



專篇文章／

老人關懷據點， 能為高齡化社會貢獻什麼？

園藝課程／

幸福園藝·玩童趣

花蓮據點／

護理之家~包粽樂

兒少服務／

因為你值得~小倉的向日葵

藝術治療／

一切從愛自己開始 -- 為夢想命名

生命故事／

我心裡有一個缺口

磐石專案／

命運作弄與熱愛繪畫的蘇雅娜

愛心店家／

幸福的感覺，謝師傅大滷麵

總會
資訊

環宇國際文化教育基金會

「International Cultural Educational Foundation」

總會地址：台北市大安區羅斯福路3段245號9樓之2

電話：02-23660664 傳真：02-23675549

立案字號：台(七四)高字第41229號

Email：icef.taiwan@icef.org.tw

FB 粉絲團：環宇國際文教基金會

社區
據點

中區聯絡處：台中市南區國光路9號

Tel：04-22296563

南區連絡處：台南市中西區中山路88號8樓B座

Tel：06-2228962

屏東聯絡處：屏東縣里港鄉南進路1-1號

Tel：08-7732850

古亭社區據點、基隆社區據點

萬華社區據點、花蓮社區據點

新莊社區據點、屏東社區據點

社內課後班



環宇官網

老人關懷據點， 能為高齡化社會貢獻什麼？

雖然老人是關懷據點的服務對象，但我們希望，他們不只是被動式的接受，而是也能成為據點的主體，可以成為志願服務人力，甚至是相關課程的師資。這樣的做法，可以達成減少高齡歧視與活躍老化的目標。

編整 / 呂學智

出版發行 / 環宇國際文化教育基金會
立案字號 / 台（七四）高字第 41229 號
地 址 / 台北市大安區羅斯福路 3 段 245 號 9 F-2
網 址 / www.icef.org.tw
電 話 / 02-23660664 傳真：02-23675549
郵件信箱 / icef.taiwan@icef.org.tw

發行人 / 黃石城
總編輯 / 林景德
編輯顧問 / 黃子豪 何建賜
執行編輯 / 顏朝陽
文字編輯 / 呂學智
美術編輯 / 林筱芸

 環宇國際文教基金會
 ICEF-TV
 環宇國際文教基金會

隨著社會進步、醫藥發達，出生率及死亡率逐年降低，台灣老年人口的比例正大幅增加，高齡化社會已成為重大議題，所產生的現象與問題也逐漸浮現。就在台灣幾年後將從「高齡化社會」邁入「高齡社會」(註 1)，如何維護高齡生活的品質與尊嚴，以及訂定健全的社會福利和健康政策，已是政府刻不容緩的挑戰。

台灣已正式邁入高齡社會

國民健康局表示，一個國家人口老化速度的標準，是以 65 歲的人口比率從 7% 增加到 14% 的「年數」判斷；瑞典花了 85 年，美國 73 年。台灣老人人口已達到 14%，內政部在今

年 4 月宣告，正式進入「高齡社會」國家，老化年數約 25 年，遠比歐美國家快好幾倍。國民健康局還估計，到了 2026 年，65 歲以上人口會占總人口 20%，台灣將進入「超高齡社會」，每 4 到 5 人當中就有一位老人，人口老化將是社會一大隱憂。

另外，研究中發現，國內 65 歲以上老人對於未來最擔心的問題以「身體健康」比例最高，其次是「經濟來源」，第三是生病時的「照顧問題」，顯然健康與經濟是目前老人最重要的需求。為迎接高齡化社會來臨，未來台灣的社會福利政策勢必要向老人傾斜，老人福利相關預算所佔的比例也將越來越高。

社區關懷據點與各便利商店數

超商名稱 / 據點	店數或點數 (統計日期)
7-11	5125 (2016/7)
全家	3003 (2016/7)
社區關懷照顧據點	2593 (2016/10)
萊爾富	1340 (2016/7)
OK 超商	798 (2016/7)

▲ 便利商店統計資料摘自維基百科台灣便利商店列表，關懷據點點數資料取自衛福部統計。

社區照顧關懷據點的建立

目前老年問題，除了有沒有足夠生活費、健康醫療資源，大家擔心的就是一個人老了之後，會不會嚴重衰弱，生活會不會不安全，會不會被社會隔離、排除。

2005 年，行政院核定了「台灣健康社區六星推動方案」，此方案規劃的社福醫療，即希望透過「建立社區照顧關懷據點實施計劃」發展社區照護服務，以達成促進社區老人身心健康，發揮初級預防照顧功能，建立連續性照顧體系的目標。

推動並結合有意願團體參與設置，由當地民眾擔任志工，發揮社區自助互助照顧功能，落實在地老化及社區營造精神，建立社區自主運作模式，使得生活照顧及長期照護服務等工作可以就近社區化——由在地人提供在地服務，建立社區照顧自主運作模式，以符合當地居民的生活需求，並將長期照顧制度與社區照顧連結。

現在有多少關懷據點呢？根據衛福部資料，截至 2016 年 10 月底，全國共有 2,593 個社區照顧關懷據點，如果跟全國四大便利商店體系比較，數量比萊爾富加 OK 還多。



服務項目的管理與效能評估

十多年來，關懷據點廣泛佈建，因此不論在服務人數、據點數量、涵蓋地域而言，可說是我國極具影響力的老人福利服務項目。關懷據點是由有意願的民間團體參與設置，邀請當地民眾擔任志工，一開始主要提供老人「餐飲服務」、「關懷訪視」、「電話問安、諮詢及轉介服務」、「健康促進」等各項服務。

這些據點多數由社區發展協會辦理，或由其他人民團體設立，包括村里辦公處、農會、志願服務公益團體、老人會、婦女會、宗教背景團體…等。關懷據點是由志願或是民間團體擔任第一線的服務提供者，透過社區內相關資源的連結與開發，期望能夠提供符合當地社區老人無距離、無障礙且完整、連續性的初級預防照顧服務。

目前有很多研究，在探討社區照顧概念是否可由社區提供相關服務加以落實，想了解在據點推動休閒、社交、健康與健康促進、成功老化…等方案，對長者是否有具體成效？甚至研究據點關於服務品質、經費運用、社工專業、志願服務人力規劃…等，是否達到應有的效益？

據點能提供多少服務

這麼綿密的據點佈建，是否足以善用以減輕高齡化社會的照護壓力？關懷據點屬於私部門資源，但接受公部門補助與輔導，目前主要由社區中的非營利組織單位，如社區發展協會、財團法人、福利基金會、社團法人、協會及社區的教會廟宇等，提供實際服務。

據點可向政府申請業務費、活動費及志工相關費用的補助，不過金額不多。各據點須接受各地縣市政府舉辦的評鑑，並接受輔導，雖領受補助並接受公部門輔導，但經營相當辛苦，承接業務的組織需動員當地志工、籌措不足經費、規劃課程、組織資源、應付複雜表單與核銷，以及維持長者服務的量與質，因此對於公部門的服務品質要求與補助經費核銷壓力，往往會有反彈。

各縣市也提供各種經費與人力給據點，希望關懷據點能承接更多方案，例如補助廚房設施設備擴大共餐、結合樂齡大學、開辦失能長者日托等等，但是關懷據點受限專業人力、空間、社區文化等，往往無法因應政府盼望提供更多服務。





多項任務目標與促進社區發展

社區照顧關懷據點兼具提升老人生活品質、推廣志願服務、促進社區發展等多項任務目標。關懷據點為了提升老人生活品質，規劃據點空間讓社區長者平日有活動、休閒的場所；辦理健康促進活動增加長者有社會參與、健康管理、休閒娛樂的機會；進行電話問安、關懷訪視、諮詢、轉介，協助在家或失能長者解決日常生活遇到的大小問題。

餐飲服務的提供也增加不少老人與社區互動的機會，甚至協助有特殊飲食需求的長者。因此關懷據點服務的推動深受各社區肯定，一旦據點順利開辦，只要公部門積極協助與輔導，據點幾乎都有永續經營的打算。

再者，若據點能組織社區資源來滿足社區長者需求，轉介需協助者到適當服務機構，並將健康促進活動與社區文化結合，則當地社區可因據點而更具凝聚力，建構出在地資源網絡，更可將服務擴及到對其他弱勢社區民眾，由此觀之據點亦具促進社區發展的角色。

第一線緩解高齡化社會的壓力

近年來老人福利服務品質提升的重點，已經由專業、成本考量，轉變為以提升個體自主為原則擬定服務與政策。

老人雖是關懷據點的服務對象，但更進一步，希望老人也能成為規劃據點服務的主體，成為經營團隊的一員、成為健康促進課程的師資與志願服務人力，最好能透過老人參與據點營造，提供高齡者更豐富表現舞台，當然，也可以達成減少高齡歧視與活躍老化的目標。

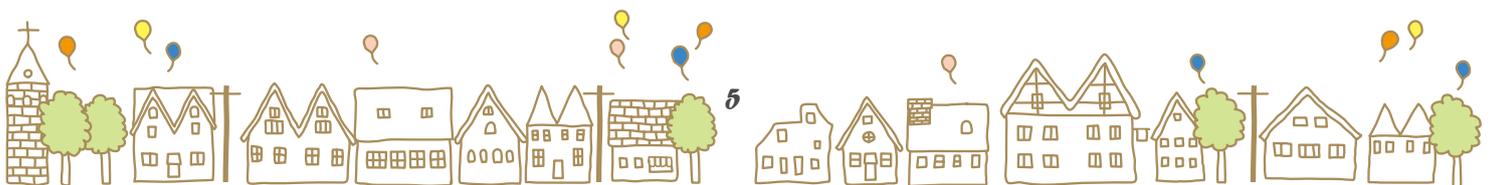
2015 年衛福部說明，對於關懷據點發展的策略，除了在政府支持之下持續增加佈點數，並希望以據點為基礎，透過友善老人服務方案的政策平台，進行整合資源、厚植人力等策略，開發創新服務，活化據點能量，導入多層次服務活動方案。

在中央持續挹注資源，各縣市政府扶植的氛圍之下，關懷據點必然承載著更多的期待，持續在第一線擔任緩解高齡化社會壓力的重大任務。

註 1：根據聯合國世界衛生組織定義，65 歲以上老年人口占總人口比例達到 7% 時稱為「高齡化社會」，達到 14% 是「高齡社會」，若達 20% 則稱為「超高齡社會」。

參考書目及資料

1. 李琢《人口高齡化，社會福利大挑戰》外交部 NGO 雙語網。
2. 邱泯科 (2016)《高齡化社會的一帖解方？我國老人社區照顧關懷據點的現況與願景》。





幸福園藝 玩童趣

每一株植物都是生命體，在照顧的過程中，會一直感覺到生命的變化：發新葉、新芽、花開、花落，生生不息。通過實際接觸大地的材料，紓解壓力與恢復心靈健康。

文 / 劉情音 專員

台中據點與衡山基金會一起響應台中花博，將綠藝帶入課程，在促近人與自然的互動中，達到療癒身心靈的效果。

藉由來自大地的材料，通過實際接觸而紓解壓力與恢復心靈健康。園藝課程的最大特色是，每一株植物都是生命體，在照顧的過程中，會一直感覺到生命的變化：發新葉、新芽、花開、花落，生生不息。當人們感覺到有個生命需要照顧、呵護的時候，相對的便能夠增加對自我的肯定。

為期四週的課程，以著循環為概念，第一堂課「土壤與種子」，用手去觸摸與認識土壤；接著，開始種植豌豆與空心菜。饒老師出了一項小作業，要長輩要好好對著自己種植的豆苗說話，等待最後一堂課時採收。每位長輩都躍躍欲試，親手用心將一顆顆豆苗，種入自己精心彩繪的盆栽。

第二堂課是「乾燥花祝福」，長輩運用美感，將乾燥花捆起成花束獻給自己，上面寫下祝福的話語。有位長輩很可愛的寫上「祝我呷百二」，她分享：「謝謝饒老師與環宇基金會的用心，我也祝我自己身體健康平安！」長輩的感謝與祝福，總是最純粹的真誠與告白。

第三堂課是「泥巴水苔球」，藉此活動喚醒長輩的童趣，多久沒有玩泥巴了？多久沒有這麼純樸地回歸童真？長輩們簡單地玩起泥巴，用手觸摸泥巴的溫度與柔軟，並將會呼吸的植物 -- 袖珍椰子樹，包裹在泥巴中，捏成一個圓球後，再覆蓋水苔。在炎熱的夏天中，水苔球就像是清涼的綠洲，為生活添加舒暢的涼意。

最後一堂課是「五行蔬菜捲」，歷經四週的照顧，每位長輩的盆栽有高有矮，有整齊與雜亂，甚至也有枯萎的，每一盆都呈現出不同的樣貌。饒老師介紹五行的顏色，以及各種顏色蔬菜對身體器官的幫助，然後帶領長輩一起感謝平日默默為我們工作的身體器官。接著，採收自己種的碗豆與空心菜，再以海苔包裹著碗豆苗與其他豐富的五行蔬菜，擠上新鮮的美乃滋，品嚐自己親手栽種的感動。

四週的課程環環相扣，加上老師風趣分享的經驗與知識，讓長輩體驗了園藝的樂趣與幸福，從簡單的種植、栽培到採收，穿插乾燥花束與泥巴水苔球的創意，讓台中據點的長輩們，臉上都泛起了笑容，生命也跟著綠意盎然起來。

護理之家~包粽樂

會不會有一天，我們突然發現，家中的長輩好像有點不一樣...，動作變慢了，手腳不像以前那麼靈活，做事情不是那麼順手...

文 / 林原廷 助理



「小藍阿嬤，攞來做一個，好某？」看著阿嬤努力綁粽，工坊媽媽感動的說。

今天包甜粽活動，小藍阿嬤是最靠近我們的學員，她的眼神，帶著一些期望混合著猶疑。活動一開始，我們準備好材料請長輩們一起包甜粽，可是小藍阿嬤低著頭說：「沒關係啦，讓大家包就好，我的手” 憨慢” 啦！」仔細一看，發現小藍阿嬤的手，有些不自主的顫動。

淑娥主任持續鼓勵她，扶著她顫抖的手說：「沒關係，我們一步一步慢慢做，我會陪著妳。」接下來的步驟，雖緩慢卻堅定，小藍阿嬤在大家的鼓勵下，終於完成了第一個手作甜粽。

「阿嬤你做瞭金水內，攞做一個好某？」工坊媽媽將材料拿給小藍阿嬤。

小藍阿嬤越來越有信心，開始能夠獨力包好甜粽、綁好線，而且主動向工坊媽媽們索取

材料，繼續包粽。看著小藍阿嬤努力克服雙手的顫抖，盡力用心包好每個甜粽，我們知道阿嬤已經相信自己能夠做更多的事了。她額頭上的汗水和臉上的笑容，就是最美的回饋，向我們證明，她可以。

做好甜粽立刻送進鍋爐加熱，蒸完後香氣四溢，長者們品嚐自己努力的成果。淑娥主任也教導工坊媽媽們，服務要設身處地思考，要將食物剪成小塊，長輩才不易噎到，並且注意他們進食的狀況。工坊媽媽們也學習到更多用「心」服務的經驗和反思。

活動尾聲，「國軍花蓮總醫院」護理之家頒發感謝狀，感謝環宇基金會長期以來的關懷及服務，阿公阿嬤們也對我們一再地感謝和鼓勵。當要離開時，大家熱情向我們揮手道別，一份溫情如粽子溫馨般的情誼，化成祝福，也期待下次再與這些可愛的阿公阿嬤相見。

因為你值得～ 小倉的向日葵

我在你身上種下了一顆希望的種子，即便不知道我們的緣分何時會斷，但只要你還在課後班的一天，只要你願意，我願意看著你的種子慢慢發芽、成長、茁壯。

文/Mimi 老師

「老師，這個給你！」母親節前夕，小倉一到課後班，便開心地拿出一束康乃馨送給我。

「你為什麼不給媽媽呢？」我問。

「因為媽媽收了也只是放著而已。」他回答。

繼親家庭長大的小倉，爸爸的心思大都投注在與新媽媽所生的妹妹身上，忽略了小倉及哥哥，而新媽媽雖然接受小倉兄弟，但並未對待他們如親生一般，所以對小倉而言，他口中喊的這位媽媽，其實並不親近。

「喔～所以希望你收下它嗎？」我繼續問。

「對啊！因為你值得，你值得擁有它！」他肯定地說。

「因為你值得」這句話，一直在我耳邊環繞，這是小倉第一次這樣說，我感動地收下了這株康乃馨，將它擺放在辦公桌上。它不只是一株康乃馨而已，而是這孩子對我的重視，此刻，以往那些挫折及無奈，頓時都消失了，因為這個曾經認為全世界都沒人在乎他、關心他的孩子，終於長大了啊！他也明白其實還是有人在關心他的。

趁著這個機會，我希望讓小倉能更進步，學習負責任。隔天，我拿了一包向日葵種子、培養土及幾個盆栽，我約小倉一起陪我種向日葵，小倉眼睛發亮地說：「哇！種向日葵耶，我一定會把它當成小孩一樣，好好照顧它的！」往後每一天，小倉到班第一件事情，就是跑去澆花，每天急切地對著盆栽說：「你們要快點發芽，快發芽喔……。」

有一天，小倉大聲尖叫：「老師～～！向日葵發芽了～～！」聲音劃破整個教室。他開心的拉著

我的手，到陽台看「他的孩子」。不只是帶著我而已，凡是來課後班的人，不管是學校老師、愛心店家、社區居民…等，小倉都一一開心地帶著他去欣賞他種的向日葵，並告訴大家，這是他自己種的，自己如何照顧看它發芽的。

「老師，還好它有發芽，如果沒有發芽，我一定會很難過。」小倉施肥時，突然說。

「所以你要更勤勞的澆水跟施肥啊！注意它有沒有照到陽光，如果真的不幸沒發芽，就再種一顆吧！像你一樣啊，我當初在你身上，不知道種了多少顆種子，你也是很慢才發芽啊，但我一樣沒有放棄你啊！你有聽懂的意思嗎？」我細心地引導他。

「老師，你為什麼願意這樣陪伴我啊？」小倉問。

「因為你值得啊！」我回了之前對我講的話。

相信聰明的小倉一定懂我想傳達給他的意思，也希望他能繼續讓種子成長茁壯。其實每一個孩子都像是一顆種子，我們的服務就像是肥料，而我們的關心就像是陽光、水，只要我們細心照料，孩子們就會有無限的希望，勇敢地向世界發芽與長大。





一切從愛自己開始 — 為夢想命名

藝術治療是一種「由外而內」(outside-in)的旅行與探險。透過藝術創作，人走進自性本質，從接觸自我、回復自我、體驗自我，進而超越自我；若想要了解自己的世界，就得先從認識自己開始。

文 / 據點社工

「你了解自己多少？」

青少年時期最重要的就是，自我認同及自我探索，但弱勢家庭的孩子因環境的影響，導致自我認同的缺乏及表達能力的不足，為了讓孩子們可以更了解自己與更肯定自我，因此邀請了新市國中的輔導老師，協助據點的孩子們上藝術治療的課程，並帶領他們體驗一系列的豐富內容。

第一堂課老師先請孩子們圍成一個大圓圈，然後拿出各式各樣的雜誌，對著孩子們說：「請先從雜誌中，挑選自己最喜歡的十張圖片，再將它撕下來。」孩子們按照指令，認真地翻閱雜誌，找尋自己喜愛的圖片。

撕完圖片後，老師請大家將圖片放到中間，再從中選取最能代表自己的五張圖片，透過這活動，告訴孩子們「你喜歡的，別人也可能喜歡；你適合的，別人或許也很適合。」然後請他們將圖片剪貼成屬於自己的一幅畫，並為它命名。

老師說：「在我們一生當中，名字是最能代表自己的，也是相伴我們一生，所以要認識別人之前，要先學會認識自己。」接著請孩子練習說明自己這幅畫的意思…。

阿軍很愛吃，在他人生中，「吃」佔了非常重要的位置，其次就是玩樂；他有一個夢想，就是希望能到日本滑雪及賞櫻，不過他本身有個小



問題就是很容易生氣，所以在他畫中，除了吃跟玩的圖片以外，還有一片樹林，他說：「心情不好的時候，可以到樹林散散心，讓自己靜一靜。」聽到這番話時，我們都覺得阿軍長大了，因為以往不懂得發洩情緒的他，似乎已經找到抒發自己心情的方法了。

小佩來自單親家庭，爸爸帶著姊姊住台北，她則跟著媽媽在台南相依為命。小佩的夢想是，能夠吃遍台灣美食、玩遍台灣，並跟家人一起完成許多事。看似簡單的夢想，對她來說卻是非常困難，但我相信總有一天，小佩一定能靠自己的能力，實現這些夢想。

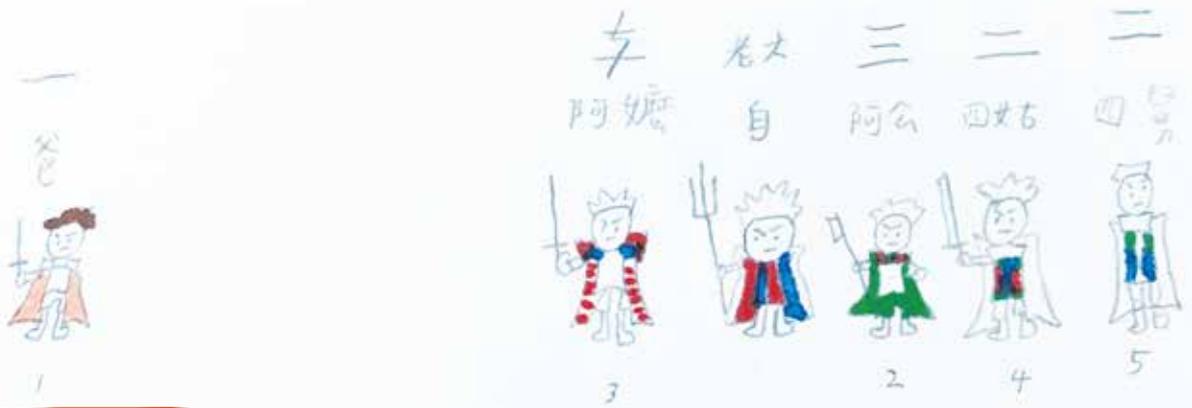
正值國三的柚子，被考試壓得喘不過氣來，雖然臉上總是掛著笑容，對每件事情似乎都無所謂，其實，他是不想讓大家知道他壓力很大，畢竟面對未來，他是很迷惘的。每次柚子跟我們討

論高中要讀哪裡時，總是會長嘆一口氣，因為他想就讀較好的學校，但家裡環境的因素，讓他認為是不是應該讀建教班，或是離家較近的學校。

問他為什麼，他說：「可以省錢，幫助家裡的經濟。」聽完，我們給他最大的鼓勵，告訴柚子：「先別想太多，盡力就好！」柚子的作品，取名為「休息是為了走更長遠的路」，上面貼滿了有關休息和休閒的圖，對柚子來說，這就是他現在心境的寫照。

藉由這次課程，孩子們試著用自己的方式，表達出自己的性格、喜歡什麼、想要怎樣的生活。在這堂課，孩子們學到了，環境不能左右你成為怎樣的人，只有你自己可以決定，秉持信心，就有可能翻轉與改變，所以，一切就從愛自己、認識自己開始吧！





我心裡有一個缺口

文／黃玉樺 老師



隔代教養的小影，越南籍的媽媽在拿到了台灣身分證後，就將剛出生幾個月的小影丟給了爸爸，而同樣不負責任的爸爸，在敗光阿公財產後，一樣無情地拋棄了小影，小影的爸爸媽媽就像人間蒸發一樣，只剩下阿公阿嬤與他相依為命。

年邁的阿公擔心，如果有一天自己走了，小影怎麼辦？為了找到小影爸爸，到派出所報了失蹤人口，透過警察協助，終於找到了爸爸，沒想到爸爸出現後，終究還是消失了。那僅見一次面的爸爸，是他心中永遠的痛……。

阿公阿嬤為了彌補小影的缺憾，卻對他造成過度寵溺，經過我們長期的服務及引導，小影現在漸漸成為一個懂得體貼阿公阿嬤的孩子了。只是我們也擔心小影受傷，一直刻意避開去詢問小影對爸爸的看法，從來沒有認真對他談過「父親」這個角色，在他心目中是怎樣的地位，然而，這不過也只是我們自以為是的「保護」而已。

這學期的藝術治療課程，希望可以引導孩子們探索內心真正的想法，並進而了解自己。有一次課程請孩子畫出自己的家人，並依照自己的直覺畫出這個家人離你的距離有多遠，主要是想看出孩子們是如何看待家裡的每個家人，以及家人對自己的重要性。

小影對畫畫一直都是很有興趣，他用最快的速度完成了自己的作品，只是沒想到出乎意料的，他第一個畫的人物，竟然不是從小陪伴他到大的阿公阿嬤，而是曾拋棄他的爸爸。我們赫然

發現，原來父親對小影的影響還是很深的。

某天，一如往常我們一邊玩桌遊一邊閒聊。

「如果爸爸有一天回來了怎麼辦？」我小心翼翼的問著。

「喔，他不會啦，回來了也不關我的事，我跟阿公也沒錢給他！」小影不假思索就回答。

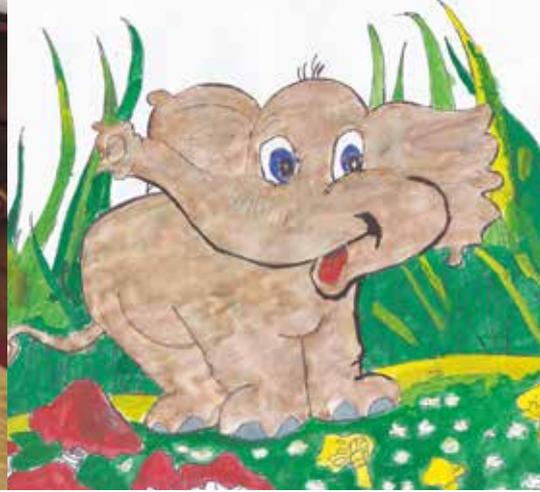
「如果有一天你長大了，爸爸老了，阿公不在了，爸爸需要你照顧怎麼辦？」

「……，以後的事情再說啦！」沉寂一會兒，小影回答。

我突然頓悟到，孩子的成長，比我們想像中的還要快，以前那個被阿公阿嬤寵壞的小影，已經開始會去思考這些問題了。雖然在他的答案中似乎沒有確定的方向，但他已經不是剛入班時那個懵懂無知的孩子了，而是學會面對命運的考驗，只是不幸的境遇讓人感到心酸。

我們的孩子因為生長環境的關係，被逼迫著長大，一方面會較同年齡的孩子來得成熟懂事，另一方面卻也讓人感到心痛，這不應該是這年紀孩子所必須承受的，不是嗎？

環宇在全省設立據點，期能對這些弱勢家庭兒少，提供補救與陪伴照顧系統，透過品格教育等課程，訓練孩子提升自我能力，有效化解困境，更盼未來這些孩子們也能轉化成為社區的付出者，讓社區在愛心與服務的氛圍中茁壯成長。



命運作弄與 熱愛繪畫的蘇雅娜

本會自 2010 年以來，即投入於國際服務行動，於印度、尼泊爾等國家，進行貧童助學計畫，期能通過資助來幫助他們完成學業。蘇雅娜是女子學校受惠貧童之一，通過她的故事，相信您會更明瞭，世界上還有很多孩童，需要您伸出雙手援助。

文 / 尼泊爾據點主任 DM

蘇雅娜 (Sujana) 今年已經 15 歲了，目前和阿姨一起住在畢美索爾 (Bhimeswor) 自治市的車瑞卡 (Charikot) 市場。原本家中成員包括父母、姊姊、弟弟、妹妹和她自己，共 6 人，是家裡的第二個女兒。

命運總是作弄人，讓蘇雅娜誕生了一個貧困的家庭，父親原本是家中的經濟支柱，13 年前，才被發現患有精神疾病，一直到現在都無法工作；可憐的母親是個文盲，並沒有讀過任何書，也沒有能力填飽全家飢餓的肚皮。

由於環境所逼，蘇雅娜只好被迫離開自己心愛母親的懷抱，兩歲時就被送到阿姨家中扶養。還好阿姨視她為己出，也送她進學校唸書，對阿姨而言，蘇雅娜就像自己的孩子一樣，對她沒有歧異。

對於自己原生的家庭，終究是有著切不斷的感情。阿姨說，蘇雅娜會因為同儕或老師問起她原生家庭時，心情感到特別失落，感覺她有許多隱藏的情緒，希望能私下和父母分享。為何要將她送往阿姨家，這疑問一直困惑著她？對她來說，現在要了解一切還太早，她仍需要時間去體認現實的人生。

她的雙親曾住在畢美索爾自治市的果斯拉 (Goksila) 鎮，距離車瑞卡 30 公里。他們曾在鎮上有一間小房子，只是在 2015 年的尼泊爾大地震時，慘遭摧毀。13 年前，父親尚未罹患精神疾病前，他們舉家搬至加德滿都，目前母親在加德滿都經營一間小小的茶葉行。

我們在 2018 年 7 月 8 日拜訪蘇雅娜的母親。她和小女兒，也就是蘇雅娜的妹妹，在

小茶行的門口等待，我們告訴她，我們來自 ICEF-Taiwan 後，她親切的歡迎我們。蘇雅娜的媽媽因為積勞成疾，不停的咳嗽，而蘇雅娜的爸爸在房間裡睡覺。蘇雅娜母親說，先生必須每天服藥才能控制病情，此外，大部分時間便是回房休息打盹。母親必須一邊照顧父親，一邊苦力工作照顧茶行，才能扶養兩個女兒及一個兒子。



現在蘇雅娜的姐姐已讀完 12 年級，並在一間金融公司工作。蘇雅娜的妹妹剛讀完 10 年級，正等待升學成績，她也想讀護理，但媽媽告訴她，家裡的經濟恐怕負擔不起，這就是為什麼她最後選擇企業管理而不是護理的理由。現在蘇雅娜的姊姊跟妹妹，都會幫忙母親完成每日的工作。

7 歲的弟弟正在就讀國小一年級，儘管姊妹倆都希望弟弟能讀好一點的學校，但是因為負擔不起私立學校的學費而作罷。「我已經盡力照顧家庭並且栽培子女了，但最近持續好幾個禮拜生病而感到特別疲倦和無助。」母親說。她很感謝 ICEF-Taiwan 的協助，請求我們繼續支持蘇雅娜的求學。

蘇雅娜是女子學校之中非常聰明的學生，是全校第一名。她最擅長的科目是數學，她希望能成為一名護士，因為她覺得當一名護士可以幫助很多窮困的人。除了優秀的學業成績之

外，她也參加許多校內美術和繪畫比賽。蘇雅娜說，學校沒有體育課，但是她對打羽毛球非常感興趣，雖然不是健壯的體型，但她喜歡各種運動。對繪畫課程她也感到非常有興趣，雖然學校並沒有美術班，但蘇雅娜會自己從商店去買一些詩書、雜誌和報紙來閱讀。

她喜歡沉浸在書籍之中，學習運動知識，接收各種新聞和世界以外的資訊。她並沒有很多好朋友，偶爾會跟鄰居一起去打羽毛球、看電視度過週末。因為熱愛美術和繪畫，所以曾參加比賽得到第一名。蘇雅娜說：「那是我人生最快樂的時刻！我總是被老師選為參加美術比賽的代表，但是有很多同學卻忌妒我，不停在背後談論我的是非，讓我感到極大的壓力。」蘇雅娜在問卷中寫道：「兩歲的時候，便因為家裡的經濟和父親的健康問題，而搬去和阿姨一起居住。父親患有精神疾病，所以無法工作。謝謝阿姨總是支持我，照顧我的生活起居，送我去學校接受教育，取得文憑，她真的非常愛我。」



感謝來自台灣善心的資助人，長期以來對她的資助與關懷，讓她目前至少能順利完成升學。期許蘇雅娜在她未來的人生路程中，不僅可以完成更高的教育並發揮所長，將來可以回饋在自己的國家與鄉里之上。



幸福的感覺， 謝師傅大滷麵

採訪 / 呂學智

坐落在新北市安坑街道，一間不起眼的小店，沒有招牌，只懸掛了一隻關東旗，上面寫著「大滷麵」三個字，老闆很年輕，才 30 多歲，這會是一個怎樣的愛心店家？

我們進去坐下之後，老闆親切隨和，隨即端出一小盤紅色的「梅漬番茄」招待我們，上面搭配一小片綠色的薄荷葉，顯得清爽可愛，老闆說：「這不是每個人都有的喔，只有熟客才有！」一下子令人開心起來。



去年，機構辦公室接到一通電話，說安坑有一家麵店，想要擺設基金會零錢筒。「真是太棒了，這年頭還有這麼積極的店家，想要主動做公益，真是太難得了！」這是我們對它的第一印象。

後來，可能是新店家之故，服務人員忘記去收款了，零錢箱被擺放了一整年。老闆主動打電話來說：「你們的零錢箱滿了，趕快派人快來收款喔！」同仁感到很抱歉，後來聊了起來，才知道是老闆很努力幫忙，請客人幫忙捐款呢！

用心與執著是老闆做事的態度，即便是一碗大滷麵，也想要讓它與眾不同。老闆用心熬煮高湯，烹煮麵條 Q 彈好口感，讓顧客有物超所值的享受。通過他的描述，可以感覺到老闆的用心，是來自於對餐飲的一種堅持。

經營才一年半，卻有豐富的心得，他說，從事餐飲並不擔心有沒有客人，而是努力把來過的人，都當作是重要的貴客來接待，提升黏著度。因此客源穩定，而且都是熟客和轉介紹，偶而也有因網路而來的客人。

老闆常說：「因為我就是客人」，意思是我自己滿意顧客才會滿意。很多客人都變成我的好朋友，有時他們也會分享一些東西，像是他們自己烘培的點心或蛋糕。而保有赤子之心的他，還有小粉絲呢！店裡有兩幅畫，是一個 3 歲小妹妹送的，她滿 3 歲那時的生日願望是，「我晚上想去吃大滷麵！」讓他自豪不已。





「一定要做到讓人家捐錢。」老闆說，他一直有這樣的想法。

他最想幫助的是老人，特別是那些孤苦無依的老人，就像風中殘燭一樣，度過淒涼的餘生。因為自己的媽媽在 10 多年前摔倒，導致全身癱瘓，看到母親的處境，難忍不捨的心情，於是親自照料媽媽一路行走過來，更能體驗生命中的冷暖。

老闆自己是念設計出身，自我要求很高，每個細節都會要求，他想給的，不只是真材實料與好吃，而是想給出一種感覺，一種物超所值的感覺。不忙的時候，他還會坐下來陪客人聊天。他認為，附加價值更重要，「吃不只是吃」，而是一種感受，讓一碗 85 元的大滷麵，有超過 200 元的價值。



「我一整天的疲勞都不見了！」有客人吃完，這樣說。

還有人這樣說：「要進來吃麵之前，就已經開心了。」

「太划算了，零錢不用找了！」也有客人這樣說。這時老闆就會將零錢投入零錢筒，幫客人捐給環宇基金會。

老闆說，我必須以顧客的感受為第一優先，其實我就是那個顧客，因為這些都做給自己吃的。聽他這樣講述，讓人很感動，感謝他能用顧客的立場來思考，那是我們的幸福，來吃的人都幸福了，很感謝你的堅持，讓進來的人感受到不一樣的用心。

環宇愛心碼 711

讓愛不打烊



環宇國際文教基金會

02-23660664 www.icef.org.tw

結帳時請出示愛心條碼給店家掃描



環宇電子發票愛心碼711

環宇以社區一家親，打造幸福七顆星的願景，以三代同堂服務偏鄉兒少、婦女、老人；期望社區、學校、家庭三足鼎立。需要您的愛心與支持，一起守護台灣的未來。

| 國內資助

每月捐500元

- 資助偏鄉弱勢兒童半個月餐費
- 資助獨居弱勢長者半個月餐費

每月捐1000元

- 資助偏鄉弱勢兒童一個月餐費
- 資助獨居弱勢長者一個月餐費
- 資助偏鄉弱勢婦女培力費用

每月捐2000元

- 資助偏鄉弱勢兒童一個月餐費並支持課輔及品格教育費用
- 資助獨居弱勢長者一個月餐費並支持健康促進文康課程活動費用

| 國際資助

● 尼泊爾貧童助學計畫

每月捐600元

- 認養一位國小貧童

每月捐1000元

- 認養一位國中貧童

每月捐1800元

- 認養一位雪巴育幼院童

● 印度大手拉小手助學計畫

每年捐15000元

- 資助印度貧童

捐款
資訊

1/ 郵局郵政劃撥

劃撥帳號：13926664

戶名：財團法人環宇國際文化教育基金會

2/ 線上捐款

請由環宇官網首頁 (<http://www.icef.org.tw/>)

進入智付通捐款系統

3/ 銀行匯款(*匯款後請來電告知捐款人抬頭、金額、帳號後5碼)

中國信託商業銀行 公館分行

帳號：347-5402-6523-3

戶名：財團法人環宇國際文化教育基金會

愛心專線：02-23660664

《財務報表及捐款芳名錄請見環宇官網》

2018 年全台預計尋找 **10000** 名環宇之友
共同守護社區弱勢家庭，關懷弱勢兒童！