



普仁青年基金會
YouthCare Foundation

普仁家園

● 用大手拉起青少年的希望 ●



2013夏令營・夢想啟航



102年秋季刊・第45期

91年9月15日創刊・102年10月20日出刊



購物結帳前告訴店員「我要捐發票」
愛心碼17270（一起愛青年）。

後援會藝文走廊

本會人才濟濟，各個允文允武，在工作上各擁一片天，閒暇生活亦多采多姿，興趣嗜好在人文藝術，乃至生活人生，都逐漸呈現專精成果。

為彼此觀摩學習，互相切磋，本刊不定期推出普仁藝文走廊，以饗同好。特邀陳榮華前董事，分享他的攝影作品。榮華兄投入攝影多年，懷著退而不休、不斷學習的精神，喜歡嘗試品味人生，為他的生活帶來豐富且多彩的面貌，就讓我們一起欣賞他的攝影作品。



金翅雀



大王蓮

關渡橋夜景



天母磺溪



台北信義區夜景



台北大稻埕音樂煙火節





編輯室的話

助學計畫：

至102年9月30日止扶助學生總計2780人，本季新增配對學生計有122人，9位助學人參與助學。

引導計畫：

今年有24所學校提出26件申請案，審核通過17校18案，贊助金額3,418,636元。

期 別：第四十五期

發行日期：一〇二年十月二十日

發行人：謝嘉澍

社長：蘇聰明

總編輯：梅鳳珠

主 編：張美芬

執行編輯：阮素微

編輯顧問：劉尚斌、陳聰亨、朱潔芳

編輯小組：邱宗泓、馮淑珍、陳盈學

陳世芬、馮 瑜、李玉琪

蔡爾君、高明珏、蔡永鵬

發行單位：財團法人普仁青年關懷基金會

(89)青輔肆字第008321號

發行地址：114台北市內湖區瑞光路441號8樓

電 話：(02) 2657-8250

傳 真：(02) 2657-8224

E-Mail：care.care@msa.hinet.net

郵局劃撥：19581898

銀 行：台北富邦銀行安和分行

帳 號：715120001735

網 址：www.you-care.org.tw

承 印：台苑彩色印製有限公司

TEL：02-2311-0242

2013夏令營活動，7月9日在聲寶淡水訓練中心揭開序幕。為期4天3夜的夏令營活動，活動精采、內容紮實，是普仁最受小太陽青睞的活動之一，也是最能展現小太陽人格特質與發掘其領導統御能力的舞台。

當小太陽一進入聲寶訓練中心，夢想正式啟動！4天3夜的系列活動，從魯文學、魯適維父子徒步環島51天的逐夢分享、森林木琴的製作啟動學習、到生物嘉年華活動、捷運城市探訪及成果發表演出等，激勵小太陽自我探索，勇於追求夢想，如何達成任務，並在個人發展及團隊建構間取得分工與平衡，就成了與會小太陽的首要任務。在行動中學習、團隊的激勵、夥伴的信任與團隊角色扮演等，給了小太陽人生中最寶貴與難忘的一課。

豐富、體驗式的國高中生涯，在進入大學（專）即為圓夢計畫與圓夢之旅。育成計畫幸賴微熱山丘天使蛋糕的義賣資助，截至今年8月31日止，共募得約534萬元，在助學、活動及圓夢計畫等項目共支出約384萬元，幫助學生人次達數千人，尤其在培養學生專業能力與自我導航能力等項目，深獲學生好評。

許多人終其一輩子都不了解自己，或輕忽自己內在的需求，以致在工作上或人生旅途上遭遇挫折，無法獲得肯定或成就感。自我探索是一生的功課，或許小太陽們不會因為短期的生涯課程，而擁有美好未來，但他們卻能因此獲得一生受用的能力，讓自己勇敢面對未來。

誠如建築大師安藤忠雄所言，「夢想與成就之間，永遠不會是一條直線。但愈彎曲，折射出的光芒也愈耀眼。」祝福所有的人都能找到自己的夢想，並且築夢踏實。

目 錄

3 愛與不捨 讓生命活起來

· 本會副執行長／梅鳳珠

III 夏令營活動報導

5 2013夏令營 夢想啟航

· 本會副執行長／梅鳳珠

8 小隊輔帶隊

對你愛、愛、愛不完

12 在行動中學習、團隊的激勵

夏令營學生心得分享

18 愛 沒有 距離

實習生 夏令營的奇妙旅程

III 專案計畫

20 菁英育成生涯探險隊日誌

番外篇—探險隊員手札

· 奧斯圖國際顧問首席教練／施威洲

22 育成計畫年度報告

· 育成計畫委員、關懷訪視組組長／陳世芬

24 真正的富足

～嘉義大學葉芳伶同學專訪

· 育成計畫委員、關懷訪視組組長／陳世芬

26 感謝普仁，你們是學生的小太陽

· 彰化縣立二水國民中學／吳慧賢

27 踩著輪子，踩著風

· 桃園縣立大崗國民中學／林晏瑄

28 普仁引導計畫之三年有感

· 新北市立大觀國民中學／韓可馨

29 普仁引導 獅藝高超

· 新竹縣立北埔國民中學／洪美櫻

III 專題報導

30 你了解E時代的青少年在想什麼嗎？

· 本會副執行長／梅鳳珠

31 找對方法、靠近不難

· 臺北市麗山國民中學社工師／蔡心媛

III 志工團報導

32 「2013愛你一生」

夏季捐血活動後記

· 本會志工團行政文宣副組長／林伯憲

· 本會志工團閱讀學習組長／張麗雲

III 後援會報導

35 普及仁愛 心手相連

記普仁後援會台中分會成立大會

· 普仁後援會台中分會聯絡人／李淑華

36 普仁之友後援會台中分會籌備紀實

· 台中分會籌備處召集人／林俊宏 口述文稿

後援會會長／陳聰亨 採訪指導

38 普仁之友後援會大事紀

III 會務報導

39 普仁青年關懷基金會營運報告

40 普仁青年關懷基金會收支一覽表

41 各項捐款徵信

44 普仁的足跡與活動紀實

46 10～12月活動預告



愛與不捨 讓生命活起來

◆本會副執行長／梅鳳珠

離開公家機關的鐵飯碗工作，來到民間組織，
不是為了求錢多、事少、離家近，
也想將人生的起落、世事的無常與無奈淡然處之，
將專業和服務擺在心慈與不捨之前；
但不善言詞、又是行動派的我，
明知道需要幫助及等待救援的家庭，遠勝於既有的資源和力量，
在僧多粥少的情況下，那些亟待援助家庭的焦慮與無助，
激勵著我，讓我跳脫既有框架，尋找另一種可能；
在普仁這個大家庭、一個特別的助人組織裡，
我找到了另一個春天！



常有人問我為何要離開有保障的公家機關到民間組織工作，是因為錢多、事少、離家近嗎？答案是否定的。那為什麼我還要轉換跑道到普仁，每天花兩個多小時的交通時間呢？答案只有一個，那就是普仁是一個很特別的助人組織，它提供助學與助人平台，將社會的資源、志工的愛心、受助小太陽亟欲奮發向上的力量整合起來，變成一個源源不竭的活水源頭，一個容人與助人的大家庭。

長達十幾年在公家機構服務，慣看人生生離死別、悲歡離合；原本對人生的起落、世事無常、悲歡與無奈淡然處之，將專業和服務擺在心慈與不捨之前，但相較於資源和力量的侷限，而需要幫助及等待救援的家庭總是源源不竭，在僧多粥少的情況下，那些亟待援助的家庭，心中的無奈與無力可想而知。

雖然我給人的直觀印象，可能是強勢、不浪漫，講話理直氣壯，聲勢奪人，但和我親

近一點的人，都知道我是刀子嘴、豆腐心，時常自掏腰包，只為帶給那些辛苦的孩子、家庭一點幫助或快樂。若是換個跑道，可以讓我做更多；因為我的雞婆、我的付出，可以幫到更多的人，在這樣一個的想法之下，我毅然放下公家機構的鐵飯碗工作，加入普仁這個大家庭，成為許多小太陽口中的「媽媽」。

以下將就普仁的特別，從組織、計畫和關懷三個面向，和大家分享。若能夠讓大家更了解普仁，吸引更多的人與資源進入，我們就多了一分力量，去幫助需要幫助的人。

特別的組織

40年來一本初衷，基金會由中原大學學生社團慈暉社，到大學生畢業進入社會工作後，持續社會服務並組成普仁之友會，直到2000年為擴展服務之廣度及深度，而成立普仁基金會，鎖定青少年服務，是甚麼價值或動機讓這些人40年



秘書處同仁



雲林縣東勢國中關懷訪視



遊學台北活動行前介紹

有錢出錢有力出力的一本初衷的精神及態度。

基金會有一群高社經的志工團，一直默默的為基金會受助學生付出，舉凡遊學台北、相見歡活動的執行，都由志工團負責，尤其遊學台北活動寄宿家庭的規畫安排，那份貼心，常令大家十分感動，志工團是基金會很大的後援部隊。

特別的計畫

基金會前任許董事長在2007年走訪21所學校後便鎖定青少年服務規劃「大手拉小手～助學計畫」，協助國高中學生穩定就學，助學計畫不單只金錢的協助，學生必須每月繳交一篇學習心得、每月助學金需要記錄、每年需志工服務12小時，學生只要缺繳3次便會被結案，這個計畫另一個精神是在養成學生的負責與承諾態度。

因助學計畫執行過程中，我們發現學生的經濟解決，但是一些不想或不愛進學校的學生，要如何協助他們喜歡進校園，讓我們更有一股想要瞭解與協助的動力，因此規畫學校社團活動「大手拉小手～引導計畫」，藉由學校社團的參與，引導學生的榮耀心及自我價值感，進而喜歡學校，以學校為榮。引導計畫執行六年成果斐

然，如芳苑國中舞龍隊不僅提升學生升學率，更提升學生回流就讀，舞龍隊成為芳苑的特色，舞龍隊學生更成為芳苑國中的英雄、同學學習模範，捐助人參訪學校後，無不感動於學生的改變、學校的投入，更在公司節慶日主動邀請學生北上表演，運用公開表演的機會不斷提升學生的自信。

六年來從助學計畫、引導計畫，一路看著學生因家庭經濟或家庭問題，導致就學上的一些困難或阻礙，這些學生若因這樣的困難或阻礙而失去升學的機會，相對的就失去許多無限可能的機會與競爭力，基金會也因這樣的不捨與愛產出「大手拉小手計畫」中的第三個計畫～育成計畫，計畫主要目的在協助普仁小太陽能繼續就讀大學或能啟動內在的潛能，進而產生自立自強的能力。

特別的關懷

基金會不僅在經濟上的扶助，更希望能扶助小太陽身心靈均衡發展，因此每年規劃相見歡、關懷訪視、二天一夜遊學台北、四天三夜夏令營，這些關懷活動由親自到校與學生面對面關懷外，更有層次的規劃，一天的相見歡到四天三夜的夏令營，藉由體驗活動的進

行，讓學生學習人際關係、人際互動、合作的精神、負責的態度等，六年來我們發現參加過活動的學生，在人際上或表達上都表現落落大方、口條清晰、懂得感恩回饋，點點滴滴的表現，在在令人感到欣慰與感動。

還記得今(102)年7月夏令營活動結束後，接到一位小太陽的電話，說她與幾個同學合做了一支影片要送給普仁，以感謝普仁的資助與照顧。

這種自發的回饋行動，本已讓我十分開心，而當我看完影片後，更是淚流滿面，心中的感動無法言喻。這些小太陽因夏令營活動而連結，因有共同的價值而連結，因這個連結產生了共同的目標與行動。

這些學生們這麼的懂事，又知福惜福、知恩感恩，讓我心裡十分受用，總覺得所有的辛苦都是值得，也更激起心底那份對孩子們的疼愛與不捨，也讓我深信，只要我們持續不斷的努力與陪伴，那些原本被風雨摧殘的向日葵，也有迎向太陽綻放、搖曳生姿的一天。

讓我們一起將心底的感動，化為實際的行動，積極努力、用心執行，陪伴著小太陽，與他們一起迎向陽光、築夢踏實。



2013夏令營 夢想啟航

◆本會副執行長／梅鳳珠

夢想不是掛在嘴邊炫耀的空氣，而是需要認真的實踐。等到對的風，我們展翅翱翔；沒有風，只要擁有足夠強壯的翅膀，我們照樣拔地飛行。

「人生最重要的，不是完成了什麼，而是如何完成它。」——九把刀

計畫發想

如何讓孩子擁有足夠強壯的翅膀，就是每年的夏令營活動核心價值，也是每年我要絞盡腦汁想四天三夜要做什麼活動、用什麼活動引導、激發孩子的內在潛能外還可以學習如何與人溝通與人對話；所以我要架構一個活動的重要元素，就是對的方法、好的工具、抱持堅定的自信心，相信這些元素會是完成夢想的重要元素。

架構活動

透過活動凝聚團隊的意識，活動中需要團隊高度的分工，每個人的付出都會影響整體成績，強化執行力的重要

性，藉由資訊分析能力及問題解決能力找到最佳的決策成功關鍵，結合自信心及希望的概念活動，前進夢想所需要克服的種種挑戰，只有堅定的自信心才能支持著自己往夢想邁進。

活動內容、迎向夢想

活動說明：

- (一) 逐夢踏實；小人物大故事
邀請魯文學及魯適維父子
分享環島築夢經驗。
- (二) 啟動學習；森林木琴；結
合自信心及希望的概念活
動，前進夢想所需要克服
的種種挑戰
播放「森林中的木琴」

影片，現場請團隊表態完成森林木琴的可行性，將器材分給各組，小組要將組裝材料、測試傾斜角度、滾動的速度、音階的排序，不斷的調整讓各組的木琴能順利進行，並將各組木琴合併組合團隊的木琴，過程中需要透過不斷的討論、修正、依據場地狀況做調整。

學習情境：

透過活動來討論團隊面對任務的心態，透過正向心理學的角度，正向心裡是一種信念克服挫敗，並完成生命中具有價值及具創意的價值觀，心態決定格局的大小。自信心與希望是人類演化的過程中能持續向前的動力。





(三) 生物嘉年華：立全方位價值契約、團隊默契建高績效、高效能團隊

每個小組透過十個點的尋找，來象徵取得目標的動物，每三到四個動物會形成一條生物鏈，每完成一條生物鏈會得到分數，活動當中分春夏秋冬四季，季節不同生物的產量就會不同，因此團隊必須在一邊運作（丟球、套圈圈…），一邊計算及規劃每個時間點應該執行的活動，正確的判斷在正確的時間點取得適當的生物，才能答稱高績效的產生。

學習情境：

透過活動來討論團隊運作的時候成本效益的最大化（跟降低成本率相近，但是價值更高），效益=產出/成本，透過管理學上的公式來看團隊應該如何有效運作，產生高績效。其次，這是全體參與的活動，團隊成員會因為團隊的氣氛不自覺的變得很努力，藉此來建立團隊共同的高峰經驗。

自我挑戰、自我突破

藉由捷運城市探訪活動帶領孩子自我挑戰及自我突破，進而瞭解自己的界限及框架。

結語

本會長期致力於青少年服務，透過助學、引導計畫，提供基本教育及全人發展雙軌並行的扶助計畫；並藉由各式活動辦理，激發學生潛能引導學生築夢踏實。

為什麼每年暑假要勞師動眾的辦夏令營，因為我們知道「父母」是兒童的「守護神」，那「同儕」就是青少年的「領航員」。

許多人都想問，為什麼同儕在人生的每一個階段中，都扮演著相當重要的角色，尤其對於青少年而言，同輩團體的影響力甚至取代了父母在他們心目中的地位，這是因為同儕團體能夠帶給青少年一種被接納與被肯定的感受，而這樣的感受足以幫助青少年建立自信與產生認同感。正因為擁有好的人際關係往往成為我們判斷青少年社會適應良好與否的指標，這就是我們要堅持的。



城市探索～東門站



城市探索～西門站



城市探索～中山站



城市探索～公館站



捷運探索：捷運探索活動單

		城市探訪(指定任務)	城市了解	城市標的
地點 (抽籤決定)	分類	探訪各站指定(美食、人文、藝術)景點，至少完成三項	各站著名景點的歷史、背景或文化(擇一)	最能代表地方的 1.人(工作者)：需要的工作條件、專長、特質、工作態度、動機 2.事(物)：看到的景象、特殊的物件或事件
中山站	藝術	1.中山地下街-地下實驗創意秀場	1.台北之家-光點電影院 2.台北當代藝術館	1.地下街街頭藝人 2.藝術產品 3.公共藝術
	人文	2.玫瑰古蹟-跳舞咖啡 3.中山地下街-書街		
	美食	4.稻禾手作烏龍麵 5.牛乳大王		
西門站	藝術	1.誠品116 2.西門電影街	1.紅樓 2.西門遺址	1.街頭藝人 2.特色店家(老店、新潮、時尚)
	美食	3.40年老店-成都楊桃冰 4.30年老店-阿宗麵線		
	人文	5.萬年大樓 6.獅子林		
東門站	人文	1.鼎泰豐(5號出口) 2.東門市場-黃媽媽米粉湯	1.永康公園 2.東門市場	1.異國美食 2.特色店家(老店、新潮、時尚)
	美食	3.天津蔥油餅 4.席慕斯冰店		
	藝術	5.舊貨街 6.青田街		
		城市探訪(指定任務)	城市了解	城市標的
公館站	藝術	1.東南亞戲院	1.寶藏巖 2.台灣大學	1.藝術家 2.導覽 3.特色店家(老店、新潮、時尚)
	人文	2.自來水博物館 3.水源市場		
	美食	4.臺一牛奶大王 5.陳三鼎黑糖青蛙撞奶 6.藍家割包		

捷運探索：感恩晚會暨成果發表

<發表內容>

一、各捷運站指定景點的地方故事

各站著名景點的歷史、文化、背景開頭

二、城市標的(地方代表)

甲、訪問的工作者：需要的工作條件、專長、特質、工作態度、動機

乙、事(物)：看到的景象、特殊的物件或事件

三、指定任務：城市探訪各站指定景點至少完成三項

四、最後做出總結(地方印象)



小隊輔帶隊

對你愛、愛、愛不完

對我來說，他們就像是我親愛的孩子，我很愛很愛他們！

◆第八小隊副隊輔／羅喬淳

前兩天的準備，我一直緊張的做準備。第一天受訓我很認真的上課，也很認真的去觀察實際操作，希望帶營隊時能一切順利，能夠完全了解孩子在做什麼。第二天場勘，雖然輕鬆，但也很認真的去記取路線，不希望帶著孩子迷路，晚上還和我的小隊輔討論到三更半夜，還準備了小卡片要給孩子們，就是希望帶孩子時，不會有出錯的時候。

帶營隊的每個晚上，都會和梅老師、梅華哥哥、永鵬哥哥、爾君姐姐，還有每個小隊輔夥伴討論，而每一天我都很認真的省思，反省一整天的過程，就是希望一天會比一天好。每個晚上除了會跟大家討論，我跟我的小隊輔也都會在獨自小小開會一下，在每一次和他的討論過程中，我們都會反省很多事情，也會把彼此的錯誤挑出來分享和改善，也是希望會把團隊帶得好，而我還覺得我跟他的討論不是只有反省一整天帶隊的過程，還有我跟他學習處理事情的態度，還有聽他的經驗分享。最後一個

晚上，跟他討論到最後我哭了，因為他終於明白什麼是「小太陽」，也明白小太陽其實和一般孩子是不同的，這些孩子犯錯或是不主動，還是表現不夠大方時，不是用責備還是辱罵，而是用鼓勵的方式，當下和她討論這件事情時，我不是用夥伴或是隊輔的身分告訴他這件事，而是站在小太陽的角度告訴他這件事情，我很謝謝他願意聽我說小太陽是什麼？小太陽的心理會想些什麼？這四天下來我真的很謝謝他讓我學會了這麼多事，然後也試著讓我獨自去帶隊，讓我漸漸的有了自己帶隊的風格，也讓我們帶隊一切順利。雖然他都說帶隊會那麼順利都是因為有我，但其實我覺得要是沒有他一直帶著我、一直教

著我，也一直鼓勵我，我也沒有勇氣去帶營隊，而且結果是成功的，我想跟他說：

「家民，謝謝你六天五夜的支持，如果明年還有機會，我想和你再成為夥伴，一起帶營隊。」

這四天三夜，第一天孩子們都彼此不熟悉，但一天一天的慢慢建立起他們深厚的感情，一剛開始，都陌生，不交談，第二天開始要玩團隊遊戲，每一個都開始很認真的討論，他們很投入，還樂在其中，而且也開始看到他們的笑容，當下的我看到他們的認真與互動，很感動，差點就流下眼淚了，很開心他們可以有這麼棒的表現，希望他們能記得



我們是溫暖的第8小隊



他們當時的認真與努力，他們人生的每一步，都希望他們能那麼認真的去走。

第三天和第四天，我和家民都與孩子們建立起很深厚的情誼，而且家民在晚會上都哭慘了呢！而我不能在孩子面前哭，因為我得安慰當時已在哭的孩子，在家民哭的時候，有一個孩子突然去安慰家民，還抱著他，我看了也很感動，沒想到一個三天來都沒主動過的孩子，竟然主動去安慰家民，其實他是個很棒的孩子，而且我在安慰孩子的過程中，幾個孩子竟然叫我一聲：「媽媽（媽咪）。」，還說：「媽媽，我們可不可以不要分開？」當時我聽了，很感動，而且眼淚也不小心流了出來，孩子們的那一聲：「媽媽。」，其實不是玩笑，我知道他們不是開玩笑，而是發自內心的叫，而他們也叫家民「爸比」，我知道在他們的內心裡，已經視家民和我為自己的家人，我真的很開心在這麼短暫的四天就能與他們擁有這麼親密的感情，我真心的希望我與他們的緣分會永不消滅，我會永遠與他們保持聯絡，不會忘記他們。

謝謝普仁基金會，謝謝梅老師讓我有機會帶這次的營隊，讓我學習到怎麼去帶一個團體，更讓我學習到怎麼去與人合作，我會永遠記得這次所



我們是乖乖的第1小隊

學到的一切，還有記取所有的教訓。我希望明年還可以繼續參加，繼續帶營隊，然後也可以繼續和家民成為夥伴。

謝謝普仁基金會讓我有機會帶2013夏令營。

◆第一小隊副隊輔／陳珈容

期待已久的夏令營又到來，原本我以為這次的我又可以當個小太陽，在這四天三夜中盡情地揮灑自己，沒想到我竟然是以副小隊輔的身分來參加今年的營隊，老實說我既期待又害怕，畢竟這是我第一次又這樣不同的體驗不同的挑戰。

營隊的第一天看見小隊員一一的來報到，我和我的Partner粽子拿出了口袋法寶「團康」讓整個第一小隊的氣氛更加融入，看著大家大方地自我介紹讓我緊張的心情輕鬆多了，我也告訴自己如果自己大方那怎麼能讓這個小隊更有互動。

我還記得晚會的我超

HIGH，拿起去年還是個小太陽的我來比一整個是對比吧！

今年的我，不管是台上有甚麼表演活動，如果我可以或者我會的我都會跟著做，甚至意外的被拉到台上唱起SHE的「老婆」這首歌，看著大家為我尖叫為我吶喊，那時感覺自己勇敢了好多，對自己信心增加了不少呢！比起去年扭扭捏捏的樣子，今年的我根本無敵。

這四天帶第一小隊十分的累，因為有「三程」的調皮搗蛋搞得我和粽子既無奈又無助，調皮搗蛋的他們也有活潑可愛貼心的一面，當他們在吃口香糖的時候，他們會拿到我們面前問我們要不要來一顆，這些小小舉動雖然掩蓋不住他們的調皮，但還是很開心他們懂得分享。還記得當時的森林木琴、生物嘉年華這些活動大家的向心力老實說並不好，但是小隊裡面的女強人們拱起了整個氣勢，積極的發揮指令，就覺得很放心。還有看著他們



勇闖西門町的時候，雖然太陽很大天氣十分的炎熱，但是大家都努力的尋找任務，彼此合作無間的模樣，感覺真的很棒。

雖然隊輔們沒有小天使小主人的活動，但是偶爾收到隊員們給的小卡，就會變得更有動力，就算是短短的幾句加油打氣的話也會感覺很溫馨很感動。在這個同時，也漸漸的感受到即將分離的氣氛，每小隊都圍成一個小圈圈，開始分享這幾天所感受到所看到的，每個人的真情大告白，大家都哭得唏哩嘩啦的，當然我也不例外！因為我最不能忍受這種感性的氣氛了，這四天第一小隊真的很棒。

這次很开心自己晉升到隊輔群裡面了，很謝謝梅老師對我的肯定！這四天和隊輔們相處得非常愉快，笑聲從來沒停過，每天和大家開會到半夜，吃宵夜和排戲到凌晨，雖然累到快爆肝，雖然每天眼袋都很深，雖然臉上的痘痘又冒出來了，但是非常的值得，當我

對自己沒信心時大家總是替我加油打氣，讓我感覺十分的溫暖，這四天以不同的身分去參加夏令營，感覺自己變得不一樣了，或許有了不一樣的體驗使自己勇敢地挑戰自己。

營隊結束後，心裡莫名的感動，或許是那種離別的不捨，或許是很感動自己做到了，那種感覺真的很特別！這一次的營隊真的讓我收穫滿滿，很謝謝普仁這個大家庭給的溫暖，相信往後回想起來，這些回憶一定很精彩。

◆第七小隊隊輔／葉芳伶

這一次夏令營的主題是夢想，很感謝普仁這一次能夠給我機會參加夏令營，因為帶營隊也算是我的夢想之一。雖然讓我們許多新手來帶夏令營的小朋友們這個決定看似很冒險，但也因為普仁信任我們，讓我們能夠勇於嘗試。從這次的經驗中，我學習到很多，也很開心我竟然做到了我從來沒做過的事！

回想起第一天，想要和小

隊員們搏感情，但因為他們太害羞內向，而讓我感到有些挫折。到了第二天因為生物鏈和森林木琴的活動讓小隊員彼此分享想法和討論，他們也了解彼此的夢想且讓他們對彼此多認識了一些。第三天的城市探索到了東門，他們彼此之間的熱絡討論真的驚艷了我！到了最後一天感情越來越好，真的有一種不想要這麼快結束的感覺。

從第一天一開始和小隊員們見面的尷尬到第四天要分離的不捨，短短四天的相處卻能夠建立起一段情感，真的讓我很感動、珍惜。我不知道他們怎麼想我這個小隊輔，但在這幾天中，我想要做的就是：我要盡我所能的關心他們每個人。

我不奢望他們在從這個營隊回去後，生活會有什麼改變；我希望的是他們能夠在營隊中獲得小小的感動和珍惜他們建立起的友誼。我很感謝我的九位小隊員和另一位隊輔，雖然大家實質上相處只有四天，但是在回到各自的家後，



我們是最穩重的第7小隊



我們是最活潑的第4小隊



我們是最努力的第2小隊



我們是最快樂的第6小隊

卻還能夠彼此互相加油打氣，互相關心對方，這是最開心的一點！

最後，我只希望他們可以記得：你的2013暑假中，有一次難忘的夢想夏令營，你多了更多陪你一起追逐夢想的夥伴！

◆第六小隊隊輔／潘玉惠

這次的夏令營活動是我第一次參加普仁辦的活動，很開心能有這個機會而且還當小隊輔。這次小隊輔們都想要突破所以逼波提議在第三天的晚會上小隊輔們要來個表演，所以在活動前的前一個晚上小隊輔們為了想要在小隊員面前表現的很好，我們排戲排到1、2點

才睡，雖然排戲的過程中有點累了，但我們都笑的很開心、很歡樂。

這四天活動的一開始我很緊張，因為我是個不太會表達、也不太會說話的人，很怕自己帶不好整個小隊，雖然以前也當過隊輔有帶過一次國、高中的小朋友但還是帶國小小朋友居多，這次會這麼害怕是因為很久沒當隊輔了，怕帶的是國、高中生會不好帶，沒想到他們很成熟也很聽話，比我想像中的好很多。雖然一開始大家都還是很害羞不敢說話，但他們會慢慢的主動討論問題，不太需要我們小隊輔擔心，而且在第二天有玩生物鏈的遊戲，因為在小隊輔培訓的

時候時間有點趕，所以沒玩過、而且數學也不太好，以致於我不太懂生物鏈怎麼玩，但我的隊員他們很聰明知道怎麼玩而且還得第一，當時真的覺得他們很棒、也很配合整個活動。

還有在第三天晚會前幾個小時我們這一隊的小隊員們準備都還不完整，一開始還很擔心他們，後來他們就在旁邊默默的就把一支舞蹈編出來了而且還跳的還不錯，真的覺得他們很厲害。雖然在這四天負責當隊輔，但因為這次的主題是築夢踏實我自己也跟他們一起在學習、一起分享夢想。最後謝謝普仁讓我有這個不一樣的經驗與機會。



我們是最青春的第3小隊



我們是最有活力的第5小隊



在行動中學習、團隊的激勵

夏令營學生心得分享

苗栗縣立頭屋國民中學／余念珈

夏令營，我是三小隊。我們聽了一場演講，魯爸和他兒子的徒步環島故事，這種精神令人敬佩，環島旅途中，不忘在特定的地點犒賞自己，拍照留念，最後分享51天的環島之旅。

集合，各隊加入了一位引導員。每組製作一個木琴，木琴接在一起，讓一顆木球滾完，經歷多次困難重重，滾完那刻，那種感動無法形容。生物嘉年華，三年四季，我們團隊合作，各小隊分享自己的策略。拿出壁報紙，我們大家的手放在上面畫出形狀，在手掌寫上夢想，三小隊的海報完成。

出發囉！到了中山站，步行途中看到公共藝術，台北當代藝術館內的作品真的超藝術，找到一家義大利麵吃中餐，接著趕往跳舞咖啡廳，那裡超夢幻的感覺，下個地點，中

山地下書街，看到建成中學製作的藝術作品和爵士廣場，很特別，回程了，坐上中山站直達紅樹林。晚會時間，報告完接著表演，我們唱星空，跳一小段射手舞，有沒有的副歌，結束。感覺好有成就感，這是三小隊一起完成的表演，感覺好快樂，晚會非常歡樂且順利的結束了。

六點了，因為颱風的關係，花東地區的早一步先走，八點小隊時間，談到了夢想，一張大字報中，寫了一些實踐夢想的過程中，也許有挫折，怎麼面對，朋友們的鼓勵，大家分享了這四天的點滴和心得。這四天我過得很開心，這趟旅程讓我學到很多，我有說不盡的感謝，先謝謝采風團隊帶領著我們，在這些遊戲中，有它的含意存在，而之中須要有個領導者，之間也必須互助合作，大家有個共同的目標然

後一起朝著邁進，過程也許是辛苦的，但最後的成功，那種感動，覺得一切都值得，再來謝謝普仁的志工與工作人員，謝謝你們用心幫我們規劃行程和準備早午晚餐點心和宵夜，令人窩心，然後謝謝小隊輔們，謝謝你們的照顧，我真的很開心，最後謝謝普仁基金會舉辦了這四天三夜的活動，你們好用心，也付出了許多心血，讓我覺得好溫暖，普仁就好像我的第二個家，我好謝謝普仁，再次感謝采風團隊以及在背後默默付出的志工團隊，謝謝！

新北市立海山中學／邱謙柔

今年夏天我帶著興奮的心情，期待著參加2013年的普仁夏令營。每次參加普仁的活動都讓我收穫滿滿、玩得很開心。普仁基金會辦這



晚會各隊賣力演出



經常面帶微笑的bibo



暖身活動小太陽們展現青春活力



我們終於完成了，太高興！

樣的活動我真的很感恩也很開心，這樣的活動不只讓我們可以跟各位普仁的大夥們玩得開心增進彼此的感情，更是讓我們學習怎樣與團體生活的好機會。這次夏令營的主題是〈夢想〉，在有關夢想的活動中我思考了許多。每個人的夢想可大可小沒有一定的限制，但重點是要如何完成它。在演講中「說走就走」這句話讓我感到新奇，原來要完成夢想最重要的不一定是規劃計畫。「說走就走」這句話讓我看見了實踐的具體化。計畫很重要，但計畫往往趕不上變化，而且就算有了計畫但卻沒有完成它的勇氣，那計畫做得再好也無意義了。有時候我覺得夢想要完成是個很困難的事，畢竟它是個夢想。但聽到一個小六的學生完成了走路環島的夢想竟然只是因為想做所以就去做，單純的他並沒有思考這個目標完成的可能性有多少，或者是完成這個夢想的困難有多大。但就

因為去實踐單純的去做，小六的學生完成了走路環島的夢想。我的夢想也許沒有走路環島這麼大，但從這次營會結束後，我決定向我現在所設定的目標前進，並克服挫折告訴自己去做就對了。努力去做不一定會成功，但不去做就沒有成功的一天。還有我在營會中也交到許多好朋友超開心的，這四天三夜真是收穫滿滿呢！最後謝謝區惠怡助學人，謝謝您還專程上山來看我，超感動的~~~，Thank you！。

苗栗縣國立苗栗高級商業職業學校／葉雅萱

有了上次遊學台北的經歷，這是第二次參加普仁基金會的活動。這次夏令營的活動跟遊學台北的性質不一樣，感受也大不相同，遊學台北就是排滿了活動，到許多地方去玩，沒有太多的團康時間，比較沒辦法深入了解自己小組的隊友，但是夏令營的活動讓小

隊大家都建立起了一種情感，或許是時間比較久的關係，也可能是團康活動比較多的關係，而且那種感情是很單純的，不管是在聊天或是在小組活動中，大家有著共同的話題，明明幾天前都還是不認識，都沒有見過面的人，卻有辦法很和諧又源源不絕的討論著。

在夏令營的過程當中，每個都是有關於夢想，還有如何實踐夢想的活動。從剛開始認識大家，到後來的團康活動熟悉彼此，當時就算知道了彼此的名字其實也很生疏不太敢說話，到了第二天、第三天之後，從每天的活動當中，不管是木琴或是生物鏈還是第三天的捷運探險，每個活動大家都盡心盡力參與。木琴的活動，從剛開始的影片跟看完影片後的討論，深入了解每一種東西會是什麼樣的角色，再到小組自己動手做木琴的過程中，短短的時間大家同心協力的製



成員認真上課



活動中小太陽玩的興高采烈

作，又要一邊兼顧木球能夠順利滾下去，最後的成品雖然不一定是很努力，但是卻是最特別最獨一無二的。最後九組銜接，讓木球從頭滾到尾的任務，花了將近一小時的時間才讓木球順利滾完，好幾顆木球一直不停的放，在哪裡出了問題就改善，就像是追求夢想的過程中必須一次一次不停的試，遇到挫折就想辦法克服，不要輕易放棄，想想當初擁有這個夢想的初衷，克服萬難的實現他。

原本很害怕到了夏令營這個陌生的環境會無法融入大家，但是後來發現大家都是處在一個互相不認識的狀態，經過了這次夏令營，大家的感情也好的很迅速，本來以為可能營隊結束後大家又要各奔東西了，可是後來發現其實大家都想要維持這份感情，珍惜這段緣分，所以在營隊結束後大家互相留了FB跟電話，也在之後創了社團跟群組，想要把這份感情持續下去，相約明年再

一起參加夏令營。營隊結束後大家透過網路也都聊了許多，每個人的年齡不同，居住地也不同，只不過是參加了同一場夏令營活動，相處了四天的時間，就讓大家感情好到不行，聊天的內容就好像是認識了很久的一群好友，對於這樣特殊的感情，所有人的共識就是維持它，那四天短暫的回憶卻也都很深刻的在每個人的心中。

苗栗縣立維真國民中學／辛宗倫

清早，就整理自己的行李，準備前往火車站，火車一來，還空蕩蕩的，但到了桃園，人就像蜜蜂一樣的擠了進來，連走道都是人，到了板橋火車站，板橋火車站也是台北的交通樞紐，人來來往往，走到集合地點，就看到爾君姊姊，有種放心以及溫暖的感覺，接下來其他小太陽同伴也陸續報到，我被分到第四小隊，小隊輔是一個很活潑的人，隊上的氣氛都是小隊輔帶動的。

第一天對自己的同伴都很陌生，但經過互動活動之後，漸漸互相有了對話。謝謝普仁基金會邀請魯適維父子，我覺得魯適維哥哥真的很厲害，國小畢業就開始環島旅行，但更厲害的是他竟然是徒步，適維哥哥以及他的爸爸也分享了他們的徒步旅行的經驗，從計劃到實踐，我也從中學習到了有了夢想就要去實踐，而不是去空想、空講而已。

第二天我們進行了森林木琴，從中學到每個環節都很重要，這也是我們的角色，森林提供木材給木匠，而木匠建造了木琴，而木琴所搭配的音階，也需要木球才能有聲響出現，而我希望當森林，當一個幫助別人的角色。

第三天我們各小隊出發去捷運站探索，我們第四小隊去中山站，在去之前我們沒有查路線，因為既然是探索，那我們就邊走邊問路，而其中特別的一個點是跳舞咖啡，那是一間舞蹈研究社，是蔡瑞月



探訪台北大寶庫~YA！臺一牛奶大王



與帥哥工作人員宗瀚(中)合影

老師創辦的，她一生都奉獻在跳舞，而晚上就是各小隊的報告以及表演，之後就是各小隊的時間，但卻有依依不捨的感覺，因為我們其中一位隊員，卻因為颱風，所以明天一大早就要走，所以有幾位哭慘了，雖然才三天而已，但吃在一起，玩在一起，就在無形中建立起情感的橋樑，所以即將離開，眼淚就在眼眶滾來滾去，在普仁的日子，就像在家一樣，小隊就像一群兄弟姐妹玩在一起，而梅老師和其他工作人員就像父母一樣，處處為我們著想，真的不想離開，但天下無不散的筵席，都會有分開的一天，希望以後我可以繼續參加普仁的活動。最後謝謝普仁的所有人！

台東縣立鹿野國民中學／穆佳汶
今年七月份，我和姊姊一起北上去參加普仁夏令營活動，雖然只有幾天的時間，卻讓我留下難忘的回憶。

當時到達車站時，我原本

以為能和姊姊同一組，沒有想到卻被拆散，真的不知該如何是好，真的沒想到要去面對一群不認識的人，相處在一起四天。不過我卻慢慢明白了，這是我第一道要去克服的關卡。

相處之後，就不再害怕，可是在進行團隊合作，要提出意見，來解決問題時，又到了我要克服問題的時刻。因為，我真的不敢在眾人面前說話，是因為我太沒自信、太怕講錯話了，所以我希望能夠克服說話的恐懼。

在這四天的活動中，最讓我印象深刻的就是第三天的成果晚會活動。每一隊都需要準備才藝表演，在當天晚上演出。有的隊是跳舞、有的是戲劇、還有唱歌，我們隊就是唱歌的部分，將電視廣告上的麥香改編，沒想到當天演出時，卻有人唱錯改編的歌詞，引來一陣爆笑呢！

很快的四天的夏令營結束了，大家都很不捨得要離開！

我真的很開心能夠交到那麼多的朋友，受到大家這麼多的照顧，希望大家下次還能夠在見面，也希望再度見面時，我已能克服表達的恐懼呢！

彰化國立員林高級家事商業學校／鍾筠涵

經過普仁的審核後，我順利的被選上此次夏令營的人選之一，非常開心的準備著行李，準備踏上這奇妙的旅程。這是我第一次自己搭高鐵北上，所以特別新鮮也特別的緊張害怕，怕自己走錯月台南下了怎麼辦，但好像是自己顧慮太多了，因為我非常的順利的到達板橋車站，也感覺自己成長了不少，情景一概如往，一樣是穿著志工服的隊輔與阿姨叔叔們開始點名分配組別，每次都能夠遇到不同學校不同縣市的人，是最特別也最期待的一件事情，雖然我的組員裡有一位是認識已久的學弟，但也沒有因此打壞我的熱情，我依然笑開懷的迎接我的組員們，



活動中小太陽玩Hi翻天

已是升高二的我，在隊員裡的年紀也算是很大的了，所以在很多活動裡當然必須更加踴躍更加有信心，才能帶領其他組員更加融洽更加合作的參與，此次活動與前年截然不同，闖關遊戲雖變少了，但這次卻帶給我很多的收穫，此次主題-逐夢踏實四天三夜的活動都以這為目標，想必大家都有感覺到自己在這四天都是充滿信心充滿著夢想的吧！由第一天的演講讓我們知道只要有夢想就是你前進的動力，只要不氣餒你就會走向終點，第二天的活動，讓我們知道在逐夢的旅程中，不是光靠自己一個人就能夠完成，旁人的協助、支持是使自己邁向成功的捷徑，第三天的台北一日遊，也讓很多人大開眼界，第一次踏入台灣大學的我感覺被他們有所感染到，穿著畢業服在學校遊蕩著是最吸睛的地方，讓現在準備面臨升大學的自己，感到更加有動力更加確認自己的目標，相信未來兩年過後我不會讓自己失望的，第四天的離別，非常的可惜那天遇到了颱風，回

去時間提早了很多，大家最後聊天的機會也變短了，但我們彼此都知道這四天的活動裡，除了普仁的細心照顧，隊輔們的努力付出，最後還有隊員們的不斷陪伴，才能讓我們完成著美好的四天活動，我們相約著明年再見，在我們心中也烙印下美好的回憶。

苗栗縣仁德醫護管理專科學校／
卓仔凡

在這四天三夜的夏令營中，藉由活動讓我發現了在日常生活中所沒有注意到的細節，像是：在製作森林木琴的時候…看似一個簡單的木板、小方塊卻可以變化出不同的樣貌，一個一個的音階結合在一起就可以譜出不同的樂章，一顆小球得滾動式音樂的開始也是實踐夢想的起步~當所有小隊將木琴結合時，為了讓木球可以順利到達終點，總要放棄一小部分以不同的方式來轉換讓小球可以通過，每樣東西在實踐夢想的過程中，都代表著不同角色，每個環節都非常的重要，就像在完成夢想的過程

會遇到瓶頸與挑戰。在生物嘉年華中也讓我們學習到如何以最有效率的方式達到我們所要的目標，在許許多多的活動過程中都讓我們有不同的收穫~也在活動的過程裡看到每個人對自己的夢想的期待與努力，對完成夢想的熱誠，從他(她)們的身上讓我感受到追夢的力量是多麼的耀眼，也讓我對自己的夢想，更加堅定、更有動力；以前談到夢想，總覺得那是個遙不可及的夢，也曾經想過放棄...但是；現在我對自己的夢想有更多的想法與堅持，即使現在達不到我想要的目標，但現在走的每一步，我都會努力讓它成為在完成這個夢想中的每一個階梯~相信在不久的未來裡，有一天我也可以達成夢想，“築夢踏實”也希望在活動過後，我們每個人都可以達成自己的夢想，不論遇到什麼挫折都不會輕易放棄。

彰化縣立芳苑國民中學／洪正侑

現在想起來暑假的夏令營活動我過得非常開心，也感



覺生活過得非常充實，而夏令營剛開始大家都從不認識慢慢的認識了，我覺得這是一種經驗，每個人都學到如何結交新朋友了，然而印像深刻的課程活動是做木琴，大家剛開時都只注意自己的木球能不能溜過自己的木琴，接下來是把所有的木琴連接在一起，困難度瞬間變超高的，但是大家都很認真的去解決這次的困難，那種感覺真的很令人難忘。

捷運站大冒險我也記得清清楚楚，那是我們小隊感情增進最快的時候，因為大家會在走路的過程互相聊天，讓對方更加的認識我，也吃到了許多美食，真是超開心的。

最期待的晚會，也沒讓大家失望，晚會每一個小隊都發揮各小隊自己的專長，展現出各種特色，這次的夏令營我真的覺得我學到了許多課本裡沒有教的東西，課本只會給你知識，但人與人之間的相處是需要透過溝通的，藉由這次夏令營我在溝通方面更進步了，下次有機會我一定會再參加的。

新竹縣立北埔國民中學／王京順

在這四天三夜的我學到了團隊合作和怎麼交朋友，在這次夏令營我認識了非常好的朋友，也真正體會到交朋友其實不難，只要妳敢開個口就能和他人有了互動，朋友真的很重

要，他能在妳受傷時保護妳、關心妳，當然朋友也能和妳一起分享快樂。

這四天我們一起做了很多活動，其中我印象最深刻的是我們大家一起努力做的森林木琴一起連在一起從樓上排到地下，我心想真的成功了太不可思議！這時我才知道只要努力沒有什麼事是辦不到的。

到了最後一天的早上時我就已經有一點不捨了，我不想回家，我要在普仁待一輩子，在這裡什麼都有、朋友、人情每一個人都是善良、純真，普仁真的是一個溫暖的大家庭，能使人溫暖、快樂的大家庭。

親愛的普仁各位工作人員、小隊輔，經過了這四天三夜的洗禮，我原是一個比較害怕、含蓄的一個人，自從我來到普仁這個大家庭之後，我變得比較大方了，也比較不這麼害怕陌生人，這都要感謝普仁讓我有機會成長。

高雄市立六龜高級中學／劉芝吟

這是我第一次參加普仁的夏令營，以前陸續參加過一些活動，例如：相見歡、遊學台北等，而夏令營因為其他原因，所以一直沒機會，這次能參與真的非常開心。

在四天三夜的行程裡，我發現自己學到很多東西，回來後好像也有了一些改變。以前

的我其實不太喜歡團體活動，可是現在覺得和團體一起行動也沒想像中的不好，我結交了一群如家人般的朋友，雖然只相處短短四天，可是可以感覺得出來每個人的真心，才幾天的時間就已經像認識已久的朋友，真的很難得也很珍貴，還有今天夏令營的主題是「築夢踏實」。在活動中引導我們探索許多關於「築夢」的議題，看到魯伯伯和他兒子對一件事如此堅持完成它，打從心底感到佩服！有些事情真的當下不去做，一輩子也就不會做了。也許有時候會失去信心，但是決不能輕言放棄。有夢想就等於有了向前走的動力，但夢想不能只是用想的，我學到一句最重要的話，我想這句話會讓我受用一輩子！「人不是因為夢想而偉大，人是因為實踐夢想而偉大。」



小太陽帶動大家跟著一起跳舞



愛 沒有 距離

實習生 夏令營的奇妙旅程

◆趙君豪

在這四天三夜的夏令營，我的身份是小隊輔，我是一位完全沒有帶隊經驗的實習生，感謝普仁能讓我有嘗試的機會，我在這次活動上獲益非常多，無論經驗上還是思想上，都因此有所成長。

在營隊前一天的準備訓練，認識了和我共同帶領小隊的另一位小隊輔，她是靜宜大學社工系，今年畢業的學姐，剛好我也是社工系的，但她跟我不一樣的就是她是基金會扶助到畢業的小太陽，而且是非常有帶隊經驗和技巧的。在這幾天的夏令營，真的多得她的照顧與教導，我才能慢慢的融入我的小組。跟小組員要建立

關係，不能讓自己成為一個高高在上的隊輔，而是隨著你真心誠的心，和朋友一樣的跟他們相處。在活動將要結束時，我和我的小組員已經產生了朋友般的羈伴，更有種依依不捨的感覺。

我在這次活動完全感受到小太陽的溫暖，除了我跟另外兩位實習生外，其餘的小隊輔都是小太陽升上來的，我真的很慶幸能認識他們，他們和這次夏令營的小太陽們的感染力，像捲起般的海浪把我給渲染和淹沒，不過那海浪是多麼的溫暖，我真的願意能一直暢游當中。

透過這次夏令營，我的心



再次感受到普仁基金會對孩子們的關懷，基金會對於小太陽來說，是一個大家庭，當中的任何一個人，都是小太陽的家人，當然對基金會來說，小太陽就是她的孩子。而我能加入普仁這個大家庭，認識到大太陽和小太陽，這根本是上天給予我的禮物，感恩我能擁有這禮物！

◆余涓婷

我有兩次營隊經驗，都是少觀所的青少年，這次是以實習生兼小隊輔的身份來參加，對象、性質大相逕庭，是普仁的小太陽。在團體中，小隊輔不是Leader而是Companion！幾乎所有的小太陽年紀比我輕，我或多或少會以姐姐的身份去面對，一開始有些不自

在，在短時間內「混熟」並非易事，尤其彼此生活圈不太相同！慶幸過程中不斷有人協助、有人當催化劑，氣氛對了就敞開心胸！省思此次夏令營，我並沒有為小太陽帶來什麼，而是他們開拓我的眼界，言行也使我體會知福惜福的重要。





舉辦一場夏令營需要使用多少資源？耗盡多少人的精力？大筆開銷是躲不掉的，人力上更是需要大量有志之士投入，可是這場夏令營著實讓參

與者感受到溫暖與改變，相信大家對各界人士的付出是看在眼裡、感動在心裡，也見證過去的小太陽晉升成大太陽，成為小隊輔一員，相信他們的感

觸更深吧！過程累是必然的，因為參與的深！這次的夏令營使我對普仁更加充滿敬意！

◆周家民

每出一次營隊都會有不一樣的驚喜，而這群孩子們給我的驚喜就是他們貼心的舉動，那份窩心十分難得，為了你們，我明年一定會排除萬難再來和你們一起參加夏令營的。

第一天，在陌生的地點集合、與陌生的人當夥伴，還有即將展開一場未知的冒險，種種因素都讓你們緊張，我和淳淳無不使出渾身解數就是想讓你們願意開口多說幾句話，但是效果不太顯著。正當我們還憂心地想著是不是待在大廳讓你們分享的壓力太大，飯桌前的你們竟然一個個的開始聊起天來了，真是害我們白擔心一場。

第二天，有人願意在活動中分享，第三天每個人都上台和全場的人分享，看得出來你們都很緊張、都不知道該說些什麼，但你們還是辦到了。不過明明在休息時間就聊得天南地北欲罷不能，真的很難想像上台會緊張的模樣。

最後一天我沒睡也捨不得睡，無法預料的天氣讓兩位住花東的孩子必須提早回去，這個既定的事實讓大家又難過又無奈，卻也因此發現這四天三夜的夏令營裡，彼此的情感早已如條隱形的繩子悄悄將我們牢牢綁住了，在這個令人不捨的夜晚，大家各自用不同的方式來為這次夏令營做一個好結



尾，而我卻選擇大哭一場來表達我的不捨，被這群窩心的孩子輪番上來安慰，真的是這些天來為你們付出最好的回饋，很幸運能遇見這群窩心的孩子，雖然只是短短的幾天，這份感動更顯得彌足珍貴。





菁英育成生涯探險隊日誌

番外篇一探險隊員手札

◆奧斯圖國際顧問首席教練／施威洲

探險手札 I

分享隊員：國立嘉義大學輔導與
諮商學系 葉OO

對於普仁能夠提供這個機會讓我參與這一次的生涯團體，我真的很開心也很感謝，就好像是遇見貴人！因為對我來說，除了能夠學到不同於學校的東西和技巧，還能夠將在學校所學的東西套用在團體上課內容中，這會讓我更加容易進入狀況。而且每一次的團體課程內容我也都好喜歡，上課中可以從夥伴的分享和經驗中互相學習，大家一起分享、一起討論那種感覺真的很快樂，會讓我覺得每上完一次課就好像充滿能量、腦子裡又多了些受益無窮的東西和方法。

就像有一次上課大家在討論如何寫「生涯線索追蹤表」還有在操作過程中所遇見的難題和困惑，於是我們就分享了彼此之前的交友經驗，從這個例子去探索追蹤問題的根本和因應之道，另外教練也給了我們一張自我對話模式的區分表，讓我能夠更清楚我在用什麼模式思考問題、什麼方法解決問題。

以我「高中時和朋友發生摩擦的事情」來舉例，我發現我一開始面對事情的時候會是在『情緒模式』裡，當下我心裡會怪罪對方「為什麼要這樣想我？」、「我到底哪裡惹到你，你要這樣生氣？」。但是冷靜下來後寫追蹤表的話，我就會進入到『應變模式』，開始在寫的過程中問自己，「我們之間是不是從以前就有問題存在？」、「我可能做錯了什麼？」之類的問題讓自己去對話，我就會把焦點放在「問題解決」這個方面，而不是讓自己淪陷在負面情緒中。而當時間久了，所看的東西變多、變廣時，現在的自己回過頭來看看以前的自己，就會發現，這樣的事情好像當時的處理方法都不太成熟，其實只要講開就好，沒有必要把自己困在那樣的僵局這麼久。而當我發覺自己能夠這樣想時，就會發現到，原來我已進入了真正能夠把問題解決的『真相模式』了！而且我發現長期練習下來，真的會發現自己真的成長很多也改變很多。

在練習「生涯線索追蹤

法」的自我對話過程中，不但讓自己能夠跳脫自己的框架看清自己，也會發現其實自己正在一點一滴的成長，而且能夠更加認識自己，然後建立一個「理想我」的目標，進而努力去往「成為一個打從心底喜歡及欣賞的人」此目標邁進，因著普仁基金會和教練、夥伴們，我知道我已經往自己的目標更邁進一大步了！

探險手札 II

分享隊員：靜宜大學社工系
黃OO

目前團體的進行次數已是第五次了，或許由數據上觀看，短短的五次會有什麼樣的改變？這會是很多人的想要問的問題，但對於我來說是很有收穫的。

在還沒有上團體前，我知道自己在大家眼中所扮演的角色，但從未真正去傾聽自己內心的想法，知道自己問題困惑的癥結點，但始終只能停留在表層，從未深入探討過，自己雖然有很多的理想及目標，但卻從未試著規劃及操作，結果依然是腦海中美麗的圖畫…



上了團體，一個月至少上一次的珍貴課程，讓我可以在那短暫些許的時間與大家分享交流彼此經驗，畢竟夥伴有我未曾有的經驗，而我的經驗也可以給他們做為一個照鏡，彼此促進向前的動力，而不是一直停滯在原地。而我也開始慢慢去正視自己的問題，外表自信亮麗的我，其實在心底始終會有個自卑感作祟，只是一直把自己偽裝成偉大模樣，不輕易在他人卸下裝備，但只是自己一直認為自己壓抑的住，深怕那天爆發了自己也無所適從，幸好這裡有個出口可以傾聽我要傾訴的，讓我知人不可能只有一個人，而是需要與團體共同生活。

每一次的團體似乎將自己徹底充電一番，使自己更有POWER去面對未來的未知數，未來的變化實在太多，但至少團體可以讓我更加認識自我，在路途上不再輕易迷失自我。

探險手札Ⅲ

分享隊員：台中科技大學

企業管理系 陳OO

其實前幾次團體時間，我真的還很模糊自我探索到底是要做甚麼，甚至會有點覺得枯燥乏味，因為覺察攝影機一開始我不懂到底如何操作它，一直看不太到自己的模樣、位子、動作，有時會覺得很煩，

甚至想放棄，但經過幾次的練習，又加上教練一直在引導我們，所以其實大家都進步不少。

但我更想說的是，就在第五次的團體時間中，說到打球就是講求基本功，如果連基本功都沒有，要如何去跟對手比技術，我就想到了當初我在練羽球的時候，一開始教練要我練習發球、拉長球、放短球、來回跑等等的訓練時，我真的不知道那有甚麼意義，每天都搞得很累，但當我去參賽與對手交手時，我則靠那些基本功與技巧贏了比賽，所以我更能了解練習的意義在哪裡了！

原來自我對話也是，首先要先看得到自己，然後追求真正的我，最後才能去呈現理想的我，其實我們平時就常常在自我對話，只是沒有發覺，遇到困難時，一定都會先以情緒來看事情，但當你想要去解決時，你就會自然的轉變為應變的狀態，會問自己該如何解決這個問題，要怎麼做才是最好，有時候只是不想讓別人看不起，為了賭那一口氣，所以告訴自己要做的比他好，真相就是因為那不認輸的精神，使自己成為別人刮目相看的那個人，這就是在追求那個理想的自我。原來我自己已經無意識的在追求理想我，現在更清楚、更知道該如何來練習之

後，相信未來的我一定會變得有所不同。

探險手札Ⅳ

分享隊員：玄奘大學 社會福利與

社會工作學系 簡OO

在高三升大一暑假通過育成計畫我十分的高興，因為可以不必為大學龐大的生活費所困擾。計畫中有幾項事情需要注意，有一個讓我起了好奇心「團體活動」；就這樣開啟了我們的緣分。

記得一開始大家的不熟悉到現在的無話不說，從一開始的訴說最近的生活近況到學習上的互相幫助，慢慢的發現在團體中所學到的知識可以用在自己的生活當中，或者是自己本身已經擁有技能只是我們尚未發掘。從第一次的課程到最近的課程，大家都排除萬難的參加，雖然，有些事情真的無法排開，但至少大家都曾經為這個團體付出過。

隨著相處時間的加長，大家慢慢出現認同感，也隨著團體次數的增加，要學習的東西也越來越多。讓我最有印象的就是「覺察攝影機」，畢竟，這是需要經過多次練習才能順利的運作在自己的生活上。可以將自己的視野開闊，是對自己的將來人生有很大的改變。感謝基金會給我不一樣的學習。



育成計畫年度報告

◆育成計畫委員、關懷訪視組組長／陳世芬

一年前，「育成計畫」在眾人的努力與期待中上路了；一年後，面對著計劃執行報告書，夥伴們有感動，因為終於突破困難，將願景付諸行動；有缺憾，因為執行中仍有些細節不盡人意；有希望，因為經過了檢討與調整，團隊蓄勢待發，準備好迎接更多的挑戰。

去年8月11日，與「育成計畫」結合的微熱山丘天使蛋糕義賣正式開跑，15名高中、大專的學生與18名志工導師一同進入了育成的圓夢計畫。回顧這一年來，從酷暑到寒冬，每個周末基金會同仁及志工們輪番上陣義賣蛋糕。生意好時，三四位志工忙得不可開交，一刻不得閒；夏天酷暑之下，銷售速度較慢，志工們頂著高溫，一站就是七八個小時；老師傅和工作人員熱心投入愛心蛋糕的製作和辛苦的後勤支援，以及最重要的，微熱山丘的一切支持。這麼多的付出，為的就是讓育成計畫的經費不虞匱乏，讓每個孩子的夢想都能被圓滿。一年下來，義

賣總收入達六百萬，使得育成計畫得以順利執行，規劃中的深耕培育計畫能逐一實現。

首先，是學生每個月的生活補助費，學生在課業繁忙之際，無後顧之憂地專心於課業上，不致因為疲於打工，耽誤了學業。在執行中，透過志工導師的陪伴，適時關心孩子在學業成績的表現，並給予情緒上的支持，在心靈以及日常生活上，同時做到一對一的關懷。孩子們在求學過程中，難免遇到困惑、瓶頸或挫折，因為陪伴，我們能夠即時了解孩子的需求，伸出援手，只要多些鼓勵與同理，就能給他再出發的能量；如果需要的是專業的引導，則透過志工之間的人際網絡，尋求支援。從志工導師的期末評估表中，可以看見每位志工針對孩子不同的特質，所發展出不同的陪伴模式，都得到孩子們相同正向的回饋。



在孩子學習部分的增強，分別由專業能力與自我導航能力兩部分著手。第一是英文線上學習課程，從分級檢定到學期成果評量，養成學生不間斷的外語能力訓練。第二部分則是相當重要的「普仁育成生涯團體」之形成。由15名學生組成的共學團體，透過專業生涯教練的十次工作坊，展開自我探索的歷程。育成計畫的目標在於開啟學生「自我生涯導航力」，提升「整體職涯發展力」，開發天賦潛能之外，透過自我覺察，找到生命源源不絕的能量，進而展開自立立人，打破弱勢困境的逐夢之旅。生涯團體的形成有團體動力必經的發展歷程，學員與教練的謀和，學員之間的信任，以及



學員本身的抗拒，都為這個生涯團體的成功與否投下變數。這樣形式的組合，對提供課程的生涯教練、學生、志工導師，甚至是基金會本身，都是前所未有的挑戰。曾經遇到挫折，如學生出席有困難、體驗活動後的回家功課無法完成、對課程意涵的存疑、對自我探索遲遲無法融入……等等問題，都讓育成計畫的團隊成員憂心；然而，不願輕言放棄的夥伴們，決定透過各方的努力，讓學生從「自我探索」著手，深耕自己。於是，不斷的和生涯教練溝通，同時透過志工導師頻頻與孩子對話，彼此釐清問題，面對困難，給予信心和鼓勵。經過一番努力之後，終於慢慢見到孩子們的轉變，從出席率的增加，到功課完成率不

斷的進步，最後是孩子們能夠敞開心胸，聽見自己內在的聲音，看見自己的潛力，親手替自己的未來繪製藍圖。自我探索是一生的功課，孩子們不會因為一期的生涯課程而擁有光明大未來，但他們卻獲得了一生受用的能力，讓自己勇敢面對未來。

在育成計畫中，還有一項「育成費用」，提供學生在加強學業、技藝、領導能力或職能專長等相關養成費用。今年度個別申請的用途包括：報考研究所以及公職考試專修班的費用，讓希望繼續深造或在專業證照上得到肯定的學生，能夠向理想前進。

在最後年度的委員會中，檢視了計畫執行報告，其中兩位孩子已經順利從大學畢

業，而且都已找到學以致用的工作；但是，很遺憾地，也有兩位孩子在過程中因未能達到與基金會計畫義務之內容，如成績及志願工作服務時數等內容，而未能繼續參與下年度的育成計畫。對於不得不離開計畫的孩子，除了基金會與之溝通傳達之外，也由志工導師持續關懷，提供對未來的建議與相關資源的連結，持續關心。

下年度的申請與甄選面談已經於九月份開始，在北、中、南三區熱烈進行。經過一年的實際運作，及不斷的檢討與修正，「育成計畫」的脈絡與架構也因此更加清晰及穩健。隨著今年度即將增加的學生人數，在所需經費、志工導師人力以及團體課程的安排上都將是難度更高的挑戰；然

而，在所有育成計畫委員們的全心付出，以及基金會同仁的共同合作之下，「育成計畫」正朝向更成熟的階段邁進。完美不是一蹴可及，需要持續不斷的堅持！



育成計畫~小太陽期末聯誼活動



真正的富足

～嘉義大學葉芳伶同學專訪

◆育成計畫委員、關懷訪視組組長／陳世芬

你覺得什麼是富足？是身邊滿滿的朋友，餐餐的頂級食材，或是迅速累積的財富？在每個人心中的字典裡，富足都有它專屬的圖像，而在芳伶的字典裡，富足就是家人的愛，和一份知足感恩的心。

從小生長在雲林古坑鄉的綠色隧道旁，父親以種植柳丁為業，媽媽從事印尼翻譯，家裡還有個和他最親密的妹妹。雖然，家中的經濟情形並不理想，但是爸爸媽媽自小就對

兩姊妹十分疼愛，更在教養上投注了最大的用心。為了建立孩子自我管理的能力，芳伶媽媽在她們年紀還小時，會嚴格的督促她們的常規和學業，因此塑造了姊妹倆自律和認真的學習態度。在她們上了國中之後，芳伶說，媽媽幾乎不大需要再花太多精力擔心她的求學狀況，管教態度也從嚴厲變為尊重。自動自發，盡力做好每件事的特質，成為芳伶成長路上的最大資產。

上了國中之後，父母的教養方式從管教轉為支持，對於一向按部就班認真讀書的芳伶，爸爸媽媽抱持著完全支持的态度，從不要求成績表現，爸爸總是說，「盡力去讀，就算必須賣了田地去念私立高中也可以，只要是你願意的。」而用功的芳伶也從未讓父母失望操心過，不僅學業表現優秀，關心家人，更隨著階段性的成長，時時認真思考著自己的

未來。從國中開始接觸了普仁，讓她一直深深被「助人」所深深吸引，相信「助人」一定是一件奧妙的事；於是，被幫助時的感動，化身為助人的動力，讓他在進入嘉義大學時，毅然決然選擇了「諮商與輔導學系」，正式進入學習助人的歷程。

進入基金會的「菁英育成計畫」之後，她開始了基金會安排的「生涯探險」課程，在生涯教練的引導下，和夥伴同學一同更積極地開啟自我心靈的探索。在十次的課程中，從未缺席、功課達成率百分百的完美表現，就是她一貫的生活態度：把握每個學習機會，並且讓自己以全新的姿態，全然的吸收。在一次探索課程的休息時間中約了芳伶共進午餐，與芳伶談話是一件令人愉悅的事，臉上總是帶著微笑，伴隨著開朗的回應和耐心的傾聽。聽她說起生涯探索課程帶給





她的啟發和省思，眼底盡是喜悅和興奮。在當初選擇科系時，或許只是單純的抱持著「想助人」的信念，但是在生涯探索有系統的深層體驗之後，她更加確信自己的選擇與方向。芳伶發現，自己喜歡和人互動，喜歡聽別人說話，甚至樂意關懷別人的特質，在諮商的領域中，可以有無限的發展空間，再對應自己大一時曾經上過的專業科目，將其中的理論和經驗連結後，芳伶開心地看見了更堅定和令人期待的未來。

芳伶分享在團體共同工作的「生涯探險隊」中，每個人帶著對生涯不同的困惑而來，但是在彼此敞開心胸的分享中，她看見了自己的恐懼、伙伴的勇氣，甚至是生涯教練在帶領中的共學態度，都激勵了芳伶的鬥志，不斷的嘗試挑戰自我的極限，透過提問、討論、思考終至釐清。面對回家作業中，自己從未思考過的問題，一開始毫無頭緒，不知如何下筆，但是透過夥伴間的互相協助和教練的鼓勵，芳伶說，即是只是從零到一，都是好大的進步！靠著不肯放棄的毅力，在一次次的練習之後，豁然開朗的興奮，在芳伶言談中絲毫都藏不住。更難得的是，這

樣一群夥伴在信任與坦誠中建立的情感，也成了未來人生路上一股珍貴的支持力量。

心中的富足來自時時懷抱感恩。芳伶很謝謝普仁協助她的點點滴滴，尤其是在「菁英育成計畫」中的志工導師，寶炤阿姨，她口中的貴人阿姨。從電話中陪伴芳伶、帶著芳伶到自己老家參加聚會、到芳伶家中拜訪，一直到帶著芳伶聚餐、看展覽……，就像對待自己孩子一般的體貼。「寶炤阿姨就像自己的媽媽一樣溫暖，也讓我見了很多世面。」

雖然從國中開始就是小太陽，芳伶是從「菁英育成計畫」才開始有機會參與金會的各項活動，不論是夏令營的隊輔工作或是南投的蛋糕義賣，她都熱情而積極的投入。「我很願意回饋在基金會的活動支援，有能力回饋是一件很棒的事！」對於未來，芳伶透過生涯探險的體悟，更加確定了自己選擇的方向，將朝心理或諮商師的目標努力，並透過以研究所為目的的求學方向，找尋最有興趣的領域，做更專精的實力培養。看見越來越多小太陽們因為和普仁的因緣而紛紛選擇社福等相關科系，芳伶想給學弟妹的建議是，「一定要

對服務有相當足夠的熱情，社會服務是一件需要耐心與毅力的工作，其中的辛苦很容易會消磨掉你的熱情。」畢竟社會服務工作和在學校或社團擔任「志工」是不一樣的，將會面臨到更多現場處理的壓力與挑戰，希望學弟妹要有充分的心理準備；如果仔細評估後，決定往社福工作前進，就好好堅持的向前，並在遇到困難時適時求救，和學長姐多多請益，相信大家彼此的鼓勵與支持，將讓這條社服之路更加順利。

感謝芳伶的回饋與分享，讓普仁家園裡，多了一份溫暖的交流。從芳伶身上，看見積極的人生觀、家庭的愛、基金會的關懷，和菁英育成的夥伴支持，豐富了她的生活，也讓她的人生充滿感恩、喜悅和能量；原來，真正的富足，就是心靈上的富足！



感謝普仁， 你們是學生的小太陽

◆彰化縣立二水國民中學／吳慧賢

二水，是個位於彰化縣東南一角的小鄉鎮，約有一萬二千人，民風純樸多為務農，近年受少子化與工作機會減少，因素人口每年以數百人的速度下降。其中弱勢、單親、與隔代教養的比例約在3~4成。二水國中的學生也在逐年減少。

攀岩，是個看似冷門而危險的運動。但是它除了可以鍛鍊肌力與心肺功能改善協調性之外，還能建立自信增進挫折耐力以及在高壓環境下的決斷力，在相互確保的過程中同學也能建立互信互助與負責任的精神。

在因緣際會之下二水國中擁有了一座攀岩場與高空繩索場，所以我們也希望以此發展學校特色因而建立了攀岩社。但因學校經費拮据，攀岩的器材添購汰換、教練的聘請、乃至對外比賽、訓練的交通食宿均是一大問題。幸好透過普仁基金會的協助我們終於

有經費購置新裝備來換下即將不堪使用的器材，並且聘請了專業的教練來指導，還可以進行移地訓練和比賽。

我們的學生在經過了訓練以及參加比賽之後都有著或多或少成長，去年本社團三年級畢業生全部順利升學，在此之前他們曾是學習成就低下甚至想放棄自己的孩子。還有一位學生雖被檢定有輕度智能障礙，但為了寫出對社團對普仁基金會的感謝主動找同學請教寫字，跟平時在課堂上的表現差異不小。去年天下雜誌曾經來學校採訪並刊出，我們學校獲得多元社團以及德育優良的評價。而學生流失的情形也減

低，可以看出一點一滴的效果正逐漸累積並擴散開來。

去年我們獲得彰化縣長盃攀岩賽的總冠軍，而在缺

乏地形經驗的情況下全國青少年賽也得到第六、第八名，算是有點小小的成果，希望在將來成績能更精進。不過比賽名次不是最重要，而是學生在進入社團後建立了自信，開啟視野，從中學習到的精神能影響他們一生。感謝普仁基金會能提供這樣的機會讓學生經由攀岩活動找到自我，如果沒有普仁的支持我們社團的維持將是一大問題更別說能有什麼樣值得稱許的成果了，所以在此代表學校以及社團全體同學向您說聲：謝謝你的幫助與支持，有你真好！



彰化縣立二水國民中學~高空探索



踩著輪子，踩著風

◆桃園縣立大崗國民中學／林晏瑄

那都是一陣陣風，一陣陣載著夢想起飛的風……。

相對於其他學校，大崗國中的暑假是很熱鬧的，無論動態如舞獅、原住民舞蹈，抑或靜態如吉他、管樂，好多社團都在這個原應還校園一片靜好的盛夏時節，繼續蓬勃地茁壯著。生命力像是不想午睡的孩子，從沒有稍作休息的打算。

獨輪車社，也在這群不想午睡的孩子名單之中。

我就是在這樣的時節來到了大崗國中，遇見了這群「獨輪車的孩子」。他們與其他國中生一般無二，只是挺多的一部份輪廓更深些，眼睛像兩窪深深的小池塘。而點名時就像是我往池塘裡拋了小石頭，接著便會有好聽的應答聲此起彼落地響起。

當時的我還不知道，一旦讓他們踩上獨輪車的踏板，所聽見的就不只是這樣一個個小水窪的響聲，而是，一陣陣風聲。

於是，自那個夏天，孩子們騎上了獨輪車，轉動了輪子，開始，起飛。

為了瞭解這群孩子，我翻著一張張家庭狀況調查表

……。單親家庭、隔代教養，低收入戶或中低收入戶……。而果真，那些優雅的深邃輪廓，很多是來自原住民血統……。表中文字冷靜地向我說明這些孩子的來處，而我卻不爭氣地用不理性的感情去假設他們可能背負著的傷痕，對著他們的可能的人生故事嘆息。

而這些「獨輪車的孩子」，有的在上國中前已學會騎獨輪車，有的則是第一次接觸。但不管有沒有基礎，每次只要一到了可以和獨輪車近距離接觸的時光，全部的孩子都成了一個樣——像是身體的某個開關被觸動了，每個人眼中的那兩池湖水全閃著粼粼的波光，金色的喜悅像是被頑皮的風撩撥著，不可抑止地在蕩漾。

於是，每次的獨輪車時光，真實在我眼前展現的，是一個個踩著輪子，踩著風，臉上滿是笑意的大孩子。至於命運之輪是否曾經在他們身上留下痛苦的痕跡，當下全然無法得知，你只能看到他們一個個像一陣風般從你面前飛過，輪子在他們腳下快速地旋轉著，

而原本深深烙在輪子上，那一條條像是血管又像是傷痕的胎紋，因為高速旋轉，早已模糊得不可辨識，倒完美地與那雙使它們轉動的腳融在一處，霎時輪子竟就像長在他們腳上一樣。什麼叫「騎」獨輪車？那簡直就是他們用雙腳在跑啊！從練習車道，到操場跑道；從自己的校園，到比賽會場；從生澀，到進步，到純熟，再更進步。現在的他們是用自己的雙腳，去轉動自己生命的輪子。踩著輪子，踩著風，乘著這風起飛，不斷把自己的生命帶往更高的地方。他們不會再被動地被刻上累累的傷痕，而是已經學會用自己的雙腳踩踏著輪子，踩踏出屬於自己的人生地圖，敘寫自己的人生故事。

感謝普仁基金會，讓這群孩子能用獨輪車點燃自己生命的亮點，看見自己的潛能，進而肯定自己也有追夢的權利與能力。希望這股動力就像獨輪車的輪子一樣，只要孩子不斷地踩下去，就會帶著孩子不斷地往前進。



普仁引導計畫之三年有感

◆新北市立大觀國民中學／韓可馨

時間過得很快，竟已接了訓育工作三年了，在這個忙碌的組別，曾經接到另一位新進同仁的電話，在電話那頭，她恍然大悟的聲音對我說道：歐--你就是大觀收文最多的組長歐~我訝然失笑！至今都還印象深刻，怎麼會在這個忙碌的組別就這麼一直待了下來呢？（笑）想想，是孩子的笑容和那份助人的成就感吧！辦活動的我，永遠都會在活動現場看到許多孩子展現成果和努力過後的笑容，我親愛的鼓舞隊孩子就是這樣，三年囉！看過他們埋首練習的煩躁，抓不到節奏的怒氣，沒有表演舞台的挫折和緊張得要命的上台前一刻，我的心都懸在半空了；但，這些孩子總讓我驚訝，走過這些煩躁、不安、怒氣，在鼓聲中，似乎找到力量和目標，正式上場的勇氣，表演時臉上的光彩，走下台的故作鎮定，和為隊友加油的鼓勵…一切的一切，總讓當老師的我，覺得…好驕傲，謝謝你們給我帶隊的機會，覺得…好感動，我其實也在跟你們學習。

我記得那幾個看起來痞痞酷酷的孩子，那是我帶鼓舞的第一批孩子，對於課業沒有多大興趣，但拿到鼓棒，幾個人站在一起，好像變身一般，

練習完全不喊苦，曲子一遍打過一遍，專注的眼光，讓我感動到不能自己，印象最深刻的是，一次帶他們校外表演，忽然下起了雨，我還在急急的催促他們去避雨，酷酷痞痞的孩子大吼：保護鼓！然後一個接一個用接力的方式，把鼓全送進了雨棚下，衣服都濕了也不介意，然後，雨繼續下，觀眾都零零星星地走了，我看看孩子，一個孩子苦笑但堅定地說：要打！於是，他們開始專注的打起鼓來，到現在都還記得，觀眾開始慢慢的走回來，群聚的人愈來愈多，還有金髮觀光客拿起攝影機猛錄，那一刻，看著孩子臉上驕傲的表情，那是他們的舞台，那是他們的成就，我相信，即使命運待他們並不順遂，他們仍會把這一刻化做未來前進的勇氣。

我常想起那個女孩，那是我帶鼓舞的第二年，這個很“帥氣的”女孩，在進鼓舞的第二年當上了社長，當社長很稱職的她，卻因為家庭、朋友的狀況開始“進出”學務處，每每被約談，事情層出不窮，我和教鼓的詹老師大傷腦筋，社長在校表現這樣，會不會影響到鼓舞的風氣？社長有這些行為問題，這樣足堪重任嗎？該留任他繼續當社長嗎？還是

該換人了？但是，我們冒了一次險，我們決定信任這個孩子，配合適當的輔導，進入下學期時，她穩定了，即使是九年級成為鼓舞的資深顧問學姊，沒有在鼓隊中，她依然常常來看學弟妹打鼓、教學弟妹打鼓，勉勵學弟妹，在校狀況也非常穩定，彷彿是…我們相信孩子是甚麼？她真的就是甚麼？我們相信她可以，她真的表現進步，我們相信孩子是社長，她也沒讓我們失望，表現足堪大任，也愈來愈穩定，原來，相信孩子如此重要，相信他們的潛能、正面的力量，給他們舞台、機會，他們也會學習相信自己。

還有其他的孩子，看過鼓舞隊表演，就跨區就讀大觀的，練鼓練到手磨破皮、流血，包紮再包紮仍然堅持要再練的，都畢業還回來看學弟妹的，甚至還想再回來打鼓的，三年了~成長的、勇氣的充滿正向力量的故事仍然在這個社團中繼續發生，當然，不免俗的，鼓隊的成立、繼續都需要資金，感謝普仁基金會，感謝捐助者，做了幕後的推手，出錢給孩子買鼓、聘老師、籌措交通費、餐費讓他們有表演的舞台，更重要的，給這些孩子一個向上的希望！



普仁引導 獅藝高超

◆新竹縣立北埔國民中學／洪美櫻

舞獅象徵著祥瑞喜氣，因而每逢迎神廟會，開工落成，重大慶典之際，祥獅獻瑞不可或缺，增添諸多熱鬧、歡愉、吉利、隆重之氛圍，是以舞獅習武，源遠流長歷久彌新，既廣為流傳於民間，更適用學生運動休閒，尤其青少年階段，藉由舞獅，導引青少年過剩體力，抒發課業上的壓力與情緒上的苦悶，更緣於學習舞獅的進步，獲致學習成長的喜悅，生活有了寄託與重心，同時經常獲邀比賽或得獎，進而提升自尊心與榮譽感。本校舞獅隊基於上述理念，在學務張英杰主任（規劃制度、生活及心理輔導、體能訓練）、體衛洪美櫻組長（溝通、協調、聯繫、後勤支援）及彭作宏教練（技術指導、運動傷害防治），密切合作之下，獅隊不斷壯大，選手激增、表演邀約不斷、比賽成績迭創新高，受到家長、社區、上級高度的評價與肯定，奈何受限於經費與設備，無法進一步的突破，所幸普仁青年關懷基金會之及時雨，基於長年關懷弱勢，發揮教育大愛，給與「大手拉小

手」青少年引導計畫之贈送厚禮，讓本校獅隊如久旱逢甘霖且如虎添翼，未來的蓬勃發展與永續經營指日可待。經由普仁青年關懷基金會愛心廣被，本校獅隊學習的成長與心得綜述如下：

- (1)至藉由各種比賽了解各地民情風俗、自然景觀。
- (2)身心及生活經驗的改變，透過長期、系統、專業、嚴謹、有效地訓練，獅隊成員身體更為健壯，做事更為積極與精進。
- (3)由於舞藝持續專精，得獎不斷，進而增進自信心與榮譽感，同時舞獅力求整齊畫一，並配合敲鑼打鼓之團隊合作，獅隊成員長期良性互動，人際關係更為和諧。
- (4)舞獅訓練多元化，也會移地訓練或與他校交流，因而充實豐富校外生活內容，增廣見識與歷練，同時提升休閒生活品質。
- (5)舞獅同學持續習武，榮獲諸多獎項，戒除不良生活習性，又能以技優生免試、免學費升學，增進師生

與家人互動的生活氣氛，改進社區生活方式與社區人士的觀感。

- (6)藉由獅隊分赴不同場域的表演與比賽，讓民眾熟悉舞獅技藝活動，薪傳民俗技藝香火，顯揚璀璨中華文化。

綜上所述，藉由普仁青年關懷基金會的翼助與護持，學生得以建構一個豐厚的、有價值的生活世界與存在意義，進而獲致一個嶄新的生活場域（領域）認知體驗，在未來產生深遠的影響：

- (1)舞獅活動足以提供學生展現自我能力的舞台。
- (2)推廣舞獅技藝活動，開創學生學習的契機。
- (3)優異的舞獅成績比賽，廣為拓展學生的生活場域。
- (4)重視親、師、生的良性關係，使學生樂於學習舞獅等社團活動。
- (5)塑造優質的舞獅團隊，可以培養學生良善的行為與態度。



你了解E時代的青少年在想什麼嗎？

◆本會副執行長／梅鳳珠

常聽許多父母說：「我小孩小時候好可愛、好聽話，我們關係很好、也很親近」。

可是現在他的個性變得很衝動，動不動就發脾氣。

我的小孩變的好愛頂嘴，還說我很囉唆。

我的小孩 現在都不愛跟我們。

不是父母的錯也不是孩子變了，而是我們一般父母都用自己成長的經驗來看自己孩子的成長過程，並會有停留孩子兒童期的階段美好經驗的回憶，而忽略孩子已長大到青少年階段了；然而青少期、由於身、心變化的影響、認知能力與意識水準的提高等因素、情緒表現的特徵逐漸不同於兒童期。

青少年期的重要發展任務是「形成自我認同」與「建立角色統整」，此階段的青少年藉由對自我的省思與覺悟，開始確立他在團體中的地位與社會他的期望，能在不違背自己需要、價值體系及良知的情況下，調整自己的行為與價值觀，以增進對環境的適應性。

「角色統整」就是確定自己的心理性別及應扮演的角色，建立種種不同的自我概念。若無法自我認同，則會產生角色混淆，使青少年失去自

我控制力與安定感，造成認同危機（Identify Crisis），進而出現一些問題行為，如自殺、濫用藥物、逃學或參加幫派等。

「自我統整」是青少年期自我發展的理想境界，它能使青少年的人格發展臻於成熟，並發展出自己的獨立性。

同儕團次文化的影響

同儕團體影響青少年的自我認同。“如何被同儕團體接納”成為青少年最迫切關心的問題，因此大部分的青少年是把自己的價值建立在同儕反應上，當被同儕拒絕，會使他們覺得受到莫大的挫折且容易喪失自信。

青少年多半渴求被同儕接納，而產生對團體次文化的依附。所以如何向團體認可的行為或流行服飾看齊，對青少年而言，就顯得格外重要。

反抗權威，親子關係改變

在青少年階段，由於心理成長朝向獨立與自立，與父母間的見解及態度易產生衝突而形成代溝。故當價值觀的重建、功課的壓力及父母的期許等無順利調適時，青少年容易表現出違抗感的舉動。

情緒不定、易衝動

由於內分泌和自主神經系統活動旺盛，造成青少年情緒不定、易衝動。有時也會因個體生理上的障礙而產生情緒上的壓力。

表現自我見解、好爭辯

青少年期的認知發展中，已能運作較高層次的思維，並具有抽象的思考邏輯、假設性的推理與解決問題等能力。在思想表現上以自我為中心，逐漸建立出判斷的標準，養成好批評、好爭辯、看不慣、不滿現實的態度，甚至有時會表現出誇張或傲慢。



自我意識膨脹，喜做白日夢

青少年常以自己的想法、喜好來揣測別人，進而產生「自我意識」，且過分關注自己，或假設很多情境，強化哀愁或憤怒，沈浸在白日夢裡，渴望孤獨卻又希望眾星拱月，因而陷入矛盾之中，所以在公眾場合裡，常認為自己是世界上最獨特的目光焦點，但也因為如此，有時會感到手足無措，顯得十分不自在或過度

的誇張表現。

父母能多了解青少年階段的發展與需求多，所以現代父母要隨著孩子成長而成長學習如何與青少年相處，他們無意叛逆，他們只是想要——獨立成「人」，父母首先要學習如何支持他、肯定他、相信他，保持「人性本善」的態度面對他；其次尊重青少年的自我感，千萬不要強迫他們接受大人的要求。就算是非常必要的要求，也

應該用「我希望…」或「我建議…」至少要在「形式上」給他留下可以自主的空間，讓他有學習、省思的思考空間，第三永遠要以對待成人的態度對待他，讓他感受被尊重的管覺，除非在某些情況下他自動願意充當小孩；對他表示永遠的支持與肯定，特別是在青少年犯了嚴重錯誤之後，應該給予他改正的機會，對其改正的態度要抱持著肯定與支持。

找對方法、靠近不難

◆臺北市麗山國民中學社工師／蔡心媛

筆者的工作是派駐在校園裡的社會工作者，一到下課，總會有許多愛來輔導室“逛逛”的學生，有些是經過打個招呼、有些是問有沒有東西吃，而大多數是想來閒聊的。

沒有帶班、在工作上無交集的結果，製造話題就成了挑戰，看似平常的聊天，突然成了一門大學問。最受歡迎的話題有網誌或電動，但有時會遇到學生回答我：「家裡沒有電腦…（一陣寂靜…）」；第二名的話題是討厭的老師是誰，

迴響熱列，只是副作用無窮。

經過一段時間的觀察，筆者找到一件不受族群、時間、性別、年級及特質影響的話題，那就是「音樂」。

音樂在青少年的文化裡，它不被歸類為興趣或喜好，是生活的一部份像吃飯、睡覺一樣。青少年用喜好的音樂展現屬於個人獨有的信仰、價值及態度，正如同文化的本質，透過音樂的分享幫助青少年凝聚在一起，它給予青少年思維價值、行為模式、互動形

態、語言符號以及生活方式，也是一種歸屬感。

從喜好的音樂類型亦可以粗略辨別青少年的特質。愛聽悲傷情歌的個性較為敏感、細膩；愛聽搞笑Kuso的則屬於較活潑、話多、神經大條的；偶爾會碰到對英文老歌有研究的青少年，心智較為成熟。

有機會不妨看看自己或孩子們都聽些什麼類型的音樂，搭著音樂的便車，我們也能自然地流動、滲透到青少年的文化中，更貼近他們的心。



「2013愛你一生」 夏季捐血活動後記

◆本會志工團行政文宣副組長／林伯憲

◆日期：102年8月11日

◆成績：全血79人次，109單位；血小板66人次，92單位。總和145人次，201單位。

◆志工人數：19人（二八、俊廷、麗雲、昕穎、年恩、年佑、勳章、信憲、怡凡、明芳、惠儒、琇儒、治邦、培松、秀霞、文雪、維詳、喬淳）

普仁基金會「2013愛你一生」捐血活動順利落幕了，今年的活動第一次在1月份募得167袋血液，第二次在8月份募得201袋血液，兩次的活動總共募得368袋，9萬2千西西的血液，充實農曆年前及暑假期間的血庫血源，嘉惠病患。

普仁基金會辦捐血活動的目的除了行跨領域的公益活動之外，也是希望透過不同領域的活動，引領大太陽、小太陽們跨足不同於基金會的社會服

務，讓我們未來的社會中堅份子-小太陽們能有多一個認識社會、體驗社會的機會。

捐血活動承襲了普仁活動小成本、大效益的精神，這從動員的志工人力中就可以看出端倪，每場近20位的志工，不分彼此、沒有酬勞，努力營造普仁基金會的團體形象，為社會公益付出最大的努力。

普仁志工團隊一向以行動力、凝聚力著稱，在人事精簡的基金會中占有重要的地位，

朱潔芳團長更是登高率領全家來捐血，身先士卒，堪稱表率，帶領志工團其他成員呼朋引伴，紛紛挽袖加入捐血的行列。也更有許多非志工團的成員，因為普仁的感召而投入這兩次志工服務的行列。

後援會的投入，也是活動成功的關鍵之一，從親自來捐血到上街宣傳，服務周到的帶路、幫忙提行李，讓捐血人感到窩心，林文彬大哥的服務精神，正代表後援會的熊熊熱





情，光耀普仁。

小太陽的加入，除了代表普仁基金會多年努力耕耘從事青少年服務正在開花結果，也有薪火相傳的意味，信憲、年恩、年佑、喬淳四位小太陽不僅僅是來當志工而已，更以實際的行動捐出熱血，投以對活動最大的支持。

368，無巧不巧的數字啊！這是個充滿神奇力量的數字，在多一人太多，少一人太少的穠纖合度中，彷彿已經宣告這是人間最完美的生命密碼，從全台368鄉鎮的青少年服務到募血368袋的熱血精神，延伸出「助人服務」到「救人行動」的正義連線，這

再再表現出普仁基金會「普及仁愛」的仁愛精神。

普仁基金會有一份正義感的社會使命正在發酵，相信我們所做的每一件事都能引發社會正面的回響，今年普仁因捐血活動跨出撥動社會脈動的第一步，期望往後的活動能夠更受歡迎與支持。



◆本會志工團閱讀學習組長／張麗雲

能結合這兩個公益活動真是不容易，有了第一次成功合作經驗，隔了半年再次舉辦，就顯得簡單多了，這都得歸功於背後許多人的促成允許，而最大功臣就是統籌此項活動的主辦者伯憲（八月）月圓（二月）。

在一次唸書散步中，才開始捐血，延續到現在次數雖然不多，卻一直維持著。聽見伯憲舉辦活動當然即刻響應參與志工以及捐血。

第一次活動，看見本會秘

書處積極全力配合，難得假日還得出勤協助工作，這份精神延續了普仁的生命，加上許多不同地方的志工特地來協助捐血。謝董事長剛從美國回來特地來捐，卻因居住沒有超過六個月，無法捐血；蘇執行長因為血壓以及心臟健康問題，無法捐血，盡力協助推動邀請民眾；潔芳姊因為血紅素不足，無法捐成功，不難看出大家對此活動的認同支持以及肯定鼓勵。每每想到社會中有這樣的溫暖關懷真是感恩萬分，尤其

在普仁團體中每個夥伴（包含秘書處以及志工）更是令我又敬又愛。

第二次活動中秘書處依然全力支援出動，又剛好在暑假，許多小太陽報名參與當志工並且捐血：喬淳、年恩、年佑、信憲都來了。當小太陽可以為社會付出的時候，我們看見他們生命光彩發光發熱的時刻，這也是普仁的初衷，希望培養這樣的精神情操。其中年佑的熱情，令我佩服感動，原來他從小就是受血者而保



住生命，難怪那麼積極熱情招呼民眾捐血救人的好處，不但在負責的區域鼓吹，還繞到中正紀念堂那麼遠的範圍，讓我有點心疼佩服。還有我們的文彬、林春都是特地來當志工。文彬的親切呼喚，發揮十足魅力，號召許多人挽袖捐血並且親自帶著他們上三樓捐血室，我想他們一定感受到貴賓般的接待吧！尤其鼓動了十六位大專學生一同捐血，頓時把捐血室塞爆了，二八一十六讓伯憲訝異這數字，就是他跟月圓的出生月份，多麼特別巧合呀！林春帶著女兒一起當志工；梅芬姊一家特地從桃園來捐血；

潔芳姊一家四人這次通通捐血成功，看見他們臉上都很開懷呢，終於補足上次的遺憾；淑暖特地跑來，血紅素不足一直跟我抱歉，安慰她心意最重要，我也一樣血紅素不足，只好等幾天。

這活動了結合大家做公益，以及助人，也給家庭成員，有不同方式的家庭日，對我們來說也是有趣的發現。

伯憲本身是一位長期捐血者，次數已經達一千四百多次，這天捐血累積達到一千五百次，而且正巧遇上他生日當天，更是有特別的意義，雖然伯憲直說不是故意

的，我們開玩笑的說別有用心，實際上是相當肯定伯憲的愛心。蘇執行長特地去訂了蛋糕，在中午休息慶生，增添許多歡樂氣息也分享給捐血室的護士們。

8/11捐血活動戰績快報：全血加血小板總共145人次，201個單位。太神了，感謝所有的志工努力、無私的付出，也感謝所有的捐血人，有大家的付出，台灣人的生命將更加的有意義。(摘錄伯憲的數字報告)

只能說這真是一場「2013愛你一生」特別感恩的活動！真的愛妳一生！





普及仁愛 心手相連

記普仁後援會台中分會成立大會

◆普仁後援會台中分會聯絡人／李淑華

2013.9.28美好的夜，雀躍的心，只因“中原慈暉社”這段奇妙的緣分，讓一群相識幾十載的老朋友再續前緣。透過陳聰亨會長、蘇聰明執行長、呂連枝前會長、陳劍華、許世豪、林俊宏……等老骨頭多方的奔走與努力“普仁後援會—台中分會”在眾人千呼萬喚下終於開花結果。

今晚的議程在LINE加好友、手機搖一搖的歡樂氣氛下，揭開了序幕，一群老骨頭，各個玩得High翻天。會議前半段由聰明執行長帶領大家詳讀“普仁後援會”之任務，另外他又為新夥伴說明“普仁青年關懷基金會”的由來。會議後半段則由新任後援會會長劍華(恭賀劍華榮登宜寧中學

校長一職)主持，中區後援會成立大會議程的討論，以及幹部的遴選。

因公益活動，讓大家的連結更加緊密，進而產生了溫暖的力量，希望“普”及“仁”愛之心，能像漣漪一樣，不斷的擴大，幫助更多青少年改變他們的人生，實現他們的夢想，讓社會變得更美好。





普仁之友後援會台中分會籌備紀實

◆台中分會籌備處召集人／林俊宏 口述文稿

後援會會長／陳聰亨 採訪指導

壹、（風）

在普仁基金會許多老骨頭們的啟蒙導引及奠基之下，期待已久的「普仁之友後援會台中分會」經過多次的籌組研議與開會之後，正式推舉由陳劍華老骨頭（慈暉社快樂組第4期、現任宜寧中學校長）擔任台中分會的首屆會長，而俊宏（慈暉社快樂組第11期、人文傳習書院創辦人）我也自告奮勇的擔綱起台中分會副會長，完成階段性任務並且為此感到榮幸更深深覺得任重道遠。

特別感謝的是老骨頭們：陳聰亨、呂連枝、劉尚斌、徐素娟、蘇聰明、梅鳳珠、陳劍華、許世豪…等先驅前輩們往來不辭辛勞、在眾人的齊

心努力下孕育出「普仁之友後援會台中分會」，其奔波過程之辛苦自是可以想見，由衷地感謝再感謝。

貳、（起）

於籌備初期自然讓我回想起當年～大約在民國77年，加入慈暉社快樂組幹部群的宣誓詞—「余以赤誠，永遠抱持愛心、熱心、耐心的快樂精神，時時幫助他人，服務社會。」

（記得當時為成立各分會，是於奔走革命之呂連枝老骨頭，則是在民國66年參加慈暉社山地服務隊。那些年依序組成輔工、山服、社服等三隊，再另行成立了快樂組，其主要服務對象為省立桃園療養院的精神疾患病友。）

～的確就是這一股「赤子之心」中的傻勁，更加深刻體認一所為的是「普及仁愛」，而結合志同道合的伙伴摯友，為社會「公義良善」略盡綿薄之力，甚至於展現社會關懷的慈愛心與實踐力。而其中最大的收穫，即是歷程中一路走來的伙伴情誼，在其「胼手胝足」奮鬥過程中所建立的革命情感…。

自中原大學畢業之後，出社會廿多年，這份伙伴情誼深藏於內心，在普仁的活動中，又再度觸動許多的懷念與感動，這份「愛在普仁，慈暉相傳」的愛與認同，將持續在大夥的努力下，在社會各個角落拓展蔓延。



慈暉社快樂組第11期幹部群像，情人節時紳士邀約淑女的摯情搏命演出，9位淑女左起：瓊慧、玲君、秋芬、美枝、美月、淑芬、時倩、麗婉、玉玲。8位紳士左起：宇淋、鳳庭、召昌、俊宏、塗金、祖榮、政勳、志豪。）



民國百年的「普仁40嘉年華」於台北劍潭青年活動中心舉辦，餐會同桌之中區代表們，有許世豪老骨頭等人將普仁嘉年華的歡慶喜悅與醞釀成立台中分會的訊息種子帶回台中，準備在春天裏萌芽。

參、（雲）

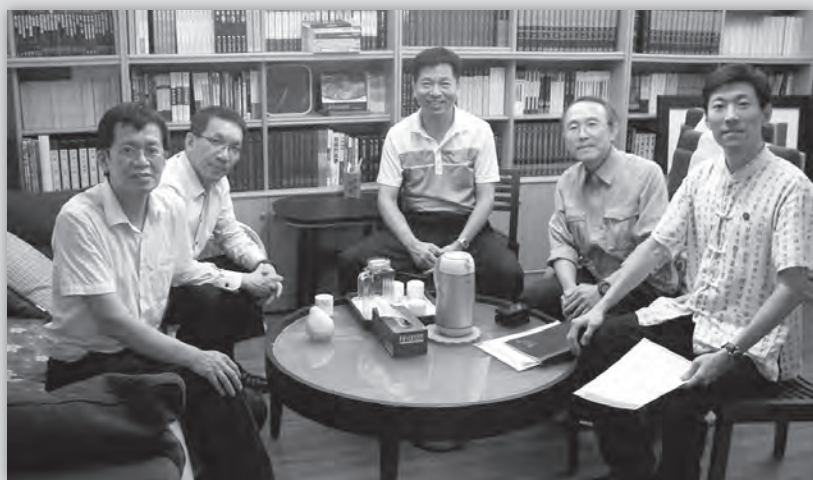
普仁之友後援會台中分會成立會址定於「人文傳習書院」（台中市西區華美西街一段160號，博館路口，近國立自然科學博物館），此一所在之特色，是一處人文藝術發展空間（麻園頭溪的河畔藝術街，入秋時節台灣樂樹繁花盛開）。自然融入生活美學，是人文專業社群讀書聚會之所在，亦是大台中都會的心靈成長園地。人文傳習是匯集有：書道、茶道、樂道、花道及公益文化講座與心理健康諮詢…等社區活動，並融合親子經的生命教育，提倡人格發展與生活素養的永續價值；一種長期而持續的積過程，期盼盡一己微薄之能提振社會善良風氣。

普仁之友後援會的主要任務與實踐社會關懷的方式，即是鼎力「普仁青年關懷基金會」來集結社會慈善資源「培育小太陽」。續推「大手拉小手—以深耕助學、推動育成及擴大引導計畫」，這些與書院文化理想所投合之處，就是實實在在的實踐「普及仁愛、關懷社會」，實現一種社會公益文化的無形資產與永續價值。

今年教師節《論語》秋季講座，即是由普仁之友後援會台中分會與人



第一次籌備會3月21日照片紀實，9位夥伴左起：陳劍華、許世豪、蘇聰明、李淑華、陳聰亨、呂連枝、廖訓誼、林俊宏、拍照志工王仁癸



第二次籌備會9月18日照片紀實，5位夥伴左起：王仁癸、陳聰亨、陳劍華、林俊宏、林俊伊



第三次籌備會9月28日照片紀實，12位夥伴左起：林俊宏、許世豪伉儷、陳怡如、林俊伊、黃勵爵、蘇聰明、李淑華、陳聰亨、徐素娟、陳劍華、王仁癸、未拍照的書院志工邱勝和



文傳習書院共同發起主辦，並書法美學研習班協辦的社區人文饗宴。展望未來願景，珍惜現有資源，盼望能將美善愛心傳遍社會各個角落，期待拋磚引玉結合志同道合的伙伴，共同努力來推動社區文化紮根與社會公益志業。

肆、（湧）

「普仁40嘉年華」孕育喜悅的種苗已經開始在台中萌發。經歷三次的「普仁之友後援會台中分會籌備會」，地點於籌備處會址「人文傳習書院」，依時序為102年3月21日有9位籌備委員與會；9月18

日有5位籌備委員與會；9月28日有12位籌備委員與會主要討論分享事項包括：組成籌備委員相見歡、普仁之友後援會施行辦法草案、瞭解普仁基金會組織章程及運作模式、普仁後援會台中分會成立大會議程草案、普仁之友後援會台北分會南投之旅活動行程安排等事宜。老骨頭老中青三代敘舊不亦樂乎！

我們都在寫歷史「愛在普仁，慈暉相傳」。讓我們團結合作，活在當下，並返回初衷。有時間機緣的伙伴，讓我們相約「普仁之友後援會～台中南投之旅」，並於同時102年

10月26日在台中正式成立「普仁之友會台中後援會」，在台中分會會長陳劍華校長服務的宜寧中學辦理成立大會餐敘活動暨授牌儀式及介紹認識台中分會幹部伙伴並發表分享會務展望宣言。期待「普仁家園」每次滿週年的嘉年華慶典，肯定有更豐盛的結果開花。

（本文採訪紀實，特別感謝後援會總會長陳聰亨的採訪指導，及感謝台中分會會長陳劍華、總幹事許世豪、副總幹事藝文作家林俊伊等夥伴們的鼎力相助。）

普仁之友後援會大事紀

- 101.03.08 編定「普仁之友後援會施行辦法」草案。
- 101.04.14 第5屆第4次董事會提案本會「普仁之友後援會施行辦法」草案，決議：由執行長邀集相關人員討論修訂後，送常務董事會審議，並於下次董監事會議提出。
- 101.07.16 與謝董事長、陳聰亨、呂連枝、徐素娟、蘇聰明、梅鳳珠討論修訂「普仁之友後援會施行辦法」。
- 101.07.24 第5屆第5次董事會通過財團法人普仁青年關懷基金會普仁之友後援會施行辦法。
- 102.01.12 推舉邱宗泓先生擔任五四三分會會長、游松達先生擔任一六八分會會長。
- 102.02.26 第6屆第1次董事會敦聘陳聰亨董事擔任普仁之友後援會會長。
- 102.03.21 召開成立台中分會籌備會第一次會議。
- 102.09.18 召開成立台中分會籌備會第二次會議。
- 102.09.28 召開成立台中分會籌備會第三次會議。
- 102.10.07 召開普仁之友後援會幹部會議，決議因組織運作關係將五四三分會、一六八分會合併為台北分會，推舉游松達先生擔任台北分會會長、邱宗泓先生擔任台北分會副會長。
- 102.10.26 財團法人普仁青年關懷基金會普仁之友後援會台中分會成立大會。



財團法人普仁青年關懷基金會102年度第三季營運報告

各位親愛的朋友大家好：

普仁基金會「大手拉小手」青少年助學暨引導計畫自96年9月推動至今以來，謝謝各位鼎力相助，秉持誠信、公開、效率的原則，97年度起我們每三個月藉由網站、電子郵件、季刊等各種管道呈現基金會營運報告，以供各位了解及指教。下列各項為基金會102年度第三季營運重點報告：

一、組織人事

目前全職員工 8 人，志工 238 人。

二、助學計畫

1. 本季新增配對學生有計122人、結案136人，新增9位助學人參與助學。
2. 本計畫自96年9月至102年9月30日止，已與311所學校合作扶助2,780名學生，其中已結案1,965人，目前已配對助學學生人數為801人、待助學學生0人，共計有391位助學人參與扶助。

三、引導計畫

本計畫自101年12月至102年9月止，共有24所學校提出26件申請案，審核通過17校18案，贊助金額3,418,636元。

四、財務收支（102年1月1日至9月30日止）

1. 總收入24,797,897元：包括公益捐款5,940,915元、專案捐款-助學8,295,106元、專案捐款-引導2,789,835元、專案捐款-助學預備金307,827元、專案捐款-助學活動費27,785元、專案捐款-菁英育成4,015,000元、專案捐款-急難捐助365,000元、利息收入55,489元、其他收入8,770元及含101年公益遞延款轉入506,470元、98.101年助學遞延款轉入1,498,700元、101年育成遞延款轉入760,000元、101年引導遞延款轉入140,000元、101年急難遞延款轉入87,000元。
2. 總支出21,676,368元：
 - (1) 專案支出佔78.68%（共17,055,678元，包括助學計畫9,290,074元、菁英育成計畫3,596,810元、引導計畫3,666,559元、全人發展教育專案502,235元）
 - (2) 行政支出佔21.32%（共4,620,690元，為人事費及辦公業務費）。

五、102年工作方針

1. 深耕執行「大手拉小手-助學計畫」。
2. 擴大執行「大手拉小手-引導計畫」。
3. 持續推動「全人發展教育計畫」。
4. 提升本會服務品質及執行效率。

※本會102年重點工作目標如下：

1. 助學計畫合作學校230所以上，受助學生人數國中生650人以上、高中生120人以上。
 2. 開拓固定捐款人達350人以上。
 3. 推動企業或個人一對一認養引導計畫。
 4. 推動感恩與感動的文化。
 5. 建置區域志工團在地化服務系統，善用志工人力協助各區助學暨引導計畫之推動。
- 詳細計畫內容請至普仁基金會網站www.you-care.org.tw查詢，若有任何建議及意見歡迎您來電洽詢。

董事長



執行長



中華民國102年10月15日



財團法人普仁青年關懷基金會

102年度「1-9月收支」與「年度預算」比較一覽表

類別	項 目	預 算	1~9月決算	執行率 (%)	說 明
收 入	經費總收入	\$34,491,600	\$24,797,897	72	1-9月達成率71.90%
	一、公益捐款收入	\$12,054,600	\$6,899,385	57	1-9月公益捐款收入佔1-9月總收入27.82%
	1.102年度-公益捐款	9,754,600	5,940,915	61	
	2.103年度-公益(預收)捐款	2,000,000	0	0	預備次年度之準備金
	3.公益捐款-遞延收入轉入(101年)	0	506,470	0	
	4.急難捐助	300,000	365,000	122	
	5.急難捐款-急難遞延轉入(101年)	0	87,000	0	
	二、專案捐款收入	\$22,327,000	\$17,834,253	80	1-9月專案捐款收入佔1-9月總收入71.92%
	1.清寒獎助學金專案	30,000	0	0	紀念徐恆俊老師清寒獎助學金
	2.助學收入	\$14,289,000	8,295,106	58	
	3.助學收入-助學遞延款轉入(98.101年)	0	1,498,700	0	
	4.助學收入-助學預備金	0	307,827	0	
	5.助學收入-助學活動費收入	0	27,785	0	
	6.菁英育成	3,838,000	4,015,000	105	
	7.菁英育成-育成遞延轉入(101年)	0	760,000	0	
	8.引導捐款	4,170,000	2,789,835	67	
	9.引導捐款-引導遞延轉入(101年)	0	140,000	0	
	三、其他收入	\$110,000	\$64,259	58	1-9月其他收入佔1-9月總收入0.26%
	1.利息收入	80,000	55,489	69	定存利息
	2.政府等機構申請補助	30,000	8,770	29	
支 出	經費總支出	\$32,491,600	\$21,676,368	67	1-9月達成率66.71%
	一、行政費用支出	\$8,179,600	\$4,620,690	56	1-9月行政支出佔1-9月總支出21.32%
	1-1人事費	6,079,600	3,274,900	54	
	2-1辦公費	1,600,000	1,061,603	66	
	3-1業務費	500,000	284,187	57	
	二、專案計畫支出	\$24,312,000	\$17,055,678	70	1-9月專案支出佔1-9月總支出78.68%
	1.大手拉小手-助學計畫	\$14,319,000	\$9,290,074	65	佔專案支出54.47%
	1-1大手拉小手-助學計畫/匯款/公文費	\$13,024,000	\$9,066,414	70	
	1-2規劃辦理遊學台北	131,030	80,505	61	
	1-3規劃辦理關懷訪視	85,576	13,405	16	
	1-4規劃辦理分區相見歡	762,394	0	0	
	1-5規劃辦理年度學生成長記錄報告	30,000	14,893	50	
	1-6規劃辦理特殊才能專案扶助	100,000	0	0	
	1-7規劃辦理節慶卡、學習心得表揚志工	63,000	29,752	47	
	1-8規劃辦理清寒獎助學金計畫	30,000	0	0	紀念徐恆俊老師清寒獎助學金
	1-9規劃辦理年終函文各縣市教育處敘獎實宜	3,000	0	0	
	1-10大手拉小手-助學/業務費用支出	\$90,000	\$85,105	95	
	2.大手拉小手-菁英育成計畫	\$3,838,000	\$3,596,810	94	佔專案支出 21.09%
	2-1大手拉小手-育成計畫	2,950,000	2,665,067	90	
	2-2受助學生家訪	22,000	0	0	
	2-3規劃辦理夏令營活動	647,000	652,676	101	
	2-4學生團體活動-生涯輔導團體、相見歡	130,000	274,790	211	
	2-5志工導師團體督導活動	39,000	0	0	
	2-6大手拉小手-育成/業務費用支出	50,000	4,277	9	
	3.大手拉小手-引導計畫	\$4,170,000	\$3,666,559	88	佔專案支出 21.50%
	3-1推動2014年28案補助計畫	\$30,000	\$0	0	
	3-2引導計畫申請、審查	20,000	11,320	57	
	3-3大手拉小手-引導計畫	\$3,800,000	\$3,553,072	94	
	3-4辦理捐贈暨訪視引導計畫	100,000	56,377	56	
	3-5引導計畫學校交流分享座談會	150,000	3,125	2	
	3-6大手拉小手-引導/業務費用支出	70,000	42,665	61	
	4.全人發展教育系列	\$1,985,000	\$502,235	25	佔專案支出 2.94%
	4-1結合友會辦理公益活動	960,000	400,730	42	
	4-2結合社會資源機構宣傳活動	200,000	945	0	
	4-3辦理急難捐助服務	300,000	91,270	30	
	4-4急難捐助個案家訪團-後援會	20,000	7,350	37	
	4-5規劃辦理志工團講習及訓練活動	90,000	1,880	2	
	4-6製作拍攝感動故事1部	200,000	60	0	
	4-7編製成長故事輯	200,000	0	0	
	4-8規劃普仁家園電子報	0	0	0	
	4-9大手拉小手-全人/業務費用支出	15,000	0	0	
	預收 指定捐款提存		\$1,419,500		
	三、指定捐款提存		1,419,500		助學捐款102年預收款
	本期餘絀(經費總收入-經費總支出-指定捐款提存)	\$2,000,000	\$1,702,029		

董事長：



監察人：



執行長：



製表：





102年度捐款徵信名錄

102.07.01—102.09.30

每位捐款人在本會均有編定獨立之會籍編號，為尊重善心達人意願，部份明細，係採會籍編號公佈，如有疑問，請電本會（02）2657-8250分機13馮小姐。

◎公益捐款：共64名，總計1,175,855元

捐款人	捐款金額	捐款人	捐款金額	捐款人	捐款金額	捐款人	捐款金額
詮鼎科技(股)公司	300,000	吳○炤	4,800	陳○材	1,800	杜○嬌	700
Give2Asia	298,691	吳○能	4,500	黃○賢	1,800	張○璋	600
德恩奈國際(股)公司	200,000	翁○信	3,600	王○香	1,500	葉○邦	600
B31000156	90,000	王○安	3,000	阮○憲	1,500	李○瀚	500
陳○亨	63,000	余○芳	3,000	林○琴	1,500	湯○敏	500
賴小姐	30,000	李○曉	3,000	林○暖	1,500	楊○宜	500
邱○伶	20,000	李○伶	3,000	徐○雀	1,500	王○荃	500
謝○麟	20,000	周○麗	3,000	徐○貞	1,500	王○淇	500
B32000065	15,000	張○欽	3,000	陳○舟	1,500	王○照	500
蘇○明	15,000	陳○學	3,000	陳○芬	1,500	季○菁	500
張○豪	10,000	黃○忠	3,000	郭○月	1,300	禾園茶館	100
劉○斌	9,000	劉○麗	3,000	陳○宇	1,000	邱○翔	100
周○正	6,000	賴○蒼	3,000	鄧○瑞	1,000	張○豪	100
游○達	6,000	聯邦商業銀行信用卡中心	2,164	顏○庭	1,000	陳○棉	100
薛○萱	6,000			釋○音	1,000		
李○雲	5,000	蔡○自	2,000	吳○穎	700		
邱○源	5,000	謝○枝	2,000	吳○賢	700		

◎指定捐款：「大手拉小手-助學計畫」：共344名，總計4,288,740元

助學金：共308名，小計2,597,500元

捐款人	捐款金額	捐款人	捐款金額	捐款人	捐款金額	捐款人	捐款金額
台北市華泰獅子會	285,000	賴○珍	18,000	吳○隆	9,000	巫○錚	6,000
財團法人台灣閱讀文化基金會 (鄭棍方獎助學金)	189,000	何 ○	15,000	徐○冠	9,000	李○和	6,000
		周○麗	15,000	馬○珍	9,000	車○吉	6,000
		林 ○	15,000	張○瑄	9,000	周○正	6,000
財團法人明水基金會	162,000	林○瑞	15,000	富鼎亞太不動產(股)公司	9,000	林○堯	6,000
張○雄	150,000	洪○莉	15,000			邱○真	6,000
陳○傳	120,000	青欣投資(股)公司	15,000	黃○德	9,000	邱○泉	6,000
峰和投資有限公司	60,000			陳○涼	15,000	盧○霖	9,000
張○釵	60,000	葉○玟	15,000	謝○坤	9,000	范○琪	6,000
王○賢	48,000	峰益工具製刀廠	15,000	簡○妙	9,000	張○忠	6,000
余○菁	48,000			關○美	15,000	B21101054	9,000
國園加油站(股)公司	30,000	台北市華中扶輪社	13,500	江○蕊	8,000	陳○芳	6,000
張○堂	30,000	B32000065	12,900	謝○澍	7,200	陳○真	6,000
張○治	30,000	朱○芳	12,000	江○誼	7,000	陳○宇	6,000
許○芬	30,000	李○曉	12,000	于○華	6,000	陳○琇	6,000
B31000156	54,000	林○玲	12,000	王○欣	6,000	黃○宸	6,000
劉○平	27,000	陳○亨	12,000	台灣王氏港建經銷(股)公司	6,000	黃○俐	6,000
江○珍	24,000	羅○屏	12,000			石○鵠	6,000
張○遠	24,000	藍○仁	10,000	吳○民	6,000	葉○松	6,000
劉○斌	24,000	B22070403	9,000	張○維	6,000	廖○旗	6,000
張○成	21,000	王○鶯	9,000	中華無形資產鑑價(股)公司	6,000	B21070349	6,000
黃○頻	18,000	B22070006	9,000			趙○萍	6,000



捐款人	捐款金額	捐款人	捐款金額	捐款人	捐款金額	捐款人	捐款金額
劉○浩	6,000	林○貞	3,000	游○安	3,000	蘇○燕	3,000
蔡○女	6,000	林○齡	3,000	黃○南	3,000	蘇○盛	3,000
蔡○秀	6,000	林○薇	3,000	黃○仁	3,000	饒○瓊	3,000
郭○娟	6,000	林○烽	3,000	黃○海	3,000	陳○儒	2,000
賴○蒼	6,000	林○怡	3,000	黃○展	3,000	馮○琴	2,000
薛○萱	6,000	邱○鳳	3,000	黃○傑	3,000	大正浪漫餐廳	2,000
鍾○珍	6,000	朱○璐	3,000	黃○玲	3,000	賴○文	2,000
聶○汁	6,000	邱○飛	3,000	黃○娟	3,000	郭○俊	1,800
郭○國	6,000	施○德	3,000	黃○賢	3,000	B21070399	1,500
林○興	5,000	柯○君	3,000	黃○美	3,000	吳○振	1,500
林○瑛	4,500	洪○瀨	3,000	楊○鵬	3,000	B21090670	1,500
許○卉	4,500	洪○梅	3,000	楊○憲	3,000	李○雯	1,500
B22080483	4,500	裕民田食品(股)公司	3,000	楊○惠	3,000	林○昌	1,500
陳○玲	4,500	紀○勛	3,000	楊○春	3,000	林○婷	1,500
陸○凡	4,500	胡○銘	3,000	楊○澤	3,000	林○道	1,500
黃○耀	4,500	范○廣	3,000	廖○雀	3,000	林○珍	1,500
廖○安	4,500	孫○娟	3,000	廖○美	3,000	邱○達	1,500
蔡○勳	4,500	秦○如	3,000	趙○慶	3,000	姚○錚	1,500
可愛的小羊餐坊有限公司	4,000	富和豪興業有限公司	3,000	張杰國際(股)公司	3,000	范○祖	1,500
		區○怡	3,000	劉○君	3,000	孫○雄	1,500
江○千	4,000	張○玲	3,000	劉○怡	3,000	孫○恆	1,500
李○文	4,000	張○婷	3,000	劉○華	3,000	徐○柔	1,500
尤○麟	3,000	張○憲	3,000	劉○潔	3,000	翁○易	1,500
王○華	3,000	張○玲	3,000	劉○華	3,000	張○洲	1,500
王○綱	3,000	張○叁	3,000	劉○美	3,000	張○徨	1,500
朱○宏	3,000	莊○玲	3,000	劉○真	3,000	張○能	1,500
吳○惠	3,000	莊○如	3,000	蔡○君	3,000	許○心	1,500
林○英	3,000	許○耀	3,000	蔡○滿	3,000	郭○季	1,500
吳○珍	3,000	許○倫	3,000	蔡○蔓	3,000	陳○娟	1,500
呂○德	3,000	許○昇	3,000	蔡○貞	3,000	陳○昱	1,500
呂○璵	3,000	郭○華	3,000	蔣○書	3,000	陳○臻	1,500
宋○益	3,000	陳○亮	3,000	鄧○雯	3,000	陳○輝	1,500
李○文	3,000	陳○仁	3,000	鄧○宏	3,000	陳○光	1,500
先銳投資(股)公司	3,000	陳林○美	3,000	鄧○霞	3,000	陳○恕	1,500
李○誼	3,000	陳○光	3,000	鄭○宏	3,000	曾○鈞	1,500
李○基	3,000	陳○英	3,000	鄭○文	3,000	黃○滿	1,500
李○珊	3,000	陳○儒	3,000	盧○慧	3,000	黃○虹	1,500
李○梅	3,000	陳○榮	3,000	賴○瑞	3,000	黃○玲	1,500
沈○君	3,000	雲在草堂國際(股)公司	3,000	賴○州	3,000	黃○如	1,500
車 ○	3,000	陳○利	3,000	賴○玲	3,000	黃○玲	1,500
車 ○	3,000	陳○芬	3,000	賴○鳳	3,000	楊○傑	1,500
周○敏	3,000	B22090833	3,000	賴○瑞	3,000	廖○材	1,500
育林有限公司	3,000	陳○惠	3,000	鍾○芳	3,000	劉○華	1,500
林○偉	3,000	陳○坤	3,000	叢○壯	3,000	劉○芝	1,500
林○立	3,000	陳○靜	3,000	簡○哲	3,000	劉○媛	1,500
林○樺	3,000	陳○英	3,000	簡梅芬	3,000	鄭○玟	1,500
林○汝	3,000	紫蓮國際商行	3,000	章嘉企業有限公司	3,000	蕭○嵐	1,500
林○宏	3,000	普仁·同仁	3,000	羅○田	3,000	蕭○玲	1,500
林○民	3,000	曾○舜	3,000	羅○晏	3,000	蕭○怡	1,500



捐款人	捐款金額	捐款人	捐款金額	捐款人	捐款金額	捐款人	捐款金額
戴○蓮	1,500	吳○瑄	900	范○琴	600	阮小姐	300
張○元	1,500	林○強	900	郭○瑰	600	林○娟	300
謝○明	1,500	徐○芳	900	陳○勛	600	顏○香	200
魏○傑	1,500	陳○文	750	傅○蘋	600		
呂○直	1,200	陳○晴	750	游○婷	600		
陳○家	1,000	陳○欣	750	力祥國際開發有限公司	600		
陳○苓	1,000	曹○琬	750				
黃○風	1,000	何○松	600	鄭○義	600		
江○榮	900	吳○仁	600	謝○元	600		

◎助學預備金：共33名，小計 127,100元

捐款人	捐款金額	捐款人	捐款金額	捐款人	捐款金額	捐款人	捐款金額
B31000156	27,000	張○維	2,000	陳○蕙	1,500	林○芹	900
胖胖紅開心俱樂部	15,000	李○文	2,000	黃○品	1,500	邱○芾	900
台北市華泰獅子會	9,000	黃○照	2,000	黃○鈴	1,500	胡○潔	500
蘇○明	5,600	劉○蘭	2,000	黃○業	1,500	莫○秀	500
郭○文	5,000	王○馨	1,500	陳○儒	1,000	顏○香	200
賴○文	4,000	吳○宏	1,500	陳○英	1,000	饒○偉	24,000
黃○廷	3,000	吳○齊	1,500	馮○琴	1,000		
黃○美	3,000	連○民	1,500	叢○壯	1,000		
余○菁	2,000	郭○俊	1,500	羅○田	1,000		

◎助學活動費：共1名，小計15,000元

捐款人	捐款金額
鄭○平	15,000

◎指定捐款：「大手拉小手-引導計畫」：共1名，總計318,940元

捐款人	捐款金額
社團法人台灣觸媒學會	318,940

◎指定捐款：「菁英育成計畫」：共1名，總計1,230,200元

捐款人	捐款金額
寶田股份有限公司	1,230,200

◎愛心發票箱收入：共4,708張，總計中獎金額5,400元

發票月份	設置地	張數	中獎金額	平均每張
102/01-09	新竹禾園茶館	145	200	1.38元
	新竹台積電	945	800	0.85元
	采玉科技	312	0	0.00元
	新唐科技	520	200	0.38元
	普仁會所	2786	4200	1.51元



7月~9月足跡與紀實

102.07.0~07.12

夏令營



102.07.19

參垃圾不落地升級計劃工作坊



102.07.30

與暑期實習生大合照



102.08.11

捐血活動



102.08.16

至台北市華泰獅子會募款



102.08.24

育成小太陽台中團體活動





102.08.26

公益委員第二次會議



102.09.03

育成委員會議



102.09.04

育成聯誼活動



102.09.06

中原大學慈暉社來訪



102.09.12

王董事長從事公益心得分享



102.09.26~09.27

引導計畫合作學校研習會





普仁家園活動預告

(102.10~102.12)

課程訊息

○ 樂自心中來—愛樂專班（台北班）

時間：10/1起，每週二PM7:00~9:00
地點：漢儒文教基金會(衡陽路36號6樓之1)
內容：期盼喜愛唱歌的朋友隨時加入我們
老師：小百合 老師
費用：1期10次，共4,000元(一次以400元計)
備註：報名請洽本會秘書處

○ 樂自心中來—愛樂專班（桃園班）

時間：10/4起，每週五PM7:00~9:00
地點：桃園市鎮三街21號1樓(近朝陽公園)
內容：期盼喜愛唱歌的朋友一同加入我們
講師：余秋霞 老師
費用：三個月1期，共1,200元
備註：報名請洽本會秘書處

活動訊息

○ 育成計畫～鳳梨天使蛋糕義賣

時間：10/5起，每星期六、日
地點：寶田股份有限公司（微熱山丘三合院）
南投市鳳山里八卦路1100巷2號

○ 育成計畫

時間：10/13、10/19
地點：苗栗、彰化及高雄
內容：針對第二屆育成計畫申請學生進行分區面談，
本次面談邀請學生家長一同參與，讓我們能更
了解孩子的狀況。

○ 助學計畫—102年度新申請

時間：10/14~11/15
內容：針對全國弱勢、清寒國、高中生提供助學金，
以學校為單位提出申請。

○ 普仁後援會台中分會成立大會

時間：10/26
地點：私立宜寧中學(台中市南區復興路二段45號)
內容：詳見本會網站或來電洽詢
備註：歡迎後援會及志工踴躍參與

○ 普仁後援會台北分會

時間：10/26~27
地點：南投埔里
內容：詳見本會網站或來電洽詢
備註：歡迎後援會及志工踴躍參與

○ 助學計畫—關懷訪視

時間：10/28~11/1
地點：花蓮、台東國中學校
內容：拜訪合作學校，感謝學校老師協助處理相關行
政事項、關懷受助學生日常生活狀況。

○ 引導計畫

時間：11/15
地點：花蓮縣立美崙國民中學
內容：102年度~愛就是心中喜『樂』
時間：11/20
地點：屏東縣立泰武國民中學
內容：102年度~排灣族排出一片天~排球成長營

○ 普仁後援會台北分會

時間：12/7
地點：台北琴道館
內容：詳見本會網站或來電洽詢
備註：歡迎後援會及志工踴躍參與

會務訊息

○ 第六屆第五次董監事會議

時間：11/8(週五)早上10點 地點：本會會議室



財團法人普仁青年關懷基金會

捐款信用卡授權捐款單

壹、捐款人收據資料：

姓名：_____ 收據抬頭：_____

聯絡電話：(公)_____ (宅)_____ (傳真)_____

聯絡地址：_____ (手機)_____

生日：_____ 年 _____ 月 _____ 日 e-mail：_____

貳、捐款用途：☐ 助學捐款 ☐ 助學預備金 ☐ 公益捐款

參、助學類型及學生名額，請勾選。

☐ 一對一助學（可選擇助學對象性別，定期定額捐助☐ 國中生每月 1,000 元、☐ 高中生每月 2,000 元）

男生_____名、女生_____名、不拘_____名。

☐ 其他（1000 元以下由本會統一作為助學預備金）。

肆、認捐金額：

☐ 不定期捐款 NT\$_____ 元

☐ 定期捐款；每月 NT\$_____ 元、每季 NT\$_____ 元、
每半年 NT\$_____ 元、每年 NT\$_____ 元

捐款期間：☐ 一年 ☐ 二年 ☐ 三年 ☐ 捐到信用卡到期日為止

伍、付款方式：

☐ 現金

☐ 支票付款：支票抬頭：財團法人普仁青年關懷基金會

☐ 自行將款項直接至郵局匯款。戶名：財團法人普仁青年關懷基金會；劃撥帳號：19581898

☐ 自行將款項直接至銀行匯款。

戶名：財團法人普仁青年關懷基金會

銀行：台北富邦銀行安和分行；

帳號：715-120-001-735

☐ 信用卡付款：

☐ VISA 卡號：_____ - _____ - _____ - _____

☐ MASTER 卡號：_____ - _____ - _____ - _____

☐ 聯合信用卡卡號：_____ - _____ - _____ - _____

☐ JCB 卡號：_____ - _____ - _____ - _____

信用卡有效期限至 _____ 月 _____ 年 刷卡金額計：\$ _____

持卡人身份證字號：_____ 發卡銀行：_____

填表人(持卡人)簽名：_____ 日期：_____

伍、備註：

1. 台端對本會所有慈善捐款，均可依法取得本會所開具之抵稅收據。
2. 若您信用卡掛失、停用、換卡或升級，請待新卡收到後，來電告知我們，並重新授權，更改您留存於本會捐款資料，以利處理後續捐款事宜；若您要停止捐款，亦請來電告知
3. 請將此意願書以傳真(02)2657-8224 方式擲回本會。
4. 聯絡電話：(02) 2657-8250 分機 13；聯絡地址：台北市內湖區瑞光路 441 號 8 樓
5. e-mail：care.care@msa.hinet.net；聯絡人：馮瑜 小姐

[illegible]

郵政劃撥存款收據
注意事項

- 一、本收據請詳加核對並妥為保管，以便日後查考。
- 二、如欲查詢存款入帳詳情時，請檢附本收據及已填妥之查詢函向各連線郵局辦理。
- 三、本收據各項金額、數字係機器印製，如非機器列印或經塗改或無收款郵局收訖章者無效。

請寄款人注意

- 一、帳號、戶名及寄款人姓名通訊處各欄請詳細填明，以免誤寄；抵付票據之存款，務請於交換前一天存入。
- 二、每筆存款至少須在新台幣十五元以上，且限填至元位為止。
- 三、倘金額塗改時請更換存款單重新填寫。
- 四、本存款單不得黏貼或附寄任何文件。
- 五、本存款金額業經電腦登帳後，不得申請撤回。
- 六、本存款單備供電腦影像處理，請以正楷工整書寫並請勿摺疊。帳戶如需自印存款單，各欄文字及規格必須與本單完全相符；如有不符，各局應婉請寄款人更換郵局印製之存款單填寫，以利處理。
- 七、本存款單帳號與金額欄請以阿拉伯數字書寫。
- 八、帳戶本人在「付款局」所在直轄市或縣(市)以外之行政區域存款，需由帳戶內扣收手續費。

交易代號：0501、0502 現金存款 0503 票據存款 2212 劃撥託收票據存款
本聯由儲匯處存 210 X 110 mm (80 g/m²) 查保管五年

2013 普仁夏令營



中華郵政北台
字第7615號執照
登記為雜誌交寄



國內
郵資已付

台北郵局
許可證
北台字第7615號

