



# 身心障礙兒少家庭培力計畫

## 「做自己的主人」

### 親子夏令營隊 & 兒少友伴團體

我是小孩

我想要表達我的意見！

我想要勇敢探索獨木舟運動！

我想要和新朋友一起參與公共事務！

我想要去政府會議說出我的想法！

我是家長

我想要瞭解孩子的權利！

我想要陪孩子一起探索獨木舟運動！

我想要陪孩子一起參與公共事務！

我想瞭解兒少代表制度！

~ 如果這是你/妳，這就是今年最適合的親子營隊及友伴團體了 ~

**報名時間：即日起至5月31日(額滿提前截止)**

【主辦單位】中華民國身心障礙聯盟

【對象】國小組：9-12歲身心障礙兒童及1名家長，最多10組

國中組：12-15歲身心障礙少年及1名家長，最多10組

【時間】

|      | 國小組                | 國中組                 |
|------|--------------------|---------------------|
| 夏令營  | 113年7月13~14日(六、日)  | 113年8月3~4日(六、日)     |
| 友伴團體 | 113年8月17日(六)9時~12時 | 113年8月17日(六)14時~17時 |
|      | 113年8月31日(六)9時~12時 | 113年8月31日(六)14時~17時 |
|      | 113年9月21日(六)9時~12時 | 113年9月21日(六)14時~17時 |

【地點】親子夏令營隊：北投會館(臺北市北投區大業路527巷88號)

友伴團體：待夏令營隊後公布

【費用】保證金：1,000元(兒少+1名家長)，全程參與(含友伴團體)者**退還保證金！！**

住宿：學員及1名家長提供1間房(夏令營)

交通：補助居住雙北以外縣市報名兒少及1名家長交通費(臺北/新北不補助)

說明 1：搭乘大眾運輸請提供票根(採實報實銷)；自行開車者補助同路段客運半票票價  
(須提供當日加油單據登打本聯盟統編，未提供者無法補助)

2：第2名(含以上)陪同家長須自費住宿、交通及獨木舟等活動費用

## 【預定課程表】（主辦單位得依實際狀況予以調整）

### 1. 親子夏令營

| 兒少培力課程                |             |                        |   |  |  |
|-----------------------|-------------|------------------------|---|--|--|
| 時間                    | 主題          | 目標                     | 說明  |  |  |
| 第一天                   | 8:00-8:20   | 報到                     | 家長與學員自行抵達北投會館並報到  |  |  |
|                       | 8:20-8:30   | 開場                     | 主辦單位致詞及行政宣布   |  |  |
|                       | 8:30-10:20  | 相見歡&<br>暖身             | 1. 認識彼此、關係建立  | 遊戲互動熟悉彼此，進行表達訓練                            |  |
|                       | 10:20-12:00 |                        | 2. 自我表達訓練   |  |  |
|                       | 12:00-13:30 | 午餐&午休（含行政宣布事項）         |   |  |  |
|                       | 13:30-15:10 | 我有表達意見的權利              | 1. 認識 CRC/CRPD 表意權<br>2. 認識兒少代表制度及表達意見的管道                   | 依梯次，講師使用不同素材、帶領方式讓學員認識表意權及兒少代表，並將權利與個人生活連結 |  |
|                       | 15:30-17:10 | 我的生活與權利                | 1. 協助兒少將自身相關的生活議題與個人權利連結<br>2. 協助兒少形成具體意見<br>3. 騷擾行為防制與申訴管道 |  |  |
|                       | 17:10-17:30 | 行政宣布                   |   |  |  |
|                       | 17:30       | 晚餐&自由活動                | 北投會館設有健身房、桌球場、撞球場，由家長陪同體驗                                   |  |  |
| 晚上好好休息，迎接明日精采又刺激的活動喔！ |             |                        |   |  |  |
| 第二天                   | 7:30-8:30   | 早餐                     |   |  |  |
|                       | 8:30-8:40   | 簽到                     |   |  |  |
|                       | 8:40-11:30  | 課程回顧<br>成果發表           | 1. 共同討論如何為自己發聲<br>2. 課程回顧及分享心得及成果                           | 依梯次，講師設計不同方式帶領學員討論為自己關心的議題發聲               |  |
|                       | 11:30-12:20 | 午餐&整理行李&集合             |   |  |  |
|                       | 12:20-12:50 | 車程                     | 出發至獨木舟活動場地（巴士接送至獨木舟活動場地或家長自行開車前往）                           |  |  |
|                       | 13:00-15:00 | 獨木舟體驗                  | 1. 獨木舟體驗<br>2. 自信心訓練  | 與蘇帆海洋文化藝術基金會合作，該團隊曾帶領障礙者獨木舟體驗              |  |
| 15:00-16:00           | 頒發<br>結訓證書  | 1. 頒發結訓證書<br>2. 成員分享心得 |   |  |  |

## 家長成長團體課程(家長也要上課喔！)

| 時間          |             | 主題                        | 目標   | 說明  |  |
|-------------|-------------|---------------------------|--|---|--|
| 第一天         | 8:00-8:20   | 報到                        | 家長與學員自行抵達北投會館並報到   |   |  |
|             | 8:20-8:30   | 開場                        | 主辦單位致詞及行政宣布  |   |  |
|             | 8:30-10:20  | 相見歡&<br>暖身                | 1. 建立關係、認識彼此   | 藉由互動熟悉彼此，檢視自身目前對表意權的瞭解  |  |
|             | 10:20-12:00 |                           | 2. 檢視自身對兒少表意權的概念   |   |  |
|             | 12:00-13:30 | 午餐&午休 ( 含行政宣布事項 )         |  |   |  |
|             | 13:30-15:10 | 認識孩子的權利                   | 1. 認識CRC/CRPD表意權及傾聽兒少聲音<br>2. 介紹兒少代表制度<br>3. 騷擾行為防制與申訴管道 | 講師透過講授、活動帶領及團體討論、座談分享方式讓家長認識表意權、兒少代表制度，及藉由經驗分享讓家長瞭解如何陪伴兒少參與公共事務 |  |
|             | 15:30-17:10 | 陪伴孩子參與公共事務                | 1. 瞭解如何陪伴孩子參與公共事務<br>2. 討論與分享                            |   |  |
| 17:10-17:30 | 行政宣布        |                           |  |   |  |
| 17:30       | 晚餐&自由活動     | 北投會館設有健身房、桌球場、撞球場，由家長陪同體驗 |  |   |  |
| 第二天         | 7:30-8:30   | 早餐                        |  |   |  |
|             | 8:30-8:40   | 簽到                        |  |   |  |
|             | 8:40-11:30  | 活動調查                      | 簽到後，須集合行政宣布相關後續活動資訊及填寫調查後自由活動                            |   |  |
|             | 11:30-12:20 | 午餐&整理行李&集合                |  |   |  |
|             | 12:20-12:50 | 車程                        | 出發至獨木舟活動場地 ( 巴士接送至獨木舟活動場地或家長自行開車前往 )                     |   |  |
|             | 13:00-15:00 | 獨木舟體驗                     | 隨同兒少參加活動   | 與蘇帆海洋文化藝術基金會合作，該團隊曾帶領障礙者獨木舟體驗                                   |  |
| 15:00-16:00 | 頒發結訓證書      | 1. 頒發結訓證書<br>2. 成員分享心得    |  |   |  |

## 2. 兒少友伴團體

| 團體次數                | 主題        | 目標  | 內容及說明   |
|---------------------|-----------|---|---|
| 第1次<br>113年8月17日(六) | 團隊凝聚      | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 覺察及認識自我及障礙特質；並建立團隊默契。</li> <li>2. 複習 CRC 及 CRPD 相關權利概念，並與生活結合。</li> </ol>     | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 透過繪本、繪畫、討論及分享等多元方式覺察及認識自我及障礙特質。</li> <li>2. 藉由團體活動建立默契，並且複習公約內容。</li> </ol>   |
| 第2次<br>113年8月31日(六) | 生活及議題探索   | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 協助成員將自身經驗、生活事件與權利、公共議題連結。</li> <li>2. 引導成員討論如何對自己關心的事情表達意見。</li> </ol>        | <p>藉由團體活動及討論，從生活事件連結至權利、公共議題面向：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>(1) 校園生活及學生權利</li> <li>(2) 休閒娛樂文化</li> <li>(3) 表達意見及社會參與</li> <li>(4) 心理健康及輔導</li> <li>(5) 其他</li> </ol> |
| 第3次<br>113年9月21日(六) | 經驗分享及未來參與 | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 邀請小真人學長姐親身分享參與公共事務的過程。</li> <li>2. 與成員們討論未來參與公共事務及表達意見方式(團隊延續及參與)。</li> </ol> | <p>邀請兒少分享參與聯盟課程及公共事務過程，引導成員討論未來參與方式。</p>  |

## 【報名須知及方式】請想要報名的家長要詳細看過報名須知及寄回相關報名表單

1. 本活動是培力身心障礙兒少家庭系列課程，目的在協助兒少及家長瞭解表意權，及政府正在推動的兒少參與及兒少代表制度，培力兒少未來能持續參與公共事務或本聯盟障礙平權宣導，讓身心障礙兒少的聲音可以透過各種不同的管道被聽見；而我們也發現家長是兒少重要支持系統，進一步瞭解兒少相關權益，有助於陪伴及鼓勵兒少參與及表達意見，因此今年度開設系列課程，**報名本次活動的兒少家長也需要參加家長成長團體課程：**
  - (1) 兒少課程及友伴團體：夏令營辦理兒少課程，並於營隊後，於8月至9月期間擇3個週六半天辦理，日期及內容請詳閱預定課程表。
  - (2) 家長成長團體課程：於暑期營隊辦理，內容詳閱預定課程表。
2. 為鼓勵身心障礙兒少家庭參與，補助學員及1名家長活動、住宿及交通費用，惟住宿、場地及水域活動須事先預定，酌收學員及1名家長保證金共1,000元，全程參與親子營隊及兒少友伴團體，即全額退還保證金。第2名(含以上)陪同家長須自費活動費用(獨木舟活動費2,000元/人、餐費500元/人)，住宿費請自行付費予北投會館(如北投會館無空房，請自行再另找住宿場地)。
3. 本活動風險及其他說明：
  - (1) 獨木舟水上活動時間約為2小時，每名學員須有1名家長共同參與，2人1組共乘及自行划船。水上活動有一定的風險性，本活動將辦理相關保險，請家長簽署「辦理保險授權電子簽名同意書」，併同報名表寄回障盟。
  - (2) 考量獨木舟特性，建議本次報名學員體能狀況為手部能進行旋轉或上半身能左右做轉體動作；亦請家長考量自身體力。障盟視實際狀況需要，得請學員提供照片或影片予教練評估，以利事前準備相關器材或輔具。如有特殊需求或狀況，報名前歡迎來電詢問。
  - (3) 獨木舟活動由專業教練指導及判斷天候狀況，須依循教練指示進行活動。
  - (4) 每名學員及陪同者須詳閱本活動「學員及陪同者參加水域活動自我身體狀況檢查表暨活動同意書」，併同報名表寄回障盟。
4. 本活動將製作影像紀錄(含拍照、錄影及課程個人培力成果)，公布於成果發表及障盟官網，報名後視同同意障盟使用影像紀錄從事數位化、重製、編輯、網路上公開傳輸進行非營利性等宣傳，提升社會意識及未來招募身心障礙兒少參與。請報名者於活動前寄回肖像授權同意書。

5. 障盟保留隨時修改、變更、暫停調整、解釋及取消活動之權利。

6. 報名方式及說明：

- (1) 請下載「報名表」、「學員及陪同者參加水域活動自我身體狀況檢查表暨活動同意書(兒少版、家長版)」、「學員及陪同者影像拍攝著作權及肖像使用授權書(兒少版、家長版)」及「辦理保險授權電子簽名同意書」，填寫完畢並簽署後，紙本郵寄至104台北市中山區南京西路9號6樓，身心障礙聯盟蕭珮姍研發專員收，請備註報名「做自己的主人」親子夏令營活動。
- (2) 本活動因名額有限，將視報名狀況，預定於112年6月11日前通知結果，錄取者請再依說明繳交保證金並加入 Line 群組；期限內未繳保證金者將開放名額給候補名單。
- (3) 若有任何疑問請洽蕭珮姍研發專員，02-25110836 分機 225，[peishan@npo.enable.org.tw](mailto:peishan@npo.enable.org.tw)。

## 「做自己的主人」親子夏令營隊&兒少友伴團體報名及相關表單

| 報名兒少                      |   |         |  |
|---------------------------|---|---------|--|
| 姓名                        |   | 報名梯次    | <input type="checkbox"/> 國小組 <input type="checkbox"/> 國中組                          |
| 出生年(民國)月日                 |   | 障礙類別    |  |
| 身分證字號                     |   | 障礙等級    |  |
| 聯絡電話                      |   | 聯絡Email |  |
| Line ID                   | (便於行前通知·有Line者請填寫)  |         |  |
| 居住縣市                      |   |         |  |
| 參與課程服務需求                  | <input type="checkbox"/> 輪椅席座位 <input type="checkbox"/> 聽打服務 <input type="checkbox"/> 手語翻譯服務 <input type="checkbox"/> 其他：                   |         |  |
| 飲食需求                      | <input type="checkbox"/> 葷 <input type="checkbox"/> 素 <input type="checkbox"/> 其他：  |         |  |
| 住宿需求                      | <input type="checkbox"/> 一般房(1兒少+1家長) <input type="checkbox"/> 無障礙房(1學員+1陪同家長)  |         |  |
| 交通方式                      | <input type="checkbox"/> 家長自行開車 <input type="checkbox"/> 大眾運輸   |         |  |
| 報名家長(如有第2名以上家長·請自行新增報名資訊) |   |         |  |
| 姓名                        |   | 與兒少關係   |  |
| 聯絡電話                      |   | 聯絡Email |  |
| 身分證字號                     |   | 障礙身分    | <input type="checkbox"/> 無 <input type="checkbox"/> 有：                             |
| 出生年(民國)月日                 |   | 飲食需求    | <input type="checkbox"/> 葷 <input type="checkbox"/> 素 <input type="checkbox"/> 其他： |
| 緊急聯絡人姓名                   |   | 緊急聯絡人電話 |  |
| Line ID                   | (便於行前通知·請務必填寫)  |         |  |
| 備註說明                      | 家長須參加第一天的家長成長團體課程及獨木舟共划   |         |  |
| 報名兒少及家長參與狀況               |   |         |  |
| 推薦人/資訊來源                  | <input type="checkbox"/> 親友曾參與本聯盟活動·推薦人姓名：_____<br><input type="checkbox"/> 兒少本人曾參與本聯盟小真人培訓<br><input type="checkbox"/> 網路資訊搜尋或經轉知·來源：_____ |         |  |
| 請依實際狀況回答                  | <input type="checkbox"/> 親子夏令營及兒少友伴團體都可以參加<br><input type="checkbox"/> 曾有參加類似活動經驗·請說明：_____   |         |  |
| 其他說明                      | 1. 身分證字號及生日個人基本資料係為辦理保險；居住縣市係為核算交通費。  |         |  |

2. 提供報名學員及1名陪同家長1間房，第2名(含以上)陪同家長須視北投會館是否有空房(障盟可代為詢問)，如無空房請自行處理住宿。
3. 住宿房客可免費停車及使用健身房、游泳池，營業時間依會館現場公告為主。
4. 因無障礙房僅有1間，須視報名狀況協調住房，如輪椅使用學員狀況可居住一般房，請同時勾選一般房，謝謝！
5. 一般房(2小床：105\*210CM)：門口寬約74公分。廁所門寬約72公分，廁所門檻約6公分。



報名資料繳交確認，請自行勾選

- 本報名表
- 參加水域活動自我身體狀況檢查表暨活動同意書(兒少版及家長版)
- 學員及陪同者影像拍攝著作權及肖像使用授權書(兒少版及家長版)
- 辦理保險授權電子簽名同意書