

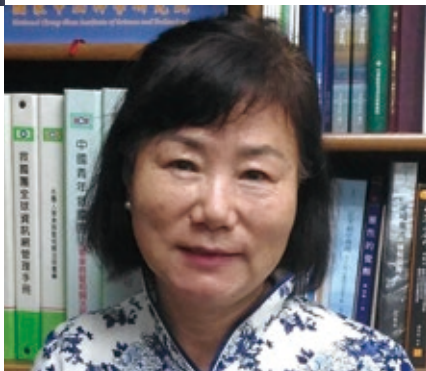
**主題專欄**  
「地上 30 公分的視界」  
一位動保志工的觀察與反思



**社區服務廣播站**  
明興社區、忠順社區  
順興社區、榮光社區



**愛心放大鏡**  
真人圖書館 — 曾麗雲  
彩虹愛家協會 — 連思慧、王基慧  
張老師基金會 — 劉愛玲



臺北  
志臺



No.19  
2016.09

**活動花絮 & 培訓事件簿**  
活動花絮照片  
臺北市志願服務推廣中心各項訓練簡介  
關於世界大學運動會志工



- 1 **主題專欄**  
「地上 30 公分的視界」  
一位動保志工的觀察與反思
  
- 6 **社區服務廣播站**  
明興社區、忠順社區、順興社區、榮光社區
  
- 11 **愛心放大鏡**  
用生命陪伴憂鬱病友的志工  
—— 曾麗雲  
用愛與行動改變孩子生命的彩虹媽媽  
—— 連思慧、王基慧  
張老師基金會志工督導  
—— 劉愛玲
  
- 17 **活動花絮 & 培訓事件簿**  
活動花絮照片  
105 年度志願服務成長訓練招生簡章  
關於世界大學運動會志工  
臺北市志願服務推廣中心簡介  
徵稿啟示

# 「地上30公分的視界」 一位動保志工的心路歷程與反思

陳光輝 國立中正大學政治學系副教授

每個人看到的世界不太一樣，從不同的高度也會看到不一樣的景象，體會，自然也不相同。

從小到大，常被鼓勵著要像大鳥一樣展翅高飛，飛得越高，看得越遠！所以，我們一直在追求要進步要前進，似乎，我們整個社會有了不少的進步，不過，在過去這幾年，我有個機會學習到從另一個不一樣的高度來看這個世界。這是一個學習的過程，開始時，我們沒有想太多，也沒想到這個改變對我和我的家庭有這麼大的影響。故事，是從領養一隻幼犬開始，牠叫雅雅。

2011年，我們家從台北市的流浪動物花園認領了雅雅回家，牠大概四個月大，很可愛的米克斯黃毛幼犬，毛色不太勻稱，有些地方較黃，有些較淡。在牠被帶到流浪動物花園接受照顧跟醫療之前，牠與牠的哥哥跟著一位拾荒老先生過生活，老先生自己過得不好，但很努力地從外面帶回廚餘來餵飽跟著他的一群狗。當時的雅雅跟哥哥一身疥癬，毛都掉光了，皮膚也快成了硬梆梆的一層殼。經老先生同意後，雅雅跟哥哥被帶回流浪動物花園照顧，經過細心照料後皮膚好了，毛長出來了，因著緣分雅雅來到了我們



陳光輝教授與孩子們

除了雅雅(右)，光輝老師陸續從流浪動物花園帶了雪酪(左)、果凍回家，也常在臉書上與朋友們分享生活故事。

家。兩個孩子很開心，每天從學校回來就跟雅雅一起玩、一起睡覺，我跟太太覺得這是個很棒的決定，不僅讓我們兩個女兒的童年豐富許多，也讓我們家變得更生動更有趣。

因為雅雅，我漸漸開始留意起身邊的流浪犬：馬路旁、巷弄裡、校園裡、超市門口、市場裡、海邊、荒野山林裡，原來到處都有流浪犬！我也試著去瞭解流浪犬的生活，牠們多數時候是飢餓的，也隨時面對著各樣的危險與災難：狗狗之間的鬥毆、車禍、捕獸器、疾病、毒餌以及人們的追捕。相較於照顧妥善的家犬有十餘年的壽命，多數的流浪犬活得並不久，研究發現牠們的平



陳光輝教授與兩位孩子一起服務

重視生命教育的光輝老師，經常帶著孩子一起從事服務工作，不僅從小讓她們學會尊重生命，更讓她們立下了成為獸醫為動物服務的志向。

均壽命大概只有短短的兩、三年。

我任教的學校在鄉下地方，是一個被鳳梨田所環繞的校園，這樣的環境應該是悠閒安逸的，但因為留意流浪犬，我心裡開始有越來越多的不安。漫步鄉間時，經常遇見被鳳梨田裡捕獸器夾斷腿的浪犬，甚至見過幾次血肉模糊、骨頭外露，腳上還拖著捕獸器的流浪犬，當時的我不曉得牠們終究去了哪裡，也不敢多想。此外，我也常常遇見剛被棄養的狗狗，一整窩的幼犬就被丟棄在這荒野裡，這些被棄養的狗多是母狗，因為人們覺得公狗比較能看家，而且不會懷孕，所以母狗常被丟了出來；看著這些景象，心裡的無奈與無力持續增加，直到後來在友人的協助下，我加入動保志工的行列，開始做一些流浪犬的救援工作，才真正地跨進浪犬們生活中。

臺灣社會在討論的流浪犬時，常常把矛頭指向公立收容所，特別是電影「十二夜」上映後，大家都說收容所是人間煉獄，流浪犬一旦進了公立收容所不是得了傳染病而喪命，就是落得「人道處理」的下場。在進入

公立收容所前，我有過一段掙扎，理性來說，要瞭解流浪犬的狀況，我應當走進去，可是，一旦走進去，就必須面對裡面的慘狀，我心裡十分不願意，那是一種兩難與矛盾；最後，在心裡武裝了自己後，我還是走了進去，去面對也許是每一位動保志工都曾面對的殘酷事實。

當時我常去的是一個軟硬體設施都很不理想的收容所，進入到那裡的浪犬處境真的很差，幾次看著生了病、受了傷的狗，無法接受醫療，就這樣喘息著，身軀佈滿蒼蠅，痛苦地等待著生命的結束，而這樣的經驗也讓我開始相信，在流浪犬的世界裡真的有生不如死這件事。可是，我的用意並不是要指責公立收容所裡的工作人員，正因為親身走進公立收容所，我不僅看到命運乖舛的浪犬，也遇見了多位認真負責但心中盡是無奈的工作人員。

公立收容所的人力與經費相當有限，種種的規範與法規的限制，使得很多我們認為必要與最佳的處置方式，在這裡完全行不通。我們覺得不忍、生氣，但收容所裡的公職獸醫師也未嘗不是如此？他們不僅要面對身為獸醫師卻無法救治眼前受難動物的挫折，還必須決定曾經照顧過、親如家人的狗狗，哪一個是下一批人道處理的名單；除此之外，外界對他們的指責又是何其大的壓力？有多少人能夠承擔得起？這樣的職場環境與他們當初選擇以獸醫師為志業時的期待有著極大的落差。於是，我們看到了辦理與



陳光輝教授一家

因為家人的支持，光輝老師家多了幾位特別的「毛」孩子，也因為幾位毛孩子們的加入，讓整個家充滿更多溫馨的故事。

執行動保業務的公職獸醫師們陸陸續續離開了收容所…

說到這裡，一定會有讀者跟我說：「你怎麼盡幫流浪狗說話！你沒想想流浪狗造成了多少問題！會追車、會咬人、會製造髒亂，還會亂吠吵人！」沒有錯，不是所有人都喜歡狗，我們也不應當如此期待跟要求。其實，我認識的朋友當中有不少是怕狗的，在照顧或是救援流浪犬的這個圈子裡，也不是每個人的想法都是一樣的，有人純粹是於心不忍，有人是因為信仰的關係相信輪迴或是業障之說，甚至有的人會因為利益的關係而從事流浪動物的工作。

流浪動物製造那麼多問題，為什麼還要耗費這麼多人力跟資源來照顧他們？我的想法很簡單，我想用另一個提問來說明：「怎麼會有那麼多流浪動物？」簡單來說，人們因為各種需要，例如工作上的需要或是陪伴的需要，而將一些動物馴化成為陪伴動物，

讓牠們與人們有著很密切的關係，使牠們高度依賴人們而存活，也因為人們自己的偏好，不同品種的寵物就這樣被製造出來，有些人甚至做起了這樣的生意。

以狗狗為例，從事寵物繁殖業的廠商，讓種公、種母持續生下幼犬，進行買賣獲利，直到這些種公、種母不具生產力或是不具經濟價值後，不肖廠商為了減少成本就將他們放逐成為流浪犬。有些人則是只在乎自己的需要，當牠們老了、病了，或是覺得造成了生活上的不便或是負擔時，就直接將牠們棄養了；也有好些人，不願善盡飼主責任，不願意幫牠們結紮，還放任在社區裡自由行動，結果懷了孕、生下幼犬，這一窩又一窩的幼犬不好處理，於是就被送進了收容所或是被棄養在某個角落裡。

簡單來說，除了原本的流浪犬所產下的原生流浪犬之外，不肖繁殖業者、遭受棄養的家犬、放養式家犬所繁殖的幼犬都是造成



#### 帶學生參訪收容所

將服務理念與教育課程融合，以「公民、政府與動物：臺灣社會的流浪犬」的通識課程，帶領學生學習了解「地上30公分的視界」。

我們身邊有這麼多流浪犬的原因。這當中，誰的問題最大？是人！因著人的喜好，養了很多狗，也因著人的不願意承擔責任，原來有家的狗被丟棄成了流浪犬！我曾經跟我的學生們一起估計，如果要當一個負責任的飼主，飼養一隻狗要花費多少金錢。如果只考慮最基本的疫苗、飼料、就醫、結紮、驅蟲的花費，一隻狗一生的花費至少需要十萬塊以上。如果也將送狗狗去洗澡、剪毛、買玩具、買營養品或是其他被視為非必須的項目納入計算，一隻狗狗一生的花費可能高達

數十萬元。上面只考慮到金錢上的支出，尚未考慮到照顧一隻狗所需要的時間與生活上的配合。

很多人在決定養狗之前，沒有仔細考慮，一時衝動帶了狗回家之後才發現，原來養狗是這麼的麻煩！每天早晚溜狗、狗狗叫會吵到家人跟鄰居、大小便不好處理、還會破壞家具咬壞東西！結果呢？很多狗狗就被棄養，成為了很多人不喜歡的流浪犬了。這是誰造成的問題？在我看來，這是人們造成的問題。

人稱自己為萬物之靈，是世界的管理者，可是，因著人們不負責任，造成了流浪動物的問題。身為這個世界的管理者，不應當負擔起原本該有的責任來妥善地解決流浪動物的問題嗎？或許，撲殺跟餓死牠們都是能夠讓流浪犬數目下降的方式，但這樣的方式不應當是一個善盡管理之責的「人」會採取的作法。在釐清問題的起源與各種可能作法的影響後，人們應負起責任以最適合的方式來處理，而不是撇清責任而將所有的痛苦轉移到原已是無辜受害者的流浪動物身上。

從留意流浪動物到成了動物保育的志工，我看到了很多以前我未曾注意到的人們跟現象，也認識了一些在照顧流浪動物的「愛爸」或「愛媽」，這些朋友不太容易遇見，因為他們為了避免被指責或是造成衝突，選擇在人們較少出來活動時出來餵食流浪動物和帶著牠們去結紮，避免更多流浪動物的出現。確實，有些朋友沒有在餵食後清理環境造成了髒亂與衛生問題，也有朋友沒有適當地管理浪犬導致牠們追車或是傷人的問題，影響附近住戶的安寧與安全，但請容我幫這群朋友說句話；其實，這些流浪動物的問題不是他們造成的，可是這群朋友卻是用自己微薄的能力和資源，在為社會照顧這些流浪動物。他們的資源不足，我們的社會與政府應當跟他們合作，針對有特殊狀況的浪犬進行安置，降低各種風險。如此，浪犬獲得一定程度的照顧，也可以降低對人們生活的干擾。

2013年有兩部很重要的紀錄片，一是「看見臺灣」，另一則是「十二夜」，一位前輩針對這兩部電影做了一個讓我印象深刻的對比：4500公尺與30公分的不同。「看見臺灣」帶著觀眾從4500公尺的高度看到了臺灣的美，也看到了我們的島是如何被破壞、被糟蹋。若不是這樣的一個高度，我們不容易看到全貌，無法清楚看見我們的環境已經被破壞成這個樣子。「十二夜」呢？它讓我們彎下腰、曲下膝來，從收容所裡那30公分高的鐵籠高度來感受與理解受難動物們的驚恐與不安，也進一步深思為什麼這些受難動物要經歷這樣的痛苦。4500公尺與30公分的差異真是大，不單是高度的差異，看出去的景象更是不同。我們一直被鼓勵要飛得高、飛得遠，可是我也很珍惜過去這幾年因為關注流浪動物，而可以有機會在收容所裡蹲下身來從30公分的高度去看一個不同的世界。因為這個30公分的高度，我有了不同的體會與學習。在從事動保服務的過程中，我看到了人們的任性作為的後果，也意識到了人們要學習負擔責任。

這個社會裡，當然不是只有流浪動物需要我們的關注，社會裡的不同區塊與角落都有不同的人跟現象需要我們去瞭解與關心。如果大多數的我們願意調整自己已經習慣的高度，或許我們彼此之間可以有更多的認識、體諒與支持，這個社會裡的每個人、每個生命應當可以獲得更多的尊重與更適當的對待。🍊

社區服務廣播站

明興社區

關 懷 據 點

文 山區景美溪附近的明興社區經過多年的投入，在社區居民的共識與協力下，以安全、福利、生態景觀為三大主軸，現已成為營造社區所努力的方向，透過社區志工組織的經營與志工的培力，將明興社區打造成全體社區居民的幸福家園。

明興社區有守望相助隊、生態防災志工隊、社區照顧關懷據點服務志工、水環境巡守志工等組織，現有志工人數近130位。每位志工都先接受基礎訓練與服務專業所需的特殊訓練，強化負責領域的各項知能，讓志工都能在各自的服務領域上裡有所表現，藉此增加社區進步的實力，也同時讓居民一起參與社區事務與各項活動的過程，凝聚每一位參與居民對社區的向心力，共同分擔、共同享用成果，讓居民之間的感情更加深厚。

明興社區長年投入於推動安全社區，對於守望相助隊的經營，主要透過巡守志工來協助負責守護家園、社區活動的維護及交通安全；此外還擴大共同守護的功能、提供訪視獨居榮民的服務等。在社區治安的空間營造上，強化照明設備以及後巷環境清潔改善的方式來消除治安死角。安全社區的概念更擴及到居民生活其他層面，例如結合社區藥局推動用藥安全、對於社區長者實施衛教與送藥到家的服務、進行家戶的居家安全訪視以改善居家環境，並培養民眾重視居住安全



明興社區的老人關懷音樂輔療課程，讓參與的爺爺、奶奶透過打擊樂的學習活化手部及腦部。



田園輔療就像真實版的開心農場，參與課程的長者都可以體會自種自收的成就。

生活的觀念。

明興社區的福利社區工作是從照顧關懷據點開始，逐漸推展到社區各弱勢族群以及實踐關懷獨居長者等。為了相應高齡社會的來臨，除了積極推動老人福利、每年也會定期舉辦包粽敬老與重陽節活動之外，社區還會開辦明興大食堂提供共送餐服務，並且結合社會局成立常青大國民教室，做為社區長者的照顧關懷據點與學習中心，不僅照顧社區長者的健康，同時也滿足社區長者的心靈層面。

此外相應社區人口組成結構，也提供「老吾老，以及人之老」的單身榮民關懷。特別的是為社區長者所開辦跳棋班與麻將班，並且定期辦理運動競賽活動，讓長者們





明興社區的各類志工課程和服務齊全，基礎源自於社區志工夥伴們用心的規劃與帶領。

能夠透過各項聯誼與競賽活動展現生命活力，同時透過健走活動，組成規律運動班

團隊，讓長者養成運動的習慣，進而形成社區的文化、凝聚向心力。❤️

## 忠順社區

關 懷 據 點

**忠**順社區自92年成立以來，致力社區營造，其中又以社區綠美化與社區照護為主要發展的主軸，因此長期以來配合志工發展與社區課程規劃，不斷思考如何建立真正符合各階層居民之社區環境。近幾年社區老年人口逐年提升，因此社區更為重視照顧關懷，也因為長期以來努力建立起的服務基礎，反而讓將多數社區視為問題的老年人口，轉換為社區未來發展的重要元素。



忠順社區引進日本方塊運動，藉由反覆在格子中以各種不同順序的踏步，訓練長輩的反應與平衡。



每周進行的運動、舞蹈課程提供長輩們良好的運動機會。

升其自我價值，並開展社區對於照顧的轉折節點。

目前忠順社區的關懷據點志工隊有分成行政組、活動組、共送餐組、

目前忠順社區有巡守志工、環保志工、保健志工、值班志工、圖書室志工、綠美化志工等志工隊，每位志工都認真負責為自己的社區做出最好的實力，也會積極邀請社區居民一起參加社區活動，並同時凝聚社區的向心力，也讓居民之間的感情更加深厚。

目前社區投入於初步規劃在地老化之發展概念。透過空間、志工、社區資源整合，建構網絡，除一般照顧關懷以外，更將介入創造、開發等元素，形塑學習氛圍。服務對象將不再只是被動的接受照顧關懷，反而更能夠建立互動式的照顧關懷之主動行為，提

電話問安組、關懷訪視組大約有30多位志工，每位志工都為了社區長者的照顧關懷認真負責，不僅照顧社區長者的健康，同時也滿足社區長者的心靈層面建立良好的關係，相互關心與著想。在關懷社區提供的服務中日本方塊運動是社區長輩們最喜歡的運動，透過一個節律性的運動，協助年長者多一些肢體的活動，另外，節律性的活動也能訓練記憶力，減緩失智，因此鼓勵長輩們家中可以DIY自己畫格子，與家人一起練習，更能增添家庭和樂氣氛。🍀

## 順興社區

關 懷 據 點

台北市文山區的順興社區關懷據點，社區里長與志工隊用心帶動社區居民投入社區，應用都市型小而美的環境，將順興社區打創造為幸福社區。

順興社區創立社區產業一麵鋪工坊，麵鋪工坊的成立，不僅協助社區就業困難的居民，工坊的食品銷售盈餘，也回饋到社區福



社區營造十分成功的順興關懷據點曾多次獲得媒體報導，對社區夥伴來說就像是一種付出的成就。

利，為順興社區帶來陣陣溫暖，拉近了長輩的距離，也為順興社區注入一股暖流。麵鋪工坊打造成社區特色產業，並與捷運遺失物服務中心合作所開的順興社區的二手商店做為社區產業，並向外行銷，增進社區的財源，作為社區永續發展的第一步。此外還提供弱勢族群就業機會，並與多元就業方案結合，提供中高齡、單親媽媽及低收入戶的就業，也有成功培訓人員再度進入職場。

社區辦理特色社區產業，構想源自於自給自足的觀念，也做為提供社區弱勢的協助管道之一。

順興社區投入於推動安全社區，形成一個基於夥伴和合作關係的跨領域社區互助關懷體系，社區應用寬廣的活動辦理空間，提供各種服務與活動，讓社區與民眾成長與學習，例如社區辦理長青食堂，育兒友善園，結合各項不同班隊，提供居民活動與學習場

域，積極推動社區長者照顧工作，解決當地老化問題。社區與鄰近社區、公所、民間團體互動以及互相支援的資源網絡連結提升社區居民之間的凝聚力。

順興社區配合台北市的田園城市政策，把社區的閒置的土地打造成現在的順興桃花源，順興桃花源結合順興社區發展協會與社區居民以及社區志工的力量，大家辛苦釘板子、搭棚架，成功打造田園基地，讓社區閒置空間多了繽紛色彩與活力。現在種滿小黃瓜、地瓜葉、莧菜、番茄、辣椒及茄子等種類豐富的作物，都是社區居民都很認真認養菜園，天天都來照顧，甚至有多位80歲以上的銀髮長者一起參與，而作物收成時候也會舉辦共餐活動，讓銀髮族有機會走出來與社區居民一起互動，也讓這塊菜圃成為凝聚社區情感的好所在。🍅

## 榮光社區

關 懷 據 點

北投石牌的榮光社區發展協會，同時也是社區照顧關懷據點。理事長蘇寶鈴女士同時也是榮光社區的里長，因此榮光社發協會和里辦公室是屬於和諧互助的關係。榮光社發協會有一個在地社區的共有特色——他們運用的關懷志工幾乎都是由高齡者擔任。因此在推動老人服務時也比較能了解老



榮光里送餐志工大多為長者，是由初老提供中老及老老的服务。

人家的需求，能夠用設身處地的角度提供到府訪視、送餐、送餐等服務。不過目前的關懷志工僅有8位，而且缺乏青壯年志工。這也反映了榮光里人口老化、青壯年人力外流



社區據點裡張貼著社區志工夥伴們在每一次活動裡的回憶。



左一為社區關懷據點輔導員郭小姐，左二是蘇寶鈴里長兼社區發展協會理事長。

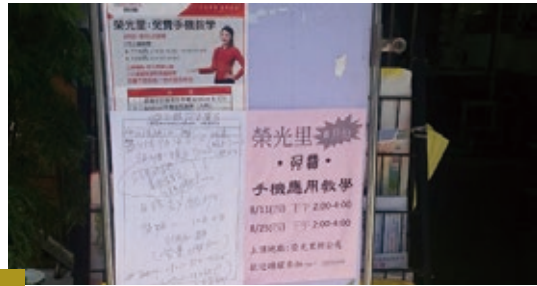
的問題。

榮光社發協會的輔導員郭小姐表示，由於志工年齡偏高，在參與志工專業訓練上會遇到一些困難。不論是到外地參加訓練課程或是運用3C電子產品報名、參與台北e大的線上課程都會是一種障礙。郭小姐認為，參與一些學術取向的訓練課程，對於長者志工來說可能會產生語言問題以及額外的壓力，另外，能不能將課程實際應用在服務上面，也是一個待解的問號。

一如大眾對志工的認知，從事志工為的是發揮自己的能力服務社會。對於電腦、電子資訊操作不熟悉的長者來說，如果已經在擔任志工的服務過程中得到滿足，要再報名額外的志工訓練課程，或是申請服務紀錄冊、榮譽卡恐怕會缺乏動力。這時志工運用單位就扮演了志工與制度之間重要的橋樑。

對於這樣的情況，郭小姐表示，協會在網路上辦理相關手續其實也有遇到困難，像是填寫表格、申請資料等等，若沒有行政的經驗，還是需要時間去摸索、尋求協助。

榮光社區關懷據點主要的關懷對象是在地長者為主，榮光也在關懷據點舉辦了許多實用且創意十足的課程。例如教長者使用3C產品，像是時下流行的通訊軟體LINE和FACEBOOK。另外也有開設手工藝、音樂教學、保健知識等較為靜態的室內課程。開



榮光社區與電信業者合作，專門開設給長者的3C課程

課時間幾乎每天都有，期望能帶給社區長者以及居民充實的生活。

榮光社發協會承接台北市社會局的委任成立了社區關懷據點，這是政府與民間單位的合作，而社發協會所運用的許多人力、物力及課程資源則是和榮光里辦公室以及社區裡各種單位(例如:陽明大學、北投健康中心)整合而成的結果。從榮光社區的案例中可以看到，不僅民間和政府需要合作，民間與民間更要互助，才能讓社會資源流通，達到最高的使用效率。榮光社區發展協會雖然並沒有十分充足的人力，但懂得善用社區中的資源，讓各個單位發揮所長，也將資源傳遞到需要的人手上。

曾經在幼教界服務20年的輔導員郭小姐說，雖然做社區工作需要一個人當八個人用，投入大於報酬非常多的心力，但只要聽到老人家發自內心的一句:「有妳真好。」就是郭小姐覺得服務有了意義的最大安慰。👉

## 用生命陪伴憂鬱病友的志工 曾麗雲



麗雲姐(中)樂於與人分享服務的故事，豐富的經驗讓她成為了名符其實的「生命圖書館」。

### 擔任關懷志工經驗豐富 療癒別人也療癒自己

曾經在家扶中心擔任志工8年多，參與過無數次的大小活動，其中也包括關懷陪伴受虐兒，因而得到家扶全省的兒保楷模，目前服務於肯愛協會、心受創藝場以及新北市真人圖書館，將大半輩子幾乎都奉獻在志願服務領域裡的她，認為擔任志工不是單方面的付出，而是一種互助的過程。

剛開始在肯愛服務時，因為一次代班接觸到一位有憂鬱症的二十歲男孩，透過聊天的方式陪伴他。沒想到下一次這男孩再過來時，竟然哭著指名要找麗雲姐，在這一次特別的經驗裡也讓她了解到，自己原來是可以做關懷的陪伴，因而在肯愛持續服務了十幾年。

### 從服務中找到自己的定位 結交志同道合的各方好友

由於志工的性質，有很多時候必須要團隊合作，麗雲姐覺得在過程中不但能重新發現自己的定位，還能結識許多志同道合且沒有利益關係真誠的好朋友，這些是她認為擔任志工最大的收穫。由於有共同的志向，加上合作過程所建立起的革命情感，只需一通電話就義不容辭前來幫助的友誼，是麗雲姐既感恩又感動且驕傲的禮物。

### 因緣際會進入劇場

#### 持續發掘自我、應用在服務中

因為加入了關懷憂鬱朋友的肯愛協會，有機會接觸媒體，而後又加入了同樣從事憂鬱關懷展演領域的心受創藝場，進而參與了



麗雲姊在肯愛、心受創藝場服務時，為微電影與劇場演出讓她重新認識了不一樣的自己，也讓她學會同理服務對象的心。

微電影與劇場的幕後運作以及幕前的演出。透過表演的過程，麗雲姐在扮演角色的練習中，學習打破了以往給自己的框架，放下曾經最在意的形象之後，進而重新認識了過往沒發現的自己。然而麗雲姐因表演，會去觀察生活中不同的角色、再經由自己去演繹、呈現，無形中增進了自我覺察的能力。不論是表演或是自身的生命經驗，對於不同角色有愈深入的了解，在接觸各個服務對象時，也更加能同理他們，並且交流相似的經驗。

### 參與課程不斷提升服務技能 實踐終身學習

麗雲姐最讓人敬佩的是，她擁有持續學習、成長的態度，並不因服務單位給予無形或有形的獎項肯定而安於現狀。她不但參與服務單位內部的訓練課程也積極對外學

習充實自己，不忘持續增進服務技巧和專業能力，提升自我成長，同時也為服務對象帶來更完善的互動。雖然身體有病痛著，麗雲姐在自己能力所及的範圍中還是堅持做志願服務。她說有一句座右銘是一直支撐她的力量：「如果有一天我倒下了，不是因為任何事情讓我倒下，而是我自己願意。」🍊

### 中華民國肯愛社會服務協會

成立於民國九十三年，是國內第一個憂鬱症病友團體成立的民間非營利團體，從搶救憂鬱症到精神疾患關助、精神健康關護，並在肯愛中建立美好身心生活的非營利社會扶助團體。

#### 四大願景：

- 為憂友建立一個切身照護他們的中途之家
- 疾患療育的搶助系統
- 消散社會污名與提升支持的防治宣導
- 能同心共學習的教成機制



## 用愛與行動 改變孩子生命的彩虹媽媽 連思慧 & 王基慧



曾是幼教老師的王基慧(左)，已擔任將近6年的彩虹媽媽；連思慧(右)擔任彩虹媽媽將邁入第9年，現為彩媽團長。

我們不一定要做大事，但可以做很多充滿愛的小事。

—— 德雷莎修女

陽光燦爛的早自習時間，一群孩子趴在校園的圍牆邊上，一個個張著圓圓的大眼睛，彷彿在期待著什麼驚喜出現？

「早安，孩子們」一聲溫柔的招呼，回應了孩子們殷切的期盼，聲音的來源正是用愛帶給孩子們快樂的彩虹媽媽、爸爸們。

彩虹爸媽們不辭辛勞，每天晨讀時間準時出現在國小的班級中，用身教、說故事、引導討論以及歌舞等生動的方式讓孩子們體驗生命教育，以愛為基礎傳遞正向能量，陪伴孩子成長；但究竟是什麼樣的魔力，讓他們願意如此付出？又是什麼樣的故事，牽起了他們與孩子之間的羈絆？

讓我們透過兩位彩虹媽媽—思慧和基慧，在服務中的點滴故事，一起來了解溫馨感人的生命故事吧！

**Q：**什麼樣的緣分讓您願意加入彩虹媽媽的行列？

**思慧：**回想起九年前我的父親因為心肌梗塞過世，失去最親愛的家人讓我非常難過，我大概花了半年的時間才從悲痛中走出來。

這樣的歷程也讓我想到了，即使是大人也需要這麼久的時間讓心中的傷痛平復，那孩子們呢？想到這裡，我主動拿起電話向彩虹愛家協會詢問生命教育志工的空缺，很幸運的就這樣一連服務了九年。



生命教育的內涵豐富，彩虹愛家協會透過生動有趣的方法，讓小朋友們學習到生命教育裡「人己、人人、人環、人生」各個面向的內涵。

**基慧：**因為兒子就讀小一的時候，我想說可以做服務活動，結果就選上家長會會長，剛好有家長跟我推薦彩虹生命教育是一個很棒的教材，所以從那時候我就開始接觸，一方面我就想說，其實這世代的孩子都過得不快樂，而且他們也不知道自己生命的意義和價值在哪裡，所以我就把這個課程推薦給學校，也就一路加入服務到現在。

**Q：**有沒有遇到讓妳們最印象深刻的小朋友？能否分享一些你們發生的故事？

**思慧：**讓我印象深刻的小朋友很多很多，記得有一次我們舉辦一個「母親節教案-抱一下」的活動，有一個男孩氣呼呼地說：「我拒絕擁抱！」，班上其他小朋友則是一起唱歌、跳舞，很開心地投入，這樣的活動一直進行到了學期末，或許是看著其他同學的參與，這位男孩的雙手也漸漸鬆開，直到我再一次邀請他時，他終於接受了我的擁抱，甚至在學期的活動結束後還不捨地問：「彩虹媽媽，開學後妳們還會來嗎？」，和他聊過才知道，原來他從小到大從來沒有被擁抱過。

**基慧：**在我第一次進入班級講故事時，其中一位男孩的姐姐突然衝進教室，搶了他的東西就跑，還擺出挑釁的表情，男孩的情緒受到刺激，順手就拿起桌上的剪刀追了過去，他們倆個就在教室追逐了起來，男孩一邊追一邊不停大喊：「我要殺了妳！」這一堂課對我來說真的是一次震撼教育，我發現孩子

們不論生活的條件如何，他們的內心裡都需要有愛，這也讓我親眼看見孩子們的確有很多不能等待且需要改變的問題。

**Q：**擔任彩虹媽媽以來，對人生最大的改變是什麼？

**思慧：**我覺得是更有耐心和愛心。因為接觸到的孩子很多元，在我眼中他們每個都是一棵棵的樹，我覺得我多了很多耐心去等待孩子內心那顆良善的樹發芽、成長。

**基慧：**在個性方面也是增添了很多耐心。比較具體的改變是我決定再生一個小孩(指懷裡)，即使我已經四十歲了。因為我覺得生命是很寶貴的，而且生命教育需要從小做起，而我擁有一個完整的家庭，我想將一個新的生命從頭教育好，他又不能再繼續影響更多人。

**Q：**支持您擔任彩虹媽媽最大的動力？

**基慧：**愛是最大的動力。不過看見社會新聞中的亂象、人與人之間的冷漠，對自己會是一種激勵，提醒自己不能懶惰，多投入自己





思慧熱情地向我們介紹彩虹愛家協會自編的生命教育教材，課程深入淺出，能夠帶領小朋友在遊戲中、故事中學學習生命教育。

的力量做志工，實際去影響人，影響孩子，進而影響家庭。

**思慧：**我覺得也是愛，還有一份責任感。我一直很喜歡德蕾莎修女的一句話：「愛是在別人的需要上看見自己的責任。」妳會覺得不只對自己的孩子好，多付出一點愛，台灣會更好。

**Q：**請用簡單的一段話表達妳對「生命教育」的看法。

**思慧：**我覺得生命教育是很活的教材，而且時時在更新。透過以身作則，用尊重的態度與孩子互動，啟發孩子內心的良善。

**基慧：**全宇宙最大的力量就是愛，一個人的生命因此有所改變就是最大的神蹟。生命教育就是把愛的力量帶到孩子的生命裡，讓他們感受到自己是被愛且有去愛人的能力。

**Q：**對於有意願或是即將加入彩虹團隊的新手有什麼鼓勵或建議？

**思慧：**我會建議新人敞開心胸，不帶任何色

彩地去認識人、認識生命教育。投入這個領域你會發現自己真的是收穫最多的。透過與不同的人相處可以看見生命在改變的過程，眼光也會開始不一樣。不只能實現自我，還能進一步幫助別人，你也會從中找到生命的意義。

**基慧：**我會恭喜他們做了一個非常正確的選擇！也歡迎他們進入彩虹大家庭。因為認識、接觸到生命教育之後，先體會到生命在改變的就是自己。🍊

### 彩虹愛家生命教育協會

現有志工人數：1,798人

服務地區：以全省為服務範圍；北部地區有  
臺北市、新北市、基隆市、宜蘭縣等

服務學校數：413校

進駐學校數：174校

進駐班級總數：1,569班

會址：新北市新莊區中正路708號6樓  
(北區辦公室)

電話：02-2908-0280 分機 711~716

官方網站

<http://www.rainbowkids.org.tw/WordPress/>

培 訓 日 期	培 訓 項 目	培 訓 時 間
9/6(二) 第一場 新店行道會三民堂 (優惠截止日 8/24, 報名截止日 8/29)	聖 誕 師 訓	一整天 報到時間：8:15~8:45 課程時間：8:45~16:30
9/24(六) 第二場 中華電信學校 (優惠截止：9/9(五), 報名截止：9/14(三))		
9/20, 22(二, 四) (180人) 新店台北基督徒七張禮拜堂	2016 秋 基礎台北三 (台北場) 優惠日：9/6; 截止日：9/9	兩整天 8:30~16:10
10/22, 10/29(六) 台北聖教會	青春啟航師資培訓 優惠日：10/11; 截止日：10/14	兩整天 8:30~17:00

## 張老師基金會志工督導

### 劉愛玲

本期志工台北有幸訪問到張老師專線的督導劉愛玲女士，劉女士本身除了在學校內擔任輔導主任為師生提供各項服務外，更於民國78年加入張老師的行列，一直服務至今日。

據了解要成為正式的「張老師」，必須接受200小時以上的培訓，其中包含基礎課程還有實習階段，通過層層考驗才能站上一線，成為「義張」，替民眾進行義務性質的心理輔導。

劉督導表示，張老師需要具備的特質除了一顆愛心以外，對於輔導的專業知能，還有個人特質也是重要的評量項目。個人特質方面，她認為親切、理性的分析能力是最基本的要素，此外，若沒有堅忍不拔的意志力和自信心，很難通過層層的篩選機制，並且脫穎而出。她也曾在培訓階段遭遇過挫折，在第二階段時被刷了下來，但她相信自己非



現任張老師督導的劉愛玲女士。

常適合做輔導這份工作，以一份不服輸的信念，終於通過複訓，成為張老師正式的一員，並成為督導，堅持到現在。

劉女士表示，成為張老師其實很不容易，也是一種對自我的挑戰。但是一旦通過專業的認可，從服務中所獲得的榮譽感以及自我肯定的成就感，是從事志願服務最大的動力來源。

談到在張老師服務最大的收穫，劉女士認為是能夠把她在張老師參與培訓以及實際服務經驗帶到自己的學校，成立了一個愛心媽媽志工團，並將服務經驗以及活用的知識傳遞下去。🍊



台北張老師分會

## 活動花絮 & 培訓事件簿



台北市社會局許立民局長(右)將魔法棒交給中華電信基金會林三元執行長(左)

紅十字會總會王清峰會長(前排右2)與台北市社會局許立民局長(前排右3)共同為「台北市志願服務推廣中心」揭幕，並與與會嘉賓合影



台北市社會局許立民局長(右1)將象徵志願服務的魔法棒接給各企業代表。左1為紅十字會總會王清峰會長



四川省瀘州市社會工作協會參訪



第一梯次志願服務特殊訓練-志推中心





萬華社區協力聯盟夥伴交流



第一梯次志願服務基礎訓練-關渡國小



第二梯次志願服務基礎訓練



聯繫會議



表揚活動



## 臺北市志願服務推廣中心 各項訓練簡介

為推廣市民了解志願服務內涵、培養專業服務知能、提升志願服務動能，以達永續發展的目標，志願服務推廣中心將每年度不定期舉辦基礎訓練、特殊訓練、成長訓練等各種培訓課程，歡迎市民志願服務夥伴們踴躍關注本中心官方網站喔！

(網址：<http://www.cv101.org.tw/>)

### 基礎訓練課程

想知道如何享受志願服務帶來的成就與滿足嗎？

12小時的基礎訓練課程後，讓您清楚了解志願服務的內涵，當一個快樂的志工！

培訓主題	培訓時數
志願服務的內涵	2小時
志願服務倫理	2小時
自我了解與自我肯定 / 快樂志工就是我 (二選一)	2小時
志願服務經驗分享	2小時
志願服務法規之認識	2小時
志願服務發展趨勢	2小時
共 計	12小時

### 特殊訓練課程

服務過程當中還是覺得意猶未盡？

想讓自己在服務中有更多的發揮？

來參加特殊訓練課程吧！

志推中心開課培訓主題	培訓時數
社會福利概述	2小時
社會資源與志願服務	2小時
人際關係、說話藝術及團康活動 (三選一)	2小時
綜合討論－集思廣益論方法	2小時
共 計	8小時

志工運用單位開課培訓主題	培訓時數
志願服務運用單位業務簡介	2小時
志願服務工作內容說明及實習	2小時
共 計	4小時

PS：特殊訓練完整課程係包含志推中心開課（8小時）及志工運用單位訓練（4小時），合計12小時。



對志願服務的熱情逐漸消退而感到迷惘嗎？  
 志願服務成長訓練課程將是讓您重新認識志工的好機會！

### 志願服務成長訓練課程表

主 題	階 段 目 標	時 間
第一階段：服 務 初 衷		
1. 社會資源的結合及運用	1. 觀察現象及發現問題	6 小時
2. 志願服務的方法及技巧	2. 探索志願服務的價值與成就	
3. 志工團隊的運作與成長	3. 整合志願服務與服務學習	
任務：社區踏查學習		
第二階段：團 隊 創 意		
1. 活動方案設計	1. 設計服務學習方案	6 小時
2. 志工團隊的統合及協調	2. 團隊發想服務方案	
3. 雙向溝通	3. 方案分享及回饋	
任務：服務學習書面計畫		
第三階段：從 做 中 學		
1. 團康技巧	1. 演練及執行服務學習方案	6 小時
2. 溝通技巧	2. 修正及反思服務學習方案	
3. 綜合討論	3. 學習成果發表	
感 恩 慶 賀	頒 發 證 書	

### 培訓訊息與報名平台

為了讓廣大市民能夠在第一時間獲得培訓的重要資訊，以及提倡環保減碳、減少紙張的浪費，未來志願服務推廣中心將採用「網路報名平台」方式，在官方網站上提供各類型、場次的報名網頁，歡迎市民朋友們能夠經常瀏覽網站，獲取最新的報名資訊喔！

相關培訓資料請至：志推中心官網：<http://www.cv101.org.tw/>，【志工專區】項下查詢。

如在報名過程中有任何疑惑，煩請致電本中心 02-23023993，或逕至臺北市萬華區艋舺大道 303 號洽詢。



## 關於世界大學運動會志工

世界大學運動會為全球大學青年運動員參加的國際綜合性運動賽會，參賽國家及選手人數僅次於奧運，素有「小奧運」之稱。大會名稱主要係由大學（University）及奧林匹亞（Olympiade）兩字結合而成，為國際大學運動總會（International University Sports Federation，FISU）主辦，提供大學生運動員參加的國際綜合性運動賽會。

志工一直是賽會最佳推手，也是支援賽會之最大動力，志願服務是植基於慈善和自願，其參與者是認同和承諾服務的組織而來，欲求志願服務成功與有效，需要團體的組織健全，唯有靠健全的組織、才志兼具的人才始參與，使能達成服務的目標，而歷屆世界大學運動會均妥善規劃及運用志工人力，使志工能夠樂在服務，並也保障志工該有的權益。

工作內容以協助世大運賽會活動進行為主，期望以提倡志願服務，不分職業、頭銜，發揮熱血精神，表達全民對 2017 臺北世大運的支持以及熱情，使志工在國際舞臺發光發熱。



招募  
內容

種類區分	服務內容
行政志工	協助支援各場館相關行政工作。 協助賽會相關資訊服務工作。
場館志工	提供簡易諮詢、場館內區域出入管控及引導、失物招領、人員協尋及物品寄存等服務。 協助各場館賽事售票及驗票工作、引導觀眾進退場動線、維持秩序等服務。 協助各醫療站一般性事務。（非屬專業性人員，僅一般性事務協助） 協助維安人員一般性事務。（非屬專業性人員，僅一般性事務協助） 協助賽務相關行政作業及支援後勤相關事務等。（非屬專業性人員，僅一般性事務協助）
文化志工	協助收集國內外報導、拍攝志工活動影像、媒體接待及媒體相關活動等工作。 協助辦理選手村歡迎儀式、開閉幕活動等。
接待志工	國內外貴賓、企業參與貴賓、技術裁判及代表團接待服務、協助貴賓室、會議與宴會會場駐點翻譯等。 協助認證中心人員進行資格審查工作。 協助各場館頒獎典禮流程之進行。（非屬專業性人員，僅一般性事務協助）
服務志工	協助配置各場館、貴賓室及宴會場地餐飲服務。 協助貴賓各地區住宿及餐飲服務駐點聯繫。 協助接送機、辦理車輛進出管制、停車證發送與管理等。 協助各場館及選手村環境清理工作。 協助倉儲管理與物資配送。





一、C 級志工：完成基礎 (12 小時) 及特殊訓練 (4 小時) 者，合計訓練 16 小時。完訓者，得取得 C 級志工資格證書及特殊訓練研習時數條，並可申請志願服務紀錄冊 (已領有服務紀錄冊不用重複申請)。

## 二、課程內容

**基礎訓練：**採網路授課方式，於 2017 臺北世大運志工網完成報名後，至臺北 E 大網站點選相關志工基礎訓練課程，共計 12 小時；已領有志願服務紀錄冊者，得檢具相關證明文件 (如機構、學校辦理之基礎訓練結訓證書或志願服務紀錄冊) 可抵 12 小時基礎訓練。

課 程	時 數
志願服務法規之認識	2 小時
志願服務發展趨勢	2 小時
志願服務的內涵	2 小時
快樂志工就是我 (或自我了解自我肯定)	2 小時
志願服務倫理	2 小時
志願服務經驗分享	2 小時

**特殊訓練：**採實體課程，共計 4 小時。於 2017 臺北世大運志工網公告課程時間地點，須已於 2017 臺北世大運志工網完成志工報名，並於特殊訓練當日繳交志願服務紀錄冊或相關志工基礎訓練證明之影本。

課 程	時 數
2017 世界大學運動會發展現況概述	2 小時
志工服務態度與技巧 (志工服務概要、美姿美儀、情緒管理、人際關係建立、服務話術及用語)	2 小時

世大運志工招募資訊請上：<https://volunteer.2017.taipei/>

世界大學運動會志工招募平台





臺北市志願服務推廣中心大門



服務櫃台



## 臺北市志願服務推廣中心【簡介】

臺北市政府社會局於 2006 年設立「臺北市志願服務推廣中心」，服務對象以各社區組織、志願服務運用單位、志工及有興趣投入志願服務之市民為主，提供志工培力教育，推動志願服務公益媒合平台，落實於志願服務運用單位的巡迴輔導，期許透過連續性專業的服務，共同營造臺北市成為夢想、希望的「全民志工」城。

2016 年 4 月始由中華民國紅十字會總會承接辦理「臺北市志願服務推廣中心」之業務，目前本中心可提供之服務項目如下：

### 服務宣導與行銷推廣

- 發行電子報及志願服務半年刊。
- 設立志願服務諮詢專線與網路交流平台。

### 志工教育培力

- 辦理志願服務基礎、社會福利類特殊訓練及初、進階督導訓練。
- 志工在職訓練。
- 社區領袖人才培訓課程。
- 配合社會局政策重點，代辦教育訓練，提升服務知能。



志推中心主任 — 家明



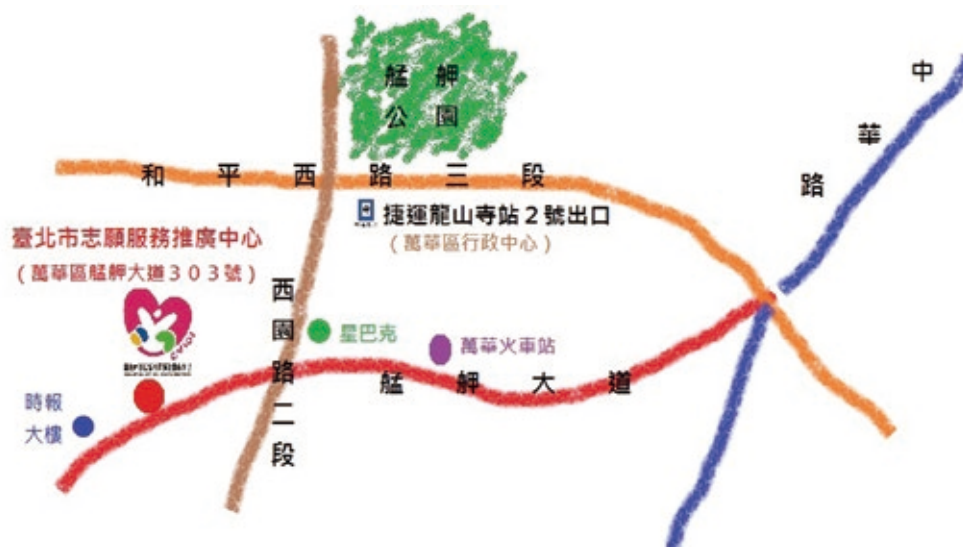
志推中心專員 — 祿諺



志推中心專員 — 哲宏



志推中心專員 — 雅方



### 創新服務參與

- 依志願服務運用單位個別化需求，媒合適切的專業資源協助，協助落實志願服務法定之業務，提升團體效能。
- 配合臺北市政府政策，推動「時間銀行」計畫，以「以時易物」、「以時易時」的概念，提升民眾參與服務活動的動力。
- 發展「銀髮夢成真」計畫，媒合企業志工進入社區，協助社區關懷據點辦理各項關懷活動，並且協助長者們完成自己的小小夢想。
- 籌辦「國際志工日系列活動」。

### 志工人力媒合與獎勵表揚

- 經營「志願服務人力媒合平台」，提升志願服務的參與率及服務的普及度。
- 辦理跨域及跨國志願服務交流活動。
- 協辦志願服務榮譽卡與志願服務紀錄冊申請業務。
- 協辦志工個人及團體表揚活動。



臺北市志願服務推廣中心內部環境



# 徵稿啓示

為鼓勵志工夥伴紀錄服務過程中的各種心情點滴，相互分享心得、交流心情，我們非常需要夥伴們分享熱情，將您對服務的熱忱作為捲動社會大眾投入志願服務的動力，一同打造臺北成為美好的「志工城市」。

## 投稿主題

### 投稿文章

志工團隊：各類別團隊介紹、團隊活動心得花絮等。

志工個人服務：志願服務 / 心得、觀摩參訪、服務啟發等。

一般民眾：文章主題需與志願服務相關，或是接受服務的心得感想。

## 稿件格式

投稿字數：1,000 ~ 1,500 字以內。

投稿文章另附照片 3 ~ 4 張。請以夾帶圖檔方式提供電子檔 ( 照片像素 1000×1000 以上或解析度為 300dpi 以上 )。

投稿主題請註明「志工專刊—投稿文章」

截稿日期：本專刊長期徵稿，第 20 期截稿日為 105 年 11 月 15 日。

## 版權聲明

投稿前請確定您的著作無侵權之虞，遵守著作權之規範及學術倫理。

投稿稿件須是未曾出版或發表過的文章，其版權屬於本單位與作者所共有，複製、散佈及轉載須經文章作者同意。

本單位有潤稿之權力，若不願潤稿者敬請註明，一旦投稿，即表示同意此聲明。

## 注意事項

來信請註明真實姓名、連絡電話 / 手機、聯絡地址、志願服務運用單位、職稱及 E-mail。未經錄用之稿件本中心將不另行退件，建議請自行保留原稿。

稿費：選定錄用之稿件以刊登於本刊之字數為計算準則，每字 0.3 元計算 ( 含標點符號 )。

## 投稿方式

請將您的稿件及照片電子檔 E-mail 至 [cv101.taipei@mail.taipei.gov.tw](mailto:cv101.taipei@mail.taipei.gov.tw) 或 郵寄至 臺北市萬華區艋舺大道 303 號 臺北市志願服務推廣中心 收 ( 照片電子檔請另寄 e-mail )，主旨請註明「志工專刊—投稿文章」。

聯絡人：郭先生、魏先生 / 02-2302-3993





臺北市志願服務推廣中心  
Taipei Volunteer Service Development Center



臺北市政府社會局委托



中華民國紅十字會總會 辦理  
THE RED CROSS SOCIETY OF  
THE REPUBLIC OF CHINA (TAIWAN)

諮詢專線：02-23023993

傳真：02-23639646

地址：10855 臺北市萬華區艋舺大道 303 號

網址：[www.cv101.org.tw](http://www.cv101.org.tw)

E-mail：[cv101.taipei@mail.taipei.gov.tw](mailto:cv101.taipei@mail.taipei.gov.tw)