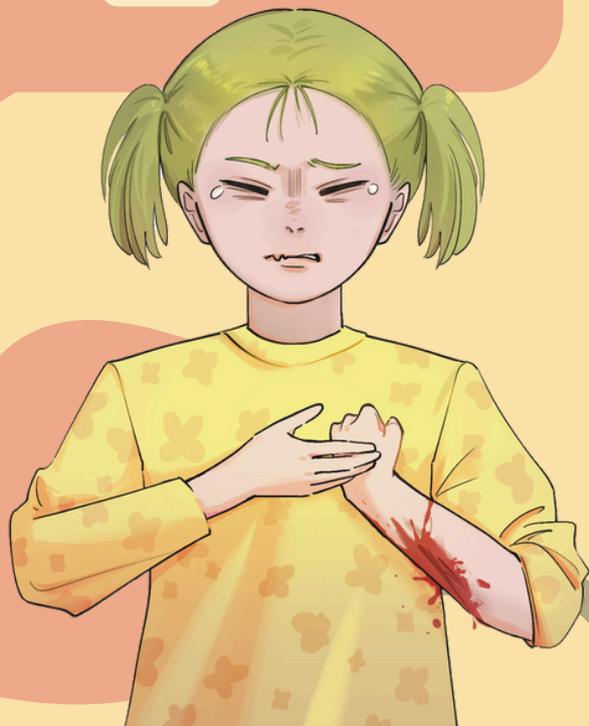




居家安全：求助技能



目錄

我會打電話叫救護車 1

我會打電話報警 8

我會打安心專線1925 14

我會打電話叫救護車篇-單元設計說明

本單元因應心智障礙者無論是一個人在家中，抑或是在家照顧家人時，皆有可能會遇到受傷狀況，因此需培養其面對並解決問題的能力，透過觀察自己或家人身體不適的症狀，確認當前狀況是否需要救護車緊急救援。

除了在突發狀況時會撥打電話請救護車前來之外，更強調在撥打電話時，需要和對方怎麼描述現在的情況，以及需要什麼協助，亦提醒應以深呼吸方式保持冷靜。

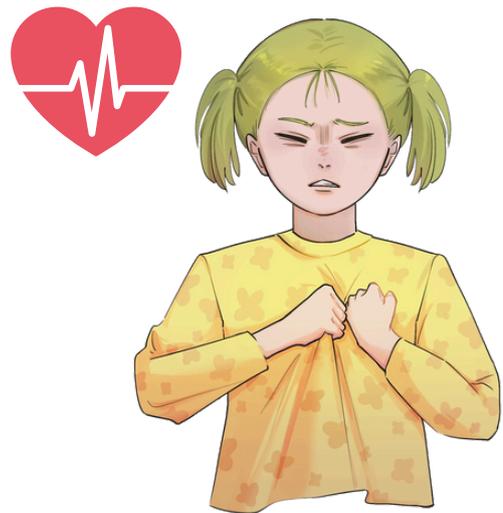


自己一個人在家時， 什麼時候需要打119請別人幫忙？

- 覺得自己很難呼吸的時候



- 覺得自己的心臟或
是胸口痛的時候



- 不會覺得熱，但是
一直冒汗的時候



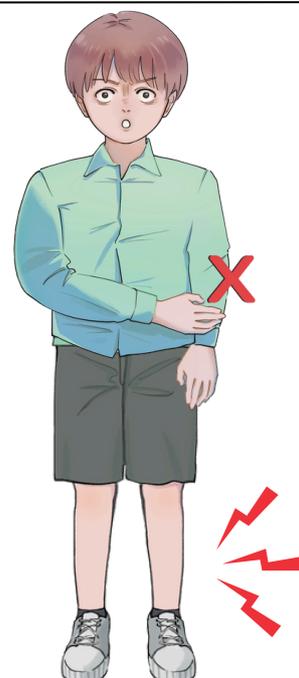
- 流很多血的時候



- 燙傷傷口很大的時候



- 突然其中一邊的手，
或是腳沒有力氣，
可能是中風、骨折。

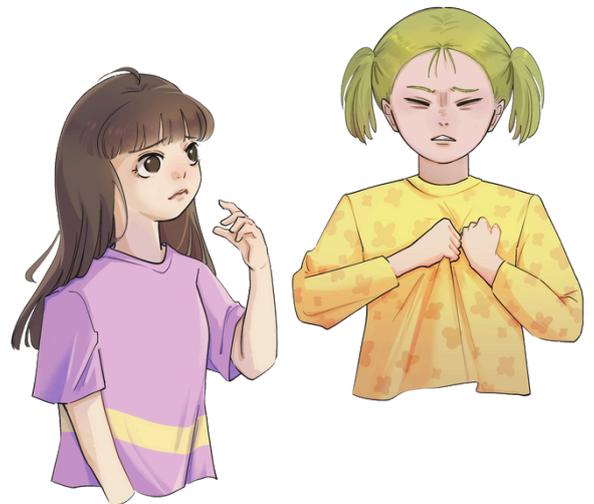


當和家人在家時， 什麼時候需要打119幫助家人？

- 發現家人呼吸困難的時候



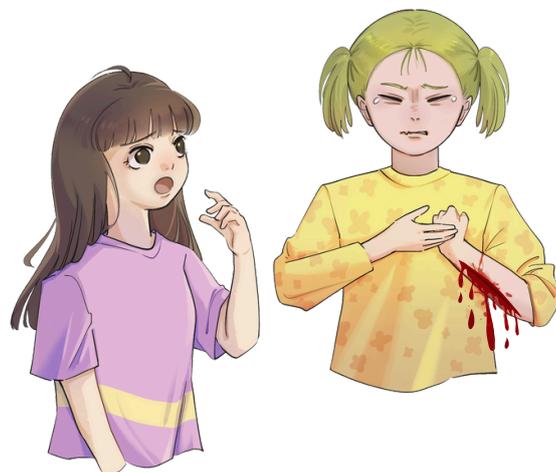
- 發現家人的心臟或是胸部痛的時候



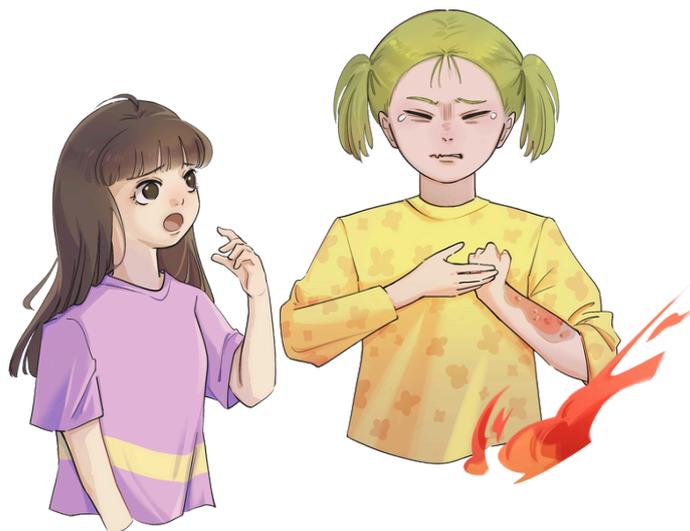
- 家人說不會覺得熱，但是他一直冒汗的時候



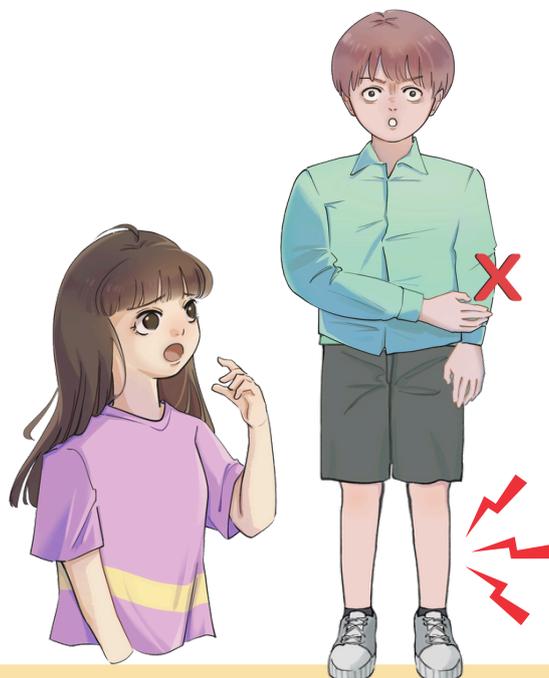
- 家人流很多血的時候



- 家人燙傷傷口很大的時候



- 家人突然其中一邊的手或是腳沒有力氣，可能是中風、骨折。



打119時，我需要和對方說什麼？



- 保持冷靜，深呼吸，
回答對方的問題



- 跟對方說：「我要叫
『救護車』。」



- 跟對方說自己家裡的地址



- 跟對方說現在發生什麼事了



- 跟對方說現在有幾個人受傷



- 跟對方說是誰受傷?
是男生還是女的?
- 他現在看起來怎麼樣?



「居家安全：求助技能」

我會打電話報警





我會打電話報警篇-單元設計說明

本單元主題為「我會打電話報警篇」。因欲使心智障礙者培養獨自在家中之獨立求助技能，故以騷擾、詐騙等例子，使其能在發生狀況當下尋求救援。現今騷擾案件層出不窮，因此本單元強調，若有陌生人想進屋內，已拒絕多次仍執意要進入時，則可向警方求助；第二個例子為電話詐騙事件，當心智障礙者在家中接收到詐騙電話騙取財產時，應向警方說明所遇到的狀況，查證其訊息真偽，並且使其安心。

也提醒其在撥打電話求助時，除了要冷靜說明外，亦須告知自己的狀況為何、讓自己感到不舒服的對象是誰，透過提供詳盡地資料，讓警局能提供適當的協助。



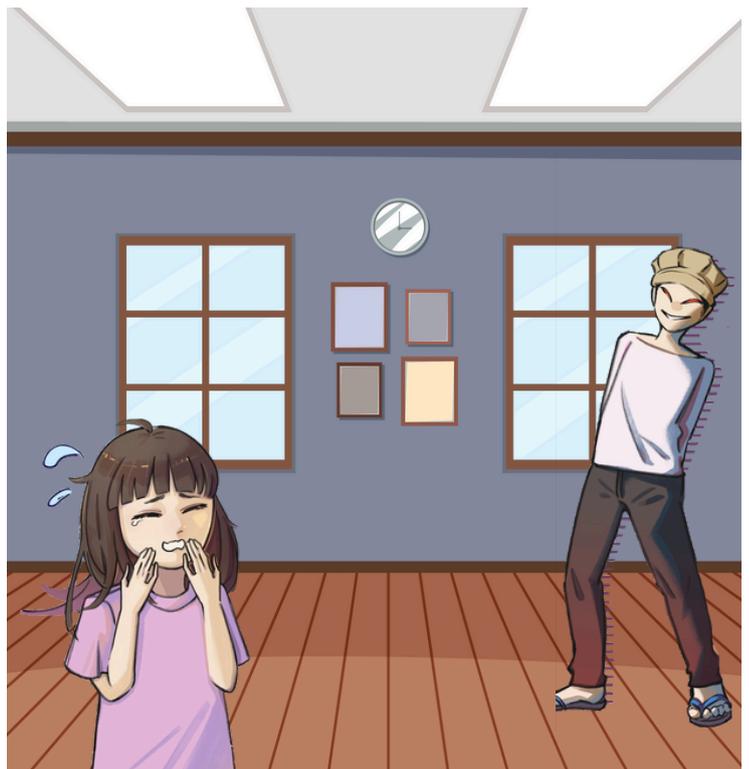
自己在家裡， 什麼時候需要打110報警？



- 陌生人在家門外晃來晃去。



- 陌生人進到家裡。



自己在家裡， 什麼時候需要打110報警？



- 看到有人在門口打架。



- 接到詐騙電話，
例如請你去按提款
機取錢給他。



你現在跟著指示
去提款機操作



- 接到詐騙電話，
不要回答對方，
馬上掛斷電話。



- 還可以打165
反詐騙專線。



打110時， 我需要和對方說什麼？



- 保持冷靜，深呼吸



- 說自己的名字



- 說出自己現在發生
什麼事情



打110時， 我需要和對方說什麼？

- 說出對方的特徵，
例如：男生、女生、
身形、身高



- 跟警察說家裡的地址



「居家安全：求助技能」

我會打安心專線1925





我會打安心專線1925篇-單元設計說明

本單元主題為「我會打安心專線1925篇」。當心智障礙者們獨自在家中時，有可能會面臨到自己的心情低落，想找個陪伴者傾聽其心事，但卻沒有管道能夠使其訴說與釋放，故設計此一主題，使其能在心情不舒服時能撥打此一專線，讓衛生福利部專員能藉由話筒傳遞關心與溫暖，使心智障礙者能減緩其焦慮不安的情緒。

此專線為免費使用，在此單元中亦特別強調，使用時機為自己心情感到不愉悅，想找個人說話，緩解負面情緒時，而非在任何時刻皆可撥打使用服務。



1925是什麼電話？

- 心情不好的人，
可以和電話裡面的人
聊天，讓心情好一點



- 是一個不用付錢的電話



什麼時候可以打1925?

- 心裡不舒服或很難過的時候



- 想找人聽你說心裡不舒服或很難過的原因時。



- 書 名：居家安全-求助技能
- 發行機關：國立屏東大學
- 發行人：陳永森
- 地 址：900屏東縣屏東市民生路4-18號
- 電 話：08-7663800
- 主 編：黃玉枝、陳麗圓
- 顧問諮詢：林惠芳、陳明顯
- 審稿委員：陳冠旻、橋田知明、李沛諭
- 編 輯 群：林宛蓁、林良靜
- 插畫編輯：陳雯楨
- 協力單位：高雄智青之友協會
- 指導單位：教育部



教育部補助大學社會責任計畫

Making a Difference
讓生命不同凡響

身心障礙成人賦能(empowerment)支持

