



勵馨會訊

176
2024. Sep.

內付
資已
國郵
雜誌
板橋郵局特可證
板橋字第 1923 號
本刊免費贈閱
歡迎函索



● 執行長的話：投資女孩，就是投資未來——用溫柔的力量改變世界
● 翻轉「女孩日」，從「這我！音樂祭」看見青少年的內在力量
● 小青馨發酵室：讓我們做你的酵母菌，陪你成為自己喜歡的樣子

翻轉「女孩日」 看見青少年的內在力量

2000 年，勵馨有感臺灣少女在人格權、健康權、教育權等方面受剝削嚴重，提出《少女人權紅皮書》，呼籲政府拿出措施，疼惜臺灣女兒。二十年後，我們看見年輕女性性別意識已然覺醒、萌芽，未來勵馨將持續聚焦於青少年性別意識之生活實踐培力，同時投入國際資源，協助有潛力的亞洲女孩在各地實踐永續工作，期許在不同的國家與社會，種下性別平權的種子！

他們 都說你想太多

專業陪伴與性騷擾防治 募款計畫

2023 年台灣開始了 #MeToo 運動，很多的受害者現身說出他們曾遭遇的傷害，社會為之震驚且心痛，而同時也有人提出疑惑「為什麼事情過了這麼久才說出來？」

我們期待透過此計畫，讓更多人了解性騷擾與性暴力發生時，受害者將會面臨哪些困難，而當我們越理解，就越有機會可以改變，並陪伴受害者踏上創傷復元的道路。

我們都是身在其中的一部分，我們都有機會能讓事情變得不一樣。
邀請你一同來了解我們能為這個世界帶來的改變。

MeToo



一起了解我們與
MeToo 之間的距離



勵馨本著基督愛與公義的精神，預防及消弭性別暴力之傷害，並透過服務與倡議同行，共創性別友善之社會。願每個人都能在沒有性別歧視與暴力的環境中成長，並享有生命應有之尊貴與榮美。

目錄

執行長的話

- 02 投資女孩，就是投資未來 ——
用溫柔的力量改變世界

主題報導

- 04 翻轉「女孩日」——
從「這我！音樂祭」看見青少年的內在力量

特別企劃

- 10 Power Camp 魔法少女電力營
一起充權你的性別能量！
- 12 在女孩的戰鬥日常中展現「卵」實力！
- 13 培力兒少防暴知能，
更要在數位浪潮中構築安全心理空間
- 14 培育新世代女性領袖！
10 個亞洲女孩永續實踐家
來台進行跨文化培力

社工馨語

- 16 「好室」在這裡，友善在這裡 ——
相遇、療癒、再出發
- 18 小青馨發酵室——讓我們做你的酵母菌，
陪你成為自己喜歡的樣子
- 20 一起玩，玩出貳拾馨生活

近期活動

- 21 這我！青少年 Live 音樂祭，一起來 Free!
- 22 《小星與空空鳥》兒童身體自主權課程
熱烈開辦

任何性別都值得被珍愛

我的肺腑是你所造的，我在母腹中，你已編織我。我要稱謝你，因我受造奇妙可畏。（詩篇 139：13~14）

翻轉吧！女孩 / 青少年

主耶和華的靈在我身上……差遣我醫好傷心的人，報告被擄的得釋放，被捆绑的得自由。（以賽亞書 61：1）

共創性別友好社會

你們要彼此接納，如同基督接納你們一樣，使榮耀歸與神。（羅馬書 15：7）

《勵馨會訊》自 176 期（2024 年 9 月發行）起，發行間隔改為季刊，於每年 3、6、9、12 月出刊，全年總 4 期。

為響應環保，歡迎改至勵馨官網閱讀電子版會訊，如需取消紙本會訊寄送，請於上班時間撥打捐款專線、寄 e-mail 或加入 Line@ 好友並留言。



發行 財團法人勵馨社會福利事業基金會
發行人 潘瓊琬
發行所 231033 新北市新店區順安街 2-1 號 1 樓
電話 02-8911-8595（代表號）
捐款專線 02-8911-5561
E-mail master@goh.org.tw

劃撥帳號 1217497-8
戶名 勵馨基金會
總編輯 王玥好
主編 錢愛慈
執行編輯 單蔓婷

美術設計 黃萱
承印 中華彩色印刷股份有限公司

投資女孩，
就是投資未來 ——
用溫柔的力量改變世界



勵馨從起始的少女中途之家安置服務中，看到被人口販賣、家暴、性侵、未預期懷孕少女共通問題在於遭受貶抑、性剝削的性別平等對待，而後我們在長期追蹤輔導下，發現性別歧視問題會延伸到成年生活中。追其根源，與社會文化及性別議題密不可分。

1999年，我有機會前往聯合國參加CSW聯合國婦女地位諮詢會議。讓我印象最深刻的是，台灣要參加聯合國會議何其不易，也多是菁英女性代表參加，但我卻看到歐美國家有許多年輕女孩活躍參與在聯合國會議中，這打開我的視野，也意識到人權、性別培力要從小紮根，並創造機會與平台給年輕女性。

這樣的看見，讓我們調整工作策略：我們要從少女階段就開始進行女權的紮根工作，同時採取預防性、發展性和補救性的法制方式來保障少女權利。2000年勵馨提出「臺灣少女人權紅皮書」，指出臺灣少女的人格權、媒體權、健康權、人身保護權及教育權受到嚴重侵害，呼籲政府應該為少女的惡劣處境盡力，拿出措施，疼惜臺灣女兒。

勵馨提倡少女人權有三大策略：

- 一、「倡議臺灣女孩日」，歷經勵馨十年請願，行政院終於回應，在2013年七月正式頒布每年10月11日為第二級國定紀念日「臺灣女孩日」，促使政府投入資源進行女孩人權意識教育！
- 二、「發掘臺灣女兒」，除了在各縣市舉辦「魔法少女電力營」及「女兒工作日」等性別意識培力活動，讓少女們在活動中破除刻板觀念，加深少女對身為女孩、女性的性別覺察。也在2003年創辦「Formosa女兒獎」，在女兒獎當中，勵馨以「知識、自信、責任、勇氣與活力」五大特質，成立「社群經營、勇氣冒險、數理科技、體能運動、特殊創作」五大獎項，表揚打破性別框架的女學生們，在此其中，我們看見來自各

地充分展現精采自我的臺灣女兒，帶來前所未有的全新視野。

發起國際倡議，帶領亞洲關注女孩人權

我們相信投資女孩能促進永續發展，2013年，台灣女孩日倡議成功後，看到一些亞洲國家少女不利處境，開始拓展與亞洲各國培力女孩的組織合作，一起辦理研討會、展覽、辯論、快閃、影展、演講和工作坊，動員面向則擴及政府機構、公民社會組織和社區，共同宣示女孩價值。同時也開始頒發亞洲女兒獎，鼓勵亞洲女孩挺身支持性別平權，引領整個社會共同關注人權、社區發展和創新，證明女孩即使身處不平等的環境，仍能成為優秀的領導者。十年來，我們已與15個亞洲國家，超過250個亞洲NGO連結，建立夥伴關係，支持全亞洲100位以上的女孩培力方案，動員近10萬名亞洲少女展現潛力。

二十多年來，我們看到台灣年輕女孩性別意識已然覺醒、萌芽，但在實踐力上還棋差一著。此外，性別意識也與社會階級一樣存在著M型化現象，未來我們會更聚焦於少女性別意識之生活實踐、針對M型化現象進行差異化培力。同時也會持續投入國際培力資源，協助有潛力的亞洲年輕女性領袖們在各地實踐永續工作，並為自己的社會種下性別平權的種子。

勵馨基金會 執行長

王明子

勵馨女孩培力形象影片



翻轉「女孩日」—— 從「這我！音樂祭」 看見青少年的內在力量

It's
My Day!

Gender
Empowerment

「女孩在媒體的形象只能是辣妹、恐龍妹、檳榔西施、人工美女？」「女孩更適合當護理師、教師、保母、家庭主婦？」長期以來，台灣少女在貶抑中長大，受傳統中華文化影響，重男輕女的觀念根深柢固。如今台灣社會的性別平等意識正在發展進步，但性別刻板印象、偏見與歧視的問題仍然存在。

根據行政院性別平等會資料顯示，2020年我國高等教育畢業生共計約29.7萬人，其中女性15.6萬人。少女接受教育比例與男性相比已無差異，但在科系的選擇上，仍受性別影響。細看各領域畢業生中女性比率，「教育」高達70.3%，「藝術及人文」也占68.8%，「工程、製造及營建」卻僅占18.9%。許多家長仍對孩子存有「男理工、女人文」之期望，如何突破家長的性別期待，讓努力學習的學生不會因性別而受限制，仍有長路要走。

身為女生，從小就聽到好多「不可以」，成長過程中常聽老師或長輩說：「女生不需要學這個」、「女生不可以這樣」或是「女生應該怎麼樣」。為了消弭「性別」對女孩的限制與影響，破除刻板觀念，發覺及展現女孩潛在的力量，鼓勵他們勇於追求夢想，「女孩日」的概念油然而生。

「女孩日」源自聯合國於2012年宣布通過的66/170號決議，將每年的10月11日定為國際女孩日（International Day of the Girl），期許各國都能重視女孩的權利、發展女孩的能力、為女孩提供更多的機會、破除對女孩不平等的待遇等等。

勵馨是全台第一個開始倡議女孩日、推動「台灣女兒節」的團體。20多年前，當時台灣社會僅將身體外貌視為女孩的唯一價值，缺乏女孩培力的概念，勵馨在2000年發表《台灣女孩紅皮書》，指出台灣女孩被貶抑的脆弱處境，呼籲政府、社會大眾重視女孩價值。

勵馨啟動了「Formosa 女兒系列倡議與行動」，推動包含「數理科技」、「勇氣冒險」、「社群經營」、「特殊創作」、「體能運動」五大獎項

的女兒獎，以鼓勵女孩發展多元的可能性。勵馨各分處所也透過辦理女孩工作日、女孩馨光夜跑、Power Camp等活動，反轉性別迷思，為台灣女孩人權扎根與發聲，至今已培力超過10,000名女孩。

在勵馨基金會長年倡議，以及響應聯合國「國際女孩日」的氛圍下，行政院自2013年起將每年10月11日訂為「台灣女孩日」，開始推動「提升女孩權益行動方案」（註1），呼籲社會重視女孩價值與權益，重視投資及培力女孩，讓台灣女孩獲得應有的人權與照顧。

分享經驗 推動亞洲女孩培力

2012年行政院主計處公佈臺灣性別圖像，並將我國資料代入性別不平等指數GII（註2）公式計算，顯示2011年我國GII值為0.061，與聯合國開發計畫署（UNDP）評比的146個國家相較，僅次於瑞典、荷蘭及丹麥，位居第4，優於亞洲地區之新加坡、日本及南韓。

台灣性別意識的提升，遙遙領先亞洲各國，勵馨發現要改變以父權制度為主的亞洲國家，需要更多在地草根組織的發聲和推動，從根本進行社會觀念改革。因此希望性別平權走在亞洲最前端的台灣，可以擔任經驗傳承者的角色帶領行動，幫助亞洲女孩們發揮影響力。

2012年起，勵馨透過舉辦「亞洲女孩人權運動」與多個亞洲次區域的NGO連結，建立夥伴關係，在各國與各區域以反人口販運、反童婚、支持少女受教權等議題。舉辦包括請願、研討會、展示、辯論、快閃活動、影展、演講和工作坊等多元活動，參加的成員有政府、公民社會組織和社區成員的代表。

勵馨透過在台灣推行「Power Camp 魔法少女電力營」多年成效斐然的經驗，以性別培力為核心，將過去亞洲女孩人權運動所獲得的成果和經驗，深耕至亞洲國家。希望能經由不同區域女孩們之間的交流，更理解女孩們所面



對的各項處境，並藉由分享，激盪出更多對於性別倡議的力量。

同時，勵馨也積極推動亞洲女孩培力計畫（Asian Girls Campaign），根據各組織提交的女孩培力計畫書，小額補助對女孩教育權及改善女孩人權狀況的提案、各種性別倡議、活動、網路或 DM 行銷宣傳、團體、小型工作坊等，有貢獻的組織。藉由教育及生活上援助方案，串連其他國際組織，加強地方教育與社區發展，提供知識方面的轉移，培養亞洲女孩自立的能力。至今已支持 100 個亞洲在地女孩培力方案，創造了友善安全的女孩發展空間。

擴大性平意識「台灣女孩日」轉型

經過勵馨多年的倡議及推動，政府通過「台灣女孩日」並開始有相關預算，社會大眾逐漸打破女孩只有身體外貌單一價值的思想。雖然當初倡議的議題已獲解決，達成了階段性的目標，不過我們也發現女孩雖然漸漸具備性平概念，卻無法落實於日常生活中。他們在參與

活動時所建立起性平意識，在離開活動場域後，就會因周圍環境及身邊親友的不認同，將其打回原形；或是因家長和長輩仍缺乏性別知能，世代落差造成親子衝突，而形成女孩實踐性別平等的阻力。

隨著性平教育的落實，勵馨看見不只女孩遇到實踐的阻力，不同性別間也遇到世代交替的難題。

勵馨除了原有的青少年父母、兒少性剝削、青少年就業、目睹兒少等服務，近年也開設或辦理了新北市「花漾青春館」、台北市「南區少年服務中心」、台中「小青馨」、苗栗「好室」、高雄「貳拾馨」等青少年社區服務中心和培力據點。勵馨同時與位於彰化、花蓮的兩家「Aher 性 / 別教育體驗中心」，以及各分所的「性 / 別教育體驗服務」一起宣導性平教育。期望擴大並延伸「點、線、面」的服務宣導，建構起更為健康的性別友善社會。

「這我！」音樂祭 用青少年的心聲向世界發聲

舉辦超過 20 年、萬人參與的勵馨「女孩日」系列活動，在今年（2024）因應時代趨勢轉型，於 9 月 21 日以「這我！It's My Day！青少年音樂祭」的型式在年輕人聚集的台北西門町盛大舉行。

透過音樂祭以「音樂演出 x Live Podcast x 互動市集」創造多元體驗，回應青少年不同的困擾，用青少年的心聲向世界發聲，從青少年真正的煩惱出發，結合勵馨全台一線社會服務經驗，與青少年夥伴共創而生，讓青少年在每個「這我！」的共鳴中，發現更多的選擇與可能，帶著認同與自信，成為真正喜歡的自己！

推動全面性別教育 直面青少年身心焦慮議題

勵馨也期待透過音樂祭的宣導，讓社會大眾及家長不再只關心青少年的生涯發展，更要聚焦目前青少年真正煩惱的「關係焦慮」、「數位暴力」、「性別探索」、「身心困擾」等四大議題。

關係焦慮：

社群媒體使得人際互動更加即時、片段且公開化。「即時」導致青少年習慣立刻得到回覆，難以延遲滿足；「片段」導致資訊或認知落差，造成溝通不良、錯誤詮釋或過度解讀；「公開化」則導致人際界限實體化，社群媒體上的一切互動，都標示了關係的厚度，造成親疏遠近變得一目了然。為了維繫關係，青少年更容易缺乏安全感並感到焦慮，他們必須不斷在社群網路上進行互動，甚至在不知道事情全貌的狀況下就採取回應，反而加劇關係衝突。

數位暴力：

青少年從小生長在充斥數位產品的環境中，生活與網路密不可分，當所處環境未能回應情感需求時，網路甚至會成為部分青少年的

唯一情感依附來源。加上網路的「速食性」，隨時可以找到不同網友，不用費心深入經營互動，導致對人際界限尊重的陌生。

網路環境「非實體互動」的特性，青少年因為看不見對方，更可能將其視為帳號數據而失去同理心，或將其理想化而變得異常靠近；而演算法帶來的「同質性高」則使青少年身處同溫層，資訊片面而容易從眾。假如缺乏相關教育，青少年未必有辦法區辨自己從事的、或遇到的行為是不是暴力；加上同溫層的影響，則可能讓青少年因為「大家都這樣」，進而合理化暴力行為。

性別探索：

性別探索是青少年成長中的重要環節，隨著社會對性別議題的關注，青少年在自我和性別認同上面臨更多挑戰。這不僅限於生理性別的認識，還包括對性別角色、性別氣質及性傾向的理解。

在多元的社會中，青少年雖然有更多選擇和自由，但世代間的性別觀念仍在相互碰撞，青少年在尋找自己位置的過程中，常常會感到迷茫和困惑，因此需要足夠的資訊和支持系統來協助。

在這過程中，青少年常會面臨來自家庭、學校和社會的壓力，例如家人的期待與個人性別認同衝突，同儕的歧視和嘲笑也會對身心健康造成負面影響。我們觀察到「性別刻板」、「愛情腳本」、「被害人迷思」及「從眾」深深影響年輕世代，這些面向互相交織，使性別議題更加複雜，也影響青少年對數位性別暴力的看法。

身心困擾：

身心困擾是青少年時期常見的問題，包括心理健康和生理健康兩個方面。這些困擾與壓力可能源自青春發展、學業壓力、人際關係、家庭環境、自身發展等多方面因素。在數位科

技時代，這些因素與數位世界的影響交織在一起，使得問題更為複雜。

當青少年面臨以上焦慮和困擾時，若能獲得及時、適當的心理健康教育與支持系統，對他們緩解壓力將有很大助益。透過勵馨的陪伴與支持，青少年們能夠有意識地覺察自身情緒變化、並在維持人際界限的同時，學著將情緒說出口。慢慢的，他們愈來愈有能力辨識壓力、找到合適自己的環境、主動關照自我身心，在遇到風險與壓力事件時，也比過去更敢開口向「重要他人」尋求協助。我們更驚喜觀察到，青少年們的媒體識讀及思辨能力也有所提升。

勵馨希冀透過全台青少年服務，建立具有性別觀點的性教育和心理健康支持。我們透過社工服務、倡議宣導以及沉浸式體驗桌遊等方式，創造出可以開展對話的空間，幫助青少年

在充滿挑戰的成長階段獲得充沛、合宜的知識和支持。

勵馨的目標是讓每個青少年都能理解和尊重自己及他人的身體界限，並培養健康的性別觀念，以減少由誤解和歧視引起的問題。我們希望通過這些努力，避免青少年因無知和偏見而產生的心理困擾和社會矛盾，並創造一個友善的環境，幫助他們順利度過這一階段。

勵馨從倡議「台灣女孩日」到推動「女孩日」轉型，提昇台灣性別平等意識，我們相信性別充權可以讓人們相信自己有能力，達成自我實現，找到自身的價值和更多可能性。最終，不讓性別影響或限制人們發展的可能，藉由讓大眾看見性別偏見造成的問題，產生群體力量，共同改變現狀，讓每個性別都能被友善對待。



後記：

「這我！音樂祭」現場雖不時飄雨，仍不減青少年朋友們的熱情，吸引逾千人次穿著雨衣撐著雨傘來支持心目中的偶像，台上及台下齊聲唱和屬於年青人的歌曲，現場好不熱鬧。我們也收到來自青少年的熱情回應：

雖然天氣不美麗，但今天的我還是玩得很開心

Live podcast 講的內容有深度！

還有手語老師，活動辦得很周到

很棒的活動！以辦音樂節的形式吸引大家參加，進而推廣許多重要議題讓更多人認識

市集的大家真的太熱情，原本是衝著南西肯恩去的，但直接被市集吸走！

市集也都很有意義，第一次參加這種集點方式，不用真的紙本，超喜歡很環保

我非常喜歡這次擺攤的各個協會！

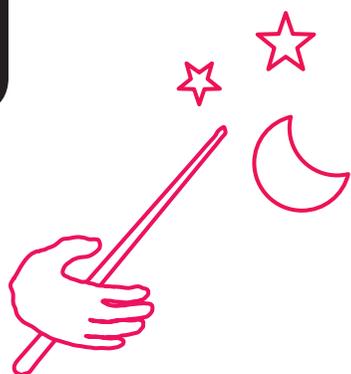
註 1：102 年 3 月頒發「提升女孩權益行動方案」，明訂我國維護及提升女孩權益之 14 項願景及 75 項實施策略，並督促各部會積極落實各項促進女孩身心健康、教育、人身安全及改善傳統禮俗、媒體內容性別刻板印象與歧視等重要事項。自 112 年 1 月 1 日起因已完成階段性引導任務停止適用，未來「提升女孩權益重要議題」將融入各機關業務辦理。（截錄自行政院性別平等會網站 <https://gec.ey.gov.tw/Page/D5E6DE64DED71EFC>）

註 2：聯合國開發計畫署（UNDP）於 2010 年提出性別不平等指數（Gender Inequality Index, GII），用以衡量各國兩性在生殖健康、賦權與勞動市場三面向之平等情形。（截錄自行政院主計處 2012 年性別圖像）

Power Camp 魔法少女電力營 一起充權你的性別能量！

撰文／單蔓婷
公民對話處媒體組專員

分享／謝貴樺
台東分事務所社工督導



「都有女總統了還吵什麼不平等？」

「你們就是女權自助餐！」

「女生比較細心，擅長做家事。」

「不要拿生理痛當藉口！」

…這些話，你曾聽過嗎？

勵馨基金會自 2004 年第一次舉辦 Power Camp 魔法少女電力營，如今已邁入第二十年頭。今年台東勵馨與台東縣政府合作，於 8 月中旬在聖母農莊開展營隊，各分所紛紛前往支援，協助辦活動、當隊輔、帶領大地遊戲等，力求為參與營隊的國高中少女們帶來「打開性別之眼」的新契機。

性別的影響 比我們想像中更深遠

在營隊中，我們設計了「性別與我」、「性別與關係」、「性別與環境」、「性別與政策」等不同面向課程教案。以「性別與我」為例，我們與少女們一同思考，出生時父母為我們取的名字有哪些期許？其中有沒有性別意涵？而主流的男孩女孩姓名，從十幾年前到現在有哪些變化？如果有機會，我們希望如何為自己命名。在互相分享過程中，大家發現，雖然性別刻板印象與過去相比較為鬆動，但家庭與社會對於特定性別的預設和期待，仍然存在於生活中。

我們帶領少女從姓名、姓氏開始，喚起更多在生活中捕捉到的小小細節。我們的行為姿勢、說話用詞有沒有受到性別影響？性別氣質與眾不同的孩子，在校園同儕互動中是否會被區別對待？買衛生棉時，店員為什麼主動用紙袋包裝？我們從日常生活經驗出發，在積累一定性別敏感度的基礎上，進一步思考環境與政策層面的性別議題，如平均薪資、參政權等。

相較過往，近年勵馨對「性別與關係」也有更多關注。我們在一線服務中看見，許多服務對象都會在親密關係中受過傷，因此將該主題納入 Power Camp，與青少年一起討論對於感情、性、愛的看法。我們先播放影視作品，再請隊員分組討論其中傳達的愛情樣貌、女性與男性在愛情裡分別被期待的樣子、日常生活中有無類似經驗… 在理解媒體是如何形塑我們對親密關係的想像後，一起使用海報改寫、創作各組不同版本的愛情故事。

協作共學 共同成長

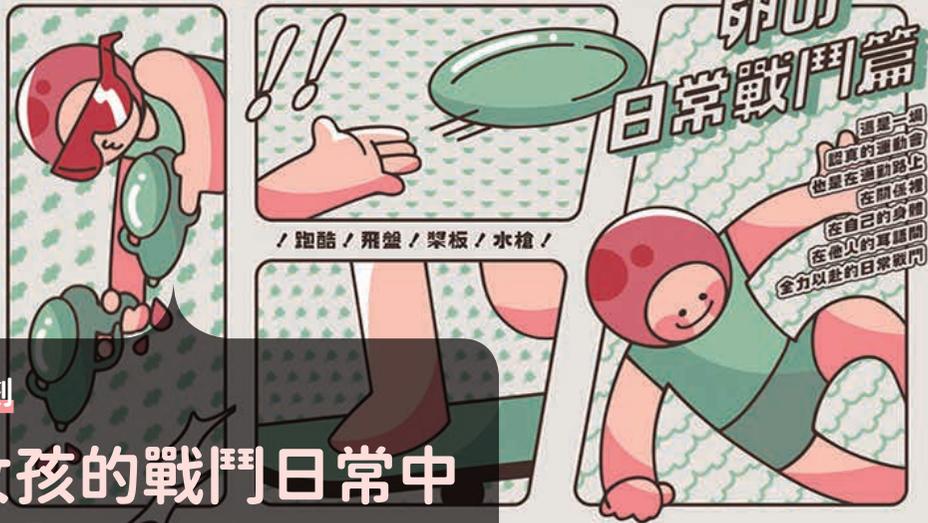
參與 Power Camp 對於工作人員也有很大啟發。台東分所督導謝貴樺說，「我們已經是大女生了，我們自己要先發現身為女生遇到的困難，才能舉出例子，把經驗傳達給青少年，回應他們的感受」。

貴樺督導從事直接服務多年，曾經手青少年懷孕、親密關係暴力等服務，經過營隊共學與自我覺察，他更能同理服務對象在抉擇離婚、人工流產、監護權當下的處境。「我現在更瞭解女生面臨抉擇時有哪些拉扯與考量，他可能很為難，可能內化了社會對於女性、對於母親的期待，明明自己想做決定，卻把自己的需求放在最後…」

「我們女生常常被教導『不要當一個不好相處的人』，但我希望少女們有辦法練習去挑毛病、去發問、去提意見！」。勵馨期許透過營隊活動，先撒下性別平等意識的種子，培力少女在日常生活中逐漸鬆動傳統的性別框架，啟動內在力量，更進一步，能在未來開展更豐富多樣的人生。



阮卵子 Our Ovum 運動會 地點：臺中北區中正公園 時間：2024/9/28 (六) 14:00-18:00



特別企劃

在女孩的戰鬥日常中 展現「卵」實力！

為響應即將到來的 10 月 11 日台灣女孩日，勵馨基金會台中分事務所與小青馨發聲室，將於 9 月 28 日在台中中正公園舉辦「2024 阮卵子運動會—卯的日常戰鬥篇」！「阮」的台語發音近似「萬」，有「我們」之意，加上卵子，意為「我們的卵子」，這場運動盛會從青少年日常生活中的性別經驗出發，帶出月經、親密關係、性別暴力等議題，期許青少年與關心性別議題的社會大眾一同化身為一顆顆卵子，體驗生命週期中的各式挑戰。

台中勵馨曾在 2021 年舉辦「阮卵子運動會—女孩的複選題」特展，將卵子的一生描繪成一場運動會，其中充滿各式選擇與多元可能，而非以往刻板印象中卵子僅與生育緊緊捆綁，期許每位女性都有能力做出忠於自我的選擇。

2022 年，青少年培力據點「小青馨發聲室」正式成立，小青馨透過社區工作模式，串聯在地資源，開展了一項項屬於台中女孩的在地培力計畫。2023 年，小青馨與台中分所更將「阮卵子展覽」實體化為真正的運動會，讓女孩們有機會在草地上相聚，一同嘗試各項不同運動、探索自我。

今年，阮卵子運動會再升級！我們設置了跑酷、飛盤、槳板、水槍四項活動關卡。以飛盤為例，活動邀請全國九連霸的長億高中飛盤隊來現場帶領，在一般民衆看來，飛盤不就是一种公園遊戲？事實上，飛盤可是有專業賽事的運動項目，比賽種類包含擲遠、擲準、越野等等。這就像女孩的日常生活，看似平凡，其實每一天都是戰鬥！

現場的滑板體驗活動，則由小青馨女孩們自發組成的「街頭浪女滑板隊」帶領。街頭塗鴉、饒舌歌曲或滑板文化，以往總與陽剛氣質與男性群體文化掛勾，讓我們一起看看小青馨女孩們如何翻轉刻板印象，帶領參與者一同從女孩的視角重新詮釋體驗這項運動。

活動現場還佈置了原創圖文「女孩的複選題」展覽、卵子主題拍貼機，以及融合友善小農與文創設計品的小蝸牛市集，適合偕友出行、走走逛逛或加入戰鬥行列。我們期許通過阮卵子運動會，讓社會大眾以輕鬆有趣的方式認識性別議題，更讓參與活動的女孩們，在今後的每一天日常中，都相信自己充滿力量！

數位漫遊 歷險卡



特別企劃

培力兒少防暴知能，更要在 數位浪潮中構築安全心理空間

據衛福部統計，2022 年我國兒少性剝削通報案件中，「拍攝、製造兒童或少年為性交或猥褻行為之物品」高達 1,971 件，占總案件 8 成 5 以上。我們在實務工作中也看見：有青少年曾遇陌生人傳送私密照騷擾，也有與網友聊天時收到羞辱訊息，還有曾遭男女朋友偷偷錄音錄影爾後外流、或以此威脅維持親密關係…數位性別暴力樣態越來越多元，如何才能遏止青少年受害？

Z 世代青少年從小接觸數位產品與網路，熟稔 3C 產品操作，說是「數位原住民」也不為過。如果不會接受捍衛身體自主與數位隱私的性平教育，他們面對如陽光空氣般自然的網路環境，更難察覺、辨識其中潛藏的風險。因這樣的發現，勵馨基金會匯整服務經驗，研發設計出《數位漫遊歷險卡》，期許透過牌卡遊戲與青少年共同探討性別暴力迷思、關係互動風險、網路交友議題等等，在協助青少年練習表達情緒感受的同時，進一步提升他們的數位性別暴力防治知能！

牌卡設計由勵馨宜蘭分所發起，串聯新北、台北分所以及總會多重歧視性別暴力防治

難過
失落
無奈

生氣
憤怒
憤恨

自我價值感

渴望愛

歸屬感

撰文／單蔓婷
公民對話處媒體組專員

分享／林郁瑄
公民對話處倡議組組長

中心的實務工作者、倡議專員一同發想。雖然大家的服務方案各不相同，有從事性侵害防治、非預期懷孕、青少年培力等等，我們卻有共同的發現：服務對象的情感需求往往需要數位支持，他們難以與數位環境分離，而細碎的數位受暴經驗，也摻雜在其他暴力樣態之中。

面對數位浪潮來襲，絕不只是告訴兒少「不使用，就安全」，我們發現，這些數位性別暴力事件背後隱含著兒少族群的脆弱性與情感需求，這些情感需求與成人沒有不同，只是獲取需求的管道從過往實體接觸、書信、電話通話轉變成網路。一位孩子說：「我知道有些網友只想跟我發生關係，也有不好的經驗，但至少有人陪我，讓我有被捧在手心的感覺，是在家裡沒有的…」唯有撫平孩子內心深處的渴望，才能進一步思考因應、脫離風險處境的策略。也因此，牌卡關注的重點非僅是外在事件，更關注兒少的內在需求：我們期待透過這套牌卡協助兒少了解自己的情感需求、找出哪些需求對自己是重要的，進而學習正向獲取需求的方式。在增進網路風險管理能力的同時，也能更有意識地做出選擇！

培育新世代女性領袖！ 10 個亞洲女孩永續實踐家 來台進行跨文化培力



為培育新世代亞洲女性領袖，勵馨基金會今年舉辦第二屆亞洲女孩永續實踐專案，並於7月15日至20日舉行2024亞洲女孩永續實踐家暑期培力營，邀請十位來自亞洲不同國家的女孩，至台灣進行深度培力。十位女孩分別來自菲律賓、印尼、印度、尼泊爾、孟加拉、巴基斯坦、不丹、蒙古、以色列以及台灣，他們依據當地社區的問題，運用聯合國永續指標SDGs提出解決方案，希望能對他們所處的社會有所貢獻。

執行長王玥好在培力營開幕會上表示，勵馨更期待培力營能夠培育女孩自我發聲的能力，並在未來致力於打破性別框架，創造一個沒有性別歧視與暴力的社會。

台灣外交部支持亞洲女孩培力 共創永續亞洲社會

在外交部「非政府組織國際事務會」的支持下，勵馨得以長期支持亞洲女孩培力；本屆亞洲女孩實踐家來台期間也到外交部與各司交流，發表他們對於亞洲各國社會議題的觀察以及計畫執行的永續專案。

在東南亞方面，來自菲律賓的Maia關注菲律賓青少年族群間吸菸比例逐漸提升的議題，他希望透過壁畫以及與當地的青年官員合作，讓更多年輕人重視這項議題；而來自印尼的Chika則關注印尼的環境議題以及教育不平等，他提出了針對孤兒與偏鄉孩童的環境教育專案，希望提升當地人的環境保護意識之外，也弭平城鄉教育不平等。

在南亞方面，來自印度的Neeraja關注印度的旅遊業對環境帶來的破壞。他在青少年間倡議『永續旅遊』的概念，希望讓更多人在享受旅行之餘也能保護當地環境；而來自巴基斯坦的Zainab則關注巴基斯坦偏鄉的童婚議題，他希望透過倡議的方式讓偏鄉民眾重視女孩的權益。

此外，來自不丹的女孩Tandin關注心理健康議題以及月經教育，希望能透過建立求助者社群提升人們的求助意願。而蒙古女孩Sormuun則關注蒙古女性運動員的權益，希望能改善他們的更衣室與廁所環境，使女性運動員們能更專注於運動訓練。

性別平權不分國界 亞洲女孩永續實踐家參訪台南分所

本屆亞洲女孩永續實踐家也來到勵馨台南分所，認識勵馨在倡議性別平權以及保護性別暴力受害者所做的努力。台南分所主任陳貞樺鼓勵女孩們，即使在創造改變的過程中遇到阻礙，他們也應該相信自己的力量真的能帶來一些不同。

女孩們接續參觀了勵馨Aher性/別教育體驗中心。社工向女孩們介紹「衛生用品櫃」，其中展示了女性在月經期間能選擇的不同生理用品。此外，女孩們還體驗了中心裡的特別體驗裝置—子宮房。子宮房使用紅色布料與裝飾模擬子宮，讓體驗者感受到回到母體的感覺。通過體驗這個獨特的裝置，希望能讓女孩們了解生命的價值以及尊重生命的重要性。帶領亞洲女孩認識勵馨的性別平權理念和工作，我們期待能開啟亞洲女孩們的性別之眼，在回到自己的社區後將消除性別暴力、提升性別平權的元素加入在地的永續專案中。

性別平權還有漫長的路要走 未來女性領袖培力不會停

本屆培力營匯集了來自十個國家的女孩領袖，他們皆有其獨特的成長背景與文化，以其觀點詮釋其所處社會之問題並嘗試提出解方。這些女孩們勇於突破性別框架，在父權文化下仍勇敢的站上世界舞台為他們的社會、為他們自己發聲，實屬不易。

勵馨基金會將持續投入國際培力資源，協助有潛力的年輕女性領袖們在各地實踐永續工作，並為自己的社會種下性別平權的種子。

「好室」在這裡，
友善在這裡——
相遇、療癒、再出發



好室



好室資源
portaly



苗栗勵馨

勵馨曾在苗栗設立「蘭恩家園」，照顧受到家庭暴力或是性侵害的女性、女孩。多年前結束家園營運之後，我們仍然掛心需要陪伴的孩子們，想讓服務對象仍然有可以回來的家，我們天馬行空地想，來做個「好室」青少年聚點吧！相聚的「聚」！

是陌生人，也是「好室友」

「好室」位在舊社區轉角，看起來並不起眼，門上掛著「喜歡你自己的樣子」的大片六色彩虹旗，是我們跟來來往往女孩男孩們的秘密暗號。

白天陽光灑進來，門上的 logo 會印在木地板上，是大自然送給我們的禮物；傍晚點起空間裡暖黃色的燈光，放點音樂，當作咖啡店般經營，希望這輕鬆自在的空間，能成為每個人放鬆身心的地方。而我最喜歡大家推開重重鋁門那一刻，我們相互問候，毫無顧忌「軟爛」在沙發，更新著彼此近況。

在好室，我們遇見會計畫要在生日前「登出」世界的憂鬱少女，但相約一起在好室過生日，分享他最喜歡的巧克力奶油布丁蛋糕；我們也陪伴感情挫折的男孩女孩，聊聊那些因為喜歡同性而被指責的傷心，又或是喜歡一個人到發狂的不知所措。更多時候，原本不相識的青少年們，因為來到這裡，成為彼此的新朋友。

不說教、不開示，藉故事看見彼此

我們看見少年少女的不自信、對於外界的不安全感，他們不得不假裝自己很好，以為要裝乖才能被喜歡，有時明明臉上在笑，心裡卻很沮喪厭世。

心懷秘密的青少年，不一定能夠說給身邊的家人或朋友聽，但可以說給陌生人聽。好室每月公告一個「秘密聚會」主題，不說教、不開示，說一個只有自己知道但別人不知道的故事，聽一個很瘋狂或是很傷心的故事。我們一起練習想像自己的「身後事」；一起想念那些「再

也沒機會說的再見」；還有那些又酸澀又可愛又令人發瘋的愛。我們用故事看見自己，聽懂彼此。

成為自己的「驅魔師」！ 欣賞自己的美麗與力量

一些勵馨服務的青少年，國中畢業就離開學校，無論是學歷或人際互動經驗，都停在國中階段，而「看不見自己的能力」、「否定自己的經驗」成了他們最大的心魔。在陪著他們探索自己的過程中，一位女孩說：「學校有教啊，課本裡有那些身體圖案，老師也有給我們看過保險套，但老師在講的時候，我都覺得與我無關。」

後來，我們把握女孩男孩們留在學校的時機，以「全面性教育」為基礎，「創造性舞蹈」為媒介，與國中生們用身體探索自己的感覺。透過肢體創作體驗胎兒到出生的過程，也重新經驗青春期，最後寫信送給青春期前的自己。其中女孩寫下，「月經很麻煩、胸部會變大很可怕，但不要害怕，你會過得很好」。

小老闆們的市集 走進社區看見青少年韌性

相聚好室之餘，我們也集結青少年走進社區。我們看見一些青少年，上學雖然很挫折，但手藝很精湛，需要一個被看見的舞台。2021年，我們邀請「小老闆」們在騎樓下開始第一場「友好室集 1.0」，到如今的「友好室集 4.0」，規模已擴大到巷口公園才放得下。

一些青少年好友們，從最初什麼都不會，到上網自學成功做出瑪德蓮；也有原本只在鄉間佛系接案做美甲的害羞女孩，鼓起勇氣到市集來擺攤，推廣他的工作室；還有餐飲科同學組隊，扛來蒸籠賣刈包，肥嫩滷透三層肉，要手刀付錢才吃得到。「友好室集」目前仍是苗栗唯一的青少年市集，我們希望從老師、家長到社區居民，都能一起看見孩子們的力量與美麗，一起欣賞他們成為喜歡自己的樣子。

小青馨發酵室——
讓我們做你的酵母菌，
陪你成為自己喜歡的樣子



「喜歡小青馨發酵室的空間，一踏進來就覺得平靜自在。」

「喜歡小青馨發酵室那面彩虹牆，不只金句撫慰人心，拍照也好好看！」

「喜歡小青馨發酵室辦的課程，很有趣、也有很多接觸新事物的機會。」

「喜歡來小青馨發酵室，在這裡可以遇到跟我相同、也跟我不同想法的女孩。」

生命交匯的據點

坐落在台中第二市場附近的70年的老屋——小青馨發酵室，不僅是女孩們聚會的小據點，更是陪伴青世代女孩自我實現的好夥伴。來到小青馨的女孩們，有從國中到剛出社會的新鮮人，也有自學生；每個人有著不同的成長背景、不同的人生際遇，他們在這裡一起學習、互相交換想法與技能，也在這裡分享彼此的生活與生命的經驗。

蓄養能量的場所

「雖然要花自己額外的時間來學習，但這裡真的好有趣，我藉由課程認識了走在我們前方努力的講師、一群有共同目標的女孩們。跟夥伴們一起吸收新的知識、嘗試有趣的事並完成我們的目標，過程中能互相交流彼此想法，讓我覺得自己成長很多！」

小青馨發酵室除了提供友善的空間給女孩，也不定期因應需求辦理不同的課程講座或活動。我們邀請講師分享自身專業，也分享個人的生命經驗，讓女孩們看見每位講師在不同產業裡如何在自己的道路上選擇與前進。

藉由「孵個女孩誌—女孩刊物編輯」、「走走時空女行—台中舊城女路走讀」、「街頭浪女—女孩滑板課程」等計劃，以及性別/情感相關課程，小青馨不僅陪伴女孩們實地踏查在地女性的故事，更帶領女孩們一起關注社會議題、學習與社會大眾對話、練習打破既定的框架，讓

女孩們有個蓄養「成為喜歡的自己」能量的場所。

展現自我的舞台

「我們各自展現自己擅長的事情，互相交流學習，用了好多的假日、夜晚，一起採訪、撰稿、美編、排版…看到刊物的成品，還印有我們每個人的名字，內心就感到滿滿的成就感。」

「能夠從0開始一點一滴的蒐集、探索在地女性故事，不斷的練習導覽的技巧，克服面對群眾導覽的焦慮緊張，重點是有一群可愛的夥伴一起同行，我覺得很幸運。」

小青馨發酵室不僅是女孩學習新知的地方，也是陪伴女孩們展現自我的舞台。透過據點，我們認識了來到小青馨的女孩們，了解他們的興趣、愛好與專長之後，因著女孩的需求發想課程，提供辦理發表或展覽的空間，也會付費邀請女孩們運用自己的專長，幫發酵室創作宣傳圖文、設計週邊商品、擔任活動主持人、女路導覽員等等。只要準備好了，小青馨就能成為女孩展現自我的舞台。

讓心安放的空間

「我真的好喜歡這裡的空間，遇到不開心的事情時，我只想到要來小青馨發酵室，在這裡有你們，我覺得自己好安全、好安心……」

小青馨發酵室想創造一個除了家、學校之外，一個友善女孩、讓女孩們感到舒適的空間。不管是個人獨處，或是想在這裡聚會、想找人說說話，分享生活中的苦、辣、酸、甜都好。小青馨都期許，讓這個據點成為女孩們在找尋自己的過程時，一個能安放自己的自在空間。

一起玩， 玩出貳拾馨生活

撰文／楊雅慧
高雄分事務所主任
劉千培
高雄分事務所社工員



貳拾馨生活 勵馨基金會
少女培力基地 高雄愛馨人

「啟動女性內在力量」是勵馨高雄貳拾少女培力基地（下稱貳拾馨）成立運作最核心的目的。貳拾馨主打共學課程、社區連結、經營二手選物店這三大元素，讓學習成爲生活的一部分，能力在生活中長出來。

2022年，高雄勵馨申請到衛福部社家署「婦女創意培力三年計畫」經費補助，我們在社區中設置基地，以接受政府安置保護的少女爲服務對象，期許基地能成爲少女從「安置庇護生活」回到「社區自立生活」的橋樑。

三年來，勵馨南區安置家園的少女們踴躍參與活動，藉由共學課程，他們從認識一同學習的夥伴開始，慢慢連結到更多人，例如社區在地青少年、社工、機構據點的其他服務對象等等。不論是單次手作課，或是整天活動、過夜營隊，對少女們來說，都是以往難得的體驗。我們和少女一起學習技藝、服務社區、戶外健走，近年靜宜大學的外籍交換生也加入夥伴行列，我們一起去高雄蓮池潭玩立槳等水上活動。

無論是第一年一起學編織、做木工、玩植栽，一起「白手起家」將基地布置成一家選物店；還是第二年我們與藝術家合作開設系列繪畫、基礎彩妝、表演藝術課程，都能讓少女在玩樂中學習，甚至能產出自己的成果、作品，與彼此分享。今年，更有少女通過課程，成功考取了美容丙級證照。除了「一起玩、一起學」，我們也會「一起出任務」，我們會帶領少女們參與腦麻協會的禮服走秀活動，協助腦麻朋友梳化、穿禮服，以及引導出場。更不要說每年還有無數場社區擺攤義賣活動，以及每年一定會安排的七天下鄉生活——Power Camp 魔法少女電力營，希望通過充權營隊，培育更多具有性別意識的少女。

三年時間不長不短，貳拾馨「快速連結、移動頻繁，說走就走！」。生活雖然忙碌，內心卻是充實又愉快，我們累積許多和女孩共處的經驗，也因女孩們的勇於嘗試和無窮精力，影響我們自己也有勇氣去打破自身的束縛。在貳拾馨，「助人者」與「受助者」共同在培力場域中碰撞，疲憊和耗能的過程也滋養出我們的力量，我們共同經驗、共同創造，不僅培力少女，也培力身爲助人者的自己。

近期活動

愛馨同行，讓每個不同的我， 都能長成自己！

這我！青少年 Live 音樂祭， 一起來 Free!

「不只女孩，不只追求夢想，更要讓所有青少年擁有更平權友善的環境面對未來！」勵馨基金會舉辦「女孩日」系列活動超過 20 年，今年延續女孩日理念精神，轉型爲「這我！It's My Day! 青少年音樂祭」，於 9 月 21 日在台北西門紅樓廣場登場！

隨著性平教育的落實，勵馨看見不只女孩遇到實踐的阻力，不同性別間也遇到世代交替的難題。勵馨結合全台一線社工服務經驗，透過活動設計，從青少年共同面臨的困境中萃取共鳴，將音樂會主軸聚焦於「關係焦慮」、「數位暴力」、「性別探索」、「身心困擾」四大煩惱議題，協助不同困境中的青少年建立認同與自信，發展出更多選擇與可能，成爲真正喜歡的自己！

活動嘉賓 Joyce 就以斯以自身爲例，分享了在青春期時對於身體發育及是否要穿內衣的煩惱；公館青少年也談到自己在人際交友及感情上所遇到的問題，此外，有都市原住民之稱的 Nick 阿塔溜，和大家述說他花了 20 年才敢在大家面前說出自己原住民身份的經歷，希望透過每位偶像分享曾經走過的困擾，讓青少年學習自我認同的重要性。

活動現場除了音樂演出、市集攤位，還有闖關集點活動！我們佈置了亮眼造型打卡牆，還設置數台時下超夯的拍貼機，讓參與青少年都紀錄自己當下最獨特的樣子！



這我！青少年音樂祭



近期活動

《小星與空空鳥》兒童身體自主權課程 熱烈開辦

針對今年「台北幼兒園性侵幼童案」，勵馨分別在3月12日、7月18日與立法委員林月琴共同召開記者會，除了提出修法呼籲與訴求外，更深深感受到家長求助無門的無力感和層層受傷。

過往兒童性侵害防治經常強調「提防陌生人」，但實際上，在六歲以下遭受性侵害的幼兒中，加害者超過八成是幼兒認識的人！我們在性侵害防治研究與性創傷實務處遇中皆看見：防治兒少遭受性侵害的根本方法，除了「社會安全網」的強化建置，更要儘早提供兒少完整適當的「預防教育」。

兒童因年紀小、相關發展知能都在建構中，對於別人有心的冒犯行為，可能不會感到異狀、不知道這些行為不可以、或不知道自己可以拒絕不喜歡的觸碰，因此從小提供「身體自主權」及「性別教育」是非常重要的一環。

2022年勵馨針對幼教場域研發《小星與空空鳥》學齡前兒童性侵害防治與身體自主權培力教材包，讓師生透過動畫、主題曲、手偶操作及遊戲的方式，全面落實「身體自主權」的核心概念。

若您尚在尋找學習如何引導孩子認識「身體自主權」的方法，或想要在幼兒教育、親子關係中建立更深厚的信任，我們誠摯地邀請您參加舉辦的《小星與空空鳥》兒童身體自主權課程活動！在課程中，我們將提供給您專業的知識和資訊，幫助您更有技巧地與孩子營造信任關係，成為孩子成長過程中的重要夥伴。

無論您是經驗豐富的幼教老師或是新手家長，這些活動都將為您提供寶貴的學習機會，讓我們攜手共同探索親子之間的信任關係，開啟身體自主權的奇妙旅程！期待您的參與！



小星與空空鳥最新課程資訊



邀您一同陪伴弱勢婦幼捐款「支持勵馨」

劃撥單

98-04-43-04		郵政劃撥儲蓄金存款單		收單日期		元		拾		佰		仟		萬		拾萬		佰萬		千		元	
收帳號		12174978		金額		(阿拉伯數字)																	
通訊欄 (限與本次存款有關事項)		捐款用途 (請勾選)：113010102 176期 <input type="checkbox"/> 支持勵馨 (由勵馨統籌分配) <input type="checkbox"/> 他們都說你想太多 (MeToo專業陪伴與性騷擾防治) <input type="checkbox"/> 傳愛小腳丫給勵young爸媽 (出養兒童生活照護) <input type="checkbox"/> 小星與空空鳥 (兒童性侵害防治) <input type="checkbox"/> 蒲公英飛揚計畫 (數位性別暴力防治) <input type="checkbox"/> 多陪一里路 (受暴婦女生活重建) <input type="checkbox"/> 弱勢兒少助學計畫 (弱勢兒少) <input type="checkbox"/> 女孩的幸福中繼站 (青少年安置家庭) <input type="checkbox"/> 幫助目睹暴力兒少 (兒童心理諮商服務) ※我需電化申報 (僅為首次填寫)																					
寄款人請注意背面說明 ◎本收據由電腦印錄請勿填寫		收戶名：財團法人勵馨社會福利事業基金會 寄款人： <input type="checkbox"/> 本人存款 <input type="checkbox"/> 他人存款 <input type="checkbox"/> 本戶存款 姓名： _____ 地址： _____ 電話： _____ 主管： _____ 經辦局收款戳： _____ 虛線內備供機器印錄用請勿填寫																					
郵政劃撥儲蓄金存款收據		收款帳號： _____ 存款金額： _____ 電腦紀錄： _____ 經辦局收款章戳： _____																					

信用卡扣款授權書

【113010102】176期

填表日期： 年 月 日

收據抬頭	生日 年 月 日	性別 <input type="checkbox"/> 女 <input type="checkbox"/> 男 <input type="checkbox"/> 不填寫 <input type="checkbox"/> 開放填寫 請依照您自我認同的性別填寫即可
徵信名稱	※ 依據財團法人法第 25 條第二款之規定，本人 <input type="checkbox"/> 同意 <input type="checkbox"/> 不同意 以收據抬頭之名稱公開徵信。 如勾選「不同意」，您可自行命名 _____，或本會以「愛馨人」名稱為您徵信。	
電話	手機	宅 公
地址	□□□ - □□	
電子信箱		
捐款用途請選擇	<input type="checkbox"/> 支持勵馨 (由勵馨統籌分配) <input type="checkbox"/> 小星與空空鳥 (兒童性侵害防治) <input type="checkbox"/> 他們都說你想太多 (MeToo 專業陪伴與性騷擾防治) <input type="checkbox"/> 多陪一里路 (受暴婦女生活重建) <input type="checkbox"/> 傳愛小腳丫 給勵 young 爸媽 (出養兒童生活照護) <input type="checkbox"/> 弱勢兒少助學計畫 (弱勢兒少) <input type="checkbox"/> 女孩的幸福中繼站 (青少年安置家園) <input type="checkbox"/> 蒲公英飛揚計畫 (數位性別暴力防治) <input type="checkbox"/> 幫助目睹暴力兒少 (兒童心理諮商服務)	
捐款金額	※ 定期每月捐款 <input type="checkbox"/> 300 元 <input type="checkbox"/> 500 元 <input type="checkbox"/> 1,000 元 <input type="checkbox"/> 其他金額 _____ 元 捐款至 _____ 年 _____ 月止 (每月 10 號扣款)，前項日期若未填寫，將扣款至您告知停捐日期。 (若欲取消、異動金額或資料，敬請來電或 E-Mail 通知) ※ 單次捐款 <input type="checkbox"/> 1,000 元 <input type="checkbox"/> 3,000 元 <input type="checkbox"/> 5,000 元 <input type="checkbox"/> 其他金額 _____ 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 <input type="checkbox"/> VISA <input type="checkbox"/> MASTER <input type="checkbox"/> JCB <input type="checkbox"/> 聯合信用卡	
捐款感謝禮	依照現行活動內容寄送感謝禮，未勾選或活動贈送截止將不寄出。 <input type="checkbox"/> 我不需要捐款感謝禮 <input type="checkbox"/> 我需要捐款感謝禮	
捐款收據	<input type="checkbox"/> 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 <input type="checkbox"/> 我不需要 E 化報稅) <input type="checkbox"/> 身分證字號 _____ (首次申請必填) (若您已申請 E 化報稅，將不主動提供紙本收據) <input type="checkbox"/> 紙本 <input type="checkbox"/> 不寄送 <input type="checkbox"/> 按次寄送 <input type="checkbox"/> 年度寄送	

填妥表格後，請傳真至 (02) 2918-8377 或 郵寄至 231033 新北市新店區順安街 2-1 號 1 樓

捐款專線 (02) 8911-5561

※ 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

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。 113 年 4 月版

衛部教字第 1121364028 號 (113/1/1-113/12/31)



勵馨 Line@



我要捐款

勵馨總會

關懷專線 02-8911-8595

捐款專線 02-8911-5561

劃撥帳號 1217497-8

服務信箱 master@goh.org.tw

地址 231033 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





在家園 · 重馨被愛再出發

女孩的幸福中繼站

勵馨30幾年來，接住了逾千名少女，她們因為家庭失功能、性侵、虐待、遺棄等因素，來到安置家園，這裡，提供一席安全的小天地，讓她們修復身心、重拾笑顏。

邀請您定期定額捐款，協助她們：

- ♥ 創傷修復
- ♥ 培力增能
- ♥ 自立生活



地址 | 23143新北市新店區順安街2-1號1樓
電話 | 02-8911-8595 傳真 | 02-8911-5695

衛部救字第1121364028號(113/1/1-113/12/31)

手機捐款可掃描QR Code



勵馨官網捐款



使用LINE Pay捐款