



808
HA HA



目錄

初心與看見 P01

我們的服務 P03

據點小故事 P05

熱原拳擊隊 P11

宜蘭小旅行 P19

吉拉米代小旅行 P25

課後據點成果展 P31

反歧視工作坊 P35

藝術倡議 P43

財務概況 P47

歷年記事 P48

SDGs P49

特別感謝 P51

初心



2008年，幾位關心兒少服務的社工開始駐點於新北市三峽原住民族文化部落（隆恩埔國宅），此國宅原先為新北市政府安置居住於大漢溪沿岸的河岸部落所興建的原住民國宅，在入住條件上要求具有「中低收入戶資格」且設籍於「新北市」之原住民族人，因此部落裡的原住民來自新北市各地，大多是經濟狀況不佳，就業能力相對薄弱者，常常租金交不出來，部落中的孩子也沒人管，上不上學都無所謂。

不同於原鄉有著明顯清楚的部落結構，都市國宅大樓是截然不同的生活型態，隱私不足的居住空間、重重限制與規定……在經濟困頓、以及族群間差異等因素下，居住於冰冷建築內的居民，不僅無法運用社群力量互助，也逐漸流失了原鄉的傳統文化，甚至產生自我認同混淆的問題。

社工們以兒少課輔班、青少年拳擊社團、部落廚房、婦女家庭培力等方式舒緩居民生活困境——深耕將近十年之後，於2018年度成立「社團法人新北市樂窩社區服務協會」，以更完整的方式陪伴這群居住在都市部落的人們。

看見

經濟困境

十多年的工作中，我們看到了人與人之間關係斷裂，家族與家族間無法互相支持，好好傳承知識以及生活經驗給下一代。隨著時代變化與貧富差距，為求家庭經濟穩定，往往只能犧牲對子女的照顧，反而衍生其他問題。

認同混淆

都市原住民第二代甚至第三代，特別是正在成長和自我摸索階段的青少年與兒童，面對周遭環境、學校人際互動間潛在的歧視，造成學習意願低落或脫離主流教育，更因為文化的斷層而產生身分認同的矛盾掙扎。





我們的服務

📍 樂窩本部 📍 南靖部落 📍 三鶯部落 📍 鶯歌據點

兒童課輔班

建立讓孩子們感到自在舒適的環境，為孩子們設計一套都市原住民適用的文化課程，以及規劃年度特別活動，如：老幼共學、文化營隊、戶外活動、其他單位的合作交流。

部落社區服務

於南靖部落聚會所為長者們提供多元課程，促進部落長者維持健康生活，課後共食也自然地延續族人聚在一起交流的文化。



熱原拳擊隊

每周兩次拳擊夜訓，進行專業拳擊訓練並結合學校校隊資源，積極參與全國性拳擊賽事，讓孩子們透過擂台上的成績建立自信，回歸自我認同，並有機會透過拳擊成績穩定升學。

青少年課輔班與培力課程

青少年課業輔導班與青少年培力課程，主要透過多元學習方式，幫助都市原住民族青少年提高學習穩定性，以及在情感表達、團隊合作、領導力與文化認同上得到成長。課程設計涵蓋了生活知識、族群文化和運動心理等，我們也特別重視每位學生的身心與未來發展。

透過這些課程，我們希望每位青少年都能在安全支持的環境中，找到自己的節奏與方向，培養自信、建立連結，勇敢迎向未來的人生旅程。

據點小故事

從「怕輸」到「想贏」的轉變

文／
陳怡瑄 熱原拳擊隊 社工

在總統盃的前一個週末，我們為他們上了一堂簡單的心理模擬課。希望讓孩子們在賽前先看見自己：什麼時候會緊張？腦袋會跑出哪些聲音？身體會出現什麼反應？遇到這些時又能怎麼調整。

課堂中，一位已經高三，也是當天最資深的選手，說到自己想像比賽時的感覺，儘管已經比了五、六年，還是緊張到心跳加快。他很坦白地說，自己最怕的就是「輸」——怕辜負教練、隊友、同學，也怕大家努力這麼久，到最後沒有做到期待。這些擔心讓他越來越喘不過氣。

聽著他一遍遍說「我怕輸」，我停下來問他：「從剛剛到現在，你一直在說你怕輸，但我都沒有聽到你說你想贏耶。」他愣了一下，才發現自己真的一直被「怕輸」卡住，我就跟他說：「不然試試看，從現在開始對自己說——你想贏。」

到了比賽當天，他按照自己的步調慢慢暖身，我坐在旁邊問他感覺怎麼樣，他笑著說，從那天上課之後，他每天都有對自己正向喊話，覺得身體裡多了一股力量，我們還一起笑說這是一股「神祕力量」。看著他當下的表情，我知道他已經準備好上場。

第一場他打得很穩，也順利贏下來。一走下場，看到我就直接掉眼淚，一邊說：「這是我高中打過最好的一場比賽了。」

後來他悄悄告訴我，上高中後成績一直不太好，讓他變得沒自信，對自己的目標也越來越不確定，每次比賽都緊張到不行，但今天，他在擂台上重新感覺到了自己——原來他不是只能「怕輸」的人，他也可以選擇「想贏」。

這一刻，不只是一場勝利，而是他重新站穩的開始。緊張感還是在，但整個人看起來踏實了許多。看著他的樣子，我知道，他已經比昨天的自己更準備好了，也有力量去面對下一場挑戰。





其實，完成三鶯部落地圖原本是去年的目標。

在文化課程中，語言當然重要，但從我的觀點來看，對這群孩子來說，更關鍵的是「認同」——認同自己、認同身分、認同自己的根。

因此，在2024年，我們試著將文化課程的一部分連結部落，讓孩子帶領我們重新認識他們眼中的部落，這不只是一次走讀部落的活動，更是一個讓孩子介紹自己家園的機會，透過介紹與分享，孩子們也與部落產生了更深的情感連結。

然而計畫總趕不上變化，這件事因故中斷，直到今年，我才下定決心一定要完成它。

起初，我仍希望自己能親自帶著孩子完成，但深知美術不是我的專長，當我嘗試尋找合作的美術老師時，卻因時間無法配合而一度陷入停滯，幸好，一位家長推薦了他所認識的朋友，讓我們終於能在有資源的情況下展開這項計畫。

從邀請美術老師進入部落認識環境，到共同討論課程目標與內容，過程出乎意料地順利。

第一堂課，孩子們帶著老師走入他們熟悉的空間，臉上的興奮與期待全然寫在表情中，他們介紹自己喜歡的地方，說著家的故事，還運用家附近的植物或撿來的廢材創作，讓自己畫出來的「家」增添了趣味與靈魂。

老師也非常驚喜，因為雖然是第二次見面，孩子們卻已經勇於表達與分享，這些話語中藏著回憶、情感與歸屬感，那是孩子們獨特的語言。

久違地進行這樣的課程後，孩子每週都滿心期待。

從大面積的塗鴉，到小區域的家屋創作，雖然過程中仍免不了「放飛自我」，難以控場，但他們的投入讓人感動。

我印象最深的是那堂把整塊布塗成白色的課，孩子們揮舞著刷子，完全不在乎衣服會沾到顏料，只管眼前的任務與創作，嘴裡雖然問著：「我們到底要做什麼？為什麼要塗白色？」但我知道，那是因為他們在期待——期待最後的作品會變成什麼樣子，而我也是。

直到課後收拾時，他們才開始擔心衣服會被爸爸媽媽罵，那段無懼後果、盡情揮灑的時光，正說明了孩子對當下的投入與享受。接著的拼貼課，我們沒有侷限孩子依照傳統房屋的樣貌去製作，而是讓他們自由地呈現「自己看到的」與「希望的」家。





結果真的很特別，每一棟房子都不一樣，是獨一無二的。當孩子們創作力枯竭時，我就在旁剪些奇形怪狀的紙片，激發他們設計的靈感，那堂課也變得格外有趣。

來到最後一堂課，孩子們將房子一棟棟貼上大布，也利用鐵絲摺出了自己和夥伴，將它們黏在最常待的廣場和籃球場，在標記地點名稱與自己名字的過程中甚至出現了孩子為了找不到自己家在地圖上的位置而起爭執，我也自然地變成了「調解員」，所幸最後兩人仍和樂完成任務。

就這樣，屬於孩子們眼中的三鶯部落地圖成形了。我還記得，哲希一邊看著完成的作品一邊說：「這好像當初爸爸媽媽他們自己蓋房子的感覺。」他們完成了自己的家，也建構出了心中的部落。

孩子的話語和行動，深深傳遞出對這塊土地的認同與歸屬感。而我也非常榮幸，能陪伴他們完成這樣一件重要的事——聽他們說故事，陪著他們畫下心中的部落風景。

一日阿姆阿姆店

文／游翼慈 鶯歌據點

社工

這是一堂暑假前的特別課程！我們帶著孩子做了一系列關於生活飲食的課程，最後在某天的下午我們一起開了一家「看心情開店的阿姆阿姆店」！

在開店前，有幾堂課我們先讓孩子做自己的一周早餐菜單，和孩子們聊聊自己喜歡的食物、味道、平時喜歡的活動、假日會去哪裡，慢慢的蒐集孩子們的生活圖像。

終於「阿姆阿姆店」迎來了開張的這天～一個風和日麗的午後，根據孩子的手藝程度，我們一起討論出「製作得出來的早餐」菜單，開始演出日常的自己，以及日常看見的早餐店老闆，像是快遲到了匆匆忙忙跑進早餐店叫早餐的學生，或是假日和朋友一起悠哉的約在早餐店聊天的早晨，或是扮演俐落的為客人們準備食物、熱情打招呼的超有朝氣早餐店老闆，大家都非常樂在其中。

有不少孩子對烹飪很感興趣，老師平時在據點煮晚餐的時候，也會一起過來觀摩、幫忙，有些孩子的家人在早餐店工作，扮演起老闆腳色游刃有餘、架式十足，有些孩子就是本色演出。

一個歡樂的午後，大家在自己開張的阿姆阿姆店，用可愛三連拍、扮鬼臉等小小的互動關卡來換取自己的點心，渡過超可愛的一天！！

活動結束收拾的時候，還有孩子意猶未竟的問「下次什麼時候開店～換煮甚麼～」



高中男子組

蘇家賢	51	kg	第一名
吳林詠叡	57	kg	第一名
林家偉	63.5	kg	第一名
潘冠豪	75	kg	第一名
王翰恩	57	kg	第二名
李子敬	71	kg	第二名
湯恩峻	51	kg	第三名

國中男子組

胡恩宇	50kg	第一名
潘運恩	52kg	第一名
林彥廷	80+kg	第二名
羅家傳	52kg	第三名
黃 晨	57kg	第三名
陳 意	80+kg	第三名

高中女子組

王芷嫻	50 kg	第一名
林莉君	57 kg	第一名
高君艾	70kg	第一名
李穎嫻	81+ kg	第一名

國中女子組

陳 心	66kg	第一名
李恩惠	63kg	第二名
陳語晴	52kg	第三名
林芯雅	60kg	第三名
羅于晴	60kg	第三名



全國總統盃拳擊錦標賽

高中男子組

陳昀崴 60 kg 第二名
胡甫林 70 kg 第二名
李子敬 75 kg 第二名
王翰恩 60 kg 第三名

高中女子組

林莉君 57 kg 第一名
陳 心 60 kg 第二名
陳語晴 57 kg 第三名

國中男子組

楊庭璋 66 kg 第一名
林彥廷 80+kg 第一名
陳 意 80 kg 第二名
呂少龍 41 kg 第三名
朱禹澄 80 kg 第三名

國中女子組

李恩惠 70 kg 第二名
李姿宜 63 kg 第三名

熱原

成年禮

A 5-day and 4-night trip 8月

第一天

新竹五峰國中

拳擊經驗交流 野溪秘境探索



第二天

屏東平和部落

部落青年會生命經驗分享



第三天

台東金崙部落

拳擊教學

第四天

海星高中

拳擊
卡巴迪
切磋





第五天 南靖部落

成年禮分享會・學長姐學弟妹交接

培力參訪 青少年



第一梯次

2月

台體大&廷原健身房



第二梯次
暨南大學

5月





12月
第三梯次
台大&樂高

宜蘭小旅行

5/10-11





文 / 游翼慈 鶯歌據點 社工

這趟兩天一夜的小旅行，從一通差點漏接的 morning call 開始。清晨的空氣裡還殘留著睡意，澄（據點學生）精神奕奕地挨個叫人起床——卻仍不免遺漏一兩個名字。或許，混亂本身就是這段旅程的前奏。我們帶著還未完全甦醒的心情，搭上車往板橋前去，大家會合後，再一同向宜蘭緩緩出發。

抵達的第一站是阿姑乾麵。帶隊的婕（據點學生）原以為只是簡單的「領大家走到店裡」，沒想到真正要穿越馬路時，呼喊聲被孩子們的聊天掩蓋得無影無蹤。她形容自己像是在帶一群「沒耳朵的人」過馬路，那份既好氣又無言的崩潰感，也讓旅程的開始多了幾絲笑意。



在泰雅生活館，跟著老師的指示，用幾條細線編織手鍊。筷子不斷轉動，手酸得像快要脫臼；有人滿臉問號，有人邊做邊笑，而最後在老師逐一調整後，那個瞬間的「原來如此」漸漸浮現在每張臉上。接著是館內導覽，導覽員講得細緻而溫柔，雖然芷（據點學生）仍覺得可惜，因為那些屬於文化與族群的故事並沒有被說出來。穎（據點學生）則沉浸在蓋章的成就感中，聽著關於大同村的介紹，心裡早已描繪出吊橋與溫泉的模樣。大夥兒也試穿了泰雅族服飾，在彼此驚呼與大笑裡，看見了另一種美麗。



回程的車遲遲未到，於是孩子們乾脆在路邊跳起舞，把等待變成意外的歡樂。回到民宿後，有人唱歌、有人滑手機、有人只是靜靜喘口氣。晚餐的卜肉、貴族派與魷魚羹讓人心滿意足，圍坐的時刻裡，孩子們彼此分享整天的感受，那些笑聲像是不肯停止的波浪，一層層拍進夜裡。

然而，真正的夜生活，從一隻突如其來的蟑螂開始。牠像一顆小型炸彈，瞬間引爆整層樓的尖叫與逃竄。澄太激動，甚至把掃把敲壞；蟑螂卻生命力強韌，始終不肯倒下。最後大家索性放棄，捲進棉被裡像粽子一樣取暖、偷看彼此洗澡惡作劇，混亂得荒唐、卻也熱鬧得可愛。



隔天早上，輪到恩（據點學生）負責早餐。鬧鐘響了一個小時，她依舊在夢裡，是力瑜（鶯歌據點社工）第二次叫她，她才真正醒來。她在迷迷糊糊中完成任務，孩子們也在溫熱的早餐裡重新甦醒。

退房後，我們前往冬山河搭鴨母船。看似平靜的小木船，在每一次划動時卻像在考驗平衡：有人差點跌下水，有人握不穩方向，整艘船東搖西晃，歡笑和驚叫交織成最鮮明的記憶。岸邊那座快要散架的盪鞦韆，也因為鏡頭的捕捉而成為一種奇妙的浪漫。

午餐過後，老師突然宣布要收手機。孩子們一陣慌亂，不知所措，直到真相揭曉——原來這是兩天來的「隱藏任務」，想悄悄觀察在沒有事先預告的情況下，他們能否真正投入當下。孩子們一笑置之，那份被拆解的緊張，也顯得有些不好意思。

最後的自由時間在羅東夜市度過。有人執著尋找公仔店，有人被扭蛋機吃錢，有人花四百五十元買到一個超小的小新，還有人抱著整袋地瓜球心滿意足。正要走向轉運站時，一場突如其來的暴雨把整團人都淋成落湯雞。狂風把雨傘吹得變形，恩形容我們像是在大雨裡行軍，一路笑到停不下來。



回程的客運上，每個人都累得睡成一片。短短兩天，像是濃縮了一年份的笑鬧、驚險、溫度。孩子們說，有時候短暫的出走，比長假更能讓心重新呼吸。他們在這段旅程裡重新找回平靜，也在無拘無束的相處裡更靠近彼此。

對我們工作者而言，這趟旅行的起點其實很單純——源在自某次團體中，孩子被問到「想和大家一起做什麼」時，那份突然凝聚起來的期待。也許是一時興起，也許是累積已久，但難得的是，他們在提出想法後真的開始規劃、準備、盼望。於是我們陪著他們一起想、一起試，一步步把「可能」變成「真的可以」。

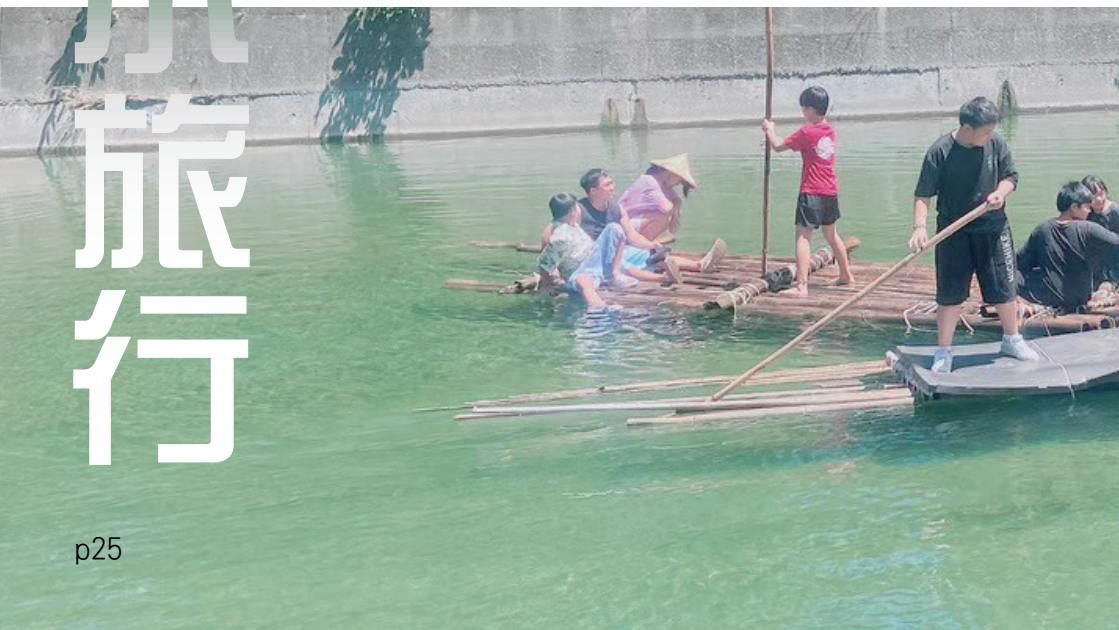
孩子們說，他們想和樂窩的大家「一起去那裡」。那裡是什麼？我們其實一開始也不知道。但現在我們很確定——那裡，就是「一起」本身，是我們共同創造、共享、記住的地方；而那份「一起」能帶著彼此走到心之所向。

營隊的規劃從一開始就交由我負責，而我十分清楚這是樂窩一年中最重要的活動之一。

剛開始時毫無頭緒，不知道要帶孩子去哪裡、哪些地方適合學習？幸好有佳賢（樂窩執行長）的協助，他提供了多個可能的場地，也主動聯繫不同單位，其中，有一所以族語與文化課程為特色的阿美族小學特別吸引我，我想，如果能帶孩子們去到那裡，不只是孩子能得到啟發，工作者也能從中吸收能量，對未來的文化課程設計會很有幫助。

然而，聯繫的過程並不順利。直到佳賢提起，他曾帶孩子到Aring部落的經驗，我突然意識到：也許這正是一個契機，一個讓我帶孩子回到「我的部落」的機會。

其實，我一直希望能在某個時間點介紹自己的部落，讓更多人認識、理解，看著今年的時程，這樣的時機似乎終於成熟了。



吉拉米代小旅行

年祭前的準備期，正好是最好的切入角度，這幾年陪孩子們參與三鶯地區的年祭時，我常從他們的反應感受到，他們多半把年祭視為一個「表演舞台」，這並不是錯的理解，畢竟都會區的年祭多以表演為主，孩子自然也會有這樣的認知，但我想給他們的不只是觀看或上台，而是年祭更深層的文化意義。

我的文化養分，來自於家庭、來自於年祭，而我也一直想把這些珍貴的養分分享給孩子。這次的營隊，彷彿就是老天給我的機會——一個可以讓我親手傳遞文化的時刻。

因此，我把營隊的核心目標放在「讓孩子更深入理解年祭」。年祭不只有那幾天的熱鬧與舞蹈，前期的準備、報訊、迎靈同樣重要。

我決定帶孩子在年祭前的籌備期間前往，實際跟著部落的Kaka們參與、觀察、學習。我一直相信，最深刻的學習一定來自真實的現場與真實的人。

隨著暑期課程開始，焦慮也悄悄浮現，每次開會我都提心吊膽，怕自己遺漏了什麼；雖然焦慮，但也感激暑期的忙碌讓我暫時忘掉這份不安，直到出隊倒數兩週，我幾乎每晚都睡不著——越接近回到部落的日子，壓力越大，我害怕做不好，更害怕被部落長輩看笑話，畢竟，這一次不是帶孩子往外走，而是帶他們走進我的家。





出隊第一天，踏進舞場的那一刻，年祭特有的嚴肅、緊張與階級氛圍立刻壓了上來，我甚至感到呼吸困難，幸好下午的部落導覽由莫言（部落族人）協助，讓我能暫時卸下緊繃，晚上孩子忙著製作「樂窩報報」，我得以短暫離開，去調整自己的狀態。



第二天一早，莫言帶孩子們上山砍竹子，接著到溪邊玩水、幫忙整理竹筏。這些是孩子們最投入、記憶最深刻的部分。下午他們跟著KAKA們到舞場協助籌備，但對我而言，嚴謹的階級感依舊讓我寸步難行。只有回到民宿後，我才真正鬆了一口氣。後來因颱風逼近，為了孩子的安全，我們提早一天北上；雖然孩子無法參與最期待的「報訊」儀式很可惜，但也只能接受天候的安排。



最後一天，我們留在民宿，邀請莫言聽孩子的最終分享與心得。營隊雖然歷經波折，但總算畫下句點。



只是，我沒想到這次活動帶給我的焦慮與壓力會這麼巨大。面對文化中的階級制度，我即使以「工作者」的身份回到部落，也依舊深刻感受到它的份量。

讓我反思：

這次的活動，真正的意義是什麼？是為了讓孩子理解年祭？還是……其實我期待藉由這次的安排，讓我的家人知道，我現在正努力做的事情？

樂高報報

工(第一期)

2025年8月10日(日) 天氣: 晴有陣雨 心情: ☺

頭條新聞: 老師說一天拍10張, 結果還沒到部落底片就都用光了!!

火車精采時刻

今天是一年一度的管隊第一天
早上大家約了九點在火車站集合
但我們因為交通問題, 遲到
昨晚幾乎沒睡, 於是提早到達



沿路上, 我們互相玩耍,
聊天嬉鬧, 然後看到有趣的
風景就拍照



海平面
海的另一邊



看到龜山島的時候好
激動呀~

於是就忍不住拍起下午的PP

拍龜山島拍到天使!



終於拍到龜山島!
拍這張拍到黑

笑死!

被我反

今天詐騙的人, 打電話給李姓
我生給黃先生電話, 沒想到黃先生
在跟他搞笑!!



喂!
你哪裡
MXX!

內容提供:

Fiding, Savi, Jane,
Umin, Zhu, Sazu, Afilay,
Sanmah, Orad, Aroy, Jena

恩銘, 邑祥, 永露, Wagi, 韋安, 永露

翻譯: Sora Miko

牛牛別感謝負責活動的 Aring 佩珊佳麗

Culture

聽莫言 Simo
說故事

傳說故事



很久很久以前
有兩兄弟到部落的禁忌!!



於是他們就

被懲報復

因為這兩人的行為
導致部落的土地被神罰
族人最後決定饒他們去
河的對岸自立生

他們順著河一直走
就到了很多大樹根的地方

這個地方
還有很多土地沒人
開墾, 兩兄弟就回到部落
跟族人說這個消息



一路沿河的族人和兩兄弟來到這個地方
至此, 就有了 **吉拉米代**

吉拉米代 = 大樹根

插畫



Afilay

吉拉米代

樂高報報

1 (第2期)

2025年 8月11日(-) 天氣: 熱到爆 心情:

本日大事

TODAY

今天去竹子

做了竹杯

我們去竹子

還有學做竹杯的工作

Kaka們現在在場上幫忙的時候
工作有男生站、女生做

Attention!!



男生們

幫忙做竹杯

還有磨竹杯

(沒想到用了大半
個小時都沒磨
完成像Kaka那
麼們磨的乾淨、那樣白)



見5位老師階級的大師



女生們
則一起幫忙小小
地方的手工及裝飾。
(其實我們也有磨竹杯
但是規定量好的遵守、尊重)

去到古拉米代的舞工場



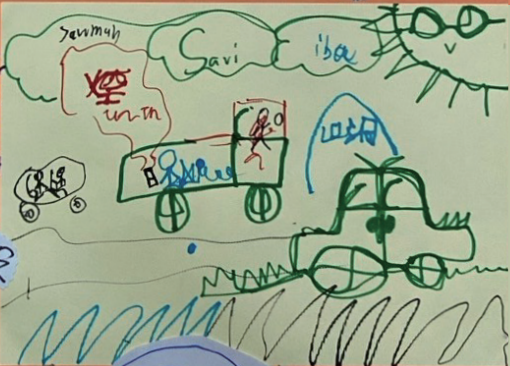
也看到3位同學跳舞

你必須知道!!

今天老師偷偷抽籤哈哈
被抽到要笑哭
因為小時候給我們 Smoking 雞塊他也在偷抽
他們也知道要拿去罰款給去買水的路上



我們跟
Teacher說不
Smoking



感受溫度計

玩水

高興

和老師一起泡脚



累



累又開心

難過

明天就要回去
看不到、會原來到
和親友



嗚嗚~
氣死!
氣死!
氣死!

內容提供:

Futing Savi, Jena,
Umin Zha Sava Afilag,
Savannah Orad Aray, Jena,
恩恩 恩恩 恩恩
Wings,
Zaghey

編輯: Sora Miko

辛苦的工作: Aring 編輯 (佐賀)

午到後品品感謝

英言 Lakuwa

樂窩報

工(第三期)

2025年8月28日(=)

編輯: Sora, Miko

? 還沒看過的
魏老師的家

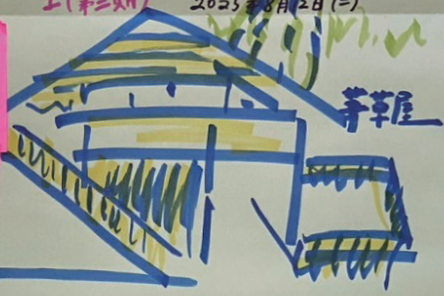
魏老師的家
魏老師的家
魏老師的家

去魏老師家
去玩水
去抓魚

去魏老師家
去玩水
去抓魚

去魏老師家
去玩水
去抓魚

去魏老師家
去玩水
去抓魚



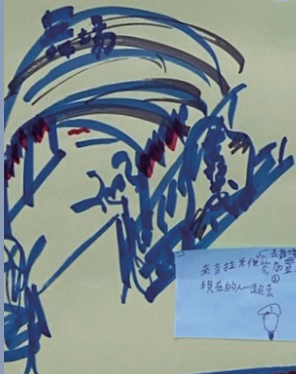
茅草屋



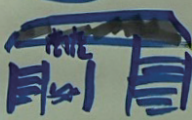
河邊抓魚
去玩水
去抓魚

河邊
去玩水
去抓魚

去玩水
去抓魚



村

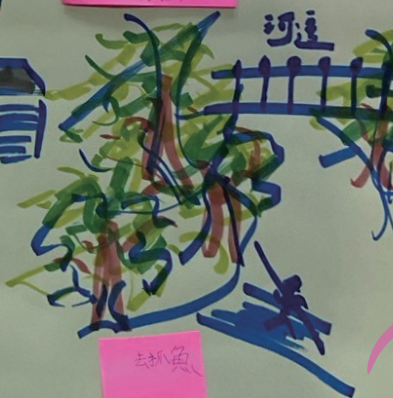
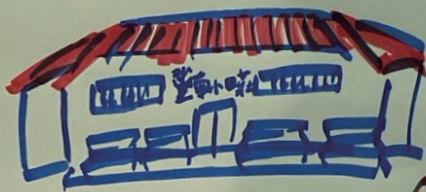


村

去玩水
去抓魚

去玩水
去抓魚

去玩水
去抓魚



去玩水
去抓魚





今年和社區組一起準備成果展時，我們決定在一個獨立空間裡，展出三個據點孩子與長輩的文化地圖。南靖部落做的是植物地圖，三鶯部落是部落地圖，而在鶯歌據點，我們則帶著孩子們一起完成了「移動地圖」。

從「你的名字叫什麼？」、「你從哪裡來？」作為起點，讓我們一同走進彼此的脈絡裡。過程中，我們邀請了幾個已成年的哥哥姊姊前來，和孩子們面對面、肩並肩圍圈，分享著他們自身隨著時間積累、轉折與沉澱後的生命敘說；此外，我們也透過繪畫與創作，讓他們試著以天馬行空的顏色和形狀，描繪此刻在都市的家，以及部落的樣子。

而那些孩子們習以為常的日常裡，所夾雜的線索，像是爸爸媽媽或爺爺奶奶的部落在哪裡、他們在來到鶯歌之前住過哪裡、自己的名字怎麼來的…逐漸在摸索中被梳理。



年底整理素材時，我一邊回想著我們究竟是從什麼時候開始，和孩子們一起走上這條路的？翻著手機的照片庫，我才憶起，這條路源自2023年底的一個團體主題。

翻看著照片，腦海裡與之相連的「[記憶球*](#)」也被喚醒。那天傍晚突然停電，整個據點一片黑暗，孩子們卻不約而同地唱起了〈拍手歌（kipahpah ima）〉。

歌聲在空間裡響起的那一刻，直到現在，仍清楚地留在我的記憶裡。對當時作為據點課輔老師的我而言，那或許是我第一次那麼靠近屬於這群孩子的文化。它不是被刻意安排的內容，而是一種自然流動的默契：那麼不約而同、一拍即合，也在意外之中顯得處變不驚。

*電影《腦筋急轉彎》

也正是那段時間的醞釀，鶯歌據點的「移動地圖」，才在後來的陪伴裡逐漸成型。它正是發想自夥伴們與孩子，一同探索「你從哪裡來？」的歷程。

隔年農曆新年期間，一次意料之外的邀請，使我們對「來自哪裡」有了更深的理解。力瑜（鶯歌據點社工督導）和我在家長的邀請下，大年初二一早自宜蘭搭火車前往花蓮，再租車進入他們的部落，去參加一場婚禮；而那對新人，正是日後我們在據點陪伴的孩子的爸爸媽媽。

那天，孩子們領著我們在部落散步，興高采烈地介紹著他們回到部落時常去的雜貨店裡有賣什麼有趣的零食、玩具；也遠遠指著誰家的狗很可怕；甚至七嘴八舌地說著，下一次還要再帶我們去誰的家、誰的部落。

有了那次身歷其境的經驗，更加深了我們的意識，進而覺察到對孩子們及其家庭來說，「部落」在個體、集體裡所佔的位置。它不只是地理意義上的所在，更是連結、情感、記憶與身分的起點。

因此，我們始終在意孩子們是否擁有足夠的刺激與機會，去認識自己的家庭與族群，並在過程中，逐步與自己的樹根建立起更深刻的連結。或許有一天，當他們走得更遠、遇見更複雜的世界時，仍能想起自己來自哪裡，並在那份記憶裡，找到回應世界，也看清自己是誰的底氣。



反歧視工作坊



第一梯次

在生活中，你曾被貼過哪些標籤？你聽過哪些對他人的刻板印象？你認為「歧視」最常出現在什麼樣的情境或場域中？

文 / 游翼慈 鶯歌據點 社工

今年，樂窩在台北達仁扶輪社專案經費的支持下，正式啟動「Embracing Diversity: Urban Indigenous Inclusion & Anti-Discrimination」計畫，並於下半年聚焦推進第一階段的工作——反歧視種子教師培訓。

我們始終對「快速給出答案」保持懷疑。比起結論，我們更在意提問是否被留下；比起立場表態，我們更關心人是否真的被觸動。因此，我們嘗試藉由工作坊陪伴一群關心平等議題的夥伴，在理解與同理之中，慢慢累積行動的力量，並在一次次反思與對話裡，成為未來推動反歧視工作和教育的種子及引路人。

在7月21日這一天，我們迎來第一梯次的種子教師培訓工作坊。為了讓大台北地區對議題有興趣的夥伴能更便利地參與，我們特別與逆風賦歸協會合作，借用其在萬華經營的「逆風樓咖啡館」作為課程場地。在這個開放而友善的空間中，完成了一整天密集且扎實的課程安排，也讓每一位參與夥伴得以在相對愜意、包容的氛圍裡，透過彼此的分享與傾聽，感受到議題的重量，同時看見行動生成的可能。

順帶一提，此次選擇於台北萬華的「逆風樓咖啡館」辦理，除了交通便利，也是一種對場域意義的回應。萬華作為台北早期商業與移民的重要交會之地，長久以來承載著人口流動、文化碰撞與身份轉換的歷史；人們在此落腳、來去，也在城市的縫隙中重新尋找自己的位置。當我們談歧視、談原住民族，尤其談及都市原住民在城市裡如何被看見、被誤解，並在多重身份與文化經驗之間尋回自我時，這些議題也與「移動」與「交織」緊密相連。





回到課程內容，本場工作坊的上午我們以專題演講揭開序幕，由至善基金會的書玄帶領大家回望原住民族遭受歧視的歷史脈絡與文化處境。書玄從歷史背景談起，逐步鋪陳族群在結構性不平等中所承受的集體經驗，也提及歷史創傷如何持續影響族群的自我認同與社會位置。進一步，書玄引導夥伴們思考原住民族加分制度的社會意涵，並細緻拆解制度背後可能交織的期待、標籤與誤解。透過討論與分享，我們不僅看見歧視與微歧視如何在日常中被複製，也開始練習辨認與指出它們，並思考自己能如何應對。

在上午的講座與討論中，我們先把視線拉回到歷史與結構，理解歧視如何被形塑，也如何在制度與語言裡延續。下午，我們則透過沉浸式桌遊，試著把這些思考延伸至情境裡，並由引導師偉弘（Kiwi）帶領夥伴進入桌遊《我們的島》。

這款桌遊以虛擬衝突事件為起點，透過角色扮演與情節推進，引導參與者覺察自身言行可能對他人造成的影響，並在一次次選擇與互動中，練習「看見差異」與「理解差異」，嘗試鬆動因不了解而生成



的歧視與排除。在遊戲設計中，參與夥伴必須面對不同角色在社會情境中的抉擇與限制，彷彿短暫走入原住民社群在現實世界裡可能經歷的困境與拉扯。也因此，這段桌遊體驗成為上午講座內容的延伸與回聲，使反歧視不再停留於概念層次，而逐漸成為一種能被感受、被理解的真實。

桌遊結束後，課程進入回饋分享與議題連結的綜合討論環節。在Kiwi的引導下，參與夥伴共同回看桌遊中呈現的社會動態，並嘗試將其與現實世界中的族群處境相互對照。許多夥伴也在這段時間裡，練習將「體驗」轉化為「思考」，把「感受」轉化為行動的可能。

最後，參與夥伴透過分組討論，重新模擬若作為未來的桌遊帶領者，在面對不同體驗對象與團體目標時，將如何調整引導方式與時間配置。這不僅是課程的收束，更是小規模的實作演練，讓夥伴得以將一日所學，轉化為具體可行的帶領能力，使反歧視的思考不止於此刻，而能在更多場域中被延續。



第二梯次

「如果『歧視』是一種天氣現象，你覺得它像什麼？」
：像雨，像陰天裡的毛毛细雨。起初不至於令人立刻警覺，卻在長時間、反覆落下之後，逐漸滲入生活，變得無法忽視。

第二梯次反歧視工作坊，於12月13日至14日回到樂窩的鶯歌據點辦理。承接第一梯次培訓的經驗，加上本場參與夥伴多為長期關注原住民族議題的大學青年，我們嘗試將活動延伸為期兩天。一方面，期待讓夥伴與議題之間的連結得以深化；另一方面，也希望在較為充裕的時間裡，累積樂窩工作者與種子教師之間更穩定的交流與陪伴關係。



因此，本次選擇於據點進行，不僅考量桌遊演練所需的空間與動線，更重要的是，讓參與者能直接走入樂窩陪伴孩子的場域。這裡不只是課程發生的地點，更承載著工作者與孩子長時間共同建構的關係、安全感與被反覆確認的界線。

當夥伴們踏入這個空間，也就進入了一種可以慢慢放下戒備、安心對話的氛圍之中，得以在真實關係的現場，談論彼此的經驗、感受與疑問，讓反歧視所指向的結構、概念與理想，不再懸浮，而能落回日常。

在這兩天的工作坊裡，我們以桌遊體驗作為破題，讓議題先被身體感受到，再逐步被說出、被理解。接著透過分組演練，模擬桌遊帶領與引導的實際情境，為參與夥伴創造「站上帶領位置」的經驗。在過程中，夥伴們練習如何設計提問、如何回應現場浮現的情緒與互動，也在一次次嘗試與修正裡，探索屬於自己的引導角色與節奏。

如果你是《我們的島》上的廣播員，要對島上居民播報「今日一句」，你會說什麼？

：「把感受放在心裡，好好地讓它發芽、長大。」

：「你就是你自己。」

第二天，引導師偉弘（Kiwi）運用開放式空間討論法（OST），帶領參與夥伴共同回顧前一日學習與發現。大家圍坐成圈，輪流分享在演練中被觸動的片刻、留下的感受與仍未解的疑問，使那些原本可能只停留在「做過」的經驗，得以被整理、被命名，轉化為更深層的覺察與理解。最後，我們在內外團體的對話中，一起重新思考：當這些帶領方法回到各自的生活位置與工作場域時，將如何被重新轉譯與實踐，讓反歧視不僅是一堂課的學習，而能逐漸成為日常中的選擇與行動。

中午時段，我們邀請長期深耕三鶯地區的族語老師、同時也是樂窩重要夥伴的Aring老師，與夥伴們分享她在教學與文化工作中的觀察。她談到原住民孩子在成長歷程中，為何會逐漸與自身文化產生距離；也分享她在校園推動族語教學時，所看見都會區原住民孩子所面臨的歧視經驗與身份拉扯；以及當孩子獲得足夠的教育與文化滋養後，展現出的轉變與影響。這些來自現場的經驗，讓議題不再只是被討論，而是被真切地看見。

工作坊結束後，許多參與夥伴的回饋不約而同地指出他們感受到自己在團體之中，有被聽見，也被接住。有人說自己在這個空間裡感受到難得的信任，即使情緒是不舒服的，仍被允許自然地出現；那份被承

接的經驗，讓「表達」不再只是說出想法，而是一種可以安心存在的狀態。也有人提到，透過桌遊與演練，他們彷彿短暫走進島上不同角色的位置，看見每個人都可能正在各自的限制中做選擇，因而更能理解差異背後的重量，並嘗試讓自己的壓抑與他人的不適同時存在。

同時，這場工作坊也拉近了許多人與議題之間的距離。由於在演練中被喚起的無助感與湧現的記憶片段，反而使反歧視不再只是「知道」的事，而是回到身體、回到情感，成為一種更貼近日常的理解。另外，還有人提到站上帶領位置所帶來的困難與掙扎，像是當在沉浸式桌遊中若有團體成員被觸發情緒時，作為帶領者究竟該如何承接、如何回應，甚至是否需要回應。這些沒有標準答案的提問，成為許多夥伴想帶回生活中持續練習的主題。我們也很慶幸，所有參與的夥伴儘管在滿與重之中，仍看見自己正在往更靠近理解、更靠近行動的方向前進。



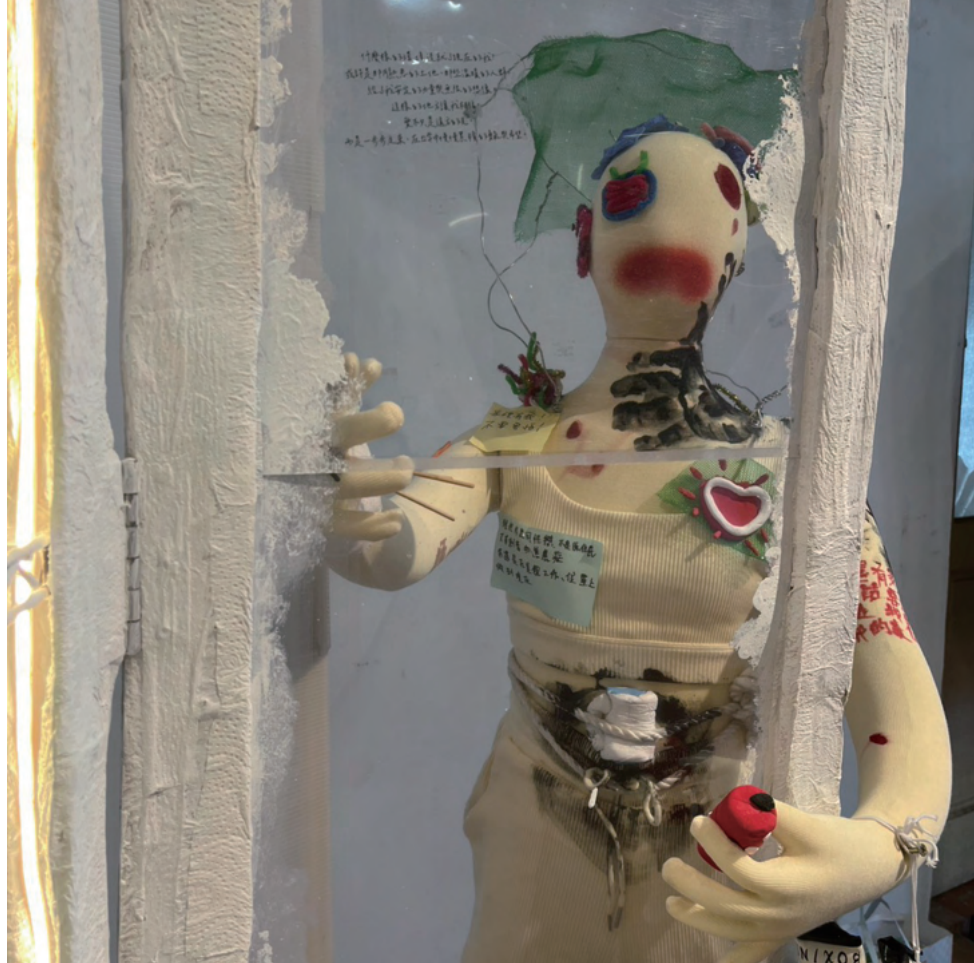


文 / 游翼慈 鶯歌據點 社工

今年上半年我們走進兩場音樂祭的現場（4月大港開唱、5月浪人季野人季），展開了一次次真實而貼近人群的實體倡議。

在人群的流動裡，我們試著以那些短暫卻真誠的交流，把日常中難以言說、卻深深影響著我們的議題，轉化為能被看見、能被理解的語言。

與大學青年並肩在攤位之間穿梭，在笑聲、故事、以及那些忽明忽滅的傷痕裡，我們慢慢聽見彼此；而那些藏在生命縫隙裡的脆弱，也逐漸成了願意再陪伴彼此走一段路的連結與起點。



今年十月，在夢想城鄉的邀請下，我們以展覽的方式參與了「脆弱藝術節」。

前些天整理紀錄時，剛好跳出了verbalize這個字。霎時，我不禁將其連結到這一年裡與青年共享的陪伴與創作歷程。許多感受固然能被說出口，但你我也明白，許多議題與敘事背後的重量，往往難以名狀。即便能言說，語言仍可能過於赤裸，赤裸得讓人提防、讓人遲疑，彷彿只要被看得太過清楚，那些尚未癒合的部分便會在無從選擇的目光裡暴露無遺。

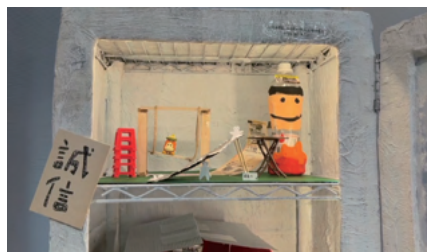
藝術，恰好提供了一個適切的距離——既能表達，也能保護；既能傳遞，也能為自己保留安放的空間。讓心裡那些尚未準備好的部分，暫時得停靠在某個形象、某句行文、或某層冰霜背後的姿態，使那些被小心收藏的片段可以另一種形式走入光裡。

在幾經揉合、沉澱、再轉譯與深化的漫長而細膩的過程中，那些由多重「自我組成」而來的線索與故事，逐步轉化為能由作品承載的形象或符號。最終，我們完成了一座參考雜貨店「冰箱」意象的創作。

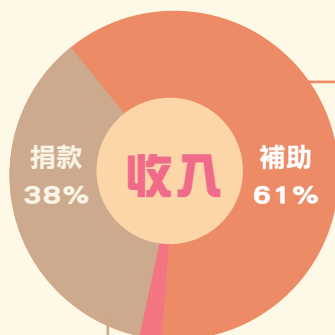
在冰箱的每一個隔層裡，青年們以不同方式放入生命中的片段——日常的愜意、家屋的溫度、都市裡養成的沉默、耳機裡陪伴的旋律、重要他人的記憶……都在恆溫裡被妥善保存。

雜貨店裡常見的透明冰箱，擺放著玲瓏滿目的飲料。從外觀看，我們能知道它是綠茶、紅茶或汽水，但仔細看了成分表，會發現每一瓶都蘊含著不同的成分。

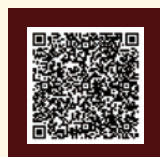
在這個冰箱裡，「我」化為不同狀態的「容器」，外觀象徵外在的我，而內容物則是我的組成，這些「我」是青年的縮影。



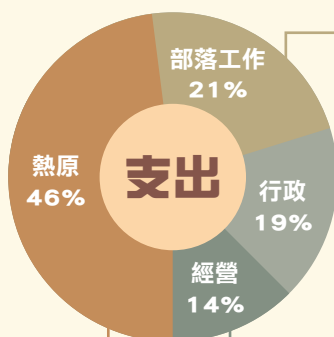
114年財務概況



- 民間補助 48%
- 政府補助 11%
- 熱原拳擊隊 24%
- 部落工作 4%
- 組織運作 12%



捐款徵信



- 部落工作 2 名夥伴 13%
- 部落工作業務費用 3%
- 行政工作 3 名夥伴 22%
- 推廣與行銷 3%
- 場地、辦公用具 8%
- 雜支 1%



- 拳擊隊 4 名夥伴 31%
- 拳擊隊訓練器材 5%
- 課程與生活支持 14%

樂窩大事記



2006

開始三鶯部落
課照服務

2008-2009

三鶯部落拆遷
進駐隆恩國宅

2011

開始青少年服務

2012

成立社區青少年拳擊隊

2014

在三峽國中開設原住民拳擊社團

2018

樂窩正式成立

2019

成立「熱原拳擊隊」
展開南靖部落文化採集

2021

南靖部落文化教室成立
三鶯部落拓點

2020

在三峽設立據點
開始南靖部落課後照顧

2022

熱原拳擊培力計畫啟動
南靖部落adawang聚會所重建
鶯歌據點成立

2023

鶯歌據點正式營運

2024

鶯歌據點增設國中課輔班

2025

繼續為服務帶來更多創新與成長



SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS

永續發展目標

由於氣候變遷、經濟成長、社會平權、貧富差距等難題如重兵壓境，2015年，聯合國宣布了「2030永續發展目標」(SDGs)，包含消除貧窮、減緩氣候變遷、促進性別平權等17項目標，指引全球共同努力、邁向永續。

許多非營利組織服務與SDGs息息相關，一同為了提升社會安全網以及生活環境而努力，以下是樂窩所對應的SDGs項目：

1 NO POVERTY 終結貧窮



樂窩的個案工作開案標準針對家庭經濟狀況有一定的規範，透過工作者評估並連結必要的補助、物資及資源，幫助困難家庭能享有平等資源。

10 REDUCED INEQUALITIES 減少不平等



透過多元課程與自我探索提升原住民兒童、青少年能力和自信心，並連結多方資源，參與對外活動與經驗分享，促進社會包容性。

3 GOOD HEALTH AND WELL-BEING 健康與福祉



熱原拳擊訓練與運動心理相關課程促進青少年的身體發展及心理健康；部落社區長者服務促進長者生活機能性。

17 PARTNERSHIPS FOR THE GOALS 夥伴關係



樂窩積極發展多元夥伴關係，維持與公部門、企業、非營利組織聯盟、基金會、學校、家長、社區部落及附近居民的聯繫與溝通頻率，促進資源連結並形成互助網絡。

4 QUALITY EDUCATION 優質教育



建立適合都市原住民的文化課程，促進原住民文化的傳承和保護；設計多元培力課程，培養學生的價值觀與技能，提升自我認同及自信。





扎根文化 打出**自信**

每月**300元**，支持都市原住民兒少翻轉人生！

立案字號 | 新北府社園字第1071504192號 勸募字號 | 衛部教字第1141362785號



**捐款支持
文化基地**

認識自己的文化
讓我更自信了！

我們要打進
國家隊！！



**捐款支持
熱原拳擊**



特別感謝

合作學校

新北市立三峽國中 新北市立鶯歌工商
新北市立明德高中 新北市立鶯歌國中

合作夥伴

中華社會福利聯合勸募協會
新北市政府社會局創新補助
陳永泰公益信託
向貧窮者學習聯盟
社團法人人生百味文化建構協會
聯詠愛心詠續基金
家樂福文教基金會
財團法人明怡基金會
台灣公益團體自律聯盟
財團法人永大社會福利基金會



特別感謝

支持樂窩前行的夥伴

三峽扶輪社
台北達仁扶輪社
財團法人英仕教育基金會
世界先進積體電路股份有限公司
英商引達取有限公司
財團法人光寶文教基金會
台灣諾和諾德藥品股份有限公司
尹老師傳愛協會
耀華電子股份有限公司
給宇實業
豐騰好食
財團法人陳杜姜基金會
財團法人陳重光文教基金會
裕融企業股份有限公司