



# 光鹽簡訊

2010.04(月刊)  
雜誌

出版/中華光鹽志工協會 中華郵政台北雜字第 1254 號執照登記為雜誌交寄  
會址/台北市文山區景興路 23 巷 9 號 4 樓 發行人：蘇清富  
視障資訊辦事處/台北市中山北路一段二號 902 室 電話/(02)2371-1867 傳真/(02)2371-7496  
郵撥帳戶/社團法人中華光鹽志工協會 帳號/50069005



國內  
郵資已付

台北郵局許可證  
台北字第 4557 號

為節省資源如有下列情形請告知：收件人已遷移、停止刊物寄發、住址變更、重覆收到兩份以上。 URL：<http://www.blind.org.tw> <無法投遞免退回>



中華光鹽志工協會的宗旨  
在黑暗處點燈，與軟弱者同行，  
效法耶穌博愛精神，  
做世上光、地上鹽，  
無私奉獻，堅持不怠。  
與大家共同勉勵。  
但願光照四方，鹽永鹹！

## 志工倫理守則

法規字號：內政部 90&#63886;4 月 24 日台(90)  
內中社字第 9074750 號

- 一、我願誠心奉獻，持之以恆，不無疾而終。
- 二、我願付出所餘，助人不足，不貪求名利。
- 三、我願專心服務，實事求是，不享受特權。
- 四、我願客觀超然，堅守立場，不感情用事。
- 五、我願耐心建言，尊重意見，不越俎代庖。
- 六、我願學習成長，汲取新知，不故步自封。
- 七、我願忠心職守，認真負責，不敷衍應付。
- 八、我願配合志願服務運用單位，遵守規則，不喧賓奪主。
- 九、我願熱心待人，調和關係，不惹事生非。
- 十、我願肯定自我，實現理想，不好高騖遠。
- 十一、我願尊重他人，維護隱私，不輕諾失信。
- 十二、我願珍惜資源，拒謀私利，不牽涉政治、宗教、商業行為。

光鹽志工協會與您共勉

## 2010 走出健康，散播愛 尊重生命、疼惜地球

### 春季視障者公益健行活動簡章

主辦單位：台北華朋扶輪社、光鹽志工協會  
協辦單位：自然步道協會、大安社大、台灣明愛互助協會

地球孕育了各種生命，花草樹木、蟲魚鳥獸，當然還有我們人類。我們快樂的享受這大自然奧秘的時候，也應該尊重不同生命的樣貌與成長機會，真心疼惜地球。台北華朋扶輪社與光鹽志工協會再次攜手，邀請您一起和我們「走出健康散播愛 尊重生命、疼惜地球」。每一位參加健走的盲友我們都會幫您捐出一千元給自然步道協會，讓大家不僅有機會認識自然的奧秘，還能因為您的參與讓這個地球變得更健康、更美好！

活動內容：由專業導覽老師在健行途中為大家講解沿途各種植物的生長與特色，並安排有趣的團康活動。

預定行走路線：捷運淡水線忠義站 北藝大後門 929 劇場 運動場 荒山劇場 鷺鷥草原 捷運淡水線關渡站

活動日期：2010 年 5 月 9 日（星期日）早上 9 點至下午 4 點

集合時間：早上九點整

集合地點：捷運淡水線忠義站

參加對象：盲友五十人、陪同志工五十人及有意願隨行的各界朋友，年齡不拘

盲友：凡是對關懷自然有興趣者年齡不拘皆歡迎；

陪同志工：關懷自然，能協助盲友行走者，年齡在十二歲以上皆歡迎；

隨行者：關懷自然、有興趣與盲友同行者，年齡不拘，自備午餐，自由參加。

報名電話：02-23711867

備註：

- 一、本次活動需自備午餐，盲友與志工若不方便準備者可由本會代為訂購，每個五十元，於報到時繳交。
- 二、由於集合場地狹小，所以採取分組出發的方式，滿五位盲友及五位志工便行出發，請大家準時報到。
- 三、請穿著寬鬆、舒適之服裝以便健行，請勿噴灑香水或味道過重之化妝品，並請攜帶雨具。
- 四、請注意：本次活動解散點在捷運淡水線的關渡站。



### 找伙伴

我們正在尋求一位伙伴，和我們一起為盲友做服務，希望認識社會工作理念、關懷視障者生命成長問題、認同光鹽服務精神、具備電腦操作能力的的朋友前來瞭解我們的工作，成為光鹽專職人員，一起曝光灑鹽，與盲友共重建設更美好的未來！

有意者請洽：02-23711867

中華光鹽志工協會

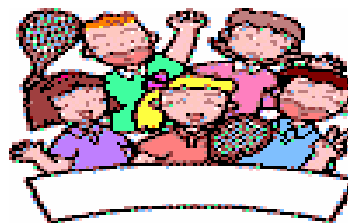


### 尊重生命、疼惜地球

三月七日我們前往北藝大做公益健行的路線探勘。大夥在忠義捷運站會合，由台北自然步道協會的多位資深講師帶領，我們做本次的路線探勘活動。尤其是楊清萬老師，沿途不厭其煩的將所看到的植物、動物一一為我們做詳盡且有趣的導覽。緩緩走來，一點也不覺得是在爬山。他的學問極為豐富，像如何分辨羊蹄甲、洋紫荊和豔紫荊三種看

起來很相似卻又不同的植物。還有小花咸豐草、大花咸豐草、樟樹、桂竹等等的區別，不僅從視覺去觀察，還能用觸覺、嗅覺及味覺來親近大自然。可見他事前下了不少功夫，盲友們在他的解說下也一定能有豐富的收穫。

另外第一任的理事長林淑英老師，在我們爭著採折身邊的樹葉和花果時說道：「一般在做生態解說時，最好是由解說者摘一個樣本，或撿拾落葉，讓大家輪流觀察。」她那溫煦的語調，卻如暮鼓晨鐘敲醒我混沌的靈魂。的確，我們往往會不自覺的忽略很多重要的細節，在心裡會先給自己一個暗示：「一棵樹有那麼多的葉子，摘一片來看看又何妨！」殊不知，每一片葉子都是這棵樹的肢體，所謂十指連心，隻隻痛。想想若別人為了好玩不顧你喜不喜歡而扯下你一兩根頭髮，我們會有什麼感覺，也會說「反正頭髮那麼多，少一兩根又不會死」嗎？關懷就該有侵犯的權力嗎？因此我們是該把今年的公益健行活動訂為「尊重生命、疼惜地球」提醒大家從關懷自然、互重互持做起，不僅要手心向下，更要無取無求。和天地萬物站在相同的高度，真心付出，給予，不是因為我們比誰強，而是因為他需要，和大家一起共同勉勵。



### 母親節，親近大地之母

母親節在五月的第二個星期日，這個我想沒有人不知道吧！但是今年的母親節，我們要去親近大地之母，恐怕就還有很多人不知道。

什麼？母親節要去健行？有沒有搞錯！

母親節不都是送送花、吃吃喝喝的嗎？

我去健行那媽媽怎麼辦？

老婆不罵死我才怪！

給自己一個不一樣的母親節。不管你是媽媽的孩子，或是孩子的媽，有一個更大的母親期待著我們去親近她。不用帶康乃馨。不用送蛋糕、卡片。更不用雞鴨魚肉。她只要我們乖乖的投入她的懷抱，撒撒嬌就會很高興。孩子領著你的媽媽，親愛的母親帶著您的小

孩，跟著我們的腳步，在專業導覽老師的帶領下，走入大地之母的懷抱，給媽媽一個不一樣的母親節吧！



月刊連線：

## 我的月刊我作主（四月號）

### 鴻鈞之盲人駕駛訓練

曾經有一個電視影集「霹靂遊俠」劇中有一部很神奇的車子，不僅會說話還會自動駕駛，李麥克一有危險，伙計就自動前來協助他解圍，令觀眾既驚訝又癡迷，相信您也看過這部影集吧？許多盲友無論是先天或後天視障，都期待有那麼一天也能擁有這樣一部霹靂車。

在這期的「我的月刊我作主」單元中，簡鴻鈞先生為大家分享了，他參加白化症關懷協會舉辦的「駕駛體驗課程」，雖然不能像霹靂遊俠那般想到哪裡，一句話，車子就能自動駕駛送到哪裡。然而在教練的細心教導下，盲友們終於能靠自己的手來駕馭這個移動的房子了。雖然只是在教練場繞圈，對於一個平常只能被別人帶著走的盲友來說，能夠有親手駕駛的經驗，在他們的生命中已經是莫大的喜悅了！

月刊發出沒多久就有多位盲友來電詢問是否還有這樣的課程，也許我們也可以來一次讓盲友體驗駕駛的訓練，讓更多的盲友有機會作自己行的主人。



### 鍾怡菁之特別的一天

光鹽在二月號的生活藝術月刊中推出「我的月刊我作主」的單元廣告，三月、四月都收到盲友鍾怡菁的來稿。三月的節目已經在上期的光鹽簡訊中和大家分享過了。四月怡菁和大家分享的是，她在一月二十日參加由五天門慈善協會在豐原舉辦的活動。這個活動邀請了不同障別的身心障礙朋友表演舞蹈、樂隊演奏等節目，怡菁由於去年參加歌唱比賽獲得首獎，受邀上台為大家獻唱。當時她就把整個活動的過程錄音下來，沒想到就派上用場了。她在節目中為我們一一介紹當天的活動，讓聽者有如親身參與，儼然就是一個娛樂記者的架勢。當初她應該沒有想到，光鹽會有這樣一個單元讓大家來分

享，由此可知她是一個多麼認真生活的女孩。

我們每天都會遇到許多的事件或消息。有的是發生在自己身上，而有的與自己無關。對於有準備的人來說，處處都是機會，然而機會或消息，如果沒有行動那也都是過眼雲煙而已。太重視可能的回收，將會讓我們失去很多意想不到的可能，所以認真生活，把重要事件記錄下來，也許在不久的將來這些經驗就會成為我們成功的基石。這也是我們鼓勵盲友自己來做節目的重要原因之一，大家都要認真生活樂於分享，讓世界更精彩。



閱讀分享：

### 我讀蘇軾的《墨君堂記》

「墨君」即墨竹也。文同愛畫竹，他在住地四周廣栽竹子，將居住之房屋命名為「墨君堂」。蘇軾為文同寫《墨君堂記》，既稱讚竹之品德節操，也讚揚了文同的為人。墨君、文同、蘇軾，三者交相映也。吾輩當效尤之。抄錄於後與君分享：

墨君堂記

凡人相與號呼者，貴之則曰公，賢之則曰君，自其下則爾、汝之。雖公卿之貴，天下貌畏而心不服，則進而君、公，退而爾、汝者多矣。獨王子？

謂竹君，天下從而君之，無異辭。今與可又能以墨象君之形容，作堂以居君，而屬余為文，以頌君德，則與可之於君，信厚矣。與可之為人也，端靜而文，明哲而忠，士之修潔博習，朝夕磨治洗濯，以求交於與可者，非一人也。而獨厚君如此。君又疏簡抗勁，無聲色臭味，可以娛悅人之耳目鼻口，則與可之厚君也，其必有以賢君矣。世之能寒燠人者，其氣焰亦未至若雪霜風雨之切於肌膚也，而士鮮不以為欣戚喪其所守。自植物而言之，四時之變亦大矣，而君獨不顧。

雖微與可，天下其孰不賢之？然與可獨能得君之深，而知君之所以賢。雍容談笑，揮灑奮迅而盡君之德。稚壯枯老之容，披折偃仰之勢。風雪凌厲以觀其操，崖石確以致其節。得志遂茂而不驕，不得志瘁瘠而不辱。群居不倚，獨立不懼。與可之於君，可謂得其情以盡其性矣。餘雖不足以知君，願從與可求君之昆弟子孫族屬朋友之象，而藏於吾

室，以為君之別館雲。



## 三月，我升級了！

大家看到這個標題，可不要誤會我在打電動。除了電玩遊戲可以升級之外，做點字資料也是可以升級的。經過一月沒天沒夜的點字教科書專案工作後，二月，我們在鞭炮與紅包的轟炸中度過了一個舒適的春節假期。三月，意料中會有學習單和補充教材的專案要執行。沒有想到，今年的專案來的竟是如此的猛烈！整整一個月，我們都在考卷中漫遊。

可能是新年的緣故，志工來的沒有做教科書專案時那麼踴躍，加上大家在放鬆時，身體有了力氣生病，整個工作團隊，變得七零八落，還好幾位台柱還在，我們才能按進度推展這些工作。

以往我們大多做的是國小、國中的點字資料，這學期接了高中視障生的課外資料，國文、公民雖然文字密密麻麻，倒還能應付。數學和理化，那可是一大挑戰。看看這個化學是：

還原：氧化數減少的反應

如  $2\text{Fe}^{2+} + \text{Cl}_2 \rightarrow 2\text{Fe}^{3+} + 2\text{Cl}^-$

氧化者： $\text{Fe}^{2+}$ 、還原者： $\text{Cl}_2$

氧化：得氧、失氫、失電子、氧化數增加、還原它物、還原劑

還原：失氧、得氫、得電子、氧化數減少、氧化它物、氧化劑

看起來已經令人頭大了，還要把他念出來，用點字來呈現，對於我這個念中文系的老先生而言，不僅僅是「挑戰」這兩個字可以自期的了。

前幾天突然從夢中驚醒，在夢中，好像把那個符號弄錯了，冒了一身的冷汗。又有一次，在夢中有一位視障生問我向上箭頭，點字要怎麼打，我問他讀幾年級，他說讀國二，我回他「我已經讀高二了」。才怪，我離高二不知已經有幾十年了。

學生時代的種種，經常會在夢中重現，尤其是高中那段日子。高一我讀板中，由於沒有點字教科書混了一學期，轉到台北啟明，上的是職業學校，什麼數學、生物、物理、化學全免。國中三年數理資優的我，就這樣無緣在進一步去研究這些傷腦筋的科學知識。午夜夢迴，重返板中，有做不完的實

驗，算不完的數學習題，心理既高興又恐慌。這次能有機會真的面對一大堆睽違已久的數、理、化。辛苦之餘，也有一種「升級了」的喜悅，這個專案結束後，那些擾人的惡夢可得停些了吧！



## 光鹽志工協會的足跡

- 03/01 國中 高中視障生補充資料專案開始
- 03/06 電影讀書會聚會活動
- 03/07 「2010 走出健康、散播愛」春季活動第一次探勘
- 03/23 「2010 走出健康、散播愛」春季活動第二次籌備會
- 03/29 帶領盲友 志工欣賞--暮光西城—台北愛樂青年管弦樂團
- 03/31 生命關懷讀書會活動：聽眼淚說話



閃耀星光慶生日  
輪到你上台



胡馨丹 5/5 協會會員

丹丹姊，又是一年過去了，馨月離開光鹽後就不曾看到您的身影，令人想念的緊，希望還有機會聽候您的教誨。祝福您生日快樂！



陳清南 05/6 八九年志工、第一屆理事長

陳大哥，這兩年來辛苦您了，在您的用心帶領下，光鹽終於能夠穩健成長，在視障服務界扮演著重要的角色。公益健行活動已經在盲友心裡生了根，相信在未來盲友會有更多參與社會的機會。感謝您及全體理監事和會員們的無私奉獻，祝福您生日快樂！



金麗珍 05/10 七七年志工


金姊，每逢繁花盛開的五月就不禁要想起您，有一段時間沒有見到您了，實在想念，很希望能有您的消息，藉此祝福您生日快樂！





葉玉琳 05/14 九七年志工


玉琳，感謝您認同光鹽的服務宗旨和我

們一起為盲友點燈，無論是有聲書後製或是點字立體圖的製作，您的專注與用心都讓我們感動，謝謝您帶朋友一起來做志工，七月點字教科書專案再次啟動時，希望還能看到小紅豆等多位朋友的光臨！祝福您生日快樂！

 **陳瑞芬** 05/19 八九年 志工第一屆理事  
Amy, 感謝您這十年來不僅在錄音的服務工作上克盡職守，為盲友提供最好的有聲資訊，同時也適時的介紹朋友來光鹽做志工，去年您更是勇敢的接下了理事的工作，為光鹽注入新活力，藉此祝福您生日快樂！

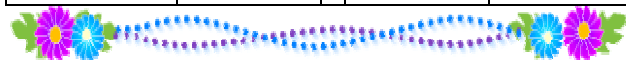
 **劉銘慧** 05/19 九三年志工  
介於金牛與雙子之間，意味著智慧與堅持，感謝您對盲友的關心，並在過去的五年多日子裡，給予光鹽最大的協助，讓我們的服務能順利推展。祝福您生日快樂！

 **王月娟** 05/25 九三年志工 第一屆監事  
月娟，長期閉關，相信您已經是金光閃閃了吧！很羨慕您有這樣的勇氣，放下一切潛心修道，很期待看到您重現江湖的一天，相信一定會為我們帶來驚喜的！祝福您生日快樂！

 **許雅雲** 05/29 八二年志工  
感謝雅雲在光鹽的日子裡給予盲友最實在的服務。無論是當專職人員或是錄音、點字志工，都扮演著重要的角色。三月我們做高中數學，許多符號都弄不清楚，曾經當過視障資源教室老師的她，義不容辭的就把這個擔子給接了下來。我們祝福她在做服務之餘，工作也能一帆風順，兩個孩子健康成長、學業有成、闔家喜樂！生日快樂！

收 支 明 細 表			
99.03.01-99.03.31			
科目	借方金額	科目	貸方金額
員工薪給	45,000	入會費	1,000
保險補助費	4,517	常年會費	8,000

郵電費	6,859	捐款收入	157,407
管理費	5,743	委託收益	7,836
手續費	1,486	補助收入	84,000
聯誼活動費	2,602		
視障資訊業務費	120,577		
會訊編印費	3,150		
文具費	65		
運費	1,248		
郵電費	360		
修繕費	950		
其他辦公費	183		
材料費	1,137		
本期餘絀	64,366		
合計	258,243	合計	258,243



### 2010年3月份捐款芳名錄

- 60：姚慈惠  
65：童湄芸  
95：北宇電腦有限公司  
100：王善蓓、吳佑軒、吳敏琪、鍾雅敏  
150：黃國源  
200：王玉蘭、王惠珠、古慧民、朱晉廷、何美足、吳天送、吳至貞、吳姿宜、吳意文、呂仲哲、巫桂竹、李明祐、李國忠、李慧美、周心瑜、周莉、林彥彰、林瓊花、林麗淑、花富彩、柯妙采、唐宏文、唐悅津、翁素秋、耿淑英、張玉燕、張翠瑤、陳世儒、陳秀蓉、陳淑媛、曾美鳳、黃妍庭、黃芳輝、黃芬芳、黃芬萍、黃雅郁、黃慧如、廖美玲、劉誌景、蔡世文、蔡金足、蔡碧麗、鄭玉娟、謝銀鳳、顏筠婕、蘇培智、蘇佩君、蘇培智  
300：吳美麗、林瑛宜、劉昌燕、賴佑忠  
350：葉碧娥  
372：徐百香  
400：朱明淑、何麗玉、李志毅/李鈺婷、李純玲、孫珣恆、黃順琦/黃昱儒、黃馨惠/黃晨瑜、鍾明珠、蘇一成  
450：陳月桂

500：王秀琴、王建勛、李樹中、陳秀惠、  
陳秀燕/蔡朝仁、陳敏芬、蘇毅宏  
600：王月娟、吳志明、李正和/張淑冠、  
林漢蒨、胡又元、胡又方、胡哲豪、  
胡曉玲、張慧琴、許惠玫、廖當啓、  
劉亞群、潘秀華/程恆生/黃坤冊

650：藍美玉

800：張霓裳

960：周欣樺

1,000：田季華、涂琬翎、何子銘、何美琴、  
吳艾黎、吳佳樺、李佳玟、崔幗眉、  
許嘉齡、黃昌義、楊伯興、楊婷婷、  
藍淑芬、羅崇晉、羅崇祐、顧雪子、  
何基睿/何昀灃

1,015：陳思諺

1,200：林阿冕、林慧瑛、陳淵洲

1,240：任津華

1,500：侯清煌

2,000：丁啓候、朱憶寧、吳慧貞、宋慧華、  
李孟潔、李思緣、林慧媛、徐美瓊、  
張悅薈、無名氏、蔡文怡、鍾培敏、  
譚岑岑

3,000：毛傳貞/吳木源、胡陳美嫻、許世欣、  
財團法人大學入學考試中心基金會

4,000：陳清南、楊正宗

5,000：李彥瀚

6,000：林阿女、胡周美霞

10,000：胡芳雄、胡清煌、陳素惠、陳鈺松

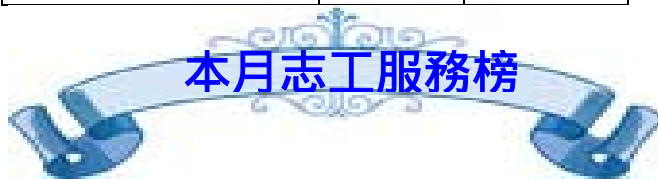
☆ 感謝下列朋友捐贈發票：唐傳義、潘桂梅、葉晨聲、無名氏、蔡玉潔、周芸、王建勛、林東蔚、何麗玉、林志龍、椿茂小吃店、廖燦誠、車速、謝寶鳳

☆ 感謝台北愛樂基金會惠贈音樂會票讓視障者得享心靈饗宴。



服務報告		
99年3月1日 - 99年3月31日		
類別	種數	服務人次
有聲資訊服務	27類	681

點字服務	人次	36
宣廣服務	人次	730
網路服務	人次	6,359
其他服務	人次	20
總計服務		7,826



### 有聲製作：

王郁文、王善蓓、王儷樺、李明幸、李靜波、周淑美、胡馨月、夏怡光、徐小玲、袁筱青、郝容平、涂如天、崔幗眉、張美惠、莊學琴、陳翠娟、傅喬垣、傅智華、黃士偉、楊素芳、董允芬、劉淑清、劉慧心、潘穎芬、謝永華、謝佩珊、顏士寶、顧雪子

### 活動組：

于愛華、王月娟、蘇美珠、  
周淑美、廖美玲、賴佳欣

### 點字處理：

于愛華、曲淑慧、呂玟霖、李欣樺、林子騏、林爾風、許育銘、郭佳翎、陳宗隆、游依筠、游秋薇、黃彥璋、葉玉琳、葉慧心、葉慧如、廖啓鈞、龍又民、蘇美珠、鐘媛茹、

共計 123 人次 526.6 小時

有您，真好！



### 本月出版新書目錄明細

書名	作(編)者	出版社	卷數	錄製者
布魯克林的納善先生	保羅·奧斯特	天下文化	13	傅喬垣
莫札特四部曲之四：豐饒女神	克里斯提昂·賈克	高寶	10	陳嬾如
一瞬之光	白石一文	麥田	17	陳嬾如
中醫養生受益一生	胡乃文	博大	7	洪麗玲
靈魂有多重？歷史上最搞怪的實驗	費雪	天下文化	10	李明幸
莫兒的門	泰德·凱拉索	遠流	17	劉淑清