

愛盲基金會的護眼活動屬公益性質，透過【衛教講座】、【視功能篩檢】、【校園宣導】、【企業宣導】、【活動擺攤宣導】、【專題講座】等多元方式，根據不同申請對象的需求，安排護眼防盲活動，以提升民眾對低視能風險與眼疾影響的認識。

活動中，參與者可佩戴低視能模擬眼鏡，親身體驗視覺受損帶來的不便，或透過篩檢發掘功能視覺中的高風險族群，從而促使民眾及早啟動護眼行動，養成更輕鬆、更健康的用眼習慣。

---

### 從「視功能篩檢活動」看見退化的課題

在第一季的工作中，我們辦理了 6 場衛教活動（參與人數 840 人）以及 7 場視功能篩檢活動（參與人數 174 人），服務總人數達到 1,014 人。這些數字不只是場次與人次的累積，更代表著社區中浮現的「視覺保健意識」。

### 什麼是「視功能篩檢」？

這項篩檢並非單純的視力檢查，而是一個從生活面向檢驗視覺的過程。透過篩檢，我們能觀察視覺功能與眼疾關聯，初步了解社區民眾在近距離與遠距離的辨識能力、以及對比下降可能帶來的行動風險。因為強調生活化表現，過程中不使用任何儀器，許多人反映這是第一次接受這樣的檢查，也因此從不同角度觀察自己的眼睛健康狀態。

篩檢內容包括【遠視力】、【近視力】、【對比敏感度】、【周邊視野】、【中心視野】與【對應輔具】，皆由受過訓練的工作夥伴一對一進行，這也說明每次篩檢人數有限，但卻能確保檢測的結果與品質。

### 看見退化，找到支持

在活動過程中，我們看見許多人認定「模糊」是年齡必然的宿命，卻未意識到退化其實有方向、也有速度。不只是模糊、也可能表現在對比度或視野的縮減。當退化跡象浮現時，意味著需要更早介入輔具、環境調整或生活策略，而不是一味忍耐直到放棄。透過篩檢，我們希望穩住視覺品質，讓患有眼疾的人不孤獨、不恐懼，讓退化不再隱形，困擾能被說出口。

影響到閱讀、不應該放棄閱讀；影響到行走時，社交互動可能即將受限。檢測後，專業人員的解說讓參與者更容易理解「低視能」與「正常視力」的差別，並有機會透過光線調整、字體放大、輔具使用來改善生活。這些知識不僅幫助個案，也讓家人與社區更能支持視覺退化者。

## 校園扎根，守護未來

在社區中為退化提供支持，在宣導過程中發現，中年級的孩子多數已有近視，這也讓我們更深刻感受到近視預防與視力保健不能等待。在一次次校園宣導中，看見孩子們踴躍舉手、主動分享，我們知道護眼觀念會悄悄萌芽；除了「護眼很重要」、帶著他們一起學會怎麼做，更讓人期待這些孩子會把學到的內容帶回家，共同守護家人的視力。

## 社區的溫暖與回饋

每次在篩檢社區，觀察到參與者臉上的表情，從起初懷著忐忑的心情排隊，到最後開心說再見並表達感謝，那份安心與溫暖的笑容，足以讓工作者在每一次出差旅程中都得到正能量與小小的成就感。

回顧這一季的努力，我們堅定推動篩檢與衛教並行是有意義的任務，讓更多人理解「看不清」背後的原因，並找到合適的支持方式。

---

### 【社區衛教-護眼活動】

115年01月13日，台北市 / 法國巴黎產物保險(股)有限公司【企業宣導】

115年01月22日，桃園市 / 建德國小【校園宣導】

115年01月23日，台中市 / 台中市向上芋好互助棧【視功能篩檢】

115年02月26日，台北市 / 台北市大安區群英里-社區據點【視功能篩檢】

115年03月05日，台中市 / 台中市北屯區平安里-社區據點【衛教講座+視功能篩檢】

115年03月09日，台北市 / 台北市大安區群賢里-社區據點【視功能篩檢】

115年03月12日，台中市 / 台中市向上芋好互助棧【衛教講座】

115年03月18日，新北市 / 法鼓山文理學院【校園宣導】

115年03月23日，台北市 / 台北市大安區芳和里-社區據點【視功能篩檢】

115年03月25日，台北市 / 台北市中正區網溪里-社區據點【視功能篩檢】

115年03月26日，新北市 / 板橋國小【校園宣導】

115年03月30日，台北市 / 台北市中正區新營里-社區據點【視功能篩檢】

115年03月30日，台北市 / 台北市台大校區造園館【視功能篩檢】

## 活動花絮



上圖：【法國巴黎產物保險股份有限公司】與愛盲共同舉辦公益講座，攜手法國巴黎夥伴認識低視能和全盲者，與愛盲一同為明盲共融攜手共進。



上圖：【法國巴黎產物保險股份有限公司】體驗在視覺缺損的狀態下閱讀，讓夥伴們留下深刻印象。



上圖：桃園市 / 建德國小【校園宣導】，同學們認真聆聽且踴躍舉手回答問題。



上圖：台中市 / 向上芋好互助棧【社區篩檢】：認真執行周邊視野篩檢的工作夥伴與社區長者。



上圖：台中市 / 向上芋好互助棧【社區篩檢】：每一份的篩檢，最後一站的工作人員都會向篩檢者進行視覺功能表現的彙整說明。



上圖：台中市 / 北屯區平安里據點【社區衛教】長者專心聆聽護眼講座，展現守護視力、樂活健康的積極態度。



上圖：台中市 / 向上芋好互助棧【社區衛教】認真做「護眼操」的民眾。



上圖：新北市 / 法鼓山文理學院【校園宣導】：周邊視野的自我篩檢，大家一起跟著講師動起來！



上圖：新北市 / 法鼓山文理學院【校園宣導】：透過模擬視覺受損的用餐體驗，學生走進視覺損傷者的日常，體會不便背後的堅強！



上圖：新北市 / 板橋國小【校園宣導】，板橋國小同學對視力的知能似乎有備而來，不僅充分參與、連初次說明的疾病內容都一點就通。



上圖：台北市 / 中正區網溪里社區據點【社區篩檢】熱心里長的積極宣導，篩檢進行得更順利、更貼近民心。



上圖：台北市 / 大安區芳和里社區據點【社區篩檢】等待的過程不只是檢查，更像是一場溫馨的交流時光，讓公益服務充滿人情味。



上圖：台北市 / 中正區新營里社區據點【社區篩檢】長者們排隊等候時，和鄰居聊著家常，笑容溫暖自在，充滿活力的氛圍。

【公益講座】等相關衛教活動申請專線：(02)2311-7567 黃小姐