

用 Eye 過生活挑戰無界限

撰文者：何○惠、董佩寧社工

經當事人同意發表

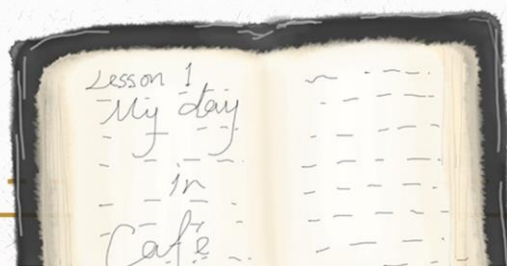
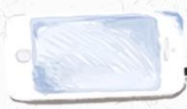
「自從視力退化後，到目前已幾近全盲的狀態，懷念著可以自己動手烹煮喜愛的美食，已經是十幾年前的事情，雖然渴望自己做，但也知道是不可能的！」，這是罹患黏多醣罕見疾病，合併肢體與視覺障礙的何小姐的心聲，對於可以烹飪變成遙不可及的夢想。何小姐與社工訴說著，視覺障礙對生活造成極大改變，也需要時時刻刻面對罕見疾病所帶來的疼痛，雖然艱難但總告訴自己可以撐過去，未來的每一刻，希望可以挑戰自己，為生活努力著。

何小姐帶著這樣的想法，終於在思索了幾年後鼓足勇氣，聯絡了盲人協會的社工，開始討論著之前一直不敢提及的重建訓練中的烹飪教學，希

望透過專業老師的指導，可以讓自己重新找回對烹煮的能力與熱忱，也能減輕家人對自己的協助。剛開始第一堂課是挑戰自我，擔心自己會做不好甚至是做不到，無形的阻礙築成一道的牆，在社工的鼓勵、專業老師的細心教導下，從零開始建立，紮實學著每個步驟，不自覺也就跨越了那道過不去的障礙，只有實際的行動，才能將膽怯化作勇氣。



↑上圖為到宅教導何小姐烹煮與使用電器情形



從電鍋的使用、
食材的處理到烹煮，
到最後完成一道道
美味俱佳的料理，
何小姐無法想像這
是自己所完成的，
找回了失明前烹煮
美食的感覺，也找
回了對自己信心，



克服困難與突破障礙，「可以自己烹煮喜歡的吃的料理，也可以與家人分享，生活可以自己決定」，何小姐愉悅的心情溢於言表。

面對視力喪失和疾病，曾經以為自己做不到，有了生活重建訓練，找回對烹飪的熱愛，也找到了黑暗中的明燈，引導著自己方向，可以勇敢地邁開步伐，未來的每一天都是人生中最棒的禮物，讓心中的視野可以無限開闊，障礙不再是侷限，而是前進的動力！

