

生命亮起來

11月公益活動通知

地 區	日 期 時 間	地 點	集 合 時 間 地 點	我 要 報 名 (請 打 勾)
台 北 士 林 區	11月6日(三)上午	育成基金會 蘭興社區作業站	請提前使用電話 或傳真報名，俾 利安排交通及相 關行前通知。	
	11月6日(三)下午	自立社區學園		
新 北 中 和 區	11月9日(六)上午	忠祥老人養護中心		
	11月9日(六)下午	皇家護理之家		
台 北 文 山 區	11月13日(三)上午	吉祥老人長期 照顧中心		
	11月13日(三)下午	文山老人養護中心		
新 北 淡 水 區	11月15日(五)下午	思源養護中心		
台 北 內 湖 區	11月20日(三)上午	瑞安老人養護中心		
	11月20日(三)下午	祥家老人養護中心		
台 北 北 投 區	11月23日(六)上午	奇里岸老人長期 照顧中心		
	11月23日(六)下午	道生老人養護中心		
台 北 北 投 區	11月28日(四)上午	育成基金會 永明發展中心		
	11月28日(四)下午	育成基金會 裕民發展中心		
志工姓名：		聯絡電話/手機：		

注意事項:

1. 歡迎利用本表格打勾可參與場次後，傳真至02-25412098報名，並務必來電確認。
2. 亦可使用電話報名，報名專線：02-25418098 李小姐或江社工。
3. 每次活動前2日下午17時截止報名，俾利安排交通、保險及相關事前通知。
4. 活動不接受未報名者自行前往活動場地，避免行程修改通知不易、未保險及其他不便，請見諒！
5. 活動報名後，請志工考量個人近期健康及身心狀態，如有不適，請來電取消並安心在家休養！
6. 本協會志工招募不限男女老少宗教信仰，歡迎大家一起讓愛傳出去！



社團法人台灣優質生命協會 印刷品
電話：02-25418098
傳真：02-25412098
104台北市中山區民權東路2段42號2樓



let Love luminous and light up our life.

社團法人台灣優質生命協會 台北市民權東路2段42號2樓 www.u-life.org.tw



用愛實踐感恩月！

編輯/企宣部

9-10月份，我們在一連串愛傳承演唱會活動結束後，積極投入老人及弱勢族群的探訪活動，比以往次數更多且落實更深層的陪伴。台灣優質生命協會落實關懷弱勢探訪，盼望與藝人志工們展開愛與關懷的翅膀！讓台灣擁有更多溫暖！盼望鼓勵志工朋友們一同參與探訪活動，從中更了解我們自身的生命價值並在不斷探訪的過程中，看見用愛創造出彼此不凡的一生命奇蹟。



9-10月份我們也到了海山護理中心、仁濟安老所、迦勒護理之家、祥寶尊榮園區、廣思老人養護園區；榮健、松園、慧光、敦煌老人養護中心，也探視了身心智能障礙的孩子們與獨居老人們，陪伴屬於他們的歡樂時光；關懷探訪弱勢的老朋友小朋友們，盡我們的能力，給他們帶來歡笑與希望。

謝謝所有熱心志工的參與，感染喜悅給每個我們關懷的長者與孩童。在11月感恩月，繼續付諸行動，讓愛延續！

Life 台灣優質生命協會
Taiwan U-Life Association





幸福，取決於心態！

口述/志工 施麗美
撰文/社工部 林以淳專員

剛接觸到志工這塊領域，是在一次聊天的機會裡淑琴姊帶領我進入了我沒看過接觸的另一個世界。當時的我聽到淑琴姐神采風揚的談論台灣優質生命協會的宗旨，勾起了我的興趣，其實我時常問我自己“能為社會做什麼？”剛好讓我有機會參與協會的活動，活出生命價值。



讓我最難忘的一次探訪是在淡水的愛育發展中心，在那裏，我遇見了一個女孩。它名字叫作小美(暱稱)，是位腦性麻痺的患者，在這從28歲躺到了現在的46歲，平常不愛活動、不愛說話，但看到我們的團隊，可能是比一般的公益團體上來說人數多的多，而且每個都熱烈關心的想與大家互動，而對我卸下了心防。

就是這讓我體會到人與人之間相處的奧妙，素昧平生卻願意向我傾訴心事，她用她沙啞的聲音及肢體動作與我談論著她有兩個孩子，而卻沒辦法親手照顧、因為自己的能力不被許可，還有談及她從前的生活是怎樣的。



我聽了這些眼淚不自覺掉下來，我覺得我好幸福，雖然我有先天性的心臟病但我可藉由做志工忘記病痛、也有孩子的陪伴，還有什麼好不滿足呢？“知足”是協會讓我深刻體會的，曾經，我覺得我就像獨居老人、因為孩子們都出門工作，而且單親、身體又時常有病痛、活在平凡的世界裡鬱鬱寡歡，然而現在卻學習面對並積極生活。



我還坐在地上用報紙作成的球與小美(暱稱)進行互動式遊戲，她將球丟給我，我再將球丟還給她，她讓我知道她是有自我想法的，她信任我。簡單的動作卻讓我感動很深，在短短的接觸裡雖然我不是做得很多，但我看到了人的互相依靠、互相幫助。



就像兩個月前我小女兒開刀，志工伙伴們在得知消息後的第一天就到醫院探望。其實我有很多兄弟姐妹、但可能都還沒有協會裡的兄弟姐妹們親近呢！我從來沒想過，一次的機會接觸到協會，就讓我擁有那麼多的溫暖及收穫。

在協會這大家庭我不會孤單、雖然聚在一起的時間少，但志工伙伴們盡心凝聚在一起的力量，會影響到身邊的人，我藉由做志工也與家人間的關係更好，讓孩子更加懂得感恩，我不能說是我教給他們的、但絕對是協會帶給他們的，所以孩子也非常支持並且跟我一起投入。也很謝謝寶如，每次聽她在台上說，我就在台下哭。沒有她帶領這協會，我也沒辦法體會到“為社會付出”的感覺。人之所以活得渺小，是因為總是侷限在自己的框框，當你敞開心胸去與別人接觸，你的想法會改變，像我就是藉由探訪活動所帶來的附加價值更認同自己。





學習愛 實踐愛

志工/聶秀蘭

進入協會已經一年多了，從對弱勢長者及孩童完全的陌生，到現在漸漸能認識並瞭解他們，且用他們所需要的方式關懷他們。從來沒想過在協會學習愛的過程對我的生活影響會有多大的改變。

因為協會有機會認識好多優質的志工朋友，其中志工兼車友的閻大哥鼓勵下，我和好幾位車友去了一趟花東腳踏車之旅。旅行的回程由花蓮搭莒光號火車，列車長見我帶著腳踏車不方便的樣子，便通融讓我使用殘障保留車位，好讓我方便照顧車子。



當火車停靠七堵站，一位推著輪椅的小姐上車，我不自覺就立刻站起來將位子讓給坐在輪椅上的阿嬤。一看到輪椅時莫名的有一種親切感，便很自然地主動幫忙阿嬤將輪椅固定，寒暄幾句便回自己的位置。

由於推輪椅的小姐上車時已向列長說明萬華站下車，所以當火車行駛快到站，我擔心因為是下班時間人多擁擠，且看的出來推輪椅的小姐沒有經驗，便主動過去幫忙他們順利下車，稍微閒聊一下才發現原來是阿嬤的女兒帶著媽媽去找兒子。

眼看著萬華站快到了，我向阿嬤女兒表明了我有推輪椅的經驗，運用了我的大嗓門開出了一條路到了車門。也想起在協會學習的經驗，便順便教導阿嬤女兒：「這時候下車，輪椅要背對著下車，不可以正面下車，正面下車有可能會讓阿嬤在斜坡過程中因重心不穩而摔下去唷」，於是終於順利將阿嬤安全的推到平地後，阿嬤跟女兒一直向我道謝。

回到了火車上，心中想到的是，原來學習愛是為了讓自己更快樂去實踐愛！我在協會學習幫助安養院或是弱勢單位的長輩經驗，沒想到竟然可以幫助到台灣各角落更多的人。如果沒有到協會當志工，我根本完全沒有推輪椅的經驗，也不可能今天這樣的機會幫助別人。

與其說幫助別人，我感覺真正收穫最大的是自己，一個舉手之勞真的會讓自己開心很久。我也會秉持著這個熱誠在協會繼續學習愛，並且實踐愛！幫助更多需要幫助的人！



請填妥下列表格，放大傳真至(02)2541-2098

基本資料	姓名：_____	性別： ☐ 男 ☐ 女
	身分證字號：_____	電話：_____ 手機：_____
	通訊(收據)地址：_____	

捐款方式

請勾選您要選擇的捐款方式

捐款金額	☐ 新台幣 _____ 元整 ☐ 成(續)為會員，1年期1000元會費
信用卡 ☐	☐ VISA ☐ Master ☐ JCB ☐ 聯合信用卡 發卡銀行：_____ 持卡人簽名：_____ (請用信用卡簽章) 卡號：□□□□-□□□□-□□□□-□□□□ 有效期限：__月__年
郵局劃撥 ☐	戶名：台灣優質生命協會 帳號：50080215
銀行轉帳 ☐	行名：華泰商業銀行 中山分行 戶名：台灣優質生命協會 帳號：05-03-00007632-5

九月份奉獻徵信：

泓光塑膠廠有限公司50,000。沈瑞仁1,200。周長生1,000。宋依齡500。謝佳容500。陳秀珠500。趙玉美1,000。吳采菱300。張儀萍300。黃明山300。張語喬500。張豐和500。陳韻蘋200。鍾燕羽200。林育榛200。顧中達200。蔡佑榮200。楊家榛200。白玲美20,000。昌典國際美學有限公司30,000。趙喜蓮100,000。當代東京房產顧問有限公司1,000,000。台灣喜悅基督宣教協會1,000,000。港澳臺灣慈善基金會有限公司100,000。卓陳初惠100,000。宋依齡500。池微莉200。胡曉琪200。胡秀竹200。許筱婷200。網賣國際事業有限公司100,000。白淑敏500。關琪200。周露芬200。簡素月200。李美蓉2,000。宋依齡500。黃秀鳳200。徐福緣200。無名氏500。劉芳仔500。宋依齡500。李俊瑋200。林文瀚200。陳雅婷200。陳成家200。黃永南200。林慶彰200。昇恆昌股份有限公司50,000。張元昌200。王麗珠100,000。康周群4,000。康劉旭4,000。康文宗4,000。張學海4,000。康陳弘4,000。戴達仁200。財團法人伊甸社會福利基金會3,660。王寶清700。陳淑惠300。陳詩亞500。協安布行200。陳俊吉300。王欣500。鄭棟500。陳靜儀300。徐福哲1,000。徐愈然500。李雪嬌1,000。周長生1,000。宋依齡500。

總計新台幣：2,697,160元整