

這活動 對學校真正好



記舊鞋救命正能量 在至善國中

葉競聲



目 錄

前言 表達謝意(人真好).....	3
一、白日有夢-還有什麼比舊鞋救命更白日有夢(意圖真好).....	7
二、強化過人強項-至善國中「服務」、「愛心」大躍進(影響真好).....	11
三、記下今天的“小確幸”-孩子生命的大確據(感受真好).....	19
四、感受團隊奮鬥的悸動-哇~40 呎貨櫃裝滿鞋子了(成就真好).....	21
五、為別人花錢、花時間-能給、肯給才是富足(心境真好).....	25
六、還要拉上朋友一起-社區民眾、愛心媽媽、鄰近學校和同仁投入 (關係真好).....	39
七、讓心聽聽世界脈動的樂音-謝謝肯亞、謝謝台灣(熱情真好).....	49
八、列計劃-拉進(近)每一個至善人(希望真好).....	51
九、愛心跟隨的鍛煉-生命激盪生命(感動真好).....	55
十、設想重要的東西離你而去-擁有生命(活著真好).....	61

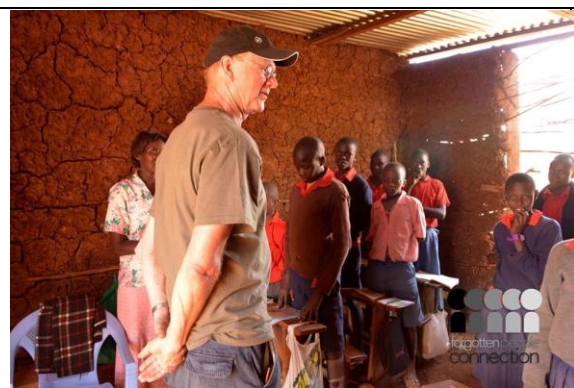
前言 表達謝意（人真好）

感激是一種正能量滿滿的情緒，讓我們能更好地享受我們所擁有的東西。

快來喚起感激的心境吧！發訊息或當面跟那些曾以某種方式幫過你的人，感謝他們的為你做的事情，無論多微不足道。

簡簡單單的一樁事情，卻會有立竿見影的效果，有研究發現感恩練習可以將幸福感提高 **25%**。另一項研究則發現，在三週時間內，寫三封這樣的信件就足以確確實實地讓你的生活滿意度有所提升。 - Wayne W. Dyer, (Wishes Fulfilled)

1. 謝謝耶穌，為我們示範「愛」。謝謝亞倫、右任、之鈺、嘉馨老師為我們在現代社會中示範了「愛人」的方式。
2. 謝謝親自投入至善國中「舊鞋救命-鞋進肯亞」滿滿愛心的人，無論你是捐鞋、整理鞋或傳遞這個訊息。
3. 謝謝 Dawson 在肯亞協助傳遞臺灣愛心並帶來肯亞人民的感謝。
4. 謝謝你願意撥時間了解這個「愛」的行動，盼望你也得著這個「愛」人的珍寶。



謝謝亞倫



謝謝右任、kara



謝謝之鈺、秋松、健賢



謝謝嘉馨老師



謝謝愛心工作隊



謝謝學校老師



謝謝參與的志工



謝謝捐贈物資的民眾



謝謝校外參與的志工



謝謝逢甲大學的大哥哥、大姐姐



謝謝至善國中參與的孩子



謝謝所有關心、付出愛心的人



謝謝肯亞孩子熱情的笑容



謝謝 Dawson 遠道而來



謝謝 Dawson 告訴我們肯亞的感謝



謝謝耶穌

一、白日有夢-還有什麼比舊鞋救命更白日有夢（意圖真好）

如果比起一個行動者，你更像是個夢想家的話，這一條再適合你不過了：做個開心的白日夢。

從早到晚，我們的思緒會時不時地游離，神遊如果被引導到積極的方向，也會很有益處。

有人研究了能為生活增添色彩的各種心理策略，發現其中效果最好的是積極向上的白日夢。研究過程中，受試者回溯了往日的幸福時刻，成功的經歷，充滿愛與友誼的瞬間。我們的心緒可能會不合作地回憶起曾經的失敗和難堪，這時需要我們保持住這場白日夢的快樂基調，不然就沒法起到正面的效果了。 - Wayne W. Dyer, (Wishes Fulfilled)

問：站在舊鞋救命的基礎上，我們還能為學生、老師架構什麼夢想嗎？

答：誰能想到一個英語老師在一年的時間可以募 100 萬雙鞋子 20 個貨櫃幫助肯亞孩子免於沙蚤的危害。不過是；積極向上的白日夢。

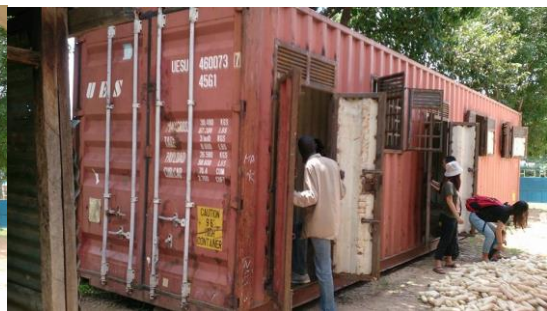
當我踏在肯亞的土地，彷彿看見各種各樣積極向上的白日夢因為體貼他人的需要，身體力行的將白日夢付諸實現…

CSJH，鞋進肯亞貨櫃成為肯亞當地教室。



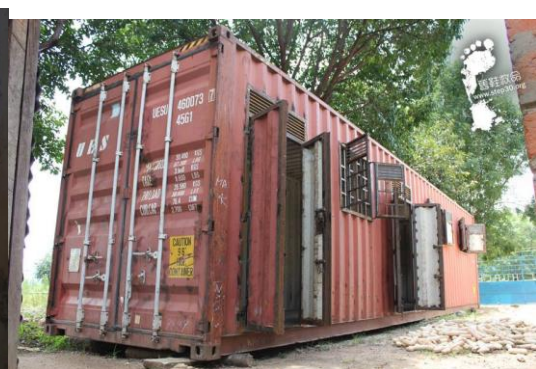
貨櫃位於肯亞 Webuy

貨櫃位於肯亞 Webuy



貨櫃開窗成教室

貨櫃開窗成教室



貨櫃開窗成教室

貨櫃開窗成教室

Dale and Linda Bolton，為非洲的人民設立的有機農園夢 Organics 4 Orphans。



Organics 4 Orphans 農場標誌



農場主任說明



有機種植設施



有機土壤區



和右任全家在 Organics 4 Orphans



讓食物變成你的醫療

Sammy，專門照顧身心障礙者的育幼院，名叫 Precious kids。



Precious kids 的 Sammy

我在 Precious kids



我在 Precious kids

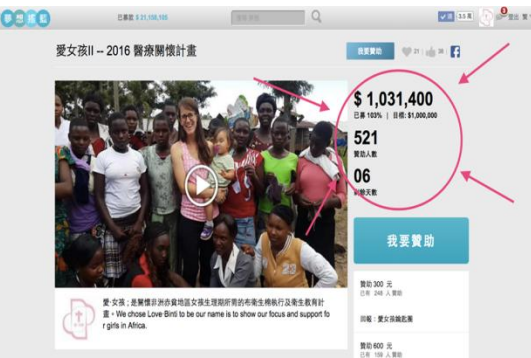
我和 Precious kids 的孩子們



Kara 和 Precious kids 的孩子

Sammy 和 Precious kids 的孩子

楊宜庭，發現肯亞物資匱乏，女生沒錢買衛生棉，發起自製布衛生棉的活動叫「愛女孩」。

 在肯亞約有4百萬名的青少女孩	
愛女孩的宜庭	愛女孩的布衛生棉
	
縫製布衛生棉	縫製布衛生棉
	
愛女生的志工們	愛女生網路募款

或許你也看見他人的需要，你也有白日夢，讓我們跟隨內心的催促，
開始圓夢...Coming soon

二、強化過人強項-至善國中「服務」、「愛心」大躍進（影響真好）

簡單說其實就是做你擅長的事情。在做自己精通的事情的時候，人們總是會興致高昂，不管那到底是什麼事。

想想你有啥拿手的東西，唱歌，社交、運動、技術，或者隨便什麼事，比如逗別人開懷大笑或者總願意助人為樂。每天花點時間運用你所擅長的技能，練習強項總能帶來成就感。 - Wayne W. Dyer, (Wishes Fulfilled)

問：執行後，至善國中多了什麼擅長的事情？

答：至善國中共同愛心的呈現和服務加深社區、市民、甚至台灣各地的朋友看見我們的愛心和樂於服務的特質！

「舊鞋救命的至善國中」，是我們學校展現愛心特質的新代名詞。

我們很高興學校長久以來（10 年左右）所秉持「服務」的特質可以透過「舊鞋救命」而有所呈現。

「舊鞋救命的至善國中」，是美好的新名詞，是一個長久做「服務」展現「愛心」以致擅長的學校，透過「舊鞋救命」的連結以致成就的美名，衷心感謝每一個核反應的粒子。

至善心橋-校內



校內刊物-舊鞋救命

校內刊物-舊鞋救命



校內刊物-舊鞋救命

校內刊物-舊鞋救命

服務學習體驗學習單-校內

[illegible]

【學務處訊】「如果用一雙舊鞋能夠拯救或改變別人的生命，你願意嗎？」非洲肯亞山區約三十萬戶人家正忍受著從泥土進入腳底的寄生蟲肆虐，不但影響行動力，甚至死亡。如何避免憾事發生？很簡單，只要一雙完整的鞋子就可以了。

為體現人道關懷與服務學習真諦，本校領導知能與服務學習中心響應「非洲肯亞舊鞋救命計畫」，3月16日至20日展開與至善國中合作的舊鞋募集活動，短短五天時間，全校師生及校友絡繹不絕熱烈參與，光是本校就募集了可用的舊鞋2千餘雙，另加上全國愛心人士的捐贈，估計已湧入了20幾萬雙鞋。

此募集活動經由網路公告後，各地愛心捐贈電話不停湧入，加上校內師生親送、校友郵寄的鞋子，瞬間塞爆志工中心的空間，而中區匯集地至善國中禮堂也完全被全台灣的愛心給填滿，主辦單位為台灣人的愛心與動員力感到溫暖與驕傲。本校將招募600位志工同學於4月25日到至善國中，將全台灣善心人士捐贈的20幾萬雙鞋子進行測試、分類、打包、秤重、統計並裝入貨櫃中，送往非洲肯亞目的地。

教育部提倡104年為「國際服務學習年」，本校由「非洲肯亞舊鞋救命計畫」開始啟動，接續將推動鄰近西屯區各鄰里志工服務學習活動、校外NPO與NGO各項志工服務學習、專業課程融入服務學習及國際志願服務等工作，將推己及人與社會參與落實於校園內，更藉由服務學習之運作，讓同學由實際參與服務學習接軌志工服務。



圖說：參加「非洲肯亞舊鞋救命計畫」志工同學們認真分類、打包。(照片/學務處提供)

『舊鞋救命』關懷活動民眾反應熱烈

〈記者陳世旺報導〉只要穿上鞋子！他們的生命就有保！只要捐出舊鞋就是行善！為搶救在非洲肯亞的山區和烏干達邊境，大約有三十萬戶人家正忍受著寄生蟲的肆虐，這些病菌會從泥土進入他們的腳底，影響受害者的行動力和生命的威脅，『舊鞋救命』的人道關懷活動，正如火如荼的展開，台中區至善國中服務站在師生和社會人士積極踴躍捐贈舊鞋，數量已達到十萬雙之多。



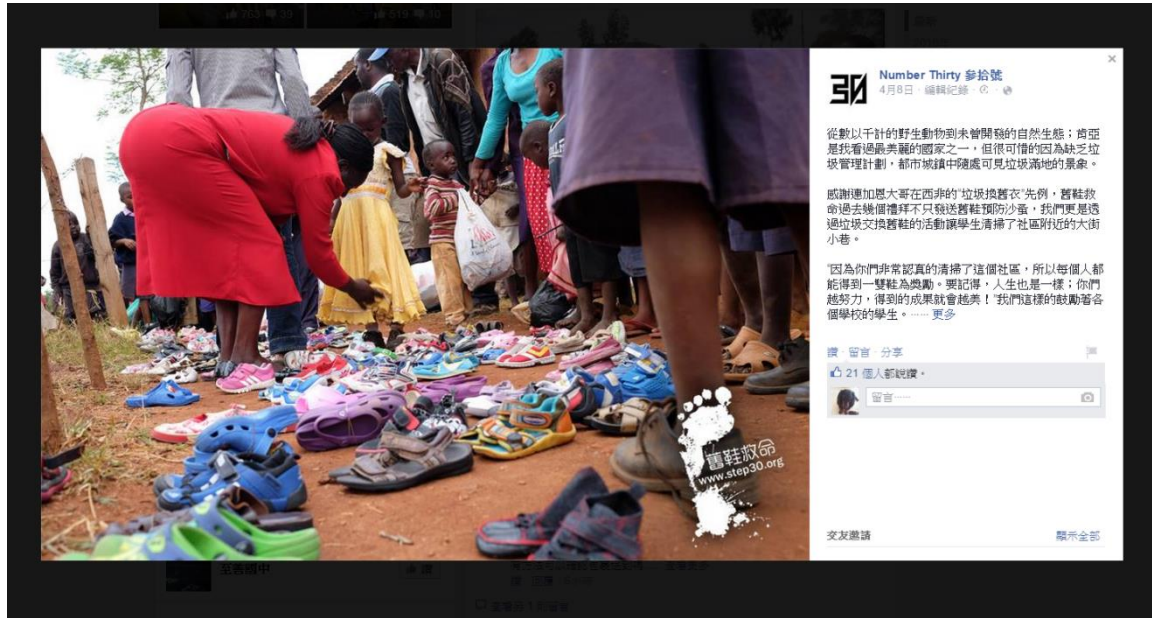
至善國中輔導主任葉競聲《圖左》表示，該校校長廖玉枝讚同環保再生利用，又能幫助需要的人，達到物盡其用，更能讓學生體認社會服務和關懷的生活教育，『舊鞋救命』的人道關懷，是身教言教最好的題材，因此極力鼓勵全校師生參與，從 3 月 16 日到 3 月 20 日，每個班級師生都輪流用一小時來整理打包各方寄來的舊鞋、舊衣物，勤快的手腳，綻放出來的微笑，看出學生的善念。

非洲肯亞舊鞋救命計劃透過網路，流傳全台，社會人士寄來的舊鞋舊衣物，如雪片紛飛，蜂擁而至，學生努力的將平底包鞋、運動鞋、拖鞋、涼鞋、皮鞋、童鞋等分類，其中不乏新鞋，尤其童鞋品質都很好，精緻又實用。

愛與關懷活動是不分國界，葉競聲主任感謝各界支持『舊鞋救命』活動，截至目前為止，舊鞋數量達到十萬雙，數量還再增加中。資源再利用就可就一個人的生命，改變一個家庭命運，善小而為，可救貧窮國家的人，希望更多人士來響應，捐贈地點：台中市西屯區青海路二段 308 號。電話 04---27057587

號召千人志工 舊鞋救命

2015 年 04 月 17 日 17:05



愛心鞋送至肯亞。(翻攝舊鞋救命 step30 臉書)

「舊鞋·救命」活動在全台熱烈響應之下，今年 3 月 6 日台中地區由至善國中接棒，在短短 4 天之內來自全臺的 20 萬雙愛心鞋，塞滿了整個體育館，為了整理民眾捐的鞋，不僅該校各個班級與 80 名愛心媽媽全體總動員之外，逢甲大學、中興大學等各大專院校，各公益團體與工商聯誼會組織也加入整理鞋子的事宜。但截至今所募集的人力，仍遠不及消化全臺各地匯聚於臺中的愛心，於是舊鞋救命 step30 協會與至善國中、逢甲大學與齊力合作於 4 月 25 日辦理「鞋進肯亞 愛 From Taichung」活動，並透過青少年福利中心宣導預計號召千人志工共同整理非洲救命鞋。



非洲的沙蚤透過侵蝕居民的雙腳，危及生命。(翻攝舊鞋救命 step30 臉書)

透過網路與社群網站的傳播，全臺有越來越多人參與「舊鞋救命」的活動，在運送貨鞋子送到肯亞後，貨櫃就會拿來蓋教室；若貨櫃無法運到較深山的地區，就會放在城市中作為遠距師資訓練的教室，邀請偏遠地區的儲備師資來上課，以改善當地教育情況。目前，「舊鞋救命 step30 協會」募集舊鞋與資金的幫助對象仍是以肯亞為優先。



活動場地 場地:至善館 主辦: 舊鞋救命 step30 協會

協辦: 臺中至善國中；逢甲大學

活動地點：臺中市西屯區青海路二段 308 號 電話：04-27057587

活動內容: 號召千人志工一起整理舊鞋打包、上貨櫃、貨櫃彩繪(報導：古韵婷)

「鞋」助肯亞 台中至善國中 5 天湧進 20 萬雙鞋



2015-03-20 16:26

〔記者蘇孟娟／台中報導〕響應鞋助肯亞「舊鞋救命」行動，台中市至善國中收鞋點 5 天來湧入逾 20 萬雙鞋，遠超出預期數目。

至善國中得知台中地區需要有據點收集民眾鞋助肯亞的愛心二手鞋捐贈後，主動響應，16 日到 20 日受理民眾捐鞋，更發動全校師生及愛心媽媽協助整理民眾捐贈的物資，校長廖玉枝說，希望學生從中體會國際關懷與生命教育。



鞋助肯亞，台中至善國中收鞋點，5 天湧逾 20 萬雙鞋。（記者蘇孟娟攝）

連日來民眾捐鞋超熱情，很多人整袋、整箱的捐，輔導主任葉競聲指出，原本預期 5 天應能整理出 5 萬雙捐出，竟第一天就達成目標，連日來湧入逾 20 萬雙鞋。

不過，包括愛心媽媽及學生從整理過程中也看見不一樣的「愛心」，不少人捐出的鞋已破爛不堪，部份環保材質的鞋，外觀看來良好，一用力鞋底就脫落或破裂，有的鞋則是一看就知狀況不好，校方預估，約要淘汰 2 成的鞋。

由於外縣市還持續接力捐鞋，眾人呼籲民眾發揮愛心之餘，也要多點細心及貼心，讓收到鞋子的人真正感受到大家的善良心意。

三、記下今天的“小確幸”-孩子生命的大確據（感受真好）

一天又快結束，上床之前，花幾分鐘想一想今天發生的三件好事。不用非得是什麼當頭鴻運，只要讓你覺得有那麼點開心的都可以，你也可以想想這些事情為何會發生。

一項研究中，被試者進行了這項練習，在之後整整六個月內，他們的幸福感得到了提高，抑鬱的症狀得到了緩解。

要是你做了一些文章前面提到過的事情，你可以列舉的就遠不止三件了。
- Wayne W. Dyer, (Wishes Fulfilled)

問：參與，感覺如何？

答：好極了！學校是教育單位，學校教育是孩子邁向至善的歷程。每一個邁向至善的歷程，即使是很小的一瞬間，都是值得珍惜和雀躍。舊鞋救命的參與，在不同事務參與中讓孩子體驗人與人之間的善意、人與人之間的不夠體貼、人與人之間真摯的關心。當孩子參與，每一分一秒都透過感官學習不同的事務，少則 45 分鐘、多則 8 或 9 小時，滿坑滿谷的紙箱，堆積如山裝鞋、衣服的紙袋塑膠袋，無怨無悔付出的老師、愛心媽媽，都和孩子對話。孩子一方面學習邁向至善、一方面積累了作好事的印象，讓週遭有關係的你我，都可以輕易的提醒；你作舊鞋救命，你是有善意的好人。好極了！



四、感受團隊奮鬥的悸動-哇~40 呎貨櫃裝滿鞋子了（成就真好）

看見林書豪和黃峰隊合力打敗剛打敗勇士隊（戰績 62 勝 7 負）的馬刺隊（戰績 59 勝 10 負）（註）的快樂是遠勝過溫布頓網球賽男子單打封王的感覺。因為我們看見團隊共同奮鬥所產生的效應。所以，加入一個共同奮鬥的團隊，參與團隊、感受團隊一起為著特定目標努力，艱難的達成超乎自己想像的成果，你會為了你自己跨出這一步，大聲喝采。（註：勇士隊和馬刺隊 2016.3.20 賽前 2 隊就已寫下歷史，62 勝 6 敗的勇士與 58 勝 10 敗的馬刺合計 120 勝 16 敗、勝率 8 成 82 是史上例行賽 68 場以來，對戰雙方勝率最高的組合）

問：執行的過程中，最令人記憶深刻的是什麼感受？

答：貨櫃裝滿鞋子，當貨櫃門正要關起來時，那種興奮、滿足的心情。

這輩子大概除了舊鞋救命，很難那麼深的和貨櫃有關係，而且是 40 呎的貨櫃（大約是一台遊覽車的 size），當兩個 40 呎的貨櫃放進校園，那個感覺就是；哇～好大的傢伙，接著就會想；我們要把這兩個貨櫃從地板到天花板都塞滿鞋子，這工作會不會太誇張了。

心裏懷著小小的心願-讓至善的師生在這件事有份，至於貨櫃可以裝多滿，就交在上帝的手中，貨櫃裝滿這事，完全不

在我能奢望的想法中。直到 3/20 學校全體師生、愛心媽媽花費 5 天 1000 多人次的參與之後，之鈺看過全校整理好的狀況說：這些量應該有一個貨櫃，我才第一次覺得；或許我可以看到貨櫃的門在至善關起來。

4/25（六）下午 5:00 左右聽到貨櫃快裝滿了，我就請大家一起來享受這令人期待已久的時光，就在那等待的時間，將近 5 個月的籌備、一階段執行、再籌劃、二階段執行的種種酸甜苦辣混合著幸福時刻，充滿愛與友誼而心滿意足的感覺瞬間湧現。人生該有什麼樣貌？成功的定義是什麼？我心中此刻能和參與所有人分享的一句話是；流淚撒種的、必歡呼收割。每一分一秒都很值得！

貨櫃到校->裝貨櫃->貨櫃離校



貨櫃到至善國中

貨櫃到至善國中



貨櫃到至善國中

貨櫃到至善國中



鞋子裝櫃

鞋子裝櫃



鞋子裝櫃

鞋子裝櫃



貨櫃要去肯亞了

貨櫃要去肯亞了



貨櫃要去肯亞了

貨櫃要去肯亞了

貨櫃在肯亞



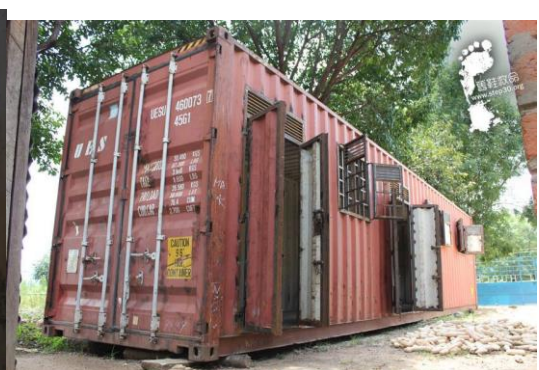
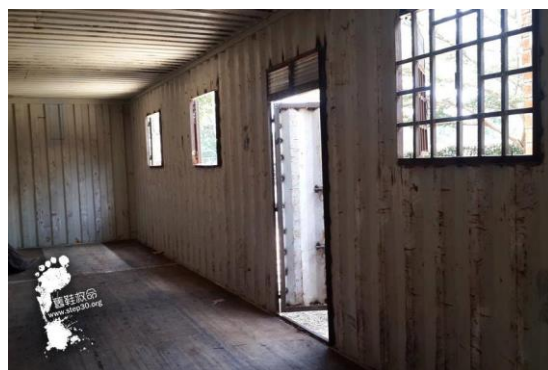
貨櫃在肯亞

貨櫃在肯亞



貨櫃變教室

貨櫃變教室



貨櫃變教室

貨櫃變教室

五、為別人花錢、花時間-能給、肯給才是富足（心境真好）

錢能讓你開心，前提是你掌握了正確的花錢方式。最簡單的辦法是把錢花在別人身上，為什麼這會為你自己帶來快樂呢？

“一部分原因是給予和付出讓我們覺得自己是個責任可靠，樂於付出的人，自我感覺也變得更加良好。另一部分原因是，把錢花在別人身上讓我們的人際關係變得更牢固，而擁有堅實人際紐帶的人往往更加幸福。”

既然如此，今天就給朋友買份禮物或者約他們吃午飯吧。你會感覺不錯的，我向你保證。 - Wayne W. Dyer, (Wishes Fulfilled)

問：如何進行整理工作？

答：分為第一階段和第二階段的工作

1. 第一階段以一週的時間，每個學生（約一仟人）原則上參與一次（一節課 45 分鐘）的作法。請參考第一階段處理流程說明和實際執行相片（請參考八、列計畫）
2. 第二階段是一天的時間，上午 500 人、下午 300 人（短時間和人數多）的方式請參考第二階段處理流程大致說明和實際執行相片。

第一階段處理流程說明

	
各項物資送達	開箱組-執行開箱
	
開箱組-送鞋到分類組	分類組-進行分類
	
分類組-運動鞋	分類組-工作鞋



分類組-兒童鞋



分類組-其他都是工作鞋



分類組-運送分類鞋



檢查組-檢查是否鞋底脆化



檢查組-檢查外觀是否破損



檢查組-檢查完沒問題向後傳



包裝組-將鞋子成雙置入袋中

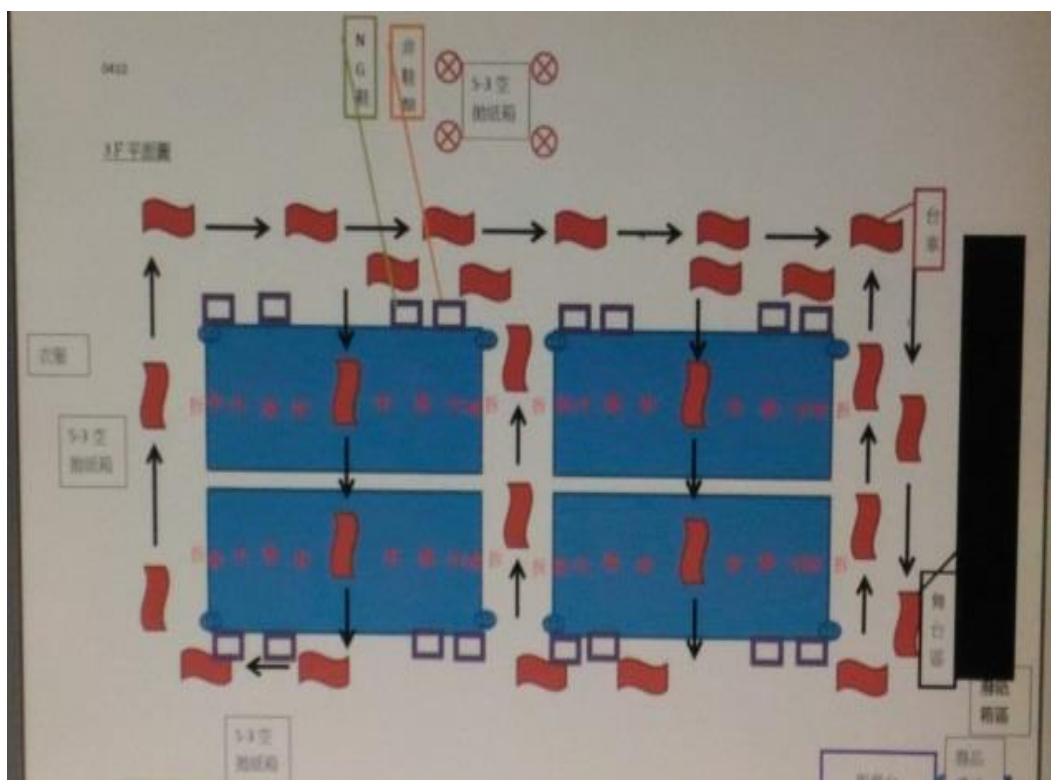
包裝組-裝滿之後召喚膠帶組



膠袋組-協組封袋

運送組-將成品運送至存放區

第二階段執行流程



活動中心分配概況

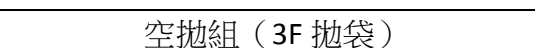
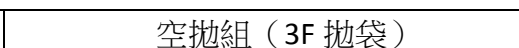


會場預備實況

 向生產組領導說明	 向生產組領導說明
 工作說明同時，人員把紙箱從存放地點放到處理場	 工作說明同時，人員把紙箱從存放地點放到處理場
說明時，人員搬紙箱到處理場	說明時，人員搬紙箱到處理場
 工作說明同時，人員把紙箱從存放地點放到處理場	 工作說明同時，人員把紙箱從存放地點放到處理場
說明時，人員搬紙箱到處理場	說明時，人員搬紙箱到處理場
 生產線組（4條生產線概況）	 生產線組（4條生產線概況）
生產線組（4 條生產線概況）	生產線組（4 條生產線概況）

 生產線組（一個羽球場為1條生產線）	 生產線組（2人接箱鞋開箱給檢查人）
生產線組（1 羽球場為 1 生產線）	生產線組（2 人接箱鞋開箱給檢查人）
 生產線組（用制式紙箱為鞋子檢查人座位）	 生產線組（用制式紙箱為鞋子檢查人座位）（操作實況）
生產線組（用制式紙箱為檢查人座位）	（用制式紙箱為檢查人座位）（實況）
 生產線組（用開封紙箱運送鞋）	 生產線組（用開封紙箱運送鞋）（操作實況）
生產線組（用紙箱為運送鞋）	生產線組（用紙箱為運送鞋）（實況）
 生產線組（處理桌分4種鞋袋封口）	 生產線組（處理桌分4種鞋袋）（實況）
生產線組（處理桌分 4 種鞋袋封口）	（處理桌分 4 種鞋袋）實況
 生產線組（處理桌分4種鞋袋）（實況）	 生產線組（處理桌分4種鞋袋）（實況）
（處理桌分 4 種鞋袋）實況	（處理桌分 4 種鞋袋）實況

	
(處理桌後束帶封口) 實況	(處理桌後束帶封口) 實況
	
生產線外圈就是台車組	生產線外圈就是台車組
	
生產線外圈就是台車組	台車組(存貨區取貨)
	
台車組(存貨區取貨)	台車組(存貨區取貨)
	
台車組(持續轉圈)	台車組(持續轉圈)

 台車組（生產線前端給貨）	 台車組（生產線後端取貨）
 台車組（生產線後端取貨）	 台車組（交空拋組銜接）
 台車組（交空拋組銜接）	 台車組（交空拋組銜接）
 台車組（生產線後端取貨）	 台車組（生產線後端取貨）
 空拋組（3F 拋袋）	 空拋組（3F 拋袋）

	
空拋組（指揮）	空拋組（指揮）
	
空拋組（1F 取袋）	空拋組（1F 取袋）
	
空拋組（1F 取袋）	空拋組（1F 取袋）
	
支援（裁綁鞋繩）	支援（裁綁鞋繩）

 支援（臺灣&廢品處理）	 支援（臺灣鞋&廢品處理）
支援（廢品處理）	支援（廢品處理）
 支援（臺灣鞋&廢品處理）	 支援（臺灣鞋&廢品處理）
支援（廢品處理）	支援（廢品處理）
 支援（廢紙箱處理）	 支援（廢紙箱處理）
支援（廢紙箱處理）	支援（廢紙箱處理）
 支援（秤重）	 支援（秤重）
支援（秤重）	支援（秤重）

	
支援（秤重）	支援（秤重）
	
支援（裝貨櫃）	支援（裝貨櫃）
	
支援（裝貨櫃）	支援（裝貨櫃）
	
支援（善後打掃）	

第一階段的一些人和事



第二階段的一些人和事



六、還要拉上朋友一起-社區民眾、愛心媽媽、鄰近學校和同仁投入 (關係真好)

最好的那種計劃是要把你的朋友們包括在內的。

這時，你感到高興不僅僅是因為有所期待，也因為這個過程給友誼注入了新的活力。在對八百萬次電話通話進行研究後發現，如果兩人之間會回撥電話，他們的友誼更有可能維繫下去。

下面這個研究試圖用金錢的價值來衡量不同社交狀態之間幸福感的差異。從“見朋友或親人的頻率少於一月一次”到“大多數日子裡都見朋友或親人”所提升的幸福感，大約與普通人年收入提高 **85,000** 英鎊。

換句話說，沒有機會同親友見面的人得每年多掙 **85,000** 英鎊，才能和在每周大多數日子裡都見到朋友或者親人的情況下一樣開心。

所以啊，和朋友保持聯繫是件好事，你看，加班苦幹掙再多錢，也沒法補償失去親友相伴的損失啊。- Wayne W. Dyer, (Wishes Fulfilled)

問：這麼 Cool 的事情，如何能讓更多人一起參與？

答：

1. 校長尋求社會資源參與，例；讓過去服務學校的愛心工作隊隊長透過塑膠袋的提供，一起關心肯亞的孩子。
2. 行政上，愛心工作隊的支援、體健領域在整理時提供一節課並到場參與、各行政處室在分工上的參與。
3. 學區里長、社區、鄰近學校協助傳達物資捐贈的訊息。
4. 民意代表，特別是議員們大力的參與。

5. 共同主辦的逢甲大學學生志工的參與。
6. 來自全國的愛心民眾的參與。
7. 全校師生一起參與。

台中市至善國中

Chih Shan Junior High School



舊鞋救命Step30

www.step30.org



非洲肯亞舊鞋救命計畫

官網：<http://www.step30inc.com>



收鞋時間：104年3月16日~3月20日

地點：至善國中 至善館一樓

捐鞋：平底包鞋、運動鞋、拖鞋、涼鞋、布希鞋、皮鞋、短靴

但不需要：高跟鞋、雪靴、馬靴

捐衣：男裝、女裝、童裝

義賣募款：義賣個人化鉛筆，將募集的資金、販賣商品的利潤投入在倉儲及國際船運、建置肯亞的貨櫃屋教室。

台中市至善國中 校址：台中市西屯區青海路二段308號 電話：(04)27058587~741 請洽葉主任

舊鞋救命工作（行政）輪值表

	一 3/16	二 3/17	三 3/18	四 3/19	五 3/20
1 ○聲 0820-0905	○傑	○翰	○君	○盈	○敏
2 ○蘭 0915-1000	○萍	○慧	○生	○華	○玲
3 ○女 1010-1055	○雨	○方	○容	○元	紀○生
4 ○女 1105-1150	○德	○珍	○亮	○芳	○本
5 ○聲 1310-1355	○翰	○敏	○君	○盈	○傑
6 ○蘭 1405-1450	○玲	○華	○萍	○慧	○生
7 ○女 1505-1550	紀○生	○元	○容	○方	○雨
8 ○女 1600-1645	○本	○珍	○亮	○芳	○德

1. 支援的行政人員第一件事為協助管理學生。
2. 支援的行政人員第二件事為行政事務支援，如膠帶、美工刀缺欠到總務處拿之類。
3. 協助各班的照相和攝影（相機和手機皆可），相片每班最少 20 張，攝影部份要把各程序學生和老師的參與入鏡，完成的作品，請上傳至大樹/輔導交換 /103 輔導主任/舊鞋救命影像蒐集（請註明班級、拍攝人），謝謝。

舊鞋救命以體育課為主的排程 0311

	3/16 一	3/17 二	3/18 三	3/19 四	3/20 五
第 1 節	108○薇	313○敏		204○傑	102 童○ 女
第 2 節	301○鍵	101○傑	311 音○ 如	209○敏	304○鍵
第 3 節	201○鍵	307○女	309○敏		211○敏
第 4 節	303○鍵	206○傑	306○銓	210○敏	106○薇
第 5 節	104○傑	213 音○ 如	207 週○ 敏	103○傑	205○傑
第 6 節	305○銓	302○鍵	111 輔○ 儀	308○聲	208○敏
第 7 節	203○傑	310○敏	312 綜○ 盈	105 空	202○傑
第 8 節	109○娟	107 國	112 國○ 偵	110 國○ 瑄	212 汝鍵

1. 學生集合隊伍，分男女即交給指揮的老師（原則上是葉主任或愛心媽媽）。
2. 麻煩老師們協助看學生擔任各項工作，也鼓勵學生盡力的整理。





至善國中鞋進肯亞第二階段計畫 志工招募

~連結充滿愛心的你以及將愛心付諸肯亞行動的舊鞋救命計畫~

目標：立足台灣，將愛心化為實踐的力量，連結地球另一端孩子的生命。

- 找到能看見肯亞同胞需要、感同身受、樂意付出的愛心伙伴。
- 實踐計畫並存留所有積極付出愛心的美好印記。

愛心，是台灣所擁有無形的資產和最為人稱道的國家特色—而愛心特質的核心就是感同身受之後的行動—舊鞋救命計畫是一個真正激盪許多國高中參與的愛心接力賽（參與學校目前有新興國中、華僑中學、蘭陽女中、南榮國中、至善國中、蘇澳海事、員林家商……）。「至善國中鞋進肯亞計畫」是這個感同身受的愛心接力賽的一員，我們學校成為舊鞋救命在中部第一個中學的募集點，由於社區的參與和大眾愛心，我們在物資募集上得到了大中部地區超乎想像熱烈的回應，3/20-3/25 這 5 天時間，我們募得近 20 萬雙鞋子！至善延續過往感恩服務的傳統，第一階段全體師生加上全體愛心志工的參與，在段考前課程緊湊的 5 天內，群策群力的整理出一個貨櫃的愛心結晶！為了回應更多民眾、師長、同學的愛心，學校選定 4/25(六)，展開更有活力的愛心接力賽的第二階段，讓這個深具意義的、感同身受的付出行動擴大為善的循環！

∞我們的行動：協助整理募得的衣物鞋子並裝入貨櫃。

∞行動時間地點：4/25(六) 8:00-12:00、14:00-18:00 至善國中至善館活動中心。

∞行動裝備：請自備口罩及手套、著學校運動服。

∞行動收穫：愛的付出善的循環、逢甲大學發給的服務時數認證。

∞成為這個行動一份子的同學請協助填寫下方報名回條於 (4/20) 前交給導師∞

報 名 回 條

年級班級		姓名		座號	
參加場次	☐ 上午場	連絡電話			
	☐ 下午場	家長簽名			
	☐ 全天	此為至善學生用報名表，家長如有意願擔任志工，敬請上「舊鞋救命」官網登錄，感謝您的愛心與付出！			





七、讓心聽聽世界脈動的樂音-謝謝肯亞、謝謝台灣（熱情真好）

想要改善心情的話，萬古不變的靈丹妙藥之一：讓你的心聽聽世界脈動的樂音。一些真正以生命迎向挑戰，推著我們心裏想要學習的生命所譜出的樂章。

你聽過“謝謝台灣”嗎？你聽過一群天真無邪、眼睛發亮的肯亞孩子說“謝謝台灣”嗎？那是會是你這一生聽過最感動的一句話之一。

問：計畫期程決定、會議溝通之後？

答：我們請右任到學校，在週會時間對全校師生講敘這個活動的緣由、非洲當地真實的需要、我們做這事有什麼影響。右任讓全校師生看見一個從心裏所發出真誠的善意，感動了台灣，發揮了超過想像的影響。在寒假開始前，師生都可以在舊曆年前順便整理家中的鞋子，參與這份善意，開始關懷世界。

	
右任蒞校分享	右任蒞校分享
	
右任蒞校分享	右任蒞校分享
	
右任蒞校分享	肯亞孩子-謝謝台灣

八、列計劃-拉進（近）每一個至善人（希望真好）

還記得小時候盼著過年的情形麼？那時的你會一天天數著日子，迫不及待想要早點拿到紅包裡面的壓歲錢。期待帶來的幸福感是難以比擬的。

幸福心理學的研究顯示，有所期盼是一種強大的積極情緒。相比回憶某事帶來的幸福感，期待此事帶來的幸福感要強烈得多。

現在就列個計劃，試著去心懷期待，無論是期待多麼小的一樁事情。 -
Wayne W. Dyer, (Wishes Fulfilled)

問：決定要辦這個活動了，下一步呢？

答：

1. 執行計畫的撰寫。（我設定的主要的目標就是全校學生都能親身參與和體驗）所以執行上要使用學生上課的時間以課程來安排才能達到這個目標，優點是普遍參與、缺點是參與的時間比較短，所以我需要在執行上可以很有效率累積和傳遞經驗的人，在學校當中「愛心媽媽」是擁有這能力的不二人選。徵詢了愛心工作隊隊長-麗美隊長，得到她首肯，我知道事情已經成功一半了。
2. 計畫完成後要透過主管會報、行政會報、導師會報和各處室會議，傳遞我們辦理活動期程和需要配合的事務。

臺中市至善國民中學關懷月活動（0309 修）

參與「舊鞋救命-至善送愛・鞋進肯亞」國際生涯關懷 辦法

104 年 01 月 19 日主管會報討論

壹、依據：本校行事曆。

貳、目標：

- 一、倡導國際教育活動，開拓學生國際思維，國際理解、國際關懷，厚植行動能力。
- 二、建構服務學習精神，以實際動手作的體驗，感受人飢己飢、人溺己溺的情懷。
- 三、以國際關懷的角度增益生涯探索、生涯理解，以生涯的視野環境關懷議題。

參、辦理單位：

- 一、指導單位：教育局
- 二、主辦單位：逢甲大學、至善國民中學
- 三、協辦單位：文華高中、西苑高中、西屯國小、上石國小、上安國小、長安國小、惠來國小、至善里、上石里、上德里、上安里、逢甲里、逢德里、西安里、西墩里、惠來里、家長會、愛心志工隊

肆、辦理內容：

活動名稱	活動期間
了解舊鞋救命活動（宣傳期）	2015 年 1 月 21 日—2015 年 3 月 8 日
活動分享會	2015 年 1 月 27 日第 5、6 節（右任）
力行關懷發現幸福（全家一起思考-捐一雙鞋可以幫助人）	2015 年 2 月 16 日-2015 年 3 月 16 日 在掃除與農曆年間思考用我們的能力幫助人
活動分享會	2015 年 3 月 2 日中午
鞋子、衣服募集和學生整理	2015 年 3 月 16 日-20 日（星期一~五）8 時 30 分至 17 時
鞋子、衣服志工整理	2015 年 4 月 25 日

伍、人員組織：

組別	負責處室	負責人	實施方式與內容	預計完成日期
督導組	校長室	廖○枝 校長	監督及評鑑工作之進行	

行政組	輔導室	葉○聲 主任 輔導組同仁	擬定實施計畫 申購各樣物品 製作分組海報《男裝、女裝、 童裝、工作鞋、運動鞋、童鞋》 製作志工招募單張	1/16
活動宣傳組	輔導室	葉○聲 主任 輔導組同仁	辦理活動分享會 宣傳海報（美術營產出） 攝影負責：輔導組○翰 錄影負責：資料組○君	1/27、3/5 2/26 活動期間 活動期間
教學融入組	教務處	蔡○蘭主任 教務處同仁	邀請全校老師針對「 至善送 愛・鞋進肯亞 」，請各領域將 課程進行融入、並學習單產 出	2/6 前構思 3/22 前教 學
志工示範組	輔導室	輔導組	1. 招募統計愛心志工隊、安 排愛心志工隊輪值表。 2. 安排愛心志工擔任各班物 資開箱、整理《男裝、女 裝、童裝、工作鞋、運動 鞋、童鞋》和打包、封箱 之 示範 。 3. 安排愛心志工擔任各班物 資裝櫃《秤重（秤磅）、紀 錄（報關重量對照表）、貼 包、排放》之 示範 。	3/9-3/22 3/16-3/20 3/23 之後
志工支援組	學務處	鄭○女 主任 學務處同仁 事務組	1. 統籌第二階段學生志工安排 與運用 2. 安排志工協助平日募集物資 之運送。 3. 安排各班物資開箱、整理 《男裝、女裝、童裝、工作 鞋、運動鞋、童鞋》和打包。 4. 安排物資裝櫃《秤重（秤 磅）、紀錄（報關重量對照 表）、貼包、排放》。 5. 協助第二階段招募統計家 長會人數	3/9-3/22
社區動員	總務處	柯○女 主	1. 拜訪里辦公室尋求活動宣	2 月中旬

組		任 總務處同仁 訓育組	傳、推廣。 2. 聯絡家長會 3. 拜訪國小輔導室尋求活動宣傳、推廣	
場地規劃組	總務處	柯○女 主任 總務處同仁	1. 3/16-3/22 將至善館一樓前庭管制為物資暫時集散區 2. 3/16-3/22 將射箭場管制為物資存放區。 3. 將至善館活動中心管制為第二物資集散區。 4. 協助陳設 3/23 之後，統一整理時間之場地。	3/8-3/22
環境清潔組	學務處	張○雨 組長	1. 3/9-3/22 規畫志工清潔至善館一樓前庭。 2. 3/9-3/22 規畫志工清潔射箭場。 3. 3/22 活動結束，規畫志工清理各場地。 4. 配合 3/23 公佈之志工整理、裝櫃活動清潔工作。	3/8-3/24
會計組	會計室	張○惠 主任	支出憑證核銷。	

陸、實施程序：

一、擬訂計畫；二、召集會議；三、執行計畫並檢討改進；四、成果、資料彙整

柒、經費來源：由本預算支應，經費概算如附件。

捌、預期效益：

一、理解國際教育活動，具備國際思維，國際理解、國際關懷。

二、獲得服務學習精神，願意實際動手作，感受人飢己飢、人溺己溺的情懷。

三、增長生涯探索、生涯理解，以更關懷需求的視野看待生涯規劃。

拾、本計畫經主管會議討論通過，並陳請校長核可後實施，修訂時亦同。

九、愛心跟隨的鍛煉-生命激盪生命（感動真好）

想改善心情？想精力充沛？想緩解壓力？做做愛心運動吧！

不用非得像華倫巴菲特、比爾蓋茲，捐個鞋、整理鞋、裝貨櫃去肯亞就能有很好的效果。我們心裡都清楚，讓我們走出去去送鞋子、包鞋子、搬鞋子順便伸展一下胳膊、腿，會讓自己感覺好很多！

要是不知道如何開始，可以考慮安排個時間參觀和參與舊鞋救命 www.facebook.com/step30.tw/?fref=ts、新興國中鞋笑啦！-舊鞋救命 step 30 募鞋計畫 www.facebook.com/hhjhtnstep30/?fref=pb&hc_location=profile_browser、台中市至善國中「舊鞋救命-鞋進肯亞」www.facebook.com/台中市至善國中舊鞋救命-鞋進肯亞-817529644963046/?fref=pb&hc_location=profile_browser，了解之後就登錄志工到現場轉一圈，會比老是待在電腦前面可以獲得更棒的感覺。

問：為何決定辦理？事前你做了那些評估呢？

答：

一、愛是一個動詞，最好的方式就是跟隨實踐愛的榜樣、愛的典範，就能把一個抽象「愛」的名詞，轉化為動詞。

為何決定辦理？因為我看見一個又一個愛的榜樣、愛的典範，我知道我們的師生、甚至家長可以得到人生中難得感受「愛」、實踐「愛」、擁有「愛」的契機。這當中有；

亞倫，因為跟隨耶穌對所有人無條件的愛，願意因為愛的緣故到肯亞蓋孤兒院、學校來幫助肯亞偏遠地區的孩子安定的生活和就學。

右任，因為看見亞倫（岳父）愛肯亞孩子的心（蓋孤兒院、幫助肯亞孩子就學），思想可以如何愛肯亞的人民，發起「舊鞋救命」活動。

之鈺，因為看見亞倫、右任愛肯亞孩子、人民的心，思想自己可以怎麼幫助這個工作，甘願捨棄原有的工作，投入「舊鞋救命」擔任執行長。

嘉馨老師，因為看見右任、之鈺愛肯亞孩子的心，以一個台灣國民中學（台南市新興國中）的英語老師投入國民中學支援「舊鞋救命」活動舊鞋、衣服收集點。

接著…，我們（至善國中）就接下這個棒子，因為看見亞倫、右任、之鈺、嘉馨老師不分國度和人種，單單一顆愛人的心，至善國民中學成為第一個以學校行政層級帶領投入「舊鞋救命」活動，設定全校參與並結合鄰近大學的國民中學。

基於你們（台灣的國、高中）要辦理「舊鞋救命」活動，來接下這個愛的棒子（耶穌、亞倫、右任、之鈺、嘉馨老師、我們）可能性的考量，我們報告一下 2015 年我們對舊鞋救命办理流程、和學校合作的評估過程。

二、2015 年我分別在；

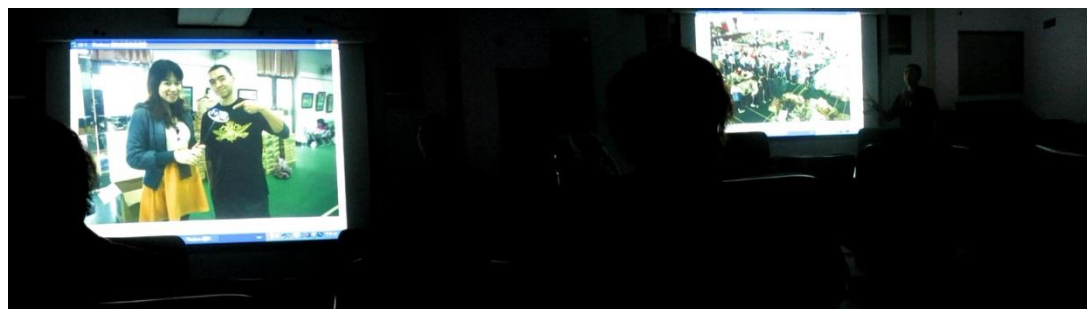
1. 1 月 5 日在中興大學-聆聽楊右任發起人傳遞這個活動的初衷和期望。當我聽到右任提到希望台灣的孩子能培養世界觀、台灣的孩子能參與看見世界上有些孩子是這樣子而互相幫忙和彼此幫忙、培養做善行的心，並期待聯結台灣學校和非洲學校。我真心感動於右任即知即行的信心，也知道這起心動念可以帶給學生、學校很棒的示範。
2. 1 月 11 日在台南-聆聽新興國中郭嘉馨老師在國民中學執行「舊鞋救命」的作法，看見她以一個英文老師就開始了這個看起來（實際執行的影片）有些巨大的任務，真的很佩服。離開台南時，心中也差不多決定，至善國中應該是可以接受這個挑戰。

3. 1月16日在梧棲麻吉電腦-主要是觀摩這個「舊鞋救命」的發源地一些實務的操作情況，拆箱、分類、裝袋、封袋、搬運…，評估這些活動在學校操作時的做法，雖然看過新興國中的活動中心整理的影片，真實實看見整個地下室和一樓被紙箱推到天花板，還是蠻震撼。加上貨櫃裝櫃的實務情況，對於未來的執行的盤算更增一份踏實。

Allen 在非洲的工作



右任中興大學分享



嘉馨老師台南分享會



梧棲麻吉電腦實習



十、設想重要的東西離你而去-擁有生命（活著真好）

人們總是花很多時間去想那些曾有過機會，但卻沒能成真的好事情。但別忘了，有很多好事確確實實發生了，它們本來也是未必能成真的呀。

要是你從來沒遇到你的愛人，從未有機會認識你的朋友，未曾得到目前的這份工作，又會如何？要是缺少了這些你認為理所當然的東西，你的生活會是怎樣呢？

事情或許有另一個結局，但或許這樣倒過來考慮才是積極有益的。假設性的思考可以為生活創造意義，也能讓你對業已擁有的一切更加滿意。

所以，試著想像一樣珍貴的東西從你的生活中消失，然後你才會真正為擁有而感激。 - Wayne W. Dyer, (Wishes Fulfilled)

問：為什麼會在至善國中辦「舊鞋救命」這個活動？

答：主要是因為「舊鞋救命」符應了生命教育的內涵，而且是可以體驗、具有國際教育意義的生命教育。當然還有其他如環保教育、服務…可以建構學生生命的美好東西。

問：為什麼是輔導室接辦了這個活動？

答：2014 學年度是我到至善國中的第 20 年，也是生命中很精采的一個學年。這一年我接了輔導主任的工作，上個學年度除了作好校務評鑑的工作，輔導室同仁早在學年初透過個別和團體的溝通，就期望在環境營造和輔導歷程中強化「生

命教育」（於是我們進行了「Before I die I want to_____」活動）、「家庭教育」（於是我們進行了「擁抱 Ohana」活動）「生涯發展」（二級的輔導師資積極的投入三年級的生涯進路輔導）。恰巧逢甲大學領知中心原本和「舊鞋救命」要合作的過程，「舊鞋救命」希望合作的對象能以國高中為主、大學為輔，Amanda（領知中心專案負責）和之鈺（舊鞋救命發起人之一）共同來拜訪廖玉枝校長，希望至善國中成為合作的學校，廖校長基於提供學生生命成長，希望輔導室先成為窗口。輔導室即基於原本「生命教育」「家庭教育」「生涯發展」考量學校「舊鞋救命」進行在至善可能效益和影響，評估活動辦理可能性。這事就這樣成了。

之鈺（舊鞋救命執行長）來拜訪廖玉枝校長



「家庭教育-擁抱 Ohana」活動



「生命教育-Before I die I want to」活動



好！你願意開始在學校辦「舊鞋救命」了

1. 聯絡舊鞋救命國際基督關懷協會

<http://www.step30.org/contact.html>

2. 你就…倒著看回去，開始辦吧！

3. 一起來愛人吧。