

台北郵局許可證  
台北字第 2838 號  
• 無法投遞時請退回！  
如欲取消刊物寄送  
請來電或來信告知

# 善牧



誌

2023 MAR.  
153



一起許願，一起實現  
練習重拾生命主導權

魔獸霍華德化身為聖誕老公公送愛到善牧

收養家庭分享：與孩子一起進行生命之旅

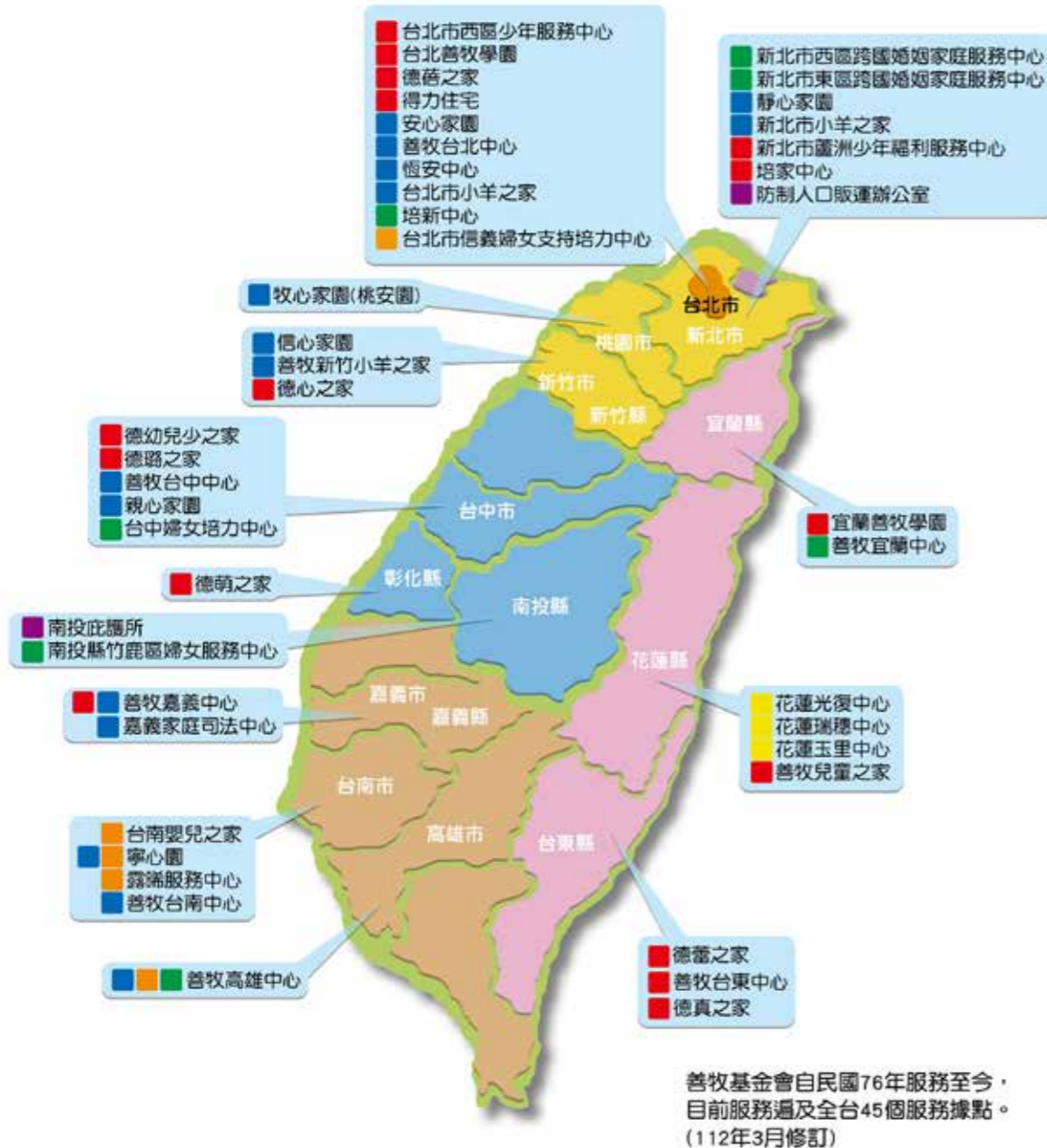
我的復原力：活著，就有希望

姊妹上菜：緬式咖哩蝦



### 善牧基金會服務項目：

- 兒童少年服務 ■ 婦幼保護服務 ■ 單親及收出養服務 ■ 新住民及婦女家庭服務
- 原住民家庭服務 ■ 防制人口販運服務



## 一個人的價值高於全世界

尋找失落、看顧弱小、慈愛正義、永不放棄

「我是善牧，我認識我的羊，我的羊也認識我，我為我的羊捨命。」  
(若 10:14. 16)

『善牧』代表的是以同感悲憫之心 (COMPASSION) 尋找失落、看顧弱小、慈愛正義、永不放棄的精神和行動。就如耶穌基督一樣，我們將去尋找迷途的羊，像善牧般地照顧他們，並領他們回到羊棧之中，幫助這些小羊找回身上的「復原力」 (resilience)。

民國 76 年，在國外婦女庇護工作已有 300 多年經驗的善牧修女會，受邀來台協助不幸少女，並在服務中發現需要，開展出環環相扣的服務。30 多年來，善牧長期關注婦女兒少的議題，致力服務人群中的弱勢邊緣者，如受暴婦幼、不幸少女、棄虐兒、目睹家庭暴力兒少、高危機青少年、中輟生、年輕爸媽、未婚小媽媽、單親家庭、新住民、原住民家庭及人口販運被害人，全台服務據點 45 處，為台灣婦幼保護工作的先驅。

## 3/ 執行長筆記

愛，成為最堅強後盾

## 4/ 國際視窗

西雅圖公立學校提告 5 大社群網站危害兒少身心  
美國會成立奶爸連線 力推育嬰假、幼兒減稅  
智能家居設備成為家暴者新幫兇

## 6/ 善牧新鮮事

新二代煮家鄉菜 與學生創造共融多元環境  
新竹小羊家庭日 帶親子走進田間享受農家樂

## 8/ 封面故事

一起許願，一起實現 練習重拾生命主導權

## 10/ 專題報導

與孩子一起進行生命之旅

## 13/ 我的復原力

活著 就有希望

## 16/ 愛的故事

要等我回來喔！

## 18/ 工作線上

那一夜 我和山林共眠

## 20/ 姊妹上菜

緬式咖哩蝦

## 24/ 感謝有您

## 26/ 活動集錦

## 愛，成為最堅強後盾

新的一年，您是否有發現善牧誌有些微的不同呢？是否在越來越多的電子書平台有發現善牧的蹤影呢？近年發現，民眾的使用習慣逐漸趨向閱讀電子訊息，加上不希望看完刊物後會製造垃圾，造成地球負擔，為符合民眾閱讀與環保的趨勢，從去年開始我們加強開拓電子書通路，讓更多捐款人可以在不同通路中看見善牧。



在內文部分，我們將家園(中心)例行性活動全面改由善牧官方粉絲頁做曝光，想獲得家園(中心)消息的民眾只要加入粉絲專頁，就能一手掌握最新訊息，不會遺漏。如此一來，家園(中心)活動分享不但不會受到紙本頁面限制，在線上即可看到更多精采的活動照片、故事，也可以降低印刷製程對環境所造成的衝擊影響。讓我們一起從透過線上閱讀、減少紙本浪費的小動作，留給孩子們更好的生活環境。

除了留下一個適合孩子居住的地球，我們相信每個孩子都需要有專屬的家，有自己的父母，好好抱抱他、呵護他長大，因為愛，沒有血緣關係的一家人也能透過收養，成為一家人。接納孩子本身，與孩子的生命互相碰撞，這一期季刊收錄兩篇充滿愛的故事，一則是善牧提供收養父母相關課程與收養後支持活動，共同與家長耐心陪著孩子一起面對身世議題；另一則，是善牧陪著出養孩童，找到回家的路，將他們的小手，安穩地交到新爸媽手上，走往人生下個歷程，都溫暖地與您分享。

看到這些孩子，因為善牧的服務，有了不一樣的人生，感到非常欣慰，也從孩子身上得到了持續服務的力量。經濟的衰退，影響各行各業，善牧也不例外，偌大的服務，感謝一直以來支持我們的善心企業、民眾與志工，同時，也需要更多使命夥伴的加入，讓我們一起把愛接力下去。

執行長 **湯靜蓮** 修女

發行 財團法人天主教善牧社會福利基金會  
發行日期 2023 年 3 月  
發行人 歐晉德  
總編輯 湯靜蓮  
主編 鄭雅婷、胡家韻  
編輯 鄭雅婷、巫孟佳、胡家韻、吳孟嬪、洪詩琪、張美鳳、陳翰德  
設計 鄧淑方  
印刷 皇輝彩藝印刷事業有限公司

本期會訊線上閱讀、下載方式，請至善牧基金會官網首頁，點選「宣導資料／季刊下載 153 期季刊」。

為響應環保，捐款芳名錄與季刊刊載於善牧基金會官網，若需紙本之芳名錄或取消季刊寄送，請來電告知 (02) 2381-5402。



善牧誌下載

## 西雅圖公立學校提告 5 大社群網站 危害兒少身心

根據美國《路透社》的報導，美國華盛頓州最具規模、由 97 所學校組成的「西雅圖公立學校學區」於 1 月初，針對多家社群網路服務公司包括 TikTok（抖音）、Snapchat，臉書、Instagram 母公司 Meta，以及擁有 YouTube 的跨國科技公司 Google 提起訴訟，稱這些公司須對危害兒少的身心健康負責。



訴狀書的內容表示，諸多兒童及少年在使用社群平台後，出現焦慮、抑鬱、飲食失調、遭受網路霸凌等狀況，同時也造成學校的教職人員，在教育學生方面變得窒礙難行。

訴狀中稱，被告成功地利用青少年易受影響的心智，讓全國數千萬學生陷入過度使用、濫用社群媒體平台的「正反饋循環」（positive feedback loops）中。「更糟的是，被告策劃和直接提供給青少年的內容往往是有害且具剝削性。」

不過，身為 Facebook 和 Instagram 母公司的 Meta 回應表示，他們已為使用其服務的青少年和家庭實施一系列工具和安全措施。Google 也回應表示，公司已投入巨資在平台上為兒童創造安全體驗，並導入強大的保護和專用功能及考慮青少年的權益，而 Snap 表示，他們與許多心理健康組織密切合作，提供應用程式和資源來保障用戶。

雖然這次西雅圖學校訴求的主要是社群媒體對心理健康的影響，但由於隱私和安全問題，學區和其他公共機構開始禁止在裝置上使用 TikTok。

## 美國會成立奶爸連線 力推育嬰假、幼兒減稅



民主黨籍聯邦眾議員葛梅茲 (Jimmy Gomez)、金安迪 (Andy Kim) 和高德曼 (Dan Goldman) 三位奶爸，聯合眾院媽媽成員特萊布 (Rashida Tlaib)，成立奶爸黨團 (Congressional Dads Caucus)，用以推動育嬰假、幼兒減稅等各項家庭福利立法工作。比起眾議院的「媽媽連線」(Moms Caucus) 雖然整整晚了 4 年，但「奶爸連線」的成立，將性別平權再往前推進一步。

隨著社會對性別角色與養育子女態度的轉變，不少父母選擇請育嬰假在家工作，而全職家庭主婦的人數也在增加中。美國 2019 年通過法案，給予聯邦公務員 12 週帶薪育嬰假，不過，許多企業卻仍未提供新手爸媽育嬰假，即使有，時間也極短或不支薪。

葛梅茲表示：「成立奶爸黨團是基於一種單純的想法，期許身為奶爸的自己在推動相關政策時，盡一份心力。家庭政策將改變全國許多帶薪家庭的生活，希望今後有更多成員加入，全力促進帶薪家庭的立法工作。」奶爸黨團在連線成立記者會上同時宣示將提出各項協助美國工薪家庭法案，包括擴大兒童稅負扣除額、增加負擔得起的兒童保育與醫療保健，及帶薪育嬰假等。

## 智能家居設備成為家暴者新幫凶

根據加拿大通訊社報導，現今能透過數據相連的手機、智能家具、車輛，正成為加拿大家暴者的幫兇，他們透過這些工具騷擾家暴的倖存者並監視他們。無獨有偶，《紐約時報》同樣也發現，由智慧家居等科技帶來的新型家庭暴力，正困擾著那些家庭暴力受害者和相關的救援人員，越來越多人因為「智慧家居失控」而打電話來求助。

美國家庭暴力熱線的接線員表示，這一年接到越來越多的案例是由施虐者通過智慧家居設備和系統來遠程監控和控制，比如溫度控制器突然被調高到近 40 度，智慧音箱突然播放響震天的音樂，這些女性感到自己正失去對家裡的控制權，後來她們意識到自己遭到了家暴。



受智慧家居虐待的受害者大多為女性，很大一部分原因在於不少女性對於這些智慧家居的使用並不熟悉，這些科技產品的安裝和控制往往都是由男性來完成。比如矽谷一位女醫生就表示，家裡的溫度、燈光、音樂等都是由她的工程師丈夫來控制，儘管不堪其擾，但她卻不太會操作這些智慧家居，也不知道怎麼從系統裡刪除丈夫的帳號。

對於這些女性而言，這種家暴形式最可怕的地方在於，即便伴侶不在家中，也不知道虐待會在什麼時候以什麼方式出現，而掌握智慧家居控制權的一方可以清楚知道她們在家中的一舉一動。

更令人沮喪的是，針對使用智慧家居實施家暴的相關法規還基本空白，律師們還在討論如何在禁制令中加入智慧家居等科技產品，因為控制溫度燈光等行為本身可能並不違法。

## 新二代煮家鄉菜與學生共享 傳承經驗創造共融多元環境

文 / 善牧高雄中心



共融不是理念，是一種生活態度，善牧基金會承接高雄市鳳山新住民家庭服務中心主動出擊進入校園，由來自越南的講師范玉雲與新二代小琳，兩人以親身經歷及實作，分享新住民在台灣生活的差異及所面臨的困境。

出生在台灣的小琳，因母親工作之故自幼就將她交由越南的外公外婆照顧，國中時因考量外公外婆高齡，才回到台灣生活。完全聽不懂中文的小琳，連如何分辨科目的課本都是件挑戰，更遑論艱澀又繁重的國中課業，在屢屢感到氣餒挫折下，幸好有善牧社工的

鼓勵陪伴及友善的校園環境和師生，讓小琳逐漸地適應且融入新的生活。

小琳為了想要引起同學興趣，事前詢問同學飲食喜好，與社工討論活動細節、開菜單、製作家鄉菜——越南春捲，並與媽媽合力調製魚露醬，邀請同學來品嚐。講師透過最簡單的飲食習慣及情境設計，讓同學角色互換；小琳也分享到自己初來到時，對於台灣飲食和生活上差異很不習慣，以及如何藉由同學的友善縮短適應的時間。當講師詢問同學如果是自己到國外求學的感受時，同學描述過程中，可以想像到隻身在異鄉焦慮、害怕及擔心的情緒，且已經開始想怎麼傳遞友善開放的態度，去幫助國外來的同學。

原本學生們對於如何和異國同學相處有些疑慮，藉由這次活動，小琳勇於分享，不再覺得孤單及特殊，可以自信展現母親的母國文化，同學也接納及傳遞尊重學習，彼此間都多一份視角去看待所謂的差異，創造友善共融的多元環境。



## 新竹小羊家庭日 帶親子走進田間享受農家樂

文 / 北區宣導企劃部專員 胡家韻

日前善牧新竹小羊之家舉辦親子遊，期待透過服務中的目睹兒少和家人們一起出遊，建立彼此更多愉快正向的經驗，同時也希望在活動互動中，以「家庭帶家庭」的方式，彼此間分享、交流親職心得。有別於以往的是，這次家庭日與「荒野新竹特導團」合作，帶著孩子和家長們一起回歸大自然的懷抱，來到偏鄉古厝邊，學習認識野菜和種子，並在田邊廣場前圍爐享受手作麵疙瘩，這一天，孩子及家人和社工們共同度過了一個純樸難忘的田間時光。



活動中，荒野新竹特導團帶著大家認識生活中常見的植物種子，「種子的奧秘就是生命的奧秘，生命歷程的奇妙帶給每顆種子長成不同的未來。」導覽員這樣形容，從外型、顏色到氣味都別有洞天。在導覽員的介紹下，大小朋友們都睜大眼睛，好奇的發問及興奮地探索。接著上場的還有種子套圈圈、植物變魔術等精彩橋段，親子們共同沈浸在大自然的奇妙中，彼此間的距離更近了。

農田旁有個小圳，清澈的溪水匯成一條小河，於是導覽員帶著大家到田邊感受流水的

沁涼，同時體驗在生活中常聽到的俚語：「摸蛤仔兼洗褲。」有些家長擔心孩子感冒著涼，不放心讓孩子玩水；但孩子也想像其他小孩般在溪中玩水、摸蛤仔，這看以無解的親子互動中，在善牧社工的細心安排下，讓親子各自有空間，導引彼此從建立規則來達到狀態平衡，當時有一對親子，後來是孩子願意把褲管再捲高，避免被溪水打溼，而家長也願意讓孩子適當的玩水，彼此不因為「擔心」而讓相處陷入僵局。



而家長們也在彼此熟絡後，交流生活日常點滴，學習在不同狀態下的情緒排解方式，讓有著

不同處境，但心中被生活節奏填滿的家長們，內心能如「定錨」，安定下來。這天愉快的親子時光，幾乎都是就地取材，帶著大家探索身邊精彩有趣的人事物，回到田野間，大家身心靈都受到暢快的洗禮，「不必昂貴的花費，親子間的快樂垂手可得。」新竹小羊之家主任李淑沛這樣形容。

## 一起許願，一起實現 練習重拾生命主導權

文 / 北區宣導企劃部專員 洪詩琪

民國 81 年，善牧成立全台第一間家暴婦幼庇護所——安心家園，提供受暴婦幼安心喘息、身心復原的空間。許多受暴婦幼剛開始聽到庇護所時，常常會有疑問：「庇護所是什麼？是不是很恐怖，像監獄一樣的地方？」當入住之後，發現和之前的想像不太一樣，其實，就是一般住家模樣，不但是受暴者的避風港，也提供法律、就業諮詢及心理諮商等各種服務。同時，家園會依循婦女需求，舉辦培力課程，像是健康、就業、財務等多元主題，提供正向觀點與規劃。



### 提供多元課程 為能力、情緒加值

安心家園社工林晶滢表示，受暴婦女長期於處於權力不平衡的狀態中，缺乏經濟支配權力。因此，家園從自我財務使用習慣為優先，透過金錢習慣檢測，讓婦女瞭解現階段的金錢行為與財務狀況，並進一步討論到金錢管理、職涯規劃、求職準備、帶婦女做職涯探索：像是餐廳服務員、婚禮禮品手作師、月子餐廚師等等，透過不同職業性質，找出適合自己的就業方向。

從服務經驗也發現，許多婦女在情緒上較為內斂，不會主動分享自己感受，身體內像壓力鍋般承受各種來自孩子、親密關係、生活的壓力，在過程裡常常感到混亂。為了舒緩婦女壓力，家園引進呼吸舒壓課程，希望能藉由呼吸頻率調節身心靈，讓她們釋放出沉積過久的壓力，「有的婦女壓力來了呼吸會比較急促、失眠或是身體發癢，讓她們了解現在所處的壓力狀態，對身體會有什麼樣的影響，在生活中能多看顧自己一點。」林晶滢說。



### 「女力心世界」找回我有我是我能

「以前我明明可以，為什麼我現在不行？」安心家園社工王麗萍轉述受暴婦女的心境。王麗萍進一步說明，長期的受暴經驗讓他們自信心低落、充滿挫敗感並缺乏自我價值的肯定，難以往前走，然而，當她們可以有「選擇」的時候反而

感到陌生而退縮。善牧一直以「復原力」為服務基礎，相信激發個人原有的復原力，給予培力與支持，終究能開出美麗花朵。111 年安心家園進行「女力心世界」活動，引導婦女透過靜態 DIY 創作與三場的動態一日遊，找回「我有」的能力，發現「我是」的特質，展現「我能」的付出，並從中獲得友伴支持與活動策畫能力。



特別的是，在每個出遊活動前的籌備會，讓已經離園的婦女、在園的婦女與家園工作夥伴進行選擇與討論，「一起許願」，讓這些意見成為是重要的，而且是會被重視採納，這能重新充權婦女的內外自信，複製這樣一起實現的家庭旅行模式，對未來的家庭生活也會有新圖像。從討論中，婦女們自然形成支持團體，有更多接觸及訊息交流。

### 用體驗學習 勇敢主導生命

三場一日遊活動，有兩場促進親子關係的親子遊，以及一場限定婦女參與的 SUP 立槳體驗，婦女透過家園活動暫緩現在紛擾的心情、舒緩壓力。「SUP 立槳體驗學習要克服害怕站上衝浪板是很不容易的，就像在面對真實人生，處理保護令、離婚等議題，要像立槳一樣勇敢站上去，即便跌到水裡還是能勇敢站起來。」林晶滢說。

遭受到婚姻暴力後，就像來到人生十字路口，左轉隱忍、右轉復合還是直行離開，每一個決定牽涉到：社會眼光、與夫家官司纏訟、親情羈絆、經濟限制等等許多現實考量，不斷拉扯受暴婦女的心。林晶滢希望將活動體驗帶回到婦女的生命故事，「從剛開始害怕求助、沒有自信，到後面可以一步步堅定地說出想法與決定，會發現自己原來有這個能力，原來可以這麼勇敢。面臨抉擇的時候，都要接受現在的狀態，怎麼樣決定都沒有關係，生命要由自己主導。」



## 與孩子一起進行生命之旅 《同步刊載在民報》

文 / 南區宣導企劃部主任 鄭雅婷

因為愛，原是沒有血緣關係的人成為了一家人。收養，不僅是接納了孩子本身，也與他一起共同面對他的身份。生命與生命的碰撞，每個人、每個家庭都不同，善牧期望能從不同收養家庭交流與經驗，分享、幫助還不知道如何做身世告知，或是想了解收養和剛進入收養的新手爸媽們。

善牧台南嬰兒之家收養人玥玥說：「我也曾經想像過，如果孩子長大後要求回去原生家庭生活，我會很難過。」後來她發現，這個「擔心」只是自己心中想像的「假議題」，只要親子關係夠好，這個狀況就不會發生。孩子一定會好奇想知道原生家庭，但這個好奇是不會影響她們的關係；如果親子關係不好，即便是親生，也會不要自己的父母。

對孩子來說，被出養/被收養是件事實，「但我們不希望這件事，變成是他生命中的陰影。」玥玥的先生凱文補充：「即便我沒有辦法為她解答所有的身世之謎，但我希望孩子知道她是被愛的，她可以隨時跟我討論想法與感受，即便身世這個議題並不容易，但至少她能自在地面對它。」



### 身世告知不是收養的門檻

住在北部的玥玥，10年前從美國回到台灣，在善牧收養了寶貝女兒婷婷，她說：「我有兩個女兒，老大是我生的，我不太喜歡說『親』生，雖然老二不是我生的，但也是我們的『親』（註：如同己出）。」

生下老大後，玥玥一直想要有第2個孩子，卻一直無法懷孕。當時在美國的她，從其他收養人的分享中讓她理解到，「只要能夠跳出自己的框架，用寬廣的態度來看待做父母這件事，其實想要做父母，什麼樣的方式都可以做。」

心中種下收養的想法後，玥玥與凱文討論過許多狀況，她說：「像身世告知這些我們都有討論，對我們來說，它不是個收養的門檻需要跨過去。」她分享，在收養過程中，身世告知絕對不是最困難的。問起最困難的是什麼，玥玥笑著說：「情緒管理！像是我因孩子不聽話而生氣等等，相較下身世告知簡直是『a piece of cake』！」

### 建立與孩子的對話與關係

「老二從小我們用他懂的話開始說，像是婷婷不是媽媽的肚子生出來的，是從媽媽的心生出來的，這些在善牧上課時，機構都會教我們。」原以為身世告知是為婷婷準備的，他們卻從大婷婷4歲的姊姊身上，意識到身世告知的重要性。



「姊姊大概是5歲時，突然有一天問我說：『為什麼要接婷婷回家？』」玥玥解釋，孩子問的方式沒有負面的意思，純粹只是出於好奇。「我也不知道她聽不聽得懂，我跟她解釋後，她滿意地離開，再也沒有問過這個問題。」

玥玥有個習慣，兩個女兒從小的資料她都會留下來，放在她們各自的檔案夾內，「像是來善牧的車票、醫院看診的單子、善牧留給婷婷的小本子等等。」玥玥笑著說，這些資料都是很公開的，婷婷隨時都能在檔案中看到她的資料。

玥玥一家不會特別避諱收養家庭的身份，然而隨著孩子漸漸長大，有次在認識很久的牙醫面前，玥玥談話間自然地說出婷婷是他們收養的寶貝，「當時她大概7、8歲，回家後她告訴我她不喜歡，因為她沒有準備好。」從那一個時間點開始，玥玥明白，收養這件事不能依大人的意思來說，而要依孩子的想法。

孩子的想法常常在轉變，今年婷婷升上五年級，玥玥聽到她主動跟她很喜歡的班導師說自己的身世，「我很意外她主動告訴導師，這位老師很好，回應的方式很溫暖，讓孩子有正向的經驗；但後來又聽到她在課後社團裡也說，對跳舞的老師也說。」做媽媽的不免擔心，玥玥提醒孩子，不一定要把私人的事情完全地告訴所有信任的人，「她有權利決定是否要說，但也要摸清楚說話的底線。」

## 我們一起陪伴孩子面對身世

對自己的根源感到好奇，每個人都一樣，但並不是每次都能找到答案。凱文分享，去年婷婷問起更多生父母的資訊，問她是如何被收養的，甚至想知道法院收養程序是如何進行，「她問了許多我無法回答的問題，我也很老實地告訴她我所知道的一切。」儘管過程中無法為孩子解答，但孩子知道，她隨時能開放地去問這些事。



玥玥與凱文一家經常參與善牧舉辦的課程與回娘家活動，「機構提供的課程與收養後支持，也幫助我們許多。」今年他們參加製作生命之書的活動，為孩子準備一本生命之書，「我們讓婷婷從她的檔案夾中，挑選想放進書中的素材，在做的過程中，她發現缺少生父的照片，開始對生父充滿好奇。」

這個活動不只是做書，還有在製作過程中父母與孩子的對話，了解孩子的想法，讓他們感受到父母的接納、陪伴與珍愛。面對婷婷對生父的疑問，玥玥告訴她說：「我們可以來問 Claire 阿姨（善牧社工），請她幫忙找找看有沒有生父的消息。」

善牧一直是收養家庭的堅強後盾，協助收養人與孩子一起面對身世的種種問題，或許這塊生命的拼圖需要花很多年才能拼上，相信這一路上給予的愛與陪伴，能減少生命中許多遺憾。



## 活著 就有希望

文 / 南區宣導企劃部專員 吳孟嬪

秀琴，2 個孩子的媽，2 年前，因為小孩施暴，來到了善牧。剛到家園時，心理的創傷，讓她對生命絕望，一度動都不能動，只想著輕生。後來，在社工的要求下，每天她必須繞著餐桌走兩圈，這才漸漸恢復了活動力。「我不想像毛毛蟲一樣，癱軟在家園裡，仰賴他人協助，自己卻什麼也不做。」秀琴說不想成為旁人的負擔，因此，她奮力站起。重生後的她，想跟有著類似遭遇的人說：「要勇敢，別給自己太大的壓力，盡我所能的生活，無需跟他人比拚，只要自己一天比一天好，就好！」

秀琴說，善牧是她的第二個家，雖然無法長住，但她時常回來，就坐在路旁，遙望著家園，想像裡面的人正在做些什麼，排解思念之情。而這次訪談，雖然心裡很緊張，擔心表現不如預期，卻又很期待，因為終於可以「回娘家」，和大家見面。

## 逃出一生撐起的家

我是藉口出門買東西，偷跑出來的，所以除了幾件貼身衣物，甚麼也沒帶。來到善牧，第一天晚餐餐桌上，看到很多人，心想她們來到家園，至少還能帶著一只行李箱，我卻連來這裡的車錢，都是跟社工借的，心就好痛！「我不懂，和孩子為何會搞到今日的劍拔弩張，自己含辛茹苦帶大的兩個孩子怎會威脅要我命？為什麼我會這樣的狼狽不堪？」當時，寂靜的夜裡，面對家園的聖母像，我曾無聲地詢問：「妳能伸手拉我一把嗎？」



天生長短腳，加上個頭嬌小，打小我就自卑。婚後，先生對我很好，於是依賴他，成了習慣。不料，好景不常，一雙兒女分別就讀小學和幼兒園時，一場意外，奪走了我的摯愛。先生走後，為了養活自己和 2 個幼兒，我兼了 2 份工，每天早上 7 點上工，下午 4 點收工，晚上再去兼差，洗樓梯、洗碗、賣雞蛋糕...，我不放棄任何一個工作機會，拼命賺錢。

然而，就像一雙筷子，少了一根，再也無法獨力支撐，丈夫和疼愛我的大哥相繼離世，擊垮了我。當時，我根本無法自悲痛中走出來，更遑論照顧小孩。因為缺乏自信，我沒能給孩子良好的教養，甚至常用情緒來帶他們，雖然一路咬牙，終究是將 2 人拉拔大了，親子關係



卻也因此長年處於緊繃狀態。後來，出於對孩子的愧疚，縱使 2 人已成年，卻仍窩在家中，怎麼也不外出工作，甚至過著茶來伸手、飯來張口的生活，但當他們伸手要錢時，我並未拒絕，未曾想，這竟讓 2 人成了名符其實的啃老族，甚至在外欠了一屁股債。

為了錢，我們的關係降到冰點，從一開始口出惡言：「妳怎麼可能沒錢，騙肖ㄟ！」或質問我：「為何當初要把他生下來，夾娃娃（指人工流產）夾掉就好啦！」後來，乾脆用偷的；最後，甚至開始各種恐嚇、威脅開瓦斯同歸於盡；拿刀架在我的脖子上，要我把錢交出來；一路將我拖行到大樓頂樓說：「若是不給錢，就把我推下去，讓我死！」曾經，警察勸說，讓我快點離家，我也曾短暫搬離，然而，終究因為放心不下 2 個孩子，再次返家。只是，這樣長期的折磨，睡不好、吃不好，我的神智也開始出現了問題。我還記得，那是來到家園的半年後吧，有一次看到孩子來電，當下的我，渾身顫抖，心中無限恐慌……



### 在家園開啟重生之路

從未想過，只是平凡的家常菜，也能如此美味，來到家園後，我的第一餐，舌尖上跳動的美妙滋味讓人至今都無法忘懷。沒了孩子的干擾，來到家園的我，終於可以安心躺下睡個好覺，當下，對我而言，善牧家園簡直就是五星級飯店！

家園的生活讓人很安心，但我的內心卻很糾結。一方面對於孩子們恐嚇取財的行為餘悸猶存，心痛難擋；害怕他們找到我，再次開啟暴力迴圈；另一方面，卻也擔心 2 人是否吃飽、穿暖，希望有機會協助他們學習自立。這樣的矛盾，每天不斷在心裡拉扯，讓我一度只想逃，當時，我封閉自己，每天吃完飯就把自己關進房間，也曾想著離開這個有孩子的地方，出國工作，壓根忘了自己根本語言不通。

後來，身旁不時有人問我，「吃飽了沒？會不會冷？」園長（家園主任的暱稱）也說：「要適時休息喔！不要像橡皮筋一樣一直處於緊繃的狀態，這樣未來一旦放鬆，很容易就斷裂。」常常有人給我加油打氣，跟我說「莫急、莫慌、莫害怕」，鼓勵我學習讓自己長出翅膀，這些溫暖的言語，一點一滴淌入了我的心。我開始注意身旁的人事物，而後發現，在我周遭許多婦女也是一個人生活，何以她們能活得精彩，而我不行？甚至，有些處境比我更糟的人，都挺過來了，我有什麼好怕的，天無絕人之路，「只要活著，就有希望！」

### 因社工的愛有力量前行

來到家園後，為了結束社會住宅的租約，我必須回家，清理物品，將房子返還政府。當時，

趁著孩子不在，我偷偷返家，只是一進門，看到滿屋子垃圾，過往的記憶如潮水般湧來，心亂了，整個人也開始恍神，聽到外頭腳步聲，以為孩子回來了，似乎是反射動作，咚咚咚的我已跑下樓，還好，阿蘋一直陪著我，是她，安撫了我，陪我收拾滿屋子髒亂，也收拾滿心的慌亂。那天，好不容易將所有物品清理乾淨，深深的吁了口氣後，和阿蘋共享，那碗慶祝重生的豆花，好甜！

阿蘋，善牧的社工，一個總是不苟言笑，笑起來卻無敵漂亮的女人，感謝天主讓我認識她，一路走來，是她，始終陪伴在側，支持著我，她總是安慰我，「孩子受傷了不全是你的錯，你也受傷了」她說，「這些都過去了，現在把自己照顧好最重要。」她是朋友，一個被深深刻畫在心底的朋友。

還記得第一次找工作，阿蘋陪著我前去面試，到了約定地點，她正與主考官寒暄，我卻拔腿就跑，當時腦筋一片空白，心裡砰砰跳，全身抖個不停，內心小劇場是，「對方會不會嫌棄我的腿疾？他們應該會因為有更好的人選可供選擇，直接拒絕我吧……」因為擔心被拒絕，所以，我逃了！又一次的，阿蘋把我拉了回來，接續後面的面談，這才讓我如願的收到了錄取通知。重新打起精神後，我開始拼命工作賺錢，當下只有一個念頭，那就是，「老娘跟你拚了！」所以，縱使為了省錢，我必須風雨無阻，每天走半個小時路程上班，縱使曾工作到指甲脫落；縱使一開始因為腿疾，經常跌倒，我都未曾被打倒。後來，用了不到一年的時間，我把所有兒女積欠社會住宅的租金、水電、瓦斯等費用都還清了。

### 希望一家人能再次凝聚



自從離開孩子獨立生活後，2 年來，我過得很自在、開心。「重生後的我，現在才 2 歲，幼齒的很呢……」現在，我盡量讓自己保持忙碌，白天上班，晚上賣衣服，除了賺錢養活自己，也希望藉由忙碌，減少自己的胡思亂想，雖然難免還是有擔憂，例如：擔心未來自己只有一個人，怎麼辦？但每個人都有自己的人生劇本，劇情也不盡相同，「當下，我只想把自己照顧好，吃胖一點、重一點。」另外，我還有個夢，希望有一天，2 個孩子能回歸正軌，而我們一家人能夠再次凝聚。「天下無難事，只怕有心人，只要還有一口氣在，做就對了！」



## 要等我回來喔！

文 / 北區宣導企劃部專員 洪詩琪

來到兒童之家的孩子，從進家園的第一天，就是希望幫他們找到回家的路，無論這個「家」是原生家庭的家、爸爸的家、媽媽的家、還是一個新家庭，都希望孩子們可以擁有專屬的愛與照顧，平安長大。今年，兒童之家陪伴一對雙胞胎姊妹，找到回家的路，經過一年和新爸媽漸進式相處，過年前順利完成國際收養手續，在荷蘭新爸媽的帶領下搭飛機回家，開始嶄新生活。

「本來是去年聖誕節前，新爸媽會來到台灣，但媽媽從荷蘭要上飛機前的採檢確診，所以來台灣這件事情延遲了。」兒童之家主任陶明蕙說，因為疫情關係，來台灣的路一波三折，到後來媽媽解隔離、康復、媽媽爸爸一起到台灣入境篩檢陰性、進隔離所隔離期滿篩檢陰性……通過層層關卡之後，終於順利擁抱透過視訊看了一年多的孩子。見面當天孩子們看到新爸媽後露出靦腆笑容，媽媽張開雙臂緊緊把兩姊妹擁入懷，爸爸在一旁看著，默默拭淚。

### 手搭手，陪伴走過人生歷程

三年前，兩姊妹剛來兒童之家年僅一歲半，正是需要餵奶、包尿布的時期，一般孩子已經牙牙學語，他們卻「惜字如金」，家園盡力協助孩子獲得全面發展，安排早療課程。「他們都聽得懂，會點頭搖頭，不知道為什麼，都不講話，只有拿東西出來問要不要吃，他才跟你說好，其他都不講。」陶明蕙分享孩子剛來家園時候的狀況。為此，兒童健檢時，特別提出來與醫生討論，醫生看著兩個小姊妹說：「你們是故意不想講話吧！」小姊妹傻傻地笑了起來。

一路陪著孩子練習表達，直到過了兩歲半，他們才漸漸願意說話，而且越講越多，到後來可以對答聊天停不下來，這段從不想開口到對答如流的路，走了整整一年。

好不容易讓孩子熟悉國語，在國際收養配對成功後，家園又再陪著孩子做環境轉換的練習。荷蘭的官方語言是荷蘭語，收養爸媽完全不會講中文，孩子剛開始語言不通沒辦法與父母溝通，該如何表達需求呢？「帶著孩子學習用圖卡溝通，例如肚子餓了，找出飯的圖卡或是吃的東西，若是想去廁所，就拿出廁所的圖卡，頭痛、不開心都是用圖卡表示，藉由圖卡重新學語言，希望能順利轉銜孩子未來生活。」陶明蕙說。

### 離開，需要好好說再見

收養無論對父母或是孩子來說，都是很慎重的事情，兒童之家從去年開始為這對雙胞胎姊

妹準備「有新的爸爸媽媽要來照顧他們」這件事，也努力讓從小就在這裡長大的孩子明白「離開」兒童之家是什麼意思。

四歲的孩子對「離開」這個詞能夠理解多少呢？兒童之家的保育媽咪與孩子們做了一個倒數日曆，標上他們的行程：這一天會跟新爸媽視訊、這一天新爸媽已經到了台灣，正在隔離、這一天會和新爸媽碰面，隔天一起出去玩、然後倒數到了這一天，你們會離開兒童之家，不會再回來了、這天你會去搭飛機，接著你會跟新爸媽在家裡生活……，一天一天陪著孩子倒數在家園的最後生活。過程中孩子非常焦慮，懵懵懂懂不知道會發生什麼事，「坐飛機會怎麼樣？」「搭飛機就不會回來了嗎？」面對他們的提問，社工和保育媽咪一次又一次講解、耐心的解答問題，並且不斷預告有新爸媽會到國外生活這件事情。

陶明蕙分享，「這對小姊妹從一歲半就在家園生活，和保育媽咪的依附關係是非常濃厚的，我們花了非常多的時間，帶他們好好說再見、模擬可能的狀況，讓他們理解接下來會發生什麼事。」當分離時間越來越近，某一天孩子突然問保育媽咪一句「那我長大可以回來嗎？」得到肯定的答覆後，隨即又說，「那你們要等我喔，長大之後回來喔。」聽見孩子的童話，保育媽咪哭成一片。那一刻我們知道，他明白自己即將會發生什麼事，也接受了這件事。

### 找到回家的路

小姊妹在原生家庭中是隔代教養，阿嬤身邊已經有三個小小孩需要照顧，加上兩姊妹，一個人要看顧五個小小孩，有時候必須要出門買東西，只好把兩個小娃獨留在家，速去速回。論起體力與經濟，阿嬤難以顧及兩姊妹，一直希望他們可以找到好人家，獲得更多資源與愛護。經過溝通與評估，不得已忍痛做出先將孩子安置在兒童之家、安排出養的決定。

「希望能幫兩個孩子找到一個好的家庭。」是阿嬤最後的心願。兩姊妹入住當天，阿嬤特別和孩子一起來，看了家園環境，了解家園可以提供的資源，陪了他們好一陣子才搭車返家，而後阿嬤只要到花蓮看醫生，就會想順路來看看這兩個惦記在心頭上的孩子。

「去年年初阿嬤過世了，來不及看到這兩個孩子找到好家庭，但現在兩姊妹順利出養，已經在荷蘭有了新的生活，過得還不錯，我們也算是完成他一直以來的願望。」陶明蕙略帶感慨地說。

兒童之家不只是提供一個安全無虞的環境、安置孩子的地方，當孩子來到這裡的第一天，家園用許多愛的大手牽著小手，陪伴走往人生許多不同階段，幫他們找到回家的路，這條路也許要走得很長很久，卻始終持續努力著…。

## 那一夜 我和山林共眠

文／善牧德幼兒少之家

「媽媽（善牧社工），我們什麼時候可以再來爬山啊？」結束了兩天一夜的水漾森林之旅，都還沒回到家園，在路上便聽見孩子開口問著，對於這一次旅程的難忘以及對於未來繼續開啟冒險旅程的期待，已經越來越多了！」

### 即便困難重重，冒險的心仍持續沸騰著

延續著前兩年的冒險之旅，2022年我們依然帶著善牧兒少之家的孩子們到許多附近郊山爬爬走走，然而因著疫情影響以及山林的整修，要如何順利完成冒險之旅也讓大家擔憂不已，所幸在與「山、水與浪人」的小賴嚮導討論之下，決定前往兩天一夜的水漾森林露營。



這次的旅程需要孩子們自己揹負衣著、行動糧、充足飲水以及睡墊，我們租借了專業的登山裝備，以利孩子們在這次的旅程中都能順利且擁有一個完整的體驗；拿了背包的孩子們都相當興奮，感覺到這趟旅程即將出發，對於背包的功用雖不夠瞭解，卻能很認真地聆聽專業嚮導的說明及學習。走吧！我們要出發了！

### 感受生命，與大自然的對話

抵達仁武登山口之後，背上背包、穿上登山鞋，孩子們蓄勢待發，在美好的藍天白雲陪伴之下我們啟程出發了。踏進山林中，有別以往的百岳登高風景，我們看見森林的不同樣貌，在林相間的變化以及路徑的感受；一步一步地前進，伴隨著夥伴彼此的嘻笑聲，在這山林間時間好像暫停了一般悠閒，此時此刻只有我們彼此的陪伴與同在。



因為有著彼此的陪伴，前進的步伐變得不那麼難，雖然林相中有許多高低落差甚大的地方，但我們都能彼此扶持、互相等待，在這些路程中我們學習著團隊的重要性，「一個人可以走很久、但一群人可以走更遠！」

下午時分，我們終於一起抵達營地，看了水漾森林的湖畔以及夕陽灑落令人感到療癒，感謝阿凱登山服務團隊贊助孩子們的伙食和帳篷，讓大家都吃得滿足又開心。



太陽緩緩地下山，吃完晚餐後在漫天星空的陪伴下，孩子們慢慢地回到自己的帳篷，平時在家園都不肯早點入睡的孩子們，今天不需要督促叮嚀就能開始準備自己的睡前儀式，躺在睡袋裡跟旁邊的小夥伴聊聊天，聽著水流與蟲鳴聲慢慢地入睡。天未亮，幾個小孩悄悄爬起，「我們要去看日出！」不畏睡袋外的低溫，穿戴好衣服及帽子，坐在小木頭上看著月光灑落的湖畔，果然有著不同的感受與寧靜。

天漸漸亮起，孩子們也都紛紛起床整理收拾，早餐過後，再多看幾眼這美麗的湖畔，我們便要啟程下山了，依著昨天來時的路開始走著，一邊走著一邊感受心中的不捨，要跟這片山林說再見了。

### 感謝有你的支持，讓冒險得以繼續前進

我們平安地登出兩天一夜的水漾森林，謝謝這一路陪伴我們的山、水與浪人、阿凱登山服務團隊、梁子淇；還有為我們準備舒適好穿登山鞋的固特異以及提供我們吸濕排汗功能極佳襪子的FOOTER，這趟旅程，因為有這麼多人的支持鼓勵與陪伴，才能順利平安的畫下句點，而善牧兒少之家的冒險之旅，依然未完待續……。



## 緬式咖哩蝦

文 / 北區宣導企劃部專員 洪詩琪

嘉星是緬甸華人，早期在緬甸華文學校教書，後來也曾到台灣培訓提升教學技巧，中文說得非常流利，隨手拈來都是故事。很多人問她來台灣辛不辛苦，她樂觀地說，想起爺爺在中國文化大革命時，帶著奶奶來到緬甸山區落地生根，面對文字不同、語言不通、文化差異的時代，辛苦的落地生根，她所經歷的「苦」似乎微不足道，「心情是快樂的，就不覺得辛苦，就是生活。」

「緬式咖哩蝦」是嘉星兩個孩子喜歡的緬甸菜色之一，每次她煮這道咖哩料理都會多加點水，方便孩子拌進飯中，「他們就會多吃一些飯，又吃得很快」。



「這道菜在以前來說是很不容易的菜色，我們小的時候哪有蝦子可以吃……」嘉星分享，早期緬甸缺電，冷凍設施不便利，要吃新鮮蝦子只有在海岸線附近的城市，就是所謂的下緬甸才吃得到，而中緬甸還有江蝦能吃，至於北緬甸，距離海岸線遙遠又少有江河，是很難得可以吃到海鮮的。隨著科技發達與經濟需求，要將海鮮運至中國進行交易，才添購冷凍設備一路往北送，這時北緬甸也終於有新鮮海產能食用。

嘉星說，同樣因為沒有電，食材保存不易，能曬乾就曬乾、能烤乾就烤乾，或是把它弄成咖哩，緬甸咖哩有一個特色：看

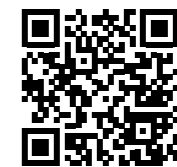
起來很紅，就是用不辣的菜椒粉上色，菜椒粉放進去之外，還加了很多的油，在緬甸話中「咖哩」的意思就是油飄在上面，「老祖宗的智慧啊，放很多油其實是保鮮用的，讓食物跟空氣隔絕，可以保鮮一段時間。」

這道菜在緬甸的配料中也常出現紅辣椒和綠辣椒，除了顏色不同、營養成分不同外，口感、香味也不一樣。為了適合孩子食用，嘉星做了一些改良，例如將辣味拿掉，少加些油、味精、魚露，讓口味清淡些；並加入番茄，做成酸的緬式咖哩蝦。

對於孩子的料理，嘉星絲毫不馬虎，雖然只是煮一、兩道菜，營養也必須充足，紅色、黃色、白色、黑色的食材，包含不同營養，都要想辦法讓孩子吃進肚中，



她透露讓孩子進食的小技巧：「小孩子不喜歡吃的就給他切碎一點，小孩子喜歡吃的我給他大塊一點，給他看得到開心嘛！」



※ 本食譜同步於  
「愛料理」刊登

## 👉 緬式咖哩蝦



### 【調味料】

薑黃粉	2 匙
菜椒粉	2 匙 (無辣味)
油	30g
魚露	適量

### 【材料】4 人份

白蝦	250g
薑	5g
紅蔥頭	200g
蒜	1 大顆
香菜	3 根
番茄	2 顆 (中)

### 【作法】



1. 將蝦子去殼、開背去腸泥後，加入少許薑黃粉和魚露醃製。



2. 將薑、紅蔥頭、蒜搗碎或切末，香菜切段、番茄切塊備用。



3. 用果汁機或食物調理機將薑、紅蔥頭、蒜、番茄攪打得更細。



4. 沙拉油熱鍋，將薑末、紅蔥頭末、蒜末先炒香，而後加入薑黃粉、菜椒粉拌炒均勻。



5. 加入番茄末，拌炒五分鐘略為收汁，呈現油亮狀。



6. 醃製好的蝦仁加入鍋中炒熟，以魚露調味，放入大部分香菜拌勻提香，最後撒上少許香菜點綴即可。

### 姊妹小提醒

◎若果汁機攪打食材的話，要將食材切小一些，如果沒有果汁機或食物調理機的話，將食材切細也可以。

◎食譜中的調味較重，若家中口味較清淡，第二次魚露（步驟 6）可省略不加；另外，步驟 6 加點水將醬汁略調稀一些，很適合孩子拌飯食用。

◎菜椒粉是不辣的，可用小磨坊的匈牙利紅椒取代，一般賣場都買得到。

◎紅蔥頭也可換成洋蔥一顆，然而洋蔥水分較多，要炒到乾需要多一些時間。



感謝有您

感謝有您

感謝台灣科技大學 EDBA/EMBA 校友會寒冬送暖

台灣科技大學 EDBA/ EMBA 校友會，每年皆會舉辦大型慈善活動，中間雖因疫情的關係被迫中斷，去年底疫情緩和，特別邀請熱愛高爾夫球的學長姊們參與慈善高爾夫球賽，並於活動會後將售票收入扣除活動必要支出，全數捐助給公益弱勢團體。感謝校友們始終堅持一股熱情的善心，投入許多心力在回饋社會弱勢上，用行動力喚起社會大眾對於弱勢族群的關懷與支持。



善牧幸得台灣科技大學 EDBA/ EMBA 校友會的青睞，成為本屆的受贈公益團體，感謝台灣科技大學 EDBA/ EMBA 校友會及校友們的支持及協助，讓善牧能協助更多困境中的人們度過人生最無助的階段繼續往前邁進！

感謝源源鋼藝 一起守護高照顧需求家創兒



源源鋼藝以創意將冰冷的不銹鋼，注入對人的關懷與在地環境的重視，化為用得上的台灣日常。感謝源源鋼藝捐贈 clicking 口卡餐具，作為善牧捐款滿額禮，讓我們得以募集更多款項，幫助更多高照顧需求家創兒。



守護高照顧  
需求家創兒，  
我加 1。

源源鋼藝 clicking 口卡餐具專利設計，握把就是收納盒，湯匙與叉子採用 304 不鏽鋼材質，表面經過噴砂處理，展現細緻霧面質感，小巧美觀，方便攜帶，即日起捐款滿 890 元即可索取乙組。

江鳥公益咖啡 回饋 10% 幫助善牧家創兒

喝咖啡也能做公益喔！江鳥咖啡與善牧合作的公益咖啡計劃，近來換成新口味－「深夜貓頭鷹」，凡購買「深夜貓頭鷹」咖啡豆系列，江鳥將回饋 10% 的營利為公益金，捐贈善牧用於家創兒服務費用，邀您一起喝咖啡做公益。

江鳥咖啡自 2021 年起與善牧合作公益咖啡計劃，凡購買江鳥指定的善牧計劃咖啡豆，將捐贈 10% 獲利協助善牧家創兒服務工作，一年多來吸引許多民眾一同響應。近來，善牧計劃咖啡換為新口味「深夜貓頭鷹」，此為中深焙咖啡豆，帶有黑巧克力、烤堅果、紅糖及檀木的香味，除在江鳥官網可以買到，民眾也可以透過捐款的方式來索取，更多捐款索取江鳥咖啡內容，請詳見善牧線上捐款平台。



立即索取  
捐款滿額禮

感謝威秀影城 10 多年來協助家創兒工作



「曾有情緒障礙的孩子，拿起刀子向工作人員揮舞，哭著說為何我的爸媽都要傷害我...。」許多來的善牧的孩子，因遭受性侵、暴力、虐待，需要多年的時間才能走出傷痛。

孩子的遭遇令人心疼，然而近年來安置童複雜度增加，超過 5 成以上孩子有發展遲緩、自閉、憂鬱、精神官能症或因為創傷引發身心症狀等高照顧需求，使得機構需投入更多照顧人力與專業資源，加上社工人力成本及消費者物價指數上漲...等因素，讓善牧的服務經營更形艱辛。

感謝威秀影城 10 多年來透過影城傳播的力量，讓更多民眾認識善牧服務工作，邀請您一起攜手幫助家創兒，讓愛改寫悲劇。

感謝雪樂地支持善牧家創兒工作

來到雪白世界打雪仗，是許多孩子的夢想！然而，許多遭受家庭暴力與創傷的孩子，他們的夢想只要能平安生活就好！

感謝雪樂地長期的協助，不僅創造大人與孩子的夢想園地，同時也透過他們的力量支持善牧「家創兒」服務工作。邀請您一起幫助家創兒平安生活，支持善牧服務工作。



## 魔獸霍華德化身為聖誕老公公 送愛到善牧

聖誕節是個分享與感恩的節日，相信大人、小孩們都沉溺於這歡樂氣氛中，也是小朋友充滿期待的一天，許多家庭也有自己的慶祝儀式，做著薑餅屋掛著襪子，小朋友期待著聖誕老公公會駕著可愛的麋鹿雪橇帶來禮物，然而來到善牧都是一些家庭失功能的孩子，擁有屬於自己的聖誕禮物根本是夢想，去年很幸運的是魔獸霍華德化身為聖誕老公公帶著滿滿的愛心和禮物，到善牧培家中陪小朋友們度過驚喜又開心的一天。



善牧基金會執行長湯修女表示：「培家中服務未滿20歲的年輕爸媽，透過專業社工團隊進行服務，提供陪伴關懷及專業諮詢，並協助解決生活危機及後續追蹤輔導服務，提升親職及照顧知能，讓年輕爸媽都可以安心養育小孩並實現自己的夢想。」由於聖誕老公公帶來寓教於樂的玩具太吸引小朋友了，孩子小小的眼神都關注在禮物上，小手不安分的拿起了球，開心與霍華德玩起來，大小手掌形成溫馨對比，面對小朋友可愛的笑聲在場的所有人都

忍不住加入這場遊戲中，小寶貝童真可愛萌樣讓這場活動倍感歡笑與溫馨。

感謝桃園永豐雲豹舉辦這樣一個有意義的活動，讓孩子保有一顆相信的心，感受世界的美好，霍華德說：「我想分享這些愛，讓孩子也知道自己是值得被愛的，我也愛你們。」



# 愛不延遲

112非愛不可  
為弱勢婦女與家庭募款



難以想像現行世界的平行時空，  
在地球的另一端有許多極弱勢婦女、  
女孩及兒童遭到暴力虐待的惡性循環

2013年善牧修女會在貧困的非洲  
撐起了強韌的保護網  
積極展開各項救援計畫，  
致力教育與輔導孩童及培力婦女  
幫助改善他們的生活

邀您伸手援助，讓「愛」不因距離延遲



捐款  
方式

戶名：天主教善牧基金會 郵局劃撥捐款：劃撥帳號18224011  
請於劃撥欄中註明「非洲救援」另有線上捐款、信用卡捐款方式，  
請洽(02)2381-5402或上善牧官網查詢



愛心捐款



信用卡捐款專用

# 電子發票捐善牧，發揮愛心好輕鬆

消費刷電子發票  
捐贈條碼  
捐贈碼： 8835 (幫幫善牧)

102年起消費說出  
「8835」  
(幫幫善牧)  
捐贈碼

- 我願意單次為善牧基金會捐款新台幣\_\_\_\_\_元
- 我願意成為基金會定期捐款人
  - 每月100元  每月500元  每月1,000元
  - 其它金額 每月\_\_\_\_\_元
  - 起訖日期：於\_\_\_\_\_年\_\_\_\_\_月起至\_\_\_\_\_年\_\_\_\_\_月止
  - 長期持續捐款不需填寫終止日，信用卡有效日到期來電通知變更即可。
  - 我願一次捐款，本次捐款及扣款金額總計\_\_\_\_\_元整

**手機即時捐**

台灣大哥大 即時捐  
手機直撥 完全免費 **518016**

中華電信  
**511835**  
幫幫善牧

GT 智慧生活  
行動、互聯、數位

即時捐 手機直撥 **59072**

※以上捐款，本會均開立正式收據，此收據依法可扣抵所得稅，感謝您的善心義舉！

信用卡別： <input type="checkbox"/> VISA <input type="checkbox"/> MASTER <input type="checkbox"/> JCB <input type="checkbox"/> 聯合信用卡 <input type="checkbox"/> 美國運通卡
發卡銀行：_____ 捐款人姓名：_____
信用卡卡號：_____
持卡人姓名：_____ 持卡人簽名：_____
持卡人身份證字號：_____
信用卡有效期限：_____年_____月
捐款日期：_____年_____月_____日 (填表日期)
金額：_____萬_____千_____百_____拾_____元 (每月定期捐款者，請填月捐款金額)
收據地址：_____
連絡電話：(O) _____ (手機) _____ (H) _____
E-mail：_____
收據寄送方式： <input type="checkbox"/> 不用寄收據 <input type="checkbox"/> 按月寄送 <input type="checkbox"/> 年度彙總
季刊免費寄發： <input type="checkbox"/> 需要 <input type="checkbox"/> 不需要
我願意將全名顯示於芳名錄： <input type="checkbox"/> 同意 <input type="checkbox"/> 不同意
108/2/1 依財團法人法第25條規定，應主動公開捐贈者全名及金額，若無勾選視為同意。
同意基金會將捐款資料提供財政部作為個人年度綜合所得稅申報 (請提供收據抬頭身分證字號)
若無勾選視為同意： <input type="checkbox"/> 同意 <input type="checkbox"/> 不同意

※提醒您多留意信用卡上的有效期限，以避免我們漏接您的愛心！

洽詢專線：02-2381-5402 分機：203

請多加利用傳真：02-2361-1371 回傳本單，謝謝！

■ 郵政劃撥帳號：18224011 ■ 劃撥戶名：財團法人天主教善牧社會福利基金會

更多元的愛心碼教學請上善牧官網：[幫助善牧 > 捐發票](#)

## 111年1~12月【集發票「牧」愛心】發票數量及中獎金額

月份	發票數量	中獎金額	平均一張發票中獎金額
1~12月	98,955 張	218,000 元	2.203 元

為響應環保，捐款芳名錄與季刊將刊載於善牧基金會網站上，若需紙本之芳名錄或取消季刊訂閱，請電洽 (02)2381-5402。



善牧愛心大使  
連俞涵



# 用愛擁抱家創兒

擁抱，讓孩子知道自己值得被愛  
擁抱，給予受傷的心靈勇氣  
擁抱，在不安中給予祝福

面對家庭暴力、衝突、失序、傷害  
孩子們需要花很長的時間來修復

邀您支持 善牧「星火傳愛」服務計劃  
用「愛」擁抱家創兒 有你有我

立即捐款 LINE PAY 街口支付

<111年星火傳愛> 勸募許可字號：衛部教字第1111361296號

## 捐款贈好禮



知名插畫家「潘心屏」特別為善牧繪製的「星星小羊」捐款滿額禮(數量有限，敬請把握)

## 捐款方式

手機即時捐

台灣大哥大 即時捐 **518016**

中華電信 **511835**

超商捐款

7-ELEVEN 萊爾富 OK

郵政劃撥捐款帳號：18224011 (戶名：天主教善牧基金會)，請於劃撥欄中註明「星火傳愛」另有線上捐款、信用卡捐款方式，請洽 (02) 2381-5402 或上善牧基金會網站 [www.goodshepherd.org.tw](http://www.goodshepherd.org.tw) 查詢

## 愛心贊助

台灣大哥大 VIBSHOW 臺灣善牧服務有限公司 yahoo! 奇摩

日盛銀行 雙都髮型 丁丁藥局 Beauty 美美容 Riverbird

知名插畫家「潘心屏」特別為善牧繪製的「星星小羊」捐款滿額禮(數量有限，敬請把握)





一個人的價值高於全世界  
尋找失落、眷顧弱小、懸念正義、永不放棄

---

一九九二年十月創刊

發行人：歐晉德

發行所：財團法人天主教善牧社會福利基金會

地址：臺北復興橋郵局第310號信箱

郵政劃撥帳號：18224011

劃撥戶名：財團法人天主教善牧社會福利基金會

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

E-mail：[web@goodshepherd.org.tw](mailto:web@goodshepherd.org.tw)

電話：(02)2381-5402 傳真：(02)2361-1371

中華民國行政院新聞局局版臺誌字第九七四七號

台灣郵政台北誌字第592號執照登記為雜誌交寄

---



善牧 FB



善牧 LINE