



桃園郵局許可證  
桃園字第599號  
無法投遞時請退回



### 神能成就

“神能照着運行在我們心裏的大力，充充足足的成就一切超過我們所求所想的。”

【腓立比書3:20】

## 執行長的話

回顧路得29年的日子，是神恩典的道路，陪伴路得學園走過風雨飄搖的29個年頭，我很榮幸能參與其中，見證這一刻的歷史。

民國84年路得剛成立初期，八德區舊址屬於工業用地，申請核准立案卻受到諸多法令限制，在熱心家長與善心人士的大力奔走之下，終於獲得當時縣長的支持，並以專案方式獲准設立。

一對毫無資產的基督徒夫婦，因神的帶領而開啟了「服務最小弟兄的道路」，在財務吃緊的狀況下，艱難地從事身障兒的早期療育、學齡到成人終身的服務工作，感謝神的祝福與恩典，讓我們能倚靠神運行在我們心裏的大力，堅信神能成就一切超過我們所求所想，並按神的時間供給我們需求，因著所有工作同仁用心與專業的服務，深受家長及社會大眾的肯定，進而得到各方捐款支持與協助，才逐漸從財務窘迫中走出來，將榮耀與恩典感謝神。

大哲學家「齊克果」說：「我活了75年，真正幸福的時光只有14天而已。」神所祝福之路必有喜樂的脂油滴下，我們行走其間必享受神的富足與喜樂。路得學園在神的引導之下，度過艱辛的29個年頭，雖然年年有難關，但在神的保守與祝

福下卻關關過。如今我們服務的孩子大部分都已長大，我們要為這些孩子提供什麼服務？還能照顧他多久？這是大部分身心障礙者家長共同的心聲。

109年11月21日我們成立一家「陪你走一段路」庇護餐廳，不僅代表著我們對這群身障孩子29年的陪伴，更是為了幫助這群孩子靠近就業夢想所跨出的一步，餐廳主要販售輕食、咖啡、簡餐、甜點，地點在桃園市八德區建德路111號(八德一號社會住宅)，能夠提供14名身心障礙者就業機會，邀請路得的朋友及社會大眾一起支持，讓我們陪伴這群孩子再多走一段路，一起攜手走過他們人生的曠野，綻放出生命中最閃耀的光芒。

敬邀大家一起用行動來支持他們!

路得啟智學園 執行長

### 精彩活動預告

**★攜手募餐食 陪伴路得走三十**  
日期：113年12月7日(六)  
時間：11:00-15:00  
地點：來福星花園大飯店-金鑽廳  
(桃園市八德區東勇街276號)



餐券認購

---

**★聖誕成果發表**  
日期：113年12月20日(五)  
時間：15:00-18:30  
地點：路得啟智學園

---

**★團圓圍爐年菜募集★**  
為無法返家的學員募集100道年菜



## 我的家托員服務體驗




■文/張家托員

透過居服員朋友的介紹認識家庭托顧服務，並在劉社工的協助及輔導，正式成為了家托員，家裡也成為家托服務據點。

在劉社工介紹媒合下，照顧一個22歲罕見疾病重度的小女生，因為重度障礙且有深度的固著行為，在前面1個月我照顧她時吃盡了苦頭。一邊了解她的個性以及想法，一邊與她的固著行為共處。她還是高需求陪伴的孩子，我去廚房或其他空間忙一下，就會過來拉著我的手要陪在她旁邊，常常一整天下來我累得人仰馬翻。經過兩個月的調整以及劉社工的輔導，漸漸地能夠和孩子像是家人一樣地相處，更加了解、更加親近。很開心能夠走進孩子的世界、成為孩子的依靠，從互相不熟悉到現在會抱著我、形影不離的跟著我。

感謝劉社工每個月過來關心及給予一些照顧建議，以及家托員的專業課程，讓我學習到更多地專業知識，對這個孩子更加地了解，面對照顧問題可以利用獲取的專業知識處理相關問題。

## 物資需求

類別	物品名稱	數量	需求規格	用途說明
急需物資	沐浴乳	100罐	不拘	緊急需求
	洗髮精	100罐	不拘	
	牙膏	50條	不拘	
	沙拉油	10箱	未過期久存食材	
	蠟油	5箱	未過期久存食材	
園內設備	教學電腦	2台	不拘	園生電腦學習
	360度天花板旋轉風扇	20台	不拘	
醫療用品	血氧機	2台	不拘	園內學生醫療防護
	口腔棉棒	50包	不拘	
	酒精	長期	500c.c.	
	拋棄式檢驗手套	不拘	不拘	
	維他命C發泡錠	不拘	不拘	
生活清潔用品	家用垃圾袋	20袋	28cm: 6 34cm: 6 40cm: 6	維護園內環境整潔及學員盥洗訓練用
	有機肥料	不拘	不拘	園內學員農藝訓練用
	園藝通用培養土	30包	25公升裝	
花盆	400組	3吋		
手提水桶	18個	28cm: 6 34cm: 6 40cm: 6		
路得烘焙坊	防蟻袖套	25組	不拘	
	護頸防曬帽	25頂	不拘	
	防蚊液	50瓶	不拘	
	噴霧殺蟲劑	20罐	不拘	
	無鹽奶油	50塊	5個月用	
	電動攪拌器	5台	450W/5種速度	
	切菜砧板	10個	不拘	
304不鏽鋼大圓盆	2個	38cm		
生鮮食品	刀具收納架	2組	不拘	園內學生三餐食用
	青菜、水果、雞蛋、魚肉、肉類		長期需求 未過期生鮮食材	
久存食品	麵輪、木耳、罐頭、香菇、紫菜、豆皮、蜜豆奶、白砂糖、奶茶、保久乳		長期需求 未過期保久食材	

### FB粉絲團



快來加入路得學園粉絲專頁！了解我們的生活點滴！

透過中華電信手機直撥51178，可直接小額捐款給路得，51178我們一起幫(路得)

### 「仟」手護路得 幫助身障兒

發票捐贈路得·代碼選1000



路得捐贈碼 1000

捐贈碼使用已擴大到各大連鎖商店使用

詳情請見路得官網：<http://www.ruth.org.tw>

# 月圓歡唱烤肉夜

■文/社工組 楊心醇

家家說：「我今年歌唱比賽要唱ooo」

小穎問：「什麼時候卡拉ok比賽？」

在今年春天我還沒開始籌備活動時，我就聽到了許多園生期待的聲音，於是在我心中祈求希望今年的中秋活動能夠成為他們心中美麗的回憶，當會議表決投票出今年卡拉ok比賽會合併烤肉活動時，其實我心裡有點複雜，一方面知道園生都很喜歡而且會超級開心，一方面覺得籌備又更複雜了，因為之前沒有合併舉辦過。

特別的是，這次卉卉找了我一起比賽，但我其實沒有很會唱歌，但卉卉很有天分音準也很好，也常常主動找我想要練習，礙於工作關係，我不希望她失望，花了一些下班時間帶著吉他陪著她練習，也看著她原本許多咬字都含糊不清，慢慢越來越多字可以清楚唱出，真心覺得付出的時間是值得的。

活動當天，許多家長陪著園生一起唱歌或是為他們加油鼓勵，甚至有一些家長是第一次參與，心中十分感動！我覺得獎金和獎狀都是附加的，只要園生願意上台都很值得鼓勵，所以每個人不論有沒有得獎都能得到自己的獎狀，來紀念他們這一次的努力！

特別感謝此次捐款或贊助的家長：

黃瑞桃、李希英、簡永華、阮金莉、蔡秀妙、張金榮、黃鈺雯、徐永麟、曾美華、蕭良樹、李文忠、彭瑞燭、黃慧津、彭玉妹、劉阿國...等。

也特別感謝所有一起來參與或是陪伴園生的家長，您的陪伴對他們來說是一股很大的力量跟溫暖。

最後也要感謝願意一起參與協助烤肉的國泰人壽及伊勒伯特利教會志工團們，讓這次的烤肉活動圓滿成功。



## 灣聲樂團臺灣行腳 第12季音樂會

■文/社工組 胡力心

9/23學園受邀參加「灣聲樂團臺灣行腳第12季音樂會」，這是學員們第一次走進音樂廳，親身體驗音樂的魅力。灣聲樂團以台灣音樂為核心，融入充滿異國風情的編曲，充分展現桃園多元族群的文化特色；樂團也特別演出閩南、客家、原住民及漢族的經典歌謠，創造一場跨文化的音樂對話。

舞台上的樂團拉動琴弦，交織出優美樂章，感動了坐在台下的學員們，平常專注力不足的學員，竟然能從頭到尾乖乖坐在位置上欣賞，看見學員隨著旋律微笑或閉上眼睛沉浸於音樂中、雙手隨著指揮家的手勢翩翩起舞，讓我深刻體會到音樂的治癒力，每一段旋律都彷彿在與他們的心靈對話。

這場公益音樂會不僅僅是一次音樂享受，更是一場心靈的洗禮，音樂的力量是無窮的，它能打開心靈的窗戶，讓每個人都能在這個世界中找到屬於自己的音符，期待未來能有更多這樣的機會，讓身心障礙者感受到音樂的魅力和生命的希望。



## 不運動，小心肌少症找上你！



你有肌少症嗎？拿出雙手測量看看吧！

■文/護理組 李家莉

用雙手拇指和食指圍成一個圈，放在小腿最粗的地方，正常來說指頭是無法完全圍住小腿肚的，反之，指頭能夠完全圍住小腿肚甚至還有空隙，小心！肌少症可能已經找上你了！

說到肌少症，大多數都會認為這是老年人才會有的疾病，但事實上，25歲以後身體細胞已經開始逐漸衰老，現代人普遍都有營養攝取不均衡、缺乏運動等問題，肌少症早已不是「老年病」了。成人30歲以後每10年流失約5%肌肉量，60歲後流失更快，包括腰部、背部、臀部、大腿等處肌肉，肌肉流失就容易囤積脂肪，演變成三高、代謝症候群。

肌少症帶來的影響不僅僅是骨骼肌肉方面的問題，例如走路緩慢容易跌倒、骨質疏鬆、關節受損、咀嚼吞嚥困難等，另外也會提高心臟血管疾病及中風的風險、因肺活量下降增加肺炎的機會、憂鬱、失智、肌少性肥胖等。因此，適當的有氧運動如快走、慢跑、游泳、打球、腳踏車等、再搭配阻力運動也就是所謂的重量訓練，如寶特瓶充當啞鈴、彈力帶等等的負重訓練，每週至少運動5次，再加上營養的補充是預防肌少症相當重要且有效的方法！

營養的補充主要在均衡飲食為前提下，攝取足夠熱量及優質蛋白質並多補充富含維生素D。依體重每天每公斤應攝取1.2-1.5公克的蛋白質，以45公斤為例，三餐各約攝取20-25公克的蛋白質，且應以優質蛋白質為主，如豆漿、牛奶、起司、蛋類、雞肉、魚肉、牛肉等等。維生素D可透過上午10點到下午3點之間日照最強之時曬太陽10-15分鐘或使用保健營養品補充，食物則可選擇黑木耳、鮭魚、秋刀魚、牛奶、蛋黃等。

路得即將邁入30週年，也代表著我們的孩子隨年齡增長生理功能逐漸退化，也即將面臨到肌少症的問題，如何更加完善他們的運動規畫、鼓勵他們喜歡運動甚至愛上運動、營養方面資金的補足則是目前學園面臨的挑戰。

# 路得烘焙坊的中秋饗宴

■文/教保組 金寶玉



一年一度的中秋佳節又要開始囉！不意外學員們要開始做前置作業，了解這次要推廣的產品有哪些？要做多少量呢？不僅在產品的了解，還有烘焙器具的清潔整理、摺紙盒、包裝袋貼貼紙、圍裙帽子清洗，個人衛生從頭到腳要會梳洗整理頭髮、剪指甲不可太長、衣服每天要更換，這些都是做烘焙很被注重的項目。

工作時每位學員在教保老師的引導下會協助學員完成自己的工作，當大家精疲力盡時，老師會用鼓勵的話語帶領大家繼續打起精神，讓學員知道中秋檔期工作既可以賺取零用錢，老師也會帶著全班一起外出慶功吃美食，一聽到好吃的馬上就會有動力了，鼓勵自己要認真工作，完成目標囉！這次中秋檔期剛好在暑假，小寶平日因為要上課，所以烘焙工作常常跟不上進度，但今年中秋檔期工作期間小寶不但學會了摺紙盒內襯、放入乾燥劑在瓶裝裡、還能跟哥哥姐姐們一起包裝禮盒，不斷地稱讚及鼓勵讓小寶更加有自信完成手上的工作，其他學員也是進一步的在努力學習烘焙的項目，從前置備料、認識材料、學習打麵糰、篩粉、揉麵皮、打蛋、麵皮裝袋，每一個動作都要很謹慎、專注在每一個關卡。

這次的廣式月餅學園新進了一台製作廣式月餅的機器，自動包餡→裹粉→印餅成形，每一關都有烘焙老師及相關人員帶著學員們完成，一開始試機器也遇到很多很多關卡，排時間做出產量真的很辛苦，老師們也體驗到不同的經驗及學習新機器的運用，好不容易進入到一半的階段，後續要把每張訂單在餐廳跑動線裝盒、最後打包出貨，整個流程環環相扣，也讓學員們學習每一個關卡，在細心的指導下把每一件事情重複做到好。



## 洗衣班的日常工作

■文/教保組 管心怡

洗衣班的日常工作，是學生們成長與學習的重要一環，每日的作業，不僅是實際的生活技能訓練，更是對他們耐心、責任感和團隊合作能力的磨練與提升。洗衣班的工作流程看似單調，但每個環節都有著深刻的教育意義，從清洗、晾曬、烘乾到最後的摺疊，都能讓學生在實際操作中學會生活管理，並培養自立能力。

每天早晨，學生們首先從洗衣機中取出洗好的衣物，這個過程中，必須仔細區分不同寢室的衣物，確保小家不會混合晾曬，還有床被單要另外晾曬。這些細緻的工作看似簡單，但對於學生來說，是注意力和專注力的訓練。在老師的指導協助下，學生們會慢慢學會如何合理安排晾曬空間，並確保每件衣物都能充分晾乾。

在晾曬衣物的過程中，學生們需要與同學們互相協作，這為他們提供了寶貴的社交機會。學生們在這種互動中學習如何與他人溝通、分工合作，從而提升他們的社會技能。同時，這種集體勞動也幫助他們增強責任感，因為每一位學生都有自己負責的部分，大家都為共同的成果一起努力。

衣物收下或是烘乾後，學生們接著進行摺疊的工作。這個過程需要手眼協調，並要求學生們有條理地將床被單或毛巾整齊摺疊。摺毛巾、床被單看似平凡，卻是在培養學生們的耐心和細心。每當看見自己親手摺好的衣物，學生們會產生一種自豪感，這對他們的自信心有極大的提升作用。

這樣的日常工作，雖然是重複的，但對學生來說意義非凡。透過不斷地練習，他們不僅學會了如何有效地完成家務，還在這些過程中學習到自律和時間管理。洗衣班的每日工作，實際上是在一步步幫助學生邁向自立，讓他們能夠更好地適應未來的生活。這些看似簡單的技能，對他們的成長卻有著深遠的影響，為他們的生活和工作奠定了堅實的基礎。



## 一個安靜且勇敢的冒險

■文/就服員 楊明峰

寧寧是一個剛從高職畢業的孩子，一個過分安靜的孩子。從第一次看到她就感受到寧寧的成長背景是充滿家長的愛，才會如此特別。時常礙於障礙特質，寧寧很少表達自己的意見，會需要依靠肢體動作及對寧寧的認識，才會了解一個安靜的孩子用自己的力量向外界表達自己的需求及感受，是多麼的生動且富含情感在內的。

初次看到寧寧時，一個安靜靦腆的小女孩，從學校畢業後，來到陪你走一段路生活坊工作。透過庇護工場的職場，初步建立職場認知、培養工作技能、學習與人互動交流。

在與寧寧相處的日子裏，除了陪她學習工作技能，也從日常的小互動慢慢觀察寧寧的一舉一動，偶爾喜歡摸摸鼻子，好像在逃避些什麼，偶爾會喜歡在我面前擺弄圍裙的扣子，偷偷暗示我說想要上廁所，偶爾的努力表現，彷彿在跟我說等等要大大的稱讚我。我們之間的相處愈來愈熟悉，一個眼神一個動作就知道彼此需要什麼，簡單的小動作，就可以讓寧寧的工作狀況變得更好。



由於寧寧是個不善表達的孩子，除了透過各種肢體動作來傳遞需求外，偶爾也會簡單的表達自己的意思，雖然一開始的詞語不多，與外人交談彷彿用了全身的力量讓外界能聽到自己的聲音，但在庇護工場的訓練下，一些簡單的口語能力已能回答，在意想不到的時候，也會有小小的馬後炮讓大家知道，其實寧寧自己也是可以流暢的表達自己的聲音。

與寧寧相處的日子這麼久以來，儀態、表達能力、工作技能各方面都有成長，寧寧自己也證明了從零到一雖然很困難，但在陪你走一段路的日子絕對不是白費，也希望寧寧之後也能持續的努力，逐漸成長為能夠遮蔭其他人的大樹，不讓家人擔心。



## 攜手募餐食 陪伴路得走三十 音樂募款餐會

路得學園服務76位心智障礙者  
一年四季、一天三餐、一年需要100萬的餐費  
感謝過去一路走來給予路得學園支持的各位  
支持著路得學園，陪著慢飛天使們長大  
但是餐食仍然是每年路得學園資金上的一大缺口  
希望透過餐會的方式讓大家看到路得慢飛天使們的需要  
與募集慢飛天使們明年度的餐食費  
邀請大家一同參與，陪伴路得學園的慢飛天使們一同成長！

- 協辦單位：捐款5,000元(含)-10,000元
- 贊助單位：捐款10,000元(含)-100,000元  
(以上皆會於活動當日背板露出)
- 洽詢電話：03-4980096#115



← 捐款網站



← 餐券認購

- 捐款2,500元 ◆ 贈愛心餐券乙張
- 當天參加餐會入席者將贈送限定手作精美禮品

- ★ 活動日期：2024/12/07(六)
- ★ 活動時間：11:00-15:00
- ★ 活動地點：來福星花園大飯店-金鑽廳  
(八德區東勇街276號)



## 路得啟智學園年節公益禮盒預購單

訂購資訊：  
到(取)貨日期：\_\_\_\_\_月\_\_\_\_\_日(上午/下午；自取/宅配)  
訂購單位(收據抬頭)：\_\_\_\_\_  
聯絡人：\_\_\_\_\_ 連絡電話(手機)：\_\_\_\_\_  
寄送地址：\_\_\_\_\_

品項	內容物	價格	數量	金額
品茗聚福禮盒	綜合堅果 300g/罐 紅玉紅茶 100g/罐	900元 十盒以上750元/盒		
經典養生6堅果禮盒	綜合堅果 300g/2罐入	750元 十盒以上650元/盒		
春意果香禮盒	綜合堅果 300g/罐 蔬果脆片 150g/罐	650元 十盒以上600元/盒		
堅果海苔禮盒	綜合堅果 300g/罐 海苔杏仁片 100g/罐	650元 十盒以上600元/盒		
米相逢禮盒	雙色好米 600g/包 健康十穀米600g/包	350元 十盒以上300元/盒		
田野香瓜子禮盒	原味瓜子 250g/包 焦糖瓜子 250g/包	350元 十盒以上300元/盒		
<b>總金額</b>				
備註	1. 訂購禮盒一盒以上即免運費，每盒禮盒皆附提袋乙只 2. 如有訂購問題請洽電話 03-4980096#112、115			

**付款方式(宅配無到貨付款服務，付款後請來電確認，謝謝)**  
電話：03-498-0096#115 · 傳真：03-498-3683

◆ 郵局劃撥帳號：18796415      ◆ ATM轉帳-帳號：2038-2005-5555-83  
戶名：財團法人桃園市私立路得啟智學園      銀行：元大銀行(代號806)中壢分行  
戶名：財團法人桃園市私立路得啟智學園

## 路得啟智學園 信用卡捐款單

單筆捐贈路得啟智學園 \_\_\_\_\_ 元     餐費捐助 \_\_\_\_\_ 元

每月定期捐款     300元     500元     1000元     其他 \_\_\_\_\_ 元

每月固定捐款至 \_\_\_\_\_ 年 \_\_\_\_\_ 月 \_\_\_\_\_ 日止  
(若無填寫，則可持續捐款至您來電取消)

捐款人姓名(收據抬頭)：\_\_\_\_\_ (請寫正楷)

地址：

電子信箱：\_\_\_\_\_

電話：(H) \_\_\_\_\_ (C) \_\_\_\_\_ 行動電話 \_\_\_\_\_

信用卡卡別： VISA     MASTER     JCB     美國通運卡     聯合信用卡

發卡銀行：\_\_\_\_\_

卡號：\_\_\_\_\_

持卡人簽名：\_\_\_\_\_ (請與信用卡簽名相同)

同意捐款紀錄上傳國稅局，請填身分證字號：\_\_\_\_\_

信用卡有效期限：\_\_\_\_\_ 月 \_\_\_\_\_ 年 (請對照信用卡填寫)

授權日：\_\_\_\_\_ 授權號碼：\_\_\_\_\_ (此列由本中心填寫)

收據寄送方式： 按月寄送     年度彙整寄送     不寄 (收據可抵繳所得稅)

是否同意公開徵信： 同意     匿名徵信 (未勾選者則視同不同意公開徵信)

註：請直接將以上資料傳真至(03)4983683，如有疑問請洽(03)4980096#101會計 謝謝您

### 線上捐款資訊

愛心捐款捐物徵信，每月  
將定期公告於路得官網，  
歡迎大家上網查詢

