

專篇文章／

阿嬤的 華麗高跟鞋



獨老關懷／
陪伴你如同家人

慈善音樂會／
用音樂把愛送到遠方

兒少服務／
新老師的班級經營分享

心得分享／
一對愛吵架的姊妹

資助人分享／
把愛送到尼泊爾

國際服務／
用愛 給尼國貧童一個未來

愛心店家／
貝活早餐店 愛心加倍

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：02-23660743 傳真：02-23660651
立案字號：台（七四）高字第41229號
Email: icfef.taiwan@icfef.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
南區聯絡處：台南市中西區中山路88號8樓B座
Tel：06-2228962

古亭社區據點、基隆社區據點
萬華社區據點、新莊社區據點
台中社區據點、花蓮社區據點
新莊社區據點、烏竹課後班
屏東土庫課後班、新市課後班



阿嬤的 華麗高跟鞋



文 陳靜姿 / 輔仁大學哲學系兼任講師、臺灣哲學諮商學會秘書長

萬華，舊稱艋舺，日據時期改稱萬華，有「萬年均能繁華」之意，同時也有「萬德莊嚴、華嚴世界」的寓意。



阿嬤將高跟鞋擺得像百貨公司鞋子專櫃那樣。陳靜姿提供

環宇基金會在萬華成立社區照顧關懷據點，據點的長輩們大部分都有著類似的背景，小時候家裡窮困，無法就學，為了生計從中南部北上當學徒，成家創業。這些長輩們有的家裡賣肉圓、有的賣早餐或小吃。在孩子都成家立業後，便將事業交給下一代，過著退休的生活。一開始他們都窩在家裡看電視打發時間。萬華據點的游社工很希望能幫助萬華區的居民改善生活品質，於是挨家挨戶的將長輩們揪到據點來。

許選阿嬤（化名）今年 92 歲，據點長輩中年紀最長的。出生於日治時期昭和 3 年（民國 17 年），來自鹿港的她，家境清寒，家裡排行老大，有三個弟弟。當父母到工廠工作時，她就要照顧年幼的弟弟們，並在家裡做手工貼補家用。成人後家裡人便幫忙她說親，婚後便跟隨丈夫做「鋁製鍋蓋鍋鼎」的買賣生意，但是由於生意不好，夫妻倆便商量，一起到台北打拼，一家人便來到陌生的城鄉——萬華。

大時代下阿嬤奮鬥的故事

民國 50、60 年代的艋舺可以說是台北市最熱鬧的地方，所以中南部的年輕人選擇到萬華打拼謀生。這些早期從中南部上來的年輕人，通常是家鄉沒有農地，少有機會受教育；為了謀一份生計才北上打拼，如今已是一生滄桑的銀髮長者。

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 / 02-23660743 傳真：02-23660651
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 / 呂學智
美術主任 / 顏朝陽
美術編輯 / 林筱芸

環宇國際文教基金會



許選阿嬤一邊上班一邊帶孩子，努力的把孩子養大，小孩終於成長立業。未料大兒子新婚三個月，由於工作過度勞累而生病最終癱瘓，此時 60 幾歲的她毅然扛起照顧兒子的責任，讓媳婦外出工作，在家一邊照顧癱瘓的兒子，一邊照顧孫子。

照顧 20 幾年，直到大兒子過世為止，白髮人送黑髮人的心痛，阿嬤堅強的撐過那段最辛苦的時光，在人生一直在擔任「照顧者」的角色，她認為，做為傳統女性為家庭付出是應該的，「抱怨並不能帶來財富及快樂」，所以她心中只想著如何讓家人過得更好。或許不抱怨、不與人爭是她養生的祕訣，阿嬤完全看不出已經 92 歲高齡。



作者展示阿嬤的高跟鞋。陳靜姿提供

楊圓妹阿嬤（化名）出生於嘉義縣大林鎮，圓妹家務農為生，因為是家中老大，從小生活困苦，她說小時候就僅有兩套冬天的衣服以及兩套夏天的衣服，要穿一整年，衣服補了又補。當然，也沒有鞋子可以穿，小學一年級時，父母買一雙布鞋給圓妹阿嬤上學，但要穿到小學六年級。阿嬤一開始就在鞋子前方塞滿著紙

球，等到腳慢慢長大再慢慢把紙球拿出來，因為怕鞋子壞掉，所以只有遠足時才穿鞋子，平時都是打赤腳上學的。

1959 年 7 月，12 歲的她隻身來到臺北找工作，透過仲介到別人家幫傭，幫別人看小孩、顧家，吃住都在別人家，所有掙來的薪水都寄回嘉義給媽媽。

因為工作，圓妹阿嬤遇到了她的老公，老公是個油漆工，婚後生活過得很辛苦，兩個人租了很小很小的房子，老公都在工作，生活很忙碌，圓妹阿嬤則在家做一些手工，貼補家中經濟。孩子長大外出工作後，阿嬤便租了一台小堆車，夏天賣冰，冬天賣肉圓，阿嬤總說，他做事情很仔細認真，因此，小生意越做越好，後來買了家小店面，一直工作到這幾年，她才將店面租出去與先生過著退休的生活。若沒外出旅遊，她便會來據點上課，她總說，小時候欠栽培，趁現在還有機會她要好好學習。

筆者因和據點長期合作，因此，在他們成立社區照顧關懷據點時，便邀我來幫長輩們帶一些有趣的課程。設計據點課程，我首先思考的是長輩們的成長背景，這裡的長輩不識字者居多，但他們大都北上謀生，為了在台北能生活下去，所以他們必須不斷地思考因應生活中的任何改變，所以，這些長輩們頭腦及手都非常靈活，於是我便設計藝術手作課程，讓他們發揮所長，並藉由簡單手作建立自己的美感生活，創造自我價值。

穿上高跟鞋代表出頭天

9 月中旬（2019）我帶著長輩們一起做「高跟鞋」，我們的長輩從小備極辛苦，別說高跟鞋，一般的皮鞋對他們而言，就是奢侈



阿嬤認為穿上高跟鞋象徵出頭天。陳靜姿提供

品。除了經濟環境買不起外，她們從事的都是勞動力工作，也沒機會穿高跟鞋，對她們而言，高跟鞋是上流社會的象徵，也是她們的夢想，能穿上一雙華麗的高跟鞋，代表著出頭天。因此，我就邀請長輩們為自己設計一雙高跟鞋。

課程中，長輩們一邊做一邊興高彩烈地說：「等一下我要穿著它回家！」

我回：「好，那我們要不要穿著它一起去逛夜市？」

長輩們齊聲說：「好！」

二個小時就在歡笑的對話中，完成了屬於自己獨一無二的高跟鞋。

課後長輩們紛紛將自己的作品拍照，說是要和朋友分享。為了供長輩們拍照，我將高跟鞋整齊排列。有幾位長輩們就說，鞋子不能這樣擺設。於是他們就自己動手將鞋子擺得像百貨公司鞋子專櫃那樣。

萬華據點的長輩們在父權資本主義的思想影響下，通常被要求成為家中的照顧者，

身處貧困的環境中，她們必須出外工作或者做家庭代工，付出廉價勞動力以謀得生計，但家務上的勞動也是他們必需承擔的，生活極度辛苦。尤其是她們的婚姻通常不是她們所選擇的，但他們在家父長制文化的要求下，仍找到自己的位置努力耕耘，然而現在她們就是想要在自己的晚年有更好的生活，想要唸書、想要再成長，想做自己曾經想做但未能實踐的夢想。



課程中，阿嬤們說要穿著高跟鞋回家。陳靜姿提供

基於這個發想，我就邀長輩們為自己設計一雙華麗的高跟鞋，這雙高跟鞋不是為了取悅男性，不是跨國資本主義下的廉價勞動力，而是為自己期望而精心設計的產物，長輩們藉由手作將各自的美感呈現出來並具有其獨特性，所以這雙高跟鞋不只創作，更多的是包含著自己的美麗與寵愛；這是一雙專屬自己的奢華高跟鞋。



註：陳靜姿老師在環宇萬華據點擔任老人課程講師，每兩周上課一次，已持續二年時間。陳老師上課內容豐富，主要是運用哲學思想，透過日常隨處可得的物品，將其創作變化成其他物品，卻能保持著原物品的價值觀。老師擅於溝通表達，在輕鬆的氛圍中啟發生命的意義價值，引導長者從不同的觀點與角度看待事物，豐富長者自身生活品質，同時擴展嶄新的創意發想與生命經驗。



如同家人 陪伴你

都有一個不為人知的故事……
原來每一位長者背後，

文／王淑玄 專員

古亭據點代表台北市中正區到劍潭活動中心，參加了市級「長者活躍老化競賽」，50幾位老人們身著隊服光鮮亮麗上台，臉上露出喜悅的笑容，伴隨著活潑動感的音樂，表演著充滿活力的「健康經絡操」，動作整齊劃一，連台下的觀眾都站來一起跟著律動。

對長輩們而言，每周練習兩次，每次2~3小時，這的確是一份很吃重的工作；然而看到他們認真學習的態度，一種努力不放棄的精神與態度，真的讓我非常感動。其中有一位80歲的爺爺，儘管推著助行器，頭戴安全護帽，依然在舞台上的最角落，以著總是跟不上的節拍，展現出生命最動人的篇章。

他是蔡大哥，去年在據點三總門口遇到他，經過誠心邀請，終於來到聚點。蔡大哥

行動不便，出入都要仰賴助行器。每次長者共餐，所繳的費用都是一堆零錢，而且上面總是有油漬，引起我們好奇。後來發現，那是他兒子做小吃，生意不好偶而才會給他的零錢。蔡大哥生活艱苦，常常是以泡麵或白飯度日，我們決定免費提供他一起共餐。

後來，我們想把日常用品等物資提供給蔡大哥，就在協助搬運物資去他家時，赫然發現，他的住家凌亂不堪，環境無人整理。社工訪談之後，才知道蔡大哥已經很久都沒跟家人聯絡了，只是一人獨居，跟這世界幾乎沒有往來。更糟的是，家裡沒有熱水器只能用電鍋煮熱水洗澡。

來到據點後，蔡大哥開心說：「每天最想來唱卡拉OK，那是我最快樂的時刻！」唱歌可以讓他忘卻煩惱，更可以讓他與人互動，增進社交活力。通過志工的關心與照顧，讓蔡大哥感受到如同家人般的溫暖。慢慢地，蔡大哥改變了很多，除了更有笑容，體力也更健康起來。

像這一次比賽，他也有上台表演，雖然行動不便，但還是盡上最大的努力，一起做動作。他不是為了爭取榮譽，而是為了跟大家站在一起，因為我們是一家人。

曾經問蔡大哥：「為什麼你只是一個人住？」他說，其實他是南部的北港人，媳婦覺得他講話很大聲，對她很兇，所以相處不合。蔡大哥說：「北港人講話本來就很大聲，我沒有對她很兇啊。」可能是人與人之間相處的問題，造成他現在的結果。

目前妻兒都沒有跟他往來，我們希望通過社工幫助他，讓他與家人能夠慢慢連結起來，據點所有人都很關心蔡大哥，希望他能重享天倫之樂。

#2019 聽見偏鄉的呼喚 慈善音樂會



用音樂 把愛送到遠方

編輯室 / 呂學智



環宇基金會於 11 月 6 日在中和區四號公園文創演藝廳，舉辦年度活動「聽見偏鄉的呼喚」慈善音樂會，圓滿成功。活動主要目的是想藉音樂會呈現基金會年度的成果，並募集下一年度的服務經費，期盼社會大眾共襄盛舉，關懷偏鄉弱勢族群。

開幕首先由南投據點的孩童以《太鼓大開場》率先表演，大小朋友們的動作整齊劃一，氣勢非凡，看得出來是經過長期努力練習的成果，孩童的表情認真投入，在震撼的鼓聲中，更是令人感動。

本次活動是環宇首度以慈善音樂會的形式舉辦的成果發表會，除了由服務據點的小朋友上台演出之外，非常感謝邀請到著名陶笛音樂家游學志（陶笛阿志）、烏克麗麗達人陳信源、豎琴獵人李哲音，以及獨臂舞者王蜀蕎。



節目與場地都是精心安排，不管是陶笛阿志的《森林狂想曲》、陳信源的 solo 或是李



哲音的《台北的天空》，每一首曲目都令人陶醉。最值得稱許的是，新莊、萬華、彰化的孩子們與阿志老師共同演奏的《日光稻香》，感情流露、真情動人，可說是完美的合作。

曲目中搭配王蜀蕎老師的美妙舞姿，令人屏息陶醉，除了賞心悅目之外，可說是一場豐盛而優美的音樂饗宴。王老師親自分享自己生命的路程，如何克服身體障礙與旁人的揶揄嘲笑，非常正面與勵志，讓人印象深刻。

特別感謝大愛廣播電台的王志成擔任主持人，介紹了環宇在全省社區所做的各項服務，並協助義賣花蓮據點的烘焙點心。特別是義賣陶笛 CD 唱片時，達到了會場的巔峰，搶標價

碼聲此起彼落，節節高昇，最後更由一位善心人士以十萬元得標，贏得滿堂喝采。

得標的善心人士表達，為了確認，很認真親自走訪了環宇的許多據點，「看到了環宇很用心很紮實的在服務，環宇真的很棒，值得給予贊助！」

助人不僅是一種美德，更是一種志業！環宇基金會長期關懷偏鄉，陪伴弱勢孩童，積極為他們培養品格與開發志趣，期盼更多善心人士或企業團體鼎力相助，讓我們成為他們《隱形的翅膀》，幫助這些需要協助的家庭和孩童，度過生命的艱辛時期，在未來飛向自己的一片天空。



新老師的 班級經營分享

文 / 曾慶瑄 課輔老師

從剛到職，到上學期結束為止，我一共工作了 63 天。這不到一個學期的時間，是我生命中難得的經驗。長期以來，我的興趣就是當志工，教小孩子玩、帶活動、帶夏令營之類，但過去都是以志工的角度出發。

沒想到來到環宇基金會，讓我有機會將自己的興趣轉變成賴以維生的工作。於是我開始思考，如何將自己的能力及熱情，有規律和系統的運用在每天的課輔班之中。每次到課前，我都會先規劃好當天的流程：

- 1 通常國小生就是完成功課，國中生就是準備明天考試。
- 2 翻閱學生的聯絡簿，看有無新的消息，再跟社工討論是否有基金會的要求，進而再修改或加入相對應的部分。
- 3 實施基金會基本要求的課程，如品格教育、外聘課程（相聲）；通常我會在星期六日先準備好，然後在星期三帶活動，或是幫學生複習外聘老要求練習的作業。
- 4 就是我自己想安排的活動，例如桌遊、整理圖書、戶外活動，或跟孩子談心之類。

每當學校下課後，孩子們陸續進課輔班，我會在白板上用藍筆寫下今天的課程大綱，然後用紅筆寫下下課的時間如 5 分、10 分、15 分等。當然也會依照當天的情況，適當調整順



序，例如國小生早來，就會讓他們先寫功課，下課 10 分鐘再吃飯，然後再作其他事。

國中生較晚來，就會讓他們先吃飯，然後指定他們該做的事，吃完飯後再去找他們互動，直到七點之後大部分孩子回去之後，我再開始清掃環境跟處理情況較麻煩的孩子。等所有孩子都處理完只剩下我一個人的時候，我會依照社工的要求，把每個孩子今天的發生的事，寫在聯絡簿上。

除此之外，我也會把這些有系統地紀錄自己電腦裡面，成為我自己的資料庫。在資料庫裡，每個孩子都有自己專屬的一個筆記本，包含了文字、照片及影片，都依照日期排列。有了這些資料，在未來備課的時候，就可以根據這些來作出適合個別孩子，或是某種類別孩子們的教案。

在這個不能體罰的年代，而且班級混齡又相當嚴重的情況下，我覺得我無法要求孩子們太多，或只能等孩子一旦閒下來，才找事情給他們做。作為老師，我的目標是準備好各種不同的工具，教他們各種不同的學習方法，提高他們的學習動機，讓他們自己主動想做，進而

主動去填滿自己的時間，我的角色就是引導他們而已。

經過這個學期的鍛鍊，我大概找到有一些工具可以使用，比如他們所學會的桌遊，小房間的圖書室閱讀，或做勞作像手足球盒或是氣球火箭，又或者是最近要給他們使用的均一線上平台。有了這麼多「好玩」的東西，各式各樣的孩子就容易在課輔班裡找到自己的定位，這大概是所謂差異化教學的做法，也是我未來希望能達到的班級經營理想。

當然，現實之中難以如此完美，現在每次上課要是能夠達成六成我所準備的，我就覺得非常難得了。而我也有很多不足的地方，例



如，某幾位小孩會拖到很晚才回家，或對女生比較難以同理她們的行為等等，這都是我以後可以改進之處。這一學期結束之際，也謝謝社工敏惠老師，以及基隆據點志工們的支援，希望之後我的班級能越來越上軌道，往理想目標邁進。



健康補給站

氣溫驟降的保健之道！

環宇基金會與台灣威瑪舒培有限公司合作，長期致力於社區長者關懷，舉辦相關課程及講座，帮助大家擁有健康樂活的人生！



疾病急發愛找那些人？

台灣的冬天冷熱溫差大，遇到冷氣團來襲，驟降的低溫就會讓血管緊縮、血液循環不良，特別容易造成心血管疾病暴發或誘發呼吸道疾病，增加心臟病、中風以及耳鳴暈眩等症狀發作的風險，尤其是年長者以及糖尿病、高血壓等末梢血液循環不好的病患，更是高風險族群。

樂奕診所陳芳雯院長說，氣候變遷造成極端的氣候型態，更加重這類病患發作的風險，因此日常生活保養更是重要。

東北季風氣溫驟降，該如何保養及預防？

陳芳雯院長表示，冬季要特別注意頭頸部保暖，老年人會常會發生椎骨動脈閉鎖不全，造成頭部的血液循環變差，最容易吹風受寒，導致微血管收縮，很可能引起中風，最好戴帽子或用圍巾來保護。服用銀杏葉萃取物可以改善末梢血液循環，同時也要記得多喝水，水分不足將導致血管內血液黏稠度增加，建議每天最好要喝2000cc以上。

如何選擇原廠銀杏？

末梢血液循環不良有越來越年輕化的趨勢，市面上銀杏葉萃取物種類繁多，可向各診所醫師詢問，陳芳雯院長建議挑選德國原廠的銀杏葉萃取物為佳；可以幫助末梢血液循環，保護神經不受自由基破壞，更可預防中風，或是中風後身體的改善與再發生。



很幸運的，由於暑期工讀而接觸到環宇基金會，我錄取了這一份工作，因為自己家庭從小受到很多人幫助，長大後，一直想要回饋社會去幫助別人。

在整個暑期營隊中，小朋友們很可愛，但也有很可惡的時候。回想起來，印象最深刻的是一對姊妹，姊姊在盛怒時，動手打妹妹的畫面，令我深深烙印在心中。會使我感觸這麼深，其實是因為我覺得這姐姐和我小時候很像，小時我的脾氣很倔強，加上爸爸偏愛妹妹，妹妹又愛撒嬌，使我心裡覺得極度不平衡，特別是我對於表達和撒嬌很不擅長。

和妹妹吵架時，總是被爸爸訓斥得很嚴厲，於是對她敵意更深，覺得我這麼不被疼愛都是因為她的緣故。或許是出於忌妒，我們之間的相處，就和這對姊妹一樣，平常可以好好的，但一生氣逮到機會，就會咬著妹妹不放，不斷欺負她，想讓她體會我的不開心。

但隨著時間而長大，父母也離了婚，我們都各自越來越懂事了，發現，原來有人互相陪伴，是多麼幸福的一件事，而我們的感情甚至比以前更好。營隊中姐姐的行為，讓我想起了小時候，那個曾經很難過、很落寞的我，因為有過那種感受，對於她的心情我更能理解。

在訓斥過那位小姊姊後，我分享了自己的心路歷程，以及我的後悔。雖然不知道她能聽懂或聽進多少，但在營隊的後半段，我明顯感覺出她的進步，不論是作業方面、課程方面，或是和妹妹互動上，都有很大的進步。幸運的是，妹妹並沒有因為姊姊一時的情緒失控而討厭或不理睬姊姊。

我始終覺得，不可能存在那種一直感情很好、永遠不吵架的兄弟姊妹，只是吵架會這麼頻繁和激烈，一定是有原因的！在她們身上，除了個性之外，我覺得爸爸媽媽才可能是最主要的影響因素。就我小時候的經驗，如果父母給予的關愛不平均，真的會讓另一方感到冷落孤單，甚至變得消極與憤世嫉俗。

看著她們，一邊覺得她們真是很愛搗亂、製造紛爭，另一邊又很替她們心疼，為她們感到擔心。此外，在暑期營隊中，我也看到並學到了其他很多東西，發現自己真的太幸福了！而我要給自己的勸戒就是，除非確定和準備好生育再誕生下一代，否則有太多孩子都是因為家庭之故，無法得到完整的愛和物質生活，讓他們在人生中，增添了種種令人心疼的經歷。最後，再次感謝這樣的經驗！

一對愛吵架的姊妹



文／工讀生 鄭珺文

把愛送到尼泊爾之一！

希望磐石計畫 / 資助人 王莉雯

在網路上搜尋了很多資料，最後還是選擇了環宇，主要是看到基金會的服務和影片，感到非常用心，令人感動。在資助期間，我不定期收到小朋友的回饋，例如孩童的成績單，或是他們親手寫的卡片，從來沒有間斷過，讓我很開心。

可以看到受資助的小朋友不斷長大，知道他的功課如何，美術或體育的學習狀況。這不像一次性的贊助之後就音訊全無，而是可以完全清楚他們的狀態，收到他們的卡片與回饋，讓我覺得很溫馨、很溫暖。

環宇很用心落實在貧童資助這一塊，而且還有志工團和愛心訪視等，我可以看到我贊助的金錢被妥善的運用。一個月 600 元對我來講並不是很大的負擔，對一個上班族來講，每個月少喝幾杯咖啡就可以了，這樣的效益很高。

我先生問資助貧童要多少錢？我說每月只

要 600 元，他說：「這麼便宜，那我也要！」此外，我覺得通過這個方式也可以做國民外交，讓外國人看見和認識台灣，我相信這樣的效益也很大，不必像政客一樣花大錢。



基金會紮紮實實的在幫助一個孩子，特別是在教育方面，我覺得非常有意義。我相信只有教育才可以翻轉貧窮，如果孩子連上學的機會都沒有，那將來就更沒有辦法改變命運了。

很感恩環宇基金會幫助我把愛心擴大，而且把我們的錢做這麼有效的運用，可以幫助一個孩子甚至他的一生。感謝環宇給我這樣的機會，讓我可以把愛傳遞出去，歡迎大家一起共襄盛舉。

把愛送到尼泊爾之二！

希望磐石計畫 / 資助人 張雁婷

我是 Lahakpa (Salaka) Sherpa 的資助人雁婷。在此準備了一些點心供孩子在三餐外食用，為了避免其他孩童自覺有所缺失，或產生羨慕之情，所以按照院同數量各有 18 份。有些是同款不同口味的，讓他們可以交換分享。因為不知當地的衛生條件及習慣，另外準備了牙膏數量 20，考量有校長和社工，以上。麻煩您們轉交，並真心感謝所有參與其中的人員。



雪巴曙光 募集物資

陪伴尼童度過寒冬

出團時間：2020/2/1~2/12

發放對象：高山小學 (1~5 年級)、
育幼院院童 (1~12 年級)

聯絡：(02)23660743-315 李小姐

募集項目	規格	數量
發熱衣	100-160cm	100 件
保暖背心	100-160cm	100 件
身體乳液	不限	30 瓶
牙膏牙刷	小號	100 份
鉛筆、筆袋、橡皮擦	不限	100 份
教學用小蜜蜂	不限	2 組
戶外喇叭	不限	1 組

用愛給尼國貧童 一個未來

轉載自人間福報 / 記者李祖翔專題報導

「記得童年的夢想嗎？」尼泊爾有群孩子為夢想堅持，七歲的 Pasang 要努力讀書成為飛行員，十二歲 Sanam 要當醫生，十四歲 Lhamu 要當老師，十六歲 Asmita 要當助人的社工……他們來自夢想集散地，一所台灣人為災童創立的「雪巴育幼院」。

二〇一五年尼泊爾大地震，雪巴村落全毀，倖存者難過地對孩子說：「這裡找不到你的人生了，去首都加德滿都吧。」但誰會對弱勢孩童伸援手？這時由台灣人打造的貧童樂園出現了。

育幼院位在加德滿都邊緣，助孩童上學及衣食無虞，創辦育幼院的基金會表示，雖然山上孩子不適應城市，使用廁所、刷牙都要學，課本看不懂，但都明白不學就沒未來。五年過去，十八個孩子中的十二人取得優異學業成

績，十四人跳級成功。為犒賞他們，育幼院每月煮一次豪華大餐，「就是台灣人天天都能吃到的餃子」。

不忍再拒絕苦孩子 將擴建夢想空間



如今孩子長大，三十坪空間太擁擠，二到三人共用一床，院方無奈常得拒絕孩子入住，有對孤兒姐妹，生活、教育費要自己賺，整天只吃三個小甜甜圈，「但我們的空間已不敷使

用，只能比照院童生活水準，提供每人每月兩千元台幣，照顧生活與食宿到高中畢業」。

基金會立誓擴院，為順利募款，基金會人員上月帶義工楊美枝、洪選威和愛心大使詹喬愉到尼泊爾，將孩子受助後的轉變分享出去。

詹喬愉是台灣登頂聖母峰的女性第一人，每次登喜馬拉雅山都請雪巴人當嚮導，卻未到過他們居住地，此行才知山上都住帳篷，品質竟比登山用的差。拜訪一個個家庭後，她感慨「窮不是最可怕，可怕的是一代代都沒有受教機會」，住貧民窟的 Nima 讓她印象最深，雖在基金會資助下讀得起醫學院，但學生常得官員同意才有上課可能。



為玩老鷹抓小雞 女孩舉動讓人心疼

楊美枝在雪巴演講，講到地震，孩子都偷抹眼淚，因為親人與房子都一夕消失，「很多孩子說，下雨老師就不上課，但他們想上課，想學外語，快些改變命運」。相比當地一般育幼院孩子十年才能返家一次，雪巴育幼院更人道，每年可返家一次，讓孩子沒有被父母遺棄的感覺。她難忘有個衣著襤褸的女孩在育幼院門口討錢，拿到錢卻還給院長，

問：「我可以和大家一起嗎？」並望向在玩「老鷹抓小雞」的院童，原來對當地孩子而言，玩和讀書都可遇不可求。



洪選威訝異孩子很有禮貌，雖語言不通，參訪寺廟時七歲男童主動勾他的手當導覽，甚至把剛學會做的吊飾綁在大哥哥手上；當洪選威用橡皮筋勾出星星圖案，孩子們震撼不已，圍住他要學，他說：「我好感動，學好的人轉身就去教其他孩子，『與人分享』的教育在他們身上落實了。」

義工都感受到育幼院注重孩子品德的苦心，那裡的大孩子會照顧小孩子，吃飯排隊禮讓小小孩，客人來時主動奉茶、幫忙穿拖鞋直到合腳，好品格有目共睹，也深信他們能改變命運。





*捐款人		*身分證字號	
E-mail		*電話	
*收據抬頭	<input type="checkbox"/> 同捐款人 <input type="checkbox"/> _____		(*星號欄位必填) *統一編號/身分證字號：_____
*收據寄送方式	<input type="checkbox"/> 不寄 <input type="checkbox"/> 每月寄 <input type="checkbox"/> 年度彙總寄出	*刊物寄送	<input type="checkbox"/> 不寄 <input type="checkbox"/> 郵寄 <input type="checkbox"/> E-mail
*收據寄送地址	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>		
<input type="checkbox"/> 同意授權將捐款資訊提供國稅局作為年度綜合所得稅捐贈資料之歸戶作業之用(不勾選即表示不同意，須自行檢據申報)			
<input type="checkbox"/> 願意收到雙月刊，寄送方式： <input type="checkbox"/> 電子郵件 <input type="checkbox"/> 紙本郵遞			
年齡： <input type="checkbox"/> 20歲以下 <input type="checkbox"/> 20~25歲 <input type="checkbox"/> 25~30歲 <input type="checkbox"/> 30~35歲 <input type="checkbox"/> 35~40歲 <input type="checkbox"/> 40~45歲 <input type="checkbox"/> 45~50歲 <input type="checkbox"/> 50歲以上			
性別：_____，學歷： <input type="checkbox"/> 高中(職) <input type="checkbox"/> 大專 <input type="checkbox"/> 碩士以上，職業：_____			
婚姻： <input type="checkbox"/> 未婚， <input type="checkbox"/> 已婚，訊息來源： <input type="checkbox"/> e-mail <input type="checkbox"/> 臉書 <input type="checkbox"/> Line <input type="checkbox"/> DM <input type="checkbox"/> 介紹人：_____			

捐助弱勢兒少、長者、婦女之餐費及各項服務經費，請於 內打✓

- 一、捐款項目： 支持本會各項服務經費
- 國內弱勢服務、長者及婦女服務經費 爵士鼓專案 獨輪車專案
 國外貧童認養 育幼院建院專案 甲狀腺女孩專案
- 二、捐款金額： 每月捐 2,000 元
- 每月捐 1,000 元
 每月捐 600 元
 每月捐 _____ 元
 單筆捐款 _____ 元



環宇 LINE@



環宇 粉絲團

捐款方式

信用卡扣款

發卡銀行：_____ 有效期限：_____ 月 _____ 年 (西元)

信用卡別： VISA MASTER JCB 美國運通卡

信用卡卡號：_____ - _____ - _____ - _____

身分證字號：_____

捐款期間：1. 終身 2. 自 _____ 年 _____ 月至 _____ 年 _____ 月為止

持卡人簽名：_____ (簽名務必與信用卡背面簽名樣式相同)



線上捐款

郵政劃撥：13926664 戶名：財團法人環宇國際文化教育基金會

銀行匯款 (*匯款後請來電告知捐款人抬頭、金額、帳號後 5 碼)

戶名：財團法人環宇國際文化教育基金會，銀行：中國信託 公館分行，帳號：347-5402-6523-3

本會遵守「個人資料保護法」規定，妥善保護您的個人資料，僅限使用於本會寄發月刊、活動訊息、活動報名等資訊。您可隨時與本會聯繫，行使個人資料權利，包括：查詢、閱覽、複製、補充、更正、停止蒐集、處理或利用、請求刪除等。

貝活早餐店 愛心加倍

文 / 陳淑真 專員

「貝活早餐店」座落在三重區五華街的巷弄之間，老闆夫婦樸實勤勞，開店經營了8年多，每天一大早就開店，準備美味的餐點，親切地服務居民，特別是那些趕著上班或上學的人，成為了街坊的好鄰居。

老闆夫婦樂善好施，一直關心弱勢老人和兒童，總有一顆想要做公益的心，擺放環宇撲滿也4年了。因為經濟不景氣，零錢箱的捐款也越來越少，於是願意拋磚引玉，在自己店內公布欄張貼環宇的服務成果，一邊推動「客人捐多少錢，自己就捐多少錢」的方案。

一段時間後，許多客人也跟著響應，讓我感動的是老闆說：「自己有能力幫助這社會，



◀零錢箱上方，貼了一張醒目的字條：「大家一起做好事，您捐多少，貝活就捐多少，謝謝大家！」



能多做一點就多做一些。」有一次收款，累積了4個月，共有5000元零錢，老闆也捐了5000元，總共1萬元，愛心加倍，讓我感覺到愛心滿滿。

「貝活早餐店」老闆夫婦，讓我感受到社會充滿了溫暖，也就是因為有這些社會大眾的愛心，才能讓弱勢家庭持續被照顧，減少社會問題。在此特別感謝他們，希望善緣可以傳遞，福澤廣披，也祝福「貝活早餐店」可以越做越好。

送愛

認購計畫



499年菜組

888年菜組

認購時間 即日起至109/01/15 到貨時間 109/01/22

牽起你我愛心 將愛的力量傳遞出去



環宇國際文教基金會



熊媽媽買菜網

機構名稱：環宇國際文教基金會 勸募字號：衛部救字第1081360551號



環宇愛心碼 711

讓愛不打烊



International Cultural Educational Foundation



環宇國際文教基金會

02-23660743 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。

募款專案

雪巴育幼院建院

幫助更多尼泊爾的偏鄉弱勢孩童。
誠邀您共同參與，集結大眾力量，將愛心遠播。



- 建院經費預算
- 第一階段 建築材料 200萬
- 第二階段 施工費用 70萬
- 第三階段 裝潢費用 90萬

2015年尼泊爾強震之後，環宇基金會在加德滿都，設立「雪巴育幼院」收養18位孩童，負責陪伴照顧，以及協助就學。

現階段的房舍空間狹小，不僅床鋪不足，而且僅有一間衛浴可供孩童輪流使用。為了院童的成長環境，以及提供更完善的教育功能，推動建院計畫實乃當務之急。

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：02-23660743

《財務報表及捐款芳名錄請見環宇官網》

2020 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！