡、鬆開貼身衣物
- 協助患者側躺、拿軟東西墊住頭部

2.勿塞口

- 勿塞任何物品到患者嘴巴
- 癲癇發作或剛發作完畢，勿餵食患者任何食物、水等
- 勿強壓患者，可能會傷及患者

3.關懷

- 守護患者，直到恢復意識為止
- 協助患者紀錄發作狀況及時間

邀請您共同響應「電子發票e點通」



台南癲癇愛心碼：2350253

愛心條碼使用方式：

請將上面台南癲癇愛心碼剪下

結帳前出示愛心條碼

店家掃描愛心條碼

完成捐贈電子發票