

移地址、名條有誤、轉介親友、索閱、重覆、無意閱讀、一處多封 敬請來電通知

朝陽時報

第 000459 期

行政院新聞局出版事業風登記局版臺報字第參壹號

中華郵政花蓮雜字第 000062 號登記證登記為雜誌交寄

發行人：彭孟緝
發行所：中華民國救世慈善協會
地址：花蓮市富安路 75 號
電話：03-8574471
E-mail：rocrcahl@yahoo.com.tw
網址：www.rocrcahl.org.tw



國內
郵資已付

雜誌

花蓮雜字第 000062 號登記證
指定花蓮國安郵局交寄
社團編號 970000-003

免費刊物
歡迎取閱

- 立案字號：台內社字第 8410219 號
- 郵局劃撥帳號：06631752
- 銀行轉帳：072030008031
銀行代碼：013 國泰世華花蓮分行
(匯款後請務必來電告知捐款人資料)



救世慈善協會 QR 碼



救世慈善愛心碼：9 4 7 3

中華民國救世慈善協會工作內容

一. 低收入戶、弱勢家庭救助

- ◆ 緊急救助
- ◆ 每月每戶兩次以上發送生活物資
- ◆ 協助自立更生：協尋工作及技能輔導訓練
- ◆ 服務社福團體轉介之案家
- ◆ 單親家庭關懷服務

二. 兒童、青少年慈善工作

- ◆ 低收入戶、單親、隔代及高風險家庭學子放學後課輔
- ◆ 關懷低收入戶、單親、隔代及高風險家庭學子，依個案需求給予生活補助品、上課用品、心理輔導及潛能開發
- ◆ 舉辦夏、冬令營
- ◆ 愛心早餐、上下學車資補助
- ◆ 辦理健康、幸福人生、和諧社會等相關系列講座



林詣晉商師(站立著)引導學員藉由繪畫釋放壓力與情緒。

2021 心靈生活講座-聊心、療鬱

協會長期服務花蓮地區弱勢家庭，發現許多個案因：重大傷病、離異、家暴、失業、隔代教養、以及經濟困窘等因素，雖公部門有規劃部分相關的社會服務機制，給予經濟上緊急協助，但對弱勢者而言，心理壓力往往是被忽略及壓抑的，時間久了慢慢扭曲認知，不知不覺變得偏激，冷漠，憂鬱、沮喪或者在某個情境下，突然的爆發，失去理智。而這幾年天災人禍(地震、太魯閣翻車事件、新冠疫情等事件)，更是讓人心容易焦慮與憂慮……。

因次，協會為補足政府部門欠缺的心理輔導機制部分，特別於下半年舉辦一系列心靈講座課程，希望透過小團體講座的方式協助個案減輕及釋放心理壓力。第一堂課邀請累積多年心理諮商經驗的心理諮商師-林詣晉老師……(請閱朝陽時報第二版)

接續第一版

心靈生活講座 (一) 牌卡與繪畫

隨著9月份疫情趨緩降級，室內外聚會人數也隨之放寬，生活心靈講座終於能開課了，第一堂課是由林詣晉心理諮商師帶領學員。首先老師要學員們學會處理壓力必須先了解原因，講師透過最簡單的圖畫紙與彩色筆，讓學員們藉由繪畫、塗鴉的方式，試著說出困擾自身的問題或是不好的情緒，透過繪畫幫助釐清繁雜的思緒，而且不需任何藝術天分，任何人都可以透過塗鴉來釋放壓力。

課程結束前讓參與學員填寫回饋單，因篇幅有限擷取幾位學員回饋單內容：

阿珠:先生過世後，我就一肩扛起照顧家庭和兩個孩子的責任，為了生活忙於工作，每天把自己繃得緊緊的，為了多兼一些工作，發生了車禍，也是因為這次事件，讓我有很大大的醒悟，雖然忙碌的生活的壓得自己喘不過氣，有時候還是需要放鬆跟休息，今天很開心能來參加此次講座認識大家，與大家共同分享生活經驗。

阿宇:老婆離開的早，只留下三個年幼的孩子讓我照顧，親妹妹幾年前的一場嚴重車禍，造成身體癱瘓，需長期臥床和有人照顧，孩子還小我收入不多，沒有多餘的錢請看護，只能四處打零工賺錢，來維持家裡開銷，自從協會每個月固定給我生活物資，讓我能夠減輕一些家裡的負擔，並邀請我參加活動，雖然問題無法馬上改善，但是身旁的大家都對我很關心和照顧，讓我更有心力可以堅持下去，下次的課程我還要再來參加。

阿芬:孩子都大了，想說應該就不那麼累了，但是家裡時常會發生一些狀況，經常會讓自己很不開心、難過，也不知道該怎麼去抒發心裡的情緒，雖然心裡有許無形的壓力很難用言語形容，這次來參加協會辦理的心靈講座課程，上完課之看見自己執著的來源，原來這些都是日積月累的，今天參加心靈課程讓我受益良多，謝謝老師的引導讓我能混亂的思緒中整理出一些頭緒。



講師藉由牌卡讓學員了解自己現今的狀況，並能訴說自身狀態，透過分享，化解內心情緒的不安與壓力。

下期待續

送暖、送愛至偏鄉，關懷脊髓損傷之友

每個月將愛心物資送至偏鄉，這次的愛心專車開往至萬榮、鳳林、光復一帶，關懷了當地脊髓損傷的傷友。他們過去因為意外而受傷，這些傷對他們造成永久性的傷害，大部分的傷友，不是坐輪椅就是需要長期臥床，家人與傷友都非常辛苦，有些傷友甚至連拿起物品的力量都沒有，關懷物資只能夠由家屬來代替領取。這群傷友們的心，其實很渴望被關心、被幫助的，透過我們每個月的關懷，讓他們的心靈得到鼓勵，並對生活重拾信心，知道社會上依然有愛的存在，自己也不會是這社會上被遺忘的一群弱勢。協會盼望每個月都有這個機會，能夠來到偏鄉繼續的關懷他們、服務他們，將來自社會上的愛，能夠讓更多的弱勢族群感受到我們的溫暖，願上帝賜福這些傷友的家，請一同支持我們關懷弱勢愛心工作。



每個月愛心物資送暖送到家



個案報導

陪你走過心中的困境

阿珍(化名)現年 42 歲，罹患中度憂鬱症，領有身心障礙手冊，命運多舛。高中時父親因病過世後，其母即離家出走，阿珍年輕時活潑可愛獨立，是一位喜歡賣服飾的女孩。高中畢業就獨自從花蓮到台北工作，曾在台北及羅東市場擺攤賣衣服，所以在市場裡認識阿章(化名)，並一起在市場裡打拼。有一天阿珍發現自己懷孕，開心的與阿章分享這個喜悅，但他卻面無表情，過兩天後就一直聯絡不上人，到他租屋處尋找才發現阿章搬家了，從此人間蒸發，於是阿珍決定生下小孩獨力扶養；後因工作及未婚懷孕、生子等種種因素，導致阿珍罹患中度憂鬱症。

105 年阿珍因生活發生困難，決定從台北帶著孩子搬回花蓮重新生活，並於東大門夜市擺攤賣滷味，但因疫情影響無法擺攤，只能在租屋處接受滷味預約，但房東卻不希望疫情期間客人來家裡拿滷味，致使生意更加清淡，加上阿珍長年患有中度憂鬱症，睡前一定要吃安眠藥才能入睡，也因安眠藥副作用偶爾晚上會夢遊，今年 5 月某天夜晚阿珍因夢遊跌倒，當下沒有感覺，幾天後發現脖子沒辦法轉動，但因疫情又不敢去醫院就診，直到疫情較趨緩才去看醫生，診斷發現是頸椎壓迫合併神經壓迫，造成身體右半邊行動不便，滷味生意因自己身體無法負荷而收攤。

阿珍的兒子小楷(化名)每月均會回花蓮探望母親，社工發現她只有在談到兒子時臉上才露出難得笑容，小楷目前在台北拳擊館工作，但因疫情影響拳擊館生意全無，其薪資常常不夠基本生活所需，因在台北開銷較大，阿珍心疼兒子，甚至會從微薄的補助中給兒子，令小楷深感欠疚。

協會長年關懷服務阿珍以及像她類似境遇的不幸家庭，每次的關懷訪視不僅僅是物資的給與，知道他們人生的困境，盼望給予他們更多心靈上的支持與陪伴，使他們有力量站立起來。



小珍(右)參與協會舉辦的心靈課程，認真的藉由繪畫將心中的壓力紓發出來。

中華民國救世慈善協會 自動轉帳付款授權書

委託機構代號	8	B	A
--------	---	---	---

媒體產生日期：

立授權書人（以下稱授權人）_____授權郵局依照中華民國救世慈善協會提供之資料，自授權人在郵局開立之儲金帳戶以自動轉帳付款方式，交付捐款費用；惟帳戶餘額不足支付帳款時，則不予轉帳。

郵局如因電腦系統故障、電腦設備故障、電信線路故障、停電、斷電、第三人之行為、不可抗力或其他不可歸責於郵局之事由致無法於約定日期完成轉帳作業時，郵局得順延至前開障礙是由排除後始進行轉帳作業，因而所致之延遲或損失，授權人同意免除郵局之一切責任。但該障礙事由係因郵局之故意或重大過失所致者，不在此限。

授權人同意於郵局轉帳金額與應繳帳款不符時，自行致中華民國救世慈善協會查詢釐清及辦理補、退款等事宜，且授權書上屬於中華民國救世慈善協會與授權人間權利義務之約定事項與郵局無關者，概與郵局無涉。

本授權書簽訂完成後，其效力不售帳戶所有人原留印鑑變更影響；原扣款帳戶辦理轉移者，將自動由新帳戶繼續扣款。授權人裕終止轉帳扣款時，應以書面方式向郵局或中華民國救世慈善協會辦妥終止授權手續。

授 權 人	戶名											授 權 人 用 印 (<small>請蓋原留印鑑</small>)
	身分證 統一編號											
	<input type="checkbox"/> 存簿帳號											
	<input type="checkbox"/> 劃撥帳號											
	連絡電話	(宅)					(公)					
		(手機)										
聯絡地址											授 權 書 填 寫 日 期 年 月 日	

委 託 機 構 確 認 欄	<p>一、用戶編號：</p> <p>二、本授權書確由帳戶所有人填具（未成年人已取得法定代理人同意），且內容（印鑑除外）確認無誤。</p> <p>三、已確認授權資料建檔內容與授權書所填相符。</p> <p style="text-align: center;"> 確認人： _____ 主管（複核）： _____ 委託機構章： _____ </p>
---------------------------------	---

郵 局	<p>審核： _____ 核印： _____ 註記： _____</p>
--------	--------------------------------------

年 月 日		會員編號： (本會填寫)	
郵局存簿 (劃撥儲金)： _____ 戶名		捐款收據 (收據抬頭)： _____ 捐款人	
授權轉帳付款日期：每月 7 日			
每月捐款金額： 萬 仟 佰 拾 元整			
【寄送收據地址】			
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
縣	市區	路	段 巷 弄 號 樓
市	鄉鎮	街	室
【捐款收據寄送時間】			
<input type="checkbox"/> 當月扣款後即寄發收據 <input type="checkbox"/> 當月扣款於下個月初寄發收據 <input type="checkbox"/> 當月扣款於年度終了彙總於隔年1月寄發			
<input type="checkbox"/> 不開列收據無須寄發 <input type="checkbox"/> 其他：(請自行填寫)			
【捐款的項目】			授權人蓋章 (請蓋原留印鑑)
<input type="checkbox"/> 上、下學車資補助 <input type="checkbox"/> 青少年慈善工作 <input type="checkbox"/> 國小課後照顧班			
<input type="checkbox"/> 長期贊助人 <input type="checkbox"/> 弱勢孩童愛心早餐 <input type="checkbox"/> 弱勢家庭物資補助 <input type="checkbox"/> 不指定			

備註： 1. 授權人(捐款人)欲取消或更改本授權、捐款資訊之任何通知，應於每月二十五日以前以書面或電話通知本會，由本會轉達郵局，並於送達受理之下一月份開始生效。
2. 本會將依會務需求將您提供的授權資料進行蒐集、處理及運用，並遵守「個人資料保護法」之規定妥善保護您的個人資料，若有任何問題請不吝與我們聯繫。
3. 本會會址：花蓮市富安路75號 電話：03-8574471 03-8461702 傳真 03-8579131

-第2聯/共2聯-

★我們的需求需要您的熱情捐贈★

1. 兒童紙尿褲 M、L、XL
2. 成人紙尿褲 L、XL
3. 亞培罐裝營養品、營養粉、成人/兒童奶粉
4. 罐頭：花瓜、筍絲、脆瓜、玉米、鮭魚.....
5. 麵條
6. 盥洗用具(沐浴乳、洗髮精、牙膏、牙刷等)
7. 沖泡式飲料(阿華田、奶茶)
8. 醬油 沙拉油 鹽 糖
9. 白米 五穀雜糧類
10. 洗衣粉 洗衣精
11. 糖果餅乾
12. 魚鬆 肉鬆
13. 中古家電

九月物資發出表：

白米：(95戶，每戶二包)	柚子：(100戶，每戶一包)
米粉：(95戶，每戶一包)	尿布：(4戶，每戶二包)
罐頭：(95戶，每戶一份)	粽子：(45戶，每戶一包)
月餅禮盒：(100戶，每戶一盒)	豬肉、香腸：(48戶，每戶一包)
糖果、餅乾：(95戶，每戶一份)	

★小發票 立大功★

您可曾想過？一張不起眼的發票有多大的價值呢？對於我們來說，每張發票都有多幫助一個清寒或單親家庭的機會！請別隨意丟掉您手中的那張發票，若您有意捐贈，請將發票寄到本會，由我們為您處理！

若您是公司行號或商店，願意撥出小小空間，讓我們放置統一發票捐贈箱，歡迎與我們聯絡！聯絡電話：03-8574471。感謝各界踴躍捐贈發票。本月收到實體發票 778 張電子發票 26,890 張，中獎金額 128,700 謝謝您。