



普仁青年基金會
YouthCare Foundation

普仁家園

● 用大手拉起青少年的希望 ●

「愛」無界 打開世界之窗



105年夏季刊 · 第56期

91年9月15日創刊 · 105年7月15日出刊

藝文走廊

高雄柴山特有植物介紹

大家好，我是普仁之友郭俊男，我是台灣工技院〈台科大〉畢業，目前服務於中鋼集團鴻立鋼鐵公司，後援會總會長夫人周霞麗是我太太周筱麗的姊姊，很高興藉由他們認識許多熱情的普仁夥伴們。我假日喜歡陪太太一起爬柴山，不但可釋放一週來身體累積的壓力，更可從山上的生態，奇岩秘徑找到驚喜！心情頓時非常舒爽！歡迎大家一起來高雄玩！



魔芋為**天南星科魔芋屬**植物的泛稱，全世界約有170種；天南星家族中大家熟悉的成員還有芋頭、姑婆芋、黃金葛等植物。台灣原生的魔芋有4種分別為**台灣魔芋**、**密毛魔芋**、**東亞魔芋**及**疣柄魔芋**，除了疣柄魔芋僅分布於屏東潮州外，其他3種均有機會在步道上發現。



高雄柴山每年四~五月雨季在林間可聞到一股臭味，那是魔芋開花時散發出的味道，以吸引蠅蟲以達花粉傳播繁殖之目的。

柴山有兩種魔芋，「台灣魔芋」高度約30~40公分，另一種則是俗稱「雷公槍」的「密毛魔芋」則高度可達240公分，開花的季節則在五月至六月間，枝幹有像海軍陸戰隊軍服的迷彩花紋，特別迷人。魔芋是雌雄同株的植物，不一定每年開花，不開花則長葉子行光合作用以儲存明年開花的養分。



柴山泰國谷的景點「一簾幽夢」是葡萄科粉藤屬的「錦屏藤」，英文名稱是Seasonvine為季節藤之意，原產於熱帶美洲，果實成熟時為紫黑色，具有毒性，在國外常被用來當作一種瀉劑。

「錦屏藤」屬於外來物種，細長的紅色氣根懸垂而下隨風搖曳頗富詩情畫意，雖有迷人特色，但由於不斷蔓延成長，遮蔽了其它本土植物行光合作用而滅失，恐造成柴山生態浩劫。



柴山另一種特有植物是蘿摩科毬蘭屬的野生「毬蘭」，多年生藤本植物；葉對生、肉質，橢圓形，全緣。花冠輪形，五裂、白色，肉質、副花冠星形。花徑可達19mm；聚繖花序呈繖形狀排列，蒴果線形。每年四月會在岩壁或附生在樹幹上，十分美麗。



編輯室的話

助學計畫：

至105年6月止扶助學生總計3,644人，本季新增配對學生計有34人，23位助學人參與助學。

引導計畫：

今年有35所學校提出147件申請案，審核通過21校24案，贊助金額4,144,470元。

期 別：第五十六期

發行日期：一〇五年七月十五日

發行人：林飛宏

社 長：蘇聰明

總編輯：梅鳳珠

主 編：張美芬

執行編輯：夏慧凝、阮素微

編輯顧問：劉尚斌、陳聰亨、朱潔芳

編輯小組：陳世芬、馮 瑜、吳佩怡
高明珪、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：臺北市106大安區建國南路一段
299號3樓

電 話：(02) 7723-1288

傳 真：(02) 2325-9088

E-Mail：care@you-care.org.tw

郵局劃撥：19581898

銀 行：臺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

每次提筆撰寫編輯室的話，看著每篇文章，就會感受到普仁的朝氣和活力，四十多年來，普仁依舊充滿了服務的理想，和旺盛的執行力，“平凡中的偉大”普仁當之無愧，感恩前仆後繼的普仁伙伴，看到每篇的真誠告白，令人感動和讚嘆，謝謝你們！

本期因有幾個大活動，內容豐富且精彩，美國男童合唱團，在本會力邀下，首次率團來台演唱，它成立於1970年，是一個非營利性的組織，開放給所有種族的孩子參與，沒有任何信仰和社會經濟背景限制。四十多年來一直深受全球樂迷愛戴，天籟童聲時而演繹出首首名曲，譜出多彩多姿音樂風情畫，本會在七月十九日，在懷恩堂將盛大演出。

“遊學高雄”，今年移師高雄，並與台虹公司合辦，三十三位同學五家接待家庭，二天的活動，在秘書處及志工周詳的策劃下，遊歷了高雄的美景和人文風情，讓每位同學留下難忘的回憶。

推動品格50，本期主題“專注”“勇於挑戰”“積極熱忱”，品格的培養，在同學的字裡行間流露出來，在現今社會值得推廣。母親節感恩卡，很溫馨，同學們的巧思和用心，令人欣慰。育成計畫的同學有了普仁的扶助，“勇敢追求夢想，築夢踏實”、“普仁～有你們真好”。引導計畫訪視鹿草國中及貢寮國中，鼓勵同學築夢，夢想有多大，舞台就有多大。本期特別報導公益委員會急難捐助的活動，委員們每季定期開會，平時利用手機審核申請個案，既有效率又即時，幾年來幫助了幾十個家庭。

後援會人氣很旺，清境合歡山二天一夜活動，報名破表，近八十北中南夥伴參加，當然笑聲連連，溫馨歡樂是必然的，後援會的凝聚力、向心力令人讚嘆，台中分會力升和淑華賢伉儷舉辦“密室逃脫”活動，人老心不老，太棒了！有機會參與新的、年輕的活動，活化了腦筋，也增進了親子間的溝通，很值得。

秘書處編輯人員，本期忙翻天，要配合活動又有出刊的壓力，真是辛苦難為了，謝謝你們！

目 錄

3 愛無界 打開世界之窗

本會副執行長／梅鳳珠

專題報導

5 2016年『美國男童合唱團』

台北慈善公益場～愛無界

本會行銷企劃／夏慧凝

助學計畫

9 推動品格50～學生品格分享

專注

臺北市立蘭州國民中學／魏嫻瑜

高雄市立苓雅國民中學／顏宇佑

勇於挑戰

國立台南護理專科學校／李秋宜

嘉義縣立東石國民中學／翁典正

積極熱忱

台中市立居仁國民中學／尤心鏞

國立旗美高級中學／鍾明展

12 母親節感恩卡片

15 遊學高雄引言

本會社工／吳佩怡

16 遊學高雄小隊輔分享

23 遊學高雄同學分享

育成計畫

29 沐浴在普仁陽光下的我們

育成小太陽／葉芳伶

30 從普仁畢業，我驕傲

育成小太陽／簡三程

31 普仁～有你們真好

育成小太陽／顏芳君

32 追求夢想、築夢踏實

育成小太陽／卓仔凡

引導計畫

33 一克拉，不是鑽石而是價值！

美國德州一克拉基金會暨台虹參訪有感

花蓮縣立美崙國民中學／胡智翔老師

35 鹿草國中～學校訪視

嘉義縣立鹿草國民中學／吳秀惠老師

嘉義縣立鹿草國民中學／陳映淳

37 夢想有多大，舞台就有多大

新北市立貢寮國民中學／徐筱鈞

急難捐助

39 用愛傳遞希望 陪伴你走一段

遭逢變故 急難捐助解燃眉之急

本會專員／馮瑜

後援會報導

41 密室逃脫

普仁後援會臺中會友／劉耀勳

42 普仁後援會清境合歡活動心得分享

普仁後援會台北分會活動組長／簡文哲

45 普仁後援會105年度聯誼活動會友 回響

會務報導

47 普仁青年關懷基金會營運報告

48 普仁青年關懷基金會收支一覽表

49 普仁105年4～6月捐款徵信名錄

52 普仁4～6月足跡與活動紀實

54 普仁7～9月活動預告

愛無界 打開世界之窗

願力是善的財富；心量有多大，慈悲就有多大；慈悲有多大，福報就有多大。

◆本會副執行長／梅鳳珠

公益平台 愛無界

一直以來，普仁都將自己的角色定位為青少年公益平台，希望廣納百川廣結善緣，並期待透過普仁，能夠善用每一分錢、匯聚每一份力量，讓更多的人受益。

今年，透過NPO組織夥伴們的資源交流與聯結，活動一個接一個，還不乏跨界、跨域與跨國的聯結，項目之豐富讓人目不暇給，當然也讓工作人員忙到爆；只不過這樣的忙碌讓人愈忙愈給力。

遊學高雄Let's go！

遊學台北活動行之多年，一直是基金會備受好評、有口皆碑、且深受小太陽喜愛的活動之一；為提供學生更多元的文化體驗，早有換縣市重新規劃的念頭，但囿於預算、交通與寄宿等問題，總是不敢貿然嘗試。

願力是善的財富，發願多年終於在今年如願以償。謝謝高雄台虹科技公司慧玲課長提出邀約合辦遊學高雄活動，更感動於她及虹心社夥伴們積極

的態度、細心體貼的規劃，讓每個環節銜接的很完美；後援會高雄分會夥伴及台虹同仁寄宿家庭愛爸愛媽們貼心的付出，是我們最好的行善大使，為這次的遊學高雄活動劃下美好的句點。

謝謝您們點燃南台灣這把行善之火，也點燃了2017夏令營活動在高雄試辦的火苗。

大手拉小手 夏令營活動傳薪火

今年因活動場地檔期的關係2016夏令營活動特別提前在7月13日至16日辦理，並於7月11-12日開始營前訓練。

夏令營活動的兩大元素，一是參與的小太陽，一是帶隊的小隊輔，活動精不精彩、有沒有留下美麗難忘的回憶，身居小隊輔身分的育成學長姊居關鍵角色。因為育成學生今年有了大四的畢業生，讓今年的夏令營活動特別離情依依，他們決定帶著大二、大三學弟妹規劃活動課程，做好傳承，以後只要依循這個模式一屆一屆傳承下去即可。

這些大四的老屁股們一邊要應付畢業考，一邊帶領學弟妹籌畫活動課程，忙得焦頭爛額，但這種回饋與付出的熱情著實令人感動。





也因去年派學生去北京參加美國加州一克拉基金會舉辦的北京夏令營活動表現優秀，一克拉基金會今年特派北京兩位工作人員來基金會學習觀摩。二位工作人員對基金會的營運與管理讚譽有加：包括對基金會的個案管理、營運策略及網站系統架構等，特別是夏令營活動課程的規劃架構、對學生的傳承精神等，直說足為學習的楷模。

心手相連 愛無界

有鑑於普仁的做事態度與資源值得合作，前小腦協會秘書長和謙引介美國兒童合唱團亞洲巡迴演出過境臺灣時，力薦普仁基金會與之合作，在台灣辦一場公益演出，是亞洲巡演中唯一一場慈善演出，也是台灣的首航之旅。

雖然有感於時間過於緊，況且對方又遠在美國聯繫不便，又有夏令營活動要籌備，但這種用錢都不一定能買到、難能可貴的國際交流機會，怎麼能失之交臂？就毅然決然接下工作。感謝和謙全心的協助，才得以在短短2週內完成場地、文宣品、票券邀請卡等的設計及印刷。

此次「美國男童合唱團」由藝術總監韋斯 馬汀(Wesley Martin)先生親自率隊來台，這

場名為【愛無界】的亞洲巡演台北慈善公益演出，於7月19日晚上在新生南路的基督教浸信會懷恩堂舉行。在兩小時的節目中，除了原有的「美國男童合唱團」曲目演出外，更加入本會引導計畫團隊桃園市立大崗國中「原住民舞蹈社團」、新北市尖山國中「武術隊」連袂演出，是一場難得的跨界交流演出，精采可期。也期望藉此演出機會，搭起雙方合作橋樑，並對促進兩國青少年文藝、視野交流做出貢獻。

行善進化論

前董事長劉尚斌先生轉介東莞港商招募海外6名大學生擔任夏令營小隊輔，期間返往旅費由企業贊助，6週營隊生活並發給NT\$30000多元的工讀費。擔任小隊輔只要具備英文、游泳能力，個性積極主動即可。這麼好的工讀條件，基金會趕緊公告鼓勵育成小太陽踴躍報名。

但小太陽一聽到「講英文」就退縮，經過我們不斷的鼓勵引導，終於有5個人報名，請劉爸、潔芳、世芬幫忙潤英文自傳後送給港商甄選；港商看過小太陽的自傳後，十分肯定小太陽的學習與用心，立刻將基金的2個人名額增加到4個人。

小太陽能出國在外商機構工讀與學習，用不同的語言、見識不同的文化與生活，真真是一個很難得的機會，也幫自己的履歷加分不少。他們憑藉的是自己的努力，以及普仁家園數十年來各方資源共同努力的成果。

做中學、學中做；在施與受、捨與得之間，我們也一直在學習、進化，從學生的角度與需求出發，不斷廣納資源、創新求變，希望能找出一個更好的扶助方式，幫助他們，也幫助基金會。

遊學台北、夏令營、團體諮商等活動課程，就是一個很好的體驗式學習，給了小太陽們不同於平常的體驗與學習，既拓展眼界、開闊心胸，以及難得的人生體驗。這些點點滴滴的回憶、能力，將不斷累積變成他們自己的能量，說不定在那天就爆發出來，變成令人驚艷的能力與技能，就像這些逐漸在各自人生路上嶄露頭角的育成小太陽們！祝福您們！

2016年『美國男童合唱團』 台北慈善公益場～愛無界

普仁相信有自信才有快樂，不論是讓別人或自己，
快樂就是最大的好事。

◆本會行銷企劃／夏慧凝

1982年中原大學慈暉社友會成立，一群大學生開始結伴從事社會公益工作，四十年來「普」及「仁」愛之心持續不斷的從事社會公益服務。

人生的青少年時期就像一滴落在屋脊的雨水，向左或向右全在不可逆轉的一剎那，因此基金會於2000年開始聚焦於青少年議題，正式命名為「財團法人普仁青年關懷基金會」。

普仁青年關懷基金會是一個完全關注於青少年的公益團體：沒有財團支持，沒有特定的宗教信仰，不倚附於特定企

業，當然更沒有黨派色彩；普仁的存在是為了我們的孩子。

我們知道孩子們終將獲取我們的關注，以任何的方式，不是現在，就是未來；我們現在關懷青少年，將來使世界更美好的也將是他們。

美國男童合唱團首度來台

本會透過醫聲室內樂團張智欽醫師及前小腦協會秘書長李和謙引介，得知四十多年來深受全球樂迷愛戴的「美國男童合唱團」(THE ALL-AMERICAN BOYS CHORUS)，將在今夏應邀請至香港及北京進行亞洲巡迴演出，唯未在台灣演出，甚為

可惜。

因此，在「財團法人普仁青年關懷基金會」的力邀下，「美國男童合唱團」將首次率團來到台灣，並將於今年7月19日(二)在基督教懷恩堂舉辦首場慈善公益演出，藉此促進台美兩國青少年異國文化的國際性交流，相信也將是一場國民外交。

天籟之聲為公益獻唱

『美國男童合唱團』成立於1970年，是一個非營利性的組織，開放給所有種族的孩子參與，沒有任何信仰和社會經濟背景限制。四十多年來一直



深受全球樂迷愛戴，天籟童聲時而演繹出首首名曲，譜出多彩多姿音樂風情畫。『美國男童合唱團』是美國的音樂大使，他們既是加州陽光小子，又是西部搖滾牛仔，擁有天使般的嗓音、陽光般的笑容，特別能打動人心。

『美國男童合唱團』更經常受邀至世界各國進行巡迴演出，並與知名人士及藝團合作，帶給世界不同的國家民眾，包括俄羅斯、羅馬尼亞、奧地利、意大利、瑞士、德國，還有亞洲的香港、澳門、中國大陸、韓國，以及日本等多個城市。而今年將是『美國男童合唱團』成立四十年首度踏上台灣土地，並進行唯一一場公益慈善演出。

普仁贊助的台灣學生團體同台演出

此次2016年『美男童合唱團』夏季巡迴台北場，為慈善公益演出場次，採不售票方式來進行，即是期望讓國人與青少年能有機會接觸到、欣賞到國際性質的音樂演出與交流。而在兩小時的節目中，除了「美國男童合唱團」曲目演出外，更加入本會在引導計劃中所贊助的桃園市立大崗國中「原住民舞蹈社團」、新北市尖山國中「武術隊」共同合力演出



，達到國際青少年以音樂交流、以文化交友的目的。此不僅僅是一場國民外交，對於「原住民舞蹈社團」、「武術隊」的這群默默耕耘、努力學習的青少年學子來說，能與國際知名的AABC(THE ALL-AMERICAN BOYS CHORUS)美國男童合唱團有一個國際舞台共同表演的機會，藉由一個國際交流讓這群學子找到自我的自信進而找回自我肯定與價值。

引導計畫的果實

新北市尖山國中『武術隊』

「尖山之風 大將之風」是尖山國中的喝采口號，普仁長期贊助的尖山國中武術隊學生，透過各種大型武術國際錦標賽，包括太極拳、北拳、短兵、長兵、拳術對練以及兵器對練等，拿下了各組優異的成績單。透過學習武術，學生們的自尊心提升，並藉以鍛練體魄

，培養自信心，讓學生們迎向未來的挑戰，展翅飛翔。

桃園市立大崗國中『原住民舞蹈社團』

普仁贊助的桃園市大崗中原住民舞蹈社等。此次參與演出的是極具傳統台灣原住民舞蹈社。透過同學們嘹亮的歌聲與充滿生命力的舞蹈，視覺與聽覺極具震撼力的表演，深刻讓人感懷台灣充沛的人文能量與精神。

普仁攜手國際青少年交流活動

在美國，『美國男童合唱團(AABC)』是開放給所有種族的孩子參與，沒有任何信仰和社會經濟背景限制的。透過樂音培養著孩子更寬廣的世界觀及能力，巡迴世界演出，將充滿美國風味的悠揚樂韻帶往世界各角落。在台灣，『普仁基金會』長期以來公益創投的概念贊助的學校社團達35校147案

，這些社團包含了舞龍隊、舞獅隊，太鼓社、管樂團、舞蹈社、獨輪車、腳踏車等多元性社團。透過社團的參與，引導這些弱勢的青少年重建自信心、走出困境。

而此次雙方團體的合作，度開拓了國際青少年活動交流的橋梁，也傳遞慈善公益關懷的善與美的理念，希望藉由這樣深具意義的活動，發揮影響效應，讓讓愛與希望持續不斷的擴張，形成一股「愛的循環」動力。

40年一本初衷 從縫隙照進來的光

這個世界也許永遠不近完美，但正因為有了縫隙，那一線陽光才得以照進；這裂縫促使我們從事社會服務；在服務的同時我們也從中學習、成長，讓生命更豐饒。

陽光也是最好的消毒劑；普仁青年關懷基金會建構一個



完全透明、可以信任的公益平台；以企業經營的觀念管理基金會的營運，亦即用最精簡的經營成本把社會愛心做最有效的發揮，最大比例的用到青少年的身上。我們更善用網路的力量，使科技的平台變成了公益的平台；普仁定期在網站上公佈營運報告，財務運作完全透明，捐款人可以清楚的知道每一分錢的去向。這是基金會對社會大眾及捐款人的責任、義務與尊重。

普仁找到這社會上真正需要幫助的孩子，並讓你的愛心完全直接的用在他們身上。

拉一把願意幫助自己的人

【大手拉小手-助學計畫】

助學計畫的服務對象是全省國高中學生，普仁青年基金會協助生活貧困的青少年、提供助學金及生活教育輔導等服務，在輔導期間3年或是2年內，除了固定的經濟扶助，普仁志工亦將定期訪視；但最重要的，這並不是單方面的給與，受助青少年必須也相對的從事公益活動如社區或校園服務以為回報，從建立自信與負責的態度，培養「取之於社會、用之於社會」的觀念與能力，進而關懷更多弱勢族群，形成一



個善的循環。

普仁青年基金會還有一項「線上助學」系統，每位助學人都可以進入基金會網站的「助學人專區」，即時瞭解受助學生的資訊如：每月學習心得、學生關懷記錄，以了解學生如何使用你的捐助。

每一個人都應該快樂

【大手拉小手-引導計畫】

在確保學生們求學的基本需求之後，更進一步設想如何能讓在艱困生活中的學生得到額外的支持與關懷，讓快樂不因貧困而被剝奪，並幫他們找到生命中的一扇窗。

引導計畫的使命是『人本精神多元化的學習』，讓即使不想念書的孩子，也能以不同的方式建立自信心，對人生有正向的態度。引導計畫結合學校的力量，由最了解學生問題與心理需求的學校校長及老師們，構思、設計各種方案並提

出企劃，再由普仁召集專業人員並同討論、審核，同時實地拜訪學校、與執行團隊面談再次確認企劃案的可行性，然後才正式撥款付諸實行。引導計畫鼓勵學校校長、老師深入教化學生的議題，活化學校的教育功能，以“公益創投”的創意和嚴謹性，激發創造性的計畫案

用愛與希望灌溉夢想

【大手拉小手-育成計畫】

育成計畫是基於「人本教育」精神，秉持人性關懷之原則的一套全人發展精神，並兼具輔助、引導以及育成等全面性服務理念之延續性關懷服務計畫，自國中、高中以至大學，長期培養具有發展潛能，但卻身處弱勢或高關懷家庭之菁英學子，依個別差異、學習成



長、技藝養成或生涯規劃等需要，進行個案式的長期性關懷與培養，施行連續性且系統性的育成計畫，先從穩定小太陽求學時的基本生活需求，進而引導他們開發興趣及專長，陪伴成長並輔導建構有目標性的學習及生涯方向，體認人生價值、培養自我管理與行動力，進而增進其自信心與未來競爭力。

普仁是一個資源平台，期待藉由2016年『美國男童合唱團』台北慈善公益場~愛無界的演出，匯集整合社會資源有效運用，進而讓愛與希望持續不斷的擴張，形成一股「愛的循環」動力。



推動品格50~學生品格分享

專 注

做事情成功的關鍵就是專注。做很多事情的時候，都必須專注，才能好好完成。讀書的時候，我覺得保持專注力是很重要的。必須讓心靜下來，才能專注的去理解課本裡的知識。當我覺得心煩卻又要讀書時，我會把我的書桌和房間整理乾淨，給自己一個舒服乾淨的空間。然後深呼吸、吐氣，直到我覺得自己可以專心了，

再開始讀書。我發覺這樣的讀書效果真是不錯！另外，和別人談話時，專注也很重要。一方面可以認真的聽進去別人在說什麼，一方面也是尊重別人。保持專注謹慎的態度，在面對很多挑戰時一定可以成功解決。

閱讀也是培養專注力的一個好方法。在閱讀的過程中，我們可以靜下心來去理解整個故事情節的發展，也可以有效

◆臺北市立蘭州國民中學／魏佩瑜

的吸收書中的知識。在專注的過程中學習，記憶都是長期的，專注的面對生活，在危機處理上才能臨危不亂，迎刃而解。所以不管什麼時候，培養專注的能力，都對自身有非常大的幫助；尤其是正要面臨大考的我們，更要保持專注冷靜的態度，才不會在考試上出太大的錯誤。養成專注的習慣不需要任何壓力，自然而然形成的最好。

◆高雄市立苓雅國民中學／顏宇佑

專注可以使人完成事情。若做事時還三心二意那就別想完成了，就算有完成也是有缺失，畢竟我們沒有超能力可以一次完成許多事情，井然有序專心一意才能將事情如期完成。許多學生在寫作業時，會不時地拿起手機滑一下，包括我。但一滑，殊不知已經過了一小時了。同樣的，我一回過神來已過了許久，而桌上的作業卻一樣都沒少。這時才後悔當初為何克制不了，若那時候能夠專注於作業一定很快就做完了。而做家事時，也是要有一定的專注力才會快速完成。像現在寫這篇文章也是一樣，要專注才能寫出心得，若不夠專

注想完成此作業是天馬行空的夢想吧！

在考試時，專注是再重要不過的必需品了。因為若你不够專注於題目的話，很可能一失足成千古恨，就掉進題目中的陷阱了。因此為了不讓遺憾發生，在考試時要仔細並專心。舉例來說，就連走路時還顧著聊天、滑手機，下一秒會發生什麼事實在難以預測，為了自己安全著想，走路時還是請專注吧！運動當然也少不了啊！像打籃球時要專心，否則你何時被抄球都不知道，還有比賽時通力合作，不被隊友們罵，也要好好專心的打球啊！其他如跑步，若不專心的話，起

跑時就會慢人家幾秒，也就輸很多了呢！爬山，也是我見過最需要專注的運動了，若一個不小心，可能跌落谷底，粉身碎骨也說不定呢！

總而言之，做什麼事情時都必須專心一意，認真的把事情完成。別看我寫功課不認真，在考試時我可是十分的專心呢！因為我常因為一個不小心而粗心錯了不該錯的題目呢！所以，我每次看題目都讀透它，觀察其中的陷阱，深怕一不小心就錯了。而我在跑步時也是格外專注的，長跑時，會留意自己跑了幾圈，如果忘記自己跑了多久，下場會很慘，說不定會多跑好幾圈呢！



勇於挑戰

很多時候都需要獨自面臨一些問題或是事件。記得剛來學校的時候，到一個陌生的地方，包括環境、飲食、居住的地方，甚至是自己好友，都不在這裡，要重新認識新朋友。開學那天，一直很害怕自己在自我介紹時不敢說話，很害怕自己將在一個沒人認識的地方生活五年。回想當年，因為中午的一個便當，鼓起勇氣和當時坐在我身旁的一位同學聊天，讓我勇敢地踏出第一步。而

當時與我對話的那位同學，到現在變成了好朋友，甚至是閨蜜、姊妹。每當遇到挫折的時候，總會想起當初我第一次進入幼稚園時，爸爸對我說：「不要害怕，我相信你可以做得很好。」因為這句話，讓我有信心走到了現在。

之後無論是實習、或是課業上的問題，甚至是心情上的調適，我都可以深吸一口氣，去面對那問題並試著解決。因為我知道，不論在任何時刻、

◆國立台南護理專科學校／李秋宜

做了甚麼，爸爸都會相信我可以做好，而我也想好好做給他看。讓他知道我不只是一個人，我還有爸爸、還有朋友們…在身邊支持著我，給我力量，為我打氣。

.....◆嘉義縣立東石國民中學／翁典正

我覺得人應該要面對挫折，失敗了不輕言放棄。面對新事物，即使困難，也不害怕面對問題。如果你沒辦法讓情緒穩定下來的話，適當的發洩也是一種辦法，但我覺得盡量不要讓別人看到你軟弱的一面比較好。

之前閱讀過一篇文章，有位媽媽過世後，五個幼小的孩子面對突如其來的困境，不知所措。幸好醫護人員陪伴那五

個孩子一起面對問題，共度時艱；也避免了一些可能會造成無法彌補的過錯。

記得我之前回外婆家時，祖父突然過世了。當時爸爸媽媽很傷心，但外公和外婆安慰爸爸媽媽說：「事情都已經過去了，不要一直沉溺在痛苦當中。」外公的這一番話也讓我領悟到許多事情。

我覺得人雖然可以一直把情緒壓抑下來，但壓抑太久可

能會讓身心受到傷害，適當的發洩是一種不錯的方法。

積極熱忱

記得在我要上小學時，因父親的家暴，母親帶著我和妹妹逃離父親，身無分文，流浪街頭。母親求救無門，後因遇到一位好心的員警，才暫且有棲身之處。對於這位員警，我們不僅感恩他，也被他的愛心和樂於助人的熱忱、積極的態度所感動。值得我們一家人學

習。雖然，我們目前也接受別人的幫助，但我們也不想永遠做一個手心向上的人，我們也可以當一個手心向下、給予的人。俗語說得好：「有錢出錢，有力出力。」受人之恩，點滴在心頭。所以我們一家人現在都會利用空閒時間，積極參與各類公益活動，希望回饋社

◆台中市立居仁國民中學／尤心鍾

會，更何況助人為快樂之本。我們也時時勉勵自己，不論遇到多少困難，或者需要多少的努力，都不用急躁的態度去面對，並且抱持積極服務熱忱去助人，讓自己的生活更精采、世界更美好。

◆國立旗美高級中學／鍾明展

成功的人，往往都有著同樣的特質，那就是積極熱忱。今年畢業的我，將面臨的不只是社會的洗禮，而有一部分是來自於自己。我相信成功的人都有著積極熱忱的態度，我也期許自己變成這樣的人。我夠正向、夠樂觀，但是卻少了主動與積極，往後的日子不只是單純的與社會競爭，而是如何保持自己在社會上的戰鬥力。現今的社會已經逐漸失去如往常那樣的競爭力了，尤其是我們這一屆，而海外的國家卻已經紛紛的競爭到我們國家來了，而我們就像井底之蛙一樣還想著那美好的藍天白雲。我大膽的假設，今天每一天都能夠

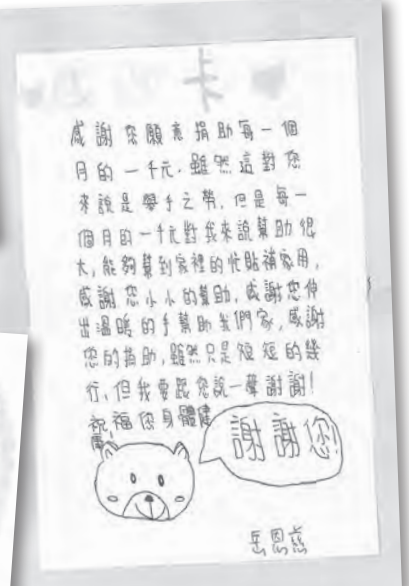
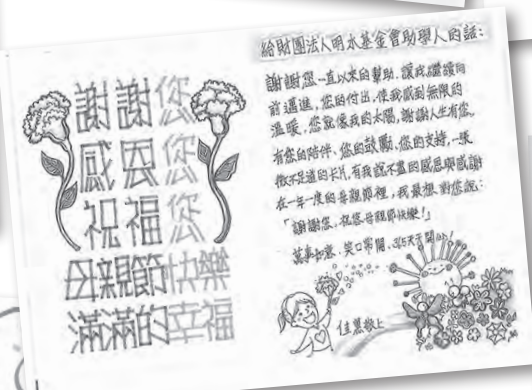
將自己的態度保持住，就是最大的成功。我期許自己能夠達到積極主動的行為，以及想法，並且藉此來增加自己在社會上的競爭能力，好來對抗外面的世界。

我相信一句話－「欲窮千里目，更上一層樓」，確確實實的表達了一個人所應有的態度。正因為如此，我才說「不要等到這個社會把你打倒了，才想著應該要站起來」，而是應該在社會上要紮紮實實的踏穩腳步，就算這社會一時間將你壓倒了，也可以更快的站起來，穩固自己重新出發。

態度決定高度。最後我想勉勵自己，當走上了自己選擇

的路後，必須負責自己選擇的路。既然選擇了，就應該好好的走下去。面對充滿挑戰的將來，唯一能把握的就是永不熄滅的熱忱。用熱忱面對新的一天、新的學習，甚至是對生命新的體悟，期許自己對生命中的任何事物都抱持著正向樂觀積極、主動的想法。我也要順順利利的完成大學學業，未來出了社會找一份好的工作，將來回饋社會及幫助更多需要幫助的人。

最後我要感謝每一個幫助過我的人。我會珍惜，並且將來加倍回饋的。



仁濟堂 普仁助學人您好：
這些日子以來，我收到了很多鼓勵，心裡面也變得比從前更加堅強！在困難面前，您就像我的燈塔，我的勇氣和力量都來自您的鼓勵。雖然我們沒見過面，但您的鼓勵，也給了我很大的機會，我十分感激。同時我也會記起您說過，去幫助更多人，不管大事小事，只要我有能力就會付出，或許這就是您偉大的一舉！
大湖高工陳淑敏



財團法人台灣閱讀文化基金會 助學人您好！
謝謝您這幾個月的幫助，讓家裡的環境變得更好，也讓我減輕了負擔，希望幫助我的您，能夠多一點快樂！祝母親節快樂，身體健康。
陳欣嘉 謹誌上 977

財團法人台灣閱讀文化基金會助學人您好，非常感謝您的幫助，讓我不用在擔心學習的問題，也減輕了我家人的負擔，減少他們的煩惱，讓我能夠開心的學習。
謝謝您這幾個月的幫助，讓家裡的環境變得更好，也讓我減輕了負擔，希望幫助我的您，能夠多一點快樂！祝母親節快樂，身體健康。
陳欣嘉 謹誌上 977

普仁助學人您好：
感謝您在我就讀國中的時候開始，一直默默的幫助我，給予金錢上的 Happy 幫助，我心在感激，雖然我在校園並不是表現 Mathers 得很好，也曾有過不好的行為，但我已經改過自新，為未來的生活努力，謝謝您。
祝 身體健康 萬事如意
陳恩治 謹誌上 977

遊學高雄引言

◆本會社工／吳佩怡

遊學活動是基金會一年之中，重要的活動之一，今年受到高雄台虹科技股份有限公司虹心社的邀請首度移師到高雄舉辦，共計有33位學生報名，24位通過徵選參加，7位育成計畫的小太陽擔任小隊輔工作。此次活動台虹科技股份有限公司聯結了高雄市議會、維格餅家等幾個單位一起合作、規劃，希望結合各種不同體系讓學生們可以有更多的體驗及學習。

第一天活動，上午學生們參觀了高雄市議會，看到了平常在電視上看到的新聞畫面，知道了議員們平常是怎麼議事、座位分配，看到議會讓人熱血澎湃的介紹影片，了解高雄市議會的種種。中午我們在議會用餐時，議長百忙中特別撥空來與學生說說話、拍照。還有學生跟我說感覺跟議長沒距離感，不像在電視上看到那樣。

接著下午我們去目前高雄最靚景點～駁二特區。在駁二特區先參觀了微熱山丘鳳梨酥，進到微熱山丘時裡面的氣氛感染了大家，大家自然的放

慢腳步，說話輕聲細語，細細的品嚐鳳梨酥及好茶。隨後大家去搭觀光船，遊覽了整個高雄港風光，看到商船、漁船、軍艦，中鋼及造船廠…等。聽著船長詳細的解說，整整一個小時的港口遊覽，增加了好多的知識。

在飽覽高雄港風光之後，大家又回到駁二藝文特區自由參觀。雖然下著毛毛雨，但是大家還是興致昂然的拍照、逛街，感受駁二的人文藝術氣息，最後才又搭著遊覽車回到晚上的落腳處—國軍英雄館，分配房間及小歇一下。晚餐時間，是寄宿家庭與學生的相見歡，看著Home爸Home媽認識自己家的孩子，互相寒暄，那個氣氛是溫馨愉悅的。餐會中也來了許多的貴賓，有台虹科技股份有限公司的孫董事長、高雄市議會秘書長、虹心社社長…等，大家都一一勉勵學生，鼓勵大家！

第二天早早起床會合，來到維格餅家，參觀了鳳梨酥製作過

程、看到好多有趣的公仔及文創商品、還有自己DIY好吃的鳳梨酥。中午在維格餅家景觀餐廳用餐，在悠閒美麗的餐廳，很愉快的氣氛用餐後結束了我們2天1夜的行程。

這二天的活動中，台北的小太陽從板橋高鐵站跟我會合一起搭高鐵南下，再從高雄左營換搭高雄捷運到高雄車站集合，之後展開二天一夜的活動。這一連串的過程，對第一次不與家人一起出門，並且在陌生人家中過夜的小太陽而言，是一種突破也是一種挑戰。他們說他們好愛這樣活動，好感謝他們有機會看到不一樣的世界。

感謝許多人，成就了不一樣的遊學活動。希望明年能有機會到其他縣市舉辦遊學活動，開拓普仁小太陽的視野。





遊學高雄 小隊輔分享

◆小隊輔／廖茂江

首先，要感謝台虹虹心社和普仁，共同籌劃舉辦這次的遊學高雄，讓我有機會擔任小隊輔。活動地點雖然在高雄，但除了駁二特區以外，其他地點完全沒有踏足過，和參與的小隊員一樣，用新的眼光看高雄，整個過程中，反思和收穫許多。

相較於個人之前帶國小營隊經驗，對象是國、高中生，較有個性和想法，心裡預期可能會不好帶。所幸只是自己杞人憂天，過多預設立場反倒給事前心態上不少壓力，敞開心就輕鬆許多。高雄火車站集合期間，努力擺脫平時對周遭只用觀察而不接觸的習慣，主動認識每個人。而不管是不是所屬我的小隊員，言談中學習留給對方發揮想法的空間，害羞不發一語的人都有。大多數學生都很樂意聊天，其中意外認識過一面之緣的學生，是個令人開心的巧合。

短暫小隊時間簡短認識每個人，即出發往市議會。坐車期間，一個小隊員很直接地向我問，是不是有點胖。當下第一個想法是，“嗯！還要妳提醒？”頗為不悅，這份不悅不

是對於她人，而是對自己自卑〈complex〉的心理，不過，我是小隊輔的角色，不能剛開始就給對方不好的印象。但又轉念一想，別人眼裡的事實，何苦欺騙自己不接受，極力用輕鬆語調說“對啊！這陣子胖了13kg”。對方接著說“是喔！那跟我相反，我瘦了13kg，你要加油啊！”然後笑了笑。又一次，源於自身慣性敵意對待她人看法，心理上隨時經歷壓力，才短短開始不到2個小時，我到底還要給自己多少壓力呢？

第一次進入市議會內部，氣派不在話下，問政質詢場地有專人（依稀記得是新聞處長）解說。議員為市政把關，尋思以往對立委和官員的負面印象。果然沒有清楚認識了解之前，只憑膚淺印象看事，只會凸顯不成熟和縮小自己的格局。尤以看完市議會介紹，先前高雄市議長於午餐時間談話，和虹心社社長自我介紹，看到了滿滿熱情，對於工作使命感的熱忱，更加驗證這份想法。接著是去參觀微熱山丘，店長年輕幹練，單憑看一眼她和執行長談話，便在心裡默默打了

分數，自己要經過多久才能有如此“氣場”呢！微熱山丘店內的氣氛，總覺得有些格格不入，心情上告訴自己這是有錢人花錢的地方。我無法體會品牌價值，只是藉貶低以此抬高自己，才輕鬆起來；雖然在心態上有點卑鄙，不過目前我也只會這招而已，以後要用甚麼心態看待，再摸索也不遲，我想。小隊員們一開始也是緊張兮兮，吃過鳳梨酥後臉部僵硬表情融化不少，開始嘻笑聊天，這鳳梨酥有股謎樣的魔力。

搭渡船時心情最為舒暢，有幾個小隊員看我對海哼歌，當中拋出一句“看你開開心心的，你都沒有煩惱嗎？”這麼一說，也搞的我有點緊張起來，不過想起先前佩怡姐發的“教戰守則”——「每個人都有自己的煩惱，不用努力要去為小隊員解決心事，或是想為對方改變甚麼？我們要做的就是傾聽和陪伴，雖然這麼做不會對事情本身有幫助，但會對人有幫助。」當下忘記自己說了什麼，沒有甚麼大道理，也沒有甚麼悲情牌，只記得輕鬆寫意地帶過，對方也是輕鬆的繼續看著海。這樣就夠了，說心理

上自我滿足也無所謂，我想。

晚間餐敘，寄宿家庭的home爸和我們同席，得知home爸的公司是做晶片感應〈驗票〉硬體和軟體服務，問了蠻多問題，也有談到工業4.0的見解，獲益不少。不過真不知道寄宿家庭如何能如此放心，

讓不認識的我們借宿一晚，個人頗為敬佩，要我的房間借人一小時占用我也不願意。早餐歡樂，home爸home媽和我們幾個小隊員聊的舒坦，後來搭了趟輕軌，碰到一個高雄熱情老伯。

最後行程，午餐後心得分

享，忘記為什麼自己說了個和遊高雄完全無關的打工故事；也許，是看到學生們的活力，激起了自己莫名的感動吧！

這次的遊學高雄，也在此劃下句點。再次感謝為這個活動付出和用心參與的每一個人，謝謝。

◆小隊輔／顏冠廷

首先我要感謝台虹～虹心兒少關懷基金會以及我們所有小太陽的家園“普仁基金會”。感謝台虹為了我們規劃了這麼棒的行程，藉由這次遊學高雄見到了各種形形色色的職業，從一開始的高雄市議會現場到高雄港、駁二藝術特區，最後參觀製作鳳梨酥的維格工廠，見到了議長、議員、記者採訪人員、船長、海兵、攤販；還有微熱山丘的漂亮店長姊姊、影片介紹漁牧工商類相關工作等。這些大大小小的職業都不容易，他們像是小齒輪一般串聯一起，轉動了我們的生活，促進我們的世界更加進步。

經過這次遊學高雄，大家是否在心中默默的種下一顆名為「夢想」的種子呢？那要如何將這顆種子成長茁壯變成一棵大樹呢？希望大家細心地耕耘、共同積極努力。

我相信，每個普仁的孩子都很積極主動，在這次活動中可以從每個普仁小太陽的行為舉止中發現很多一定要稱讚的事；例如：互相道早安打招呼、主動關心、幫忙拿東西，甚至一起拍照、一起嬉鬧、送東西吃，覺得每個普仁的孩子的態度都很真誠、像對待家人般很窩心，真的很棒！第一天有個行程非常緊湊，鳳梨酥才吃沒幾口就說要趕快搭船，我超級著急，也為剛吃沒多久的孩子們感到有點不好意思，而且星期六雨幾乎下了一整天，但是從沒有在他們口中聽到抱怨

的話，大家們都很認份、乖巧、從不讓別人操心。

非常謝謝有這次機會讓我擔任隊輔協助。雖然一開始因為要上團體課所以不能參加而有點小失望，不過我很幸運最後我還是有機會為這屆遊學高雄出一點力，雖然到這幾天會累到一直打哈欠、眼皮也很重，連長途跋涉腳也酸酸的，不過我絕對不會說自己很辛苦，也沒有聽到隊輔們喊苦，真的很了不起！這兩天，我從其他小隊輔跟小隊員們身上學到太多東西，一起分享很多開心的事情，傳遞正能量。





我從一開始成為大手拉小手引導計畫的小太陽，普仁陪伴了我至今也有4年了。我是前年成為育成計畫的小太陽，並且在去年幸運的當上生平第一次的小隊輔。那時是2015的普仁夏令營。當我還是小隊員的時候就非常崇拜哥哥姊姊們，可以很了不起的帶著我們翻山越嶺，闖關解任務，所以從那時候起我就一直想擔任隊輔。自從那次夏令營隊輔報名時，我也積極的去報名。因為自己很喜歡照顧人，喜歡帶動大家氣氛、也喜歡帶領著大家的感覺，夏令營結束後，我從崇拜小隊輔一職愛上了這份職位。我不敢說自己當小隊輔很有經

驗，或是說自己擔任這個職位很了不起。雖然很不簡單，甚至會犧牲睡眠時間，但是就會很想要努力達成，突破自己。活動結束後有小朋友對我說，將來他非常想要當上小隊輔，想要像這次活動的隊輔哥哥、隊輔姐姐們帶領其他小朋友。我心裡想著，這樣的精神是不是一個「傳承」呢？

最後想為小太陽們再複習一下，還記得虹心社長偉誠叔叔說過的話——「施比受更有福」嗎？當以後自己有能力時，是不是也要回饋社會？還有市議會的秘書長先生說過要「從善、孝順、感恩」。

人因夢想而偉大，夢想因

自我實現而更加真實。夢想的力量很強大，為了讓種子順利發芽茁壯，就要積極努力。不要因為環境而影響自己，也不要因為別人定義自己，只有自己才能夠知道自己要成為什麼樣的人，希望大家能銘記在心。

最後再次感謝這次遊學高雄的工作人員、台虹志工、寄宿家庭們、小隊輔們、還有小隊員們的配合。大家所付出的這些心力，凝聚成一股強大而溫暖的力量，讓這次的活動順利進行且圓滿落幕，謝謝您們！

.....◆小隊輔／朱浣喻

這次非常的感謝台虹幫我們規劃這麼棒的行程，以及普仁基金會的大家也積極的參與這次的活動，帶領著大家去見識不一樣的高雄，也讓我們親自去體驗DIY的鳳梨酥，真的讓我們對高雄有不一樣體悟。

活動進行時，有去了市議會，雖然是高雄人但我也是第一次進去。發現原來議員們開會的場景和電視看到的差不多，當議會的人員跟我們解說時，才知道有分記者和民眾的觀看樓層。原來民眾也是可以觀

看的，這也是進來後我才了解到這些，也大概知道民眾可以透過觀看議員們的開會討論，讓我們知道各個區的議員是如何替人民爭取福利。而在吃午餐的時候也很幸運的有見到議長，透過議會的影片介紹，讓我更進一步了解政治的層面，也許政治不是每個人都喜歡，但是偶爾關心一下，對我們還是有幫助的。

我想比較有感觸的是去駁二，因為以往去駁二都只有逛了部分的展覽，其餘的沒有真

正逛完過，令我想不到的是駁二竟然有賣鳳梨酥的地方！當還沒走進這家店時，我看了行程表上的名稱，以為是什麼小山丘之類的，結果他是一家店，店名取的滿特別的叫微熱山丘。當進去的時候發現店內擺設的很簡單，讓我比較注意到的是，他們進去店內前人數有控管，可能這樣比較不會亂吧！進去後滿趕的把鳳梨酥吃完，因為要趕搭船，所以沒有太多時間在好好品嚐鳳梨酥，吃起來跟一般鳳梨酥不同在於它

吃起來不會很乾很膩，內餡有濕潤的感覺。之後去搭船途中，我原以為搭的船是像在旗津搭的船一樣時間上很快就結束了，結果我們搭了快一個小時吧！過程中欣賞高雄港上的風景，發現有很多不同的船隻，例如有海巡、貨櫃、軍用船等。船上雖有介紹人員，但是很多人在同一艘船上，其實聽得不是很清楚，有點可惜。搭了這麼久後，原來高雄港滿大的，回程時風景都是一些運輸等的船隻，比較沒有特別感興趣。

這兩天學習到很多事情，不管是在相處還是同儕互助，能夠在這次活動深刻的感受到；這次我等同於是在小隊中的隊輔，在隊伍中很多事需要瞻前顧後。但我發現有許多小隊員

們都非常的乖巧也不吵鬧，即使天氣不佳，依然擋不住他們的熱忱。我覺得擔任小隊輔的責任不僅可以學習到另一個隊輔的帶隊方式及如何帶動氣氛，也增加了自己的耐心。或許我在小隊裡面沒有這麼熱絡，但是我會隨時觀察小隊員的狀況，與他們也漸漸的跟我比較熱絡起來。大家都會和我聊天拍照等。

擔任小隊輔時，除了認識自己小隊外，我也會去認識其他小隊的隊員，我覺得這樣蠻不錯的，因為自己可以嘗試融入他們，也給自己帶來不同的經驗。會有這些想法，是從參



加這些活動中而來，也因為這些經驗，發現辦一個活動其實不容易，需要考慮的很多，不能只有單方面的做法，都需要靠大家的幫忙，才能讓活動更完整。未來不管任何的活動，相信大家都會更成長更進步。

.....◆小隊輔／葉珈鈺

我覺得我特別的幸運，參加了第一屆的遊學高雄，光看行程，就讓人心動不已。從一開始的高雄市議會、高雄港、駁二藝術特區、維格工廠，都感受到虹心兒少關懷基金會與普仁基金會的用心。雖然我住台南，離高雄很近，但除了駁二藝術特區外，其他真的沒去過。不要說高雄，我連台南市議會在哪裡都不知道，也希望

這麼有教學意義又能認識高雄的活動能持續下去，真的很棒！再次感謝為我們付出、一路陪伴、照顧我們的虹心兒少關懷基金會與普仁基金會。

這是我第一次以小隊輔的身分參加普仁的活動，感覺很期待又很緊張，期待是因為可以認識更多普仁的小孩，緊張是以不同身分參加活動。雖然自己就讀社工系，常常擔任類

似的角色，可是還是會擔心自己是不是會做得不好。果然，普仁的小孩就是不一樣，真的很優秀，不會做出一些離譜或誇張的行為，什麼時間該做什麼都會蠻自動的，而且很聽小隊輔的話。像是排隊、拍照、吃飯，雖然很餓還是會等大家打飯完，再一起吃。還會擔心我沒有吃到，特地拿給我，甚至是自由時間，也都不會亂跑



，都會乖乖地跟小隊輔行動。這讓我鬆了一口氣；而在跟隊員們聊天時，當我們聊到關於未來，大部分都有明確的目標，覺得真是有為青年啊！希望他們能達成自己的目標。

回到我身上，其實，我覺得我並沒有把我自己的角色扮演得很好。像第一天從台南去高雄，與東山國中的小太陽一起搭火車的過程中，非常尷尬，整整一個小時半，幾乎沒有交流，覺得對小太陽們還蠻抱歉的，再來就是沒有記起所有隊員的名字。然後對於時間的掌握，有時常常在狀況外，所

以對於願意包容我的隊員們，真的非常感謝！這次的活動，相信對於小隊員來說，是有一些幫助，而對於我來說，更是如此；像是活動前的準備工作，讓我學習到，要把一個活動辦好，是多麼不容易的事，行程的安排、時間的掌握、天氣的好壞、隊員可能發生的狀況、以及中間的溝通協調.....等，還有活動中的突發狀況，像隊員身體不舒服、活動突然變更，都考驗著領導者的應變能力，活動後隊員們帶來的感動，以及對回饋單的想法，真的角色變了，很多事情的看法觀點

也跟著轉變。之前作為小隊員寫回饋單真的沒甚麼想法，可是當我收到小隊員寫的回饋單時，當下是小小的難過，看大部分對於小隊輔的問題大概只有填到“很好”，甚至是“普通”，幾乎沒有填到“非常好”。可是後來想想，這樣已經不錯，畢竟是第一次，至少沒有到負評，也代表著還有一大段的進步空間，這次活動真的讓我收穫滿滿。最後，希望大家都有些收穫、感動，相信學習是沒有盡頭的，讓我們一起成長、一起加油。

.....◆小隊輔／葉宇婷

這一次小太陽的活動能夠成功，我們必須感謝很多人的支持與贊助，像是台虹集團，他們這兩天並不是以工作者上司的姿態陪伴、帶領我們，而是出於義務的在關心著我們小隊輔及小隊員。這兩天我最開心的是，我有了更多的自信心與包容力還有處理能力的反應力。因為我是第一次在團體裡面擔任領導者的角色，起初有很多的不適應，和在學校裡頭帶團康有很大的差別；不同的城市來的孩子，不同的背景和年齡，使得我混亂了，不知道該用什麼態度和思維去帶領小

隊員們。一開始真的很沮喪，因為當下行程變動太多，時間不夠充裕，再加上和隊輔、隊員間還沒有建立好默契，導致失誤連連。但是台虹的大哥哥們和佩怡姐姐，耐心的教導我們該如何應對狀況，給予我們很大的支持與包容心，這是我非常感謝的。謝謝小太陽和台虹給我這次的機會，讓我可以第一次踏入市議會，近距離的接觸與我世界有點遙遠的地方，一般人也很難有這個機會看到議員們開會，為民服務的場所，當下的場景竟然是電視裡頭常出現的畫面，這一切都讓

我感到新鮮與不可思議，如果不是這次的遊學高雄，可能都不會有機會進到市議會了。

接著我們到了駁二，可惜天公不作美，下起了毛毛雨。平常的駁二是個非常美麗的藝術天堂，有許多的裝置藝術和參觀展覽的地方。唯一慶幸的是小隊員的貼心配合，他們不因為下雨而心煩氣燥，反而乖乖的跟著我們，有秩序的排好，還會體貼的關心我們，安慰我們別沮喪；這些小舉動都讓我暖在心頭，上船的時候也是，小隊員們知道我會暈車，因此都安靜座好，不吵不鬧，細

心的觀察我的狀況，問我還好吗？其實從他們身上我得到的更多，學習到的也更多，就像是真正的家人一般，彼此關心照顧，令我非常的感動。本以為兩天的行程應該認識不到什麼朋友，但大方、活潑的大家，卻感覺認識好久好久，一下子就打成一片，歡笑聲從沒有

間斷過，和隊員們相處的時候幸福感從沒停過。

可惜快樂的時光總是過得特別快，很快的我們到了分離時間。小隊員們對著我說謝謝，還給了我大大的擁抱和笑容，心真的很暖很暖；還有可愛的隊員寫了一張卡片給我，希望下次我還能是他們的隊輔，

讓我好感動。回家了，也會在網路社群加我好友表達感謝，這是我從未有過的體驗。真的很謝謝有這次的奇蹟能夠參與。再次感謝普仁與台虹，我愛你們，我的普仁家庭，和台虹集團的哥哥姐姐們，謝謝。

.....◆小隊輔／黃莉恩

首先，很感謝台虹基金會和普仁基金會舉辦「遊學高雄」的活動，我很高興自己能在這次的活動中擔任小隊輔的角色。儘管不是做得很好，但在這個活動中學到很多的經驗，也有所收穫、有所成長，更認識了一群活潑可愛的小朋友們，是我覺得能參加這個活動最幸運的事情。

然後，很感謝我的Parter宇婷、冠廷。雖然我是個菜鳥小隊輔，但在活動前、活動中她們也提醒我很多注意事項。儘管我和宇婷看起來沒有什麼默契，但是我們都會在聽到、看到小隊員的需要時主動幫忙，隨時出現在他們旁邊。不管是誰先出現，另一個總會馬上跟上，我們也會分擔彼此的辛勞，輪流做彼此的工作；在宇婷的左右，我學到應該更主動、更體貼他人，也應該保持樂觀和自信。冠廷雖然不是任何一

個小隊的小隊輔，但最常和我們一起，所以我也能常常看到她並觀察她。在冠廷的旁邊，我學到許多和小隊員相處的方法、處事的方法，還有自己應該學習並加強靈機應變的能力。冠廷和宇婷有一個共通點是我應該要更加表現出來的，那就是「活潑」。因為活潑主動的人通常到任何一個團體都很受歡迎，也很容易帶動氣氛，這是我應該要學習並加強的部分。

還有，很感謝執行長和佩怡姐活動的這兩天陪我們一起，很謝謝執行長稱讚我，讓我有繼續努力的動力。也很謝謝佩怡姐協助我並指導我，告訴我哪裡應該做好、哪些細節應該注意。現在的我參加活動時也會偷偷地觀察並記錄下來，希望自己在下一次活動可以做得更好。還有雪莉，這位長輩讓我印象深刻，我希望未來也

能像她一樣，能適時地出現在需要幫忙的人旁並提供有用的建議，還有用熱情和大家一起歡樂。

最後，謝謝我的小隊員們，因為小隊員們都很活潑可愛，所以我不用為了帶不動氣氛而煩惱；因為小隊員們都很貼心，所以我也很努力地想回應他們。因為我的小隊員都很用心，所以我相信她們在這次的活動中都有所收穫。所有參加這次活動的小朋友們都很乖巧，和我住同一間房間的妹妹們、其他隊的小隊員們看到我們也會和我們聊天、拍照。我發現大家都很認真地思考自己的未來，也發現大家很用心地參與每一個活動流程。我想，這就是一個活動成功的其中一個重要的部分吧！大家的心在這個活動中是在一起的！

這雖然不是我第一次當隊輔，但是是第一次當普仁活動的小隊輔。在活動的前一晚，心情是相當雀躍又帶點不安的，雀躍是因為我又獲得一次機會去嘗試和小隊員建立關係了，不安則是要如何將期待化為兩天一夜的實際行動。

在「控管小隊秩序」和「融入小隊、和隊員建立良好關係」之間，是每每困擾我，抓不到平衡點的。一方面，我擔心一再約束小隊員，會引起小隊員的反感以及產生距離感；另一方面，我又覺得小隊秩序的控管很重要，不僅關係著行程的順利進行，避免拖延，另外就是最主要、至高無上的目的：確保小隊員的安全。也許這兩項目的並不相互衝突，只是比重上的拿捏，但我很明顯感受到自己是較重視秩序，也較為擅長、習慣，所以總是無法在兩者間拿捏得宜，甚至有時是感到無所適從的。因此，我總是非常欽佩在擔任隊輔這個角色時，能夠表現得自在、恰到好處的夥伴。例如我這次的搭檔~珈鈺。在兩天一夜的相處中，我將她立為我的學習楷模，觀察學習她是如何當個優遊自得的小隊輔，我總認為這是能夠透過學習，使自己成為



理想的樣子，但是在這次的活動結束時，我對自己又再一次的感到沮喪且失望。

我為甚麼非得執著於理想的小隊輔？在活動結束後的省思中，我有了不同的體悟。一個活動能夠順利地進行，需要依賴好多人、好多不同角色的各司其職及合作，大家有著不同的特質且各有所長，都是不可或缺的一個齒輪。我為甚麼要執著於不適合自己的角色，並以此挫敗自己？在嘗試、努力過後仍感到有所缺憾，也許我的選擇不單只有投入更多的努力彌補自己的不足，可以試著轉換心態接受自己的「不合適」。

我想在這次擔任「遊學高雄」的小隊輔，從市議會、駁二、微熱山丘、遊高雄港、維

格等行程的走訪中，不僅是活動、和小隊員相處的體驗，在看到如此多性質迥異的社會角色、工作後，得到的心得和最大的收穫是～沒有「最好」的工作，只有「最適合」自己的工作。一如有些角色是自己適合的，有些則否。

遊學高雄

同學分享

◆屏東縣慈惠醫護管理專科學校／穆佳汶

真的好開心能夠有這個機會參與普仁「遊學高雄」的體驗活動。雖然只有短短兩天的行程，但真的讓我收穫滿滿，結交到好多來自不同縣市的朋友，也對高雄有更進一步的認識及瞭解。

活動第一天的一大清早，我和妹妹帶著行李，以及雀躍不已的心情搭著火車來到高雄火車站。下了車站，我們跟著一位隊輔姊姊找到集合的地點，來跟大家會合。而參與本次活動的其他人也陸陸續續的抵達，經過點名確認，終於全部的人都到齊啦！接下來，就準備前往高雄之旅的第一站～高雄市議會。

可以進到高雄市議會參訪，真的覺得很不可思議！一般只能在電視上看到的畫面，竟然就這樣呈現在我的眼前啊！這時便燃起了我的好奇心，睜大了雙眼，興奮的東瞧瞧西瞧瞧。走著走著，來到議員開會的地方，有人為我們介紹了一番，之後也帶我們觀看了市議會運作的短片，藉由人員解說和影片欣賞，這讓我對市議會是做甚麼的？認識知道了不少

呢！參訪完市議會，我們就前往高雄港囉！

來到高雄港，我們搭上船，一邊聽著解說員介紹，一邊欣賞著高雄港的美麗景象！看著兩旁有數不清的船，每艘功能及造型都有所不同，雖然記不住這些船的名字和功能，不過能一次欣賞這麼多種類的船，真的很開心，坐在船上，還能看到高雄著名的85大樓呢！

欣賞完高雄港，接下來我們到駁二特區啦！這是我超級期待的一個行程，之前因為常聽說這裡會舉辦很多各式各樣的展覽，因此很希望能來走走，沒想到竟然這次就有這個機會來造訪駁二特區，內心無限的愉悅心情表露無遺，喜悅全寫在臉上，我迫不及待的四處張望。但很可惜的是，這一整

天都下著雨，沒辦法一一欣賞每樣作品。不過，還是逛得很快樂，也拍下了許多照片，來為自己留下回憶。而參訪這裡，最讓我印象深刻的就是「小火車」，有專屬的鐵軌，還真的能夠讓人坐上去體驗，真的十分有趣！

和駁二特區道別後，再來，我們便享用晚餐準備休息去了。而這一天也先告一段落，等待明天的到來。但是，這一晚很不一樣，我和妹妹是住在寄宿家庭裡，度過非常特別的一晚。其實，我和妹妹既期待又緊張，因為這是我們第一次住在別人家，讓我們寄住的黃叔叔和陳阿姨真的都好親切好溫柔，隔天一早我們還一同聊天吃早餐，真的很歡樂，感覺好幸福！吃完早餐，叔叔阿姨





帶著我們前往凱旋捷運時，順便讓我們到愛河拍照留念，真的很感謝他們的照顧，讓我們有這麼特別的回憶！

第二天的到來，我們來到「維格餅家」參訪，還自己DIY做鳳梨酥呢！這間鳳梨酥觀光工廠，外觀就像是一座城堡，真的好夢幻！我立刻就被眼前的景象吸引住了。而外面和裡

頭放著許多可愛的公仔，非常的淘喜，拍下了好多張照片呢！最後，我們在城堡最頂樓享用美味的午餐，分享這兩天的心得，圓滿的結束這兩天一夜的遊學高雄活動。

很捨不得兩天的活動很快結束了！但令人開心的是，這次的行程全都是第一次參訪，感到很新鮮，吸收到好多知識

，也對高雄認識了不少。在這要謝謝台虹的幫助，以及普仁基金會，你們真的辛苦了！也要謝謝讓我們寄宿一晚的叔叔阿姨，還有這兩天在一旁帶著我們的宇婷、冠廷和莉恩姊姊，以及親愛的第二小隊們，謝謝你們的陪伴，讓我在這兩天充滿了快樂的回憶！期待有機會能再相見。

.....◆屏東縣慈惠醫護管理專科學校／穆佳沁

在這個兩天一夜的活動中，我又學到了很多，感謝普仁基金會以及台虹舉辦這個活動。

而我最深刻的就是駁二和高雄港參觀以及去寄宿家庭寄宿一晚。因為我自己本身很喜歡藝術類的東西，所以到了駁二難免興奮！在那裡充滿了藝術的氣息，不管是公共藝術或是建築和擺設，都有著不同的風貌！到那裡，我覺得每一個角落都是一種藝術的呈現，在那邊我最深刻的是「盪鞦韆」，那個盪鞦韆在巷子和巷子之間，而且超長的，真想上去盪一盪！

到了高雄港，我們去搭船，看到很多不同類型的船，最深刻的是海洋巡防總局的船，很高又很長，超級雄偉壯觀。坐在船上，風非常大，非常舒

服！邊聽著船上的導遊介紹，一邊去認識高雄的種種建築，覺得很不錯！

在寄宿家庭，因為是第一次去住別人家，真的很緊張又興奮！後來跟叔叔和阿姨有互動，一起聊天，一起吃東西。在聊天的過程中，發現了叔叔和阿姨是三鐵的選手，他們都很喜歡跑步、游泳和騎腳踏車，所以都會去參加各個地區的鐵人三項，而我和我姐姐也分享了我在學校的狀況，聊得很

開心！

在睡前，阿姨關心的問我們早餐想吃什麼呢！覺得超溫暖的，雖然我們是寄宿一晚的人，但他們把我們當自己的小孩來照顧，讓我們有家的感覺，覺得好幸福！

最後，感謝這兩天帶著我們活動的隊輔哥哥、姊姊，以及執行長和佩怡姊姊，還有台虹的各位，讓我學習到很多，謝謝你們！



高雄市議會裡面有許多幅的畫，平常在電視上看新聞，我知道高雄市議會有審議過許多的提案。這次有機會能到高雄市議會參觀，真的很難得！在市議會裡面觀看台虹兒少關懷協會的影片，影片中介紹到台虹是如何做到社會企業責任，台虹致力於環保議題和關懷兒童及青少年的議題，有很大的貢獻。

我們到高雄港坐船，在船上觀看高雄美景，看見85大樓，像眼睛的高雄展覽館，歷史悠久的海上皇宮，還有讓人嘆為觀止的軍艦。

駁二藝術園區是個很有文藝氣息的地方，有許多公共藝術品可以欣賞。其中像手又像動物的作品和變形金剛令我印象深刻，彩繪的牆壁則是畫的很真實，我還有看到小火車可以供遊客搭乘。可惜的是那天下雨，有很多的區域都沒開，之後有個盪鞦韆大家都跑去玩，有的人很用力得推組員盪鞦韆，把組員盪的超高。

晚上吃飯時和寄宿家庭的爸媽坐在一起，之後寄宿家庭的爸媽帶我們去大魯閣草衙道百貨公司，百貨公司裡面有賣鞋子的店，在進行買一送一的促銷，店裡擠滿了許多想買鞋



的客人，還有籃球場、棒球場。之後我們去麵包店買麵包當做明天早餐，走出百貨公司後看見旋轉木馬，還有五彩繽紛的噴水池。

隔天早上去澄清湖走走，澄清湖在太陽的照射下相當漂亮，走在湖邊的走道上呼吸著新鮮的空氣，還有走九曲橋之後看見鳳凰花綻放的很漂亮，沿著走道走聞到像肥皂的香味，寄宿家庭的爸爸說檸檬桉這種樹會散發出這種味道，這種樹脫皮後樹幹會變的白皙光滑。

第二天去維格觀光工廠參觀，門口有可愛的鳳梨酥吉祥物，360度球體劇場很特別，感覺像是在高空俯瞰高雄的景色。到了互動遊戲區，我們要揮動手臂打擊壞食安，之後洗完

手就可以製作自己的鳳梨酥，文創賣場有賣許多的產品，還有供小孩玩耍的遊樂場，之後到頂樓的餐廳去吃飯，頂樓佈置的很像拍婚紗的場景，進了餐廳裡面後，吃著自己盛裝的美味食物，沒想到拉上窗簾後地板閃閃發光，相當漂亮。

謝謝虹心兒少關懷協會、維格觀光工廠、高雄市議會的贊助，這幾天我玩的很开心，也交到了新朋友。平常很少有機會來高雄玩，謝謝普仁基金會給予我參加遊學高雄的機會，讓我對高雄有更深的認識。

我非常開心可以參加遊學高雄這個活動，這是我第二次參加普仁的活動，我這次還有遇到上次認識的人，也認識了很多新朋友。

因為有這次普仁基金會辦的活動，才讓我們這一次有參加此活動的同學，包括我自己，見識到許多不同的東西，因為上一次參加普仁的活動只有坐高鐵，不像這一次還有坐火車，可是也因為這樣讓我對坐高鐵更熟識，普仁辦這個遊學高雄的活動才讓我體會到坐火車是什麼感覺。

我們的第一站是高雄市議會，在這一個地方，我了解在高雄以外的地方議員都會吵架，可是唯獨高雄的議員們都很和諧。

第二站就是去高雄港，我們搭著超大的船，遊著高雄港，在搭乘中印象深刻的是，看

到高雄的85大樓，真是很宏偉的建築啊！

第三站是去高雄駁二藝術園區，在裡面看到了很多很多外面看不到的藝術品，各個都有它特別的地方。

第一天的行程非常的多姿，我們真的體驗豐富。晚上，我們還有去逛附近的夜市新崛江，這是我從沒有過的經驗，真的超開心。

第二天我們去維格觀光工廠，在那體驗了製作鳳梨酥，



◆嘉義縣立大埔國民中學／邱鈺婷
兩天一夜的活動也在此差不多要結束了，真的很難過。

我要謝謝普仁基金會讓我有這個機會能參加〈遊學高雄〉活動，如果沒有遊學高雄的活動，那我可能對高雄的印象只有85大樓而已，可是有了這次的活動才讓我對高雄的認識增加了許多，普仁的大哥哥、大姐姐也都對我們非常親切，謝謝大家的幫忙與付出，真的非常感謝大家！

◆臺南市立東山國民中學／鄭尹碩
首先很高興能參加這次普仁與台虹所舉辦的活動，當天早上坐上火車從新營出發，坐了一小時多，一進入高雄市，看見一棟一棟的高樓大廈，真的跟我故鄉「東山」相差很大！我才發現原來都市的未來感，下火車看到滿街的交通工具與行人，這時，我發覺我真的踏入了大都市。我們的第一站「高雄市議會」，在這裡讓我得到許多第一次，例如：第一次在市議會吃飯，第一次踏入議會大廳……等等，都令我感到相當新鮮，在這裡我也第一次真正的看見與認識普仁的所有事物。第二站我們到了駁二特區，吃了一顆42元的鳳梨酥，真的是堪稱世界第一，再來去坐了環遊高雄港的船，在船上我看到原來台灣也是很重要的國家，不管是造船、修船、漁業、外銷、進口……等，通通都在世界上是不可或缺的，這趟海上之旅讓我更加的認識高雄。下船後，自由時間遊駁二，在駁二裡有許多的公

共藝術與文創產品，這些又讓我知道，原來都市不只有高樓大廈而已，其實還有能夠放鬆心情、散步和曬太陽的地方，讓我拋棄以前對都市的刻板印象。再來大家到了國軍英雄館共度晚餐後，我便到了寄宿家庭，這家人非常和善，請我們吃飯，日用品都準備週到，非常謝謝他們，到了休息時間我與兩位學長討論升學，兩位學長以過來人身分引導我，對我幫助很大。早上起床，叔叔阿

姨幫我們準備了法式早餐，一邊吃一邊與我們講人生的故事、道理，我覺得很有意義，還送我們一人一個水晶，叔叔說：「這顆水晶是經過幾十億年才形成的，上面的裂痕告訴我們人不是十全十美的，你將它放在書桌上，每當遭遇挫折就摸一摸，看一看，想一想，人都會犯錯，要懂得放下，下次再努力。」這真的給我很大的啟示。

第二天的第一站，維格餅

家，DIY製作鳳梨酥，並且認識它，最後到頂樓用餐，個別分享心得，原本膽小的我，經過大家的鼓勵後，我上台了，這是我第一次這麼勇敢，在這次的活動裡我認識了朋友，認識了普仁、台虹、高雄，也訓練了我的自信心，我真的真的非常感謝所有一路幫助我的人，謝謝你們大家，讓我得到很愉快的週末，普仁謝謝您，我會努力的，最後我很感謝會長說的話，謝謝！

◆嘉義縣立大埔國民中學／陳吉緣

一開始普仁通知我們審核通過時，我的心情既期待又忐忑，怕跟不認識的其他人講不到話，尷尬或自己太害羞。

因為公車司機中途停了太久，以至於我們來不及搭上高鐵。打電話給普仁工作人員時心中說了上千次的對不起還有歉意，幸好她說沒關係，有人會等我們。

剛到高雄時我們是最晚到的，小隊的大家都不熟所以都很安靜，不過小隊輔積極地跟大家溝通講講笑話，讓大家自我介紹氣氛漸漸的好起來了，謝謝你們。

中午下遊覽車後在高雄市議會吃午餐，看到了議長讓我們都嚇到了，吃完午餐後，參



觀市議會裡面，第一次看到議會內部我一直東張西望的到處走來走去，聽說裡面平時不開放參觀但是讓我們參觀了。

之後坐船遊高雄港，很漂亮且很壯觀，看到好多大船和大樓，但美中不足的是下雨和海上漂流很多的垃圾，坐船時大家開始會聊天了我也很開心認識了很多朋友。

之後去了高雄駁二藝術園區，那裡真的充滿著濃濃的藝術氣息，很壯觀呢！看到好多藝術家用心做出的作品，真的美到想全部裝進相機，不過也只能都裝進腦袋回去慢慢的回憶了。

小隊輔哥哥人很好，我鞋底破了洞借我拖鞋穿，小隊輔們也用當朋友而不是你是小隊



員我是小隊輔的方式與我們相處，我很喜歡這點。

晚上去寄宿家庭時，阿姨跟叔叔人都很和藹，開車載我們去了許多高雄的知名景點〈說是當地人常去的〉在市立圖書館不僅可以看見85大樓還能眺望高雄市的夜景，高雄真的好漂亮，期間我和另外兩個一

起來的女生變成朋友，一起拍了好多照片，相處的也很好，晚上聊得很開心。

第二天大家一起DIY做了鳳梨酥。中午在維格吃了自助餐，之後大家一起分享心得準備做結尾，我心裡想著上台要講什麼！但太緊張怕上台會和上次一樣〈腦袋空白人呈現呆滯

狀〉但看到大家一個一個都勇敢地分享後我也鼓起了勇氣，最後，我還是講了，我怕不講會留下遺憾。要回去的時候大家都依依不捨的道別。

感謝普仁基金會與虹心集團給我們這樣的機會到高雄體驗平常體驗不到的事情。

..... ◆寄宿家庭／陳銘訓

回想當初決定要加入寄宿家庭志工時，心情其實是忐忑的。我不確定該如何幫助這些孩子們，也不知道該如何與國高中這個年紀的他們相處，尤其當我知道來的還是兩位即將自國中畢業的女孩時...而出乎我意料之外，原本用意是讓這些普仁的小朋友感受到家庭溫暖的活動，反而讓我從中獲得許多寶貴的經驗。

其實自從上了大學後，一個人在外面住慣了，也就不再像小時候會喜歡跟著爸媽一起逛百貨；而早餐也因為飲食習慣的不同，偏好自己到外頭去吃。沒想到因為帶著這兩位女孩，讓我們在用餐後久違地陪著爸媽一起去逛環球，一起吃冰淇淋，一起散步，一起在路邊吃著爸媽喜愛的古早味早餐；或許因為我們家只有我跟我哥兩個兒子，所以爸媽也很高興像多了兩個女兒似的，一路

上與她們聊個不停，從彼此工作志向的選擇聊到我外婆對子女們的愛，而在一旁聽著的我，好像也因此認識到了我所不知，關於爸媽的另一面。

還記得在遊學高雄第二天結束前的心得分享中，雖然我只上台簡短地說了幾句，但其實想對這些小朋友們說的話很多。經過這兩天的相處，無論是秩序或是談吐，我看見幾乎所有普仁的孩子們都有著超齡

的一面，而在最後的心得分享中，更透露出孩子們對於弱勢家庭的看法與對未來的憧憬。

很慶幸有機會能參與台虹科技與普仁基金會所共同舉辦的活動，讓我能夠貼近需要幫助的對象，盡自己所能地提供協助；更感謝這些孩子們，讓我從中懂得珍惜現在我們所擁有，看似平凡的一切。



沐浴在普仁陽光下的我們

◆育成小太陽／葉芳伶

從國二開始接受普仁的助學計畫一直到高中，只參加過一次普仁的活動，覺得自己很幸運有這個助學金能夠運用，每個月準時繳交領用紀錄表和讀書心得、每學期的服務時數紀錄，就這樣寫了五年。在即將升上大學時，我以為我跟普仁的緣分就這樣結束，但梅老師的一封email開啟了我跟普仁這個大家庭的情感連結。

接到老師的信之後，馬上填寫了育成計畫的申請書，很幸運的是我申請上了，然後到基金會跟所有育成計畫的夥伴見面，準備投入探索自我的旅程，或許是因為自己是學輔導諮商，所以對於生涯探索、自我覺察這些議題能夠非常投入。除了看到自己所學如何應用，也體會到這些覺察對自己帶來的改變。我非常感謝基金會給予我們這樣的機會，能夠從Neo以及各位夥伴身上學習，讓我更喜歡自己的所學，更堅信自己未來要走上助人這條路。

當時也參與了我人生中第二次的普仁營隊，很幸運的，順利帶完2013的夏令營，開啟了我的營隊人生，在普仁的2013、2014、2015年的夏令營從小隊輔到輔導員，學校的大專營從小隊輔到總召再到課程

組，這些營隊經驗豐富了我的大學生活，能將自己的所學運用在營隊當中，不是只有帶著學員玩遊戲而已，而是真的能夠貼近他們的內心，給予他們一些學習與感動。

有了這些經驗，除了讓我對普仁這個大家庭有更多情感連結以外，也非常感謝老師們願意給我機會學習，讓我成為團體課程的co-leader。讓我學習更多，也能夠將自己的所學發揮應用。在第二年、第三年的團體課程，讓我更加認識自己，也非常感謝喬老師很多時候信任我，願意放手讓我學習，同時也不吝嗇的指導我，真的覺得自己非常的幸運，遇到這麼好的機會，讓自己變成一個更有自信的人。

說到幸運，除了能夠進入普仁這個大家庭認識很多貴人長輩們和感情很好的夥伴們外，就是能夠遇到一個待我非常好的志工媽媽~寶炤阿姨。阿姨從一開始就非常照顧我，帶著我去看展覽、參觀景點，甚至還帶我回家跟著他們一起過中秋節。讓我非常感謝與感動，感謝她給我很多我從來沒有過的體驗，感動她把我當成自己的女兒一樣照顧，也讓我多了一群家人。

細數在普仁的日子，雖然



我好像待了很長一段時間，但真正有更多回憶與感受的卻是這四年，從大一的懵懂無知變成現在大四能夠侃侃而談經驗分享的學長姐。這些過程都是普仁給予的，也非常感謝普仁讓我有機會在這個大家庭成長，除了更加堅定自己的助人之路外，也非常開心能夠認識到許多貴人、長輩們，還有一群革命夥伴，能夠彼此關心、支持，就像家人一樣互相關照、互相幫忙，覺得自己很幸運。

到現在大四即將畢業，在普仁我也蛻變成一個更有自信的我，因為普仁給予我很多的機會學習還有空間發揮。除了感謝梅老師、志工媽媽們、助學人們、平時為了我們做很多事情的哥哥姊姊們，還有身邊這一群夥伴們。我相信在未來，我們這群小太陽也能夠成為普仁裡的大太陽，傳承普仁的精神，帶給更多小太陽們溫暖。



從普仁畢業，我驕傲

◆育成小太陽／簡三程

依稀記得國二的我剛剛經歷喪親之痛，在此同時我加入普仁這個家庭，我再次感受到家的溫暖。

還記得第一次見面時是在高雄海洋科技大學，那時的我第一次懵懵懂懂的參加這麼大型活動，就喜歡上基金會所辦的活動。也還記得那天有抽獎，獎品是可以到台北參加夏令營，當大家聽到時無比的興奮我也不例外，第一次可以到這麼遠的地方參加活動說什麼也想得到這個禮物，當然要從三、四百人中雀屏中選實在有難度，但我也因此不氣餒，反而是基金會所辦的活動我都積極參與，像是南區相見歡、走馬瀨、義大世界、遊學台北、夏令營、上海世博等等活動都有我的足跡。

從一開始助學計畫到現在育成計畫，我在基金會經歷許多事情，從學員一路到實習生，我有很多的學習及收穫，每次參與活動的營前訓都是我學習的機會。像是在101年夏令營時來自政大幫及馬幫的夥伴們帶給我最多收穫，看著他們一

下子就把小隊帶得很歡樂，學員們也很團結，我好崇拜這些夥伴，我在想他們是如何做到的。因此，我在學校中開始參加服務性質社團，希望我可以從中學習到一些帶領活動的技巧，也希望可以運用在基金會的活動中。

最特別的是每次團體課，當大家聚在一起時我就特別開心。畢竟在學校有著許多壓力，當每個月進行團體時我們聊著自己的近況，也知道同學們最近在學校的生活是多麼的精采，慢慢的團體課就像是我的休閒一樣，跟著大家東南西北的談天說地，我就已經滿足了。謝謝基金會給我這麼好的學習環境。

每年最大的活動就屬夏令營不可了。當我們小隊輔、輔導員在一起共同完成一件事情，回憶總是美好的，在我大二時的暑假我以為會是最後一次參與夏令營，我特別珍惜這次的活動。我在得知我可以在基金會實習之後很開心，我也很感謝基金會讓我有這個機會學習。在實習過程中很謝謝基金



會肯定我的能力，讓我能以助理老師的身分與佩怡帶隊前往北京參加夏令營。在整整兩個月的實習過程中也有許多的學習及收穫，讓我能開心的與同學們分享我在基金會所學習到的事情。

最後要感謝的是梅老師，在我遇到困難時總是可以向梅老師詢問我該如何處理比較好。也很謝謝老師對我的教導及教誨，讓我在大學生涯中專業科目外的學習及成長。

普仁~有你們真好

◆育成小太陽／顏芳君

回想起加入普仁的時候，是進入到高中時候，家裡經濟上遇到困難，藉由輔導室的老師告知，知道普仁這個單位，後來就與普仁結下這個善緣。

在參加普仁第一次的活動，記憶猶新是甄選去上海世博展。第一次踏出南部這塊土地，第一次去上海，看到不同人文景色，帶給當時年幼的我，心裡有不少的衝擊。才知道，哇~原來世界是那麼大，原來我還有很多的地方沒有見識過，平時透過上網去尋找資料或是剛好看到，當下是覺得，就普通。可是那時候第一次到上海，發現原來真正去走一回，才會有那樣子的感動。從上海回來後，我就想去看看我沒有看過的世界。因為家境的關係，所以我常常在幫忙家裡，認識普仁這個單位後，高中的老師詢問我們要不要去看看普仁所舉辦的活動。之後，我也願意去嘗試、認識不一樣的人。

透過普仁舉辦的夏令營、遊學台北等活動，在高中時候的我，發現喜歡與人群互動，喜歡協助或是幫助他人。所以大學我選擇去念玄奘社工系。還記得剛考上大學後，我向家人討論，我要讀大學這件事情

，我家人第一個不是問我，我考上哪裡？而是勸我說，還是先工作，存一點錢，有錢了再去讀書。當時自己心裡很難過，也不知道自己該怎麼辦才好。我記得那時候我也向基金會的老師講過家裡面，對經濟的擔憂。後來梅老師和潔芳阿姨有說到，基金會要辦育成計畫，很幸運，我是育成計畫的第一屆孩子。我說自己幸運是因為，我發現，我選擇讀大學、讀社工系，是一件對自己很有幫助的事情。透過學校老師的教導，學會了規劃活動，我也參加了系學會、社團、也當了幹部，也舉辦過活動。這些點點滴滴，從這些學習中我也看見自己的改變與成長。因為有普仁，我有了機會學習並成長與改變。

我很感謝普仁，在我成長的過程中，帶給我許多的機會學習，透過不同的營隊活動、自我探索課程、生涯規劃課程，我也看見我自己逐漸地被解構、重塑再被重新建構。透過參與團體過程中，我看見自己的狀態，知道我該怎麼樣去面對當下的問題，並且去解決自己的個人議題。在參與完團體課程後，我也發現，原來，我



自己對家庭這一塊，有自己的期待好奇，所以我自己決定要去唸研究所，很順利我考上我想要唸的兒家所。我相信我會帶著自己肯學肯做的心，進入新的環境、新的地方去學習成長。

其實我自己對於畢業和自己長大了這件事情，有些捨不得。心想，哇！我終於要畢業，也代表我要走向自己人生下一段的規劃旅程。但我確信，藉由普仁帶給我許多生命中的支持、鼓勵，我相信，我會有勇氣去面對自己的人生。謝謝，在我生命中，陪伴我、照顧我的普仁家人們，有你們真好。

追求夢想、築夢踏實

◆育成小太陽／卓仔凡

回想起來…當初老師說想幫我申請看看普仁的助學計畫時，我還是個懵懵懂懂的國中生，對未來充滿了想像與渴望。為什麼說是渴望呢？因為我從小身體狀況一直不是很好，母親更為了讓我們這些孩子能夠上課、溫飽，時常工作晚歸，而這段期間所發生的許多事恐怕是一般家庭難以想像的。在上國中後健康狀況漸漸穩定了，同時也希望能夠為家裡付出些什麼！對未來充滿了期望與各種想像，最大的目標就是有朝一日自己能夠有足夠的能力改變家中的困境，不求榮華富貴，只求能夠安穩、溫飽、健康，但…我卻無法確定自己想要的是不是真的適合自己，更沒有自信自己能夠做好。直到一次暑假參加了普仁的夏令營，看著身邊的每個人一步一步的努力、追求夢想、築夢踏實，讓我了解到追求夢想是件多麼美妙、多麼耀眼的事。短短的夏令營帶給我的是無止盡的動力與熱血、不滅的一顆心。每次參加普仁的活動，都讓我更加了解內心深處的自己，常常在碰到困難與挫折時，回想起普仁的種種，都會帶給我更多的勇氣繼續向前，也因為普仁讓原本失去方向與自我

的我，找回方向與最初的熱情！

還記得步入五專生活後，在老師的幫助下我加入了普仁的育成計畫。當時的我碰到的是讓我最痛苦的抉擇…因為在拼命工作的情況下，造成一些身體上的傷害，但礙於醫療費用與療程時間長，而一拖再拖…最後漸漸影響到生活，當時的我差點因為這樣放棄自己努力許久的夢想。而在一次的通話中，梅老師和我說了一段話深深的點醒了我，那句話讓我深深感受到普仁的溫暖也讓我看到了希望，直到現在我仍牢記在心，老師告訴我：「妳還年輕，還有很長的路要走，還有夢想要去完成，還有大好的前程、未來等著妳。現在妳有個資源可以幫助妳，難道妳還要讓這件事阻擋妳、放棄妳的夢想嗎？」在那之後，我想了又想，回想起一路上的種種、想起普仁帶給我的那份熱血，我發現我沒辦法放棄我的夢想！如果放棄了，我這輩子都會有遺憾…在普仁的幫助下，如今的我朝著夢想不斷邁進，經歷了許多也更加認識了自己，更有自信的去做許多事。

在求學的這段路程上，普仁帶给了我許多幫助，不論是



生活上或是心理上。說起來，普仁就像我們的另一個家，在這個家裡有許多不同的人、在不同的地方追求屬於自己的夢想。而普仁用它的光芒照亮了我們每一個人，也照亮了心裡一個又一個陰暗的角落，帶來了滿滿的愛、溫暖與勇氣。總在背後默默的支持我們、幫助我們，讓我們安心求學、放心地去追求我們的夢想。現在，我即將畢業了，想起普仁一路上的陪伴與幫助、想起普仁帶給我的每一個快樂、每一份回憶，心裡忍不住酸酸的、眼眶總含著淚水…千萬句的謝謝也不足以表達內心的感謝與激動，這份美好的記憶我將會永遠牢記在心，也會帶著這顆熱血的心繼續追求我的夢想、不斷的學習成長。在未來有能力時，也要加入志工行列，幫助更多需要幫助的人，將這份溫暖與愛傳承下去！

一克拉，不是鑽石而是價值！

美國德州一克拉基金會暨台虹參訪有感

◆花蓮縣立美崙國民中學／胡智翔老師

原來，音樂真的沒國界！

回憶起執教以來，隨著時空環境的遷變，扮演過許多個工作角色：從組長、導師、主任；再從專任老師、導師又回到主任的崗位。然而不論職務如何更迭，喜愛音樂的我，身邊總是有一群熱愛音樂的孩子相隨。而近些年，不論是從合唱團、管樂隊的團隊合作，抑或是在直笛比賽或國樂演繹的精彩演出中，總會和音樂結下不解之緣。或許是音樂的穿透力，讓我所與這群孩子、老師有了共同的生命故事。

過去三年，美崙國樂團的孩子因為有了基金會的計畫執行，在他們的成長歷程中共同

譜出了無數動人的生命樂章。每一年的贈牌訪視，我們承襲普仁與捐助人的價值引導，彼此不斷砥礪成長。不少智慧的話，猶言在耳…。

台虹孫達汶董事長以自身經驗與企業經營的理念，鼓勵孩子們不要放棄學習音樂，讓我至今印象深刻。王進財委員以「改變生命」書中，委內瑞拉以古典音樂運動救回邊緣少年說明音樂的影響無遠弗屆。基金會蘇聰明執行長則是希望孩子們能在生命的歷程將自己在社團中感受到的關懷種籽，將來回饋在身邊需要關懷的人身上。

2016，美崙國中引導計畫的第四年，一個不一樣的年。美國德州一克拉基金會願意陪孩子們體驗不一樣的生命經驗。

「一克拉」，鑽石？初聞一克拉基金會時，孩子們淘氣地問：「叔叔阿姨們是不是賣鑽石的啊？」心中這個疑問，隨著基金會的訪視時間屆近，越發激起了我和孩子們的好奇心啊！

隨後基金會陳景華理事便娓娓道來：「一克拉，不是鑽石，而是五個英文字母的縮寫：Education Changes Lives And Times。「ECLAT」一詞取自法



文，意即教育可以改變生命和時代，涵蓋了該基金會創立宗旨基金會的成立」。基金會是由一群來自台灣，現在美國工作的好友，秉持著回饋家鄉的心情，拿出經費，長期扶助偏鄉學生，希望台灣的孩子有機會走向國際舞台，勇敢追逐夢想。哇！（我也想跟孩子們一樣淘氣地驚天一呼啊）基金會取名意義深遠喔！

一個人的生命有限，但經驗的傳承與分享是無限的。謝謝詹益明秘書長與楊慧美理事期盼孩子們珍惜得來不易的捐助，分享教育改變生命與價值的經驗，還帶孩子們有機會到外國交流演出，拓展自己的視野。藉此，普仁基金會林飛宏董事長盼望孩子們多多充實自己的語文能力，讓自己有機會踏上不一樣的舞台。

嗯！心中「一克拉」的謎，解了！智慧，長了！引導計畫，再往前推進一步了！我常說：「孩子們何其幸福，幸福不在捐助的多寡；而是可以在貴人的生命經驗中為自己的夢想實踐加值。」這份來自美國的禮，無國界，有境界！



鹿草國中～學校訪視

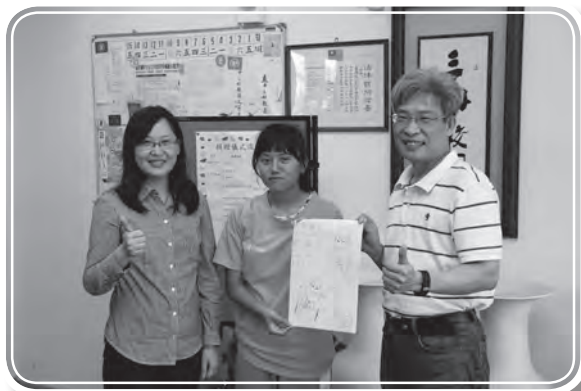
◆嘉義縣立鹿草國民中學／吳秀惠老師

當我得知要上台表達謝意時，一開始總覺得這是一件非常輕鬆的事，但等到自己在練習時才發覺，沒比我想像中簡單。一方面是因為緊張、另一方面是想表現得更好，這些原因都變成我的墊腳石。眼看時間慢慢逼近，腦中總浮現在練習時的失誤，完全沒有頭緒，心情也呈現出忐忑不安的表情，這時我傾聽心理頭內心的我，才發覺原因出之於自己給與太大的壓力了，所以我決定先放下這倒亂我原本充滿自信的自己，沉思了一會兒，冷靜對自己加油打氣。

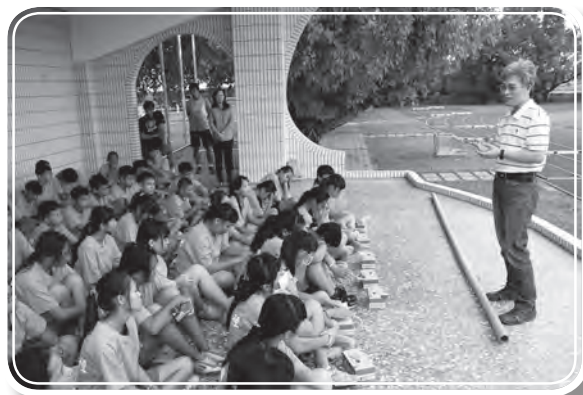
上台這一刻還是充滿緊張的心情，畢竟這是我有生以來第一次透過這種方式說出的話，終於輪到我了，深吸了一口氣對自己說：「放手一搏吧！加油！」一開始雖然講得很緊

張，但之後越講，才發覺原來把自己內心的感謝說出來是一件值得高興的事，雖然沒有表現得淋漓盡致，但我知道我有為自己努力過，也替自己留下一個美好的回憶。

當您對我們精神喊話時，我也更加的對自己在未來成為一名優秀的體育老師更加有信心，當然！更忘不了，長大了也要記得回饋給社會，請相信我肯定能成為一名優秀且充滿善心的女體育老師！又或許也能成為一名女畫家，嘻嘻～這些承諾我會永遠銘記在心，再一次的謝謝您對我們精神喊話，更謝謝您百忙之中抽空來關心我們，讓我們對自己更加自



信，讓我們對未來方向，充滿希望，在這短短的兩節課時間，真的對自己未來的打算，以及成為優秀的台灣之光，我相信我一定能發光發熱，而造就我的就是在我背後支持我，在我挫敗時拉住我一把的老師與主任，他們都曾經在我身後扶我一把，才能有現在這種充滿奮鬥的精神，更讓我有股衝動繼續向前邁進，勇往直前，在未來不管遇到任何事，我會用正面力量去克服的，最後還是只能說聲：「謝謝您」



還記得我嗎？我是那天上台演說的人喔！想到那一天真的是很想笑，原來我想得出來那些話，真的不敢相信欸。記得那一天要上台前超級緊張的啦！一開始真的覺得這又沒什麼，上臺說個一分鐘就結束，根本沒什麼大不了的，想不到要上台的那一刻全身都在發抖，真的怕一不小心就說錯話了，這樣在台上一定很尷尬呢！

可是當我真正站在台上演說時，發現原來沒有想像中那麼可怕啊！感覺自己可以放很開，我完全把那裡當成專屬於我的表演舞台了。在台上我一直一直講，就像是不願從那裡下來一樣，講了很多。最後要下台時，忽然心中有一段喜悅感慢慢的湧上來，特別得開心啊！不過我能這麼有自信的站在這裡，還是要感謝主任，與

一直陪伴我的田徑隊隊員們，要是沒有他們的支持，我可能也沒有勇氣站在這裡，真的很感謝他們。當然還是主任的功勞最多，謝謝他這麼信任我，願意給我這個機會。我們這個主任真的是人見人愛，他願意花比別人多的時間來照顧我們，還喜歡跟我們開玩笑。我是不知道還有沒有人比他好，反正在我眼裡他就是最棒的主任。

最後真的很感謝您們。要是沒有您們提供這次機會給我的學校，我們學校的資源說不定就沒有像現在一樣有這麼豐



富的資源可以使用，所以我們一定會珍惜這些資源。以後我們一定會更加努力讀書，讓家人、學校的各位老師，以及願意給我們機會的您們為我們感到開心。



夢想有多大，舞台就有多大

◆新北市立貢寮國民中學／徐筱鈞

貢寮，是一個世外桃源，學校被大自然環抱其中，有別於都市的紛亂與吵雜，這裡的生活步調相對舒適。由於地緣的關係，貢寮國中距離福隆海水浴場很近，每年的貢寮海洋音樂祭，是貢寮一年一次的盛大活動，生長在貢寮的孩子，無不希望自己能夠站在這舞台上展現自己，因此貢中熱愛音樂的孩子，懷抱這個夢想一直努力著。三年前，貢寮國中有幸得到普仁青年關懷基金會的幫助，成立了烏克麗麗社團，透過大瓏企業股份有限公司的捐贈，每位學生都配有一把烏克麗麗作為練習，另外也購買了許多音樂相關的設備，讓學校中每一位孩子都能發揮所能



在這裡，偏鄉孩子的生活環境或許不比都市孩子那般有隨手可得的學習資源，且大多家庭也無法給予孩子豐富的課外活動學習機會，因此我們盡可能透過扎實的學校教育來補足學生們外在條件的不足，透

過普仁基金會、大瓏企業的資助及幫忙，我們充實了學生在學校生活的每一項活動，從聘請老師、規劃課程、成果展演，一路走來我們都用心的經營，只想讓孩子透過活動展演看見更寬廣世界，學習到未來能夠帶著走的能力，實踐地處偏



遠不代表夢想遙遠。

5月18日普仁基金會安排大
瓏企業的郭富瑛女士到校訪視
，那天，普仁基金會蘇聰明執
行長及郭姐姐帶給孩子們的關
懷及鼓勵，讓在場的每一位都

感受到滿滿的愛，透過這項活
動再次教育孩子們要懂得知福
、惜福，未來當自己有能力
的時候也應該飲水思源，和這些
曾經幫助過你們的人一樣用行
動回饋社會。

教育是讓孩子懷抱著夢想
，給予他們更美好的明天，我
們是乘著夢想飛行的學校~~貢
寮國中。





用愛傳遞希望 陪伴你走一段 遭逢變故 急難捐助解燃眉之急

◆本會專員／馮瑜

緣起

普仁基金會自2005年成立以來，陸續推動了三大計畫—成立了助學計畫、引導計畫和育成計畫，扶助經濟弱勢的家庭，幫助學生求學及生活上的輔導。之後於2012年時任陳聰亨董事為紀念其夫人，本著於「普及仁愛」的善心，亦感於生命的無常；在推己及人的善心推動下，成立了急難捐助專款。表示每年將捐助30萬元，給基金會做急難捐助之用，以協助家庭度過困境。同時更發心落實公益委員親自訪視每一個家庭及定期召開公益委員會議，除了對每個申請家庭有更清楚的瞭解外，希望委員間可以相互關心及分享，以生命為首要、以人為本的生命關懷服務。

急難捐助雪中送炭 溫暖弱勢家庭學生

基金會扶助的學生家庭都是屬於經濟弱勢家庭，因收入有限，沒有積蓄，一旦遇到突如其來的天災、失業、重病、

死亡等急難時，便立即陷入困境。急難捐助就是即時性協同因應經濟上的困境，或幫他們轉介或連結其他資源。而急難捐助金的提供，能分擔他們在經濟與心理上的重擔。如何讓受助學生或其家庭能在最需要的時候得到適時的幫助及關懷，感受社會的溫暖，用正向的態度，陪伴他們渡過困境，同時也是普仁在推動三大計畫時思考的重點之一。

急難捐助大愛推廣受惠實績

急難捐助從2012年至2015年總計幫助69個家庭度過急難困境，捐助金額1,200,000元，今年至5月止已幫助13個家庭，捐助金額高達277,000元，是歷年同期幫助案家數量最多且捐助金額最高的一年。陳董事得知訊息後馬上引薦上圓聯合建築師事務所，一起關懷遭逢變故之經濟弱勢家庭。每月固定捐款給基金會做急難捐助之用，以累積更多的愛心，照顧更多的經濟弱勢家庭。看到陳監察人對案家的慈悲及關心，令人欽佩與學習，無私大愛精神

，一直深深感動著普仁人，同時也給秘書處最大的支持與後盾。我們只需要專心做好急難捐助的服務，且依據訪視內容提出嚴謹的救助計畫，並利用最新通訊軟體Line，將個案資料及求助計畫PO在公益委員會Line群組，呈給委員審核，更方便委員參與，大大提升審核效率，更能及時協助案家經濟上的困境，讓每一分錢都用在刀口上。對秘書處來說不必籌募捐助金，更是大大的感恩。很多社福團體執行計畫的經費都是由專案人負責籌募資金，加上後援會夥伴們無私的奉獻。所有的善款籌募，只有一個目的，希望社會充滿愛與感動，將更多的正向能量團聚在一起，讓善循環一直延續下去。

公益委員小組定期推動落實 急難捐助專案

公益委員們定期召開會議。除了瞭解個案困境、交流救助意見外，大夥們更是用心聆聽秘書處同仁報告個案狀況。委員們知道個案狀況後討論決議—為符合本辦法之精神及完



備急難捐助辦法，凡參與本會助學計畫、引導計畫、育成計畫之學生，若遇緊急狀況急需購買必要物品時，都能給予學生最即時的協助。本會急難捐助實施辦法，增列小額急難捐助，每單位1000元，最高五單位，由秘書處提出經主委核定就可支付，並提報公益委員會。邱白伶委員捐款小額急難捐助之經費專款專用。增加小額急難捐助可以更快給予本會扶助學生更多及時的幫助，也為讓案家能夠提早拿到捐助金。

急難捐助凝聚愛與希望

急難捐助個案是從各縣市學校提出申請，因資源有限，秘書處無法一一陪同委員訪視

個案。感謝公益委員及後援會夥伴在百忙中仍抽空訪視個案，親自到案家關懷個案及家屬，並利用自己的休息時間撰寫訪視報告，提供給秘書處更詳細的個案困境及案家狀況。家訪時更準備一份愛心包給案家，這也是邱白伶委員參加公益委員會後深深感受到普仁是一個無私付出的基金會，而發心捐助愛心包之經費，每個人的付出都代表著普仁的服務更有溫度，傳遞這份愛的溫度是需要大家一起共同來參與的。

把愛傳出去 生命關懷服務永不止息

面對這些遭逢變故的家庭，我們細聽著他們的生命故事

，用最真誠慈悲心去聆聽，就好像面對著自己的親人一樣，心疼與不捨他們經歷，抱持感恩的心，學習知足和珍惜身邊所擁有的一切。藉由他們的生命故事的，讓我們看到更多，看到了自己的幸運，看到了逆境中力爭上游的偉大，看到了愛與感恩的重要…。他們很努力地活出自己的生命，我們不是因為憐憫而落淚，而是因為「感動」而落淚。相信只要舉手之勞的一些善念，就可以有效的形成一股強大的「善的力量」，為世人造成正面的影響。

密室逃脫

◆普仁後援會臺中會友／劉耀勳

在力升和淑華夫婦的邀約下，有幸到他們兒子經營的“躲貓貓密室逃脫”體驗。關於這種活動，之前只在電視上看過，只覺得這種遊戲是年輕人在玩的，應該不適合我們這種中年人玩。我想大多數的中年人經過歲月的磨練，早已對生活鈍化了，不太喜歡去改變，導致對生活越來越不快樂。所以對於此次的活動是抱著既期待又忐忑不安的心情參與，真的是害怕過不了關。

當日共有十人參加，結合機械系、土木系、物理系、數學系等多個系所的好友及小朋友參賽，心想結合不同領域的好友，應可更容易逃脫。等實際進入密室裡面，發現和原先預想的不一樣，看到了文字說明，但卻不知哪一個才是我們要的線索，經過一段時間，大家的腦力激盪後，慢慢地找出線索，有時還需要靠小朋友幫忙，才能找出。真的是人一但上了年紀，有些想法會僵化，如果不再學習，是會慢慢退步的。在遊戲進行中，還是需要求救，經過一段時間才終於逃脫。

經由此次的參加，讓我深深地覺得，如果有機會還是要多參與些新的和年輕的活動。這樣才能活化自己的腦筋，也才能和年輕人多互動，更可增進親子間的溝通。停止玩樂，我們就容易變老，所以我們要繼續玩樂，讓人生持續年輕。



普仁後援會清境合歡活動心得分享

◆普仁後援會台北分會活動組長／簡文哲

每一次參加普仁的活動，結束時除了開心愉快之外，都會有許多感觸及感動，甚至於帶點不捨的心情，大家互道再見，下次再聚。五月28~29二天清境合歡之旅，內心的感受尤其澎湃，活動過程中充滿了知性、感性、生態、養生、親子..等等元素，活動不只好玩，更是收穫滿滿。最特別之處就是全程都能感受到普仁家園對我們的愛與關懷，包括阿亨的愛心早餐、劉爸&霞麗姐的精彩賓果、奕舟媽媽自製的桑葚麻糬、barry分享好吃的麻花捲、松達&宗泓前後會長團康帶動，...還有很多不勝枚舉，真是超級感謝與感恩！

我將過程中所見所聞印象深刻部分，摘要分享我個人心得如下：

35年好友相聚 友誼倍數增長

感謝後援會幾位領導者的用心，將北中南三地的夥伴聚在一起，大部份的夥伴過去有共同服務的經驗，惟過往長年各自打拼的年代，都僅止於偶爾聯繫聯繫。雖然久未見面，每一位似乎都很期待跟老朋友見面，握手寒暄話家常，話匣子一開欲罷不能，可見朋友在我們生命中佔了很重要的份量。好友不用多，身邊要有真正能聊天談心的朋友，互相關懷、支持。甚至，在人生崎嶇道路上，有能夠共同攜手度過的好友，是益加珍貴。

淑貞活動前就一直提到，好開心這次能見到許多久久未見的好朋友。當她看到蔡包、連柱、安安、淑芳、梅芬..等等老朋友時，那種興奮之情很難用筆墨形容。其實；每個人的人生際遇不盡相同，畢業、結婚、生子、事業、家庭，一

路走來三四十年，箇中酸甜苦辣如人飲水，冷暖自知，只有自己能體會。有時候想找個人安心輕鬆地聊聊紓解情懷，還真不是件容易的事。在普仁裡大家累積了長期的互信關係，檔次差不多，尤其容易談心。經過二天的相處，情誼很快就catch up上來，甚至於；未來有可能也會是生命中很重要的夥伴關係。

有些眷屬原本不屬於這個社團，因緣際會透過活動認識普仁，在普仁人熱心助人的特質引導下，彼此問候、關心、分享，也都多多少少結交到適合他〈她〉的朋友。這種機會及收穫非常寶貴，一舉數得。我這次就因緣際會跟四位長青組長輩〈加起來超過330歲〉有較多互動機會，那真是一個令人難忘的緣份，未來後援會會陸續舉辦地區性及跨地區的活





動，也歡迎也鼓勵老骨頭們攜家帶眷，歡喜來門陣，共同來結緣！

午間深度放鬆 身心充電滿滿

沿途在遊覽車上面，超級感恩前基金會董事長進財兄為我們帶領身體掃描靜心的活動。王董先鋪陳一段話，強調自我身心放鬆的重要性，接著，放CD請大家閉眼，跟著CD音樂及指令操作。我很快就進入夢鄉直到最後二分鐘，才跟著指令醒來，整個人覺得很放鬆。

原本不覺得特別，當大家反饋都能夠配合著音樂&指令做深沉休息。因此，音樂結束醒來時，每個人都覺得精神抖擻，似乎都經過森林間最乾淨空氣水的洗禮，眼睛亮了起來，不只變的放鬆，也更加喜悅。看起來，大家平常都太勞累，需要深度休息。這種方式接受度很高，第二天從合歡山下來，吃過午餐要到林業試驗所時，大家反而主動要求再重複進行一次。結果可能因為爬山太累，整車的人睡了一個多小時才醒來，真是神奇。未來，可以自己練習這種方法，在繁忙緊張的工商社會，學會放鬆。

紓壓是很重要的一門功課！

透過反思對話 生命多元自在

在王董帶領身體掃描靜心的活動之後，特別安排美霞姐來帶我們學習如何進行〈生活書寫與我〉。美霞姐以輕鬆詼諧的方式，透過接龍開場，同時找了最年輕的barry為例破冰；運用數字、片語、成語來回交叉讓大家暖場，動動腦筋。

緊接著，進入創意聯想。她手持釘書機、跳繩..等文具用品，請大家回想會聯想到甚麼？美霞姐還很用心事先準備了文章〈蔣勳的詩〉，請夥伴依序唸句子，並分享最有感覺的是哪一句話？會想到甚麼？同時，沿用句子裡面的結構如果…，我…〉請大家試著造句。明曉大哥的分享令人驚艷，他說：〈如果一朵花代表一份祝福〉，一般人可能會直覺接〈我要送你一個花圈〉，好像怪怪地，他建議改成〈我要送你一座花園〉，大家聽到後讚嘆不已，文字的魅力莫過於此。

美霞姐也請我們嘗試將生活資訊組合造句。例如：把早餐三明治、茶葉蛋、香蕉放在一起來造句。練習完造句，往

下讀一段故事，簡單描述穿著破舊衣服且年邁的婆婆，撿拾垃圾桶飲料罐及紙張情節，請夥伴分享讀後心得。耀賢、宗泓會長、劉爸陸續發言，同一篇故事、不同的人有不同的觀點與心得，社會的確很多元。

緊接著，她帶領大家念二段文章〈我 無法乖乖走路；生活書寫與我〉，〈都是由修女基金會志工撰寫有關寫作的文章〉。鼓勵大家也可以結交〈書寫〉這位摯友。最後，發給我們一篇由方隆彰所寫文章〈紀錄生活，書寫人生~活在自覺中〉。描述在現代科技化社會當中，我們擁有愈多社群網絡工具，每天忙著回訊息按讚的同時，卻發覺都將注意力聚焦在跟周遭網友對話，反而與自己愈來愈疏遠，內心雖感到不安與空虛，卻又不知如何跳脫這個框架循環。作者鼓勵大家〈每天可以給自己十五分鐘！〉，不管是每天哪個時段，只要一有空檔，隨手捻來將生活所見所聞，感受到的、感動的訊息寫下來。

為方便書寫，美霞姐發給每人一本行動手札〈愛的運動123〉，也教導大家以三個結構〈發生、發現、發展〉來呈現更能充分表達。第二天，素娥姐、馮淑珍、文哲、霞麗姐&劉爸都分享了前一天晚上所寫的心得，夥伴們在輕鬆氣氛下更

了解書寫的意義與效用。

我非常喜歡王董及美霞姐的帶領，享受其中，更敬佩二人學到老活到老的求知精神，不僅帶領技巧更加純熟，所擅發出來的迷人魅力，更是文哲學習的典範。我發現到在探討軟性議題時，親和力很重要，直接要求當然也可以，惟如果有適當暖場，學員比較容易進入狀況，效果才會好。同時，透過自我覺察來反思，定期將所見所聞書寫下來，不管是單純訊息整理，或是夾雜了內心的情緒感受，都能夠有效協助自己以更平靜的身心來面對環境的人事物。我要把這二天所學融入我的帶領架構中運用。同時，保持每周一次書寫來沉澱自己的觀察與心得。

人生到下半場 追求平衡人生

我周六傍晚發現左膝蓋肌腱發炎復發開始疼痛，晚餐後窩在房間休息，還是不舒服，整個晚上翻來覆去左腿不斷發出求救訊號，過了一夜情況差不多，貼上導遊給的藥膏，感覺好一點，惟為保險起見，決定不爬山待在山莊咖啡廳休息。我回想應該是前二天出差時有二天去跑步造成的，總之，身體已不如大學生當年，醫生常提醒我現階段只適合快走、瑜珈、游泳..等不傷害膝蓋的運動，我要維持好的運動習慣，



方能長長久久。

話說回來，因禍得福。我在咖啡廳剛好有充分時間跟四位同團的長輩相聚，奕舟的爸爸媽媽、盈學媽媽，及呂連枝岳母（淑麗姐媽媽），四位加起來已超過330歲。看到她們還神采奕奕地到處走動，看看紀念品、喝高山咖啡，盈學媽還買了羊咩咩的毛帽子來帶，可愛極了。奕舟爸媽跟我分享了全球做生意的心路歷程，巴西、墨西哥，一路走來，充分感受到台灣生意人的辛苦及風險，我真佩服四位長輩願意跟著普仁團隊出來踏青，認真玩又好配合，難能可貴。

沿途中從夥伴的分享，看到聽到大家畢業都已超過三十年以上，年紀五十歲以上。在人生的旅途上，部分人還在為事業打拼，有的正在為家庭關係頭疼；有的身體不聽話，提早跟病魔對抗；有的很認真過著精彩的退休生活。甚至轉型為社會企業鋪路，期望能為社會為地球盡一份心力。

人生到下半場，真的需要仔細思考追求平衡人生。整合型的成功人生包含事業、家庭

、健康、興趣、人際關係、學習、信仰…，其中缺一個都會讓我們面向無法正常發展，缺一都不健康，這是每一個人在不同階段都要學習的功課。

活動最後去參觀蓮華池林業試驗所養蜂生態，我覺得這樣的連結很好，養蜂老闆透過普仁可以將正確養蜂觀念推廣到社會各層面，相同地；普仁也因此結交到認同普仁理念的有心人，共同來為社會弱勢族群盡一份心力，發揮更大影響力。

普仁的前身是慈暉社。不管未來慈暉社的發展去留命運如何，我覺得普仁後援會把握每一次的聚會，邀約更多各屆社友回娘家。一方面看看老朋友，同時，又能透過普仁A+的平台出錢出力，做社會服務。如果，也同時能帶著家人來共襄盛舉，這股力量無遠弗屆，這是我們最直接可以做且很有效果的一件事。再次感謝主辦幹部群的用心規劃，我們下次再見！

普仁後援會105年度聯誼活動會友回響

◆蘇聰明

發生：

後援會兩天活動，圓滿平安完成。總共有七十多人參加，還有很多第一次參加的伙伴。美霞姐的心靈課程成長，一路笑聲不斷。

發現：

一次活動的舉辦到很多人

的付出！劍華會長的籌劃，阿亨的早餐，王董、劉爸、素娟、松達、宗弘、文哲的晚餐啤酒招待，美霞姐的心靈成長課程，蜂神老闆贊助普仁的心路歷程。還有其他人默默付出協助，昨天晚上到家很累，但是內心一直有一股很感動的能量。此生有緣認識大家真好。基

金會謝謝大家過去長期的後援，有你們秘書處感覺活動做得很踏實很安心。

發展：

期待我們這樣的活動，能持續的舉辦且越辦越好。學習後援會幹部有機會，出錢出力勇於付出。

◆石連柱

發生：

普仁大型活動初體驗。

發現：

1. 大家如三十年前一樣，熱情不變，愛心不變，“團結”

不變。

2. 兩天的活動，有歡愉的時刻，也有知性成長的時刻，至現在餘溫未盡。
3. 每一位夥伴們都是天使的化身，散發著光與溫暖。

發展：

1. 快樂的時光總是過的特別快，心中期待著下一次的活動趕快來臨。
2. 借此表達對所有夥伴們無盡的謝意。

◆林秀玲

1. 發生在30年後的重逢。
2. 發現歲月無情在大家臉上或多或少烙印了痕跡，但仍保赤子之心，關懷彼比。
3. 發展了普仁大家庭，關懷提攜迷途青少年，為這塊美麗土地培育新種子，新希望。



◆簡文哲

各位普仁夥伴，普仁後援會~清境合歡活動心得分享：文哲，今天終於把它完成。一方面投稿，同時，也不吝分享給

大家我看到的面向，內容無好壞，純粹是文哲的心得分享。

同時，也感謝美霞姐的帶領。我嘗試將發生、發現、發

展的概念融入到心得當中，拋磚引玉，也鼓勵大家書寫投稿。

◆許世豪

手持助走杖登上合歡山，雖然有些累贅，回家後我和玲朱完全沒有酸痛的感覺。真正了解它的好處。

◆梁美霞

看到文哲PO的文章，令我感動與佩服。文章中如實的呈現那天的活動內容及歷程。不但有畫面，又再次讓我經歷

了那兩天的歡樂與喜悅。文章分享除了三發之外還有真誠、覺察。看到文哲的用功及認真，二天的發生、發現、發展；

七十幾個年輕的心，純然的心，喜樂的心、智慧的心，相聚澎湃，發出慈輝之光，期待下次再相會！

◆吳雪馥

感謝文哲精闢分享，讓我這未克參與的老骨頭有如身入其境與大家共遊合歡二日。

◆林淑暖

謝謝文哲大哥迅速確實的把活動文章寫出來，讓大家又重溫兩天的發生、發現、發展！

◆李淑華

發生：

遊園當下
因被一隻豬的雕刻吸引
急忙奔去
沒注意腳下的階梯
踩了個空
於是跌倒扭傷了腳

發現：

腳痛到無法爬起
心想好不容易的兩天假期
要泡湯了
心情變得很不美麗

發展：

因腳傷

讓我深深感受到
健康的身體真的很重要
更讓我感動的是
普仁夥伴的愛
雖然腳很痛
心卻超溫暖的
感謝您們
有您們真好





財團法人普仁青年關懷基金會105年度第二季營運報告

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105年度第二季營運重點報告：

一、組織人事

目前全職員工 8 人，志工 251 人。

二、助學計畫

1. 本季新增配對學生有計34人、結案 14人，新增23位助學人參與助學。
2. 本計畫自96年9月至105年6月止，已與708所學校合作扶助 3,644名學生，其中已結案2,592人，目前已配對助學學生人數為 1,052人、待助學學生 127 人，共計有407位助學人參與扶助。

三、引導計畫

本計畫自97年3月至105年6月止，已贊助 35所學校、147案計畫，105年審核通過21校24案，贊助金額 4,144,470元。

四、育成計畫

本計畫自101年8月至105年6月止，共扶助64名學生，目前扶助人數為大專生37人、高中生15人，共計 52人。

五、急難捐助計畫

本計畫自105年1月起至105年6月止，申請13案，通過13案，共捐助金額292,675元。

六、財務收支

1. 105年累積指定餘：

- (1)助學計畫：103年餘絀56,000元，105年1-6月支出56,000元。
- (2)助學計畫：104年餘絀1,893,500元，105年1-6月支出1,386,500元。
- (3)助學預備金計畫：104年餘絀1,000,000元，105年1-6月支出1,000,000元。
- (4)育成計畫：104年餘絀1,582,000元，105年1-6月支出1,032,627元。
- (5)引導計畫：104年餘絀540,000元，105年1-6月支出540,000元。
- (6)公益計畫(裝修費)：104年餘絀680,000元，105年1-6月支出680,000元。

2. 105年1-06月總收入15,112,718元：

包括公益捐款1,547,342元、公益勸募捐款1,000元、專案捐款-助學8,264,900元、專案捐款-引導3,180,070元、專案捐款-助學預備金625,980元、專案捐款-助學活動費0元、專案捐款-育成1,043,544元、專案捐款-急難342,700元、利息收入37,184元、其他收入69,998元。

3. 105年1-06月總支出 13,568,459 元：

- (1)專案支出佔75.47% (共10,240,000元，包括助學計畫6,689,302元、育成計畫644,364元、引導計畫1,995,619元、急難捐助計畫292,675元、全人發展教育計畫618,022元、公益勸募支出18元)。
- (2)行政支出佔24.53% (共3,328,459元，為人事費及辦公業務費)。

七、105年工作方針

- (一) 深耕執行「大手拉小手-助學計畫」。
- (二) 推動執行「大手拉小手-育成計畫」。
- (三) 擴大執行「大手拉小手-引導計畫」。
- (四) 持續推動「全人發展教育計畫」。

八、105年重點工作目標如下：

- (一) 助學計畫受助學生人數國中生650人以上、高中生425人以上。
- (二) 開拓固定捐款人達500人以上。
- (三) 育成計畫受助學生達52人。
- (四) 繼續推動企業或個人一對一認養引導計畫。
- (五) 執行105年24案引導計畫。

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105年7月15日



105年度「1-6月收支」與「年度預算」比較一覽表

類別	項目	預算	1~6月決算	執行率(%)	說明
收入	經費總收入	\$37,147,000	\$15,112,718	41	1-6月達成率41%
	一、公益捐款收入	\$11,137,000	\$1,548,342	14	1-6月公益捐款收入佔1-6月總收入10.24%
	1.105年度-公益捐款	9,137,000	1,547,342	17	
	2.105年度-公益勸募捐款	0	1,000	0	
	3.106年度-公益(預收)捐款	2,000,000	0	0	預備次年度之準備金
	二、專案捐款收入	\$25,910,000	\$13,457,194	52	1-6月專案捐款收入佔1-6月總收入89.05%
	1.助學捐款收入	\$17,254,000	8,264,900	48	
	2.助學捐款收入-助學預備金	0	625,980	0	
	3.助學捐款收入-助學活動費收入	0	0	0	
	4.育成捐款收入	3,376,000	1,043,544	31	
	5.引導捐款收入	4,980,000	3,180,070	64	
	6.急難捐助收入	300,000	342,700	114	
	三、其他收入	\$100,000	\$107,182	107	1-6月其他收入佔1-6月總收入0.71%
1.利息收入	80,000	37,184	46	定存利息	
2.政府等機構申請補助	20,000	69,998	350		
支出	經費總支出	\$35,147,000	\$13,568,459	39	1-6月達成率39%
	一、行政費用支出	\$7,887,000	\$3,328,459	42	1-6月行政支出佔1-6月總支出24.53%
	1-1.人事費	5,583,400	2,326,162	42	
	2-1.辦公費	1,511,600	670,035	44	
	3-1.業務費	792,000	332,262	42	
	二、專案計畫支出	\$27,260,000	\$10,240,000	38	1-6月專案支出佔1-6月總支出75.47%
	1.大手拉小手-助學計畫	\$17,254,000	\$6,689,302	39	佔專案支出65.32%
	1-1大手拉小手-助學計畫/匯款/公文費	\$16,205,000	\$6,563,019	40	
	1-2規劃辦理遊學高雄.	138,090	48,172	35	
	1-3規劃辦理關懷訪視	42,510	0	0	
	1-4規劃辦理夏令營活動	675,400	0	0	
	1-5規劃辦理分區相見歡	0	0	0	
	1-6規劃辦理年度學生成長記錄報告	20,000	1,283	6	
	1-7規劃辦理節慶卡.學習心得表揚志工時數.	67,000	16,490	25	
	1-8大手拉小手-助學/業務費用支出	106,000	\$60,338	57	
	2.大手拉小手-育成計畫	\$3,376,000	\$644,364	19	佔專案支出 6.29%
	2-1大手拉小手-育成計畫每月扶助金	\$2,676,000	578,000	22	
	2-2學生面談.成長團體活動.聯誼活動.育成費用.	577,000	0	0	
	2-3志工導師團體督導活動.	23,000	0	0	
	2-4大手拉小手-育成/業務費用支出	100,000	26,334	26	
	2-5大手拉小手-育成/專案支出	0	40,030	0	
	3.大手拉小手-引導計畫	\$4,980,000	\$1,995,619	40	佔專案支出 19.49%
	3-1推動2017年30家補助計畫	15,000	\$0	0	
	3-2引導計畫申請.審查	15,000	3,460	23	
	3-3大手拉小手-引導計畫贊助經費	\$4,500,000	\$1,532,235	34	
	3-4辦理捐贈暨訪視引導計畫	120,000	76,482	64	
	3-5引導計畫學校交流分享座談會	250,000	0	0	
	3-6大手拉小手-引導/業務費用支出	80,000	47,602	60	
	3-7大手拉小手-引導/專案支出	0	335,840	0	
	4.大手拉小手-急難計畫	\$300,000	\$292,675	98	佔專案支出 2.86%
	4-1辦理急難捐助服務	\$300,000	292,675	98	
	5.全人發展教育系列	\$1,350,000	\$618,022	46	佔專案支出 6.04%
	5-1結合友會辦理公益活動	960,000	432,398	45	
	5-2結合社會資源機構宣傳活動	100,000	10,560	11	
	5-3專案補助少輔院助學金	180,000	90,180	50	
	5-4規劃辦理志工團講習及訓練活動	50,000	0	0	
	5-5後援會聯誼組織運作	50,000	23,483	47	
	5-6大手拉小手-全人/業務費用支出.會務發展	10,000	11,400	0	
	5-7裝修(建國南路)	0	50,001	0	
	6.105年公益勸募支出	0	18	0	佔專案支出 0.00%
	預收 指定捐款提存			\$2,629,500	
	三、指定捐款提存			2,264,500	助學捐款105年預收款
四、指定捐款提存			334,000	育成捐款105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	-\$1,054,241			

董事長：



監察人：



執行長：



製表：





105年4-6月捐款徵信名錄

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）7723-1288分機13馮小姐。

◎公益捐款：共51名，總計650,893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	捐款人	捐款金額
詮鼎科技(股)公司	300,000	周○正	6,000	張○欽	3,000	戴○蓮	1,500	陳○霖	900
BO1000156	90,000	游○達	6,000	李○曉	3,000	徐○貞	1,500	王○馨	900
賴小姐	40,000	薛○萱	6,000	周○麗	3,000	何○娟	1,500	張○瑋	600
謝○澍	30,000	吳○能	5,400	陳○學	3,000	鄭○淵	1,500	陳○蕙	60
陳○亨	30,000	林○暖	4,000	陳○舟	3,000	阮○憲	1,500	無名氏	50
許○仁	20,000	翁○信	3,600	聯邦商業銀行信用卡暨支付金融處	2,683	王○香	1,500		
BO2000065	15,000	王○安	3,000			徐○雀	1,500		
張○豪	10,000	余○芳	3,000	荷蘭小鬆餅	2,000	羅○忠	1,200		
劉○斌	9,000	黃○忠	3,000	宋○昌	1,800	楊○春	1,000		
偉台精密有限公司	7,000	李○伶	3,000	陳○材	1,800	何○如	1,000		
傑優文化事業股份有限公司	6,000	林○宏	3,000	黃○賢	1,800	王○如	1,000		
		賴○蒼	3,000	梅○珠	1,600	劉○勳	1,000		

◎指定捐款：「大手拉小手-助學計畫」：共375名，總計3,569,500元

捐款人	助學計畫捐款金額	助學預備金捐款金額	捐款人	助學計畫捐款金額	助學預備金捐款金額	捐款人	助學計畫捐款金額	助學預備金捐款金額	捐款人	助學計畫捐款金額	助學預備金捐款金額
財團法人台南市私立慈揚社會福利慈善事業基金會	480,000		陳○華	15,000		黃○德	9,000		邱○真	6,000	
			葉○姘	15,000		楊○坤	9,000		奧蘿菈生命教育基金會	6,000	
			關○美	15,000		盧○霖	9,000				
財團法人明水基金會	405,000	135,000	張○成	14,000		簡○妙	9,000		洪○蕓	6,000	
			B○2000065	12,900		李○梅	6,000	2,000	范○琪	6,000	
財團法人台灣閱讀文化基金會	189,000		吳○民	12,000		B○1070349	6,000		酒○行	6,000	
			吳○銘	12,000		B○1070400	6,000		張○忠	6,000	
			李○曉	12,000		于○華	6,000		易真有限公司	6,000	
B○1000157	87,000		峰益工具製刀廠	12,000		王○光	6,000		許○禎	6,000	
中勝投資股份有限公司	75,000		康○揚	12,000		王○羿	6,000		郭○君	6,000	
			陳○珍	12,000		王○祥	6,000		陳○宇	6,000	
凱勝投資股份有限公司	75,000		安成法律事務所	12,000		王○萍	6,000		陳○玲	6,000	
						台北市華泰獅子會	6,000		陳○真	6,000	
林○苓	70,000		鄭○蓉	12,000		台灣王氏港建經銷股份有限公司	6,000		陳○華	6,000	
洪○安	69,000							樹德企業股份有限公司	12,000		陳○興
百淳投資有限公司	60,000		簡○施	12,000		曲○燕	6,000		黃○俐	6,000	
何○雲	54,000		藍○仁	12,000		江○千	6,000		黃○宸	6,000	
史○霞	36,000		B○2080483	10,500		江○昌	6,000		葉○松	6,000	
黃○光	36,000		巫○成	10,000		何○蓉	6,000		廖○雀	6,000	
張○治	30,000		簡○珠	9,000	4,000	呂○安	6,000		張杰國際股份有限公司	6,000	
黃○裕	30,000		B○1101054	9,000		呂○玟	6,000				
蔡○村	30,000		B○2070006	9,000		巫○錚	6,000		趙○萍	6,000	
蔡○陵	30,000		B○2070403	9,000		李○文	6,000		劉○浩	6,000	
蔡○穎	30,000		B○2111454	9,000		李○和	6,000		蔡○女	6,000	
顏○滿	30,000		王○鶯	9,000		李○恭	6,000		蔡○秀	6,000	
劉○平	27,000		石○鵠	9,000		李○淑	6,000		蔡○雅	6,000	
賴○珍	18,000	6,000	江○誼	9,000		李○萍	6,000		鄭○玉	6,000	
劉○全	18,000		吳○隆	9,000		車○吉	6,000		蕭○木	6,000	
詹○枝	18,000		林○佑	9,000		周○柏	6,000		賴○女	6,000	
張○釵	15,000	5,000	徐○冠	9,000		林○苓	6,000		賴○蒼	6,000	
何○	15,000		郭○香	9,000		林○堯	6,000		鍾○珍	6,000	
林○	15,000		陳○群	9,000		林○勳	6,000		聶○汁	6,000	
張○鳳	15,000		游○安	9,000		林○興	6,000		蜂神有機養蜂場	5,000	8,300
陳○涼	15,000								廖○燕	5,000	



捐款人	助學計畫 捐款金額	助學預備金 捐款金額	捐款人	助學計畫 捐款金額	助學預備金 捐款金額	捐款人	助學計畫 捐款金額	助學預備金 捐款金額	捐款人	助學計畫 捐款金額	助學預備金 捐款金額
許○卉	4,500		林○樺	3,000		游○達	3,000		呂○燕	2,000	
陳○玲	4,500		光明國際企業 有限公司	3,000		馮○琴	3,000		林○玲	2,000	
陸○凡	4,500				黃○仁	3,000		張○玲	2,000		
黃○耀	4,500		林○靜	3,000		黃○玲	3,000		張○富	2,000	
廖○安	4,500		邱○亮	3,000		黃○娟	3,000		陳○仁	2,000	
蕭○玲	4,500		邱○飛	3,000		黃○展	3,000		陳○莉	2,000	
林○立	4,000	1,000	邱○梅	3,000		黃○海	3,000		劉○銘	2,000	
邱○泉	4,000		柯○朱	3,000		黃○程	3,000		劉○慧	2,000	
區○怡	4,000		柯○君	3,000		黃○瑜	3,000		郭○俊	1,800	
羅洋國際開發 有限公司	4,000		洪○行	3,000		黃○賢	3,000		B○1070399	1,500	
			胡○銘	3,000		楊○春	3,000		B○1090670	1,500	
黃○如	3,000	3,000	范○廣	3,000		楊○苑	3,000		吳○振	1,500	
黃○美	3,000	3,000	孫○娟	3,000		楊○祥	3,000		呂○直	1,500	
千川養生館	3,000		徐○青	3,000		楊○惠	3,000		林○昌	1,500	
王○婷	3,000		徐○柔	3,000		楊○憲	3,000		林○珍	1,500	
王○葶	3,000		徐○榮	3,000		楊○澤	3,000		林○貞	1,500	
古○元	3,000		涂○銘	3,000		楊○鵬	3,000		林○婷	1,500	
台北市華泰獅 子會	3,000		秦○如	3,000		溫○健	3,000		林○瑛	1,500	
台北市華泰獅 子會	3,000		富和豪興業有 限公司	3,000		萬○葉	3,000		翁○易	1,500	
					高○穎	3,000		詹○儒	3,000		張○偉
台北市華泰獅 子會	3,000		高○翹	3,000		廖○美	3,000		許○心	1,500	
台北市華泰獅 子會	3,000		張○升	3,000		廖○旗	3,000		陳○臻	1,500	
			張○玲	3,000		熊○明	3,000		曾○鈞	1,500	
台北市華泰獅 子會	3,000		張○婷	3,000		劉○怡	3,000		黃○玲	1,500	
			張○憲	3,000		劉○真	3,000		黃○虹	1,500	
朱○宏	3,000		張○麗	3,000		劉○祥	3,000		廖○材	1,500	
江○榮	3,000		曹○萍	3,000		劉○華	3,000		鄭○玟	1,500	
吳○君	3,000		莊○如	3,000		劉○潔	3,000		謝○明	1,500	
吳○珍	3,000		莊○如	3,000		蔡○君	3,000		張○元	1,000	500
吳○惠	3,000		莊○玲	3,000		蔡○庭	3,000		鑽鋒工業有限 公司	1,000	
吳○甄	3,000		許○昇	3,000		蔡○瑞	3,000				張○萍
吳○銘	3,000		許○倫	3,000		蔡○滿	3,000		黃○傑	1,000	
呂○枝	3,000		許○耀	3,000		鄧○宏	3,000		楊○芳	1,000	
呂○卿	3,000		郭○季	3,000		鄧○霞	3,000		榮華企業社	1,000	
呂○慧	3,000		郭○華	3,000		鄭○仁	3,000				林○強
李○文	3,000		陳○仁	3,000		鄭○文	3,000		力祥國際開發 有限公司	600	
李○成	3,000		陳○光	3,000		鄭○宏	3,000				何○松
李○欣	3,000		陳○利	3,000		鄭○玲	3,000		郭○瑰	600	
李○珊	3,000		陳○芬	3,000		盧○慧	3,000		阮小姐	300	
李○娥	3,000		陳○芬	3,000		賴○州	3,000		胡○	20,500	
李○恩	3,000		陳○亮	3,000		賴○鳳	3,000		廉○成	10,000	
李○恭	3,000		陳○珊	3,000		賴○霖	3,000		江○彥	8,000	
先銳投資股份 有限公司	3,000		陳○芩	3,000		賴○蕾	3,000		孟○麗珠	6,000	
			陳○英	3,000		戴○慧	3,000		蘇○明	6,000	
車○	3,000		陳○真	3,000		鍾○芳	3,000		胡○嫻	5,000	
周○呈	3,000		陳○惠	3,000		簡○芬	3,000		何○寧	5,000	
育林有限公司	3,000		宜芳食品有限 公司	3,000		簡○哲	3,000		姜○慧	5,000	
					林○民	3,000		藍○瑩	3,000		尚○翰
林○汝	3,000		陳○榮	3,000		章嘉企業有限 公司	3,000		陳○祥	3,000	
林○宏	3,000		陳○榮	3,000				蘇○明	3,000		紀○竹
林○宏	3,000		陳○豪	3,000		蘇○盛	3,000		潛能講堂	3,000	
林○怡	3,000		豐功電機有限 公司	3,000		蘇○燕	3,000		王○華	3,000	
林○貞	3,000				陳○儒	3,000		饒○瓊	3,000		吳○毅
林○偉	3,000		陳○靜	3,000		白○傳	2,000	1,000	陳○蕙	1,800	
林○梅	3,000		陳○靜	3,000		林○薇	2,000	1,000	陳○娟	1,500	
林○熙	3,000		彭○惠	3,000		劉○君	2,000	1,000	李○雯	1,500	
林○維	3,000		普仁-同仁	3,000		吳○玉	2,000		吳○齊	1,500	
林○緯	3,000		曾○民	3,000		吳○庭	2,000				



捐款人	助學計畫 捐款金額	助學預備金 捐款金額	捐款人	助學計畫 捐款金額	助學預備金 捐款金額	捐款人	助學計畫 捐款金額	助學預備金 捐款金額	捐款人	助學計畫 捐款金額	助學預備金 捐款金額
釋○音		1,500	林○華		1,500	許○心		900	黃○鈴		500
胡○潔		1,500	黃○廷		1,000	顏○香		600	黃○業		500
呂○華		1,500	連○民		1,000	邱○芾		600	慧○師父		300
劉○萍		1,500	黃○照		1,000	蔡○華		600	常○師父		300
釋○証		1,500	黃○品		1,000	徐○華		600			
鄭○詠		1,500	陳○恕		1,000	蔡○丞		600			
吳○宏		1,500	鄭○忠		1,000	蔡○翰		600			
吳○怡		1,500	劉○彰		1,000	洪○中		600			

◎指定捐款：「大手拉小手-引導計畫」：共4名，總計766,050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
蕭○雄	307,340	劉○斌	184,200	陳○傳	174,510	陳○怡	100,000

◎指定捐款：「育成計畫」：共32名，總計 364,404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
柯○安	90,000	陳○臣	9,000	陳○昱	1,500	傅○蘋	600
陳○輝	48,000	寶平股份有限公司	6,516	林○道	1,500	吳○仁	600
劉○蘭	48,000	B○2141778	6,000	魏○傑	1,500	陳○勛	600
劉○斌	31,888	周○正	6,000	陳○輝	1,500	鄭○義	600
饒○偉	24,000	薛○萱	6,000	邱○達	1,500	范○琴	600
朱○芳	21,000	陳○華	6,000	陳○珊	1,000		
洪○仁	15,000	鄧○雯	3,000	王○純	1,000		
周○麗	15,000	陳○光	1,500	吳○瑄	900		
謝○澍	11,700	劉○芝	1,500	徐○芳	900		

◎指定捐款：「急難捐助」：共5名，總計 36,700元

捐款人	捐款金額	捐款人	捐款金額	捐款人	捐款金額
上圓聯合建築師事務所	30,000	吳○峯	2,000	鄭○真	500
江○瑩	3,000	石○菱	1,200		

◎愛心發票箱收入：共4,874張,總計中獎金額6,396元

發票月份	設置地	張數	中獎金額	平均每張
105/01-06	新竹禾園茶館	77	200	2.60元
	新竹台積電	498	0	0.00元
	竹風高峰會社區	29	0	0.00元
	新唐科技	356	400	1.12元
	普仁會所	2,559	5,796	2.26元



4月~6月足跡與紀實

105.04.01

雲林縣立飛沙國民中學訪視暨捐贈



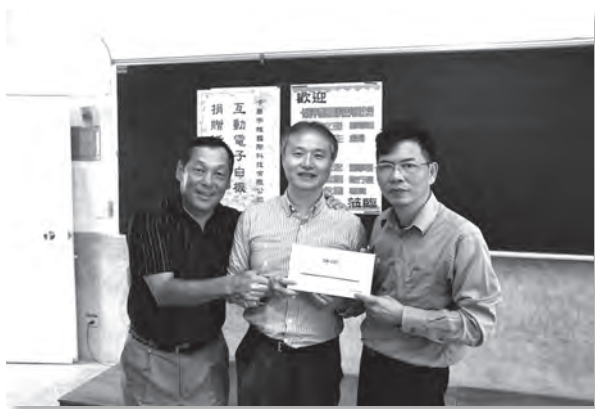
105.04.08

花蓮縣立美崙國民中學訪視暨捐贈



105.04.12

卡爾宇惟國際科技有限公司捐贈可攜式超音波互動
電子白板~芳苑國中



105.04.15

公益委員會會議



105.04.23

廣達週年慶園遊會



105.05.07

普仁後援會高雄分會柴山登山健行活動





105.05.16

嘉義縣立鹿草國民中學訪視暨捐贈活動



105.05.18

新北市立貢寮國民中學訪視暨捐贈活動



105.05.21-22

與高雄台虹公司合辦遊學高雄



105.05.28-29

普仁後援會年度聯誼活動



105.06.08

嘉義縣立大埔國民中學訪視暨捐贈



105.06.11

育成小太陽東莞夏令營行前說明會





普仁家園活動預告

(105.07~105.09)

課程訊息

○ 樂自心中來—愛樂專班（臺北班）

時間：7/5，每週二PM7:00~9:00
地點：台北市中正區衡陽路36號9樓之11
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：7/8，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：林大衛老師
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

○ 助學計畫「2016夏令營」

時間：7/13~7/16(週三~週六)
地點：聲寶淡水訓練中心
內容：透過雙方近距離之互動與對話，達到多元學習、認識自我及增加自信心，並訓練群體合作協調能力及培養基礎領袖人才。

○ 本會後援會臺中分會聯誼活動

時間：8月14日
地點：忘憂森林、銀杏森森
內容：一日遊
備註：歡迎後援會及志工踴躍參與

○ 育成計畫~東莞台商夏令營活動帶領

時間：7/14-8/25
地點：中國東莞
內容：擔任外商公司辦理的夏令營活動小隊輔，帶領台商子女參加活動。

○ 本會後援會臺北分會聯誼活動

時間：8/27-28(週六~週日)
地點：雲林
內容：二日遊
備註：歡迎後援會及志工踴躍參與

○ 育成計畫~一克拉基金會北京夏令營

時間：7/27-8/4
地點：中國北京
內容：與美國一克拉基金會合作，到北京與青海、四川學生一起參加夏令營活動。

○ 普仁後援會台中分會[公益文化講座]

時間：9月24日晚上7點
地點：人文傳習書院 文沛講堂
內容：蔡仁厚榮譽教授《論語》人文講會
備註：歡迎後援會及志工踴躍參與

○ 育成計畫~小太陽團體課程

時間：8/28-8/29(週日~週一)
內容：大一團體課程
地點：本會會議室



財團法人普仁青年關懷基金會

銀行/郵局匯款、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 引導捐款 急難捐款

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：_____ - _____ - _____ - _____

J C B 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：_____

陸、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)2325-9088 方式擲回本會。

4. 聯絡電話：(02) 7723-1288 分機 13；聯絡地址：臺北市 106 大安區建國南路一段 299 號 3 樓

5. e-mail: care@you-care.org.tw；聯絡人：馮瑜 小姐



98-04-43-04 郵政劃撥儲金存款單										◎寄款人請注意背面說明 ◎本收據由電腦印錄請勿填寫									
收款帳號	19581898							金額 新台幣 (小寫)	億	仟萬	佰萬	拾萬	萬	仟	佰	拾	元	郵政劃撥儲金存款收據	
通訊欄 (限與本次存款有關事項)			收款戶名	財團法人普仁青年關懷基金會															
			寄款人 <input type="checkbox"/> 他人存款 <input type="checkbox"/> 本戶存款																
			姓名											主管：					
			地	□ □ □ - □ □															
			址																
			電話											經辦局收款戳					
			虛線內備供機器印錄用請勿填寫													電腦紀錄			
																經辦局收款戳			

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

引導計畫~訪視參訪集錦



花蓮縣立美崙國民中學



雲林縣立飛沙國民中學



新北市立貢寮國民中學



嘉義縣立鹿草國民中學



財團
法人

普仁青年關懷基金會

Youth CARE Foundation

普仁相信有自信才有快樂，
不論是讓別人或自己，快樂就是最大的好事。

地址：台北市106大安區建國南路一段299號3樓

電話：(02)7723-1288

傳真：(02)2325-9088

電子信箱：care@you-care.org.tw

官方網站：www.you-care.org.tw



普仁基金會-財團法人普仁青年關懷基金會



購物結帳前告訴店員「我要捐發票」
愛心碼17270（一起愛青年）」