

我的權利，我要參與

身心障礙者權利公約CRPD易讀版



衛生福利部
社會及家庭署



中華民國
智障者家長總會



關於這本手冊

主要給心智障礙者、
閱讀文字有困難的人看的書。



手冊有電子版可以看，
也可以用聽的。

目 錄

- 第 1 頁** 障礙者要好好生活,政府要做到的事
- 第 3 頁** 每個人都有公平的機會
- 第 4 頁** 身心障礙女性
- 第 5 頁** 身心障礙兒童
- 第 6 頁** 讓大家認識障礙者
- 第 7 頁** 可以去大家都能去的地方、使用服務、收到各種資訊
- 第 9 頁** 活著的權利
 - 發生危險和緊急的時候
- 第 10 頁** 法律保障人人平等
- 第 11 頁** 遇到有關法律的事,可以得到幫助
- 第 12 頁** 自由和安全
- 第 13 頁** 不能對障礙者做殘忍的事
- 第 14 頁** 防止障礙者受到暴力和虐待
- 第 16 頁** 不能傷害障礙者的身體和心理
 - 可以自由出國、回到自己的國家

目 錄

- 第 18 頁** 自立生活、和大家一起生活
- 第 20 頁** 可以去想去的地方
- 第 21 頁** 可以自由說出意見、得到想知道的資訊
- 第 22 頁** 尊重隱私
- 第 23 頁** 可以擁有家庭生活
- 第 25 頁** 可以和大家一起上學
- 第 27 頁** 健康
- 第 28 頁** 訓練和復健
- 第 29 頁** 可以工作、可以上班
- 第 31 頁** 夠好的生活
- 第 32 頁** 可以投票、當候選人、加入團體或政黨
- 第 34 頁** 可以去看表演、看展覽、看電影、運動
- 第 36 頁** 收集資料
- 第 37 頁** 要和外國合作
- 第 38 頁** 大家要一起看政府有沒有做到CRPD

身心障礙者權利公約， 又叫CRPD

就是在說，
政府要保障身心障礙者
都有公平的權利和機會、
可以好好生活。



前言、第1條到第4條 障礙者要好好生活， 政府要做到的事



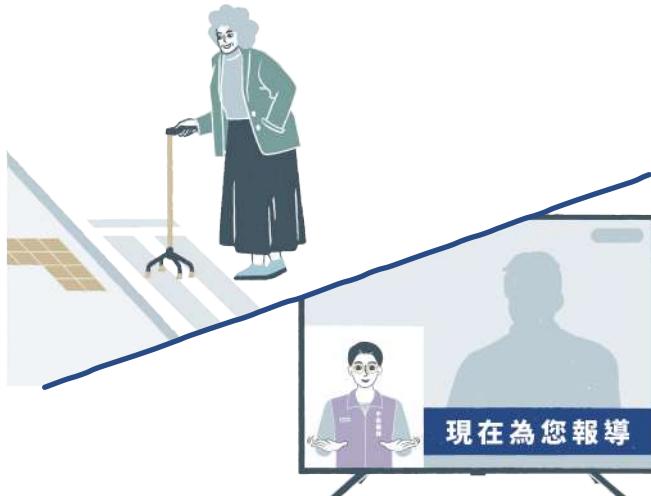
障礙者可以決定自己的事，
大家要尊重障礙者。

要公平、好好對待障礙者。

障礙者和大家有一樣的機會。

不能因為任何原因歧視障礙者。
例如：種族、性別、語言、
宗教、國家。

前言、第1條到第4條 障礙者要好好生活， 政府要做到的事



每個人都有一樣的權利，
障礙者能參與各種活動、
用自己的經驗、意見，
讓環境變更好。

障礙不是自己的問題，
是大家沒有想到
障礙者的需要，
所以環境和服務都要無障礙。

男女平等。

要尊重障礙兒童的想法。

第5條

每個人都有公平的機會



國家的法律要保障
障礙者有公平的機會，
得到***合理調整**、
不被歧視。

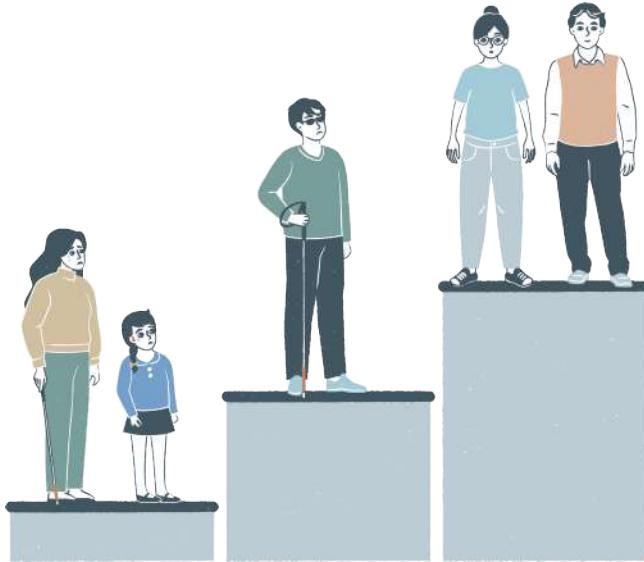
***合理調整：**
障礙者可以向政府、學校、公司、
公共場所說出自己的需要，
一起討論要調整的地方或
找到幫忙的人。

想知道更多歧視、合理調整，可以看



第6條

身心障礙女性



障礙女性和女童，
比障礙男性、沒有障礙的人，
更容易受到不公平的對待。



政府要幫忙障礙女性
重視自己的權利、
為自己發聲。



讓障礙女性有公平的機會，
可以學習、得到重視。
例如：障礙女性能上學、
能得到更好的學歷。
也可以工作、當主管。

身心障礙兒童



讓障礙兒童有公平的機會。

做出最適合障礙兒童的決定。

幫忙不同年齡和狀況的
障礙兒童說出自己的意見。

障礙兒童說的意見，
大人要認真聽。

第8條

讓大家認識障礙者



政府要做到

讓大家從小開始認識障礙者、
知道障礙者的需要。
例如：學校要教大家
尊重障礙者。



讓大家知道障礙者
有各種專長、
也能對社會有付出。



電視新聞、節目、網路，
不能歧視障礙者。

第9條

可以去大家都能去的地方、 使用服務、收到各種資訊



政府要做到

障礙者能進去公共場所、
使用各種設施和服務。
例如：公共場所要有電梯。
標誌有點字、也要容易懂。

大眾交通工具、道路，
要方便障礙者使用。
例如：上、下人行道要有坡道、
要有低地板公車。

第9條

可以去大家都能去的地方、 使用服務、收到各種資訊



政府要做到

資訊和服務，
要方便障礙者使用。
例如：有易讀版、手語翻譯、
***聽打服務或幫忙的人。**

***聽打服務：**
把說話的聲音，
用電腦打成文字
讓聽覺障礙者看。

新的科技或通訊方法，
要方便障礙者使用。
例如：要有無障礙網頁。

第10條

活著的權利



政府和法律要保障
障礙者能好好活著。
例如：有乾淨的水喝、
足夠的食物、有住的地方。

第11條

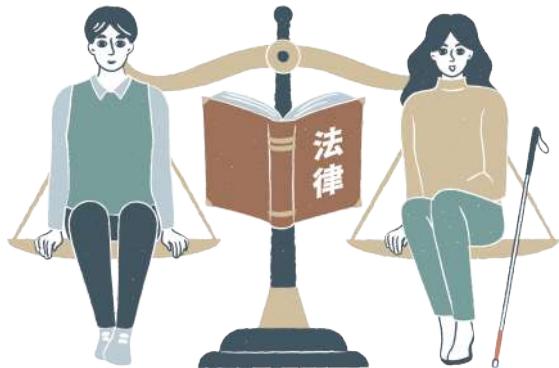
發生危險和緊急的時候



遇到戰爭和天災，
例如：颱風、地震，
政府要保護障礙者的安全。

第12條

法律保障人人平等



政府要做到



障礙者要平等受到法律保護。

尊重障礙者的想法和選擇、
想辦法幫忙
障礙者自己做決定。



障礙者可以管理
自己的錢和東西，
也可以到銀行開戶、辦信用卡。

想知道如何開戶，可以看



第13條

遇到有關法律的事，可以得到幫助



政府要做到

障礙者可以用法律保障
自己的權利。
例如：警察問障礙者問題時，
障礙者可以
找信任的人陪。

法官、檢察官、警察、
在法院工作的人，
遇到障礙者的時候，
要幫忙障礙者。

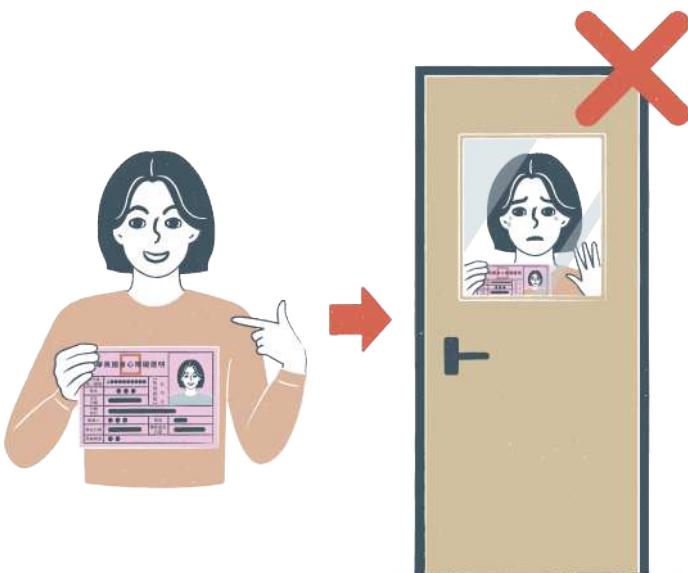
法官、警察、檢察官、
在法院和監獄工作的人，
要定時上課，知道如何幫忙
障礙者。

第14條

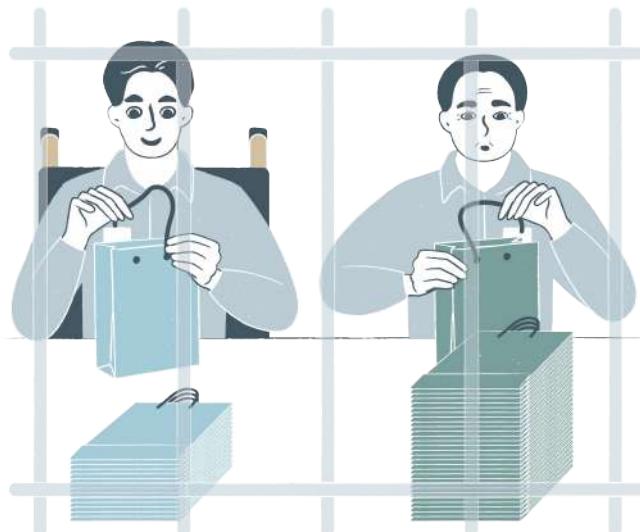
自由和安全



讓障礙者和大家一樣
過自由、安全的生活。



不能因為障礙的原因，
就把障礙者關起來。
例如：沒有任何原因，
就隨便把精神障礙者
關起來。



如果障礙者失去自由，
也要得到保障、
要有合理調整。
例如：監獄裡的障礙者，
工作可以變少。

不能對障礙者做殘忍的事



不能殘忍對待和處罰障礙者。



不能隨便對障礙者做醫療實驗，
除非障礙者自己說可以。

防止障礙者受到暴力和虐待



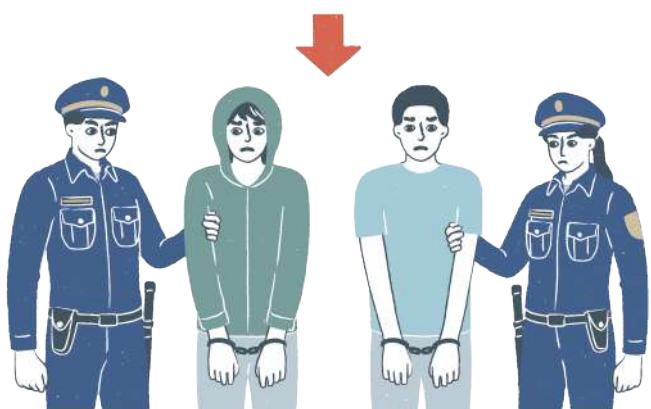
政府要做到

防止任何人，
包括家人或照顧者
利用、暴力對待障礙者。



支持障礙者
和障礙者的家人。
包含：
告訴障礙者和家人
什麼是虐待、
如何防止虐待、
遇到虐待時要找誰幫忙。

防止障礙者受到暴力和虐待



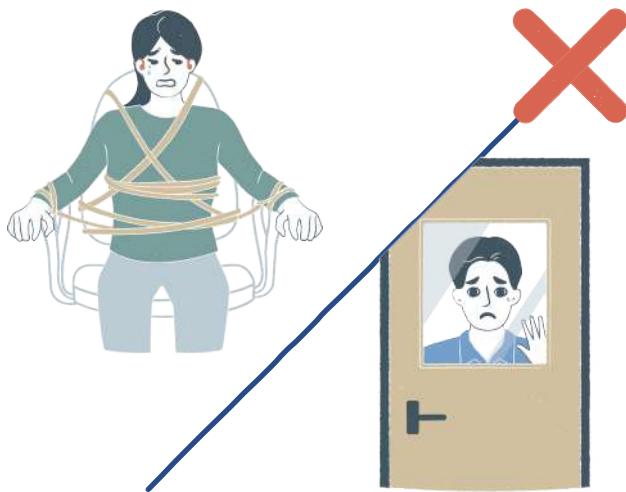
政府要有法律保護障礙者
不被欺負、虐待，
特別是障礙女性和障礙兒童。

如果發現障礙者受到虐待，
政府要找到、
處理虐待障礙者的人。

幫忙障礙者回到安心的生活。

第17條

不能傷害障礙者的身體和心理



要同樣尊重
障礙者的身體和心理。
例如：不能隨便把障礙者
綁起來或關起來。

第18條

可以自由出國、回到自己的國家



障礙者和大家一樣有權利
選擇住哪裡、去哪裡、
也可以有自己的國家。



每個人都可以拿到證件，
障礙者也可以。
例如：身分證、護照。

第18條

可以自由出國、回到自己的國家



障礙者可以
自由離開任何國家、
回到自己的國家。

障礙兒童出生後，
要趕快登記名字、
知道爸媽是誰、
得到爸媽的照顧。

第19條

自立生活、和大家一起生活



障礙者要和大家一起生活、
可以選擇要住在哪裡、
和誰一起住。



障礙者可以安排自己的生活。



障礙者可以選擇
想要、需要的服務。



不能強迫各、障礙者
一直住在固定的地方。
例如：跟很多人一起
住在機構。

第19條

自立生活、和大家一起生活



要幫忙障礙者自立生活、
提供需要的服務，
例如：***個人協助。**

***個人協助：**
每個障礙者的需要都不一樣，
視覺障礙者買東西可能需要
視力協助員、
心智障礙者煮飯也會需要
個人助理幫忙。



可以去想去的地方



政府要做到
障礙者不用花太多錢，
就能決定在想要的時間、
用自己想要的方法
去想去的地方。

訓練障礙者和工作人員，
讓障礙者更容易
去到想去的地方。

輔具要好用又買得起，
也要鼓勵輔具公司
做更多好用的行動輔具，
例如：輪椅、改裝機車。

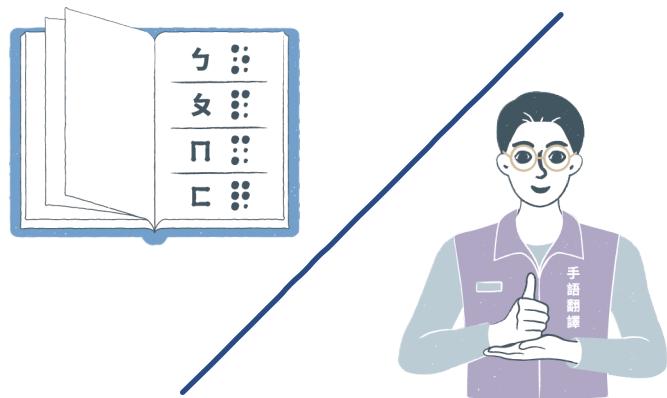
第21條

可以自由說出意見、得到想知道的資訊



政府要做到

障礙者可以
自由說出自己的意見、
得到想知道的資訊。



為不同的障礙者，
提供適合的資訊。
例如：點字、手語、易讀服務。
不能多收錢。



要讓障礙者可以
使用電視、網路服務，
知道想知道的資訊。



讓大家知道
手語是一種語言、
也要鼓勵多用手語。

尊重隱私

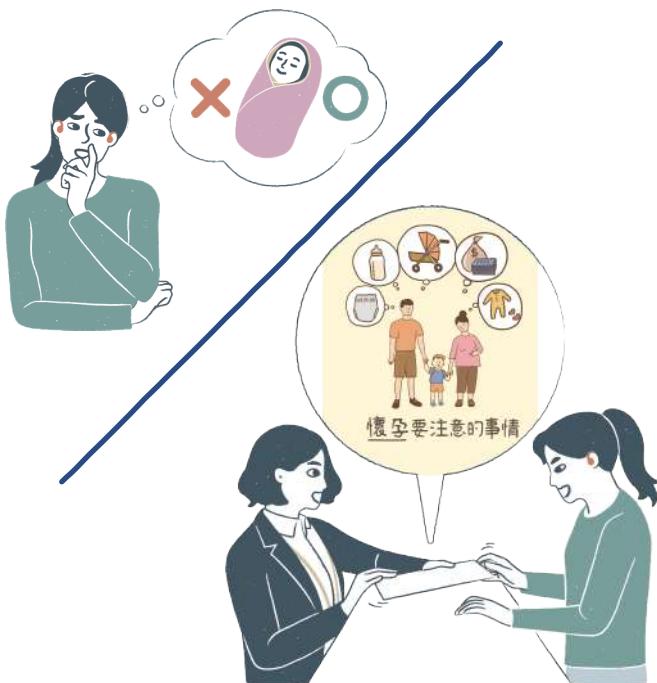


法律要規定
不讓別人隨便打擾障礙者、
障礙者的家人和生活。



保護障礙者的
秘密和個人資料。
例如：身分證、健保卡、
病歷、身心障礙證明。

可以擁有家庭生活



提供資訊和服務
讓障礙者可以決定
要不要結婚、生小孩、
生幾個小孩。

不能強迫障礙者做手術，
失去生小孩的能力。

要優先考慮兒童的權利，
障礙者有自己照顧、
養育小孩的責任。
如果障礙者有小孩，
要幫忙障礙者照顧小孩。

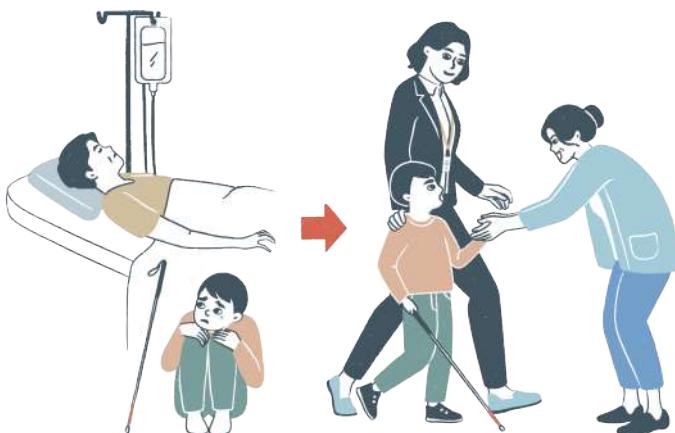
第23條

可以擁有家庭生活



政府要做到

保護障礙兒童有人照顧，
不會受到虐待。



如果爸媽無法照顧小孩，
要盡量讓小孩
和其他家人一起生活。

想知道更多生小孩、照顧小孩的事，可以看



可以和大家一起上學



政府要做到



障礙者可以在離家近的
學校和大家一起上課。



教室要讓障礙者可以進去，
上課內容也要讓障礙者懂。

學校要提供
不同的溝通方法或輔具
讓障礙者學習和使用。
例如：點字、手語、溝通板。

可以和大家一起上學



政府要做到

學校、職業訓練單位、
社區大學要提供合理調整，
例如：提供輔具、學生助理員、
調整考試方法。

在學校工作的人要上課，
了解障礙者的需要。

想知道更多障礙者上學的權利，可以看



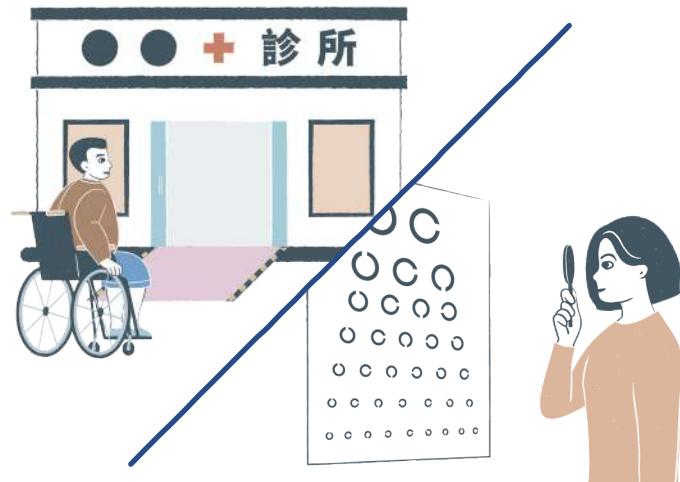
第25條

健康



政府要做到

障礙者可以買保險，
保障自己的健康和安全，
保險公司不能
因為是障礙者就拒絕。



障礙者看病可以很方便、
也要得到跟大家一樣的
治療和健康服務。
例如：健康檢查。

醫師要讓障礙者知道
生病狀況和治療的方法。



想知道更多醫療和健康的易讀版，可以看

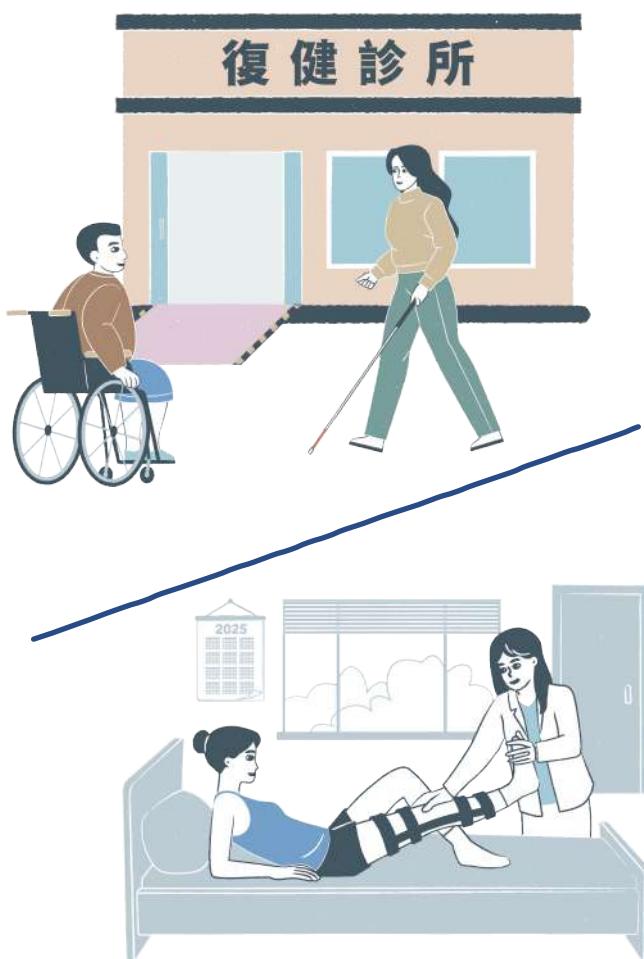
第26條

訓練和*復健



政府要做到

幫醫師、治療師、
社工上課，
提供障礙者訓練和復健，
讓障礙者跟大家一起生活。



政府要讓障礙者
方便做復健。

*復健：
維持身體、心理健康、
維持生活和職業能力的方法。

第27條

可以工作、可以上班



就業服務站



● ● 公司



政府要做到

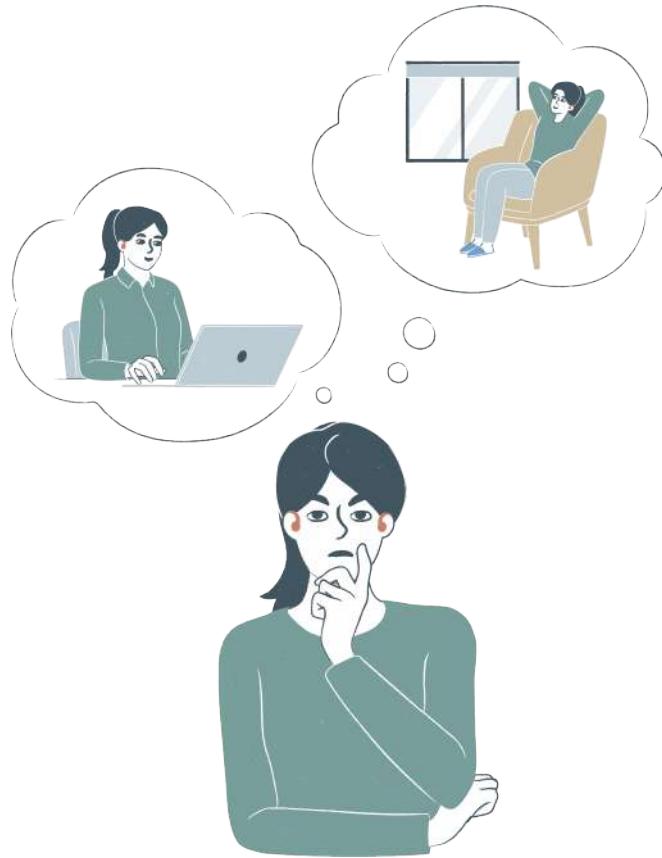
幫忙障礙者找工作。

要有訓練或課程，
增加障礙者的工作能力。

政府和公司
都要找障礙者當員工，
也要提供合理調整。

如果障礙者和其他人
有一樣的付出，
薪水也要一樣。

可以工作、可以上班



政府要做到

障礙者可以自己選擇
要不要去工作，
只要工作都要有薪水。

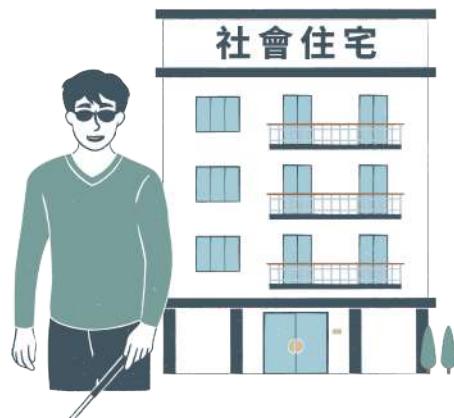


大家要好好對待障礙者，
不可以欺負障礙者。

夠好的生活



障礙者要有乾淨的水用、足夠的食物、衣服，也要有地方住。



要幫沒有錢的障礙者和家庭。例如：蓋*社會住宅。

*社會住宅：
政府蓋的房子，
租金比較便宜。



障礙者退休後，有退休金。

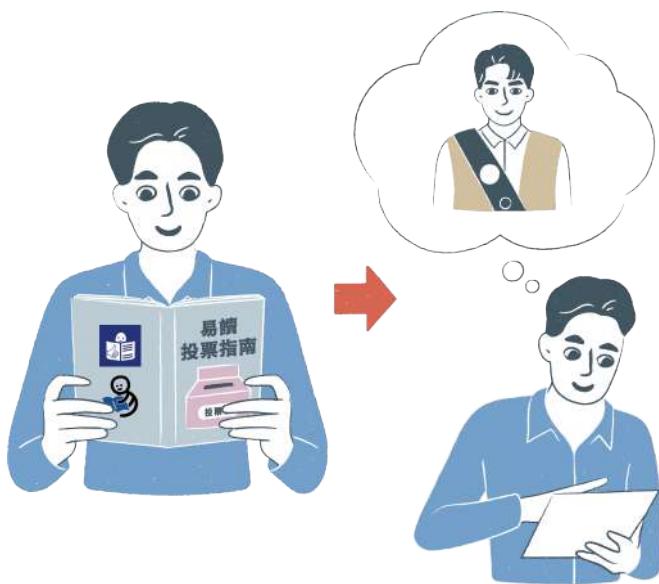


讓障礙女性、女童和老人好好生活、不貧窮。

可以投票、當候選人、加入團體或政黨



障礙者可以當公務員，
也可以當候選人、
可以投票。



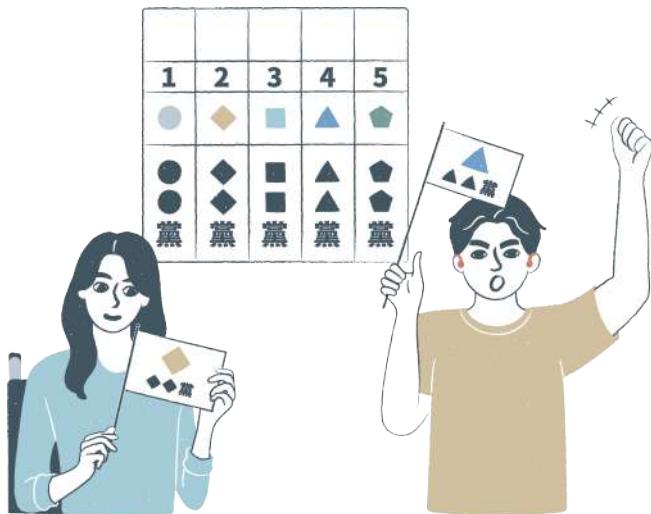
用適合障礙者的方法
提供選舉資訊，
讓障礙者認識候選人、
由自己決定投給誰。



要讓障礙者可以進去
投票所投票。
障礙者也可以選擇
信任的人幫忙。

第29條

可以投票、當候選人、加入團體或政黨



障礙者可以加入團體或政黨、
參加活動。



障礙者可以成立團體，
或加入代表障礙者的團體。



障礙者可以
決定和自己有關的事、
參與政府各種討論和決定。

可以去看表演、看展覽、看電影、運動

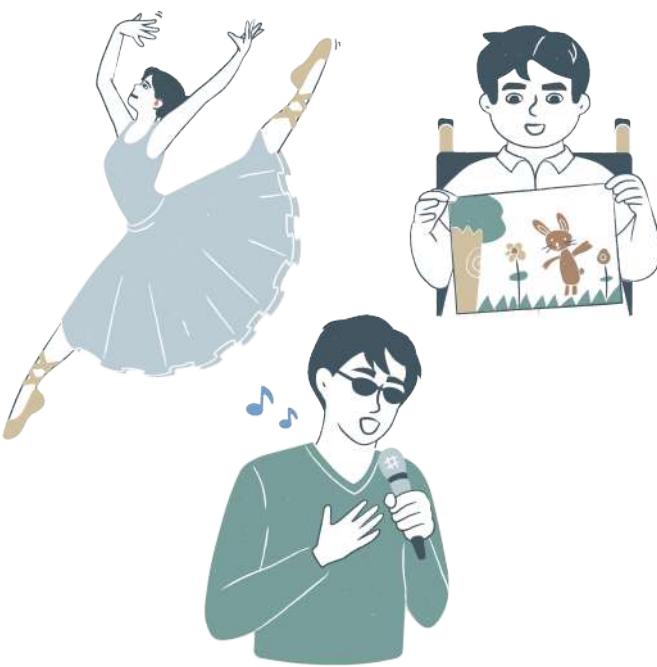


政府要做到

障礙者可以進去博物館、電影院、圖書館、看表演和展覽的地方，也要可以用裡面的服務。



用適合障礙者的方法提供藝術和文化的資訊。



鼓勵障礙者創作，例如：畫畫、唱歌、跳舞。

可以去看表演、看展覽、看電影、運動



政府要做到

障礙者可以使用
運動中心、運動場。



也有專業的老師
教障礙者運動。



障礙兒童可以
在學校、公園、遊戲場
和大家一起玩。

收集資料

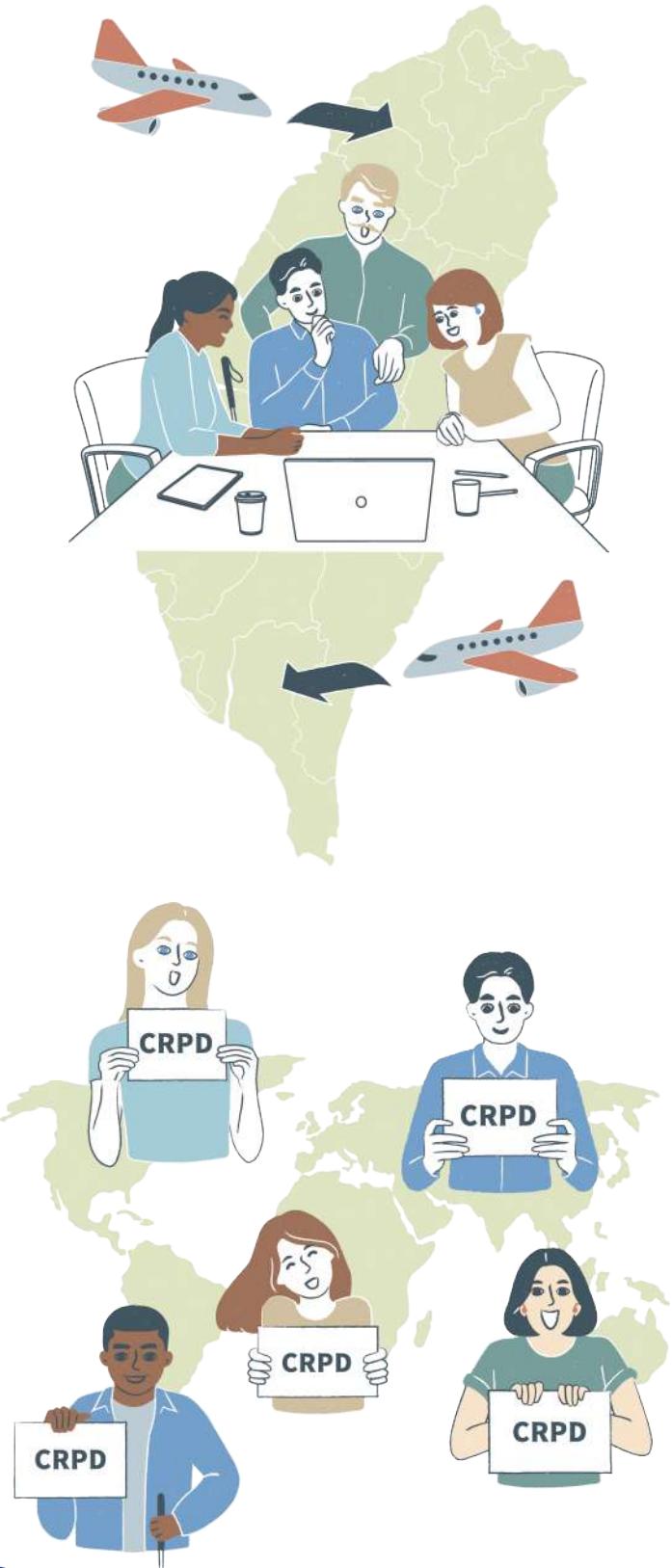


政府要做到

收集資料了解障礙者的生活、
看看障礙者遇到哪些困難，
資料整理好之後，
要告訴大家。

收集資料的時候，
要尊重障礙者的意願、
保護障礙者的隱私。

要和外國合作



鼓勵障礙者出國、
或邀外國人來，
一起交流學習。

全世界要合作，
一起改善障礙者的生活環境。

大家要一起看政府有沒有做到CRPD



政府要有專門的單位
負責CRPD的工作。



還要有專門、獨立的單位
負責檢查政府有沒有做到
CRPD。

不能被政府單位影響。



每個人都可以參與、
檢查政府CRPD做得好不好。

我的權利，我要參與 身心障礙者權利公約CRPD易讀版

出版單位： 衛生福利部社會及家庭署
Social and Family Affairs Administration, Ministry of Health and Welfare

執行單位： 中華民國智障者家長總會
Parents' Association for Persons with Intellectual Disability, Taiwan

合作單位：   財團法人 EDEN SOCIAL WELFARE FOUNDATION
伊甸社會福利基金會

顧問諮詢：人權公約施行監督聯盟 黃怡碧

中華民國身心障礙聯盟 汪育儒

台東縣智障者家長協會 陳怡君

審稿委員：王采文、梁永全、陳華咨、陳冠旻、陳庭瑜、郭甯璋

支持者：林莉媛、曾貴祥、張弘人

編輯小組：林惠芳、翁亞寧、張美美、尤詒君、吳宜姍、劉姿麟、陳育伶、余佩軒、
吳品旭、江逸羣、屠源君

插畫設計：山和朵創意有限公司

特別感謝：李英琪、郭惠瑜

易讀封面圖片來源：中華民國銀行商業同業公會全國聯合會、國家人權委員會、
教育部、衛生福利部社會及家庭署

2025年5月發行

ISBN:978-626-7667-26-2 GPN:4911400017

著作財產權單位：衛生福利部社會及家庭署、中華民國智障者家長總會

著作管理資訊：著作財產權單位保留對本書依法所享有之所有著作權利。

欲重製、改作、編輯或公開口述本書全部或部分內容者，
需先徵得著作財產管理單位之同意或授權。

© European Easy-to-Read Logo: Inclusion Europe.

More information at <https://www.inclusion-europe.eu/easy-to-read>



衛生福利部
社會及家庭署



中華民國
智障者家長總會

ISBN 978-626-7667-26-2

9 786267 667262

GPN 4911400017