



南部郵政局第103D12589號

即日起至2/28

到 全聯福利中心 投下零錢  
一起支持[顏捐弱勢家庭]募款計畫

## 尋找有圓人 讓愛暖暖再一塊 您的小小零錢 將是顏捐弱勢家庭的大大希望

共同推廣 全聯福利中心 全聯福利中心社會福利基金會

### 讓愛暖暖 助弱勢家庭過好年

阿坤是個單親爸爸，靠打零工拉拔兩個女兒長大，一場工作的意外，造成阿坤四肢嚴重燒傷，家中頓失經濟支柱……懂事的大女兒說「希望自己趕快長大，能幫爸爸分擔工作」

為幫助燒傷弱勢家庭，陽光提供居家復健服務、經濟補助、家庭支持與關懷等協助，同時也提供工作訓練，幫助他們獲得工作機會。



- 捐1,200元或每月定期捐款100元持續一年以上  
送限量陽光工作隊親手縫製【奢福餐具組】乙組。  
規格：筷子21cm/湯匙19cm 材質：台灣/孟宗竹 台灣生產製造並通過SGS檢測
- 捐300元送限量陽光孩子親手縫製【喜羊羊紅包袋】乙組。(乙組六個)

### 讓愛暖暖 助弱勢家庭過好年 捐款資料

#### 捐款送贈品

- 捐款300元，支持顏捐弱勢家庭服務專案，送【喜羊羊紅包袋】乙組。(乙組六個，三樣式)
- 捐款1,200元，支持顏捐弱勢家庭服務專案，送【奢福餐具組】乙組。(紅藍隨機出貨，恕不挑選)
- 捐款\_\_\_\_\_元，支持顏捐弱勢家庭服務專案，□索取贈品 □不索取贈品。
- 定期捐款 \_\_\_\_\_元/月(需一年，每月100元以上)，□同意捐款滿一年後，本會自動延展，□索取贈品 □不索取贈品。

#### 捐款及義賣資料

收件人：\_\_\_\_\_ 電話：(日)\_\_\_\_\_ (手機)\_\_\_\_\_ 身分證字號：\_\_\_\_\_  
寄送地址：□□□□□ E-MAIL：\_\_\_\_\_

捐款收據抬頭(可扣抵稅)：\_\_\_\_\_ 同意身分證字號提供國稅局各人綜所稅申報之用：□是□否

#### 捐款方式

信用卡付款  OU CARD(聯合信用卡)  VISA  Master Card  JCB

持卡人姓名：\_\_\_\_\_ 卡號：\_\_\_\_\_ - \_\_\_\_\_ - \_\_\_\_\_ - \_\_\_\_\_ 發卡銀行：\_\_\_\_\_

信用卡有效期限：\_\_\_\_\_ 年(西元)\_\_\_\_\_ 月 持卡人簽名：\_\_\_\_\_

#### 郵局劃撥捐款

郵局劃撥帳號：05583335 戶名：陽光社會福利基金會 (請註明捐款「顏捐弱勢家庭服務專案」)劃撥完畢，請將收據連同訂購單回傳本會

#### ATM轉帳捐款

銀行：第一銀行城東分行(ATM轉帳代號007) 戶名：財團法人陽光社會福利基金會 帳號：144-50-713726

匯入完成後，請填寫以下資料回傳本會／匯款帳號後五碼：\_\_\_\_\_ 汇款金額：\_\_\_\_\_ 汇款時間：\_\_\_\_\_ 月 \_\_\_\_\_ 日

#### 其他方式

更多付款方式請上網：[www.sunshine.org.tw](http://www.sunshine.org.tw) 或來電索取捐款/訂購單，洽詢電話：(02)2507-8006 宣廣部

本單歡迎放大填寫後，傳真至：(02)2507-0251，傳真後，請來電確認：(02)2507-8006 分機504

# 陽光

陽光會訊 NO.134 2015年2月

中華民國新聞登記局版面誌第3636號 中華民國執照登記雜誌交臺北字第3811號

發行人／馬海麗  
執行編輯／宣廣部  
執行編輯／宣廣部  
副總編輯／05583335  
戶名／陽光社會福利基金會

電話／02-2507-8006  
傳真／02-2507-0251 02-2505-3339  
URL／<http://www.sunshine.org.tw>  
e-mail／sunshine@sunshine.org.tw

圖／黃巴仔  
台北郵局郵可達  
北市第1945號



尋找有圓人 讓愛暖暖再一塊 詳見8版

#### 本期焦點

- 2版 陽光孩子獎耀時刻 ◉ 103年度陽光獎助學金頒獎典禮
- 3版 歲末感恩 ◉ 陽光企業志工日
- 4版 陽光高雄重建中心 ◉ 助81氣爆傷者迎向陽光
- 5版 2014擁抱希望傳出愛 ◉ 中廣空中愛心義賣
- 6版 年節慶團圓 ◉ 廉房用火要小心
- 7版 隨手做公益 ◉ 你都可以
- 8版 讓愛暖暖 ◉ 助弱勢家庭過好年

#### 執行長的話

## 肩負期許與創新 心散播溫暖和希望

文 執行長 舒靜嫻

歲末年終之際，向您問好，祈願所有朋友們新的一年平安如意！

感謝所有愛護陽光的朋友們的陪伴與支持。

回顧2014，有破壞與重建、失落與希望、笑淚的交織，感慨人生無常之餘，更深刻體會一步一腳印、踏實耕耘人與人間信諾之重要，不僅非營利組織需如此，對台灣而言，更是當務之急的基礎建設。

經多年的醞釀，去年5月17日陽光舉辦首屆「臉部平權日」，成功引起社會廣大迴響，而這只是開始，我們需要更多支持者與夥伴站出來，一起為平權時代努力！去年高雄81氣煤集體

燒傷意外事故後，為快速提供重度燒傷患者即

時而密集的復健服務，「陽光高雄重建中心」在執行團隊同心協力積極籌設之下，順利於2014年10月16日啟用。感恩來自社會各界的信任及託付，讓陽光成熟的全方位燒傷重建服務，繼台北重建中心之後，得以在高雄落地上根，完整了南北臺灣的燒傷重建關懷網絡，讓祝福傷友們寬心復健，不久的將來也如同

Selina、陳美麗女士以及資深志工李世楨大哥一般，成為耀眼的陽光之星，以蛻變的歷程為他人與自己的生命注入養分。

此外，衷心感謝在安麗、英仕..等企業夥伴

## 陽光之星

溫馨或恩月，陽光與您分享好消息。  
陽光基金會傑出傷友  
李世楨，榮獲「模範身心障礙者」表揚！  
陳美麗，榮獲「社教公益個人獎」表揚！

文 宣廣部

## 表揚無比勇氣 感謝無私分享

言人，為口腔癌病友發聲，期待能創造更多關懷接納的友善空間。

20多年前的火災意外造成美麗姐全身逾50%燒燙傷，歷經50多次手術與辛苦的復健之路，瘦後為了重回生活軌道付出很大的努力，重回學校唸書、考取許多證照，度過屢屢碰壁的求職過程，打破身障者的侷限，晉升管理階層，其辛苦奮鬥故事感動著許多人，讓人感受到生命的強韌與光輝，因而於98年獲頒大專優秀青年獎，100年更獲得總統教育獎的榮耀。

美麗姐以過來人的身分跟傷友分享生命歷程，鼓勵其他傷友勇敢走出來，今年更擔任陽光基金會臉部平權大使，透過參與陽光在校園宣導講座或活動場合，訴求讓每個不同的個體，每張不同的臉，都能獲得同樣的尊重。美麗從幫助自己到幫助他人，以自身經驗作最佳典範，鼓勵許多燒傷病友，只要自己願意，未來可以重新念書、當店員、當經理、甚至當老師，每個人的存在都有自己獨特的價值。

世楨大哥榮獲  
模範身心障礙者表揚↑ 美麗姊從教育部政務次長林思伶  
手中接下社教公益個人獎座



## 103年度 陽光獎助學金頒獎典禮

北區中心／感謝自己

「感謝自己」，獲獎的小陽光們透過上台分享對自己的感謝，來肯定自己並看見自己的價值。此次陽光的烏克麗麗團也特別來站台表演，也希望藉由這樣的演出，讓更多孩子看見陽光的社團，一起加入陽光烏克麗麗團這個大家庭！



中區中心／森林裡的音樂會

感謝彭濬秀傳醫院楊大羽院長帶來精彩而優美的薩克斯風開場表演，更有文華高中音樂老師與同學帶來大小提琴與電子琴的熱情公益演出，為寒冬中的森林裡，帶來溫暖又燦爛的陽光！



雲嘉中心／北海小英雄

雲嘉中心的頒獎典禮則是融合航海王故事及劍湖山「北海小英雄」主題，讓魯夫與維京海盜小威相會！並運用陽光優秀學子們貢獻自己的優點海盜旗，幫助海盜旗破損而迷航的魯夫重返航道，更藉此讓陽光孩子看見自己的優勢與專長。



南區中心／預見未來

特別邀約名人楊恩典用自己的生命故事「那雙看不見的手」鼓勵所有參與者。參與者在聽完楊恩典老師的演講後，除了受到鼓勵外，也對自己有所期許，故特別設計「西元2014時空膠囊之預見未來」活動，讓成員寫下對未來的期許。



### 獎助學金受獎人故事

北區／倪稚佳



今年陽光北區中心共286名優秀學子獲獎，其中一位大專組獎學金得主倪稚佳，無懼讓人看到她左臉燙傷疤痕，帶著開朗笑容上台領獎，令人留下深刻印象。因護士照顧疏失，當年出生才三天的她，左臉頰被嬰兒保溫箱的儀器造成三度燙傷，局部皮膚焦黑壞死，自此開始逾十年的漫長燒傷治療與植皮手術。

稚佳從小就是懂事且外向的女孩，對於投以異樣眼光的路人、罵她醜八怪的同學總耐心解釋「這是燙傷的疤」「它不會傳染」，還會主動向新朋友解釋自己是如何受傷的。唸書時期參加田徑隊的她，明知跑完步會令臉上疤痕腫脹也不放棄，還曾在鎮運田徑比賽奪下金牌佳績！現在就讀護理科系的她，常以自身經驗鼓勵病友積極治療，未來想成為心理治療師，傾聽更多病患心聲並以專業技能陪伴他們走過人生低谷。

東區中心／戶外團康

台東工作站

今年台東工作站第一次辦理獎助學金頒獎典禮，鼓勵陽光孩子努力向學，增進自我肯定與發展，透過戶外大團康遊戲，增進受獎者互動的機會，透過情感的附著，可以策動服務者每年參與獎學金活動。

原本都不參加活動的洪大哥，也慢慢藉由陽光夥伴的多次邀約，這次獎助學金頒獎也願意出來陪子女參加活動，並參與遊戲。藉由團康遊戲讓各家庭都很熱絡，看見病友及家屬的笑容，内心也跟著溫暖了起來。

花蓮／耶誕豐收

花蓮場的頒獎典禮瀰漫著濃濃的耶誕氣氛，對陽光孩子而言12月除了是耶誕節，更是學業豐收的重要時刻！孩子們接受獎狀後所綻放出的自信笑容也感染了在場的親友，眼中散發著盡是無比的驕傲及光榮。



雲嘉／張維純



今年雲嘉地區三縣市共63人獲獎，其中患有血管瘤單親媽媽張維純連續4年獲獎。10個月大時左臉罹患血管瘤，至今經歷過3、40次重建手術，小時候因為外表遭同儕取笑、欺負，讓維純選擇強悍叛逆的方式反擊，這段年少輕狂的過去讓她的求學之路起步較晚，但她從未放棄追逐夢想的機會，因緣際會到雲林的社福機構工作後，發現自己專業能力的不足，便投入社會工作科系就讀，目前就讀大學研究所2年級，勇於挑戰、不服輸精神，值為表率。維純說：「我的優點就是勇於挑戰、不服輸！社福機構的工作機會是我人生的轉捩點，讓我意識到一定要進修，憑本能做事是不夠的。陽光獎助學金不僅支持我獨立自主，也是我求學的動力；陽光的服務精神、理念更讓得以學習運用到工作上，達到更好的工作表現！」



## 陽光企業志工日 環隆科技傳愛助弱勢



文/中區中心 余昭慧就輔員

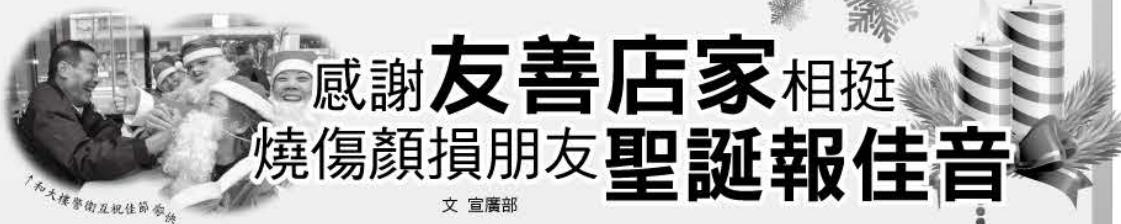
中區中心第三年參與拓凱教育基金會舉辦的「大台中企業志工日」，由拓凱基金會媒合企業志工，到兒少、老人、婦女、新住民、身心障礙等不同族群的社福單位做一日志願服務，中區中心今年提案為南投一位弱勢口友家庭，提供居家環境打掃、照明設備更換、用品汰舊換新，並且結合中區培訓的陽光油漆工作隊粉刷室內空間，共同協助口友王大哥改善生活環境。



口友王大哥因為口腔腫瘤治療及心臟問題，容易頭暈、心悸、氣喘，使得沒有體力可處理家務，而唯一能照顧的女兒平日在工廠當作業員，本身卻又受精神疾病困擾，狀況時好時壞，也无法打理家務，日積月累下來，家中累積了不少該丟去丟的物品。在秋去冬來之際，11月8日這天環隆科技10位企業志工，與本會4位油漆工作隊成員，一行人來到王大哥家，依照我們之前討論的分工，有人負責客廳、有人負責主臥室、庭院、雜草樹叢區，每個人拿起工具、垃圾袋，開始一日的志願服務。

其中環隆科技的廠務大哥，還幫忙把傳統型要舉手才能切換的燈

具，全都改為新型省電的LED燈管，開關也改到牆壁上，讓口友王大哥不會因為要開關電燈而頭暈目眩，也改善了室內照明度。中段之後油漆工作隊開始批土、調漆、粉刷，因為牆壁泛黃剝落嚴重，第一層需先上油性油漆，再以水性油漆上第二道功，讓住家的整個明亮度又增添一份色彩。在大家的努力下，當天清出了48袋垃圾袋，最後大家把壞用的家具歸位，換上新的床墊、被品，讓王大哥能有舒適的休養環境，改善睡眠品質。



## 感謝友善店家相挺 燒傷顏損朋友聖誕報佳音

文 宣廣部

2014年聖誕節前夕，臺北重建中心的燒傷顏損朋友們，利用復健時間的空檔，悄悄地製作DIY聖誕賀卡，打算趁著12月19日的「歲末感恩日」活動時，送給位於台北總會周邊的友善店家們，感謝他們一直默默付出愛心，讓燒傷顏損朋友在消費或用餐時，總能感受到滿滿的人情味及溫暖。



為了這場歲末感恩活動，燒傷顏損朋友們可是早早地做足準備，甚至應景的換上聖誕老人服，戴上紅色帽子與白色長鬍鬚，希望讓友善店家也感受濃濃的歡樂氣氛！當燒傷顏損朋友們換好衣服、呼完精神口號後，便出發一家一家親自送上祝福賀卡，雖然當日氣候偏涼、天空飄著毛毛細雨，仍然澆不熄大伙熱情的心。一路上遇到



↑帶著卡片，前往友善店家拜訪



↑友善店家收下燒傷顏損朋友的聖誕賀卡

素不相識的路人，大伙也元氣十足地大聲打招呼、互道聖誕快樂，路人也抱以熱情的回應及加油聲，街上氣溫雖然寒冷，卻有一股暖流湧上心頭。

→扮成聖誕老人準備出發送賀卡  
此次贈送聖誕賀卡的友善商店包括：早餐店、小吃店、自助餐、飲料店、便利超商…等十餘家商店，都是平日非常照顧陽光的好店家，這些店家不時會免費幫燒傷顏損朋友的餐點「升級」，或提供折扣優惠，實在令人揪心！當日老闆們一看到燒傷顏損朋友來到店裡時，都像老朋友見面般親切地打招呼，收到聖誕賀卡時更是又驚又喜，直說：「要把卡片掛在店裡和更多朋友分享喜悅！」

藉著活動，不僅讓燒傷顏損朋友學習在受傷後重新走入人群、重回社區，更重要的是讓更多人透過此行動，接納了解燒傷顏損朋友與我們沒有什麼不同，陽光亦期待每張不同的臉，都能獲得同樣的尊重。



## 4 陽光 陽光高雄重建中心助81氣爆傷者迎向陽光！



感恩來自社會各界的關心，陽光高雄重建中心於2014年10月16日啟用至今，在治療師、社工等全體工作人員各司其職的努力下，傷友們每日都會來到重建中心做復健，治療師也為每位傷友都設計了課表，每天都要練習垂直塔、捏黏土與吊手...等等，每天重覆練習著同樣的動作，抬高，在疤痕的極限裡不斷突破，這一切都是為了讓受傷的雙手重新摸索熟悉一切事物，盼望著趕快有一天，可以重新靠自己的雙手力量生活，期盼著可以再一次用雙手緊緊擁抱最愛的家人！

口友大哥十分熱心自願擔任志工，還會在每日復健功課的休息時間，帶領傷友們做簡單的體操，雖然大家動作還有些很生疏、有時也跟不上拍子，但過程笑聲不斷，大家也會彼此糾正動作，也為平日辛苦的復健生活帶來一絲絲樂趣！



每半年一次的復健表揚大會是陽光的悠久傳統，復健是傷友每日必須面對的功課，透過表揚活動褒獎這些努力復健以及進步很多的傷友，也鼓勵著其他傷友見賢思齊！歲末年終陽光高雄重建中心首次舉辦第一屆復健表揚大會暨12月慶生會暨聖誕PA活動，會場上，頒獎的、得獎的傷友及家屬、職能治療師與社工們一起分享過程中的點滴，每位傷友都是在撰寫著屬於自己獨一無二的復健史，在陽光這個大家庭之中，大家相互扶持、彼此依靠，看著傷友們的努力，也期盼著他們復健的路走得更堅定！

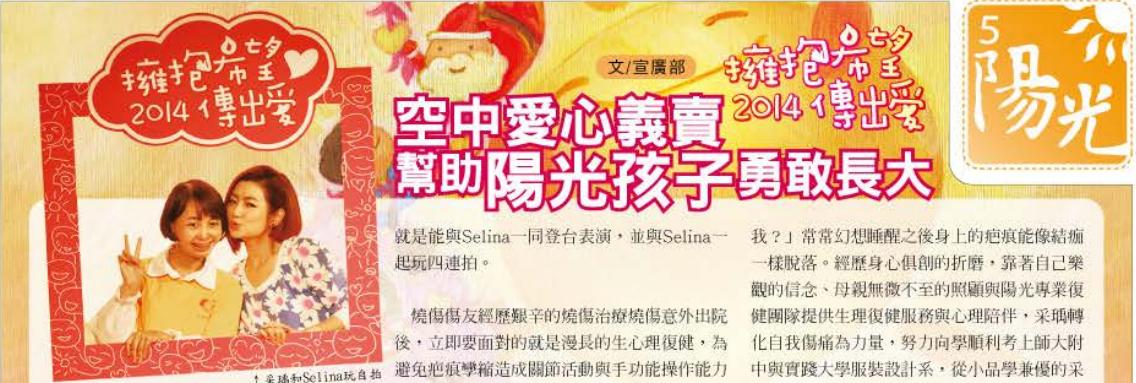
## 高雄重建中心 第一屆復健表揚大會 慶生會&耶誕PA活動



↑聖誕樹下有傷友們精心準備的交換禮物

↑全體傷友、工作人員一起來張大合照，為12月慶生會暨復健表揚大會暨聖誕PA活動留下完美Ending

文/宣廣部



就是能與Selina一同登台表演，並與Selina一起玩四連拍。

燒傷傷友經歷艱辛的燒傷治療燒傷意外出院後，立即要面對的就是漫長的生心理復健，為避免疤痕縮窄造成關節活動與手功能操作能力的限制，需要及早復建才能以避免造成永久性功能限制。而燒傷傷的孩子們，在與死神搏鬥後，好不容易離開病房，但日後復健更是漫長艱苦，身體痛楚和心理重創的雙重打擊，連大人都難以忍受，更何況是孩子呢？

↑采瑀和Selina玩自拍

↑歲末年終，陽光與中廣共同舉辦「擁抱希望傳出愛」義賣活動，首度和中廣攜手合作，邀請12家善心企業捐贈物資，以「每日一物」空中義賣，感謝聽眾熱情參與，短短兩週的活動期間讓每日一物的義賣品，幾乎天天都秒殺，快速完銷！活動圓滿落幕，總共募到\$1,573,000元，將全數捐給「陽光基金會」的「燒傷及顏面損傷者生心理重建服務基金」專案，幫助陽光燒傷及顏損的孩子順利長大。

歲末年終，陽光與中廣共同舉辦「擁抱希望傳出愛」義賣活動，首度和中廣攜手合作，邀請12家善心企業捐贈物資，以「每日一物」空中義賣，感謝聽眾熱情參與，短短兩週的活動期間讓每日一物的義賣品，幾乎天天都秒殺，快速完銷！活動圓滿落幕，總共募到\$1,573,000元，將全數捐給「陽光基金會」的「燒傷及顏面損傷者生心理重建服務基金」專案，幫助陽光燒傷及顏損的孩子順利長大。

爱心大使Selina任家萱號召社會大眾支持義賣活動，Selina並加碼捐出傷後復出拍攝陽光基金會公益廣告時曾穿過白色洋裝提供競標義賣；更邀請陽光傷友采瑀出席記者會分享身為小陽光一路走來的心路歷程，並與爱心大使Selina攜手演奏合唱，采瑀在家勤練吉他為了

9歲那年的一場精油油氣爆意外，造成采瑀全身30%、2-3度的燒傷，回首起傷後復健之路的艱辛，犧牲無數個寒暑假，不斷地接受鬆弛植皮手術，深層燒燙傷所造成的疤痕增生與攀縮經常奇癢難耐，灰心喪志的她不斷地問著：「為什麼受傷的是我？」常常幻想睡醒之後身上的疤痕能像結痂一樣脫落。經歷身心俱創的折磨，靠著自己樂觀的信念、母親無微不至的照顧與陽光專業復健團隊提供生理復健服務與心理陪伴，采瑀轉化自我傷痛為力量，努力向學順利考上師大附中與實踐大學服裝設計系，從小品學兼優的采瑀每年都會得到陽光獎助學金的幫助，更是103年度最新出爐的陽光優秀獎學金得主，不僅是肯定自我價值，還能幫助不造成家中多一份經濟負擔，采瑀用自身當最好的例子希望鼓勵更多像她一樣的燒傷孩子要勇敢走出來活出精采！



↑Selina捐出極具意義的白色洋裝提供競標

↑采瑀伴奏與Selina合唱

## 2014擁抱希望·傳出愛 線上義賣活動志工花絮報導

為了去年12月8日至23日中國廣播公司與陽光基金會合作的「2014擁抱希望，傳出愛」線上義賣活動，此次共有57位熱情志工加入電話客服的行列，在活動期間協助接聽義賣訂購電話、處理義賣訂單、產品包裝出貨...等大量人力需求等事宜。招募訊息一出，許多大學生、全職主婦、退休教師、上班族...都願意犧牲自己寶貴時間，主動前來報名，經詢問不少人還是第一次做公益呢！

像是第一次擔任志工的語婕、以及在偏鄉部落擔任課輔老師的瑜喧，雖然沒有電話客服經驗，仍主動報名參加，活動期間不僅幫忙接聽訂購電話，也協助開立義賣收據，對於每通客服來電也非常細心解釋。此外，身為職業婦女的Sherry，更特地向公司安排休假；女生大怡靜也利用課餘時間前來幫忙，皆讓人感受到她們真摯熱情的心意。對於此次能參與志工服務，大家都覺得是件幸福、開心的事，還能重新找回對生活熱情！

隨著義賣的活動接近尾聲，志工開始支援商品包裝出貨的工作，從氣泡布的裁切、產品包裝、封箱到貼上寄件貼紙...亦出自於這群可愛的志工們之手。感謝勤快的謝姊和彥霏、動作神速的曉嵐、靈巧的瓶子及糊薑、認真的靜如與曾阿姨、開朗的Sunny、默默的小帆、教導大家徒手切開氣泡布的張姊、超有默契

好姊妹惠玉跟紹立，還有活潑的倫平及敏斐...等志工的幫忙，數百組產品才能順利包裝寄送，亦感謝所有訂購義賣品的民眾踴躍支持，讓義賣活動圓滿落幕！



↑志工們忙碌地接聽客服訂購電話

↑易碎產品有志工細心包上氣泡布，才能完好地送到民衆手中



↑怡靜利用課餘時間主動前來幫忙  
→語婕期望未來能帶小孩一起從事公益  
↓瑜喧覺得擔任志工是一件很幸福的事



←Sherry藉做公益  
找回對生活的熱情



# 年節慶團圓 廚房用火要小心

## 陽光小教室

新聞

文 宣廣部

一老婦因煮魚時疑因油鍋起火，婦人可能因此急忙倒下大量水來滅火，反助火勢，擴大燃燒反噬婦人，造成不幸。（蘋果日報2104.12.02）

小李看見油鍋起火，就順手抓了幾把青菜扔到鍋裡，但火還在燒，於是拎起滅火器滅火，雖然滅掉油鍋裡的火，可是火星早飛濺到油煙管道蔓延燒至二樓。（寧波新聞網2014.02.28）

根據消防署統計98年至103年11月各項火災原因，因爐火烹飪不當導致的火災意外排名第四，共有483件。陽光基金會社工分享曾於過年後至醫院裡的訪視，竟同時有三個媽媽都是因為油鍋起火而燒傷住院治療；而傷者在油鍋起火當下因嚇到又心慌，情急之下拿水滅火；或是錯誤的蓋鍋方式而導致嚴重燒傷。

提醒您適逢年節期間烹煮食物頻繁，油炸食物應注意溫度控制，避免溫度過高或使用米酒調味導致鍋內熱油起火燃燒。若油鍋過熱不慎起火時，要保持冷靜，將鍋蓋蓋到鍋子上阻隔空氣，絕不能潑水滅火，以免造成火勢擴大，詳細操作方式可參考陽光小教室。

### 油鍋突然起火，我該怎麼辦？

- 1.保持冷靜蓋上鍋蓋：冷靜地讓身體與手在鍋蓋的保護下作為盾牌，平推靠近火源，再由油鍋側面輕放下鍋蓋，阻絕火勢持續擴大延燒；若無可以使用的鍋蓋，可使用毯子或大衣蓋上，以隔絕空氣。
- 2.關閉爐火：停止熱油加溫。
- 3.鋪濕毛巾於鍋蓋上：將幾條濕毛巾覆蓋到鍋蓋邊緣縫隙，阻隔氧气，待鍋子冷卻後，才能移動鍋子或掀開鍋蓋，以免食用油複燃再次造成傷害。



### 貼心小提醒/抽油煙機要安裝

鐵絲紗罩定期清潔，並定期更換通風管，以免累積油垢，若不幸發生油鍋起火意外，才能降低火勢順沿通風管延燒。

### 處理油鍋起火的重要注意事項：

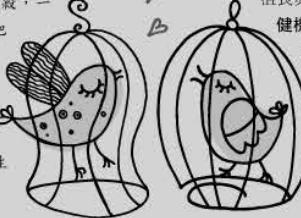
- 1.若火勢無法控制，要立刻通知屋內其他人員，迅速逃離現場，關上門降低火勢漫延速度，撥打119。
- 2.千萬不能直接灑水，因高溫會瞬間讓水瞬間沸騰變成水蒸氣，讓浮在水面上的熱油受到水氣影響而沸騰膨脹，造成火焰暴衝。
- 【謠言止步】遇到油鍋起火，絕對不可以用水、洗碗精、麵粉滅火，因為這些物品丟下去的瞬間，無法隔絕空氣，反而助燃火勢，而噴濺出來的油會擴大火焰範圍，若火花噴濺到易燃物，可能造成更大的火災！

# 陪伴、同理支持 伴親友走過生命低潮

### 有愛相伴，勇敢走出困頓人生！

陳大哥，患有小兒麻痺，娶外籍配偶並育有一子，父親重病纏身多年，妻子幫忙照顧，為養活一家老小，陳大哥不但擔任停車場管理員又兼職開計程車，全家的經濟的重擔都在陳大哥一人身上。

父親去世後，隔年陳大哥竟發現罹患舌癌，舌頭切除後，吞嚥表達皆有困難，原本生活的困境讓陳大哥的身心狀態更是雪上加霜，這樣的人生低潮持續了半年，陳大哥自覺活著只有受苦，萬念俱灰下想要自殺，一日，趁家人不在時，吞下大把的安眠藥後，突然接到陽光社工的慰問電話，在社工持續關懷慰問下，鼓勵他多參與病友活動走出來，因而躲過了這場人生浩劫…

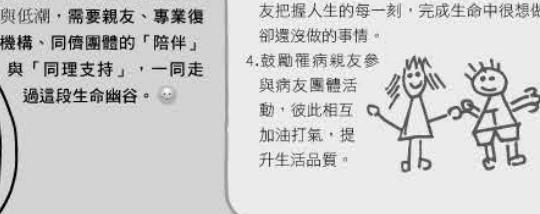


適逢歲末與季節變化之際，罹病親友易觸景傷情與身體病痛造成情緒失落，家人適時地關懷陪伴，幫助他們走過低潮，避免憾事發生…

## 陽光小教室

### 當家人朋友陷入低潮或情緒憂鬱，我該怎麼做？

- 1.當親友出現挫折低潮時，我們可適時透過電話問候關心，聽其訴說心情、相約出遊散心、運動曬太陽，舒解壓力。
- 2.建議可單純傾聽，說話時切忌批評反對或給建議，持續保持規律的陪伴時間，讓他們感受到自己被重視、被需要。
- 3.與罹病親友共同思索人生正面意義，轉化因病痛所造成情緒上的負面影響，鼓勵親友把握人生的每一刻，完成生命中很想做卻還沒做的事情。
- 4.鼓勵罹病親友參與病友團體活動，彼此相互加油打氣，提升生活品質。



# 陽光愛心碼13579 讓愛更持久

### 分享電子發票捐贈經驗，就有機會抽好禮喔！

新年快樂!!消費後隨手捐發票，讓新的一年開始不但能做好事又能積功德，隨著電子發票的普及，您知道如何捐贈電子發票嗎？又是否曾將電子發票捐贈給陽光基金會？

陽光基金會電子發票捐贈愛心碼13579，邀請您捐出電子發票，幫助燒傷及顏損朋友，歡迎您到陽光粉絲團參加抽獎活動：

**步驟一**►按讚加入「陽光基金會粉絲團」www.facebook.com/Sunshine.Taiwan

**步驟二**►與我們分享您捐贈發票的經驗

範例：我在網路書店消費結帳時輸入13579把電子發票捐給陽光基金會

**步驟三**►將指定活動文章設成公開狀態分享出去



參加活動就有機會抽中alasha贈品組  
(阿財環保袋&筆記本)

活動詳情請上陽光基金會粉絲團，  
或上Facebook搜尋「陽光基金會」。



(以上贈品由alasha贊助提供)

### 感謝SST&C

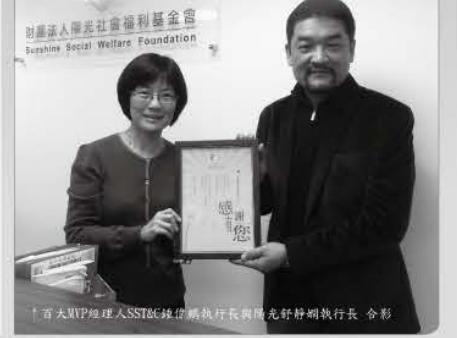
愛心公益領帶義賣活動  
活動圓滿落幕！



為了幫助燒傷及顏損朋友心理重建，SST&C發起「愛心公益領帶」活動，邀請民眾在103年9~12月31日止活動期間於《博客來》和《iGiving公益網》購買300元的領帶，SST&C將扣除物流處理費，其餘款項全數捐贈給陽光基金會做為燒傷及顏損者的生心理重建服務基金。

感謝SST&C發揮「取之社會、用之社會」的企業社會責任，活動於12/31圓滿結束，經統計後共捐款208,888元幫助燒傷及顏損朋友迎向自信人生，也歡迎陽光朋友持續支持陽光好夥伴SST&C(天喜國際時尚有限公司)。

財團法人陽光社會福利基金會  
Sunshine Social Welfare Foundation



### 支持陽光，讓更多陽光朋友走出來

無論您的每一塊錢、每一句話、每一份情，都能使我們感受到您那滿滿的愛，感謝您的贊助和支持，我們在收到捐助款項後，即將收據寄上，謝謝您…

為了方便捐款，我們提供下列的捐款方式供您選擇：

#### 金融機構定期自動轉帳捐款

若您在各大金融機構設有活儲帳戶，可辦理定期自動轉帳捐款，請向本會索取授權書（一式三聯），並請務必蓋上開戶印鑑章，填畢郵寄回本會。

#### 信用卡捐款

填妥下列表單後，  
傳真至 (02)2505-3339  
或剪下寄回本會。

#### 超商代收捐款

請上陽光基金會網站列印超商捐款單，  
即可持單至各大超商繳款。

#### 郵政劃撥捐款

戶名：陽光社會福利基金會  
帳號：05583335  
購買義賣品請改使用  
陽光義賣帳號：19976471

#### 線上捐款

現在陽光基金會網站，即能透過信用卡進行方便、快速的線上捐款囉！  
當您完成線上捐款動作，陽光將會主動發出一封確認信給您，告知捐款資訊！陽光基金會感謝您的支持！

線上捐款網址  
<http://iepay.sunshine.org.tw>

#### 信用卡捐單 & 陽光義賣品訂購單

姓名： 性別： 生日： 年 月 日 電話：(H) (O)

身份證字號：  
通訊地址：  
職業：  公教  軍  工商  農  醫護  
 服務  自由  學生  其它 請打

我要加入 請打  捐款日期： 年 月 起 (若欲中止，請來電告知)

不定期捐款 元  
 支持顏損弱勢家庭服務  300元/月  500元/月  1,000元/月  1,500元/月  
 2,000元/月  5,000元/月  10,000元/月  其它 元/月

#### 我要訂購 陽光宣導品 (請填寫您要的數量與金額)

阿貴影城VCD 片×150元=共計 元	小熊熱愛搞蛋VCD 片×250元=共計 元	沖脫泡蓋送磁鐵 張× 0元=共計 元
陽光心樂園VCD 片×250元=共計 元	陽光Do Re Mi唱遊光碟DVD+CD 套×100元=共計 元	

義賣品合計 NT\$ : \_\_\_\_\_

收貨人姓名： 電話：

寄送地址：

信用卡資料 卡別：  聯合信用卡U卡  VISA  Master Card  JCB

卡號： 身份證字號： 信用卡有效期限：西元 年 月

持卡人姓名： 發卡銀行： 持卡人簽名： \*信用卡有效期到期時，本會將自動延展有效期2年，若有超過2年期限者，請來電告知更改。謝謝！

捐款收據寄發方式  每月寄發  年度彙總寄發 (建議選擇)

\*請剪下填寫寄回 或 放大傳真至陽光基金會宣廣部 (02) 2507-0251

陽光社會福利基金會  
為顏面損傷及燒傷者提供全方位專業服務