

2024H1 志工隊半年刊



ZENGHSING
VOLUNTEER
2024/07/01

Vol.
13



志工季刊在2024年進行一個小調整囉！
我們將發刊頻率從季刊調整為半年刊，
還記得我們年初規劃的各項活動嗎～
在志工夥伴們的共襄盛舉下都已圓滿達成，
現在～
就讓我們一起回顧2024上半年的服務成果～～



志工訓練

2024
01.06



志工縫紉進階訓練

除了龜背芋的圖案以外，志
工們也學習了橡果跟飯糰圖
案的提袋。



經過這幾年的訓練與實際教學經驗累積下，伸出愛與志工隊的縫紉志工已具備縫紉基礎知識，為了讓夥伴們的縫紉技巧更上一層樓，伸出愛與志工隊特別舉辦「志工縫紉進階訓練」，讓志工夥伴獲得優秀縫紉技巧與知識！

本次課程由慧芳講師帶領志工們認識學習刺繡機使用方式、如何剪裁不織布等專業知識，也提醒了許多縫紉小細節，讓夥伴們都躍躍欲試，準備製作獨一無二的【貼布繡托特包】，將所學應用在自己的作品上。



▲ 感謝專業講師帶來超級豐富的課程內容，並努力解決志工縫紉時所遇到的問題。



▲ 志工們透過協力合作裁布，促進彼此感情。



講師-慧芳

▲ 志工們都非常認真學習新的縫紉技巧，期望未來每位志工都能成為獨當一面的講師。



▲ 透過縫紉課程，凝聚志工夥伴的向心力，可謂一舉數得。



志工隊除了舉辦專業縫紉課程外，亦會安排心靈講座課程，培養及提升夥伴們的專業知識及技能。今年心靈講座的主題為【面對面，來真的】，內容是如何進行自我療癒與照顧～講師帶來了許多遊戲及社會劇，由實務面切入並貫徹本次主題，讓志工夥伴們好好的自我療癒。



▲利用精油放鬆感官，讓大家能更快速沉澱進入與自己對話的狀態。



▲採分組的方式，分享自己的卡牌及心情，互相交流更加認識自己也認識他人。



2024
02.17

心靈講座



講師
青空心理治療所 - 黃河 所長

▲課程中講師會傾聽每組所遇到的情況或困難，用引導的方式幫助夥伴們更好的了解自己並解決問題。



▲透過「北風吹」遊戲，讓志工夥伴們開懷大笑，忘卻煩惱。



▲講師準備生命樹圖卡給大家挑選，透過分享如何挑選這張數卡的過程給志工夥伴們合適的建議。

其他及
社會關懷

2024
03.15

第二屆志工大會



伸出愛興志工隊成立已滿四年，也是實施志工考核制度的第一年，經過新的考核制度，所有夥伴們都積極參與志工活動，謝謝所有志工夥伴們努力為公益盡一份心力。



因績優志工為每三年頒獎一次，但伸出愛興志工隊想讓大家都獲得成就感，所以今年專門為了志工累計時數前三名的夥伴們準備專屬小禮物，希望可以持續招募更多志工來為公益盡一份心力！

第一名的寧寧姊為縫紉教學固定班底，去年總共累積了38小時，平均下來等於每個月參加了3小時的志工活動呢，真的熱心公益~值得每位志工多多學習~

第二名的夥伴也是不遑多讓，時數相當接近，僅僅差距2個小時，當天活動也與其他志工，分享做好事的快樂與成就感，鼓勵其他志工夥伴們人人都有機會可以做到！

第三名志工夥伴的服務時數也是緊追在後，平均每個月都有參加志工活動，感恩感動！

當志工服務成為生活的一部分，不僅在改變他人的生活，更在塑造自己的人生。有了這三位認真且熱心的志工夥伴們當全體志工的榜樣，相信我們伸出愛興志工隊能愈來愈好！



▲ 由志工隊隊長來頒發小禮物，恭喜獲獎的志工夥伴們~



移動縫紉
教室



1/26、2/23

芥菜種會公益縫紉教學

伸興持續關懷弱勢族群，與芥菜種會的理念不謀而合，芥菜種會推出「50+熟齡培力計畫」，幫助有意重返勞動力市場或投入社會服務之中高齡者，善用累積的智慧及能力，活出豐富的退休新人生。而伸出愛興志工隊此次與芥菜種會合作，除了捐贈10台縫紉機及縫紉周邊設備外，志工隊也安排師資前去教導12位長輩成為種子講師，再透過種子講師教導其他學員縫紉，持續宣揚縫紉文化也幫助長輩們具備重返職場的能力！

縫紉種子師資培育

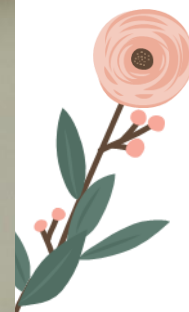


▲透過玉薇講師細心講解，長輩們也很用心學習，志工隊們都深感欣慰。



▲利用小班制教學，並由志工隊夥伴們從旁指導，讓長輩們能事半功倍學習。

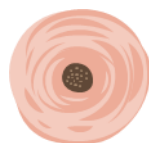
▲看到長輩們開心的笑容，也渲染了志工隊夥伴的內心。



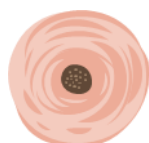


2/2

太平社區發展協會



太平社區是伸出愛與志工隊常去服務的對象~社區長輩都非常活潑可愛，每次去縫紉教學都能從長輩們身上得到快樂以及成就感！本次作品為實用的【A4提袋】，首次縫紉較大的作品，與以往的紅包袋不同，讓長輩們都覺得挑戰十足！在志工夥伴的幫助下，長輩們都準時完成作品~灑花~



興隆社區發展協會

3/20、6/19



今年上半年度去興隆社區進行縫紉教學2次，興隆社區有自行規畫其他的縫紉課程，因此縫紉能力相對好，我們這2次以步驟相對多的【束口袋】和【托特包】為教學作品~看到長輩們開心的拿著作品拍照，讓志工隊夥伴們都備感欣慰，在陪伴長輩們的同時，也讓夥伴們暫時放下生活的壓力，讓自己好好充電。



本期要向大家介紹的志工隊看板人物是管理課的宣臻夥伴，總是笑臉迎人的她，除了在工作表現上讓主管及同儕備受肯定外，也非常樂意對同仁們伸出援手，協助大家解決工作上的問題，今天，就讓我們來一起聽聽宣臻的故事吧！



我在2004年進公司後便擔任生管相關業務主辦，這段期間也歷經採購、保稅業務及集團業務像是CKD、模具、機器設備及報價...等歷練，一路走來也陪伴伸興近20年的時光了。

談到加入「伸出愛與志工隊」的緣起，讓我回憶起童年時光，在那個經濟起飛的年代，有一種台灣獨有的旅遊方式，那就是參加「進香」活動，而我父母便是其中的一員，所以小時候我常常跟父母一起參加進香團，有時也會參加廟宇的義工活動，也逐漸產生了興趣和熱情，這也讓我想起一件趣事，我有一次在得知有進香活動後還自己跟學校請好假，殊不知原來父母沒有要讓我去，這也讓他們哭笑不得。或許那時的我，便種下了一個「當志工的美好」念頭，在心中慢慢萌芽...



加入「伸出愛與志工隊」的契機在於覺得當時的自己正在工作與婚姻中找尋自己的定位與平衡，十幾年一成不變的生活，讓我覺得自己彷彿身陷泥淖之中，而剛好公司舉辦了首梯的志工訓練，感覺就像是人生道路上突然點亮了一盞燈，心中頓時閃過一個念頭：「對呀！志工不應該只是退休後的選擇，也可以是生活的美好調味劑。」自己覺得加入後還滿開心的，生活圈也拓展了，也能看到同仁在工作外的不同面向，進行更多交流。

我最喜歡的志工隊活動是「公益小物」的製作，因為我們會在製作過程中，帶著善意與祝福的心來製作，而且在踩縫紉機時，聽著車針跳動的聲音傳入耳中，真的非常療癒，有種歲月靜好的感動。



而印象最深刻的活動是「淨山活動」，那也是公司第一次舉辦淨山，而且是可攜眷參加，所以當時秉持著做好事也可以是家庭活動，而且做好事是不嫌早也不嫌晚，於是帶了「上老下幼」（婆婆&孩子）一起參加。



認真
的宣臻
帶著家
人一起
參加聖
愛淨山
活動。

印象中那也是聖愛山莊許久未有志工協助淨山，所以其髒亂程度是很難想像的，過程中雖然很累，掃完整個滿身泥沙，連隔著口罩的鼻孔也是充滿泥沙，但大家還是充滿歡笑，我也多了一段和小朋友互動和機會教育的時光，連中午的飯都覺得特別好吃呢！

另外再分享一段擔任志工講師的經驗，那時是到苗栗的少女之家擔任縫紉志工講師，指導女孩們完成縫紉作品，因為對象是適逢青春期的少女，因此自己在教學時的態度跟角度要調整，不要給她們過多關注造成壓力，所以身為講師的我更需要多主動觀察，提起她們的興趣，而這次的經驗不只輸出愛心，也讓自己接獲心靈上的滿足及自我價值的提升。

我認為台灣的教育是內向害羞的，我們從小被教導的是要「為善不欲人知」，但投入志工至今，我覺得應該為善「欲」人知，因為現在的整體環境壓力很大，所以更應該要推動社會的「善」循環，例如：今天早上上班途中停紅綠燈時，發現旁邊的摩托車騎士未將側柱踢起來，我在內心給自己一個勇氣後，用手輕點隔壁的騎士肩膀，提醒她側柱未收起，提醒後，我收到一句「充滿感激的謝謝」，這讓自己的一個小小善舉，獲得一整個早上的好心情，CP值超高♡。



最後，我想告訴志工隊，從每次推出的活動就知道志工隊的幹部們真的很用心幫大家在策劃，而且每每參與其中後，更能感受到志工幹部及夥伴們在事前準備總是如此鉅細靡遺，讓參與其中的志工夥伴們都能心無旁騖的投入，也謝謝伸與這個大家庭提供了這麼好的一個志工團隊！

2024數字來說話

活動+訓練場次

7+2場

H1志工參與人次

97人次

H1志願服務/培訓

494小時

活動類別

服務對象



移動縫紉
教室

7場



公益
小物

0場



環境
保護

0場



訓練&
其他活動

2場



參與人次



志工隊
82

員工
13

外部
2

H2活動預告

07.04
THU

公益縫紉教學
苗栗少女之家
零錢包

07.19
FRI

公益縫紉教學
太平社區
零錢包

08.19
MON

公益縫紉教學
苗栗少女之家
托特提袋

10月
TBD

公益縫紉教學
興隆社區
手拿包

11月
TBD

*公益小物
*環保淨山

12月
TBD

公益縫紉教學
太平社區
手拿包

12月
TBD

公益縫紉教學
珠子山社區
眼鏡袋