

生命亮起來

1月公益活動通知

編輯/社工部 廖健佑

地區	日期時間	地點	集合時間地點	我要報名(請打勾)
新北 中和區	01月06日(三)上午	祥禾護理之家	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。	<input type="checkbox"/>
	01月06日(三)下午	隆泰護理之家		<input type="checkbox"/>
桃園 桃園區	01月09日(六)上午	私立弘化禮幼院		<input type="checkbox"/>
	01月09日(六)下午	懷寧護理之家		<input type="checkbox"/>
新北 板橋區	01月14日(四)上午	私立松園養護中心		<input type="checkbox"/>
	01月14日(四)下午	松和護理之家		<input type="checkbox"/>
新北 深坑區	01月23日(六)上午	宏十字護理之家		<input type="checkbox"/>
	01月23日(六)下午	詠靜護理之家		<input type="checkbox"/>
新北 五股區	01月29日(五)上午	育成基金會慈育庇護工場		<input type="checkbox"/>
	01月29日(五)下午	愛樂發展中心		<input type="checkbox"/>

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：02-2541-8098 請洽李專員。
- 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：02-2541-8098
傳真：02-2541-2098
104台北市中山區民權東路2段42號2樓



U-life

台灣優質生命協會
Taiwan U-Life Association



讓愛發光 讓生命亮起來！

2016



月份 新年號



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



讓

愛發光

愛天使專欄

愛x無限大

編輯/楊馨、林以淳

台灣優質生命協會在12月份探訪了育成基金會慈惠庇護工場、嘉國老人長期照顧中心、同仁醫院土城護理之家、健生護理之家、台中市愛心家園、成功養護中心、敏盛護理之家、耕莘醫院附設護理之家、耕莘醫院日間照顧中心、萬里仁愛之家、仁濟安老所。也特別在瑞芳辦了一場社區演唱會「一樣的聖誕不一樣的愛」，一同歡慶聖誕節！

在溫馨的歲末時節，我們抓緊機會到各大機構為長輩以及小朋友進行關懷探訪，讓寒冷的冬節也有暖暖的人情相伴。很感謝每位辛苦的志工及藝人朋友一路相隨，有你們的支持，才能讓這股愛的暖流延伸到更多人的心中！謝謝你們，有你們真好！

愛天使分享愛

文/社工部 江明純

「謝伯伯，你有沒有一直想要做的事情？」

「有呀！以前每年都會去苗栗掃墓，但三年前跌倒之後就一直沒辦法回去...」

掃墓祭祖對一般人來說也許可以輕易做到，但對於高齡81歲、雙腳行動不便的謝伯伯而言，是件難上加難的挑戰。當寶如姐聽到這件事時二話不說的說「讓我們一起幫謝伯伯圓夢吧！」

約定好掃墓的這天我們驅車來到了苗栗公墓，「謝伯伯，你們家墓園在哪裡？」謝伯伯一時想不起正確位置，再加上墓園充滿雜草與鬼針草，乘坐輪椅的謝伯伯根本無法行走。在艷陽高照的天氣裡來回穿過高大雜草找了近一小時，終於

找到了！謝伯伯哀求的說「我真的很想過去上香拜拜！」「為了您的安全著想，您就朝著墓園上香致意，我們會幫您把這三炷香安插上去的！」謝伯伯最後理解我們的擔憂，「謝家祖先，今天因為紀小姐我才有機會來上香，因為身體關係我以後不能每年來看你們，但請你們繼續保佑我身邊每一個人...」謝伯伯細唸著對祖先想說的話，上香完畢後，臉上盡是滿足與感動的神情！

誠摯的感謝愛天使們長期的支持，幫助更多像謝伯伯這樣的弱勢獨居長者，能獲得更多人的陪伴關懷，讓愛與溫暖傳遞到每位弱勢長者身上，讓愛永不止息！



施比受更有福

文/志工 連千慧

我是第一次做志工，因為看了寶如姐的“珍珠人生”電視劇，還有電視專訪、生命見證演講，決定加入台灣優質生命協會當志工。起初打電話到協會，不是要報名志工，而是想詢問是否有寶如姐的書“愛，逆轉勝”，因為寶如姐的故事，讓我深深的敬仰她，她的人生遭遇不是每個人都會遇到。

我是一個對自己沒自信、又有自卑感的人，常常把事情悶在心裡，不知道該如何說。直到今年的11月，想買書的我，透過協會的人員得知有探訪活動，他熱情問我是否有時間加入志工的行列，我聽到可以參加做志工，整個人嗨了起來，於是踏出勇敢的第一步。

探訪活動前幾天，我的心情既開心又緊張，不知道有甚麼眉角要注意，怕做不好會弄巧成拙。所以，為了了解如何做協會的志工，我從官網、fb、愛傳承關懷演唱會、探訪活動所有相關影片，去看去了解，目的就是希望可以進入狀況。

探訪當天，與志工們會合前往機構，一路上，大家熱心跟我說話、分享一些事，我心裡好感動。到了護理之家，協會人員集合說明有關今天探訪該注意的事項，還有分發志工背心和名牌。當穿上背心覺得自己有很重要的使命要去完成！走到活動大廳，看到阿公

阿嬤們正在等待有人去關心，在我不知該如何是好的時候，熱心的志工-秋芳阿姨，向我招手，並開始跟我說要如何去關懷長輩們。我聽完之後，開始去關心一位阿公，跟他說話、幫他按摩，我怕我按摩的力道沒拿捏好會讓阿公不舒服，邊按摩邊問阿公這樣舒服嗎？有不舒服要跟我說哦！阿公微笑的說：很舒服，多謝！讓我整顆心都暖了。

表演開始囉！表演當中，我除了是志工外，還扮演起解說員在阿公的耳邊說明這位歌星是誰、要唱什麼歌。並帶著阿公一起唱、一起動，雖然阿公動作緩慢，但我還一直牽著阿公的手帶著他，讓阿公感覺是享受一場歡樂的演唱會。阿公一定有感受我對他的關懷，只要我牽著他的手，阿公就會緊握我的手，讓我覺得好有成就感。老實說，做志工是我的第一次，可是，我卻可以進入狀況，到了活動結束，我還是無法置信。協會人員們、志工夥伴們，都稱讚我，我真的很感動，我想這應該就是寶如姐常說的“施比受更有福”。

做了一次的志工，讓我有很大體會，心情也更堅定，不論何時，只要有時間一定會來協會幫忙，要從做志工開始逆轉勝，讓自己更有信心，打破自卑感，去享受滿滿的愛。



優質生命



愛與陪伴·我們的第一次

文/台灣洪門網路協會秘書長 潘慈秀

感謝台灣優質生命協會的協助，讓台灣洪門網路總會可以有機會共同參與探訪活動。

這是我第一次參與志工活動，心裡充滿期待但也抱著一份惶惶不安，聽著社工的行前解說，才讓心慢慢定下來，告訴自己盡全力去幫忙就好。

第一次接觸有些陌生，看到幾個感覺不易親近的面孔，有點退怯，但我鼓起勇氣的靠近了身旁的長者。他擺著臉孔，感覺有點不悅；我還是帶著笑容，主動跟他打招呼，或許他看到了我的真心，他也回應我點頭示意，終於！踏出成功的第一步了，心裡滿是感謝。

我告知他，我是第一次來當志工，很多不懂的地方，如有做的不得體之處，請多多包涵，他回覆我，他也是剛來養老院一個月，也是第一次遇到有志工來辦活

動，所以我們倆都是第一次，這第一次更拉近了我們的距離。

林大哥因身體左半部中風了好幾年，腿部又摔斷了二次，所以整個活動，他只能一直坐在輪椅上，看著大夥唱唱跳跳，而我就陪在他身邊，牽著他的手，小心的幫忙按摩他無力的手及腳，活動繼續進行中，忽然間他告訴我別再按摩了，我以為是我按痛他了，他告訴我，是因為怕我手酸，要我休息。當下聽了我很感動，因為他是體諒及愛護我的。

長輩們年齡慢慢增長，健康及體力也漸漸不如前了，他們不求富貴生活，只希望有更多的人去陪伴他們、關心他們；「老吾老以及人之老」，我希望能藉由這些活動，做些不會讓我以後會有後悔或遺憾的事。

社團法人台灣優質生命協會捐款單

請填妥下列表格，放大傳真至(02)2541-2098

基本資料	姓名：_____ 性別： <input type="checkbox"/> 男 <input type="checkbox"/> 女
	身分證字號：_____ 電話：_____ 手機：_____
	通訊(收據)地址：_____
	E-mail：_____

捐款方式

捐款金額	<input type="checkbox"/> 新臺幣_____元整
	<input type="checkbox"/> 成(續)為會員，1年期1000元會費
信用卡 <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> VISA <input type="checkbox"/> Master <input type="checkbox"/> JCB
	發卡銀行：_____
	持卡人簽名：_____ (同信用卡簽章)
	卡號：□□□□-□□□□-□□□□-□□□□ 有效期限：__月__年
郵局劃撥 <input type="checkbox"/>	戶名：台灣優質生命協會 帳號：50080215
銀行轉帳 <input type="checkbox"/>	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

十一月捐款徵信

因刊物排版印刷時程，刊載皆為2個月前的捐款徵信，最新捐款徵信，歡迎至官網查詢。(www.u-life.org.tw)

張翹煊500。余嘉凌500。黃子佼90000。統毅實業股份有限公司2000。新北市私立廣福老人養護中心1000。李雲嬌1000。劉思佩500。優質生命之友500。趙玉美1000。羅成全1000。游雲蘭5000。呂陳德虹300。台北百城扶輪社62000。吳周姝200。周長生1000。夏莉玲300。昇恆昌股份有限公司50000。陳月晔1000。台北市北海扶輪社10000。許淑貞500。善心人士500。林憶如20000。台灣藝起發光促進協會20000。張馨和500。張語喬500。黃鵬宇200。康月群4000。康劉旭4000。康文宗4000。張學海4000。康陳弘4000。張春雄500。吳俊鴻500。高藝榮500。黃芝儀500。潘嘉琪3000。杜鈴莉500。宋佩儀500。林英美500。鄧美玲500。張梅英500。黃朝松500。黃碧珍500。謝瓊慧1000。龐碧媛1000。黃玲玲1500。陳俊吉300。王寶清700。郭清河300。王海天500。陳肅瑜500。陳意婷500。蔡青伶500。羅怡如500。趙瑪500。趙文500。鍾艾玲500。周球祐500。吳江桂英500。匡國強500。林維挺500。戴玉崑500。米多甜食品有限公司500。林素真500。曾羽菲500。林建宏500。羅淑惠500。林柏亨500。林育帆500。陳謙禮1000。蔡名蔚1000。趙炎林500。李美玉500。林世英5000。邵次芳500。李金珠500。黃千芳500。蘇涵500。陳麗娟500。彭嘉敏500。邱淑梅500。廖正宇500。黃素書500。鄭雅云500。蔡思琪500。李沛潔500。張志成500。顏麗鳳1000。陳淑惠300。林俊江200。張翹煊500。游寶丹500。王素雲1000。吳秋蘭1000。周麗華1000。周秀惠1000。李桂1000。劉黛黨1000。新北市私立思源老人養護中心6800。新北市私立思福老人長期照顧中心(養護型)6800。新北市私立思親老人長期照顧中心(養護型)6800。

總計新臺幣：356,700元整