

會址：台南市東區裕農路308號8樓之3

印刷品

收件者

Since 1998



社團法人台南市癲癇之友協會

Tainan Epilepsy Association

季刊109年4月

發行人：蔡景仁 主編：黃于愷

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	1
本季活動回顧	編輯組	2
22年華—協會的22歲生日	編輯組	3
閃亮亮舞蹈團年會表演	編輯組	4
2020國際紫色癲癇日系列活動	編輯組	5-8
響應國際紫色癲癇日—南市勞工局偕癲癇之友協會宣導癲癇教育	王琇柔	9
新進協會行政助理介紹	湘怡	10
成長營紀實	王翊涵副教授	11
成長營回饋	成長營成員	12
日月潭成長營與後感	昭慶	13-14
航行在理智與情感抉擇的日月潭湖畔	黃聰濱Ben	15-16
台南市小英之友會參訪照片	編輯組	17-18
成長的力量	于愷	19
參與舞團周年暨三首舞作完成演出感想	昭慶	20
別放棄，一起快樂的生活吧	邱昱程	21-22
寫給俊育	黃秀娟/楊秀榮	23
友會近期活動	編輯組	24
社會福利資訊	編輯組	25-26
愛心捐款、捐物芳名錄	編輯組	27
入會申請書、劃撥單、協會QR code、癲癇處置3口訣	編輯組	28-31

籠罩於疫情日益嚴峻下的協會

去年底爆發，最初稱為武漢肺炎的疾病，學術上稱為COVID-19，是一種新興的疾病，由感染新冠肺炎病毒SARS-Cov-2而引起。這個疾病自今年年初起迄今，已發展為全球性流行病，迄今已逼近180萬人確診，死亡人數也高達11萬人以上，而且全球疫情還在日益惡化。

回想年初協會開始評估與執行第一季年度大活動時，一直都是以會員與其他參與者的健康安全為最高考量，因而採用最高防疫規格。結果除了年度會員大會發生一件小插曲外，所有活動都順利安全的完成。2月22日的第22屆年度會員大會的參與者在進入會場之前，就落實了旅遊與接觸史篩檢，通過這個關卡後，還要戴口罩(協會有提供)、量額溫與手部消毒，會場座位的擺設，更超前採用目前在推動的社交距離的概念(見圖)。在過程中，絕大多數的會員都很配合，不過有一位會員誠實地告知有同住的家人，新進自日本旅遊回來，雖然當時對參加旅遊團回台者，政府只是建議要進行自主健康管理，但我還是告訴他不適合參加。

這位會員一直堅持的說詞是他與剛回國的家人都沒有症狀，日本也只是一級旅遊警示國家，怎麼可以剝奪他的權益。我堅持的則是，一方面他屬於具有未確定被感染者的高危險群，另一方面雖然政府尚未有法規的公告，但為了所有與會者的安全，協會必須採用最高等級的防疫規格。雙方你來我往、互不相讓，甚至爭得面紅耳赤，我看到對面有警察局，就一起去請求解決，還在局內打1922求助，也沒法解決。還好，我突然想到幾天前才認識一位扶輪社社員的許律師，他建議由在場與會者共同表決。我們兩人都同意在會場外，靜候會員們的抉擇。經過表決，絕大多數會員都認為不適合參加，遺憾的是，他便要求退會。這次防疫的經驗，提供給每個人絕佳反思學習的機會，尤其是台灣的疫情防控得宜，普遍受到歐美各國讚揚，最主要的是政府非常尊重醫療專業，政治領袖在背後支持，以及人人犧牲小我、成全社會安全的精神。協會非常感謝許律師的提議，也將誠懇的再邀請這位會員入會。

這一季，協會順利完成的大活動，有2月份的成長營以及22屆年會，會中邀請閃亮亮舞蹈團演出，發表原本要到香港表演其中的二個舞作；此外，還有台南市小英之友會到協會參訪。3月份與勞工局王局長共同完成2020紫色癲癇日活動，並參加勞工局109年度身心障礙者職業重建服務的第一季個案討論會，案主是一位癲癇朋友。請參閱各活動的報導，有的還會在下一次季刊繼續刊出，敬請給予回饋與指導。



☆
活

愛 無 紫 盡

2020

一月 ○

動

二月 ○

回

三月 ○

顧

1/4~5

丸市集、大成長城
義賣活動

1/13

第八屆第五次理監事會議
暨感恩餐會

1/23

109年米堤春節返鄉送溫
情—嘉義布袋感恩餐會

2/7~9

翻轉人生 起步走
癲癇青年成長營

2/16

台南市小英之友會參訪

2/22

第22屆年會會員大會

3/15

社團法人台南市心智障礙關
懷協會宣導活動

3/18

精油舒壓課程

3/26

紫色癲癇日 宣導活動

22年華 協會的22歲生日



閃亮亮舞蹈團 年會表演



女舞 桐花鄉



男舞 征

癲癇大使周玉芬現場採訪
王道平老師與舞蹈團成員





Supporting Epilepsy Around The World!

2020

國際紫色癲癇日

World Epilepsy Day - March 26

purpleday.org purpledayeveryday

Purple Day Every Day



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.akf.us.org
201-855-0420



The Epilepsy Association of Nova Scotia

Suite 306, 5810 Spring Garden Road
Halifax, Nova Scotia, Canada
B3H 1Y1
902-429-2633
website: www.ea-nova Scotia.com

歷年3/26 紫色癲癇日活動

2017/3/26

Purple Day®

千紫百態 愛無紫盡
全台首度響應國際紫色癲癇日公益活動，
宣誓推動台南成為癲癇友善城市的典範



2018/3/26

南台灣11家大型醫院快閃活動
同步舉行「紫色癲癇日：癲癇教育宣導」，提供大眾認識癲癇醫療資源

2019/3/27

臺南市政府響應紫色癲癇日

黃偉哲市長帶領宣示，
共同推動台南市成為台灣首座癲癇友善城市



2020/3/26 臺南市勞工局響應紫色癲癇日
王鑫基局長帶領專業服務團隊認識癲癇、支持
癲癇朋友職業重建服務



2020



響應國際紫色癲癇日

南市勞工局偕癲癇之友協會宣導癲癇教育

為響應每年3月26日「國際紫色癲癇日」，臺南市政府勞工局特與台南市癲癇之友協會共同舉辦癲癇教育宣導活動，期待藉此使大眾更加了解癲癇處置概念與疾病認識，有利於勞資雙方的溝通與營造友善的職場環境，落實黃偉哲市長安心就業的「希望家園」施政理念。

南市勞工局每季辦理1次個案研討會，討論身心障礙者就業相關議題，今年首季主題即在勞工局王鑫基局長與台南市癲癇之友協會理事長蔡景仁醫師帶領下舉辦癲癇教育宣導，以響應「國際紫色癲癇日」。其來由為2009年，由當時年僅10歲的加拿大女孩卡希迪·梅根(Cassidy Megan)發起 (Purple Day®)，希望每年3月26日這一天，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，舉辦各類相關活動，共同倡導與響應，使社會大眾對癲癇有正確的認知，並告訴癲癇朋友：「你並不孤單！」。

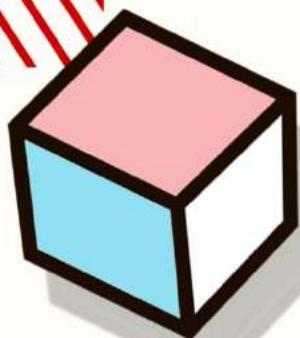
勞工局長王鑫基表示首次個案研討會著重在如何增進專業人員對於癲癇疾病的認識與處置概念，如何給與雇主端正確的衛教，並建立友善職場環境等。職業重建是一項提供身心障礙者踏入職場或重返職場的專業服務，身心障礙者在找工作或在職場中經常面臨一些挑戰，勞工局職業重建窗口計畫設有職業重建個案管理員，藉由各項職業重建服務，提供生涯諮詢、職業訓練或職前準備、工作媒合、職務再設計、職場上相關支持以及心理諮商等資源連結，如本市身心障礙民眾有就業需求，可至本局身心障礙者職業重建窗口洽詢職業重建個案管理員，聯絡電話：民治市政中心2991111轉6290、6293；永華市政中心電話2991111轉8530、8020。

(發稿單位及連絡人:臺南市政府勞工局就業促進科王琇柔:06-6320310*6287)

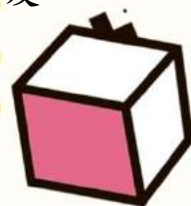
新的世界

新的開始

湘怡



各位朋友你們好，我是新進的行政助理——黃湘怡，台中人，畢業於東海大學財務金融學系，協會是我畢業後的第一份工作。一定有人好奇，怎麼一個讀財金的會跨入這個沒什麼關聯的領域來，我想應該是受到身邊從事社會工作相關朋友的影響，看著他們在社群媒體上分享的點點滴滴，或親口敘述生活經驗，雖然多少都有些抱怨，但卻覺得他們活的很充實，而我也很嚮往那樣的感覺，再加上我爸每個星期都會去市區幫困苦的孩子們輔導課業，即使上班一整天有些疲憊了，還是堅持去幫孩子們補習，他說雖然有時會覺得很累與辛苦，但他覺得幫助別人是一件很快樂的事，也因為如此，讓我想要嘗試這方面的工作。



一開始加入協會的時候，其實很緊張，畢竟我不是相關科系畢業的，很怕拖累了協會的其他夥伴，但大家的熱情與親切融化了我不安的心，非常有耐性的教導我以利快速熟悉協會大小事務。不知不覺中，我來到協會也要2個月了，這段時間過的很充實，也參與協會的會員大會，發現到其實癲癲朋友都相當可愛，而且閃亮亮舞蹈團的表演真的非常精彩，全場歡聲雷動的掌聲令人難忘，很期待再次看到他們的表演。

最後，藉機宣傳一下，協會的FB和IG最近都有頻繁的更新，很多的活動資訊都會在上面，希望各位朋友們可以多來看看，並留言分享一下，感謝感謝。



成長營紀實

給台南市癲癇之友協會：

感謝給予我機會參與此次青年成長營活動，使我實際的提升對癲癇的認識，亦看到這群青年的力量與協會的用心，很感動也很充實，相信這股正向與善的力量一定會更發光發亮，建造一個更友善癲癇的世界。

加油 & 感謝

新師大輔諮系
王珮涵

2020/2/9

2020 翻轉人生起步 癲癇成長營

黃子涵
2020.2.9

邱秉彥
2020.2.9
王珮涵

歐湘落
2020.2.9

陳慧瑛
李昭慶

黃子涵
明

歐孟珊

黃唐

吳珍輝

蔡景仁

Yora 洪之寧 2020.2.9

洪之寧

成長營回饋

- @ 整體來說，我認為是對未來有幫助，但我沒有完全把自己當作參與人員來參加，而是一半以工作人員的心情。一方面是比較容易對活動安排做建議與評估，另一方面是我擔心我一直待在這個團體裡，因過於安逸而漸漸在社會上喪失競爭(這是最擔心的事)
- @ 講師專業、課程內容豐富。如有下次可再邀請~GOOD
- @ 感謝、感謝、再感謝。辛苦了(早上起床散步好煎熬)
- @ 很驚喜，希望還有機會參與、認識Ben老師。聽Ben老師的故事，讓我覺得自己是幸福的。
- @ 讓我第一次這樣認識新朋友，雖短短的三天但是過得很快樂
- @ 開心、快樂、隱隱的悲傷



日月潭成長營與後感

昭慶

協會致力營造信任自在、安全愉快、無正解又挑戰的環境，活動課程露出極具意義，普遍對人有幫助的概念，使人容易、願意把概念填入自己特色後，去思考自己如何面對、接受或者改變，那些不是太簡單又十分關鍵的事情。從與陌生隊友的個人資訊的揭露交換，開始尋找共同點，有顯性隱性的共通點，從對談中認識彼此，建立彼此的信任默契，創造許多可以信任的夥伴；合唱歌詞會不小心接觸內心的營歌，一起跳雙人舞！跳錯時總是笑得最開心！



與隊友激發創意合作拼樂高，第一次拚獅子，象徵團隊的合作，叫Lio，第二次我們拚出來的潛水艇老師笑的不行，因為太偷懶！討論策略贏得關卡與合作創紀錄，我們重複詢問規則，一步步釋放原來的限制，加上最後一點提示，從10秒變0.54秒突破極限！與遊客聊美食，邀請合照，用很棒的遊湖派對，來犒賞挑戰之後的辛苦，這三天過得非常高興啊！忍不住想謝謝，那個願意辛苦點來參加成長營的自己，還好我有來！！也要謝謝癲癇這位朋友，才有機會認識到這麼多朋友，有這麼多精彩的際遇。





謝謝特色信念方法都使人高興與之融入的黃聰濱老師與王翊涵老師，與我們聊聊人生需要的不是英雄，是夥伴，想要怎麼樣的夥伴，與自己是否合適，擴展心胸接受與夥伴的不一樣，面對那不一樣之後的各種情緒，嘗試改變思維，鼓勵學習並累積經驗，期許下次能與夥伴有不一樣的發展或合作。學習好像盔甲，以前拳拳到肉，所以叫痛激烈，穿上盔甲後比較不痛，各種刺激迎來也比較能保持清醒。學習也像寶劍，難以打敗的難題似乎反轉變得較好處理。只是想要什麼樣的盔甲跟寶劍，只有自己能打磨，而且總是需要些時間。



謝謝Eric理事夫婦與船長一家，讓我體驗第一次盡情享受豪華包艇遊湖，太盡情還引出自己情緒釋放是否適當的思考。謝謝暨南大學林展瑋老師與勇猛黝黑的學生們，大大安撫我怕落水的緊張，嘗試第一次輕艇雙人划船，在潭中隨風任水寧靜自在，專業安全做得好，即便患有癲癇也能嘗試很多挑戰。謝謝秀娟姐、秀榮姐、阿脩姐、洪大哥，還有社工孟珈、于倏，擔負責任很累又要一直展現著愉快氣氛。謝謝台新銀行與各界。謝謝蔡景仁醫師。

航行在理智與情感抉擇的 日月潭湖畔

勵活文化事業執行長
黃聰濱Ben

這是一場陪伴癲癲青年的旅程，不能說沒有相處經驗，但感受從未這麼深刻過。因「台新銀行公益慈善基金會」的緣故，牽起了我跟台南市癲癲之友協會的緣分，有感於理事長眼神中透露的堅定理念與對於服務癲癲朋友的願景，加上身邊朋友也有同樣的困擾，因此接受邀約，共同打造一場期待種子發芽的學習成長「2020翻轉人生起步走 癲癲青年成長營」；也許我們期待可以讓參加營隊的夥伴獲得成長，但心裡知道，這次旅程也豐富了我自己。

活動初始，我一起參與了一場輕艇的體驗，由暨南大學的林展瑋老師帶著校隊同學協助。當我們划著輕艇，聽著老師的介紹、倘佯在日月潭上，臉上感受到微風拂過的輕柔、手裡觸摸到湖水清澈的微涼；那一剎那，我真的感受到因為疫情總有些悶的心情，完全被釋放打開，心中彷彿石頭落地、如釋重負。在接下來執行的室內活動中，這種釋放的心情也出現在每個人的臉上，漾出的笑容與接納的包容，都在這幾天的行程中展現。

室內活動首先帶領大家體驗「人際九宮格」的活動，為了沒有層級的藩籬，我們打破建制，學員、工作人員、執行講師均在互相認識的對象裡；不是簽個名假裝認識，而是真切的互相了解，姓名、小名、興趣、專長還有隱性共同點，比如星座、血型或崇拜的人；也許是心情打開了，每個人的互動熱絡超乎我過往經驗的預期！

接著蔡理事長的分享，帶著大家共同思考人際關係的重點，讓參與學員可以好好的思考，並上台講出自己的思維，從一開始被點名的結結巴巴，到後來的主動舉手上台、有系統地分享，「成長」是這麼明顯的變化。而「信任」則是核心價值，謝謝每個參與的人願意相信協會，敏感時期仍願意實際行動相挺，放到人際關係不也是最重要的元素嗎？

晚上的營歌教唱與雙人舞教學，似乎觸動了心中非常柔軟的一塊地方。營歌「明天你好」訴說了我們癲癲朋友可能有的心情；歌詞中「長大以後 我只能奔跑 我多害怕 在黑暗中奔跑 明天你好 含著淚微笑 越美好 越害怕得到」，觸摸到許多人的心裡不願意面對的一面；但「明天你好 聲音多渺小 卻提醒我 勇敢是什麼」，卻又讓我們知道，生活一樣要過，只是我們的選擇是害怕失去還是勇敢得到！我心中有這個感觸。



活動中的室內課程從樂高展開，不管男女老少進活動場地時看到樂高，都激起了童稚之心，主動拼湊出各種天馬行空的想像圖騰，彼此的互動更為熱切。用樂高描述自己在團隊中的定位時，發現大家多數認為自己是不起眼但重要的小螺絲釘，但我以過往的經驗中，發現這次參與學員的熱心待人、才華洋溢，不管在哪個團隊的未來中，都很容易獲得重視與發揮，我真心的這麼認為！

用樂高打造出兩艘諾亞方舟，共同完成職場航海王的航程是上午課程的重頭戲。每個小組輪流擲骰操作兩艘方舟，走完以撲克牌排出來的路線，並取得分數。我們再共同思考：紅色的加分牌代表什麼？黑色的負分牌代表什麼？逆轉牌又是什麼？為何是紅色1~9、黑色1~9、逆轉牌、黑色9~1的路徑？兩顆棋子又代表什麼？一連串的思考，讓學員可以體會，原來人生都是不斷的解決問題，解決問題的能力越高，價值就越高；而如何選擇，則是人生的必考題，這也是我一直期待可以讓大家感同身受的思維。

下午騎單車闖關，讓大家可以騎單車在日月潭湖畔，從熱鬧的水社碼頭，騎過風光明媚、楊柳垂陰的水岸潭邊，歷經造型美麗的向山遊客中心，到這次的終點站月牙灣畔，折返後挑戰闖關難題，如找遊客合照、拍出指定動作照等。有限的時間中大家盡力的表現，沒有因闖關而抱怨，甚至覺得意猶未盡；這種熱情活力，我過往帶過的團隊或公司經驗中，也相當罕見，真的要為我們參訓學員鼓掌喝采！

第二天的重頭戲，在騎完單車後出現。在理事Eric的安排下，我們上了日月潭唯一一艘可以在船上烹飪的遊艇，搭乘遊艇到船艇遊湖路線不會經過的秘境，飄在湖上，享受了開心且豐盛的遊艇烤肉趴！美麗的風景讓我們拼命的留影，美味的烤肉使我們滿足的享用；喧囂繁鬧彷彿不存在了，只有我們的歡笑流淌在湖上、只有大家的倩影映照在湖邊，心，完全沉醉；好期待時間停止走動，讓一切停留在這一刻。

人生處處是抉擇，我們錯失了一條路，卻得到更不一樣的風景：理性中不應該如期舉行的營隊，因感性選擇而獲得更好的待遇；感性中害怕的水上體驗，因理性的執行而放開心靈；理性中只是完成認識的活動任務，因感性的熱情而快速深入的熟悉；感性裡觸摸到令人難過的歌詞意境，因理性的思考讓我們更勇敢的面對人生。

人生，不就是一道道的選擇題，選擇及解決發生的問題、並收穫伴隨的成長與風景。美麗的回憶留在日月潭湖畔，人生讓我們相互扶持走下去。明天，你好，我們來了！



台南市小英之友會

參訪照畝



蔡明忠總會長致詞



黃仁享總團長致詞



江錫輝常務理事致詞



理事長致歡迎詞



理事長介紹協會理念與
台南成為癲癇友善城市目標



社工介紹癲癇協會與拈花惹草作業所



NO. 5 舞蹈表演



觀賞癲癇急救動畫片：癲富友情

台南市小英之友參訪照



理事長與小英之友會成員合照



洪大哥教導小英之友會成員DIY多肉盆栽



大合照與捐贈儀式



小英之友會捐贈物資給作業所

成長的份量

于欣

還記得2019年時，看到台新銀行又開始提案，工作人員都在苦惱明年希望帶給會員什麼活動與課程，很多時候計畫趕不上變化，就像遇到香港反送中事件，結果無法如期交流表演，但相信舞蹈團的大家經過一年訓練，彼此的身心靈都有所成長，或許途中有笑有淚、有衝突磨合，更多時候是大家的相互關心與勉勵，協會提供機會給大家學習成長，從種子冒芽開出漂亮的花，如何發揮展現都憑個人造化與團隊力量，但在過程裡每一點一滴都是經驗與回憶，人際、課程、自我反思都是養分，有形無形都在影響一個人的生活與態度，練習的辛酸苦楚與表演的驚艷動人，都是人生中難得的體驗。

今年的第一個活動以第三屆成長營拉開序幕，這次有很多創新活動，像是暨大船艇課，由專業的林展瑋老師和許多船艇助教協助大家完成體驗課程，騎腳踏車的過程雖然累但也是很健康的活動，原本有許多小關卡，但因為時間安排的關係，只讓學員們跟遊客交流互動，訓練他們的溝通與膽量，在常務理事陳俊榮的大力幫忙下到金鑽號享用美味的餐點，在船上大家不僅有美食盛宴，也在歡樂溫馨的氛圍下大合唱營歌「明天你好」，除了活動精彩外，也邀請了強大的師資蔡景仁理事長、黃聰濱老師、王翊涵副教授帶領學員關於人際、溝通、團隊合作學習、職場等課程，運用樂高、卡牌等不同元素顛覆大家對於課程古板的迷思，讓學員能在樂趣中學習、探索與思考，提供寓教於樂的學習環境。

我在暨大讀了4年，但這次帶營隊舊地重遊是很不同的體驗，過程中時刻擔心各個活動的時間延遲，或是主持時大家的反應不好，會不會覺得課程無趣等，可是參與的學員都很棒，很樂於分享自己的心情與感想，能給對方很不錯的回饋，需要彼此合作時也都配合得很好，讓我知道這個團體是很有動力在前進的，工作人員也都極少介入團體，就是希望學員們能透過自身力量影響他人與改善自己的不足，雖然只有短短的3天營隊活動，但在當中看到了每個人的特長和無窮潛力，相信大家不管在何處都會是其中最閃亮的星。

參與舞團周年暨 三首舞作完成演出感想

昭慶

在去年的這時候，我不會也從沒跳過舞，可是呢現在~在去年7/27新營南瀛堂父親節，10/19悠然綠園，12/21的南門教會耶誕節，到今年02/22癲癇協會年會上，我和夥伴們得到了許多掌聲，許多的笑容與不同以往的經驗。

參與舞團的初期，我認為這是平凡生活的調劑，改變已經太習慣了的景色。可是當我了解到，協會只委託一位老師，卻來了四位老師；當我看著老師示範的舞蹈影片，每次都透露一種情緒：很快樂，卻也十分認真。我也想要用這樣的心情做著身邊的事情。

急著想做到的後果我受傷了，我忘記跟我的身體溝通，它用這樣的方式告訴我，循序漸進地鍛鍊才是最快到達目標的方式。整個訓練過程結束了，香港無法成行，藉機整理身體的同時，觀看了四場舞蹈展，去感受更多後再想想，再看看老師的舞蹈影片，自己用什麼樣的心情與動作，能表達的更好。

2月22號光武里活動中心音控室內十點，十五分鐘後就要上台，與夥伴反覆確認動作順序，很多人開始站著走來走去；突然門外有人開門進來！是道平老師與庭聿老師！！大家一陣高興阿~老師幫大家注意妝容，讓大家能更精神美麗的展現，政億問老師現在心情很緊張怎麼辦？老師不改語氣表情：深呼吸，那我與政億試著相對面低頭閉眼深呼吸看看。



剛剛自己也在深呼吸，怎麼就達不到現在的平靜感？那一刻我覺得，我是真的很信任老師跟夥伴！從前一晚幸芳老師與大家下班後開始彩排，之後隔天一早七點照看彼此上妝髮服飾，再到音控室等待，過程許多問題（膠帶定位，沒剪刀用指甲刀剪，化妝用哪支筆畫什麼顏色，衣服放線改大，找別針固定，舞台要台上還台下，會滑怎辦...），都在短短時間內藉由老師與夥伴們之間的幫忙而順利完成！演出時也是，彼此都有表現很好的地方，這是一種很棒的信任感建立與聯結，也是我在這舞團得到很棒的回饋！！



別放棄

一起快樂的生活吧

邱昱程

剛拿起筆，心情就變得五味雜陳，無法形容，腦袋迸出了好多的事情，從一開始到現在的每一幕都出現在我的腦海裡。

回想起剛發作的那一年，我才小學四年級，剛拿起水杯，就突然發作，杯子直接掉落到地板，玻璃碎了一地，之後只要喝水就會發作。那時家裡處於緊張狀態，爸爸愛賭博常常不在家，於是全家大大小小的事都由老媽一肩扛起，起初老媽並沒有發現我的不對勁，直到我打破了第15、16個杯子，她才發覺，隨後馬上帶我去醫院做檢查，一開始的幾間醫院都檢查不出原因，一直說沒問題，直到在高雄的長庚醫院才檢查出是癲癇，雖然檢查出結果是件好事，但卻帶給我家人無法形容的難過與震撼，因為癲癇藥需要長期吃藥治療，而且會帶來許多身體上的不方便和傷害，那時的我還年幼，不明白癲癇是什麼，現在大一點才了解，但有時還真的無法接受身體的不方便與發作所受的折磨。



從小我是個活潑聰明的孩子，教過我的老師都說我是個人才，只要好好培養，前途無可限量，但發病後一切都不一樣了，最辛苦最難過的就是我媽，嘴上說接受、要勇敢面對，但我知道她心裡還是很難過，甚至自責、無法接受，畢竟沒有媽媽能接受自己的小孩得這種病。媽常說為什麼我活潑、聰明、又帥、身材又好，老天怎麼讓我得這種病？又說如果我是壞小孩就認了，可是我不是。發作時的那種痛苦與難受，非一般人所能體會，像是常打翻飯菜、摔車、跌倒、被熱湯燙到、運動時發作，等等，都是常有的事，加上童年時發作被排斥、不受歡迎，還有只要有鐵馬、機車的活動，我都不能參與，可以說是沒什麼童年可言，還好我有一個對我很好的哥哥，了解我的痛處，在他有空的時候就會帶我去吃我愛吃的、看電影、陪我打我最愛的撞球，讓我有動力走過這許許多多被病痛折磨的痛苦，不然我可能會發瘋。

當然最辛苦的是我的媽媽，一開始為了保護我，一直沒有讓我看健保門診，從一開始的一個月一千到最後承受不了的一個月五千，因為五千也無法有效的穩定病情，加上這個費用對單親家庭來說，是一筆大開銷，最後在醫生的介紹下，找到了蔡醫師，接受了蔡醫師的治療，使我的病情穩定了許多，真的非常感謝蔡醫師，謝謝他十多年來的照顧與治療，我知道我不是個好的患者，且我的狀況有太多的變化，但蔡醫師對我從來沒有放棄過，真的是非常謝謝他。

我或許沒資格說什麼，但我還是想要跟許多正在跟癲癇對抗的病友說，不要放棄治療，也不要覺得自己有殘缺，不要在意別人的眼光，別人是了解才會排斥或害怕你，自己活得開心才是最重要的，生活總是要過，懂得去找能讓自己快樂放鬆的事，像我一天14顆藥，摔過無數次，我還是一樣快樂的生活，希望大家都能加油且快樂的生活。

寫給俊育

黃秀娟/楊秀榮

算一算，至2019年4月為止，認識你將近20年，早已習慣了與你一起參加協會舉辦的各項活動，旅遊、比賽、課程、義賣、年會，你像固定班底一樣的出現，不用費力邀請、不用威脅利誘，就是知道你會來。你總是帥帥的出現在我們面前，會活潑、開心的炒熱氣氛、會主動關心同行的伙伴，愛搞笑、愛撒嬌、禮貌周到。

有一回在蔡醫師的門診，診間外面有人急急敲門呼救說，候診室有病友大發作，我衝出去準備急救處置，發現你倒在地上，用力的抽搐著，心裡突然多了一份壓力，是因為太熟悉而有了情感的牽絆嗎？護著你猛然撞地的頭，擦掉伴著血水的口水，陪著。完全清醒後，你充滿歉意的說：「不好意思，給你們惹麻煩！」這是你經常掛在嘴邊的話，歉疚的語調、暖暖話語，現在想來還清晰可辨。

自從協會以串珠為義賣品開始，你經常會買串珠當禮物贈送給親朋好友，知道有義賣活動也一定到場幫忙吆喝，最常聽到你介紹說：「來來來最漂亮的串珠趕快來買喔..，在義賣現場常邀請路過行人，來來來捧場我們協會的串珠喔，窩們串珠是向蓋水耶，也會跟工作人員介紹這是我阿舅、阿伯...我們是熊麻吉ㄟ。」希望他們藉由你的推銷多替協會賺摳摳，一直到園藝作業所義賣，最愛掛在嘴邊一句話：「我是所長，要以身作則」，以推銷植物和組合盆栽為己任。

你愛唱歌，喜歡唱葉啟田的歌、楊培安的大海、張雨生的我的未來不是夢，協會開始辦理歌唱班，去KTV唱歌時總喜歡拉著洪大哥，兩人一起學唱新歌比飆高音，尤其愛唱葉啟田的歌，參加幾次歌唱比賽，好聽的歌聲為自己和協會得到前面名次。作業所活動，到KTV時必點一首「阿爸請你原諒我」，想是藉由歌聲傳達思念爸爸的心情，每每在唱完我們會以掌聲大聲帶過那一剎那的憂傷。每年生日快到時，總會提醒大哥生日時間，因為兩人時間相近，所以大哥會買生日蛋糕兩人一起慶生，你愛搞笑，有你在場，作業所氣氛時常被你炒熱。

在協會這些年，結識的麻吉好友，凡協會舉辦的各項活動拔河、槌球、保齡球比賽，你都熱衷支持協會並提醒會員報名參賽，對於協會每年舉辦的旅遊，更是最喜愛參加的活動之一，因為可以跟好友一起在遊覽車上唱歌聊近況，到各地旅遊你也會貼心記得帶名產和家人分享，此點點滴滴因你的離去帶給大家不捨和無限的懷念。

4月19日上午，你過馬路時被汽車迎頭撞上，緊急送到成大醫院急診。病床上，你閉著雙眼，臉龐依舊清秀，沒有特別嚴重的擦傷，但顱內大量出血中，醫師做了最壞的叮囑，姊姊們討論後，決定忍痛放手，不再讓你受苦。12月，姊姊們用你的名字，把一筆肇事者損害賠償款捐給協會，作為旅遊特別基金，遺愛人間。

因為疾病，我們相遇；因為意外，我們道別，短短41年的歲月裡，你有大半時間與疾病搏鬥著，長眠，也許是遠離病痛的另類禮物吧。

台灣癲癇醫學會

第十八屆「人間有情-關懷癲癇」徵文比賽

一、宗旨：

本學會鑑於癲癇朋友在成長及就學過程中飽受歧視和誤解，希望藉由徵文比賽，宣導癲癇實用知識，幫他們在教育及工作方面獲得更多的關注與尊重，感受到人間有溫暖，處處有溫情。

二、比賽方式：

(一) 參加對象：社會人士及全國大專院校、高中、國中、國小之學生均可參加

(二) 題目：自訂（以關懷癲癇相關題目為主）

(三) 甄選方式：由主辦單位邀請專家評選

(四) 截止日期及送件方式：

1. 即日起至109年11月11日（星期三）

（郵寄以郵戳日期為憑，e-mail以收到本會回覆信函為準）

2. 郵寄：請將「報名表」貼於作品背面右下角，郵寄

11217台北市石牌路2段201號，台灣癲癇醫學會收

（請註明參加人間有情-關懷癲癇徵文比賽及組別）

E-mail：請將「文章及報名表之電子檔」寄epil1990@ms36.hinet.net。

（請註明參加人間有情-關懷癲癇徵文比賽及組別）

3. 作品得採個人或集體寄送

(五) 參賽分組：（共分八組）

癲癇朋友組：國小組，國中組，高中組，成人組（大專以上及社會人士）

社會朋友組：國小組，國中組，高中組，成人組（大專以上及社會人士）

(六) 評審結果公告：110年1月31日以前（暫訂），由主辦單位專函通知得獎者，得獎名單並公布於本學會網站

(七) 頒獎日期將專函通知，配合本學會活動進行頒獎

三、獎勵辦法：

第一名/每組各取一名、獎金3,000元，獎狀乙面，作品集乙本。

第二名/每組各取一名、獎金2,000元，獎狀乙面，作品集乙本。

第三名/每組各取一名、獎金1,000元，獎狀乙面，作品集乙本。

佳作/每組各取三名、每名獎狀乙面，作品集乙本。

注意事項：

(一) 凡參賽作品之版權，皆屬於台灣癲癇醫學會，該單位有權公開展覽及修改內容，印製成各種社教資料之相關印刷成品，參賽作品一律不予退還。

(二) 參賽作品不得抄襲或模仿，若涉及抄襲、模仿之相關罰則，由送件者自行負責。

(三) 該組參賽作品未達給獎標準者，該獎項得縮減名額或從缺。

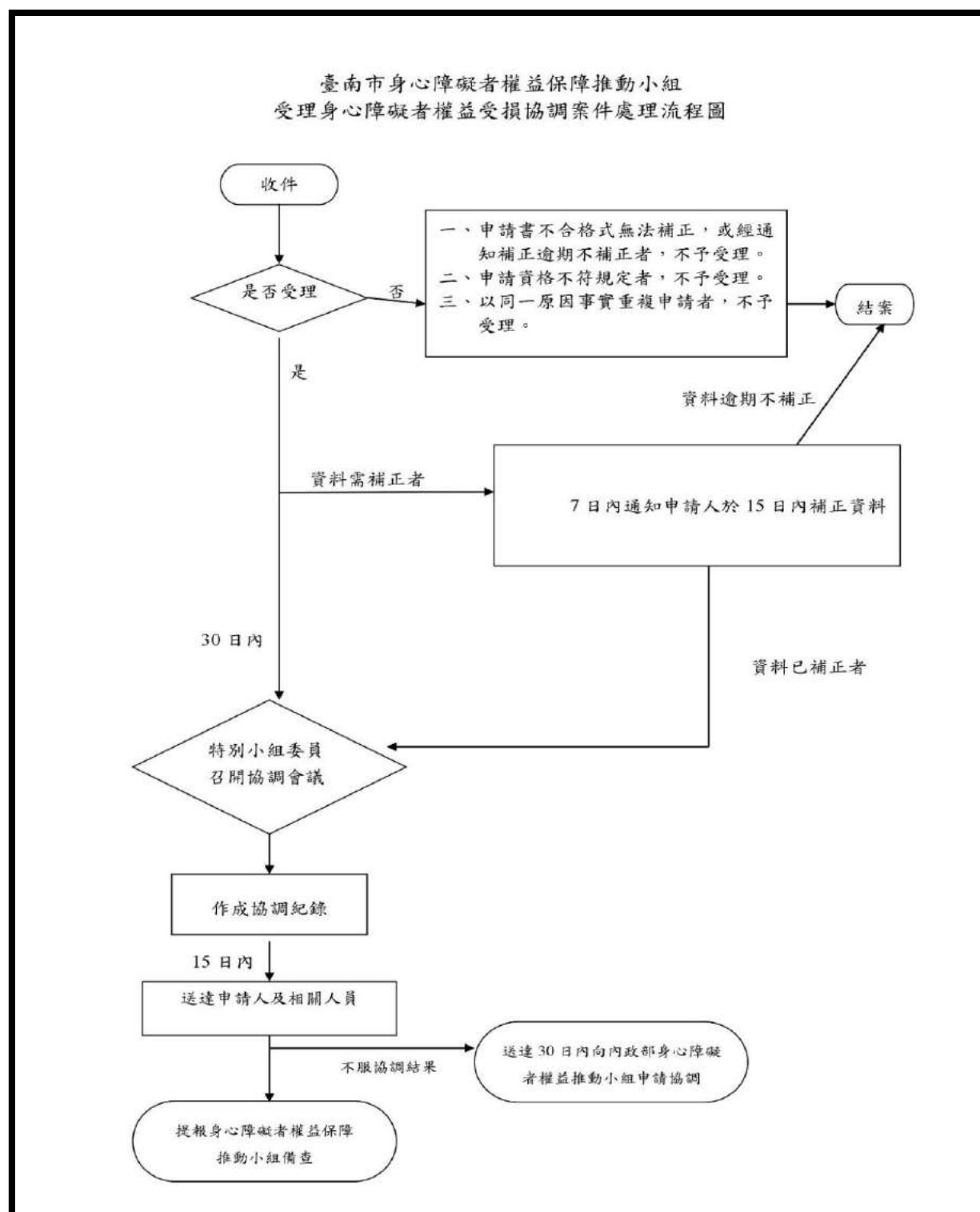
(四) 自第十六屆起，為鼓勵及增加社會大眾及病友之參與，各組第一、二、三名之得獎者以三次為限（佳作不在此限），若此後再次參賽且成績達前三名，則給予佳作獎勵。

第十八屆「人間有情-關懷癲癇」徵文比賽 報名表					
姓名			分組	☐ 癲癇朋友組（就醫醫院：_____） ☐ 社會朋友組	
性別		年齡		組別	☐ 成人組 ☐ 高中組 ☐ 國中組 ☐ 國小組
就讀學校			班級/科系		
聯絡地址					
身份證字號			病史簡述&相關資料 (癲癇朋友填寫)		
手機					
聯絡電話					

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



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 查詢網

台南市社會局



台南市社會局
長期照顧管理中心



台南市社會局
社會救助



台南市社會局
兒童少年福利



台南市青年志工平台



台南市社會局
身心障礙者福利



內政部
公益資訊平台查詢



愛心捐款/物芳名錄

2020/ 01 / 01- 2020 / 03 / 31

捐款個人/單位

楊0清/700
陳0佑/500
陳0遠/700
程0玲/200
李0儀/300
林0標/700
邱0家/100
丁0恬/1000
丁0佑/1000
王0惠/1000
柯0育/1400
蔡0仁/1500
蔡0玉/1500
蔡亨鑫/1700
林0瑱/1500
吳0鑑/1500
張0秋/1000
周0樂/1000
程薛0花/200
李張0鑾/700
吳李0梅/1200

謝0逸/2000
陳0州/2000
蘇0玉/3000
張0坤/3000
黃0智/3000
陳0凱/3000
許0勝/5000
吳0祥/6000
許0帆/6000
吳0脩/9800
林0章/10000
田0生/10000
江0輝/15000
黃0斌/30000
台南蔡家虱目魚/1000
臺南市小英之友會/30000
頤登科技有限公司/10000
欣葉便當快餐專賣店/5541
高雄超越顛峰關懷協會/2000
榮鑫實業股份有限公司/ 120000
新竹市全真慈善功德協進會/20000

捐物個人/單位

王定宇/花圈/1對
洪玉鳳/摸彩品/1包
林阳乙/茶具組/2組
盧崑福/摸彩品/3盒
沈震東/卡式瓦斯爐/1台
林燕祝/年會摸彩品/2盒
楊中成/年會摸彩品/2份
許至椿/純鈦鍍石手鍊/1條
陳0珠/番茄/5袋
林0章/餐券/10張
田0生/浴巾/18條
李0維/摸彩禮盒/1盒

王0惠/全新果汁機/1台
王0惠/中古果汁機/1台
楊0對/1-2月發票/20張
楊0對/3-4月發票/15張
米堤大飯店/米堤米/30包
台灣癲癇醫學會/快煮壺/1台
台灣癲癇醫學會/虎牌電烤箱/1台
耶穌基督後期聖徒教會/衣物/65件
耶穌基督後期聖徒教會/發票/370張
耶穌基督後期聖徒教會/衛生紙/5箱
林俊憲、蔡筱葳/手提式電暖器/1台
安夏和科技股份有限公司/睡眠撲滿(舊機)/3台



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	民國_____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	
31376273		金額 (拾佰元)		億		仟萬	
通訊欄(限與本存款有關事項)		收款人姓名		社團法人台南市癲癇之友協會		郵政劃撥儲金存款收據	
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		地址		電話		主管：	
存款金額		存款人		☐ 他人存款 ☐ 本戶存款		收款帳號戶名	
地址		電話		地址		存款金額	
電話		地址		電話		電腦紀錄	
虛線內備供機器印錄用請勿填寫		經辦局收款章戳		經辦局收款章戳		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據郵局收訖章者無效。
- 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、本存款單收據帳號、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
本聯由儲區處存查 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