



勵馨會訊

166

2022. Dec.



國內
郵資已付

板橋郵局許可證
板橋字第 1923 號

雜誌

本刊免費贈閱
歡迎函索

- 執行長的話：接住性創傷受害者 陪伴他們慢慢復元
- 請到中繼站好好療傷 復元路上有我陪你
- 二〇二三春菊馨家園 邀您一起過好年

我們的所在，關係讓地方充滿人情味

勵馨陪伴受暴的婦女孩子在社會住宅修復身心、重建生活

2012 年臺灣開始施行《住宅法》，首次立法以居住政策保障弱勢者的居住權益。

2020 年勵馨成立林口服務中心，進駐林口世大運社會住宅，
每年協助 80 戶受暴家庭在結束庇護後，銜接自立生活的中長期居住與照顧服務。

我們期許所有生命經驗都能安適其位、不被社會排除，
勵馨選擇在社會住宅重新建構婦女孩子對於家與社區「零暴力生活」的新體驗。

她們還需要多一點扶持

貳拾少女培力基地

「哇，原來我的作品真的可以賣出去！」

「謝謝老師跟姊姊，我考到美甲證照了！」

在勵馨基金會高雄分事務所創立的「貳拾少女培力基地」，常有女孩傳來這樣的好消息，這些來自庇護家園的少女，內心故事或有不同，但幾乎都有著同樣的盼望：我想趕快長大、找回自信、自己照顧自己。然而，她們仍需要多一點的扶持。

誠摯邀請您，支持貳拾少女培力基地少女，讓她們漸漸長成心目中的理想模樣。

單筆捐款 2000 元或每月 200 元持續一年，
致贈哆啦 A 夢環保提袋一只。



支持培力
貳拾少女



高雄愛馨人
粉絲專頁



勵馨本著基督精神，以追求公義與愛的決心和勇氣，預防及消弭性侵害、性剝削及家庭暴力對婦女與兒少的傷害，並致力於社會改造，創造對婦女及兒少的友善環境。

目錄

執行長的話

02 接住性創傷受害者 陪伴他們慢慢復元

主題報導

04 我們的所在，關係讓地方充滿人情味

勵馨服務

12 微光照進
在貳拾少女培力基地儲備能量的少女們

社工馨語

14 請到中繼站好好療傷 復原路上有我陪你

16 二〇二三春菊馨家園 邀您一起過好年

近期活動

17 歲末來臨 感謝每位愛馨人一整年的支持

公益責信

19 2022 年度 1 至 11 月收支報告



封面故事——

我們的所在，關係讓地方充滿人情味

2012 年臺灣開始施行《住宅法》，首次立法以居住政策保障弱勢者的居住權益。2020 年勵馨成立林口服務中心，進駐林口世大運社會住宅，每年協助 80 戶受暴家庭在結束庇護後，銜接自立生活的中長期居住與照顧服務。

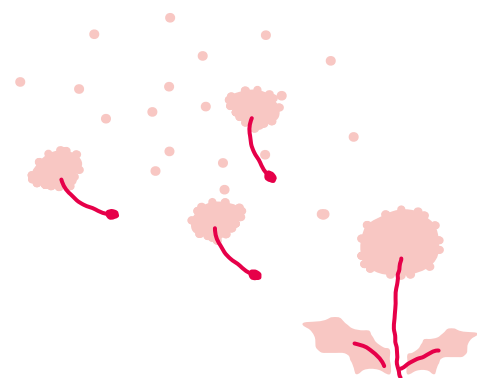
我們期許所有生命經驗都能安適其位、不被社會排除，勵馨選擇在社會住宅重新建構婦女孩子對於家與社區「零暴力生活」的新體驗。

發行 財團法人勵馨社會福利事業基金會
發行人 林靜文
發行所 23143 新北市新店區順安街 2-1 號 1 樓
電話 02-8911-8595
劃撥帳號 1217497-8
戶名 勵馨基金會

總編輯 王珣好
主編 許馨月
執行編輯 蕭淳方
江鈞慈

美術設計 黃萱
承印 中華彩色印刷股份有限公司

接住性創傷受害者 陪伴他們慢慢復元



性創傷是勵馨基金會一直以來關注的重要議題之一，早在 1994 年，勵馨就成立了台灣第一個性創傷的輔導中心，2006 年，勵馨成立台灣第一個專門致力於性侵害諮詢的服務中心：蒲公英諮詢輔導中心，並於 2017 年加入衛福部「性創傷復原中心計畫」，由勵馨蒲公英諮詢輔導團隊承接，同樣對早期性侵害倖存者及其重要他人提供服務。

長年的服務經驗中，我們看見台灣的社會環境，與傳統華人氛圍對於「性」的談論較為私密，不少人會將「性侵害」事件視為個人經驗，甚至歸咎於被害人的個人行為，讓被害人長期承受難以對外言說的創傷。時至今日，我們終於得以看見越來越多受害者願意求助，有些受害者可能從小就遭遇性創傷，數十年來壓抑的痛苦難以想像，因此勵馨不斷努力，為受害者撐起一個療癒空間，並陪伴受害者一起走上復元之路。

勵馨蒲公英性創復原中心近三年服務對象中，有 73% 的加害人是熟識者，其中 46% 加害人是家內親屬。對於熟識性侵的兒少倖存者來說，找到安全的場所和可信任的對象揭露性侵事件十分困難。他們面臨的不只是身體界限和自主權受損，更因為加害者是「相信的人、甚至是親密的家人」，使其因遭受人際與家庭關係的背叛而對外界環境失去信任，且往往為了隱匿機構失職，或錯誤觀念認為「家醜不能外揚」，使孩子在求救後時常未獲適當回應，而陷入長期受害，或難以對外求助的處境。

根據勵馨 2021 年數據顯示，有 36% 前來尋求協助的性侵被害人曾遭遇「多重創傷」，意即多次受害、加害者不只一人，或同時遭受性剝削、家庭暴力、兒虐或目睹暴力等傷害。當性侵倖存兒少遭遇多重的暴力形式，和長年受害沒有說出來，往往使當事人承受龐大的身心創傷與壓力。若創傷類型複雜、且創傷事件多次發生，創傷復原歷程時間會更長。

因長年的創傷，受害者可能出現身心反應、生活與社會適應問題、自我價值低落，以及對性侵事件感到羞愧與自責等情緒。如果能進入較穩定的諮商關係，諮商師不僅會陪伴當事人面對「性創傷」事件，也會陪伴倖存者梳理自己的經歷，看見「多重創傷」對自己的身心狀態造成的影響。

性創傷的復元之路有短有長，每一個人都不一樣，在勵馨服務的對象中，就會有諮商輔導 5 年以上的當事人，而當事人是否能開始復元、學習與創傷共存的關鍵，身旁的重要他人。若重要他人能適時接住當事人，給予傾聽、接納與陪伴，就能給予當事人另一種無形的療癒力量。

然而，即使是民風已較為開放、接納度較早年高出許多的現今社會，仍有許多性侵害受害者難以訴說傷痛、還在壓抑自己。勵馨呼籲，遭受性創傷絕非當事人的錯，不應由當事人獨自懷著創傷，我們希望能夠好好接住每一個經過風暴的當事人，陪伴其面對傷口，慢慢復元，讓痛苦一絲一絲地慢慢散去——就像迎風飄揚的蒲公英。

勵馨基金會 執行長

王明子

我們的所在， 關係讓地方充滿人情味

勵馨陪伴受暴的婦女孩子
在社會住宅修復身心、重建生活



2012 年臺灣開始施行《住宅法》，首次立法以居住政策保障弱勢者的居住權益。2020 年勵馨成立林口服務中心，進駐林口世大運社會住宅，每年協助 80 戶受暴家庭在結束庇護後，銜接自立生活的中長期居住與照顧服務。

我們期許所有生命經驗都能安適其位、不被社會排除，勵馨選擇在社會住宅重新建構婦女孩子對於家與社區「零暴力生活」的新體驗。

「我被前夫打了十多年，好幾次他掐著我的脖子，我都覺得一口氣快喘不過來，當時的傷害到現在，我都覺得我應該活不久了。」有一次，品儒（化名）的兒子再也無法忍受母親受暴臨時報警，「我只收拾了簡單的行李，就趕緊離開和勵馨庇護所的社工碰頭，」品儒說，三個孩子因為難以忍受肢體與冷暴力，也陸續搬離跟她一起生活，「離家後我到短期庇護安置家園，半年期滿就開始在外面找房子住。」

她說起初找房子並不容易，「我一個月不到兩萬五的薪水，市區的房子，我們一家四口是住不起的，」為了找房子方便，品儒讓兒子先寄宿在親戚家，她則帶著兩個還在讀書的女兒，在市區租了一間不到 7 坪的小套房，「屋況看起來很不好，因為年久失修，門鎖時好時壞，房東卻不想多花錢修理。」她描述著屋裡的擺設：一張床、一個衣櫃、一張堆滿三人生活用品的桌子、一把椅子已經快占據了品儒每個月半數薪水，花費一萬三千元租來的居所，生活的重擔如同一件件日常必備的家具用品，早已擠滿了這家人喘息的空間。

無論是前夫家暴的傷害，還是與孩子獨自在外生活的居住重擔，都讓品儒喘不過氣。逃離家暴的家長或孩子，通常承受著無家可歸的高度風險，如果家長沒有足夠的工作技能，多數時候會面臨暴力家庭和無家可歸的二選一。

僅 1% 庇護居住資源，猶如杯水車薪

「受暴婦女的庇護所資源很少，在新北市只有兩間庇護所，所以受暴婦女大多都是靠自己，很少使用到政府的庇護所資源。」勵馨基金會林口服務中心主任李玉華說需求是遠大於供給的，在新北市每年有超過 1 萬件家暴通報案件，卻僅有 100 多戶家庭能住進庇護所，猶如杯水車薪。但她也坦白，在台北市、新北市和桃園市資源已經相對充足，還能提供婦女孩子三至六個月的庇護居住，部分縣市，像是基隆市則是只有一至兩周，最多一個月的期限，甚至有些縣市認為當地並沒有受暴婦女有庇護資源的需求。

「因為地方政府資源有限，他們只有 7 天、14 天，或是 21 天的時間，是很緊迫的。」臺灣師範大學社工系教授游美貴說。婦女被通報、進入家暴被害人服務系統，往往持續面臨人身安全的威脅，像是相對人得知婦女求助、變更居住地點，仍會持續以跟蹤騷擾、語言與精神暴力等方式繼續施暴。而在現今數位科技與裝置普遍，社工更需要避免延伸的數位科技暴力，像是定位系統跟蹤，以及使用手機和數位設備發送黑函與威脅訊息等行為。眼前的安全危機尚未解除，孩子的學校、生活都還沒安頓，「未來」對於才剛脫離危險的受暴婦女來說還太遠。

我們實務的工作經驗看見，婦女要脫離暴力或降低暴力風險至少要一至兩年的時間。現行政府委託，為期三至六個月的資源遠遠不夠。根據勵馨基金會的服務數據，有 50% 的婦女選擇返回家庭；同時超過 30% 的婦女即使接受服務的輔導介入，卻因為外在系統不夠持續、穩定，而勉強留在暴力家庭當中。婦女和孩子就在一次又一次的關係復合又破裂、逃家、報案、送醫、驗傷、出庭與聲請保護令當中載浮載沉。

逃離暴力一個月後： 「我還是只能回到那個家。」

求助後，銜接的資源是否跟進才是關鍵。然而短短一個月不到的時間，受暴的現況很難有所改變。「隨著庇護時限快到了，社工會不斷詢問：『是否要離家？』、『還是要跟先生和好返家？』、『小孩上課打算怎麼安排？』離家的話，會選擇在外面租屋嗎？」離婚、養育小孩、租屋等需求都會使婦女變得更貧窮，她們許多時候選擇回到受暴環境。」李玉華說，當婦女在就業、經濟以及家庭支持系統都不足以支撐其獨自在社區生活，回到暴力家庭就會成為婦女僅存的選擇。

「沒有人願意遭遇暴力，但是如果台灣的社會願意為『免於暴力是基本人權』的方向努力，我覺得這些支持，能讓婦女更有力量去對抗暴力，其中受暴婦女的居住權利會是影響她們選擇離開暴力很重要的因素。」游美貴堅信受暴婦女的居住需求應該更被看見。

每一個人都想擁有居住的權利，然而貧窮與弱勢處境卻讓人不得不屈服。即使婦女下定決心要脫離暴力，也咬緊牙根找了能夠負擔高房租的工作，但許多房東對於房客的需求，早已將品儒相似身分的族群排除在外，「剛開始找房子找了一陣子，但房東知道我受暴又單親，覺得我繳不起房租，就不想把房子租給我。有一次是家裡孩子在吵架，有警車來到樓下，被房東發現，就直接說不打算繼續租給我們，」想起那段時期，品儒還是感到落寞地說：「那時候搬來搬去、飄來飄去，就像浮萍一樣，沒有根。」

美國社會學家馬修·戴斯蒙，曾在《下一個家在何方？》書中寫道：「驅離不只是讓窮困家庭陷入灰暗的低潮、也不只是人生辛苦但短暫的偏離軌道那麼單純，驅離會從根本上讓人生的道路一去不回，.....。驅離不是貧窮造成的結果，而是開啟貧窮的原因。」他認為驅離、迫遷是對人基本需求最徹底的否定，尤其是要離開長期生活的社區，將使被驅離者感到被社會孤立出來。

無家可歸背後是—— 與生命和關係的斷聯

驅離有時雖然起於一場危機：受暴、離婚、遺棄、生病、失業或意外，但更多時候伴隨著家庭支持系統的崩塌、重要關係的改變或結束、工作與生活能力的喪失，以及社會支持網絡資源的用盡等情況。

「無家可歸」真正的意涵，已經不僅是字面上失去被稱之為「家」的空間或住所，而更可能是與生命緊密相連的社區和人際關係的斷連——是更深一層「存在」與「歸屬」的匱乏。品儒說：「即使我搬來搬去，還是住在和舊家同一個區，但又不能離的太近，除了怕遇見前夫，也怕碰到附近的鄰居被問起，不知道該怎麼說。」暴力事件彷彿會擾亂當地社區的秩序，侷限的社會價值觀，往往讓擁有相異生命經驗的居住者難以適得其所。

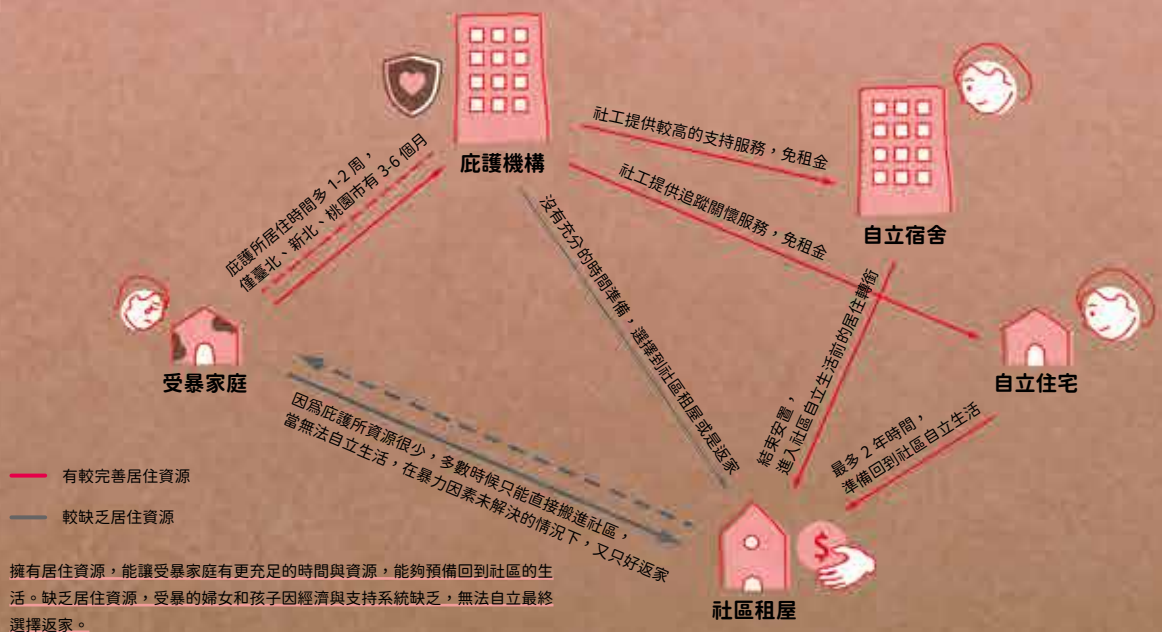
然而，何處才是受暴婦女與孩子能安居的家呢？

社會住宅，受暴婦女孩子安居的所在

行政部 2017 年以穩定住宅市場及安定人民居住為目的，核定「社會住宅興辦計畫」，以期達成蔡英文總統 2016 年提出，八年興建 20 萬戶社會住宅的政策目標，其中 12 萬戶為中央或地方政府建設興辦的集中式社會住宅，另外 8 萬戶則從民間釋出屋源，並由政府媒合出租的「包租代管」計畫提供。

2018 年新北市林口世大運選手村轉型為社會住宅，釋出 2,500 戶開放民衆申請。隔年，勵馨基金會進駐，承租 26 戶。其中 20 戶是提供受暴婦女孩子離開緊急短期庇護後的中長期自立宿舍，最長能有兩年的無償居住；另外 6 戶則規劃作為陪伴目睹兒少的「向日葵小屋」遊戲室、心理諮商會談空間，和能調節創傷情緒的感官律動調節中心（Sensory Motor Arousal Regulation Treatment Center），還有提供課後輔導與餐食的「向日葵食堂」。以及一樓作為社區交流平台的物資中心，促進住戶間物資的相互分享與交流。

社會住宅可以視為居住空間、家庭生活的單位、社會安全網的基石。而勵馨基金會在社會住宅提供居住照顧服務的同時，我們思考的是如何讓所有生命經驗都能涵容在這個空間，安適其位、不被社會排除；同時透過社工與心理專業等服務，在這裡重新建構婦女孩子對於家與社區的「零暴力生活」新體驗。「勵馨近年嘗試發展社區服務，我們期許能在林口社會住宅的社區裡創造一個多元融合的友善空間。」勵馨基金會執行長王珣好強調。



跨部會資源整合 共同培力社宅的社會照顧能量

然而林口位於新北市的郊區，城鎮與公共設施的建構也並不完善。因此勵馨基金會在決定選擇林口，作為新的服務據點時也做了諸多的考量與評估，距離市區太遠一直是林口社會住宅的痛點。「離林口最近的社福中心在新莊的新泰，搭乘大眾交通運輸工具要花上一小時的車程。」李玉華補充，勵馨長年觀察郊區並不適合弱勢族群居住，除了就業和就學的交通考量，我們服務的婦女孩子若要離開原本歸屬的社群，無疑也就脫離了原本的社會福利系統，婦女和孩子難免會因為生活成本增加而備感壓力，甚至會影響他們和社區連結、社會參與的能力。

「我們希望能在這裡建構起，以『居住』為核心的社會安全網，而在地居民、團體，以及系統裡各單位如何互助合作，相互串聯就是關鍵。」李玉華認為僅僅靠住宅部門與非營利組織散落各區、單一據點的服務難以和社區周邊織起緊密的社會安全網；更重要的是政府跨部會資源的整合，同時藉由社區平台的資源共享，才能架構起網絡式社會福利系統的支持，不僅為了受暴婦女，也是為了林口在地有需求的弱勢族群和社區，培力起社會住宅的社區照顧能量。

居住、照顧與經濟支持 讓婦女孩子在社區穩定生活

「社會住宅裡的社會服務，是可以外溢到整個社區的。甚至機會在當地建立起更大的社會照顧體系。」李玉華說明，「一開始，主要服務對象是受暴的家庭，但隨著我們開始與住戶生活在一起，小孩也會帶同學來『向日葵食堂』吃飯，很常時候我們會發現小孩帶來的朋友也有疏忽照顧或受虐的情況。」

久而久之，林口服務中心的服務對象逐漸向外擴展，至社區裡一樣有負面童年經驗的兒童與脆弱家庭。同時服務團隊也在當地累積各種服務經驗，並與周邊的教育與照顧體系建立起合作網絡，「社宅住戶入住後，學校轉入 100 多個孩子，許多孩子的家庭都面臨許多困難，讓學校的輔導老師吃不消。於是我們開始與學校系統合作，也辦理『創傷知情』工作坊，邀請學校老師一起上課。」她說，當越來越多人擁有「創傷知情」的眼光，就離社區的零暴力生活更近一點。

除了服務對象的擴展，林口服務中心以「居住」、「照顧」與「經濟」三大概念發展出陪伴目睹孩童的兒少照顧服務、提升受暴婦女經濟能力的婦女就業服務，以及促進家庭和諧關係的家庭支持服務。讓受暴的婦女和孩子能有信心在林口社會住宅的社區裡，穩定的生活下去。



共好的生活文化， 一起創造在林口社宅的「好好時光」

空間，是容身之處；關係讓空間成為充滿人情味的地方。

「相較於隱身在住宅裡的服務據點，勵馨希望能更自然地融入林口當地社區，這也是我們嘗試轉型『社區型庇護』工作模式的重要目標：打破孤立，讓受暴家庭找回與社區的連結，而第一步就是打開不同族群相互交流、建立關係的空間。」王玥好說。

「我想要看的書我可以借走，之後再拿來還嗎？」琳琳（化名）指著「好好時光」公益咖啡館（Well-being Café）門口的書架詢問，她是我們在社區裡服務的孩子，家裡有疏忽照顧的情況，在籌備咖啡館營運的前期，琳琳看到店面的燈亮著，就會跟我們聊天，期待的問什麼時候會開幕。眼看天都黑了，社工詢問琳琳有沒有吃過飯了，一切的互動都如此輕鬆自然。「要在社區創造一個友善融合的空間、發展社區工作，如何讓人與人之間可以自然的互動，自然的與人連結，自然的發展關係，是我們相當重視的。」李玉華說。相較於到勵馨基金會的服務據點求助或詢問暴力防治的資訊，走進一家路邊的咖啡館參加「零暴力社區」的活動，更像是一種新穎的生活態度與文化。

多元建構創傷知情社區工作模式

「好好時光」公益咖啡館是勵馨為婦女提供就業輔導的準備性職場，而隨著當地工作網絡的建立，「好好時光」裡特有的共融氛圍，讓林口大大小小的公益團體喜歡來到此處相互交流，也成為舉辦講座、課程的首選據點。慢慢的「好好時光」也積攢不少當地的忠實的客戶，更成為我們社區工作最好的場域。

「我想要學怎麼做點心，當作孩子下課的零食。」

「孩子的家庭作業有項是烘培，想找個地方學。」

「我想要親手做餅乾，送給一位對我很好的警察叔叔。」

聽到住戶的願望，「好好時光」公益咖啡館在今年冬天舉辦了兩場手作烘焙課，11 月底則是製作奶油與巧克力餅乾的「點心魔法時光」，結合了創傷知情照料的五感調節體驗：

👁 視覺：材料的分類、觀察內線攪拌時期每階段的狀態，有時均勻、有時成糰

👂 聽覺：聽老師生動講解每階段的手作步驟

👋 觸覺：攪拌麵粉後、用手觸摸麵糰的狀態，並且開始拿捏力道的擠花

👃 嗅覺：餅乾出爐甜甜香香的的味道

👄 味覺：孩子迫不及待把餅乾塞到口中



不僅享受五感體驗，分組協作的過程中也能跟老師、其他大人孩子交流與人際連結。除了手作烘焙課，「好好時光」公益咖啡館也舉辦親子手繪畫的製作、父子音樂交流時光，以及植栽藝術等課程，陪伴社區裡的家庭學習如何經營「零暴力」的伴侶、親子與同儕關係。

勵馨基金會在林口嘗試建構創傷知情社區工作模式，藉由多層次且連貫的服務方式，從情緒、關係、身心平衡等各面向，自然適切的回應婦女和孩子需求；透過多元交流與互動的形式，讓住戶經驗到「非暴力溝通」如何落實在每一次的互動和相處中。這是勵馨希望可以在這個地方提供給住戶「零暴力文化」的體驗，我們希望能跟林口社區裡每一個大人孩子、社區成員與團體一起賦予當地所在的意義與新的生活模樣。

後記：生命在居住紮根後被錨定

「被前夫打的時候、帶著孩子找不到穩定房子的時候，我都不知道『我』自己在哪裡，我覺得我不見了。」現在品儒和她三個孩子住在社工安排的，三房兩廳的自立房舍裡，在客廳有一大片明亮的觀景窗，「現在不管是早上起床，或是忙了一整天晚上到家裡很晚了，我看著窗外就會覺得很平靜，我知道：『我』在這裡，好像也知道該往哪裡去了。」

「居住」與「存在」有著密不可分的關係。名為家的居所，更承載著人們的記憶、想像和夢想的地方，也是我們關係依附和生命根植之地。在這裡我們建立感知與經驗，進而認識這個世界。

能夠在地方穩定的生活，為人們創造家庭居住的安定、社區涵容的歸屬，像是「我們知道我們在哪裡生活」、「在哪裡工作」、「在哪裡休閒娛樂」，也因此地方對於人們的「存有」與「存在」(being) 有更深刻的意義。就如同海格德此在 (dasein) 的概念，他認為存在的本質關乎於人類存活於世間的方式，而真正的存在則是紮根地方的存在。



好好時光公益咖啡館 (Well-being Café)

為受暴家庭留一盞燈 打造林口社區零暴力文化

撰文／許馨月

江筱慈



夜晚，從對街望去，溫暖的黃光讓人忍不住駐足。

白天這裡是勵馨基金會駐點林口社區的「好好時光」公益咖啡館 (Well-being Café)；而在我們探訪的這一天，即使天色漸暗，店裡的黃燈卻依舊亮堂著，裏頭的人，忙裡忙外的籌備著。原來，今天是「好好時光」公益咖啡館第一次舉辦，林口服務中心為社區裡受暴家庭安排的「住戶大會」。

從「住戶大會」的社區參與 開啟共融的生活模式

「我們家的門框好像有點變形，有時候門很難打開。」婦女阿離說。

「這我知道，我跟你約個時間去你家看看。」住在阿離樓下的琪眉姊，熱心的回應著。

住戶大會上，婦女們就像是熟識的親戚朋友，分享著家裡大大小小的瑣事——有婦女擔心兒子當兵會被欺負，著急的哭了起來；有婦女分享找工作碰了釘子；還有婦女剛脫離暴力家庭、從庇護家園遷移過來，相對沉默一點。而孩子們之間的交流，有時候比媽媽們更熟絡，爭相想嚐嚐工作人員剛端上的熱菜。

「我們每個月會舉辦一次住戶大會，讓所服務的家庭都能參與進來、互相認識。我們會分享當月社區裡發生的大小事，也讓住戶能提出他們在居住上遇到的困擾，或是家裡有衝突

時，怎麼處理讓親子關係能更融洽。」勵馨基金會林口服務中心生輔員謝靜玟說。透過住戶大會，住戶們能實際參與社區裡的活動與決定，勵馨的工作團隊也能接收到實際的回饋與建議，適時調整服務的方式，或是反映給物業管理單位，希望能改善不同家庭在社會住宅的居住體驗。

輔導婦女就業 提供更長遠的後備支援

如果你是白天來到「好好時光」公益咖啡館，陽光從整面的落地窗灑進吧檯區的座位。特別挑選比一般咖啡館更為寬敞的吧檯，是為來到店裡工作或閱讀的住戶能有更好的體驗。店裡沒有特殊的裝潢，更多的是精心挑選的植栽：像是書櫃旁的羽裂蔓綠絨、餐具桌的火之戒蔓綠絨、牆上掛的深綠鹿角蕨。



綠葉、桃花實心木的階梯形書架，聽著柔和的旋律、感受著金黃色的陽光穿透落地窗、灑在木紋地板上，為店裡帶來溫暖明亮的氛圍，隨處可見的綠意讓這裡有著安靜卻充滿生命的活力。

「好好時光」公益咖啡館是勵馨基金會為受暴婦女打造準備性職場，除了陪伴有就業需求的婦女與青少年鍛鍊與培養工作技能，也提供更友善且較彈性的就業場域。勵馨基金會從服務中看見，有八成的婦女脫離暴力家庭時，會帶著 12 歲以上的孩子。而支持婦女孩子獨立

生活的關鍵，除了穩定的居住外，就是能否經濟獨立、有一份長期穩定的工作。

勵馨婦女就業服務提供一對一的諮詢服務，陪伴她解決發展就業時會遇到的種種困難，像是經濟壓力、子女托育、法律訴訟、相對人威脅、騷擾等，進而提升就業能力與機會，讓婦女和孩子能夠慢慢地回到社區裡生活。

品一道菜，感受百味人生

打開菜單，第一道菜是：阿英的綠咖哩。綠咖哩粉加入椰漿燉煮至沸騰，再放入大小切的恰到好處入口的雞肉片，煮至入味，最後放上檸檬葉調味。這一道綠咖哩是阿英在離開暴力家庭、邁向自立生活期間，到一家泰式料理店工作時學會的料理。

菜單上的每一道菜，都是由社工和婦女們在庇護家園裡一起討論、研發。烹煮的每一個步驟都蘊藏著婦女的生命記憶。而「好好時光」公益咖啡館的餐桌，則是不同生命經驗與多元文化融合最好的場合。而這也是「好好時光」公益咖啡館最重要的隱藏任務——營造零暴力、沒有歧視的社區文化。

平日以外的周末，除了會不時推出社區親子活動，增加當地社區居民的相互交流。更是當地 NGO 和政府單位與民衆交流公眾議題的首選據點，真正落實「好好時光」公益咖啡館的價值理念：與自己和好、與人和好、與自然合好的零暴力生活模式。



「好好時光
咖啡館」
粉絲專頁



支持林口
打造零暴力
社區服務

微光照進 在貳拾少女培力基地 儲備能量的少女們

由勵馨基金會高雄分事務所設立的「貳拾少女培力基地」，結合商店與家園安置少女的共學需求，以二手選物為概念，打造一個培力少女的空間，讓她們重拾自信，重新創作屬於自己的夢。

原來走出去 是那麼的不容易

「貳拾少女培力基地」共有兩層，一樓為選物店鋪，二樓則是少女的共學空間，高雄分所主任楊稚慧回憶，最開始的考量並非營業；「其實孩子們都很有能力與創造力，她們需要的，是協助她們回到社區，重新與人自然互動的媒介。」因此，高雄分所開始思索，成立一個據點，讓家園的安置少女和社工可以一起學習。



貳拾少女培力基地的促成，還有另一個原因：勵馨期望培養少女自立，因此進入高中階段後，就會鼓勵少女工讀；然而因為種種原因，少女們在外工讀的結果多半很不順利，也讓社工非常心疼。「我們就有一個社工很替少女們抱不平，說乾脆她自己開一間店給少女們工讀算了！」楊稚慧笑說，社工的反應，讓她們更堅定、要為少女們預備一個準備性職場發展的基地。

自己的小天地 自己打造

有了發展基地的決定後，工作團隊便開始規劃，但各種成本和技術問題，加上人力吃緊，始終無法擬定。「但就在某次討論，我們突然『靈光乍現』，這些問題都得到解決了！」楊稚慧提到，正在苦惱時，「二手選物」這個概念忽然出現：「我們明明就有一個物資中心，為什麼還要開別的店呢？」之後團隊探訪多家二手選物店，讓她們越來越堅信，這是一個好選擇。

經營選物店，首重店內氛圍，因此在規劃共學課程時，也很重視藝術體驗，例如手作藝術、生活藝術、服飾藝術等等，在今（2022）年十一月初，少女們成功完成了一門「空間實物設計」的課程學習，現在貳拾少女培力基地的一樓，從佈置、商品陳列、手工植栽、服飾挑選，都是由少女們親自打造的。

一點一滴努力成長的妳 我們都看見了

高雄分事務所的少女庇護家園督導王秀萍表示，課程與實務工作相輔相成，不僅培力少女的外在能力，也陶冶內在涵養。透過課程，少女們可以接觸到平時接觸不到的東西，也觸發她們的熱情。

觀察少女在貳拾少女培力基地的學習，王秀萍也發現，少女們很喜歡接觸人；過去可能生活環境等因素，少女們較不易接觸其他人羣，但透過共學課程，少女們可以認識新朋友，並從中對人際關係有正向的累積。例如在社工

陪伴下，曾有靜宜大學的日本交流生與少女交流，雙方各自分享文化、拓展彼此視野。

為了強化能力，高雄分事務所的團隊決定讓共學少女從最上游就開始接受訓練，到物資中心的倉庫學習選物篩選。王秀萍感動地說，當時正值夏天，少女們又必須在成堆的衣物中學習挑選，其實很不容易，但是她們充滿了熱情、不以為苦，令社工相當欣慰。

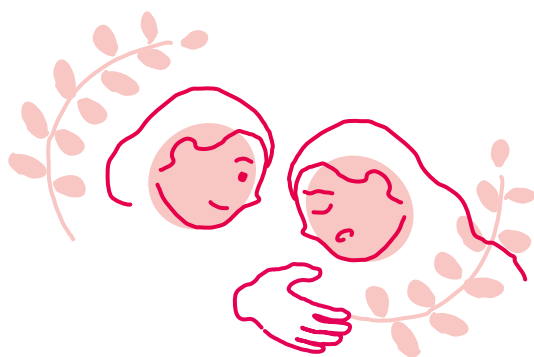
共學課程多元，更有考執照的培訓，比如新娘秘書、指甲美容等。少女們可以同時思考職涯，如果確定想從事，就須接受密集訓練，之後，確實也有人順利考取執照。社工也會帶著少女們外出實習、為腦性麻痺的患者化妝；有些女孩向社工坦言有點害怕，但想到患者們可能從沒有被裝扮過，反而令她們燃起使命感，更努力為患者化妝。

歡迎來到這個星球 看看她們的夢

工作團隊設計一整年的實驗課程，少女們必須從中培養責任感，也開始摸索未來，較活潑的少女，會發現自己很適合服務業；有些少女偏向文靜，但在美學、設計上表現出色，透過課程，少女們漸漸探索出天賦與喜好，對未來的方向也更明確了。

貳拾少女培力基地下一個目標，是訓練第一批門市人員，建立穩定營運模式，於農曆年後正式開店。到了下半年，她們將策畫一個展覽，在貳拾少女培力基地展出少女們的創作成果，「展覽名稱就叫：『歡迎來到我的星球』。」楊稚慧感性表示，每一個孩子就像一個獨特的星球，所以希望為她們提供機會，展示自己的蛻變。「貳拾少女培力基地」，不單是預備性職場，更是象徵著微光照進，而即將成年的青春少女，猶如她們細心手作的植栽一般，吸收養分、重新抽芽，在未來的春日裡勇敢綻放。

請到中繼站好好療傷 復原路上有我陪你



Fotorech from Pixabay

不知從什麼時候開始，小玉（化名）的丈夫變得多疑易怒，並開始動手，因為丈夫事後都會幫她擦藥、懺悔並且訴說愛意，所以起初，小玉也以爲丈夫只是偶爾心情不好，然而這樣的情形卻一再循環，丈夫對小玉的控制與跟蹤也越來越嚴重，當丈夫又一次當著孩子的面動手毆打小玉、將孩子嚇哭後，爲了逃離暴力，小玉決心帶著孩子離開。

但是，周遭的親友不但勸小玉繼續維持婚姻，還向丈夫透露小玉的行蹤，以致丈夫找到小玉，再度當著孩子的面對她施暴，在走投無路之下，小玉找到勵馨基金會桃園分事務所尋求庇護，並聲請保護令，向法院訴請離婚。

在庇護家園休息半年後，小玉預備返回社區重新生活，未料，這卻是另一項考驗的開始；獨立生活需要穩定的住所與工作收入，小玉因爲需要保留照顧孩子的時間，只能找可以準時上下班的工作。而有些房東擔心租給受暴的離婚婦女會引來麻煩、孩子會吵鬧或破壞房子等原因而婉拒出租，或者位置偏遠，交通與生活機能很不方便等，光是重返社會的第一步，就讓小玉屢屢受到挫折。

此外，由於小玉獨自育兒，導致她每天的生活都像一場戰爭：早上送孩子到幼兒園後隨即趕到公司上班，下班後立刻飛奔去接孩子，但仍難以兼顧，沒過多久，小玉因從不加班遭公司約談，幼兒園也再三請她準時接孩子回家。她沒有足夠的睡眠、沒有時間裝扮、沒有空間社交，還要安撫哭鬧的孩子，身心俱疲的小玉，感覺即將被巨大的生存壓力吞噬。

本以爲脫離暴力就能迎來安穩的新生活，但接踵而來的卻是社會對離婚女性的偏見與歧視、因離婚被迫與親友關係切割、婚後財產登記在配偶名下，離婚後被迫離開熟悉的生活環境與資源，又要兼顧工作與育兒的身心煎熬等等，讓小玉面臨多重困境。

再三考量後，小玉決定鼓起勇氣請求協助，她向庇護家園的社工承認，自己還需要更多預備才能重返社區生活，在擬定自立生活計畫後，小玉運用中長期庇護資源，在中長期庇護家園與其他脫離暴力的姐妹互相陪伴、支持，規畫未來的生活，不只如願兼顧工作與育兒，面臨困境時有商量的對象，而小玉自己也有充分的喘息時間，可以療癒創傷、預備自己。

在定期與社工回顧並修訂自立生活計畫的歷程中，小玉的外在生活與內心狀態愈來愈穩定，因爲充份預備、修復創傷，小玉得以重建內在自我價值與信心，外在生活能力也顯著提升，終於順利帶著孩子返回社區自立生活。

從多年的服務經驗中，勵馨基金會桃園分事務所看見，往往在服務對象離開暴力後，才是她們面對內在傷痛與生活困境的開始，友善且安全的居住環境、工作、托育協助等都是服務對象重建生活的必要資源，有這些資源陪伴她們，服務對象的療癒創傷與自立生活之路才能走得更穩健。

桃園愛馨人粉絲專頁



二〇二三春菊馨家園 邀您一起過好年

敬愛的愛馨人歲末平安！感恩過去一年有您的幫助，讓勵馨台中分事務所在物價上漲、疫情起伏的環境中，仍可以努力維持、讓服務順暢進行！

守護孩子們生存及發展的權利是我們的使命，勵馨台中分事務所有一個全台少數的合法待產媽媽之家——「春菊馨家園」，每年，有近50通待產安置的諮詢來電，我們協助因遭遇不幸或生活落入困境的懷孕媽媽能平安待產。

今年是家園18歲成年禮，而我們在日以繼夜24小時不間斷的照顧下，共計服務了330名需要照顧的孩子，今年夏天，我們在疫情復發時也充滿感恩的迎接第140位寶寶安全的來到世界上。

邀請您，與我們一起關注孩子們的生命權益，並在年節思家的歲末時刻，讓「春菊馨家園」的孩子們有一份溫暖圍爐的機會，並在下一年度能有足夠的經費，幫助寶寶從定期產檢到出生後的新生兒健檢、奶粉、尿布、托育費等日常所需。

※即日起至2023/2/10，單次捐款滿3,000元或每月捐款300元達一年以上送〈諾亞方舟兒童遊戲書禮物組〉乙組（限量30組）。

捐款專線：04-2223-9595

二〇二三春菊馨 過好年



歲末來臨 感謝每位愛馨人一整年的支持

跟著桃青之星做愛馨， 為受暴婦幼過年送暖募溫情

新年是每個家庭都期待團聚的日子，但在許多家庭聚首的同時，有一群人正處於家暴陰影下，無法享受團聚的溫暖氛圍。該如何在年節協助、陪伴受暴婦幼，是勵馨基金會長期努力的課題之一。

今年勵馨基金會桃園分事務所邀請團體「桃青之星」攜手合作，也讓在地青年了解親密關係暴力的發生原因，以及受暴婦幼在離開安置家園後，面臨的經濟困難及小孩托育等難題，希望勵馨桃園分所及桃青之星的溫情傳遞，讓這些姐妹與孩子們，能夠感受到陪伴及祝福，共同迎新美好的馨禧年。



小額做愛心

性別教育廣植偏鄉 將讓愛更美麗

勵馨基金會彰化分事務所在八年中的服務發現，偏鄉地區仍有許多的不平等關係和性別暴力，因此彰化分所開始執行偏鄉性別教育計劃，協助教育台灣各地的孩童。

只要每月定捐300元以上，就能讓偏鄉學校的班級參與性別教育宣導活動，讓資源匱乏的孩子也能得到性別、情感教育，學習自我保護及尊重他人，減少兒少性侵害、未成年非預期懷孕以及任何性別不平等的狀況發生。

邀請您一同支持性別教育，讓愛更美麗！開始為下一代的孩子，翻轉性別的不平等。



認養性別教育，讓我來！

近期活動

**傳遞愛 & 希望
耕馨家園推出 2023 桌曆**

勵馨基金會屏東耕馨家園用愛支撐逆境女孩，不僅提供穩定生活照顧，爲了讓女孩們重新再出發，家園設計了培力課程，陪著女孩尋找職涯方向、培養能力，爲以後進入社會打下基礎。

2023 年耕馨家園推出「愛與希望」桌曆，女孩們運用媒材、色彩創作藝術之美，透過不同媒材特性，自由流動融合出多元色彩，創作出獨一無二、情感豐沛的流動畫作。



2023 耕馨家園桌曆

家暴防治沉浸式互動展 獲得民衆肯定

勵馨基金會花蓮分事務所舉辦「111 年家庭暴力防治創意沉浸式互動展活動」。除了極擬真的家暴場景，也融入創傷知情的概念，體驗自我情緒調節。

民衆回饋熱烈，表示「非常滿意」的民衆有近 7 成，「滿意」的民衆也有近 3 成，讓首次辦理沉浸式互動展的勵馨花蓮分所備感激勵與感恩。盼能邀請您與我們一同成長，建立性別公義的社會。



支持花蓮勵馨 發揮您的愛心

You're always there
慈善音樂會圓滿落幕 感謝耕馨天使

勵馨基金會屏東分事務所於 11 月 5 日舉辦「You're always there 慈善音樂會」，感謝愛馨人熱情參與，現場高朋滿座。指揮、和聲、曲目都格外撫慰人心，令人深刻感受到 You're always there 的真諦。

特別感謝演出團體屏東縣雅歌音樂協會、台南頌音合唱團、南榮國中舞蹈團、協辦及贊助企業，還有每一位現場聆聽的愛馨人，因有您們的熱情支持，音樂會才能順利圓滿演出。



屏東愛馨人粉絲專頁

公債無償

-
- | 服務類別 | 相對數量 (估計) |
|------|-----------|
| 間接服務 | 1 |
| 社區服務 | 1 |
| 諮商輔導 | 1 |
| 少年服務 | 2 |
| 婦女服務 | 3 |
| 安置 | 3 |

服務項目	金額	比例 (%)
安置 (北中南東共 12 家庇護家庭)	NT\$ 101,636,101	22.92%
婦女服務	NT\$ 159,542,726	35.98%
少年服務	NT\$ 98,202,050	22.15%
諮商輔導	NT\$ 14,457,052	3.26%
社區服務	NT\$ 15,016,827	3.39%
(總計)	NT\$ 388,854,756	87.70%
間接服務	NT\$ 54,512,759	12.30%
總計	NT\$ (8,372,536)	

2022年度1至11月收支報告

年度募款目標 NT\$654,800,000
離年度募款目標尚欠金額 NT\$219,805,021
收入 NT\$434,994,979
支出 NT\$443,367,515

單位 新台幣／元 勵馨基金會財務處
資料提供

單發割

98-04-43-04郵政劃撥儲金存款單

收帳號碼12174978

金額(阿拉伯數字)億：仟萬：佰萬：拾萬：萬：仟：佰：拾：元

郵政劃撥儲金存款收據

◎寄款人請注意背面說明
◎本收據由電腦印發請勿填寫

收款帳號戶名

存款金額

電腦紀錄

經辦司收款章戳

通訊欄 (限與本次存款有關事項)

捐款用途 (請勾選)：111010102
☐ 支持勵聲
☐ 蒲公英飛揚計畫 (搶救受性侵孩子)
☐ 助印兒童保護新觀點手冊
☐ 多陪一里路 (受暴婦幼生活重建)
☐ 助學金計劃 (弱勢兒少)
☐ 女孩的幸福中繼站 (少女安置家園)
☐ 小腳丫助養人 (收出養+青少年懷孕服務)
☐ 向日葵小屋 (撫平目睹兒少創傷)
☐ 培力女孩創造未來 (亞洲女孩培力)
☐ 逆境青年勵志就業 (青少年自立)

依現行活動內容寄送贈品：
(未勾選或活動截止，將不寄送)
☐ 請寄給我 ☐ 我不需要

我需要E化申報 (首筆捐款必填，次筆可免)
身分證字號： (僅限個人)
徵信名稱：
☐ 同寄款人 ☐ 匿名：_____

收款戶名財團法人勵聲社會福利事業基金會

姓名地址電話

寄款人 ☐ 他人存款 ☐ 本戶存款

經辦司收款戳

主管：

虛線內備供機器印錄用請勿填寫



「歲末傳愛 迎接平安馨禧年」捐款授權書

【112070102】

※ 依據財團法人法第 25 條第二款之規定，本人 ☐ 同意 ☐ 不同意 以真實姓名公開徵信

收據抬頭		生日 年 月 日		傳真
收據抬頭及徵信名稱可以分別設定，匿名徵信可自行命名或勵馨以「愛馨人」名稱為您徵信，若您未做任何勾選，本會將以您的收據抬頭公開徵信。				
徵信名稱		勾選「不同意」您可自行命名，或本會以「愛馨人」名稱為您徵信。 ☐ 匿名徵信 (請您命名) ☐ 我要以「愛馨人」名稱徵信		
電話		宅	公	手機
地址		□□□ - □□		
電子信箱				
捐款收據	☐ E 化	凡提供身分證字號者，勵馨將主動為您加入 e 化報稅方便您申報作業 (若您無須此服務，請勾選取消 ☐ 我不需要 E 化報稅) ☐ 同持卡人或開戶者身分證字號 ☐ 身分證字號 (首次申請必填) ☐ 收據抬頭另開 身分證字號 / 統一編號		
	☐ 紙本	若您已申請 E 化報稅無需重複申請紙本收據，若有特別需求請單選。 ☐ 年度寄送 ☐ 按次寄送 ☐ 不寄 (營利事業與機關團體之捐贈，請於 2 月底前將免扣繳憑單寄至本會)		
捐款金額		☐ 單次捐款 ☐ 5,000 元 ☐ 2,000 元 ☐ 1,000 元 ☐ 其他：單次捐款 元 ☐ 定期捐款 每月捐款 ☐ 500 元 ☐ 200 元 ☐ 100 元 ☐ 其他： 元		
信用卡捐款		信用卡卡號 - - 持卡人姓名 持卡人簽名 (同信用卡背面簽名) 有效期限 西元 年 月 發卡銀行 卡別 ☐ VISA ☐ MASTER ☐ JCB ☐ 聯合信用卡 ※ 異動資料、調整金額，敬請來電告知。於信用卡有效期限內，每月 10 號將固定扣款，遇假日順延。		
捐款感謝禮 請勾選	☐ 麻吉貓 X 勵馨聯名紅包袋	☐ 氧顏森活面膜	☐ 老協珍熬雞精禮盒	☐ 謝謝，我不需要
	 ※ 單次捐款滿 1,000 元 (含) 以上，或定期捐款 100 元持續達一年 (含) 以上，致贈麻吉貓 X 勵馨聯名紅包袋乙套 (3 入)。	 ※ 單次捐款滿 2,000 元 (含) 以上，或定期捐款 200 元持續達一年 (含) 以上，致贈氧顏森活喜尾花日月潭紅玉抗痕面膜或珍珠花阿里山玉露青春面膜乙片 (隨機出貨)。	 ※ 單次捐款滿 5,000 元 (含) 以上，或定期捐款 500 元持續達一年 (含) 以上，致贈老協珍熬雞精禮盒 (常溫 / 7 入)。	
※ 贈品款式隨機出貨，數量有限，送完為止。並將於扣款成功後，次月月底寄出。				
贈品地址		☐ 同收據寄送地址 ☐ 另寄至：□□□ - □□		
郵政劃撥		郵政劃撥 / 戶名：勵馨基金會 / 帳號：1217497-8 (通訊欄請註明「歲末傳愛」方案)		
其他相關資料		☐ 願意提供櫃檯放置【愛馨零錢箱】，請和我聯絡。我知道勵馨基金會，訊息是來自： ☐ 親友介紹 ☐ 勵馨活動 ☐ 勵馨網站 ☐ 勵馨電子報 ☐ 勵馨出版品 (含會訊、年報) ☐ 媒體報導 (☐ 報紙 ☐ 雜誌 ☐ 網路 / 廣播 ☐ 電視) ☐ 其他		

填妥表格後，請傳真至 (02) 2918-8377 或 郵寄至 23143 新北市新店區順安街 2-1 號 1 樓

捐款專線 (02) 8911-5561

勵馨基金會向您蒐集之上開資料，您同意本會於服務地區內，提供合於章程之目的、公益勸募條例需要之客戶管理、募款等相關服務，您可依個資法第 3 條主張查詢、刪除等所有權利。凡捐助本會均享有免費雜誌、電子報、活動訊息通知以及客製化服務，您亦可以電話、電子郵件或掃描右側 LINE@ QR 碼向本會取消或恢復此服務。 111 年 11 月版

衛部教字第 11013641171 號



勵馨總會

關懷專線 02-8911-8595

劃撥帳號 1217497-8

服務信箱 master@goh.org.tw

地址 23143 新北市新店區順安街 2-1 號 1 樓

網址 www.goh.org.tw

各區連絡資訊

台北分事務所

關懷專線 02-2362-6995

劃撥帳號 1976-7793

新北分事務所

關懷專線 02-2983-4995

劃撥帳號 5021-9104

林口服務中心

關懷專線 02-2608-1485

宜蘭分事務所

關懷專線 03-9315-995

劃撥帳號 5041299-9

桃園分事務所

關懷專線 03-422-6558

劃撥帳號 5021-9117

新竹分事務所

關懷專線 03-668-8485

劃撥帳號 5034-8758

苗栗分事務所

關懷專線 037-260-035

劃撥帳號 1987-3533

台中分事務所

關懷專線 04-2223-9595

劃撥帳號 1976-7802

彰化分事務所

關懷專線 04-836-7585

劃撥帳號 5028-6231

南投分事務所

關懷專線 049-273-0025

劃撥帳號 5021-9120

雲林分事務所

關懷專線 05-537-0545

劃撥帳號 5041-3019

台南分事務所

關懷專線 06-358-2995

劃撥帳號 5021-9132

高雄分事務所

關懷專線 07-223-7995

劃撥帳號 1976-7831

屏東分事務所

關懷專線 08-733-0955

劃撥帳號 5021-9095

花蓮分事務所

關懷專線 038-228895

劃撥帳號 1988-5491

台東分事務所

關懷專線 089-225449

劃撥帳號 1980-8917

純粹自然 肌膚自護

氧顏森活

Forest Beauty

& 勵馨基金會
The Garden of Hope Foundation

氧顏森活支持勵馨基金會 歲末傳愛 捐款滿額禮



最佳多元新媒體獎
全球美妝品牌卡蜜爾獎



Forest Beauty 氧顏森活
ALISHAN GREEN TEA
珍珠花阿里山玉露青春面膜



Forest Beauty 氧顏森活
SUN MOON LAKE BLACK TEA
喜尾花日月潭紅玉抗痕面膜

珍珠花阿里山玉露青春面膜乙片 / 喜尾花日月潭紅玉抗痕面膜乙片 (款式隨機)



捐款QRcode



歲末傳愛 馨禧年

邀您一起協助
弱勢婦幼過好年



誠摯邀請您響應歲末傳愛計畫，資助勵馨全台共16個庇護安置家園及服務對象，
陪伴勵馨婦幼迎接平安馨禧年。

捐款專線：02-89115561

捐款
滿額贈



森林顏活
Forest Beauty



老協珍
LAO XIE ZHEN



勵馨官網捐款



LINE Pay捐款

衛部教字第1101364117號