

桃園市政府社會局106年參與式預算提案計畫書

~心智障礙者家長放心放手團體與心兒學苑~

提案者：張怡婷

單位：社團法人桃園市智障者家長協會

目錄

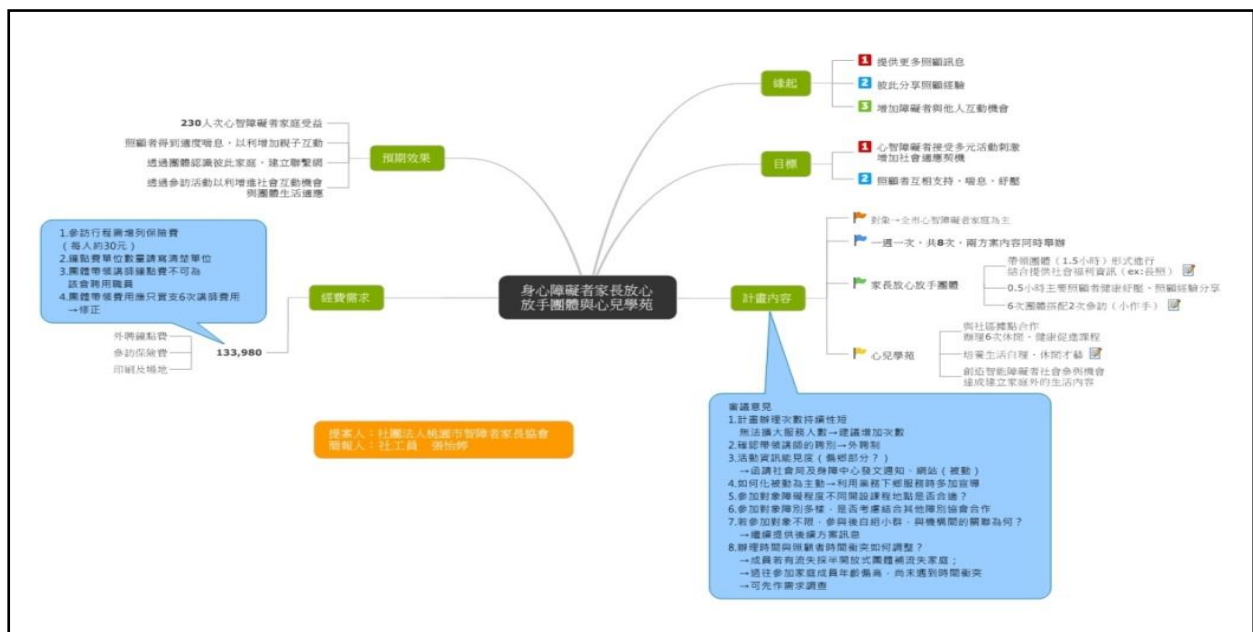
壹、 提案履歷表	(P3)
貳、 心智圖	(P4)
參、 審議員建議與回應	(P5)
肆、 檢核表	(P6)
伍、 計畫緣起	(P8)
陸、 計畫目標	(P8)
柒、 計畫範圍	(P8)
捌、 現況分析及計畫內容說明	(P8)
玖、 計畫期程	(P11)
壹拾、 預算經費概估	(P12)
壹拾壹、 預期成果	(P13)

壹、提案履歷表

桃園市政府社會局106年參與式預算提案履歷表	
提案名稱	心智障礙者家長放心放手團體與心兒學苑
提案單位	社團法人桃園市智障者家長協會
聯絡人	張怡婷
聯絡地址	桃園市桃園區延壽街143巷12號1樓
連絡電話	03-3699135、3799361
電子郵件	pap.mhty@msa.hinet.net
協助專業規劃師	
協助機關代表	
預算概估	138,380 元
提案要旨	<p>◎計畫範圍：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 設籍或實際居住於桃園市內家有<u>心智障礙者之家屬</u>或<u>主要照顧者及其智障子女各 10 人</u>。 2. 至桃園市或外縣市之身障機構參訪，預計辦理 2 次，各 40 人參加。 <p>◎環境現況與課題：</p> <p>台灣人口結構日趨高齡化，隨著近年來國人健康情況改善、平均餘命逐漸延長，先天或早年發生障礙的智障者之壽命也隨之延長，許多家庭，隨著障礙者年紀增長，照顧的家屬白了頭髮，而更讓家屬焦慮的是，障礙者的未來不知該何去何從，想找人討論，卻不知往何處找；想為障礙者的將來多做些準備，卻不曉得該從哪裡準備起；而心中的苦悶，無人可體會，也無處可傾訴…。</p> <p>◎計畫目標：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 使參與的心智障礙者獲得團體活動機會，並有機會接觸家庭以外的人員與生活方式，接受多元活動刺激，增進社會適應的契機。 2. 讓心智障礙者的主要照顧者在團體活動中獲得互相支持與喘息抒壓的機會，學習放手與放心，減輕心理負擔，避免長期累積壓力造成家庭悲劇。 3. 減輕心智障礙者家屬長期的照顧壓力，繼而提升家庭

	<p>照顧品質。</p> <p>4. 藉由領導者的帶領、相似性質成員間的經驗分享和持續性的分組聯繫聚會，凝聚成員情感，提升自我價值，進而形成相互支持的社交網絡。</p> <p>5. 透過機構參訪，提供家長認識心智障礙者未來可能面臨之相關課題及知能強化</p> <p>◎計畫主題：</p> <p>1. 家長放心放手團體：以小活動設計串連團體，除了維持討論式的分享，也依家長期望規劃更多較輕鬆的活動，讓家長在動靜皆備的團體設計中，更為連結參與者情感並達到紓壓之成效。</p> <p>2. 心兒學苑：與社區據點合作或資源單位作辦理為期8次的休閒文康及健康促進課程，課程內容以休閒才藝、健康促進等課程為主。</p> <p>◎社區對象及公共效益：</p> <p>1. 參與對象為社區心智障礙家庭。</p> <p>2. 使心智障礙者及其家屬透過活動參與，增進與社會互動之機會與團體生活適應。</p> <p>3. 促進心智障礙家庭間的聯繫，給予照顧者彼此支持的力量。</p>
備註	

貳、 心智圖(自社會局官網參與式預算專區下載)



參、審議員建議與回應

審議員建議	提案單位回應(備註修改計畫書頁面)
1. 計畫辦理次數持續性短，無法擴大服務人數，建議增加人數。	本活動屬於團體性質，團體人數不宜過多，以 6-10 人為宜。
2. 確認團體帶領講師為外聘人員，不可為該會聘用職員。	本活動為外聘講師，講師資料增加於計畫中。(第 8 頁、第 9 頁)。
3. 如何增加活動能見度?	活動行銷宣傳方式增加於計畫中。(第 9 頁)
4. 如何化被動為主動宣導本活動，使偏鄉個案也能參與?	活動行銷宣傳方式增加於計畫中。(第 9 頁)
5. 參加人員障礙程度不同，開設課程地點未設有無障礙設施，是否適合作為辦理地點?	本活動預計招募數名志工協助。(第 9 頁)
6. 參加對象障別多樣，是否考慮結合其他障別協會進行合作?	本活動參與對象限制為心智障礙。(第 9 頁)
7. 活動結束後，參與成員與機構間關聯性為何?是否繼續提供服務?	增加於計畫後續活動分享中。(第 9 頁)
8. 活動辦理時間與照顧者時間衝突時如何進行調整?團體形式為封閉或開放?	<ol style="list-style-type: none"> 1. 本團體為半開放式，若有成員流失則可遞補流失成員。 2. 過往參與的家庭年齡普遍較高，過去辦理經驗中未有家屬提及時間衝突問題。 3. 活動辦理前做需求調查，了解參與者意願。
10. 參訪活動需增列保險費用。	已編列保險費用至預算中。(第 10 頁)
11. 團體領導者鐘點費單位部分需標示清楚。	已修正團體領導者鐘點費單位。(第 10 頁)
12. 團體領導者鐘點費用實支應僅 6 次，需扣除 2 次參訪。	已修正團體領導者鐘點費用。(第 10 頁)
13. 經費是否足夠? 是否需再增加預算?	已增加編列材料費用至預算中。(第 10 頁)

肆、檢核表

檢核項目	檢核結果	是	否	不適用
	檢核內容			
1	計畫書是否符合公告規定?(含字型、字型大小)	✓		
2	是否依本府推展社會福利服務補助要點規範?	✓		
4	計畫是否重複申請過?	✓		
5	是否已針對重複申請案件製作經費分攤表?	✓		
6	是否依審議員建議修改計畫?	✓		

承辦人員：

單位負責人：

社團法人桃園市智障者家長協會 簡介

【協會的成立】

民國 78 年間桃園縣有一群相同遭遇的家長，有感於當時大眾對於心智障礙者沒有那麼多的認識與認同，便開始醞釀籌組協會。終於在民國 79 年 6 月 24 日成立「桃園縣啟智協會」，88 年更名為【桃園縣智障者家長協會】，103 年 12 月 25 日因應桃園縣升格改制，再更名為【桃園市智障者家長協會】（桃社政字第 907-4 號），開啟心智障礙者及其家庭一扇希望之門。

【宗旨】

- 一、維護心智障礙者權益。
- 二、爭取政府、社會大眾對心智障礙者之重視與關懷。
- 三、辦理各項福利措施。
- 四、扶助心智障礙者自力更生。

【範圍及對象】

桃園市 13 區中，家有智能障礙、自閉症、腦性麻痺及唐氏症者的家庭。

協會這群無悔付出的家長們，藉由互相的安慰、成長，並以：維持心智障礙者權益、爭取政府及社會大眾對我們這群天使的重視關懷、辦理各項福利措施、扶助心智障礙者自立更生為服務宗旨，同心齊力為心智障礙者發聲、推展協會的理念，集結力量來爭取社會大眾的認同。也因為協會從理事長到

理監事都是心智障礙者的家長，所以在辦理活動或爭取大眾對我們這些心智障礙家庭重視上，更能感同身受；而『父母情深，永不放棄』，也就這樣成為我們這群家長的心聲與最佳寫照！

協會的會員數到現在已經有近 600 戶。為了陪伴桃園市內心智障礙家庭們走過這段艱辛的路程，協會除了提供諮詢、情緒支持、協助資源連結，亦辦理親子聯誼活動、家屬資訊講座、支持團體，也為心智障礙者辦理暑期活動、游泳水療班、提供心智障礙者就業服務。未來，我們還是秉持著長期陪伴不放棄的精神，持續宣導讓大眾知道：我們這些心兒都是很熱情、可愛的一群寶貝；我們這群辛苦的家長，也需要大家多一份的鼓勵與支持。

如果有發現社區中或是認識的親友家庭中也同樣有這些心智障礙的寶貝們，也請大家幫忙把我們協會的資訊告訴他們，讓他們知道有我們協會這樣的家長團體，可以提供諮詢、情緒支持、協助資源連結，讓他們知道：他們並不孤單！讓我們一起協助桃園市更多心智障礙家庭走出戶外，勇敢前行！

【協會的服務】

就醫、就養、就業、就學

- 1、身心障礙福利服務諮詢及資訊提供。
- 2、家長及親子聯誼及休閒活動。
- 3、桃園市北區中高齡智障者家庭服務計畫
(個案服務、專題講座、支持團體、社區宣導)。
- 4、身心障礙者支持性就業服務方案(輔導、推介)。
- 5、身心障礙者職業訓練-清潔服務人員培訓班。
- 6、亮晶晶清潔隊。
- 7、身心障礙者社區日間作業設施-快樂小幫手(桃園所、楊梅所兩所)
- 8、成立「愛現親子舞蹈團」及「志工服務隊」。
- 9、統一發票受贈及廢電池回收。



伍、計畫緣起

台灣人口結構日趨高齡化，隨著近年來國人健康情況改善、平均餘命逐漸延長，先天或早年發生障礙的智障者之壽命也隨之延長，許多家庭，隨著障礙者年紀增長，照顧的家屬白了頭髮，而更讓家屬焦慮的是，障礙者的未來不知該何去何從，想找人討論，卻不知往何處找；想為障礙者的將來多做些準備，卻不曉得該從哪裡準備起；而心中的苦悶，無人可體會，也無處可傾訴…。

因為有感於這群心智障礙者家庭的困擾，本會規劃辦理家長放心放手團體與心兒學苑，希望家長們可以透過團體的過程，獲得更多照顧的訊息，提早為智障者的將來做準備，此外，家長們也可以藉由彼此分享照顧經驗及陪伴的過程，紓解身心沉重的壓力，而障礙者也可透過活動的參與，增加與他人互動的機會。

陸、計畫目標

- 一、使參與的心智障礙者獲得團體活動機會，並有機會接觸家庭以外的人員與生活方式，接受多元活動刺激，增進社會適應的契機。
- 二、讓心智障礙者的主要照顧者在團體活動中獲得互相支持與喘息抒壓的機會，學習放手與放心，減輕心理負擔，避免長期累積壓力造成家庭悲劇。
- 三、減輕心智障礙者家屬長期的照顧壓力，繼而提升家庭照顧品質。
- 四、藉由領導者的帶領、相似性質成員間的經驗分享和持續性的分組聯繫聚會，凝聚成員情感，提升自我價值，進而形成相互支持的社交網絡。
- 五、透過機構參訪，提供家長認識心智障礙者未來可能面臨之相關課題及知能強化。

柒、計畫範圍：桃園市全區

捌、現況分析及計畫內容說明

一、現況分析

台灣人口結構日趨高齡化，隨著近年來國人健康情況改善、平均餘命逐漸延長，先天或早年發生障礙的智障者之壽命也隨之延長，許多家庭，隨著障礙者年紀增長，照顧的家屬白了頭髮，而更讓家屬焦慮的是，障礙者的未來不知該何去何從，想找人討論，卻不知往何處找；想為障礙者的將來多做些準備，卻不曉得該從哪裡準備起；而心中的苦悶，無人可體會，也無處可傾訴…

二、計畫內容說明

(一) 家長放心放手團體：

1. 團體形式：以小活動設計串連團體，除了維持討論式的分享，也依家長期望規劃更多較輕鬆的活動，讓家長在動靜皆備的團體設計中，更為連結參與者情感並達到紓壓之成效。
2. 主題內容規劃包含社會福利相關資源的介紹、照顧經驗的分享以及如何紓解壓力等相關內容。
3. 前 2.5 小時由講師以團體方式帶領家長或主要照顧者進行活動，後半小時彼此聯誼、經驗分享。
4. 團體內容：

日期	主題	課程內容
第 1 次 5/10(三)	相見歡	1. 成員互相認識，團體形成 2. 心智障礙孩子目前現況 3. 說明對此團體的需求與期待，課程說明
第 2 次 5/17(三)	我真的很不錯	1. 陪孩子成長，我的小撇步 2. 除了帶小孩，我還是多才多藝的… 3. 專長分享，找回信心與成就感
第 3 次 5/24(三)	天生我材必有用	1. 孩子成長過程中的印象深刻的時光 2. 看到孩子的優勢，如何善用？ 3. 看到孩子的阻力，如何補足？
第 4 次 5/31(三)	家庭圓舞曲	1. 家庭大體檢 2. 家庭成員帶來的壓力與支持 3. 家族是場旅行，在一起就是目的地
第 5 次 6/7(三)	實地參訪	1. 社區日間作業設施 2. 住宿型機構
第 6 次 6/14(三)	心靈大解放	1. 盤點我的壓力來源、壓力症狀 2. 釋放情緒-照顧好自己才有能力照顧別人 3. 放鬆與紓壓
第 7 次 6/21(三)	實地參訪	1. 社區日間作業設施 2. 住宿型機構
第 8 次 6/28(三)	有夢最美	1. 彩虹瓶帶我翻轉人生 2. 一人一菜~未完待續

團體領導者:葉美君老師

學歷:私立天主教輔仁大學 心理復健學系

現職:

1. 台北榮民總醫院桃園分院 外聘督導
2. 財團法人台灣省私立啟智技藝訓練中心 外聘督導
3. 社團法人桃園市自閉症協會 外聘督導

(二) 心兒學苑:

1. 與社區據點合作或資源單位合作辦理為期 6 次的休閒文康及健康促進課程。
2. 課程內容包括:培養休閒才藝、健康促進等課程。
3. 培養智能障礙者興趣及創造智能障礙者社會參與的機會。
4. 期望參與者能從活動中適應團體生活的互動模式,學習建立友伴關係與家庭之外的生活內容。
5. 心智障礙子女由工作人員或志工協助照顧及安排團體活動,並於活動開始前協助輪椅或行動不便之障礙者進出。
6. 團體內容:

日期	課程內容
第 1 次 5/10(三)	音樂律動
第 2 次 5/17(三)	身體律動
第 3 次 5/24(三)	參訪
第 4 次 5/31(三)	強化上半身律動及下半身律動
第 5 次 6/7(三)	綜合舞蹈練習
第 6 次 6/14(三)	參訪
第 7 次 6/21(三)	體適能遊戲
第 8 次 6/28(三)	成果表演

團體帶領人:古芷聿老師

學歷:台南應用科技大學-舞蹈系畢

現職:中小學、大專院校、機構、舞蹈教室老師

(三) 活動地點:桃園區勞工育樂中心及其他場所。

(四) 參加對象及人數:

1. 家有心智障礙者之家長或主要照顧者及其智障子女各 10 人，工作人員 5 人（含志工協助照顧子女），預估 25 人。
 2. 2 次參訪預估各 40 人。
- (五) 活動行銷宣傳方式：

1. 曝光方式：

(1) 海報、電子郵件、臉書、網頁或郵寄招生簡章予相關身障團體及會員，並於講座、會員大會...等活動中宣導。

(2) 函請社會局發文通知相關單位活動訊息。

(3) 利用業務下鄉服務時向個案進行宣導，並邀請參加。

2. 後續活動分享：本會會訊分享，並持續提供成員相關資訊及活動。

玖、計畫期程

(一) 活動時間:5/10、5/17、5/24、5/31、6/7、6/14、6/21、6/28，每周三，上午 9:00-12:00，共辦理 8 次

(二) 執行進度表：

年 月 項目	106					
	2	3	4	5	6	7
計畫撰寫	*					
宣傳、招生		*	*			
活動執行				*	*	
活動滿意度調查					*	
結案執行核銷						*

壹拾、預算經費概估

(1) 經費概算表

經 費 支 出				
項目	單價	數量	預算數	細項說明
團體帶領者鐘點費	1,000	6次*3小時*2人	36,000	外聘團體帶領人之鐘點費，申請衛生福利部補助25,000元，其餘經費由本計畫支應。
印刷費	10,000	1式	10,000	印製報名簡章、講義資料、宣導單張等
場地費	1,800	6次*2場	21,600	租借場地費
材料費	100	6次*10人*2場	12,000	6次活動所需材料費用
保險費	50	40人*2次	4,000	2次參訪保險費用
車資	15,000	2次	30,000	2次參訪車資
膳費(1)	80	6次*25人	12,000	參與團體家屬10人及其子女10人、志工、工作人員5人誤餐費用
膳費(2)	3,000	4桌*2次	24,000	2次參訪誤餐費
雜支	6,000	1式	6,000	郵資、相片沖洗、茶水、文具、紅布條、參訪禮品…等等
專案計畫管理費	7,780	1式	7,780	水電費、電話費、電腦及影印耗材等等，總經費百分之五
總計			163,380	

(2)經費來源：

1. 申請衛生福利部補助 25,000 元
2. 申請桃園市政府社會局補助 138,380 元。
3. 參與人員免收費用。

壹拾壹、預期成果

- (1)預期使 230 人次心智障礙者及家屬受益。
- (2)使照顧者得到適度喘息，舒發心情釋放壓力，增加親子間互動，建立彼此的感情與親情。
- (3)透過活動使心智障礙者家庭彼此認識及經驗交流，促進家庭間的聯繫，給予照顧者支持，並於團體結束後組成自治團體。
- (4)使心智障礙者及其家屬透過參訪活動，增進社會互動的機會與團體生活適應。

台南家專
學校財團法人

台南應用科技大學

TAINAN UNIVERSITY OF TECHNOLOGY

學士學位證書

(103)台南科大字第 D00070191 號

身分證統一編號：H223885734

學生 古芷聿

中華民國 捌拾壹 年 拾壹 月 貳拾 日 生

在本校 四年制 舞蹈 系

修業期滿成績及格准予畢業依學位授予法
之規定授予 藝術學 學士學位

此證

On the recommendation of the Faculty of the
Department of Dance

four-year college program

confers upon

Gu, Jhih-Yu

the degree of

Bachelor of Fine Arts

with all the rights and privileges thereunto appertaining
this the nineteen day of June, two thousand and fifteen.

校長

林品章

President



中華民國

壹佰零肆年

陸

月



私立輔仁大學學士學位證書

輔學字第 486930491 號

學生 葉美君

中華民國陸拾捌年 玖月貳拾柒日生

在本校醫學院心理復健學系

修業期滿成績及格准予畢業
依學位授予法之規定授
予心理復健學士學位此證

校長 李守建

院長 陸幼琴



中華民國 九十年 六月 日