

# 113年攜手向前走~ 身心障礙者社會參與培力計畫



## 招募對象

- 1.設籍或居住在台中市。
- 2.年滿18歲以上。
- 3.領有第一類身障證明，以輕度/中度優先。
- 4.有意願參與及為自己改變的人。



## 帶狀性團體

- ✓ 主題：人際關係培力、情緒管理培力、體適能培力。
- ✓ 透過實際演練提升社交應對技巧及體耐力。



## 社團活動

- ✓ 主題：食趣天堂、美的事情我做主、運動好夥伴。
- ✓ 增加自我決定的機會，從中提升自信心。



## 社區融合/家庭講座

- ✓ 社區融合辦理一場，增加與社區居民互動機會。
- ✓ 家庭講座辦理二場，主題為親職教養、照顧舒壓等，增加親子正向互動。

## 報名資訊



- ☎ 04-23232520\*104 呂社工
- 📍 台中市北區館前路19號5樓
- ✉ eden7349@eden.org.tw



財團法人 EDEN SOCIAL WELFARE FOUNDATION  
伊甸社會福利基金會



財政部關心您

# 113年攜手向前走~身心障礙者社會參與培力計畫

## 報名表



姓名		性別	<input type="checkbox"/> 男 <input type="checkbox"/> 女
出生年月日		身分證字號 (保險使用)	
障礙類別/程度		聯絡方式	市話：_____ 手機：_____
通訊地址			
聯絡人姓名/關係		聯絡人電話	
聯絡人電話	市話：_____ 手機：_____	活動資訊 來源	<input type="checkbox"/> 親友告知 <input type="checkbox"/> 宣傳海報 <input type="checkbox"/> 政府部門：_____ <input type="checkbox"/> 機構介紹：_____ <input type="checkbox"/> 其他：_____

### ★ 課程內容

課程名稱		上課日期	上課時段	課程內容	上課地點
帶狀性 團體	人際關係	07/30   10/24	每週二 09:00-12:00	1. 認識自我特質、溝通技巧。 2. 人際互動技巧及演練。	伊甸基金會館前辦公室(台中市北區館前路19號5樓)
	體適能		每週二 13:30-15:30	1. 練習使用社區運動器材。 2. 延緩身體機能老化。 3. 簡易在家運動技巧。	
	情緒管理		每週四 09:00-12:00	1. 學習辨識情緒。 2. 了解紓解情緒的方法。	
社團 活動	<input type="checkbox"/> 食趣天堂	07/03	週三 10:30-14:30	1. 體驗廚藝烹飪。 2. 從中學習烹煮簡單料理或甜點。 	樹合苑(台中市北區中清路一段101號)
		08/14 09/25 10/23	週三 09:30-12:00		東山國宅(台中市北屯區東山路一段49-8號8樓)
	<input type="checkbox"/> 美的事情 我做主	07/17	週三 14:00-16:00	1. 了解基礎穿搭、個人風格與搭配技巧，打造屬於自己喜愛的風格。	PINKDREAM服飾店(台中市西屯區逢甲路89號)
		08/28 10/09		1. 體驗不同美的事物，如包包彩繪DIY、花藝體驗。	伊甸基金會館前辦公室
	<input type="checkbox"/> 運動好 夥伴 	07/31	週三 14:00-16:00	1. 體驗不同運動種類，發現自己喜歡的運動方式。	北區國民運動中心(台中市北區崇德路一段55號)
		09/11		2. 認識可以一起運動的好夥伴。	
家庭講座	08/17 09/28	週六 09:00-12:00	1. 照顧者紓壓課程。 2. 親職教養講座。	伊甸基金會館前辦公室	



