



社團
法人 苗栗縣康復之友協會



手機掃一下，進入
苗栗縣康復之友協會官網



進入FB粉絲專頁按個讚
掌握第一手協會訊息



第107期

苗栗縣康復之友協會通訊



1 工作報告

中華民國112年09月出刊

發行人 / 林佳靜
總編輯 / 劉育宗
編 輯 / 吳孟俞
發行所 / 社團法人苗栗縣康復之友協會
創刊日期 / 中華民國86年3月29日
地 址 / 苗栗縣頭份市水源路
417巷13號
電 話 / (037)690846
網 址 / <http://www.mimra.org.tw>
立案字號 / 府社政字第149193號



康復之友愛心碼：690846

捐贈發票方式：

1. 結帳時告知康復之友愛心碼690846，或是請店家掃描條碼，即可完成發票捐贈。
2. 如需條碼貼紙可與協會聯絡。

112年度

康復友健康



健康促進活動



瞧瞧...開心的我們



上台秀一下我的歌喉



美麗的理事長致詞囉！



有趣的小遊戲



高朋滿座的健康促進活動



每個人臉上都洋溢著笑容



我在日間病房的日子..... 孟○元

子曰：『逝者如斯夫，不捨晝夜！』時間過得很快，廿年前第一次發病，我足足在日間病房治療達到四年歲月，直到康復出院。

我不只病癒，也在職場走跳十幾年，過著正常人的生活，但是好景不常，就在約莫兩年前，發現我有異常的狀況，所以到身心科門診就醫，看了幾乎有一年多，然而卻不見起色，所以長時間躲在家裡，完全不願意去面對那險惡的世界，後來在家庭會議後，我採納家人的建議，讓我自己再回到日間留院治療疾病，但我依然有點擔心！

我抱著忐忑的心考慮了一段時間，於是抱持著來交朋友的心情，回到這個曾經熟悉的地方！第一天來日間病房時，我意外而驚訝地看見了有好幾個過去在我住院時的朋友，依舊在住院平衡自己的生活，讓我自己放下心頭的重擔，也湧起活水源泉地感謝與欣慰，因為我在健康狀況良好時，我曾在工作上貢獻了十幾年的時間，美好的戰役，我已經度過！現在大概是老天爺要我休息了，讓我欣慰的是，兒女們都已成家立業，我已經心無罣礙地修養等著做阿公！所以就暫時在這裡好好地休養吧！

在林邦彥醫師暨護理隊的悉心照顧下，我對未來充滿希望，準備當一個享受幸福天倫之樂的阿公！

~ 徵的就是你 ~

這是一個屬於居住在苗栗縣的康復之友們的園地，關於生活感想、復健故事、隨想創作均可和大家分享。每篇文章1000字以內，恕不退稿。若經刊登，本會支付稿費300元。

來稿請註明您的姓名(若希望以筆名刊登則另註明筆名)、聯絡地址、電話以及投稿日期。

投稿請寄：35148苗栗縣頭份市水源路417巷13號
苗栗縣康復之友協會 收
E-mail: kf690846@gmail.com



康復之友愛心碼：690846

捐贈發票方式：

1. 結帳時告知康復之友愛心碼690846，或是請店家掃描條碼，即可完成發票捐贈。
2. 如需條碼貼紙可與協會聯絡。



手機掃一下，進入
苗栗縣康復之友協會官網



進入FB粉絲專頁按個讚
掌握第一手協會訊息

我在日間病房的日子..... 為恭醫院 劉○伶

我是日間病房的學員，反反覆覆進出這裡已有多多年。因為工作、戀愛，三年前我離開了這裡！去年因為失業、失戀，感覺世界處處與我為敵，讓我再次踏入這裡。我從剛開始的不習慣、排斥、心想為甚麼要再踏入這個牢籠，人生對我來說還有甚麼意義呢？到後來感覺到這裡是有溫度的，處處都有家的溫暖。近期還會無時無刻無不期盼著平日白天的到來，現在對我來說日間病房就是我重新出發的原點。

未住院前常常忘記服藥讓我精神症狀明顯，讓那些不了解精神疾病的人投給我異樣眼光、嚴重時還與對方起口角。每當出現類似情形我都必須要自己去面對壓力、面對問題，沒有人能給我依靠，感覺度日如年、生不如死，也常常會想我的人生就應該如此度過嗎？誰能協助我？誰能給我力量與勇氣呢？

真心的感受日間病房對身心障礙的人來說是一個學習的好環境，它是讓我與家人建立良好互動的橋梁，每當我精神狀況明顯做出非比尋常的舉動、思維時，老師都會電話聯絡媽媽、與她溝通，也教導媽媽如何和我相處、學習包容我失格行為；每天我們準時到院，老師們會安排手腦並用的治療活動，活化我的思維、行動力。以及安排我參加工作訓練讓我學習獨立，訓練我們先思考再執行的能力；此外還有戶外教學，藉由寓教育樂，讓我在不知不覺中從容融入社會中，使我感覺每天生活動充實快樂；在病房內與學員聊天發現病友們也都有因病而產生與我類似的故事，大家都同病相憐、互相依靠，彼此之間不會斤斤計較，大家都互相包容，所以這裡沒有歧視、偏見，只有尊重與理解。

現在的我心中充滿正能量，不再厭世，無助，養成良好生活習慣、規律生活，在此感謝林邦彥醫生及兩位護理師(蘇○蓉、劉○妍)的細心照顧，也感謝病友們與我相互照顧與陪伴。

