



心生活『精神障礙甜心樂生活』服務

衛生福利部 精神病友多元社區生活方案發展計畫(補助申請中)

指導：心理健康司、台北市政府衛生局

廣告

2025 藝術培力社

禪繞畫・輕彩繪・和諧粉彩

- **精神障礙者免費參加**(不限縣市，可單次參加或持續參加)
- 團體帶領者：林鳳珠 老師
- 協同帶領者：陳崢 老師
- 地點：黎明文化推廣中心4樓(台北市安居街98巷22號)
- 活動時間：兩周一次，禮拜四下午兩點～四點半

下午兩點到兩點半為新加入成員的練習時間，

資深同學可以兩點半到

不需要繪畫基礎，可以在老師帶領下自由創作，有舒壓
靜心，增加自信的效果，對自己更有成就感

114年二月	2月27日
114年三月	3月13日、3月27日
114年四月	4月10日、4月24日
114年五月	5月8日、5月22日
114年六月	6月5日、6月19日

心生活114年度-樂生活服務《藝術。培力社》報名表

姓名：

連絡電話：

E-mail：

通訊地址：

必要或優先條件：☐本人為慢性精神疾病患者。

請提供：身心障礙證明/重大傷病證明/精神科看診證明擇一

☐我需要定點集合一同前往活動場地(捷運六張犁站 出口集合)

☐其他備註：(例如：只能參加部分場次的月份/日期、方便的聯絡時間)

電話：2732-4512 傳真：2739-3150 電子信箱：heart.life@msa.hinet.net

服務人員：江斌豪 專業服務員

當天聯繫方式：0965-256-829

地點及交通路線

黎明文化推廣中心4樓(台北市安居街98巷22號)

① 搭乘捷運文湖線至《六張犁站》，從和平東路直走，右轉到和平東路三段228巷，直走至臥龍街151巷

② 公車：捷運六張犁(和平)站
18、72、282、292、685、902、敦化幹線(285)、和平幹線(15)

③ 公車：捷運六張犁(基隆路)站
1、254、611、935、671、672、950、基隆路幹線

④ 公車：和平高中站：
1、254、275、294、611、707、935、基隆路幹線、905、906、909、913醫

⑤ 黎明社教中心：懷恩專車S32、小30





精神障礙甜心-疾病管理與康復服務

Illness Management and Recovery (IMR)

114 年〈IMR 康復團體〉主題探討. 同儕討論
設定康復目標，築夢踏實，疾病管理，幸福達陣



精神障礙者免費參加！

(領有身心障礙證明、具精神科重大傷病資格者優先)



團體帶領者：曾惟靈 社工師 / 心理諮商師



114 年 3 月~11 月，**每週四**下午二點半到四點半
(可中途加入)



團體主題		114 年度暫定日期
第一課	【康復的策略】	3 月 27 日(團體開始日)
		4 月 10 日、17 日、24 日、 5 月 1 日、5 月 8 日
第八課	【壓力的因應】	5 月 15 日、22 日
非主題課程的團體活動		5 月 29 日
第八課	【壓力的因應】	6 月 5 日、12 日、 6 月 19 日、26 日
第九課	【困難及持續症狀的 應對之道】	7 月 3 日、10 日 7 月 17 日、24 日、31 日

* 8-11 月團體繼續辦理，上表只列出上半年課程



地點：臺北市〈大安婦女支持培力中心〉— 多功能教室
臺北市大安區延吉街 246 巷 10 號 5 樓

★ 今年
改場地囉！



服務電話：2 7 3 9 - 6 4 0 4 專業服務員：胡夢純

☆ 補助：社團法人中華社會福利聯合勸募協會



廣告



◆ 心生活 114 年『精障甜心 IMR 康復服務』報名表 ◆

姓名	Line ID	
電話	E-mail	(非必填)
疾病類別	☐ 思覺失調症(舊名:精神分裂症) ☐ 重鬱症 ☐ 雙相情緒障礙症(俗稱:躁鬱症) ☐ 其他_____	
通訊地址		
優先條件 (可複選)	☐ 首次使用 IMR 康復服務 ☐ 具有身心障礙證明 ☐ 重大傷病卡 ☐ 精神科(可領取重大傷病資格)之診斷者 ❖ 須提供資格證明:身心障礙、重大傷病或精神科看診證明	
我要報名	☐ 參加每週四下午的「IMR 康復成長團體」 ☐ 個別進行的 IMR 康復服務	
備註	☐ 我不清楚 IMR 團體地點,需先約在捷運站口或某地、陪同前往 ☐ 其他:_____	

上課地點: 臺北市〈大安婦女支持培力中心〉— 多功能教室

臺北市大安區延吉街 246 巷 10 號 5 樓

報名表傳真: 2739-3150

電話: 0965-035-533

專業服務員: 胡夢純

電子信箱報名: heart.life@msa.hinet.net (主旨請寫: 報名 IMR 服務)

◎ 公車: 仁愛延吉街口

搭乘 263、245、651、270 等車, 於仁愛延吉街口下車, 步行約 5 分鐘。

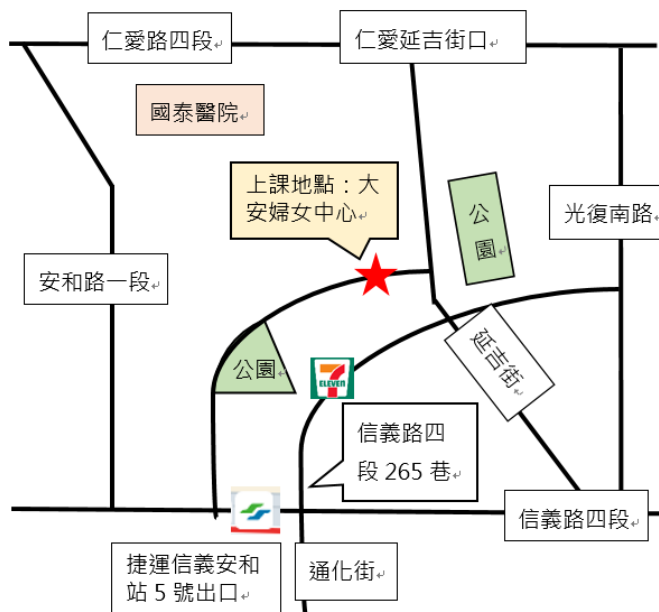
◎ 捷運: 信義安和站



淡水信義線於信義安和站下車, 5 號出口步行約 8 分鐘可抵達(沿信義路四段 265 巷走到延吉街(公園)左轉, 看到藥局進入巷子即抵達)

◎ 捷運+公車: 大安站→信義通化街口

搭乘木柵線至大安站, 再轉乘信義幹線、20、22、226 等公車, 於信義通化街口下車, 步行約 7 分鐘。



☆ 補助: 社團法人中華社會福利聯合勸募協會



廣告



心生活協會『精神障礙甜心樂生活』

衛生福利部 精神病友多元社區生活方案發展計畫(補助申請中)

指導：心理健康司、台北市政府衛生局

114 年 3~11 月「甜心學手藝」

邀請精障甜心們，一起來烹飪、手工藝創作！

- ♥ 免費參加：精神障礙者(甜心)
- ♥ 團體帶領者：連珮吟職能治療師
- ♥ 學手藝活動每兩周一次，週三早上九點半到十一點半，
預計上半年為烹飪活動，下半年為手工藝活動
- ♥ 甜心可自由選擇要參加的課程還有場次

114 年日期	活動	課程主題	地點
3 月 5 日	烹飪	蘿蔔絲餅	台北市身心障礙 服務中心 <一樓廚藝教室> 台北市中山區長 安西路五巷 2 號 備註： 參與成員可以攜 帶自己的環保餐 具以便裝盛食物
3 月 19 日		蚵仔/蝦仁煎	
4 月 2 日		酸辣湯	
4 月 16 日		芋粿巧	
4 月 30 日		自製米苔目	
5 月 14 日		麥仔煎	
5 月 28 日		玉米濃湯	
6 月 11 日		燒賣	
6 月 25 日		芋頭餅	
7 月 9 日		碗粿	



交通資訊 身障服務中心(長安西路 5 巷 2 號)

捷運：搭乘淡水信義線(紅線)或松山新店線(綠線)至【中山站】下車，1 號出口，步行 4 分鐘。

或沿捷運中山地下街往臺北車站方向至 R5 出口，步行 2 分鐘抵達。

公車：【中山市場站】(中山北路上) - 5、218、中山幹線、221(單向)、227、247、260、261、內湖幹線、307(單向)、310、605(快速公車_單向)、310、652、1717、622(單向)

公車：【捷運中山站(志仁高中)】(南京東路上) - 承德幹線、南京幹線、306、292、282、622、652、12、46、52、711、797、636(單向)、紅 25、26(單向)



114 年精障甜心樂生活：「 甜心學手藝 」報名表			
姓名		疾病別	☐ 思覺失調症 ☐ 雙相情緒障礙(躁鬱症) ☐ 重鬱症 ☐ 其他：
連絡電話		E-mail：	
通訊地址：()			
* 必要條件： ☐ 本人為慢性精神疾病患者。 (請提供身心障礙證明影本、或重大傷病資格、精神科看診證明) * ☐ 我需要定點集合同前往活動地點(例如:捷運中山站一號出口) * ☐ 其他備註：_____ (例如:參與的活動場次、方便的聯絡時間)			

專業服務員：謝亞哲社工

電話：2732-4512 活動當天聯絡手機：0965-035-577

傳真: 2739-3150 電子信箱：heart.life@msa.hinet.net





心生活捐款方式

- ✓ 郵政劃撥帳號：19793224 戶名：社團法人台北市心生活協會
- ✓ 電匯：郵局(700)分局：台北六張犁帳號：000157-4-0785473
(匯款後請來電確認姓名、地址，以便寄奉收據)
- ✓ 協會官網：<http://www.心生活.tw/>點選捐款頁，運用 ATM 捐款
- ✓ 紙本信用卡授權：索取表格填寫後，傳真或郵寄擲回協會
- ✓ 郵局自動扣款授權：索取表格填寫後，傳真或郵寄擲回協會

☆☆☆☆☆ 心生活協會-多元支付捐款管道 ☆☆☆☆☆

捐款平台 https://onlineheartlife_2023.sino1.com.tw



此心生活線上捐款平台；可使用：信用卡(線上單筆或定期定額)、LinePay、街口支付、超商條碼、銀行虛擬帳號 ATM 等方式捐款，歡迎多加利用，支持心生活。

☆☆☆☆☆113-114 年心生活支持精障家庭公益勸募☆☆☆☆☆

核准文：113 年 10 月 28 日 北市社團字第 1133195939 號函

收款專戶：土地銀行中崙分行(005-1068)

帳號：106001010509

戶名：社團法人台北市心生活協會

期間：113 年 11 月 1 日起至 114 年 10 月 31 日止

募款目的：心生活協會服務精神疾病患者及其家屬親友所需之經費。

所得使用：(1)協會辦公室(多位服務同仁及行政管理部門)的租金及管理費。(2)沒有補助來源的人事費(行政及管理人力的薪資及雇主勞健保退休金負擔等，服務案自籌部分)。

捐款者可提供身分證字號，可上傳財政部平台方便您報稅！