

北美洲台灣婦女會

2017.08 通訊聯誼第 57 期

NATWA



聯誼通訊第 57 期目錄

會長的話	3
會議紀錄篇	
NATWA 2017 年前理事會紀錄	4
第 29 屆北美洲台灣婦女會會員大會紀錄	5
2016-2017 會長王淑芬報告	7
財務報表	8
分會活動報告	16
區理事報告	29
各組報告	31
Project Report	35
大會節目篇	
主題演講:	
公共藝術(葉郁如)	38
Lifelong Learning (Jenny Witterick)	39
漫談莎士比亞三齣戲劇的經典(陳廷楷)	39
同心圓:	
生活分享：終身學習，充實的人生(余洵洵、林瑟玲、張理瑋、楊美麗、洪儷倩)	41
過猶不及：人際關係(簡黃凰鳳、許淑貞)	46
年會綜合報導:(惠蘭)	49
挪大之夜 NATWA Night	52
亞特蘭大之夜 Runway Show	54
會後旅遊篇	57
編後語	60

會長的話

親愛的姐妹們大家好!!

輪到我要來接第 30 屆的會長，實在很感榮幸。這 29 年來，由於所有姐妹們的參與，前總會長，分會長，區理事們，小組長們無遺的付出和貢獻。造就今天 NATWA 成為北美洲台美人最大最美的組織。在在值得我們歡喜，慶幸。我也要為新接任務的總會副會長，各分會長，區理事，小組長們，獻上我衷心的感謝。希望這新的一年，我們能互相鼓勵，互相包容，一起來為 NATWA 打拼。

今年的主題是“活出美好，面對挑戰。”活在當下的世界，我們真的不知道，下一分鐘會有什麼事發生在妳我身上。婦女會的會員也都進入退休或面臨退休的階段。這個嬰兒潮世代，雖然讓我們享受了最好的物質和高科技，卻也趨使我們去面對每天不預期的苦難。!! 如何面對生活中的挑戰，我們如何喜樂的活出每一天。把我們有生之年，更健康，更有意義的活出來。讓我們大家一起，有氣質的慢慢老去。

今年 10 月 19-23 日的年中理事會，將在西雅圖舉行。除了開會，人才訓練外，也有二日的會後旅遊。包括 Mt. Rainier, Boeing Factory....等景點。請所有理事能撥空來參加。也歡迎新舊會員來見習。我們都知道，西雅圖是目前美國十大最美的城市之一。也是不少年輕人嚮往的地方。三個星期前，我受邀去參加她們的年會，同時去看年中會的地點。她們雖然不是我們的分會，但是也都竭誠歡迎，會盡量支持。

明年 4/19-4/25 的年會，已經訂好在 LAX 附近的 Renaissance Hotel。最近剛接“政經看民視”的主播，李晶玉女士的回覆，她將是我們年會的主講員。我同時也接洽其他講員，針對目前大家生活所需，有繼續更好的學習。會後旅遊，四天三夜，請了世界級的領導為我們籌劃。要去羚羊谷，順遊 Las Vegas、馬蹄灣、包偉湖、Zion National Park、Grand Canyon。已經有很好的回響。希望可以帶給大家一個難忘的 30 週年年會。謝謝大家給我這個機會學習，很高興能與大家一起共事。祝福妳們!!!

總會長 黃美琇 敬上
NATWA 2017-2018

Dear NATWA sisters:

It is my pleasure and honor to serve as the 30th president of NATWA. As you all know, without your participation, the contribution of all past presidents, local chapter presidents, district boards and leaders of 23 small groups, NATWA would not have grown into the largest and nicest organization among all of the Taiwanese communities in the North America. Let's continue working together by encouraging each other, and respecting the individual difference for the year to come.



The theme for 2017-2018 is “Face Challenges, Live Better.” Nowadays we don't really know what is going to happen to you or me the next moment. Most of our members either have retired or expect to retire soon. In this baby boomers era, though we enjoy the best materialistic life with the convenience of many high-tech gadgets, we are also facing unpredictable challenges daily. How to face challenges and live with joy daily so that we have a healthier and more meaningful life for the rest of our time becomes an important issue of our concern. Let's all grow old graciously together.

The mid-term board meeting in October will be held at Seattle Marriott Airport Hotel. After meeting and leadership training, we will have a two days tour of Mt. Rainier, Boeing Plant and other good interesting places. All Board Members please make it, new members of NATWA are welcome. Seattle is one of the 10 most beautiful cities in America, and has been attracted lots of young people to move to.

Our annual convention in April 2018 will be held at the LAX Renaissance Hotel. I am contacting the potential keynote speakers, and am trying to arrange the program to fit the need of our NATWA members. Hopefully it will be an unforgettable convention to all of us. The post meeting tour has been arranged, including Las Vegas, Zion National Park, Antelope, Lake Powell... It will take 4 days, at a price more than reasonable. Our planner is a world class professional. You will for sure regret if you miss it. Thanks for giving me this opportunity to learn and will be a pleasure to work with you all this coming year.

Agnes Hsiao
NATWA 2017-2018 President

會議紀錄

NATWA 2017 年前理事會紀錄

時間：April 20, 2017 6:00pm to 9:30pm

地點：Atlanta Marriott Century Center, Atlanta, GA

主席/會長：王淑芬；副會長：黃美琇

Parliamentarian: 林郁子

秘書：溫明亮；司儀：謝婉香；紀錄：吳美芬

理事會成員 62 人，出席人數：37 人

王淑芬，黃美琇，許淑貞，施慶惠，謝婉香，方碧霞，黃英雯，洪秀華，張淑貞，許淑華，蔡蕙香，賴英慧，李芬芬，翁碧蘭，林麗華，廖淑真，王寶蓮，陳彩雲，簡安齡，黃美惠，陳麗英，葉錦如，李素秋，吳美芬，程韻如，賴碧良，葉寶桂，楊美麗，洪珠美，顏淑華，邱良媛，李碧娥，陳香梅，歐春美，張雅美，陳吳富美，王蔡妃珠

1. 會長致歡迎詞

2. 確認理事會成員 62 人中出席 31 人，裁定達到開會法定人數，(後陸續增至 37 人)。

3. 會長宣布會議開始

4. 認可議程

5. 審讀並修正通過 (29 票) 2016 年中理事會紀錄 (見聯誼通訊 56 期 p.2 & p.3)

6. 新提案討論 (提案細節見年前理事會附件)

A. 葉寶桂等提案：成立婦女發展基金，有效利用前年度會長基金預算之結餘款，於每年年中會及年會時討論如何運用。

歐春美修正提案為：每年結餘款只能運用一年，如仍有剩餘應回歸基金組

結果：27 票通過修正案

B. 王金碧提案：補助 Care for Soldiers 小組年度費用 \$2,000

結果：27 票通過，由基金組 Special Project 支付 \$2,000

C. Deana Chuang 提案：補助家暴關懷組年度費用 \$3,000，支持各分會參與，每分會 \$250 上限

結果：31 票通過，由基金組 Special Project 支付 \$3,000

D. 歐春美等提案：成立「NATWA 賴和之友」Special Project，評估該基金會之文化活動，鼓勵姐妹參與，贊助活動

結果：23 票通過

E. 歐春美提案：捐款 \$3,000 贊助賴和文學音樂會

結果：30 票通過，由發展基金 支付 \$3,000

F. 翁碧蘭提案：取消單親媽媽獎學金

結果：33 票通過

G. 林麗華提案：每年支持「國際單親兒童文教基金會」的 \$2,000，從 special project 轉為 general project

吳美芬修正提案為二：

1. 從 special project 轉為 general project
2. 捐款 \$2,000 支持該基金會

結果：兩案皆以 31 票通過，由基金組 general project 支付 \$2,000

H. 葉錦如提案：補助「Friends of Teach for Taiwan」小組年度費用 \$2,500

結果：27 票通過，由發展基金 支付 \$2,500

I. 審核修正新年度工作預算及基金組財務預算

結果：修正後，工作預算 28 票通過，基金組財務預算 24 票通過

7. 臨時動議：無

8. 主席宣布散會

第 29 屆北美洲台灣婦女會會員大會紀錄

時間：April 21, 2017 8:45m to 12:15pm

地點：Atlanta Marriott Century Center, Atlanta, GA

主席/會長：王淑芬；副會長：黃美琇

Parliamentarian: 林郁子

主持人：溫明亮

記錄：吳美芬

1. 會長致開幕辭
2. 清點與會會員人數，超過 15% 法定人數。
3. 主席宣佈會議開始
4. 全體會員唱會歌
5. 審讀 2016 年會員大會紀錄(見年會手冊 P.9-10)，全體拍手無異議通過。
6. 本年度會務報告: 會長、副會長、財務、區理事、分會會長、各組組長、各項活動/ 計畫負責人。(財務報告見年會手冊 P.11-15)

7. 理事會討論通過，提出下列議案，請會員大會表決：

- #1. 由章程組精簡編輯《歷年主要會務進展》。
- #2. 會員通訊錄之編排，在各分會或各州之後加上所屬區名
- #3. 免除 NATWA II 提供年會節目之責，但有任何提案時仍可申請經費補助
- #4. 翻譯、精簡並修正基金預算準則
- #5. 成立「Friends of Teach for Taiwan」小組，補助年度費用 \$2,500
- #6. 成立婦女發展基金，有效利用前年度基金預算之結餘款，從事獎勵年輕婦女或有利於婦女會且有意義之工作
- #7. 補助 Care for Soldiers 小組年度費用 \$2,000
- #8. 補助家暴關懷小組年度費用 \$3,000，支持分會參與，每分會 \$250 上限
- #9. 成立「NATWA 賴和之友」小組，評估該基金會之文化活動，鼓勵姐妹參與，贊助活動

#10. 捐款贊助賴和文學音樂會 \$3,000

#11. 取消單親媽媽獎學金



卸任會長王淑芬(中)和新任會長黃美琇(左)辦理交接。前會長林郁子(右)監交。



#12. 支持「國際單親兒童文教基金會」由 special project 轉為 general project，每年捐助 \$2,000

結果：上述 12 個提案在大會表決，多數贊成，全部通過。

8. 修改章程動議: 溫明亮及會員 30 人以上提議，修改章程第八條第三款，將《會員大會有百分之十五以上會員出席始得開會》之法定人數規定修改為百分之十二。

結果：136 票贊成，(超過與會會員 158 之 2/3)，通過，2018 年 5 月 1 日開始實施

9. 宣布副會長及區理事選舉結果。寄出 1046 張選票，收回 474 張。副會長溫明亮 463 張，東南區理事涂惠鈴 446 張，中西區：迪惠蘭 445 張，西北區：徐梅熙 447 張

10. 新舊會長交接，由會長王淑芬移交給新會長黃美琇，林郁子監交

11. 新會長黃美琇報告。新年度主題：活出美好，面對挑戰(Face Challenges, Live Better)

- a. 介紹新年度工作人員(見年會手冊 P.19)
- b. 請大會通過理事會已審核之新年度工作預算及基金組預算(見年會手冊 P. 16-17)

結果：大會表決多數贊成，通過

c. 介紹 2017 年中理事會及 2018 年會場地

12. 選舉新年度提名小組成員：方碧霞、林恭美、洪秀華、蔡妃珠等四名剛卸任之分會長(候補:黃英雯)，及留任之區理事：陳吳富美、許淑貞、謝婉香，陳麗雲。剛卸任會長王淑芬為組長。

13. 主席宣布散會



(左起: 新上任區理事涂惠鈴、徐梅熙、迪惠蘭、副會長溫明亮)



(左起: 葉明霞和留任之區理事陳吳富美、謝婉香、許淑貞)

2016-2017 會長王淑芬報告

報告

很高興看到有將近兩百位姐妹來到Atlanta 參加年會，加上姐妹們的另一半，今年我們有二百二十多位貴客來一起慶祝北美洲台灣婦女會第二十九屆年會。我們的姐妹，不只是從美國各地，也有來自加拿大多倫多及溫哥華兩大城市，大都是從很遠的地方來的，姐妹們的熱情，讓我覺得很甘心，也非常感謝。其實我不需要報告什麼了，這幾天大家會看到很多精彩的節目，包括多位演講者、涵蓋多種主題的演說，還有以young@heart為精神的Natwa night表演，更有用今年主題「終身學習」呈現的runway show，以及打狗亂歌團的動人演出及說說唱唱；能夠讓大家看到、聽到並享受到這些豐富、多元的節目，就是我給大家最好的報告了。

當然過去幾個月來，我們的各種活動，像是我們自己的台灣女力行，我們參與各地其他社團的活動等等，都是可以跟大家分享的成績報告，因為你們以後都會在聯誼通訊上看到，我就不多說了。

今天的大會，還有一個很特別的來賓，是專程從台灣來參加年會的僑務委員會副委員長田秋堇，她也為我們帶來蔡英文總統的祝賀影片。蔡總統九年前曾經在NATWA年會時演講，她當選為台灣第一位女總統，是我們的驕傲！

田秋堇是我在台大哲學系的同學，她能夠特別來參加我們的年會，我衷心的感謝，我也希望藉這個機會，開拓一條我們與心愛的祖國台灣，一條更直接更真誠的溝通管道。

期待大家能夠在未來的三天，聽聞每一場演講，摘取新見聞；迎接新舊朋友群，溫暖姐妹情。祝福大家能夠帶回滿滿的收穫：有心靈的感受、有知識的獲得、更有快樂的回憶。



(為了辦這個年會，想必淑芬會長多夜未眠。)

卸任感謝函

親愛的姐妹，

隨著第29屆年會，在亞特蘭大落幕，我將婦女會的火炬傳給下一任會長，也是我跟大家說再會的時候了。從兩年前接任副會長開始，我就已經全心在為婦女會工作，雖然會長的正式職務只有一年，但是這兩年，幾乎是無時無刻的都在想著婦女會的事務，我也盡心盡力的做好自己該做的工作，很多事情，其實都是一路走一路學的，在這一條戰戰兢兢，步步小心的旅程裡，有收穫的歡樂，也有付出的勞苦，但卻真是一段珍貴充實的學習之旅，也是「終身學習」最好的教室；我誠摯的感謝姐妹們，給我這份特殊的禮物，不但讓我學到許多人生處事的經歷，也因此收到更多的關懷與姐妹情。這兩年來，我像是一個山野的頑童，不太遵從既定的路標，且走且玩，也是亦行亦學，不但欣賞到沿途美麗的風景，也享受到同伴溫暖的友情，最後也順利走到目的地了。

我現在將我們婦女會的大旗交出，滿心歡喜的坐下來，跟大家說，感謝你們一路與我同行，扶持我，鼓勵我，我可以休息一下了。

在北美洲台灣婦女會的大家庭，雖然家庭成員分佈各地，但是我們對這家庭，都有一份天然的愛心與依戀，每年的家庭聚會，讓我們可以重溫舊情，也有機會認識新的成員，我希望我們都可以繼續攜手同行，一起為這個家庭的福祉打拼，也一起受惠這個甜蜜家庭給我們的溫馨與慰藉。

謝謝妳們的陪伴，願我們擁著赤子之心，相偕愉悅前行，共遊學習之旅。



(成功會長的背後，總是有個默默支持的好伴侶。)

分會活動報告

亞利桑那分會

會長 林芳美

亞利桑那分會今年是一個歡喜快樂年。

四月份時有台北柯文哲市長帶領團隊來到 Phoenix 拜訪姊妹市與我們有很好的交誼尤其是我們的慈玉姐提出一些建議。



五月我們大家在芳美家慶祝總統蔡英文就職大典，非常希望在她任重道遠的任上能夠很快的為台灣人民爭口氣，但是畢竟前任留下的攤子太多了。

中秋佳節大家到慧美家聚餐，豐盛的美食好吃的月餅，又欣賞又大又圓的月亮，算是除了不少鄉愁。

十月敬愛的僑務委員長張富美，我們北美洲婦女會的第一任會長帶領（105年文化訪問團）來此慶祝雙十國慶，大家都熱烈的歡迎他們，見面彼此歡談盡興而歸，好像與台灣的距離又近了一些，希望台灣越來越好。



路州分會

會長 陳翠玉

對外重視關懷慰問，對內充實自己，分享經驗。

11 月份慰問中途之家，是專門照顧問題年青人。離家出走家庭暴力或流浪街頭。其他原因的青少年。

12 初美蓮姐和姿芳去探訪家暴中心、我們認養 2 個單親家庭。一位是一個女兒，另一位是一女一兒。贈送她們聖誕禮物。

聖誕節送禮物給 Lucy 姐，自從她中風後我們一直很關心。目前已經好多了，姐妹還特地請她吃飯、她很感動。

1 月份農曆新年恭喜新年平安快樂。茶點招待在玉美家。

農曆新年聚餐:演講和經驗分享

陳吳富美講題:健康愛靠家治及因果關係。

張美里姐、候皇如姐、米天基姐分享生活經驗。

2 月 9 日訪問養老院，很多姐妹去慰問關懷，我們贈送襪子暖腳和台灣月曆。

今年 1 月份謝玉娥姐的先生李文俊回歸主懷。



Boston 分會

會長 廖幸瑛

12月4日邀請會員洪蜜演講“說話的藝術”。人與人之間該如何說話？洪蜜說首先要注意表情和態度，因為態度與尊重是溝通的要件，一個平易近人的人說話才會令人舒服。其次要注意的是雙方對話而不是獨白，還要和對方眼睛接觸，而且說話是學習、訓練和磨練出來的。

3月5日邀請楊玖之主持讀書討論會“Tuesdays with Morrie” by Mitch Albom

這是一本老教授用生命，以及他的得意門生用心寫出來的小品書 (192 頁)。

作者 Mitch Albom 連續十四個禮拜二，從 Detroit 飛到 Boston 看 Morrie Schwartz (Lou Gehrig 疾病)，他們談世界、自憐、遺憾、死亡、家庭、情緒、老邁、金錢、愛、婚姻、文化、寬恕、完美的一天，然後說再見。

4月8日舉行年會，由舊會長廖幸瑛將棒子交給新會長邱富美，同時選舉新任副會長洪蜜。

廖幸瑛感謝這一年大家的參與，感謝姐妹沒推辭的接受主持活動和幕後的幫忙，婦女會因為有妳的默默工作和有妳的參與活動，婦女會才會持續。

Boston 分會

楊玖之

波士頓讀書討論會 Tuesdays With Morrie

NATWA-Boston在會長幸瑛的鼓勵與協助下，於3/5/2017舉辦了一場讀書討論會。選書時也想到比較新的書，像「橘色是新黑」(Orange is the New Black)，它有社會意涵，卻比較不切身，最後還是選了Tuesdays With Morrie。雖然我曾於New Jersey分會辦過這本書的討論會(登於NATWA 8/2003聯誼通訊)，這次絕非老調重彈，到底生老病死的生命歷程，是每個人遲早會經歷到的。

作者Mitch Albom和鍾愛他的教授Morrie Schwartz，在一個奇妙的機緣下，畢業十六年後得以重逢。在教授生命的最後十四個禮拜，像學生時代一樣，他們選在禮拜二，Mitch 從Detroit飛到 Boston，在Morrie的書房，一起譜出從死看人生的最後一課。(請看Tuesdays With Morrie簡介)

Mitch 36歲後的人生從此變得不一樣，他可以看到有需要幫助的人，並且付之行動去幫助他們。看到人死亡的命運，感覺自己的渺小，他說他一切所為都是因著神，也得力於神。相信Morrie 的故事，也能幫助我們重新定位生命的意義與人生的方向。

以下是與會者的分享:

綠雪

我有晚睡的習慣，常聽晚間新聞。有一天聽到Ted Koppel 的Night Line 報導，Boston 近郊的Brandeis 大學社會學教授Morrie Schwartz得了Lou Gehrig (ALS) 疾病，快死了，感覺這則新聞非比尋常，就很認真的跟隨Morrie的新聞。Morrie這個人不簡單，以他虛弱之軀，教導世人生命的功課。很喜歡Morrie講的話，譬如「未知死，焉知生」(If you don't know how to die, you don't know how to live.)，以及「很多人活著以為他們永遠不死，死了又好像不曾活過。」這本書1997 年出版至今，印100 刷，30 多種語言，賣15 million本，上了最暢銷書第一名。

基典

有幾位和我一起打網球的Brandeis 大學教授，和作者 Mitch Albom 差不多年紀，他們並不認為Morrie有什麼特別。(筆者按，難道是近廟欺神?)

岱安

這本書影響力很大，男主角Morrie能說，作者Mitch能寫，可說是互為貴人。Morrie有智慧與勇氣，且做出行動。除了智慧與勇氣的雙翅，我們還有來自上帝的動力，相信面對生命的起伏時，我們必能樂觀面對。朋友裡有生大病很勇敢克服的人，希望大家一起加油，我們必也能夠寫一本書，幫助別人。

能傑

我一生碰到過很多貴人，一個是我太太MIT post doctor的老闆，和他素昧平生，卻替我推薦找到第一份工作。另一個是股市投資專家Peter Lynch，他的Mutual fund賺大錢。他不僅奉行取之社會，回饋社會的善念，還寫書傾囊相授教人投資。我認真讀他的書，也賺到錢，只是生活夠用了，錢就沒什麼意義。我也創立Investment Club和 Investment News Letter，教人賺錢。感謝貴人相助，也高興能做別人的貴人。

淑瑞

我曾生病換腎。每個人生病時，因為事到臨頭，沒有他路，只能正面應對，勇敢向前走。先生和我都喜歡Morrie的活葬禮 (Life funeral)，是個好主意，我們可以學習講讚美人的話。

富美

Morrie教授不幸生大病，卻能正面樂觀，到死仍要幫助人，回饋社會，是名副其實的「永遠的老師」。Morrie一切以愛為出發點，改變Mitch 一生助人無數。

晶晶

聽從前的鄰居說過，參加親友的葬禮是一個慶典 (celebration)，思念讚美生命曾經綻放過的火花。介紹給大家類似的好書Be Mortal，是Harvard 出身，住在附近Newton的印度裔醫生寫的。

剛明

(請看另外一篇 心的作用 -- Awareness and Detachment)

因為時間的關係，很多人沒有機會講話，非常可惜。謝謝幸瑛幫忙錄放投影片，以及俊育替討論會錄影。

有關此書的網站：

電影 (與書同名)：<https://youtu.be/qMtE--JG13s>

Ted Koppel 的Night Line訪談：

<https://www.youtube.com/watch?v=RtYyT6Hl3ms>

Mitch Albom 演說：

<https://www.youtube.com/watch?v=xfvWmZuKUGE>

https://www.youtube.com/watch?v=rPN8KuiDh_s

<https://www.youtube.com/watch?v=Gr0COGuAA4U>

Boston 分會

謝剛明

波士頓讀書討論會 Tuesdays With Morrie

心的作用 -- Awareness and Detachment

Morrie知道死之將至，卻能從容面對。Ted Koppel 在Night Line 節目問 Morrie 為什麼我們一般人做不到？Morrie 回答「Ego! Ego! Ego!」。自我 (ego) 是所有痛苦的根源。它是要保護「我」，但它卻喋喋不休地讓我們不安於「現在」，以至於活在過去，憂慮未來。

心的力量非常大。境界本身是沒有苦樂的，你認為苦就苦，你認為樂就樂；境界的本身是沒有問題的，認為有問題的是我們的心。你認為這件事沒什麼，那就沒事，你認為這件事無法容忍，那你就永遠掛慮著。

有負面的情緒 (emotions) 時，讓情緒發洩一下後就一定要轉念 (detach)。因為我不是我的情緒，我也不是我的憤怒，一定要把情緒與憤怒從真正的我放掉 (detach)。

要能看到自己問題的所在，只有看到自我，才能放下自我。空掉 (detach) 我們的意識心 (egoic mind)，本來就在那裡的覺性 (awareness) 才能顯現。當心不慌意不亂時，awareness 面對的就只有「當下」，這是能夠活在當下的必要條件。要能証悟到生命就只有當下，才會珍惜當下，享受當下，每天做最好的自己。

凡事無常，不要抓住不放。(Don't cling to things, because everything is impermanent. P103, 105) 只有證悟無常，才會珍惜每一當下。病痛纏困的是我的身體，不是我的心靈。(This disease get my body, but it's not get my spirit. P.163) Aware 病痛的存在，但要detach病痛，做到身受心不受的境界。

感謝Morrie以愛心把他的經歷，智慧及教導，用殘餘的生命如實地說出。這也是我們人生都會面臨到的最後也是最艱難的功課，讓我們到時候不會手忙腳亂心亂。借著Morrie的經歷，讓我們了解到人生的意義在那裏，實在是非常感人的一本好書。

北加州分會

會長 林恭美

我們北加州分會一年來的活動如下：

7/23/2016: 活血功的試範及教導，詳細說明可從 YouTube 上找到。姐妹們當場都練習過，回家和家人分享，受益不淺。

當天下午有地震的準備須知常識，是由紅十字會人員專題演講，會後大家感到有信心多做準備工作是必要的。

9/11/2016: 一日遊，地點在舊金山的The Marine Mammal Center 位於Sausalito 城內的海獅保護和保養中心，內容有導遊的解說和帶領參觀所有醫院和飲食設備等，非常有教育性，姐妹們感到很新奇又有趣，結束了這天的旅程到舊金山金門大橋附近去觀賞海景。

9/25/2016: Race for the Cure, Team Taiwan 很驕傲的在舊金山道路上漂搖，走了將近兩小時。受到許多其他隊伍的關注，他們對我們的旗子大喊“台灣，Way To Go”

11/12/2016: NO BAKING COOKIE 由張肅主持，林恭美示範。It was so easy and no mess at all. Everybody got to create their own shape of cookie such as mouse, pig, rabbit too.



下午我們有個同心圓結束由五位姐妹主導，個個題材精彩，五位姐妹是：蘇淳芬、陳桂蘭、陳麗華、范良惠、張肅。

1/19/2017: 志工活動在AACI, ASIAN AMERICAN COMMUNITY INVOLVEMENT 幫助家暴中心做紙鶴，做為 OUTREACH ADVERTISEMENT.

1/28/2016: 農曆新年慶祝活動。

2/11/2017: 我們有八位姐妹參加“女力台灣行”。報導及分享此行的感想。

In the afternoon session we had Dr. Tammy Hong (洪千雅) 眼睛保健講座，姐妹們可真得到對眼睛保養的重要性和知識，Q&A 很熱烈。

4/19/2017: 年會在Atlanta 舉行，我們北加州有十九位姐妹參加。大家有個美好的回憶，我們的 NATWA Night “黃金女郎” 得到最大的掌聲，真欣慰，也真不愧我們每個演員的努力及用心。

5/6/2017: 我們的年終大會早上做了新舊會長及理事們的移交儀式，由卸任會長林恭美致謝辭外還送所有理事和顧問們一件T-Shirt，是由她先生李茂雄親手墨筆畫的“謝謝有餘” 提字及一條活生生的魚。

下午是石青如音樂家的“詩與音樂” 講座，這個太精彩了，長達二小時。

終於還是要結束的，沒有不散的酒席，對嗎？

南加州分會

會長 方碧霞

5/15/16 台美人傳統週Taiwanese American Heritage Week Festival:

每年5月為亞太傳統月，南加分會每年均會出席和協助台灣會館舉辦的台美人傳統週。

5/22/16 懷念台灣電影欣賞 - 藝霞年代Taiwanese Appreciation Movie - E. Sha Age:

台灣庶民文化的積累、表演藝術史燦爛輝煌的篇章。當日有近六十位姊妹及鄉親觀賞和討論。

5/29/16 發出自己的心聲 - 青少年健康座談 Emerging Voices of American Mental Health:

亞裔社區頻頻發生家庭衝突事件、青少年逃家或犯案消息。南加分會協辦，邀請五位專家談心理健康的議題，期喚起社區的關懷Emily Wu Truong, Insung Phil Cho, Dr. Michi Fu, Nathan Song, and Jean Toh。

6/30/16 蔡英文總統過境洛杉磯僑宴President Tsai Ing-Wen Arrives in Los Angeles, Banquet:
歡迎蔡總統蒞臨洛杉磯和參加宴會。

7/16/16 女人真心話食間 - 台灣心、美食情 Food for a Taiwanese Woman's Heart:

廚藝之交流，珍惜故鄉文化，一解思鄉之苦。當日有六十多位姊妹及親友參加，與會者自我介紹和六位姊妹的分享，大家一起用餐共渡愉悅歡樂的星期六。

- 1). 洪珠美: 服務社區是學習的機會
- 2). 賴淑遠: 介紹台美小姐選拔活動
- 3). 王梅鳳: 參加社團的心路歷程
- 4). 黃美惠: Long Term Care
- 5). 賴慧娜: 生命的延續
- 6). 方碧霞: 寫作廣場-徵文獎金，鼓勵年輕人藉由文字的表達培養溝通能力。

9/25/16 “Team Taiwan” 為乳癌患者募款健走 Komen Race for the Cure:

Komen 是世界最大的乳癌防治組織之一。南加分會從2005年起以“Team Taiwan”之名參加此有意義的活動，既可幫助乳癌研究募款，又可增加台灣的知名度。

10/16/16 認識家庭暴力座談會 “Domestic Violence Awareness Seminar”:

暴力零容忍，您不必孤軍奮戰，呼籲民眾勇於尋求協助！邀請五位不同領域的專家一起分享和探討：什麼是家庭暴

力？如何幫助走出家庭暴力和防止性侵害。Deana Chuang: Criminal Prosecutor, City of Pasadena, Detective Adam Chang: Burbank Police Department, Daniel Huang, Esq.: Haven Law Group, Katherine Sea: Domestic Violence Volunteer, Jong-Ling Wu: Senior Advocate, Center for the Pacific Asian Family。

10/29/16 大洛杉磯台灣會館2016年募款餐會Taiwan Center, 2016 Annual Fundraising:

出席和協助台灣會館募款餐會，會館邀請到黃國昌主講 - 新世代的新國家願景。

11/16-2/17 獎學金 NATWA Student Scholarship, Community Scholarship:

4/1/17南加分會年會頒發\$1,000獎學金給Amber Yentean Lee, Covina Hills 高中應屆畢業生。

2/18/17 一日遊，亨廷頓圖書館、藝術收藏和植物園 Field Trip, The Huntington Library:

連續多日傾盆大雨，當天晴空萬裡，百花爭艷，充滿花香、書香、畫香、姊妹情香的旅遊日子。有35位姊妹和親友參加，玩得很盡興。

2/25/17 台灣會館“228”70週年紀念會: 70th anniversary of the “February 28th Incident and Memorial”:

七十週年是歷史性的一刻;協辦台灣會館召集南加州75個社團合辦228事件七十週年紀念會及特展。

4/1/17 2017年南加分會年會2017 Annual Gala, NATWA - So. Calif. Chapter:

近200位參加，節目精彩，特色是姊妹們豐富多彩的歌舞表演、RemJ-邁克爾·傑克遜模仿表演、吉他、歌唱、舞蹈、獎學金頒發、會長交接和抽獎等。

4/29/17 Mental Health Seminar 心理健康座談會:

南加分會協辦，期喚起社區對受虐待和創傷的無辜及其家屬關懷，邀請4位專家探談心理健康的議題，Emily Wu Truong, Kai-en Kyle Chou, Christine Hsu, Ph.D., Gloria Hou, R.N.。



聖地牙哥分會

會長 黃彩鳳

2016年5月起接會長；同月台灣中心傳統週，本會姐妹賣剉冰；

6月姐妹們共乘三輛車到洛杉磯採買毛毯材料

7月起台灣中心、本會、和聖地牙哥台灣基督長老教會合辦社區服務，每月一次到台灣中心，聚集熱心台美人車愛心毯子；同月本會姐妹利用週日下午一起做 Zumba 健身聯誼，

9月邀請南加州分會李淑櫻老師演講，講題:創意設計的理念與實際製作，並示範色紙剪成蝴蝶，Post Card making.

11月“Race for Cure”許多姐妹和眷屬參加“Team Taiwan” Breast Cancer Walk隊伍；

2017年2月麥當勞之家社區服務，贊助午餐和提供服務，並捐贈愛心毯子；

2月台灣中心年度募款餐會，多位會員幫忙準備餐飲和會場佈置；

4月2日假台灣中心會議廳召開年會並舉行會長交接，由新任會長張玉珍接下執掌，完成交接後選出新任副會長陳淑卿，理事林玉枝、廖翠玉、和簡安齡，新任會長張玉珍(2017-2018)主持新年度工作和未來會務討論，希望眾姐妹繼續分工合作，大會圓滿結束。



底特律分會

會長 黃英雯

十月份年中理事會後，底特律分會的活動如下：

11/12 晚在底特律台灣教會舉行一年一度以台灣小吃為特色的年會，當天有肉圓、滷肉、青菜、蘿蔔排骨湯、龍眼糕等等，今年有來自Toronto, Ohio 及Chicago 三個地區姊妹們來參加。

2/11/2017 再度參加地區慈善團體的一年一度為homeless 街友供應晚餐，今年是連續第十年，這是一個很簡單卻是非常有意義的活動。

3/11/2017 溫明亮帶領四位姊妹出國參加多倫多分會年會，受到她們的熱情招待。

3/21/2017 黃英雯與賴世鈴到Pontiac Haven Foundation donated \$200 for domestic violence project。

4/15/2017 由底特律婦女會、Detroit 同鄉會、Ann Arbor 同鄉會、及島國前進同學會合辦演唱會“Sing for Taiwan”。這是從臺灣請來的打狗亂歌團，團長夫婦（嚴詠能）來 Ann Arbor 演唱會 Sing for Taiwan。



夏威夷分會

會長 李娟賢

2016年6月10日下午3:30-7:00有6位姊妹為Family Promise所招待暫時無住處的家庭提供晚餐。我們煮3樣菜給19位食用。

2016年8月6日上午11點到下午2點。是我們這1年度第一次姐妹的聚會。有15位姊妹參加。從11點開始姊妹陸續來，12點開始食中餐，每位姊妹所帶來的菜除了色香味俱全，都特別講究健康，大家吃得很開心。飯後，會長教大家做yogurt，她一步一步教，大家都非常認真觀察做的過程。她又教大家上網下載做yogurt的食譜。之後，她又送每人一罐yogurt，讓我們覺得滿載而歸，真正是有食閣有掠。然後，宋竹容姐向大家說明美國有關美國人在國外有儲蓄的新稅法。這次聚會大家都談得很開心，吃得很開心，學得很開心。謝謝會長。

2016年9月6日下午4-6點半，有會長等4位姊妹為Family Promise所招待暫時無住處的家庭提供晚餐。他們有7位成人、6位青少年、和3位小孩、加上主家1位、4位NATWA姊妹。我們一共煮3樣菜。謝謝各位姊妹的辛勞。

2016年9月16日有9位姊妹參加做綠豆膨100粒，義賣給夏威夷台灣同鄉會中秋節慶祝會使用。義賣所得做為本會為夏威夷大學交換學生獎學金的基金。

2017年3月18日早上的活動：本會和長輩會合辦走路活動。一共有10位參加，大約走50分鐘。同日下午4-7點在會長的帶領下，有6位姊妹參與Family Promise的事奉，煮3樣菜招待3個家庭共11人。地點是Community Church of Honolulu。

今年我們第一次與家暴中心合辦一個教育社區的課程。但所以在四月十八日星期二上午十一點在台語教會的辦公室。邀請HSCADV executive director Stacy Moniz 來跟我們講解，讓我們了解更多家暴中心所做的事。

4月22日在宋林美惠家學習做鳳梨酥。有七位姊妹參加。我們做的鳳梨酥是真材實料。好吃的不得了，大家稱讚不絕。

Oregon /SW Washington 分會

會長 洪秀華

2016下半年舉辦的活動有:

九月:中秋節營火會在劉教授，秀蘭姊妹溫馨的家舉辦。

十月:日本料理Sushiland聚餐，姊妹們分享近況&友誼交流。

十一月:理財規劃講習感謝Vivan指導，接著當天晚上我們舉辦感恩節聚餐在Minato Buffet很熱鬧我們有24人參加。

2017年

三月:春天到百花開，大家心情好相約去吃飯Makoto聚餐。

四月:婦女健康講座，感謝麗英姊妹分享她的故事激勵我們如何面對逆境，創造和享受“美麗的人生”。



紐澤西分會

會長 簡雁齡

新澤西分會，進入第14年，成員約有60餘位，長條形狀，從北到南，170英里，約三到四個小時的車程，沒有很方便的捷運，要動員起來，有點困難度。新澤西州，有山有水，靠近國家公園，Atlantic Ocean的海岸線，介於紐約，瑪麗蘭州，賓州，Delaware, Washington D.C. 政治，經濟重心，有很多台美人的社團，包括同鄉會，FAPA, Rutgers University等學生團體，young professional第二代，living well club 等等，使我們的婦女會，也朝氣蓬勃。

感謝紀秀伶很乾脆地接下副會長的職位，我們的理事團包括：財務陳美美，co-chair 謝昭梅，前分會長陳雨辛。另外林素梅、姜瑞香、劉玉霞、黃雪香、劉炫君、洪月玲、林萃香等等也非常的支持。

活動如下

September - 讀書會，謝昭梅 主持
“The Bear Came over the Mountain” by Alice Munro
這本書是講到退休的教授Grant 和他的太太Fiona，(Fiona 得到失憶症) 的感人故事。

我們有很深入的討論，包括失智症，包括婚姻，人生無可奈何的老化；There also has a movie: “Away from her” 有些姊妹對於電影處理的方式不太滿意，小說的好處就是給你想像很多空間。

October - Communication Workshop, Shirley Chen 紀秀伶 主持
Leadership Conflict Resolution; learn how to handle conflict efficiently with 5-Step process of conflict resolution, followed by hands-on case workshop.

November - Philadelphia Mural Arts Trolley Tour 費城壁畫之旅
Explore the world's largest outdoor art gallery.

December- “我們當下面臨生命近黃昏的重要切身課題：Golden Age Management”，莊秋芬主持
Golden Age Living Arrangements - This is part of “Planning and facing golden sunset” topics.

February- Domestic Violence Awareness，林秀芬、韓采燕等 主持、講解

Movie “愛的黑海”：本片是導演以家庭母、父、子三方觀點，探討家庭暴力的第三部作品，再以四組家庭，探索已成年之目睹兒的成長經驗與其影響。

阿盼在兒時的父母衝突中學到冷漠與壓抑，她將兒時的記憶幻化成影像，說出心中隱藏的憤怒…；自小愛畫畫的設計師，他的畫中始終透露出對生命的抑鬱與反抗，父親極端的管教與暴力，深深影響著他和姐弟三人成長後的親密關係…；一位備受父母寵愛的獨子，獲得父母全部的愛，卻也承受家庭的緊張關係，長大後他用了一個特別的方式，逼迫父母看見雙方不願意面對的問題；小捷的媽媽自小成長在衝突的環境中，她想掙脫這樣的鎖鏈，卻付出極大的代價，有人可以幫助他們嗎？處於熱鍋上的家，在這樣的衝突人生中還能夠發揮什麼樣的功能呢？<https://www.youtube.com/watch?v=fqU-hxMMbt8>

April - Facebook：Tutorial, Photo album, 劉玉霞 主持
玉霞介Facebook 的簡單操作，如何儲存照片，讓以後婦女會的活動可以更容易分享。

另外我們有幾位姊妹，也在一月至Washington D.C.加入其他上 百萬人“women march” “Women's rights are human rights”; the march's mission statement reads. “We stand together, recognizing that defending the most marginalized among us is defending all of us.”



紐澤西分會

陳雨辛

費城壁畫之旅

11/3 星期六早上，秋高氣爽，一群心很年輕的女孩們，帶著滿懷期待的心情，半夜就睡不著，準備這一天的郊遊。兩小時的車程，大家興奮得不得了，噁噁喳喳一點小事都讓我們高興了半天。

大家都帶來零嘴給大家吃，炫君的老公事先已幫我們規劃一條路線，快又省錢，從頭到尾沒有付過路費，太好了！

前一天雁齡會長就幫忙我們找到downtown 便宜的停車處，炫君已經先在網路付費。我們趕在十點前報到，有人開車有人認路，有人製造笑話，其樂融融。因為我們一行浩浩蕩蕩有十六人，主辦單位（Pennsylvania Academy of Fine Art）特別加開一部 Trolley。我前不久才剛去Nashville 自由行，愛上了Trolley的服務，所以這次特別興奮，又可以上室外教學。

我很少到費城，大部份是路過，記得很久以前有一次不小心開車到downtown 外圍，嚇得趕快離開。現在整個城市在復興，充滿活力，難怪有許多年輕人。

我們在炫君高超的駕駛技術下，九點半就停車好了，剛好和其他姊妹們碰面，一起去McDonalds補充caffeine和上洗手間。

我們一共十六人，坐在同一部Trolley，我們今天的主题是費城的壁畫（Mural）藝術。我們的導遊為我們介紹了壁畫和塗鴉（Graffiti）的不同點，費城壁畫文化的起源和對社區的貢獻。一路上，忽左忽右，一幅幅超級大的壁畫，出現在大街小巷，有人物，科學，花園，等等各種不同的主題。這個壁畫project，不只美化市容，也鼓勵許多人的參與，激勵許多受刑人，找到生命的意義，學得一技之長。這些壁畫的水準高，美輪美奐，沒來過的姊妹太可惜了，應該找個機會來看看！

兩個小時匆匆而過，我們一起大吃一頓，又到Chinatown 逛逛，買了豆花，甜點，一行人才依依不捨的打道回府。

Reference:

<https://www.muralarts.org/>

City of Philadelphia MuralArtsProgram

Muralarts.org/tour

Finding the light within

<http://www.phillymuralpics.com/photo-galleries-2/finding-the-light-within/>

紐澤西分會

文/何桂卿
整理/玉霞

Planning and facing golden sunset

12月3日一行20多位的姊妹至秋芬姐家共敘。雖然時間緊促，秋芬大略為我們解說自己的經驗。

人到晚年，猶如安靜的夕陽，散發著溫和而純美的紅豔，紅色夕陽再美麗終至墜落而消逝。我們必須勇於面對事實問題，如自身的健康問題、心情的調適、維繫親情關係、個人財力安排。有謂「求人不如求己」，我們最好在晚年頭腦清晰時，為自己妥善安排「停止呼吸」前的準備工作，切莫留給晚輩承受沈痛決定。一切適度安排處理，留給自己一身無掛的晚年愉快生活。

一般說來；若能自立獨居者，可選擇55+ community居住是非常好的辦法：只要按月繳交固定管理費即可省去房子外觀及花園保養，又可享受健身房及社區上的各項娛樂與聯誼活動！

若無法行動者可選擇搬入Living care：每周有專人來清理房間更替床單服務。但所費不貲。入住前，先得付一筆可觀數目，約五十萬以上，每個月還需繳上一個房間，約三千元，二個房間六千元費用。這可觀費用，是包含入住後進醫院給予長期護理的一切開銷，伙食費另計。如一開始即住進此種社區，環境周遭均已經熟悉，一旦搬進長期護理的房間，感覺上只不過大房間換個小房間而已，不會感到太陌生，孤獨和不安。

如欲知詳情可上網查詢，期待姊妹們能常相聚，分享寶貴經驗。



紐約分會

會長 蔡宜芳

首先感恩2014年的前會長林榮峰姊妹提供她與李教授的藝術展廳作為我們分會的會議廳-聚會場所。感謝他們為婦女會的付出和支持！

6/30/2016 Meeting - 黃麗英姊妹主講（麗英姊以前在社會安全局上班）
退休、殘障、配偶、小孩、聯邦政府的福利、社會安全金、福利金 等基本概念及申辦 “Health Care Proxy” and “Living Will”。

7/30/16 舉辦了如何永保健康美麗的女人 - 蔡宜芳主講
這次活動很榮幸有總會王會長親自蒞臨和各位前輩姐妹們相聚非常熱鬧，又增進姐妹們彼此更加認識。

9/10/16 Race for the Cure- 非常感謝，這次為2016為乳癌患者募款活動很多姊妹出錢又出力，感謝大家支持 Team Taiwan 讓這次活動非常成功完成！今年的主題 Race for the Cure & Run for Taiwan的活動，有年輕世代的加入，增加了這次活動更為活潑，很多看見TEAM TAIWAN都為我們鼓掌加油，也希望藉此可讓更多人

知道NATWA長期以來為此極有意義的活動盡了很大的心力。希望明年可以號召更多人參與NATWA的活動。讓世界看見台灣，台灣加油！

10/20-10/24, 2016年中理事會 - 感謝各位姐妹的支持，這次我們紐約分會有14位姊妹加兩位姊夫出席活動並參與工作！

11月份邀請一位iPhone手機和iPad 平板電腦高手，教大家學會如何應用現代科技和我們下一代互動，讓大家都用10分鐘學會製作感恩卡、聖誕卡和賀年卡！

3/8/2017 邀請紐約勵馨家暴中心劉元芬總幹事主講：如何幫助家暴婦女走出困境！

3-4月份姊妹們積極排練年會舞蹈咕咕雞

4/29/2017展開一年一度北美洲紐約臺灣婦女詩情(琴)畫藝術展覽會，藉由此活動，希望姊妹們一起站出來同心合一向國際宣揚臺灣婦女高水準生活藝術文化，呈現臺灣婦女才德兼備的美譽。這是一場精彩的美術與音樂對話，節目內容非常精彩：有粉彩畫、油畫、國畫、壓克力畫、壓花、花藝、手拉坯等展示！特別邀請臺灣在美國第二代第三代知名音樂家開場，小提琴、中提琴、二胡演奏多首耳熟能詳的台灣名謠。



OH/KY 分會

會長 張淑貞

五月 Kentucky Trip 二日遊。參觀My Old Kentucky Home State Park, Heaven Hill Distilleries, Toyota Tour和 Kentucky Horse Park，也與KY 的同鄉共進晚餐話家常。

五月小英總統就職茶會(和TAA and FAPA 協辦)

五月獎學金\$1500 贊助辛城高中生到新北市(姐妹市) as young ambassadors

八月拉筋保健-吳奇珏姐妹分享她在頭臉全身筋骨按摩和拉筋的經驗示範以促進美容與身體健康之處，受惠不淺。

八月Support Domestic Violence Initiates，贊助KY Nest Center \$200。

九月 Breast Health Fashion Show in Columbus。

十一月參加 Detroit 台灣小吃年會

二月農曆初二回娘家聚餐 示範可口的Almond Brittle 和分享安全防跌和生活保健知識

四月辛城一日遊 暢遊Eden Park 和 Ohio River 附近的美景，晚上又參加嚴詠能亂歌團唱的表演和美味的晚餐，謝謝辛城姊妹嚮導和安排。

四月參加年會又參加晚會表演“中西部快閃”。



聖路易分會

會長 章美茜

June, 2016: 聖路易台美人傳統慶-美食饗宴
為慶祝2016年台美人傳統慶，由聖路易台灣同鄉會、北美台灣婦女會聖路易分會聯合主辦之第二屆台灣美食節6月12日中午12時至下午4時，在聖路易Olive大道京園餐廳宴會廳熱鬧舉行，總共推出17道著名台灣小吃，數百位各界嘉賓蒞臨品嚐，同時欣賞台灣民謠演唱，台灣原住民山地舞蹈，台灣茶藝文化講座，台灣蘭花展覽，台灣小吃簡介及台灣包粽子示範，是一次極為成功之文化和美食嘉年華會。

June, 2016: Women's Safe House \$250 donation

July, 2016: 採桃半日遊
原本應該是只有半日遊，但是在我們最熱心，又最能幹的『旅遊團團長』良媛的帶隊下，一路精彩的講解，適時的駐足欣賞，都快成了一日遊了。在聖路易也住了十多年了，從沒想過聖路易附近也有這麼多值得觀賞的景點。

Nov. 2016: Self-Defense class
兩位黑帶級講師，Nancy & 副手Eric，來講解戰略和武步，教我們如何預防、阻礙和自衛。

你曾想像過有一天獨自在停車場時，忽然冒出一個人逼近妳/你，使你驚惶，受威脅?或當有人闖入你的家時?當攻擊者靠近你到腳踢距離或拳打距離時，甚至接近到肌膚相觸程度時，你怎麼辦呢?

兩位講師教我們有很多技巧你可以學和訓練來阻遏暴力攻擊你。你可用你的拳骨突、手肘骨、手掌底部、腳底前部肉墊、腳跟、猴式雙掌、腳、肩、等等來傷害攻擊者。



當你被打擊跌在地上，你要如何反擊或使對方後跌?當對方拉住你的頭髮，你不得動彈時，或當頸部由後方或前方被扼緊呼吸困難時，你要如何擺脫?我們練習了很多技巧來阻遏攻擊者，並盡量想法逃跑!且記得要盡力大聲叫喊求救!

Dec. 2016: 年終晚會花絮Holiday party
北美台灣婦女會於十二月三日假 Crewe coeur Recreation center 舉辦一年一度的年終晚會。40位左右的來賓相聚甚歡。婦女會將代為捐出大家帶來的 Personal care items 給位於olive上的Haven House。

北美台灣婦女會在十二月二十五日晚上第三年度親臨位於St. Louis Olive 大道上的Haven House (<http://www.havenhousestl.org/>) 與遠地來就醫的低收入病患和病患家屬度過一個祥和有意義的聖誕夜。

今年無法返家過節而留在Haven House 用餐的病人和病人家屬大約有二十多人。他們在五點左右皆迫不及待的來到Haven House 餐廳排隊等待一個他們眼中的外國人所準備的美國傳統聖誕晚餐。而這個聖誕餐用的Buffet 抬前掛的是台灣婦女會的會旗，而Serve 他們晚餐的是身穿“Taiwan Beer”的台灣人。食物太好吃了，二十多人幾乎把食物全吃光。

我們同時也帶去了一大箱由台灣婦女會家庭們所捐贈的牙刷、牙膏、香皂、乳液、洗髮精等日用品。謝謝所有台灣婦女會家庭的支持與善心。希望我們繼續做下去，展示台灣人的精神永遠是世界第一。

March, 2017: “你我他” 人際關係座談會
三月十八日，北美台灣婦女會在董事會員 Letin Ho的家舉辦了一個溫馨的“你我他”人際關係座談會。主講人朱秀菁是位專業的心理諮商師，多年來輔導幫助過許多人。她從“了解自己”開始，談到“與他人的互動”以及如何促進溝通改善人際關係、包括有關家庭成員之間的互動 (family dynamic)。

最後秀菁老師總結：人與人的關係就像養樹養花一樣，需要灌溉和滋潤。



溫哥華分會

會長 王蔡妃珠

大溫哥華地區因為有許多的社團及宗教團體的活動，因之想要拓展會務或尋找新的會員，都不是說說就可以實現。另外也因為家母於去年九月得知已得末期肝癌，而我們母女相互扶持於溫哥華匆匆竟也二十年，故做為唯一在她身邊的女兒，雖然兄弟妹們及孫輩等都有趕來共同照應，唯自己原有的日常計劃及活動，頓時整個生活重心需重新調整，而會務服務僅能盡力。請大家諒解。

去年八月我們首次再聚會於美麗的VanDuson 花園餐廳，因為有位終生學習的林李淑枝Nancy Lin姊妹，她從六十五歲才真正開始她的彩繪世界十多年後開花結果，已在本地及台灣受邀參展多次。正巧有批麵包花作品正與另一畫家在此同展，我們借此聚會，除了分發2016年會員通訊錄外，更借此欣賞她現已成名的一些傑作，也請大家訂購魚夫為NATWA 2017年創作的極有收藏價值的台灣創意建造的許多在我們記憶中的各地值得記憶的火車站及台灣各地小吃的新月曆。我們雖沒破紀錄，但總算有約五十本的訂購，並收到包裹後逐一送交訂購的會友。

有關2016/17的會費催收，我的想法是最好一次收到五年US\$100.00的年費，免去每年經常需向會員收費的麻煩。當然我也了解好些會員因為各種因素不能繼續參加，但也找回一位舊會友，同時最近陳佳樺正式加入且請我將終生會員的US\$500於此次年會中繳交。我在忙碌中仍抽空電話互相問候或用電郵告知新事務，盼能盡力而為。惟有關本地會員通訊變更之事沒能即時送達總會更正，只有請本地的姊妹們多諒解。

2017年二月下旬收到新的聯誼通訊，兼以四月二十日的年會即將到來，故我除了email或電話轉知會員外，我邀請會友及家人共同參加TCCS台加文化協會的元宵節聚餐之外，另外於三月初借用台加的會所由分會邀請會友回來中午聚餐，除了方便大家可以拿到新的聯誼通訊，更希望互道新春愉快之外，也盼大家能提供未來年會的建議或報告。其中NATWA會員資料調查共收到九份，將於四月廿十日繳交大會。同時很高興得知除了慧中Cecilia受邀成為此次年會的講者之一，我們未來的會長也是今年同鄉會會長Carol Pan 張理瑜及其夫婿潘立中先生也將同時參加，她也是同心圓節目的共同講者之一。故很興奮我們共有三位會友加上兩位男士共赴Atlanta 參加此一年會。

多倫多分會

會長 許淑華

天下無不散的筵席，隨著總會年會的結束，我也將多倫多分會會長的棒子交到第19屆會長林碧玲的身上了。

2年前接了多倫多分會第17屆的會長，又承蒙大家的厚愛，又繼續接了第18屆的會長。在這二年的期間，淑華無時無刻都在思考，能舉辦一些活動，讓所有的姐妹們都能快樂地相聚在一起。也非常感謝NATWA姐妹們全力支持，淑華點滴在心頭，感激不盡。二年內也率領多倫多的姐妹們出席總會的年中及年會，參與同心圓講座，獲益良多，

NATWA是個大家庭，姐妹們也抱著終身學習的態度，一路向前行。在2017-2018年，也希望大家活出美好，面對挑戰，繼續手牽手一齊向前行。

非常感謝多倫多的理事團隊們，無私的奉獻，過程中的苦與樂都是非常美好的回憶，2018年10月如能於多倫多舉辦第31屆年中理事會，淑華和多倫多的姐妹們一定熱忱招待，歡迎姐妹們前來多倫多一遊。

祝NATWA會務蒸蒸日上，姐妹們身體健康，萬事如意。



區理事報告

東北區理事

許淑貞

打電話請教賓州的范姜秀緞姊妹為什麼她的email每次被駁回，她告訴我，服務在學校，email管制得很嚴格，所以她經常在垃圾堆裏找消息包括NATWA送的活動通知。NATWA四月和十月的會議都是學校的學期中不可能請假，不過等她退休後一定參加，又說NATWA是個有組織有在做事情的團體，所以她雖然不能出席開會但是她是一個終身會員。

一月四日紐約的榮峰夫婦、明珠、淑玲和南區理事富美來參觀我的畫室，而後有個愉快的午餐。歡迎再次再來。

二月我電話向New Jersey的會長簡雁齡姊妹問安，請教她們有什麼活動我可以向她們學習的。她轉送了她們的活動通知給我，實在很充實-有演講、有電影欣賞。可惜我知道得太慢，否則我也會去參加。希望天氣溫暖點可找機會拜訪。

從NY分會長蔡宜芳那裡得知她們三月八日在榮峰的家有個聚會，我就前往參加和他們享用家鄉口味的午餐，跟他們一齊接受勵馨基金會劉元芬總幹事的勸勉-“用愛心和希望來重建生命”。後來看到他們用心的練習為年會表演的舞蹈，真感動。紐約分會又預定四月二十八日將舉行一年一度的美術展，祝她們演出成功。

Boston分會幸瑛姊也有設計很多不同的活動，母親節、父親節的hiking和午餐、New Jersey兩辛姊的專題“財務管理”、洪蜜姊的專題“說話的藝術”、楊玖之姊的讀書分享“Tuesday's with Morris”。還有很多的計劃排在後頭。

東南區理事

楊玲玲

謝謝大家選我當東南區理事。讓我有個學習並認識東南區的姊妹的機會，但很可惜我錯過它，兩年來，少有作為、只參加一次年中理事會而兩次年會皆缺席。不過事出有因，家有病人需要照顧。請大家原諒。還好在陰曆過年我去參加Orlando地區台灣同鄉聯誼會，除了和幾位NATWA姊妹見面外，我還上台向眾同鄉介紹NATWA及今年的年會鼓勵大家參加，會中我又自掏腰包以NATWA的名字捐款給同鄉會做為當晚的摸彩金。這是我今年唯一做的事。

我想下任理事一定是一個負責盡職能幹，可以彌補我的缺失。

南區理事

陳吳富美

南區祇有路易斯安那州有婦女分會，會長陳翠玉細心策劃，幾乎每月都有活動，所以我不必操心。我四界走，在去年聖誕節前後和東北區理事許淑貞及紐約婦女分會姐妹相見歡。路州分會會長陳翠玉特別商得劉玉美的同意，於1/22/17星期天下午2:30在她家舉辦辭年聚會。除玉美精心準備甜鹹中外點心外，姐妹們也帶來拿手點心分享。

飯後由我主講：“健康愛靠家治及因果關係”，我一面演講，也一面請楊美蓮示範穴位在何處，我也特別示範做保護腎臟及預防感冒的手掌按摩，尤其我是特別推薦使人排便較易的按摩法。

二月十二日陪同外子返台，於二月十八日在海霸王餐館舉辦美國柯喬治紀念基金會所舉行的228七十週年的228及白色恐怖受害者及家屬慰問會，婦女會首屆名譽會長前副總統呂秀蓮親臨演講，還有三月一日拜見前總統李登輝，看他們還未退休，仍為台灣打拚，是我終身學習的模範。



中西區理事

施慶惠

兩年任期中我參加了Ohio-Kentucky Chapter 的Kentucky Trip、Detroit-Michigan Chapter 的annual meeting、Toronto Chapter 的annual meeting、中西部夏令會、Cincinnati to New Taipei City Exchange Student Farewell Party，共襄盛舉。

個人方面也拜訪聖美、惠蘭in Wisconsin，Kemi、秀芳in Minneapolis，項邦琳in Chicago，共敘姊妹情。

中西部姊妹共同建立LINE群組互通訊息“NATWA中西部”，想加入的姊妹請告知，我們將邀請妳參加。

NATWA NIGHT 我們出一個中西部快閃的節目。

閃閃閃，閃到哪裡去？閃到NATWA NIGHT同樂去。

人才濟濟、活動續續、氣氛強強滾的Toronto Chapter 和Michigan - Detroit Chapter，還有曾經很活躍的Ohio - Kentucky Chapter皆隸屬於中西部轄區。雖說自從2000年以來我已製作十來個不算小型的節目，以為2003年以後就舞鞋高掛，但想到我中西部區理事的兩年任期在四月中的一年會就要屆滿，又Toronto Chapter 和Michigan - Detroit Chapter 都有非常active 的舞蹈團，我的愛跳舞細胞蠢蠢欲動。徵求三個chapters的首肯，今年二月“中西部快閃”的節目名稱正式產生。

找來我們的舞蹈老師胡秀霞和愛跳舞、會跳舞的張淑貞和吳奇珏，開始聽歌、選歌、編舞、製作。當年四十、五十來歲的我們，現在已屆六十、七十來歲。腰酸背痛、腳痛肩酸叫聲此起彼落。還有那要命的記動作、配音樂的反應，真是不可同日而語，所幸我們那一顆不老的心還在。因為是快閃，又因為三對沒辦法一起練習，我們只有編得簡單再簡單、振奮再振奮。

NATWA姊妹真不是蓋的！我僅將每隊的音樂、舞步範本YouTube 和出場次序的解說送過去，大家各自在家練習、再聚一起練個一兩次就可以上台了，發揮的比我原本的choreography 還好。而且自備衣服和道具，不用我操心。更有那天才臨時舞者張美智、曾暎貴和白珠麗，聽了我的解說不用練習就上台。感謝他們的造勢我們的陣容才不顯得孤單。如我預期的，這支快閃在滿場恰恰舞步中歡樂的結束了。

這是NATWA NIGHT 第一次以“區”為單位的節目。感謝所有參加的姊妹，We made impossible possible。

西南區理事

謝婉香

作為西南區區理事，年中理事會後，除了把總會的訊息與四位遠在內華達州的姐妹溝通以外，並沒有具體的活動。不過十二月時有機會參加聯手組所舉辦的台灣女力行及參訪“為台灣而教”的菁寮國小，覺得十分感動與感謝。

感動於台灣內在與外在的美麗，感謝姐妹們讓我看見與體會到故鄉的美！

去年南加州分會的Team Taiwan 參加Susan Komen Race for Cure 健走時，太平洋時報曾報導我們是唯一有banner 的隊伍，不過美中不足的是綠底白字的TEAM TAIWAN只能從前面才能辨識，走在我們後面的人就認不出banner 上的隊名了。今年，我把banner 送回台灣，希望能製作出前後都可讀的新banner，下次我們參加主流社會的活動時，讓台灣的名字能被更多人看見。也有在使用banner的分會歡迎和我連絡。

西北區理事

吳春紅

西北區2016-2017年度的分會長：林恭美（北加州）、王蔡妃珠（溫哥華）、洪秀華（Oregon/SW Washington），謝謝她們獻身出來為姐妹服務，我也有機會認識這幾位新任會長。每個分會都有主辦各種有趣也有意義的活動。Oregon/SW Washington 雖然是一個新的分會，活動卻很多，目前已經高達24會員。北加州有148會員。西北區的天氣好很多姐妹都搬來，會員不斷增加。在恭美領導下我們參加臺灣文化節，到野外郊遊，也參加Susan Komen Cancer Walk in San Francisco, TEAM TAIWAN BANNER STANDS OUT PROUDLY。會員們也很支持購買NATWA的月曆，這是很好的宣傳每年都送幾份給Local圖書館。

今年會長王淑芬定了主題終身學習Lifetimes Learning，我們都針對這主題努力學習。

各組報告

選舉組

王淑芬

首先我要說，選舉組找現任會長主持，實在不是很好的主意。我可以了解，主要原因是會長擁有婦女會的「大印」，所以由會長來主持，是很合理的解釋，但是，我的經驗是，會長應該花時間做其他會務工作，選舉組工作，其實應該由會長接任工作時，就指派一個組長負責。

今年的選舉組工作要謝謝北加州林美華製作選票，OK分會的白珠麗負責收集選票並開票，而不可忽略的大功臣是亞特蘭大七個姐妹，王輝美、鄭教婉、黃乃佳、謝美齡、蘇瑞碧、楊淑珠、王淑芬，七個人在鄭教婉家，努力工作了不少七個小時，郵寄出1046份選票，包括美國、加拿大、台灣、日本的現任會員，都寄出選票，有三張選票在年會開票前被退回，年會之後，竟然還收到兩張被退回的選票，而且還有一些姐妹沒有收到選票。這個選舉一共花了印刷及郵票錢上千元，選出預先提名的副會長及三個理事，選舉結果請參考大會報告。選舉過程一切順利。很感謝所有幫忙的姐妹，也恭賀當選的新官，但是我個人覺得，在這個電子時代，這樣的選舉方式很值得我們再思考，是不是可以考慮更簡單、節約的方式來做？

月曆業務組

張月英

2015-2016 月曆的 Donation 收入扣除開銷有盈餘 \$9843.08，請看報表。

2017年月曆已經出版，且送到各分會及幫忙推銷的姊妹手中。今年採用魚夫作品 - 他以手繪台灣七大經典火車站，筆畫細膩，深獲好評。

今年月曆流年不利，傳到美國港口要通關時，由於同一貨櫃的貨品報關不實，讓我們連累，被海關拆櫃檢查，延遲了3個星期；加上，印刷廠作業有缺失，裝訂出錯，6月與9月的頁數錯誤，不過只有10本左右的失誤，已經通知各分會長及區理事，如有人拿到裝訂失誤者，請告訴我，我將會寄完整版本。

感謝北加州分會及姊妹們共推銷250本；南加州分會及姊妹們共推銷230本以上，特別是李碧娥姊一人推銷80本；底特律分會推銷145本；多倫多分會推銷120本，如果不是你們大家的幫忙，NATWA月曆無法推廣。非常感激。

史料組

李芬芬

明年2018年將是NATWA成立卅週年紀念，我們計劃出版文字稿特刊，在明年四月和年會手冊合訂出刊。

也為卅年留下值得懷念的史蹟，同時在計畫製作紀錄和回顧的影片。感謝總會經費的資助。

會員組

廖淑真

今年有1056位會員、其中包括130位新會員、90位永久會員、17位重新歸隊。

2015 & 2016 Membership Comparison Chart

Members	Year 2015	Year 2016	Top 3 Chapters
Total	1022	1056	N.CA(140);S.CA(133);Ontario-Toronto(120)
New	124	130	S.Calif(35);N.Calif(15);Oregon/SW WA(14)
Rejoin	23	17	Toronto(6);N.Calif(2);S.Calif(2)
Life Time	89	90	S.Calif(21);New York(14);New Jersey(10)

會員資料更正，請送到會員組
Email:Natwamembership@gmail.com

網頁組

黃玲玲

請大家多多拜訪NATWA網頁，網址natwa.com 這一年來感謝歐春美的即時回答各項疑難雜問，春美是最佳顧問；此外，有明亮的搭檔，一個擔子兩人擔，略感輕鬆。網頁組今年百分百成長，增加田惠娟和蔡宜芳兩位新組員，感謝美琇的人才搜尋。NATWA網頁組人多不嫌，歡迎大家的參與，即使是做做旁聽組員也無妨，加入之後保證會成為您學習科技新知的最佳動機。

下列是網頁組年度裏的工作，提供給大家了解：

Action	Contact Persons
更新主頁年中、年會地點、時間等	總會長、總會秘書
開放網頁年中、年會報名	網頁報名組
publish newsletter	newsletter 主編
更新主頁會長的話	總會長
更新幹部名單、照片	總會長、總會秘書
更新年度主題	總會長、總會秘書
更新新年度主頁理事會及年會訊息	總會長、總會秘書
更新獎學金表格資料	獎學金組
更新新生訓練 ppt	新生訓練主持人
更新各式表格	總會長、總會秘書
publish活動照片	大會攝影或會員
註銷主頁年中、年會網頁報名 link	網頁報名組
publish 聯誼通訊 (exclude financial statements)	聯誼通訊主編
publish 各項訊息	組長、會長等提供
更新網頁版面 (行有餘力則為之，終身學習動力)	網頁組
確認 server fee 按時繳交	網頁組
Domain renew	網頁組

關懷組

林麗華

謝謝會長給我這個服務的機會，讓我能夠在學習中成長，更深的受到感動和鼓勵。多謝姊妹提供資訊，也謝謝雁齡姊在我出國期間代為關照。但是這一年來，我發現自己也有數次錯過把NATWA的關懷送給最需要的姊妹，甚感抱歉！希望第二年可以藉由大家的幫忙，多多改進。

此外，新的一年，關懷組想請各分會會長和區理事提供當地需要關懷的姊妹名單，以便組員能不定期的給予問候，聊天，鼓舞，及分享，把NATWA 姊妹溫馨的友情傳播出去。也請各位姊妹不要捨不得分享自家的大好喜事，諸如金婚、鑽石婚、再婚.....，也讓這個大家庭充滿青春和活力！

關懷組組員：簡雁齡、洪秀華、林麗娟

Team Taiwan

簡安齡

Team Taiwan 從2003 在 Nora Tsay 寶桂的 leadership 領導下，建立了很好的基礎。每年由 Chapter 姊妹們組團參加 Race for the Cure Charity 活動，都有很好的成績，也是每年各區活動的高潮。

今年由我來接棒，希望姊妹們繼續支持，並能擴大到其他 sports or charity 活動，不只限制 Breast Cancer Race for the Cure。讓 Taiwan 的名聲響徹主流社會，也希望姊妹們多給我建議，鼓勵家人共襄盛舉，join the festivities。參加的姊妹可以向 NATWA fund 基金組申請 reimbursement (\$ 5 each)。

多謝去年組團的 chapter: Toronto, Northern California, Southern California, Greater San Diego, Detroit, Louisiana, and NY team。我們也分別在各區活動看到精彩的照片。

聯手組

歐春美

今年的聯手組主要活動是舉辦了一次女力台灣行的活動。經由賴和基金會執行長周馥儀的幫忙，婦女會姊妹一團29個人於12月6號到12月11日六天在台北、台中、彰化、南投，參訪有女性工作者擔任主要角色的文化、藝術、社會營造、社區服務、部落教育等的團體，透過解說及經驗分享讓我們的姊妹對台灣的新女性有更深的認識與女性工作者有更緊密的連結，參與的姊妹對基層女性工作者及青年志工們營建一個健康台灣社會的努力見識到新的層次，也受到了無限的感動。

以下是女力行所參訪的組織與女性文化工作者：
(共十七個團體，二十位)

- * 蔡瑞月舞蹈社・蔡瑞月文化基金會
(蕭渥廷 /蔡瑞月文化基金會董事長)
- * 民藝埕、小藝埕、大藝埕、眾藝埕
(林曉雯 /創辦人)
- * 主婦聯盟環境保護基金會台中分會
(許欣欣主任)
- * 魚麗人文主題書店・魚麗共同廚房
(蘇紋雯、陶桂槐/創辦人)
- * 想想人文空間
(黎映晨 /藝術指導)
- * 賴和基金會、賴和紀念館
(周馥儀 /賴和文教基金會執行長)
- * 自家用料理食堂
(詹玲涓/創辦人)
- * 成功旅社、溪洲純園
(我愛溪洲、莊芳華)
- * 琨蒂絲夢工廠
- * 菩提長青村
(陳芳姿 /村長)
- * 南投親愛國小親親愛樂
(陳珮文 /親愛國小教師、親親愛樂指導教師)
- * 日月潭頭社活盆地休閒農業區促進會
(陳佩君/推動活盆地復育)
- * 毓繡美術館 (葉毓繡董事長、黃翔執行長)
- * 林仁惠 Echo (環境法律人協會秘書長)
- * 蔡培慧立委 (台灣農村陣線前秘書長)
- * 周婉窈教授
(台灣大學歷史系教授、反高中課綱微調行動)
- * 陳翠蓮教授
(台灣大學歷史系教授、反高中課綱微調行動)

文化組

王寶蓮

經過了2016年年會的書展，籌備且執行2016年年中理事會會後旅遊之後，今年的重頭戲就是邀請打狗亂歌團在年會解說及演唱。嚴詠能、陳玟勳夫婦和薛榮漢等三人都參與今年NATWA年會的演出。

嚴詠能和打狗亂歌團在1997年成軍，將近二十年來全台灣走透透，如古代有名走唱詩人荷馬寫詩，吟唱故事歷史。嚴詠能用最通俗的台灣話作歌詞，經由吉他伴奏吟唱出鄉下農民婦女及年輕人的心聲，是一種最踏實台灣文化的表現。因為它的切實感，很能打動台灣人的心，尤其是我們這一羣遠居國外思念台灣民土風情的 NATWA 姊妹們。這次他受邀來美帶來了新歌“Sing for Taiwan”，歌曲裏面有 NATWA (挪大) 挪可愛的字眼，不僅為台灣而唱，也為 NATWA 助興。“Sing for Taiwan”也可說是幸福台灣，心付台灣，心互台灣。他的歌詞裏，通常出現一語雙關的意思，把台灣的水(漂亮)話表現無疑。他不僅寫詩、作曲、唱歌、還作畫(有它獨特的風格)。一場說、唱、繪下來得到視聽雙重美的享受。他比美國 Bob Dylan 作曲歌唱家(2016年諾貝爾文學獎得主)還多了繪畫的天份，繼續努力將是前途無量。在此同時也為打狗亂歌團為台灣人唱出他們的心聲，為宣揚台灣不同鄉鎮的文化，踏入基層，深入農村，求其精髓而努力來加油，期待不久的將來會是滿載而歸。

本想文化組已有個交代，淑芬會長卻來了個指示，要我負責“NATWA Night”的策劃工作。我是秉著“終身學習”的意念而接下這個工作，要真正學到東西就要有勇氣“out of comfort zone”。有幸 NATWA 姊妹的同心協力，使得這個節目演變成有聲，有色，有笑，有淚，不能忘懷的回憶。還記得我在彰女高中當康樂股長時，永不會忘記的一戰，就是贏得了拔河比賽冠軍，這是團隊精神最好的表現、大大小小同時同心齊力的結果。在這次 NATWA Night 的制作過程中，我也深深體驗到同樣的滋味。不過我們多了一樣新科技，用 Group Line 互相聯絡照會，使得做事效率，事半功倍，得心應手。

此次節目大都由各分會自動提供，在2/28/17截止日期之後，由於報名名額不夠圓滿，才多加三個節目。撕裂快感原本就是要作 Young @ Heart 的開場噱頭，只要快撕裂的氣球浮出就是(只能意會，不能言傳)，可是竟別出一番情趣，一笑。我們要感謝淑芬會長用有創意的“Young @ Heart” theme 做為 NATWA Night 的主題。我們還要感謝節目主持人：台灣的 Carol

Burnett 梅熙姊及年輕有為的俐力醫師，在整個節目中口若懸河，妙語連珠，使得整場晚會在超級歡樂中渡過。還有幕後工作者：陳彩雲、廖淑真的音樂、影像、及節目表製作。素秋的舞台佈景設計安排、淑芬會長時時刻刻在line 旁指點迷津，更讓我們這個節目有全程錄影，碧良的舞台總監等等。

以下簡單介紹節目的過程：

Atlanta：閃唱農村組曲開啓了戲幕，蕭美媛指揮合唱「點心擔」有乃哥蕭泰然之風，可圈可點。

New York：咯咯雞，前段歌唱是陳芳玉十二年前雞年所編的曲子。所穿T-shirt 是嚴詠能所繪及製作，因為他生肖屬雞所以以雞啼代表他唱歌，背後印有Sing for Taiwan 是應我們的要求而特製的。

Toronto：青春嶺的舞蹈輕快優雅，彷彿回到少女初戀時的情懷。

阿香：台灣e雅言巧語，讓我們的小腦多了一層的台語震盪，認識了不少台灣諺語。

Detroit：歡喜來恰恰舞蹈，性感活潑又美麗。

心跳時刻：心跳姊妹，香梅、雨辛、寶桂和良媛四位又歌又舞帶唱“Dancing Queen”讓我們 High 到最極點。

中西部快閃：由施慶惠領導又製造另一高潮。

感謝月姿 (Alice Young) 所寫的英文詩 (見右) 與

北加州: 黃金女郎 (Golden Girls) 舞蹈完美接軌，完成了Young @ Heart 佳作。她們的用心良苦還租了五輛輪椅應景，個個老太婆跳起舞來卻如生龍活虎。

南加州: 穩健有韻律的讚美操，讓我們回到事實的正面。

最後大會串以唱 Sing for Taiwan (心互台灣) 及伊是咱的寶貝結束完成了NATWA Night 的演出。

香梅打扮成陳菊市長出場，右牽淑芬前會長，左牽美琇新會長也完成了象徵性的接棒儀式。

我要感謝NATWA 姊妹們，在過去一年裏，能夠有機會讓我在學習中長大，淑芬前會長的終身學習理念，真是受益不盡。

文化組

Alice Yang Golden Girls – Young at Heart

Ruth has attended Ikebana class for 40 years and last Thursday we just celebrated her 90th birthday at our class.

Dorothy has a poetry reading every week at the library, a dance class with us every Friday morning, and a part time teaching job at UC Berkeley at the age of 86.

Olga is still in our “Walking, Talking, Be Healthy” weekly hiking group at the age of 84.

Frances has just retired at age 92 after worked at the front desk of our senior center. This is 22 years after her first retirement.

Days come and go, yet Ruth, Dorothy, Olga and Frances these golden girls all remain young at heart.

If you keep moving, keep learning and keep feeling young at heart you will certainly enjoy the natural gift and natural beauty of every day that passes by.

You smell the rain, you feel the wind, you enjoy the sunshine.

You enjoy the birds that chirp, the flowers that blossom, the branches that dance.

If you are young at heart you have the capacity to hold on to your dreams, your passion and your compassion and nothing will stand in your way.

If you are young at heart you will always be open to learning to love and to be loved, with a heart always full of Joy.

To be young at heart, is certainly, the most beautiful treasure, for you, for me, and for all of us to keep and to embrace.

YOUNG AT HEART

Special Project Report

Caring For Domestic Violence

莊惠綺

Ten chapters reported activities, the most successful year we've had since the project was founded in 2012. \$2,056.15 in funds used. \$3,000 approved for 2017-18 year. The goal for the coming year is 100% participation.

DONATIONS

BOSTON: \$200 donation to Task Force Against Domestic Violence.

DETROIT: \$200 donation to Haven Community Center.

HAWAII: \$250 donation to Hawaii Coalition Against Domestic Violence.

OHIO-KENTUCKY: \$200 donation to the Nest Center for Women, Children & Families.

ST. LOUIS: \$250 donation to Women's Safe House.

ACTIVITIES

KANSAS: Donated \$250 to Safelink and invited a representative to give a speech.

Worked with Tzu-Chi to donate 250 blankets to the same shelter.

NEW JERSEY: Partnered with Rutgers University to show a Taiwanese documentary regarding DV, followed by a discussion led by a social worker.

NEW YORK: \$250 donation to Garden of Hope, following by a talk from the Director.

LOUISIANA: Bought holiday gifts for clients at the Metropolitan Center for Women and Children.

SOUTHERN CALIFORNIA: DV Awareness Panel featuring five speakers: a prosecutor, police detective, immigration attorney, DV advocate, and survivor.

CHANGES FOR THE UPCOMING YEAR

Each chapter can receive reimbursement for up to \$200 for a donation to a shelter or up to \$250 for sponsorship of activities related to domestic violence.

Care for Soldiers

高文莉

The Care for Soldiers project starts at 2006. The main target Kansas Chapter care are deployed soldiers in Middle-East and Wounded soldier and their family. Jin in San Diego takes on one soldier serve in the U.S. Navy who stations in Mediterranean. We provide holiday programs and year around support.

The Kansas chapter adopted 8 soldiers and their family and sent out 9 holiday packages for fiscal 2016. One personal shopper was assigned for each soldier and their family. There were 12 sisters participated on gift-wrapping on December 12 2016. They also greeted soldiers with greeting cards. Our soldiers show their deep appreciation for our support.

Following please find the picture of soldiers' angels from NATWA Kansas Chapter.

The Care for Soldiers team are very grateful to NATWA sisters for generous support. Your kindness and generosity makes this project possible. NATWA is the divine gift from God to our team. Stay well and be blessed.



NATWA sisters wrap gifts for Care for Soldiers on 12/20/2016.

NATWA Friends of TFT (Teach For Taiwan) 為台灣而教之友

林美華

這是去年10月在NATWA年中理事會通過，新成立的Project。緣起於TFT創辦人劉安婷在2016年 NATWA年會動人心弦的精彩演講。其宗旨是募款贊助一位 Teach For Taiwan 的偏鄉愛心老師，支持TFT這一群想改變台灣，有毅力，有使命感的熱情年輕人，讓台灣偏遠鄉區的孩子得到優質的教育。

團隊作業

- 登錄捐款，簿記，聯絡NATWA 財務開立捐款報稅收據 - 林春惠
- 監管捐款總金額及匯款TFT - 基金組長陳香梅
- 開設並維修此Project的專屬網頁* - 陳彩雲 (網頁組長黃玲玲協助)
- 募款，分享資訊，TFT互動溝通，年度報告 - 李芬芬、林美華
- 協助TFT 的互動與募款 - 顧問們:葉錦如、程韻如、李碧娥、歐春美、張月英

台灣 TFT 參訪

- 12/12/16 - 程韻如、李碧娥、歐春美、張月英和謝婉香在 TFT 的安排下，探訪臺南後壁區菁寮國小戴淑娟校長及TFT 老師何雪菁
- 02/08/17 - 程韻如與柯翠園參加 TFT 的感恩茶會
- 02/18/17 - 林美華與 TFT 對外關係組長鍾艾凌茶敘

成果

- 今年贊助 TFT 總金額除了匯款美金1萬元，還有在台姐妹直接對 TFT 的台幣捐款13萬8千(為配合 TFT 每年5月底結束的教師招募，甄選與 NATWA 4月底結束的會計年度，我們於3月匯款 TFT)
- NATWA 的 logo 列在TFT 官方網站為“TFT VIP 贊助夥伴”
- 除了有形的對 TFT 金錢上的資助，無形的，我們讓 TFT 認識 NATWA (台美女性) 的權能

還有NATWA遍佈北美各地一千多個姐妹，對於台灣這羣對教育充滿熱忱的年輕人的支持、鼓勵與陪伴，正在讓TFT 走得更遠、更穩!

*Project 的詳細訊息，請參閱這project 的專屬網頁：<http://jacychen2016.wixsite.com/friendsoftft>
您也可從 NATWA的網站 “NATWA.COM” --> “Special Project” --> “Friends of Teach For Taiwan” 進入這 NATWA “Friends of Teach For Taiwan” 的專屬網頁。以後我們的團隊也會持續將有關信息刊登在此。



NATWA Friends of TFT (Teach For Taiwan) 為台灣而教之友

劉安婷 年會中的短片報告

謝謝您們!
在這一路上跟我們同行，陪伴我們可以為台灣的土地種下更多的希望!
未來在為台灣努力的這條路上希望可以繼續跟大家一起走下去!



哈囉，各位NATWA的姊姊們還有朋友們大家好，我是Teach For Taiwan為台灣而教的創辦人安婷。Teach For Taiwan大家可能也知道是一個成立四年的年輕的，在台灣的非營利組織，每一年我們都招募非常有使命感、有能力的年輕人們，去到缺老師的台灣的偏鄉，去陪伴、去帶領孩子們。其實台灣雖然是一個很小的地方，總體的經濟發展這幾年也進步非常多，可是每每來到偏鄉的時候，我們都會感慨，很多人願意付出…硬體、電腦，捐早餐、午餐，甚至是課本、書包、泳衣都有人願意捐贈，可是其實真正最難捐的，也是孩子最需要的，是一個能夠長期陪伴他們、帶領他們、引導他們去學習的老師。所以我們每一年做這樣的工作是希望有更好的一個教育投資，讓每一個台灣的孩子，不會在這樣貧富差距惡化的M型化的社會裡面被忘記、被落在後面，讓整體台灣可以因為這樣的一個付出，可以更好。

去年5月的時候，我在NATWA加州的年會跟大家分享，好快～沒想到竟然已經一年了，原本以為那個時候，只是一次短短的分享，可是這一年來，我有好多好多的感動，有好多NATWA的姊妹們、朋友們，不管是回到台灣的時候，願意跟著我們下鄉、去到偏鄉的學校，探望我們的老師，了解我們服務的社區，或者是參與我們各樣的餐會、活動，或打電話來關心我們，我們一直都覺得有你們的陪伴、有你們的支持，我們才能夠有更多的動力跟資源，有這樣的幸運為台灣做更多的事情。

今年，我們正在招募更多的老師，預計招35-40位，累積四年來，會超過將近100位的老師，每一位老師至少都要承諾兩年的時間。

謝謝您們在這一路上跟我們同行、陪伴我們可以為台灣的土地種下更多的希望。也祝福大家今年的年會非常的順利、非常的圓滿，未來在為台灣努力的這條路上，希望可以繼續跟大家一起走下去，謝謝您們！一起加油！Bye~

大會節目 – 主題演講

公共藝術

葉郁如 | 大家作陣來創作!

公共藝術是一個很大的領域，年會的演講重點是以台美人的角度做切入點來看這個議題。以下是演說的重點報告。

1. 緣由：我不是牛頓那樣的科學家 (apple and the theory of gravity)，但是透過早年在台灣的一段“蘋果經驗”，和李石樵教授的啟發，導致後來走入了公共藝術的實驗室。
2. 台灣和美國的個案：例舉台灣在高雄氣爆後的公共藝術和Patrick Dougherty 在Smithsonian的作品等幾個台灣和美國的個案，展現出台灣當代藝術和世界同步的文化力。
3. 多元城市的個案：休士頓是美國最多元的城市，5分之一以上的人口是外國出生的。我和一群國際的藝術家們從2009開始和市府合作，用藝術的力量推廣每年十一月公民週的理念。每年有不同的主題和題材，例如去年和法國和UN團體合作，將台美人兒童的作品送到非洲難民營兒童藝術工作坊，在極端簡陋的條件下，給予所有參與的兒童一個“世界公民”的體驗。當市府的電視在頒獎前訪問我的時候，我告訴他們：做一個台美人的經驗讓我體會到社會上許多人，都因為無情的世界局勢而喪失他們的歸屬感。公民週不是政治，是一個提供人類「歸屬感」的平台。
4. 語言的回響：歷史的因素造成台美人家庭在語言方面的特性，10年前在市府的獎助之下，我創立了這個project，多年來透過上百人的參與，和各質材的實驗，呈現人類共同語言的相貌。作品成為市長的收藏和Asia Society舞台的設計。

5. 越戰紀念區的“門”：這個互動式的公共藝術(門的造型)已經變成了一個言論自由的平台。在一個訪問參與者的短片中，可以看到從諾貝爾獎得主到難民移民等，芸芸眾生的心聲。



Houston Vietnam War Memorial



6. 會說話的燈：為了凝聚台美人的社區「歸屬感」，我向市政府申請了獎助製作了這個公共藝術平台。預期在年底前，可以讓參與製作的全美同鄉們都可以自己去點亮這個燈，看到自己的心語手筆亮起來。燈上也會加入多年來受訪來此演講者的留言。從這些公眾人物的手筆留言之間，可以看到歷史的痕跡和留言者的行事風格。(例如Freddy的神采和小英的務實)感謝NATWA姊妹的參與，提供可貴的手筆心語。

7. 歡迎所有NATWA姊妹家庭都來參與的project！大自然的造型啟發人類的想像力，老一輩的台灣人看到台灣的造型聯想到「蕃薯落土根不爛」，移民美國半個世紀的台美人子孫，從365度去看台灣，又是像什麼呢？兒童的作品和素人畫家的作品一樣，充滿了新鮮感，在休士頓活動中心的art workshop裡，我也邀請了University of Houston creative writing的美國詩人，來和參與art project的人互動，這個project產生了spontaneous的詩和畫的創作，也跨越了視覺藝術和文學的領域，大家的創作彙集成電子檔之後，表現的方式除了月曆和書籍等出版品也會有進一步的計劃。這個project可以提供暑期時間祖孫對話的創作題材，可以是台灣人學校的活動，有興趣參與的姊妹請和我email聯絡，我可以提供畫材和詳細的執行內容。期待有一年，可以用NATWA家庭們，老老小小眾人的作品製作月曆。(想像蕭泰然教授的歌，每一個人唱起來都不一樣，但是如果NATWA姐妹家庭百人合唱，一定有另外一種風味。)公共藝術--大家作伙來! 眾人的創作彙集成電子檔之後，更能在公共平台上永續經營。

8. 台美人婦女的柔韌：因為Rutgers University出版的The Resilience Self一書，用了我的作品，我才發現Taiwan Study已經跨出political Science的範疇，走入Social science、Women Study的學術領域。

9. 後續：起頭的人，不一定是完成的人。多年前NATWA姊妹製作的英文布袋戲錄音，在今年被休士頓台美人搬上Asia Society的現代舞台。在這個耗資千萬美元建造的建築裡，我們把數十年前台灣布袋戲師父製造的舞台用現代的舞台燈光技巧，把手掌大的木偶投射放大到幾百人都可以看到。將來，年輕的姊妹們，一定會有比我們更進一步地創作表現。感謝NATWA的前輩們---期待文化工作的永續經營。

Lifelong Learning

Jenny Witterick

When Sue Fin asked me to speak about lifelong learning, I thought it was a terrific topic because it is how I try to live my life.

For thirty years, I was in the investment industry and although I enjoyed it, I had arrived at a point where the experiences for the most part were all the same. It was time to try something else!

My family came to Canada in 1968. I was seven years old and could not speak a word of English. Nevertheless, I loved stories and always thought that it would be wonderful to be a writer. Why not now?

And so, I decided to write a story about a true event which happened during the Second World War. It was a story of kindness and courage and one which I believed would be inspirational.

I never knew that this book, my first, would be so well received. Penguin Randomhouse, one of the largest publishers in the world, purchased the world rights and has now published My Mother's Secret in nine languages. I think it is wonderful that Crown Publishing has published the book in Taiwan as well, because of course, it is where I was born.

If there is something that I have learned from this journey of fifty six years, it is this...Do What You Love, and Love What You Do.

When I was younger I believed that if I were successful, then I would be happy. Now I believe that if I am happy, then I am successful. This change in my mindset has made all the difference.

I hope you find what it is that makes you happy and that when you do, you embrace it with all your heart.

Wishing you all the best,
Jenny



漫談莎士比亞三齣戲劇的經典： King Lear, Hamlet and The Tempest

陳廷楷

Presentation Summary:

A. Introduction

William Shakespeare (1564 – 1616) occupies the central place in English literature and in world drama. He wrote 38 plays in four genres:

Comedies, tragedies, history and romances. He was able to deal with multiple plots and interrelated themes, money and love, marriage and friendship, festivity and cultural prejudice interact and resonate with one another. Every play is profound in its simple understanding of how people really operate, what their motives are. Shakespeare is a genius who wrote with a deeper understanding of human nature.

We love deception. We love power. We love to manipulate, and we are ourselves manipulated. That is the tragedy in Shakespeare: We, as human, are committing the same mistakes and refusing to learn. In Shakespeare, the human element is paramount. This is the main theme of this presentation.

B. King Lear (李爾王)

The play King Lear has proved to be the most painful of Shakespeare's tragedies for our time. It is painful in terms of physical atrocities: Blinding, madness, exposure of an old man to storms, murders. It is emotionally painful in terms of verbal and emotional exchanges: Bargaining for love, cursing and rebuking helpless people, feeling of shame.

This tragedy offers a double plot in the parallel stories of Lear and his daughters and Gloucester and his sons: Two imperceptive fathers fall victim to the machinations of their children.

King Lear explores the consequences of the rash choices that Lear makes at the work's beginning. It begins the love test Lear devises to divide his kingdom between his daughters.



We will discuss Gloucester's journey to Dover in the company of his disowned son, Edgar, and the encounter between blind Gloucester and mad Lear on Dover beach. In the final stages of King Lear. We will examine the heartbreaking reunion between Lear and his banished daughter Cordelia—and the almost immediate shattering of Lear's newfound peace and his subsequent regression into madness. Cordelia's death precipitates a host of unanswered questions about the kind of cosmic justice that might be in operation in Lear's tragic universe. It concludes by asking what kinds of consolation an audience may find in the apocalyptic ending of King Lear.

C. Hamlet (哈姆雷特)

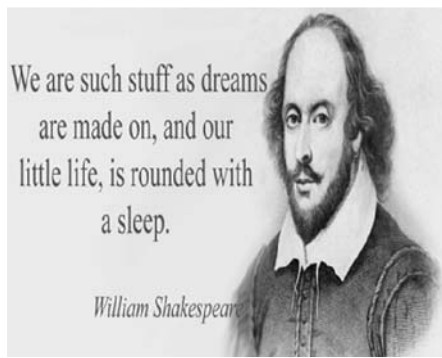
One of the situation we confront periodically in life concerns the question of revenge. Should we seek revenge? Should we devote time and energy to pondering revenge? Hamlet is the story of a youth who sets out on the path of vengeance, driven by the desire to avenge the death of his father.

Hamlet written in 1600 was Shakespeare's best-known tragedy play. It is a play of huge complexity. We will focus on Shakespeare's ability to weave together multiple plots. We will look at the play that Hamlet stages to "catch the conscience of the king" as a touchstone both for what is characteristic of Shakespearean tragedy and unique in Hamlet.

Hamlet takes place in Denmark. Claudius the new king has assumed the throne after the death of his brother and has married his sister-in-law, Gertrude.

The ghost appears to Hamlet to be his father, and tells Hamlet that Claudius has murdered him. The ghost tells Hamlet to kill Claudius but to spare Gertrude. As Hamlet begins to plot revenge, he adopts a pose of madness. Pondering his future, Hamlet asks in one of the most magnificent sets of lines in all of literature the central question of the whole play: "To be or not to be—that is the question".

Perhaps the most important lesson is this: Move on. Vengeance will change nothing.



D. The Tempest (暴風雨)

This is the final play written in 1611. The play begins with a terrible storm that apparently wrecks a ship carrying royal passengers. Then, the magician Prospero reveals to Miranda, his daughter, that the storm is his doing, the result of his magic. She is very upset over the suffering of the mariners.

Prospero proceeds to tell Miranda the full story of how they came to be isolated on this island—how his brother usurped his throne and set the two of them adrift on a boat until they landed here and where he raised her and educated her over the intervening 12 years.

At the start of the play, Prospero is still committed to his plot of revenge. Prospero realizes that, if he but chose to, he could crush all of his enemies at once and achieve his long-desired revenge. However, his heart has changed, and he seeks now only forgiveness, reconciliation, and harmony. Having used all of his skills as a stage director to bring his enemies to the place of judgement, he now will use those same skills to bring them to the place of reconciliation and forgiveness.

Shakespeare has written into the play the tension between the master and the slave, the conqueror and the conquered, the civilized and the savage. These were the great questions facing European philosophers such as Michel de Montaigne during this time, as the sense of the globe expanded.

Shakespeare makes a profound comment here on the human condition, suggesting that our "natural instinct is toward violence and revenge, but our higher faculty—our spiritual element—raises us to the nobler action of mercy and forgiveness.

Prospero's transformation from revenge to forgiveness almost seem like a description of Shakespeare's own trajectory—from the early, formulaic revenge tragedies to the awesome tragedies of vengeance, such as Hamlet and King Lear, and then concluding in these vision of

reconciliation and harmony at the end of his writings.

余洵洵



我從小生活於鄉下，祖父及母親管教很嚴，但也給我很多的自由，所以我也很頑皮，像養雞鴨鵝豬等，有時還偷吃豬菜（蕃薯），還得到菜園澆水、除草、採菜、打稻、曬稻等等，有時還上山採茶。等到念中學時一定要念女校，專校畢業也不能去上班。

沒多久就結婚來美國，本以為可以去念書，沒想到二伯及先生都反對，要我先適應美國的環境及社會再說。接著生了二女二男，母親來為我帶小孩，不久公公也來了，加上有時甥子們來念書也住我家，一家九口把我忙得團團轉。當時我們家也是台灣留學生的活動中心，週末在我家打乒乓及玩牌等。

大女兒上小學的頭一星期，我就接到了威脅的電話，之後每天上下課都要接送。後來女兒的girl scout找不到leader，我去接受訓練，也當了好幾年的girl scout leader。到有一天，因為先生的同事車禍喪身，太太自己無法生活，她的父母只好帶她回去同住，才把這隻井底之蛙捉出來看天下。

人不怕一萬只怕萬一，上有父母又有四個小孩，我想了很久，那時的computer programming很熱門，我與學校的教授商量後去聽課，學了兩種程式語言，之後又去練習了很多，還幫他做了不少的工作。他要我去修一些數學跟工學院的課，我還上了英文101，並去打tennis，這才真正的走入美國人的社會圈子。後來，做一些社區的活動及Meals on Wheels，直到我搬家。

到San Diego後，常常到台灣中心，認識了很多人，又加入NATWA，使我的生活過得更精彩。NATWA有了分會後，我不久就當副會長，頭一件事是要找些公益的事。當時Sally姐已經做了兩三年車毯子的工作，

我們就與JOYFULL Foundation 連絡，2010年五月就開始動工，自己帶sewing machine 來台灣中心，大概男女有三四十人。因為做得不如意，三四個月後只剩下半數，到今天大約做了五年多，她們的基金會不用我們幫忙才停止。我們每月做三十件，有一段時間，因為我送二十件到我們當地的Children's Hospital，就每月做五十件，這期間總共做了大約二千件。

我們San Diego台灣中心的基金會認為這是很好的community service，就拿了一些錢給我們作為做毯子的基金。我於是知道做事起頭難，要找材料，到布店買布很貴，上網買又不知道布料的好壞，終於到LA大批發店買，可以講價，一件只有五分之一的價錢，雖然遠一些，還需要用大車子去載回來，但是很值得的。接下來的難題可不少，如何剪裁、還有車什麼樣的Logo、我們的毯子中間有個心、然後在心的中間有一個綠色的台灣，這也是我們的台灣心。

我們的工作人員每次都有十五人左右，八十歲以上的有五人，她們都很認真，也是我們學習的榜樣。終於今年又開始送毯子到Ronald McDonald House，是一個給生病需要長久治療、但不需要住院的小孩，而且父母也可以陪伴他住的地方，並供應三餐。

我們的分會也做了很多的community services，Store Front是給一些runaway teenagers住的地方，還有包包裹給前線軍人，金碧姐有一次在Xmas時包了三十多包。我們也做了關懷家暴的工作，在Xmas時領養了一個家庭，幫她買過節時需要的東西。我們近兩年都到Ronald McDonald House去serve lunch，以後每年都會去做一兩次的。最近我們熱心的同鄉們也成立了一個台灣同鄉互助會，大家互相關懷，為需要幫手的鄉親們服務。

同心圓 終生學習 充實人生

林瑟玲 志工的心得分享

就像大多數的姊妹們一樣，都有在台灣人的社團做過志工，但要我談談作志工的心得，只好翻箱倒櫃的絞盡腦汁去回想，倒是覺得好像是在整理人生走過的過程。

在1994年左右，因為同鄉月雲姊的邀約，開始參加慈濟“煮熱食給街友”的活動。到目前只有參與NATWA Toronto Chapter在台灣人聯合教會的“Drop-In”煮熱食給街友的事工。



在服務的當中學習到如何尊重他人，需要放下身段，將街友視為貴賓，讓他們有尊嚴，就好像進入高級餐廳，能夠得到最好的服務及美味的餐點。從剩菜中，統計那些食物較不受歡迎，下次改菜單，才不會浪費食物。有些街友，談吐動作優雅，穿著很乾淨，也許是一時的不順事，人生總有起伏，在服務的時候，告訴自己，不應以外表來評價他人的價值。

我做志工的這間老人院，依住戶健康程度而安排住進不同的樓層。失智症程度較重的人會帶有手環，一旦進入電梯，電梯會發出警訊而且電梯不會動。但也有出差錯的情形；因為有二次，有人在樓梯上用毛巾縱火，院方想在內部加裝錄影器，所以我去值班顧門口，有位住戶和我說話之後走出去，我越想越不對勁，找了院方的人，急忙將他帶回來，真是驚險。

印象最深的就是有位95歲的女士，她都戴著太陽眼鏡，她說：我的眼睛看不見，所以戴上太陽眼鏡，別人就不知道我無法看東西。但另外一位男士，也是看不見，但是他會很高興的將他的手放在你的手腕上，非常紳士的慢慢走。

在做提供茶點和冰淇淋的志工時，看到很多的糖尿病患者，雖然不適宜吃這些甜點，但是院方說：既然無法改變他們的情況，就讓他們享受吧！

在老人院服務，喜歡他們天真的笑容，聆聽他們的談話，雖然有時候他們的要求我們也做不到，像說，希望您打電話給她爸爸，請他來接她回家。在那裡到處充滿了你想不到的各種人才，有失智的人，但卻彈得一手好鋼琴。也如這一張相片，雖然失智，也能擦出一片火花，相互愛慕。只是，感覺到一旦進入老人院，若沒有親人的探訪，失去了和別人的互動及學習的意願，人很快就會退化。很多人因為無事做，無目標，每晚4點就開始排隊等6點的晚餐。

2007年，參加會議，知道有一個輪椅袋的方案，看到式樣，就自告奮勇地幫院方做了192個袋子(院方出材料)，做好事不能獨享，所以有找了幾位好友及我的母親幫忙，之後又再做了約150個送給他們(材料我自己出)。登上了院方的新聞，感覺好棒！

還有，在2005年幾位好友組成“Team Taiwan”，第一次是在Ontario Place擺攤位，之後多次在Harbour Front



的“Taiwan Feast”擺攤位，主要的目的是宣揚台灣的好食物，打響“台灣”的名字。剩餘的錢則用到對台灣有幫助的事項上，譬如捐款給台灣的救災。其中成效最好的就是印摺紙，上面印有“Taiwan Touch Your Heart”。有張相片是2015年陳星旭博士在台灣日展示了2345隻紙鶴的吊飾，多倫多的報紙還有報導，是非常成功的國民外交。

感想：

- * 選擇能勝任的事工，用歡喜心來做。
- * 財富帶不走，所以要好好的享受，想做什麼就做什麼。
- * 健康的身體才是最重要的，當您無法自由行動時，要求太多，而別人無法做到時，生氣也沒有用，只好要求自己改變，差不多就好了。
- * 要有談得來的朋友，和家人要有互動，相互扶持。
- * 趁身體健康時就要開始處置不用的東西。老人院的房間都很小，我們真正需要的物品並不多。
- * 及早培養興趣，不斷的學習才不會讓我們變老。

同心圓 終生學習 充實人生

張理瑜

-- 小時候我就像個 tomboy 成天在外玩到滿頭大汗，也不知什麼時候在學習，但現在想起來，才領悟到小時在 Sunday School 主日學老師教唱歌及說耶穌的故事與教導，以及無形中得到的靈性帶領，實在使我一生受益不盡，因為遇到事情自然而然就會想到...耶穌怎麼做? “WWJD” - What Would Jesus Do? - 感到做人處事很自在輕鬆。所以年紀雖小也學習很多。

-- 觀察也很重要。初中時有台南長榮女中及台南神學院的外國傳教師劉姑娘常來拜訪我阿姨及我們住的地方，那是1960年，我看到她拿的小雨傘，顏色、樣式很漂亮，我由衷地稱讚她的雨傘，她誇說這個小女孩將來可以去外交官。我很高興！想想這就是培養自信心的開始吧?!

還有中學時，通學生週末回到家，常常觀察Obasang及媽媽做菜請客，我想這是我留學後做母親時，常常宴客感到不是負擔的原因吧。

-- 練習，Practice。中學時不太認真學彈鋼琴，不知道珍惜機會，導致現在不能隨心所欲的彈來enjoy，老來才知道是個很大的損失，但喜歡打乒乓球、游泳、籃球、跳土風....這些根基使自己一生受用不盡，(那時年年都做康樂股長)，那個不算學習吧，是自己的喜好。培養多方面的興趣是退休後充實人生的條件之一。

--在 Adult 生活中，學得最多的就是我今天想談的“創業”，我們的事業是所有半寶石，Semi-Precious Stones 的推廣，我們的公司設廠在 Vancouver，專門做Jewelry 的設計及半寶石藝術雕刻的提升與推銷，是個全國性的批發，市場在加拿大由維多利亞到P.E.I. 打下基礎，加拿大的大百貨公司，珠寶店和禮品店都有我們的產品，電視購物The Shopping Channel 及英國的 QVC London 都是很好規模大的顧客。

我想，Business要成功，除了luck外，很重要有3個條件不可或缺。(都跟終身學習有關)

第一是天時，當時剛好我先生有一個奇遇，經過一段演變，很奇怪的，我被推進去這生意，而1980年代，世界經濟又強，市場較易打開。

第二是地利，加拿大的礦產原石的半寶石產品，因新奇、美麗、品質又好利，是成功因素。

第三是人和，顧客知道你的誠信負責，他們就喜歡你及你的產品。還有非常重要的一點是員工們的well-being。對他們大方，做事大而化之，看他們需要什麼，如買房子...之類，你如果能夠幫忙最好，他們是公司最大的資產。他們 happy，公司就健康。員工是最好的投資。

在我們大家族裏。沒有一個人做生意的。都是醫生、牧師、律師...等等自由業，好像感到生意人就比較低下。但有一次媽媽告訴我說，時代不同了，像王永慶，做了一種產品就可以賣千萬個，而她自己當醫生，只能一個個病人去診斷，當時我就有感受，所以就不再害羞，鼓起勇氣白手成家了。

在過程中，找石頭的知識及來源，要探查學習什麼半寶石是我喜歡的，是自己想要帶給我們的顧客的。什麼樣的設計能夠得到大眾的喜愛，所以要讀很多設計的書本及圖片，然後去研發配合時尚及加拿大在地的需要... 你跟大Buyers的關係好，產品賣得好，他們就會教你，告訴你什麼是現時需要的，最popular的，也要走遍世界取經，到不同大都市的 Jewellery Shows 去學習看展覽。很幸運地，生意一開始就很好做，因為名店或連鎖店他們的擺飾，都會為你做廣告，尤其電視生意大，影響長遠，那時最大的問題是成品生產不夠我賣。

為了追蹤半寶石的來源以及採購半成品，旅行很多國家，除了Business 以外，都會再留下幾天旅遊，又學又讀又看各國各民族的歷史文化的背景，充實我們人生的見聞並享受兩人行，旅遊的樂趣。

我先生本是中央政府的Economist，薪水好，沒憂沒慮，但我們開始Business一年半後，當時他管理財務才發覺他的薪水與公司收入不成比例，所以就辭職，開始兩人24小時 365天的相處。當我忙于 Marketing 的時間，他有時出去辦事，逛逛，回來就說“我又買了 A piece of cake for you today” 我們很幸運因為房地產投資都是在溫哥華西區，不在內陸。但因為要保持房產業務及商業用樓，就要開始學習這方面的知識了。如有認真學習怎麼處理，就有Rewards。的確！

我們的生意雖然非常忙碌但做得很喜樂人和，內心沒掛慮，整整24年後我們把整個公司賣出去，員工們也沒失去工作，一切圓滿不遺憾。

我認為人生是有階段的。Looking forward 退休，含飴弄孫及倆老相伴的這一段的生命！

就如孫悟空所說的“行動自有一分財氣”，只要你能走出去，走走看看，比如參加北美婦女會NATWA，聽了很多好的演講就有學習有收穫，這不就是“終身學習，充實的人生”嗎?!

同心圓

終生學習 充實人生

楊美麗

大家好。謝謝碧玲給我機會。我要分享我退休以後，陪伴老人家和照顧小孫子們從中學習到的心得。

陪伴92歲老爸：

自從媽媽七年前過世後，爸爸和印尼看護在家，我們五個兄弟姊妹排班輪流陪伴他。他腦筋還清楚時每天拿著銀行存摺去刷卡，開始不清楚時會偷偷把水果店橘子塞進口袋。現在連我都不認得了。追問他我是誰，會不耐煩的回答，“你是人啦”（嗯，答對啊！）或是“你是我的老闆啦”（不是在巴結我吧！）。

他不想自己吃時（有點吃力），總是乖乖地把口張開讓我餵，看著他，我心頭酸酸的，眼淚都要掉下來了。

我學習到和老人家相處時要有包容心 - 包容老人家動作遲緩，脾氣暴躁，固執不講理甚至口出惡言。

- * 當你被氣得要爆炸時，不妨閉上眼睛，深深吸幾口氣，口中念著“我不能生氣，我不能生氣”。
- * 唱歌給他聽，或一起合唱。
- * 一起玩小孩的遊戲，比如拍拍手，剪刀石頭布。
- * 摸摸他的手、他的頭，替他按摩按摩。你真的會感受到他很高興有你的陪伴。

照顧小孫子們：

我有五個孫子，三個（4、7、9）在Arlington, VA，二個（4、7）在韓國首爾。退休後，暑假最少一個月，在韓國的孫子2歲就送來阿公、阿嬤處（在臺灣或美國），說是學習中文和熟悉當地文化。在Arlington的孫子們則是他們爸媽出差或旅遊時，三不五時被“應召”去照顧。

要有不老心 - 和小朋友們一起就忘了你的尊嚴和年齡。儘量和他們混在一起。比如：

- * 讓他們把你打扮成三八阿花。
- * 玩barber shop 遊戲。假洗頭沒問題，真洗頭，就只好穿游泳衣在浴缸裡讓他們洗。：)
- * 說阿嬤從小到大親身經歷的故事。你會很驚訝阿嬤的故事居然比一些兒童故事書還吸引人。
- * 帶他們出去時，希望他們走快一點，不要催促，就說你走不動了，等等我啊！他們一聽就跑起來了。
- * 帶他們到處旅行。又是假的啦！和他們討論行程。旅遊中你不再是阿嬤，而是他們的計程車司機，飛機駕駛員，空中服務員，導遊的解說員，也是旅館的老闆娘，小店的銷售員。這種虛擬的遊戲，小朋友非常喜歡。
- * 星星制度 - 劃一個表，列明做那些事有一個星星，到周末帶他們去逛街買東西、吃飯等，就用他們的星星。不按照規矩時，就扣星星，不用生氣，不用大聲吼叫，效果不錯。

終身學習

要有平常心 - 盡可能看開一切。沒有什麼好計較的，說錯了，寫錯了，做錯了，也沒有什麼好耿耿於懷、跟自己過不去。

要有好奇心 - 有沒有想做什麼事時，因為沒有人作伴就作罷了？

- * 試試看一個人去看電影。
- * 一個人去餐廳吃大餐而不是在家怨嘆沒有人陪你過生日（記得帶錢包）。
- * 一個人去你不熟悉的城市搭地鐵，坐公車。只要事前做足了準備（google google），一切慢慢來，不會有問題的。
- * 有人找妳去旅遊，體力、時間、財力許可，就出門吧！不要三心二意，顧慮太多。

最後要說的是，年齡大了，很多毛病也不知不覺跟著來了。白內障、關節退化、記憶力減退。要有體力才能隨心所欲。所以我們一定要有恆心的去運動。要活就要動，大家共勉之。活在當下，活得精彩！謝謝大家。也很期盼姐妹們的分享。



同心圓 終生學習 充實人生

洪麗倩 老學生版



今天我很榮幸在這裡與大家分享我這位年過四十才回學校攻讀博士的老學生的心路歷程。在分享我一路的心路歷程與自我訓練的過程之前，一定要提到我與NATWA這份很深也很長久的緣。

1995年時，當時在德州念碩士的我與幾位朋友共同創立了一個屬於北美洲臺灣女留學生的組織：“臺灣查某”，而與NATWA有了許多的聯絡與接觸，也得到許多的幫助。這也是我這次有機會來到UC Berkeley進行一年的訪問研究期間，絕對不錯過任何參與NATWA活動的機會。

1997年碩士畢業回臺灣的我，在補習班從事美語教學的工作。儘管一路上工作還算順利，但是心裡對於當年沒有繼續攻讀博士，還有著一絲絲的遺憾。一方面從事教學工作是一項很消耗心力的工作，另一方面於2008年，因為馬英九總統上任後所採取對於中國開放的政策影響所致，美語補習班的生意一落千丈，自然也影響了我的生計。明瞭自己必須要進行職業生涯的轉型，因此開始思索回學校唸書的可能。同時，也因為人生有些許的波折，因此對於命理產生了莫大的興趣，想要對於自己的命運有所理解。因此在跟我的命理老師學習二年的子平八字之後，更想進一步對其進行研究，更加堅定了我回學校唸書的決心。

但是，該如何下手呢？

首先，針對我感興趣的學術，可以念的相關科系主要為中文、哲學以及宗教學。只是前二者的進入門檻相當的高，需要長期浸淫在其訓練之中。於是我選擇了極為冷門的宗教學門。但是，對於這陌生的領域，我深知離開校園已久的我，依然有著進入的困難。而且，對於自己僵固已久的腦子，也不甚具信心。想到要與年輕人一齊競爭，心裡還是害怕。因此我決定重頭學起，再次從碩士學位開始攻讀，若是頭腦真的已經不行了，投資報酬率起碼還不算高。另一方面，我需要養活自己，因此不可以挑學業壓力過高的學校，得拋棄過往對於名校追逐的迷思。

一開始要準備入學考試時，毫無頭緒的我選擇先到學

校裡旁聽相關課程。離家裡最近，也最熟悉的是臺大。又怕人家看我這社會人士很奇怪，因此選擇旁聽人數眾多，老師完全不會注意到我的大學部通識課程。還記得第一次去聽課時，學問淵博的老師金口開了不到五分鐘，我的腦袋就完全跟不上老師的思緒。三個小時的時間裡，強逼自己坐在教室裡不打瞌睡，然後努力的用我不靈光的腦袋抓住老師飄在空中的話語，再努力將他們編排成我可以懂的語句。老師淵博的學問，進入我腦袋裡的估計是不到十分之一。就這樣，訓練自己的專注時間，從五分鐘，進步到十分鐘，然後一堂課。每回下課後，都安慰自己這次課堂裡睡著的時間又縮短了一些，表示自己又有所進步了。

老實說，對於自己不靈光的腦袋，感到挫折無比。年輕時自豪於自己可以過目不忘，現在則是過目即忘的挽留不住，只得想辦法好好克服。朋友們總安慰我說，年紀大的我們雖然記憶力不如年輕人，但是沒關係反正我們理解力贏年輕人，問題是，我老是忘記我理解了什麼，只留下我曾經理解過的感覺，這理解力好像發揮不了太大的作用啊！於是，我總是趁著走路或者是開車上班的路上，逼自己回想出門前到底念了什麼書，回想剛剛課堂上老師說了些什麼。就這樣，我一點一滴的拾回我的記憶力，儘管理解的總多於記得的。

就這樣奮鬥了一個學期後，我進入了真理大學攻讀我人生第二個碩士學位。在真理大學期間，我終於得以一窺宗教學這門學科的基礎入門理論，也漸漸的理解宗教為何物。於是我準備報考博士班。第一年我報考兩間學校，一間學校落第，而另一間學校則是候補第三名。對於口試老師提出我答不出的問題，我則是花了一整年的時間旁聽相關課程。畢竟，從哪裡跌倒，就得從哪裡爬起。

終於，第二年我順利的同時考取政大宗教所，以及輔大宗教研究所博士班。這是我攻讀博士的第六年，我很榮幸的爭取到頂尖大學策略聯盟的獎學金，來到UC Berkeley進行訪問研究一年。也因此有幸再次牽起與NATWA的緣，可以在這裡與大家分享我這年近半百老學生的學習心得。

同心圓

過猶不及 – 讀書報告與心得

簡黃鳳凰

原文是Boundaries 由兩位作者所著，在1992出書，賣了2百萬冊，蔡岱安女士翻譯的中文則在2001初版。兩位原作者背景非常相似都是臨床心理學的博士，John Townsend 更是神學碩士，另一位Henry Cloud 小四歲也在神學院修不少課程，他們一起在Newport Beach, California 開診所。這本書是針對基督徒而寫的書。

今天的兩位講員是Jane淑貞姊和我，上次我們兩個也受雅美姊之邀請擔任有關主題Compassion 的講員。這次則受美琇姊之邀擔任這本書的內容介紹。所以跟Jane算是有緣可以當Partner 了。我受命於她先講第一部份，她講第二部份，最後由姊妹們分享。每時段盡量不超過半小時。

這本書共400頁之多，第一部開宗名義就是說明甚麼是界線、界線是什麼、界線是如何發展的、界線的問題、界線十律及界線迷思。第二部則比較practical，分別是界線與你的家庭、你的朋友、你的配偶，再來就是子女、工作、你自己，最後是界線與神。重點都放在如何處理衝突。第三部很短只有三章算是界線成功的結果與結論。

Boundaries 顧名思義是一本界線問題的好書，我們自家的地界可以照圖測量劃線跟鄰居有清楚之分，問題時也有處理的管道及方法。人與人心靈世界的界線其實一樣真實只是不太容易看出來而已，我讀到心理學家的分析才知道原來從嬰兒時期就開始發展，其中父母影響力最大。到長大成年，人與人之間的關係及問題就更突顯。有人駕輕就熟凡事順利，有人心碎疲倦，一事無成。分不清我的責任，我應該對什麼負責。甚麼是我們不需要負責的，比如我們不需為別人的工作買單。

作者認為很多人與人之間相處的問題在於有以下四種不同的性格而引發出來的作者認為所謂的界線衝突：

1. Compliance (順從) 不會設限，一味地順從否則覺得愧疚。
2. Avoidance (迴避) 不會Open，甚至不想接受關心、幫助。
3. Controllers (控制) 不尊重別人，有aggressive 及更糟糕的 manipulative controllers，這種人會侵犯別人的界線。
4. None responded behavior 疏忽自己愛的責任，太沈迷於自己的慾望或對別人苛刻。是沒有反應或回應者。

如果用我們不是心理醫生的說法第一種是說不出口的，最後挑了太多的責任很可能造成內心充滿憤恨不平的問題。第二類型的是築牆，不讓人進入，需要求助時反而劃清界線。第三類是強勢型的，第四類是看不到聽不到，比較自私一點的問題。姊妹們可以想想那麼我自己屬於1或2？或是1&2？是3或是4？或是3&4？還有我們的better half呢？我的朋友及親人呢？

其實本書的作者因為對象的原因，比較偏重how to say no，因為很多基督徒侷限且專注在要有愛心，避免自私自利，卻不懂評估自己的能力及有限，而且認為設界線是自私的，忙到最後導致陷入失控的生活。作者是在教我們自救：when to say YES, how to say NO, to take control of your life.

然而反觀我們的姊妹們我們飄洋渡海，經歷語言文化的衝擊，堅屈不撓，一步一腳印的精神與歷練恐怕不是作者們可以想像得到的。那麼我們從這裡能夠學習什麼呢？這把年紀再來學界線有必要嗎？不會太遲？答案是Yes and yes。我們渴望的精彩亮麗的退休生活是離不開親友及週邊接觸的人，何況我們自己也不完美，所以要不斷學習終身學習才能活出美好的人生。

綜合此書的精義有五點界線須知及界線十律的基礎，我先來說明前面的五個要點：

第一，先搞清楚自己的庭院，（界線幫我們定位）對自己裏面一切負責包括言語、感情、態度、行為甚至價值觀及選擇、擁有自己、是自由的。

第二，你與他們是分開存在的，清楚什麼是不需要負責的，也不可以想要控制別人，同理也要對別人設立界線。

第三，相信神給予屬於我們的界線內是我們承擔得起的責任。知識有所長進，拓展心智，努力發揮去管理與治理。

第四，設限後仍然是有能力去愛人才是正確的。好的撒瑪利亞人的故事就是有愛及有界線原則的最好的比喻。

第五，自己失落失控失敗中一定要有人、或好的支持團體協助給予力量並要接受意見，教導，持之以恆直到成功為止。

再來的十律算是guidelines，我認為不須詳細解釋，大家了解目的是培養好的人品才能建立正能量的界線就是我認為作者的重點，所以有law of responsibility, power, respect, motivation, evaluation, activity, proactivity 7個律，再加上要注意的因果律(種的是什麼收割的也

是什麼，再來第九律勉勵我們不能有嫉妬心，要避免貪婪與不滿足，最後的第十律翻譯是顯露律比較難懂我的了解是心裡誠實的面對神與人，我們的界線受到罪的影響常有差錯，過猶不及，需要在光亮中全部顯露出來讓神來療傷，也使別人受益，真愛是可以溝通的，界線是有門的。

總而言之，如何掌握你的生活如何建立你的心理界線並不是要將愛摒除於外而是自己的庭院乾淨了美麗了才能夠讓愛傳出去，是心甘樂意、歡歡喜喜的，也充滿積極、活力，與人與神的關係都盡美好。不再沮喪厭倦憤恨不平。

法國的一位哲學家兼具數學科學的雙重頭銜Rene Descartes (1596-1650) 的話：It is not enough to have a good mind, the main thing is to use it well. 僅以此名言送給姊妹們互勉之。

經驗分享

1. 子女都成家也有成就，女婿或媳婦會跟你設下界線嗎？互相尊重又是很親近的經驗分享。
2. 你如何原諒傷害你的親友？
3. 你是真心為他好而停止原本的欲求欲取的溺愛，他會hurt，但不是harm他，最終是使他成熟。
4. 如何婉轉拒絕人家的要求又能夠保持彼此的尊重與情誼。
5. 如何讓自己改變最不好的缺點？
6. 在我們的社團裏好像是都是一樣的人在忙，捐款也是。問題出在哪？
7. 敬人者人恆敬之，尊重別人的界線，人也會尊重你的界線。

討論有感

姊妹們對於婆媳女婿關係熱烈討論，凡事為他們好替他們想也是會造成誤會的所以需要溝通也需要徵求及尊重他們的想法，才能減少代溝的問題。

至於朋友及同事間的互動出了問題時最好的方法是不要拖，儘早拿出誠意與善意，誠心的道歉與溫和的語氣來解決誤會或問題。

至於設限怎麼做才能恰到好處是我們必須持續努力的功課，這本書是比較鼓勵不要太為難自己，先充實自己才能幫助我們有好的評估好的判斷能力，我覺得我們有以和為貴的素養加上退一步海闊天空，忍一時風平浪靜的操練，我們的反彈力超低的所以應該都會迎刃而解，但是忍也要有個底線，好好的拿捏吧！

Bottom line 是大家都需要proper space 及privacy，然後快樂的幫助別人，過著施比受更為有福的美好人生。

最後有一篇關於哈佛大學釋出的一篇快樂的習慣20則，希望能對姊妹們有如虎添翼之助。謝謝。

1. Be grateful 要學會感恩。
2. Choose your friends wisely明智的選擇自己的朋友。
3. Cultivate compassion培養同情心。
4. Keep learning不斷學習。
5. Become a problem solver學會解決問題。
6. Do what you love做你想做的事情。
7. Live in the present活在當下。
8. Laugh often要經常笑
9. Practice forgiveness學會原諒。
10. Say thanks often要經常說謝謝。
11. Create deeper connections學會深交。
12. Keep your agreement守承諾。
13. Meditate冥想。
14. Focus on what you are doing關注你在做的事情。
15. Be optimistic要樂觀。
16. Love unconditionally無條件的愛。
17. Don't give up不要放棄。
18. Do your best and then let go做最好的自己，然後放手。
19. Take care of yourself好好照顧自己。
20. Give back學會給予。



同心圓

過猶不及 – 人際關係心理界線

許淑貞

今天真正的課題不是要大家築一道牆來防衛自己或抵擋別人，而是要尋找一個正面的管道來建立人與人的正確關係。

這個“關係”範圍很大。從自己和自己的關係（body、mind、soul），配偶、兒女、父母、親戚朋友、同事、同鄉、教友、國人、世人----等。

現在我們從最小的社會單位關係，我們“自己”來說，在原生家庭長大，求學、就業、結婚生子、服務社會，為人師表、領導社團、或有人成為機關首長，由於歲月增長、經歷豐富，我們無形中都已發展到現有的個性、主見或對人對事的特有看法。又是多年來我們都被教導，在心靈上或情感上保護自己乃是自私自利；不過也有許多人都希望多做一些有利於別人的事或是在緊急時能伸出援手，可是因為我們個別領受的恩典（gifts）多少不同，時間、精力（energy）有別，有時沒有給予幫助因而感到憤怒、愧疚、沮喪、憂鬱。這時我們就應該來審查我們的心理界線。

很簡單的事，我們都知道，自家的庭院自己管理維護，但是我們是不是都很清楚院子的正確範圍有多大。這就說明設定責任和界線的原則。界線的範例，任何能區分你和別人的不同，或顯示你從哪裡開始，又在哪裡結束，就是界線。包括有形、無形、心理、生理的所有權。如肌膚、話語、時間、情感、態度與信念、行為、選擇、價值觀、才幹、慾望、等等。既然知道界線的定義就得對自己和別人設立界線。如果負責界線外的責任不但是縱使他人不負責任有時也造成侵犯。

剛開始設立界線時可能碰到內心過分反應或脆弱良知種種嚴苛的抵抗，但是只要能夠堅持下去或得到別人有力的支持，愧疚會慢慢地消失不見，更能感受“存清潔的良心，固守真道的奧秘”。當我們的界線與目標遭到各式各樣的抗拒，只有持有成熟界線的人能瞭解這種情形，打開心胸容許那些試探與難受發生。心中有正確的選擇“不”隨時可以使用，不是用來攻擊或懲罰別人，而是用來保護和發展我們已訂的計劃及有效應用我們的時間、才幹、人力、物力。因為內心有界線的人才知道如何處理外在的世界。

很重要的，假如我們希望別人尊重我們的界線，我們也必須尊重他人的界線。當我們要說“不”時要誠實評估自己提供協助的能力，而不是衡量當事人的其他機會。事後的關心也是很重，這樣有助於保持良好關係，希望下次沒有遇到阻礙時有所效勞。

無可否認，很多事情單靠自己的能力，沒有別人的協助是難以完成，不管別人對自己，或自己對別人說“不”時，都給自己一個教育的機會，“為甚麼沒有其他的資源？”“是智慧不足？”“或是需要建立更廣的人際關係？”。這幾年來我比較有機會參與NATWA的一些事工，才體會到其實我們已經開發了許多programs就是針對化解個人界線的困擾，試著用團隊精神大家的力量去完成有意義的目標。例如，家暴關懷、為台灣而教、Care for Soldier、獎學金，等等。來年NATWA年會的主題是”活出美好，面對挑戰”，讓我們在這裡共同勉勵，為NATWA一起來打拼，大家都可展現出健康成熟的心理界線。

(Photo by S’hu-jon)



大會節目 – 綜合報導

記 2017 北美洲台灣婦女會年會

圖/文 惠蘭

第29屆北美洲台灣婦女會2017年4月21日在Atlanta市, Georgia州盛大舉行。230多位來自加拿大和美國本土的姊妹們和幾位眷屬共聚一起。享受王淑芬會長和年會理事們和幹事們為姊妹策劃的許多演講局, 座談會, 餘興節目和健身的瑜珈術。姊妹們期待的會後兩天半旅遊也在4月23日下午進行。

4/21/2017, Friday

會員大會由來自Michigan州的溫明亮主持。主席王淑芬會長致歡迎辭。眾姊妹們大聲唱蕭泰然大師作曲的會歌。溫明亮率眾姊妹宣讀2016年會紀錄。副僑務委員長田秋堃帶來蔡英文總統賀辭。溫明亮做NATWA財務狀況的報告, very very healthy!! 本年度會務報告: 會長、副會長、區理事們、分會會長們、各組組長們和各項活動/計劃負責人。拜新科技之賜, 所有的報告都洋洋生趣, 姊妹們用心做的POWER POINT多彩多姿: 有歌有舞, 許多聯誼活動令人心怡。社會服務如Team Taiwan、Care for soldiers、Feeding for the poor、Promote your chapter, 和許許多多的Workshops, 令人感受到姊妹們的愛心和超富創意的思維。NATWA 明年就要慶祝30週年紀念, 由學走路的小女孩蛻變成婷婷玉立的美婦人, 其成就值得讚美。在台美人不勝數的組織中, NATWA可說是一枝獨秀! 健全的組織和多才多藝又富熱情的姊妹們堪稱女傑, 在台僑界承擔起重大職責。繳費會員已爆1056姊妹! 還在增加中。終身會員們有如寒夜流星。

每年的會員大會必須選出副會長來輔佐會長處理會務, 亦吸取明年升任會長時需要的經驗和歷練。同時也選出新行政團隊為NATWA效勞。選舉組白珠麗宣佈姊妹們投票結果, 宣佈新任副會長溫明亮, 中西部區理事迪惠蘭、西北部區理事徐梅熙, 東南部區理事涂惠鈴為新幹部來服務姊妹們。其它四區明年才改選區理事。



卸任會長王淑芬(左)和新任會長黃美琇(右)辦理交接。前會長林郁子(中)監交。

5-1-2017 新團隊將上任。溫明亮快讀2017年度預算、眾姊妹們審讀通過2017年度工作人員團隊表!!

新會長黃美琇宣佈明年工作主旨: 活出美好, 面對挑戰。她大力邀請眾姊妹們參加十月將在Seattle, Washington州舉行的年中理事會, 和2018四月將在LA, California州舉行的會員大會。在這幾天的議程裡和節目中, 新會長三不五時就在為這兩個大會賣力廣告!! 請早訂飛機票, 以免向隅。選舉新提名組員: 王淑芬卸任會長率8名成員將尋求下任的服務團隊。主席王淑芬宣佈散會。NATWA年會會務管理在此結束。

LUNCH HOUR, REST and VISIT.

下午, 打狗亂歌團說唱唱主唱嚴詠能, 赤足歌手 - 用台語歌聲為家鄉唱出靈魂。帶著他的愛妻陳玫勳和徒弟薛榮漢為姊妹們說唱故鄉的故事。他們用音樂和畫圖敘述幸福台灣的過去和未來。姊妹們都陶醉在溫柔的台灣軟文化裡。當嚴歌手呼喚台灣人民一起投資台灣, 建設台灣, 讓台灣人民成為既得利益者, 全場沸騰到極點, HIGH翻了。姊妹們對台灣有豐富的大愛。



嚴詠能(左)和薛榮漢。

葉郁如姊妹講解公共藝術。如何用藝術改變社會。如何用藝術傳播理想。如何用Origami呈現不同文化的藝術。如何連結國際藝術家們致力於人權的提昇和問題的解決。如何打造可以讓眾人參與製作的平臺。今年年會主題是終身學習, 姊妹們獲益良多。看來諾貝爾的和平獎在此播下了一些種子。

NEW BOARD MEMBER ORIENTATION。歐春美前會長教導組織的來龍去脈。如何服務眾姊妹和社區。如何利用一些工具來完成任務。

DINNER。豐盛的晚餐。

NATWA NIGHT. 每年的晚會都是姊妹們的最愛。在豐盛的晚宴之後，就是各地分會和區域，歡樂演出的歌舞秀，脫口秀，和隨興而起的創造秀。比美百老匯，絕無冷場。前會長吳美芬，阿香的台灣e雅言巧語，激發了大家的台語細胞。能和她對上雙簧的通通有獎品哩！主持人徐梅熙和王俐力帶來了巨大的歡笑聲。節目總策劃王寶蓮和陳香梅帶動全場唱Sing Formosa，Sing for Taiwan。晚會在感性的大合唱下結束。總是不忘台灣，我們的共同愛人！



左起：徐梅熙、王俐力、王寶蓮、王淑芬、黃美琇。

4/22/2017, Saturday

陳慧中，以她的一生經驗講述終身學習/終生學習。分享生、死、淚、夢的詩。她來自一個終身學習的家庭環境。學習饒恕、合作、分享、對不起、說好話、接納、尊重、愛自己、幽默、獨處、放得下、好奇心和學台灣手語。真正的快樂來自學習。她帶來許多珍貴歷史照，佐證學習的過程。她表示，在今天Social Media：TV、FB、LINE、TWITTER、IPHONE/IPAD氾濫之際，我們不能阻止它。卻能保固！終生保固。學習再學習。她是台加文化協會執行長。白鷺鷥與水牛合唱團指揮。社區服務的精神難以望其項背。內在美外在美都是#1。

Jenny Witterick 郭慧玲，TORONTO許淑華的女兒，講述LOVE WHAT YOU DO!! DO WHAT YOU LOVE!! She is a Finance Expert by profession, but investing life in various interests. Taiwanese-Canadian Author, she analyzed how to become a successful author?! 2013, her book : My Mother's Secret become the best seller in Canada!! 9 translations in the world. Believe in POSSIBILITIES!! FOCUS FOCUS FOCUS. 才華洋溢，是台加人的驕傲。



陳廷楷教授講述莎士比亞三齣戲劇的經典。他講活了SHAKESPEARE栩栩如生的人生戲劇。

1. KING LYRE

King Lyre and 3 daughters

Greedy is human problems. Flattering is bad.

2. HAMLET 哈姆雷特: Prince of Demark

HAMLET: Frailty, thy name is woman!! Faking madness. TO BE OR NOT TO BE.

Benediction: Revenge is forbidden, it is not your job, but God's.

3. THE TEMPTTEST 暴風雨

REVENGE OR FORGIVENESS. MERCY, the FINAL VISION

新會長黃美琇策劃3個同心圓節目。姊妹們隨意選擇其一。每個節目都很棒，有分身乏術之感。

1. 生活分享

2. 人際關係

3. iPhone, iPad Workshop

DINNER。又是豐盛的晚餐。

RUNWAY SHOW。張秀滿策劃。和溫明亮一起主持走台秀。招來許多口哨的老來俏絲巾秀。姊妹們自己設計和製作的提包/背包/accessories秀，滿頭銀髮前會長林郁子的洋裝花姑娘秀，前會長林瑟玲的採茶姑娘工作服秀，瑜珈便裝秀，輕便運動服秀，更有前會長邱良媛率姊妹們教你如何準備出外旅行的大秀。姊妹們一起歡樂，互相學習。高潮不斷、笑聲頻傳、一波又一波。

ATLANTA NIGHT。打狗亂歌團繼續帶給姊妹們故鄉的故事和歌曲。姊妹們又沈醉了。跟著亦歌亦舞。情不自禁地展露出自己的才華和姿色。再次地，眾人大合唱：伊是咱的寶貝來結束晚會。姊妹們總是這麼深深地愛著台灣！不大聲唱出心裡話就是不行啦。



4/23/2017, Sunday

NATWA 名嘴，前會長賴碧良主持今天早上的脫口秀，NATWA TALK SHOW。她經驗豐富，知道如何讓妳爆料。技巧和風趣遠勝當今任何脫口秀名人！名女?!

首先被訪問的是Wisconsin 來的迪惠蘭。她的新竹世家和家人搬住臺北市大稻埕的成長過程開始了這場脫口秀。接著是她的異國婚姻裡的文化認同和共識。再來就是在他不幸發生事故後，他們如何在牧師家庭和教會裡得到幸福與祝福。

再來的訪問對象是張由吏和她的另一半李彥禎。他們在高中時就開始是男有意，女有情的一對鴛鴦。談起過去，仍然非常有默契。移民美國以後，這位灰姑娘利用她的裁縫技術，不斷地學習研究、發展了許多連鎖店。他也專職地為他們的小型企業奔波和管理。如今和童話似的夢中王子定居加州那久納福村，過著優哉優哉的幸福生活。

年會已接近尾聲。陳東榮醫師和前會長林瑟玲做了一個影片「回味美好時光」、將這幾天姊妹們的歡樂用影像和音樂記錄下來、分享所有與會的眾人，做為永遠的回憶。又是說珍重再見的時候了……

閉幕典禮。王淑芬會長感謝各位的參與，更感激她的工作團隊任勞任怨的服務精神。多麼可貴可敬的工作團隊！年會總召集人蘇瑞碧的另一半，在會後旅遊上，總是在遊覽車的最後座埋頭大睡，崩潰了！可知道辦理一個年會有多辛苦。姊妹們，不要錯過任何為妳策劃的年會和年中會。今年十月Seattle見！



上圖:迪惠蘭(左)、賴碧良(右)。
右圖:左起李彥禎、張田吏、賴碧良。
(王惠美提供)



後記：

1. 林毅夫醫師和鄭胥德教授主持眷屬節目。
2. 會長大人的母親王陳明珠女士訂做了二百多條自畫的棉絲巾贈送所有註冊的姊妹們。式樣高雅、柔軟易用、美麗大方。實在是真慷慨。So generous. 淑芬會長描述她的母親，王媽媽是個平凡的台灣女性，但是她在平凡的人生裡不停地學習、不停地創作。她是終身學習的範例……
3. 每天早上許蕙茹老師教導瑜珈術。
4. 每天晚上有宵夜和聯誼。
5. 得知法國大選，Emmanuel Macron大勝。他15歲時就愛上比他大24歲的老師 Bridgette。30歲娶她，永遠地愛她。如今他40歲，她64歲，她是3個孩子的媽媽，7個孫兒女的阿嬤！他是法國史上最年輕的總統。NATWA 很多姊妹們都是 golden girls了，展現成熟的風韻，大家一起aging gracefully，永遠地迷人美麗。



晨操: 瑜珈運動



青春洋溢的 NATWA NIGHT

徐梅熙

今年 NATWA NIGHT 的主題是 “Young at Heart”，各地區的姐妹們都很配合淑芬會長和寶蓮召集人的願望來設計節目。所以各個表演都非常的活潑精彩，在下忝為當晚主持人之一，特別在此依序介紹，讓未參加的姐妹們能夠略知一二。

當晚為首的是由地主亞特蘭大黃乃佳姐妹帶領17名鄉親閃唱出場，他們以膾炙人口的「農村組曲」來迎賓，觀眾們也用熱烈的掌聲回報他們的熱忱。接著的「點心擔」，是辭世的音樂大師蕭泰然先生的作品，很榮幸這回由他居住此地的妹妹蕭美媛女士親自指揮亞特蘭大鄉親們為大家演唱這首歌曲，實在是太難得了。

接著上演「撕裂的快感」是一個不在節目單上的驚奇，這是來自去年 NATWA 姐妹們參加臺灣女力行時參觀夢幻褲襪場得到的點子。在重賞之下竟沒勇婦肯穿的情況下，製作人只好以氣球充當模特兒，再請淑芬會長一舉破繭。可嘆作家會長的纖纖玉手力道不足，情急之下寶蓮加入，兩人合力，那 “Young at Heart” 的氣球才能穿網而出，晚會主題總算飄然出場。

今年是雞年，紐約姐妹們的「咯咯雞」可愛又吸睛，尤其寶蓮這位節目製作人竟然連自己夫婿陳教授都拖下水，看他有模有樣的舞著，萬綠叢中一點紅，真的很出色呢！

美麗的多倫多姐妹表演「青春嶺」舞蹈，婀娜多姿的模樣，展現了年輕活潑的氣息。事先曾見跳舞經驗豐富的她們認真的在排演，這般努力和用心，無怪乎贏得滿堂采。

經綸滿腹的阿香給大家帶來了「台灣e雅言巧語」，被口才伶俐的主持人俐力硬拗為“花言巧語”，阿香老神在在，再以字正腔圓的台語唸一次才開始了她的臺灣俗諺問答題。

「歡喜跳恰恰」，底特律的姐妹們臉露微笑，快樂輕鬆的隨著節奏大跳恰恰。看到個性保守的英雯分會長也下海了，就知 NATWA 帶動姐妹們用心和用功的工夫有多深。





香梅和兩辛、良媛、寶桂四位黑貓姐妹的「Sing 跳時刻」以大家年輕時耳熟能詳的西洋歌曲請君入甕,讓觀眾心臟隨著歌曲膨脹後,身體也不由自主的隨著台上扭動著的美女們搖擺。主持人梅熙又適時煽風點火,這下一發不可收拾全都站起來跳舞唱歌囉!

接著中西部的「快閃」由施慶惠製作,聯合了Ohio、Detroit 和Toronto 三個分會,各自以非常特色的流行台語歌曲接續表演,情緒本就高昂的觀眾,再次被舞台氣氛炒熱,自動的手搭肩排長龍隨著音樂繞場移動。台上認真的舞著唱著,台下熱烈的笑著跳著,場面High得幾乎衝破“Young at Heart”的界線。

隨著主持俐力以動人的聲音唸完月姿的英文詩“Young at Heart”後,就由別出心裁的北加分會擔綱演出「黃金女郎」,看著五位推輪椅四位拿拐杖的老太太們先以音樂配合寸步難行的移動身姿再進為動感十足的身體扭轉最後竟大跳CanCan大腿舞,大家看得目瞪口呆,笑容滿面,掌聲不停,真的是非常特別的演出啊!

好酒沉甕底,南加分會的「讚美操」,穿著漂亮一致的運動服,做著整齊劃一的動作,顯得年輕健康有活力,主持人稱是又美又讚的健身操,確實沒有虛言。美琇會長新上任就以這種陽光方式來引誘大家出席明年在明媚的L.A.舉行的年會,大家能夠不踴躍出席嗎?

壓軸的“Sing for Taiwan”是嚴詠能的創作新曲,由於他制作的新歌影片是以陳菊為主角,於是安排由戴上短捲髮的香梅帶唱,加上寶蓮、俐力輔唱,全體觀眾一起心護臺灣,唱得十分感動。為了更振奮人心,兩位主持人臨時又加進了“伊是咱的寶貝”,這首大家都熟悉的歌曲在俐力帶領下齊聲高唱兩遍後,才在梅熙宣布晚會結束以及淑芬會長的goodbye 聲中依依不捨的為今年的 NATWA NIGHT 劃下句點。

終身學習 Runway Show

張秀滿

大家都知道我們的會長王淑芬，筆名叫辣媽，還有一個筆名叫番婆。人如其名，她常常有一些番番的想法，這次的Atlanta Night也不例外。依NATWA的慣例，也許大家期待的Atlanta Night是一場高水準的古典音樂會，而淑芬姊請來的卻是“打狗亂歌團”的嚴詠能。另外，她也希望有個Runway Show，不是穿著時尚就可以上台的走秀喔！必須與“終身學習”相關。終身學習如何走秀呢？真是，傷腦筋啊！

第一件事，先拖一個人下水。想到的就是溫明亮，因為和她有幾次合作的經驗，已培養良好的默契。接著，就是寫一封文情並茂的電子批“急徵名模”，廣邀NATWA姊妹們來走秀，可是石沉大海。怎麼辦呢？終身學習如何在舞台上表現？一開始思緒比較侷限，想的是自己做的衣服，勾的圍巾，設計的背包等等。後來，想到姊妹們的生活非常多元，像跑步的安齡，打網球的彩雲，做瑜珈的蕙茹，還有旅遊達人良媛等，都可以邀來走秀啊！當換個角度去思考，天空就愈來愈大，人選也就一個個跑出來。最後，我們一共有12組，33個人參與了這場終身學習Runway Show。在這裡我簡單的介紹當天的內容。

(1) 北加分會賴碧良、張月英、張雅美、李雲玉、林恭美、廖淑珍、和徐梅熙(絲巾秀)

最佳終身學習的典範，當然是我們會長的媽媽王陳明珠女士。王媽媽今年已經90歲了，她認真的過自己喜歡的日子，種花種樹，養雞養狗、唱歌畫畫等等。這次她提供自己的畫，做成美麗的絲巾，贈送給每一位來參加年會的姊妹。不只一款，總共有6款之多。第一組走秀介紹的就是王媽媽的絲巾和她終生學習的精神。由絲巾達人賴碧良，帶領北加分會的姊妹走秀，展示王媽媽的絲巾，千嬌百媚，各種不同的打法。

(2) 白珠麗自做的sari和畫作

這次的runway show，第一個敲定的人選就是白珠麗。因為在臉書上看到她穿著一件印度的sari，還說是她自己做的。馬上邀她來走秀，她也爽快的立即答應。珠麗姊因為要參加一個印度的婚禮，親自做了這件sari。她的老師是Youtube，她跟著影片的解說一步一步的做，花了4天才完成。她感謝現代的科技，但她也說是一次痛苦的學習經驗。完成後，她很有成就感，覺得沒有什麼是不可能的。另外，珠麗姊也學畫，從早年的水墨，到後來的水彩與陶瓷，最近也開始畫油畫。她的許多畫作，用slide show一張張的播放出來，得到許多的掌聲。





(5) 吳美芬 (展示林美紀做的 quilt)

阿香展示的是林美紀做的quilt (拼布)。NATWA 臥虎藏龍，美紀是波士頓分會的姊妹，善於做精緻漂亮的quilt。謝謝阿香姊讓我們認識她和她作品。美紀跟著日本老師學quilt多年，作品精緻漂亮，有些製作的時間長達一年，甚至做到她手指都變形了。她的工非常細，用的材料是日本做kimono的頂級布。阿香姊穩健的台風，讓大家看到作品的美。真的太漂亮了，不是一般的quilt能比的。她的更多作品，用slide show一一展示出來。



(3) 許淑華、廖雲英(烹飪老師、服飾顧問)
許淑華50年前移民加拿大。在新環境中，她一直努力的學習各種技能。因緣際會，她曾到多倫多的社區學校教烹飪。走秀時她穿著一件圍裙，就是當年教導學生時，她最常穿的一件。從slide show中，我們可以看到她當年的風采，和指導學生煮出整桌的美食。脫下圍裙後，她開過服裝公司，是流行服飾的顧問。Toronto的姊妹若有特殊的場合，在衣著上，常聽取她的建議，一起走秀的雲英姊，去年女兒婚宴穿的禮服，就由淑華姊幫忙挑選。

(6) 洪秀華、鄭美香、劉真真、王映珠、陳麗英(披肩)
這次的runway show，很高興有我們最新的分會Oregon/South West Washington 分會的參與。這些美麗的披肩全是會長洪秀華勾的，她說早上起床氣溫低，感覺冷，披上了披肩保暖又時尚。她總共勾了近80條。麗英姊去當地作客，也被邀請一起來走秀。這幾個姊妹走起台步，有模有樣，很有名模的架式。聽說也是秀華姊教導的。

(4) 林麗華、黃英雯、施伶泓、陳英純、林淑秋、程韻如(手製提包)
這次的runway show，我們第一個想到的人選就是林麗華。每次見到她，她身上漂亮的衣服，自己做的，背的漂亮包包，自己做的，家裡的茶壺，自己做的，早餐的麵包和飯後的甜點，全是自己做的。她人小心大，興趣廣泛，看她做出這麼多美麗的東西，很難把她和動物系的高材生聯想在一起。這次她拿出許多美麗的包包，邀請Michigan-Detroit分會的姊妹一起來走秀。琳瑯滿目，一個比一個漂亮，讓大家目不暇給。

(7) 林郁子(花藝)
郁子姊一直是愛花的人，她的啟蒙老師是她的表姊胡美智。(胡美智是有名的插花老師，也是Ohara School of Ikabana 多倫多分會的會長。) 郁子從表姊那裏得到許多插花的樂趣。之後，她跟過多位日本來的大師學習，也參加過許多的花藝展覽，有點小成就哦! 她說” my passion: Ikebana”，是她的forever learning/lifetime learning。郁子走秀時穿一件漂亮的花上衣，她說是之前在夏威夷買的布料，為了這次的走秀，自己設計，親自做的。穿著漂亮的花上衣，再提著一籃花。真是一位俏佳人!

(8) 蘇素碧、林瑟玲、林碧玲 (舞蹈)

2007年，NATWA多倫多分會成立黑貓舞團，跳台灣的舞，在許多不同的場合宣揚台灣文化。跳過的曲目，已經難以計算。素碧、瑟玲、碧玲都是基本成員。她們用許多寶貴的時間來編舞、學舞、練舞。不管刮風下雪，一再的練習，只希望每一次的演出都是美好的。舞衣呢？自己設計，自己動手做。她們穿著自己設計的舞衣，走著簡單的台步，真是婀娜多姿！

(9) 陳彩雲 (網球)

彩雲穿可愛的網球衣走秀，並示範幾個漂亮的姿勢。彩雲說會愛上網球是因為家裡做球拍。之後，又受到初戀男友的啟發，斷斷續續，不是很認真的打了幾年。開始工作，有家庭後完全中斷。直到2011才又重拾球拍，take private lessons，從零開始學，每個動作都是認真的。現在每星期固定打三天，take group clinic，參加USTA team 的球賽，也不定期參加tennis party。自認運動細胞很不發達，愛上網球，因為它是很好的運動，可訓練專注力，mental development，又可交到許多好朋友。希望姊妹們一起加入陣容。

(10) 簡安齡 (長跑)

安齡穿著運動服，信心十足的在舞台上展現她跑步的風采。安齡是在一個偶然的機會開始跑馬拉松，至今已跑了18年了。最近，她也開始跑半馬和5K。安齡說馬拉松是一個endurance sport，是毅力的挑戰，要有恆心鍛鍊、要精神充沛(resilience)，並且永不放棄。安齡還說” It’s all about mental, marathon is 50% physical, 90% mental. It’s a journey。因為參加馬拉松，安齡有機會到世界各地跑步。最遠曾跑到布拉格。

(11) 許蕙茹 (瑜珈)

蕙茹穿著瑜珈的衣服，在舞台上做出幾個漂亮的瑜珈姿勢。真希望身體可以像她一樣輕柔。

蕙茹因身體酸痛，接觸到瑜珈，從中了解瑜珈的好處。從一個初學者，不斷的學習，現在已是連鎖健身中心LA Fitness的瑜珈老師。這次邀她來走秀，她很高興地答應，她說不是來走秀，而是來推廣(spread good news)。希望更多人知道瑜珈的好處，進而開始學習。讓我們的筋骨能夠活絡，延緩我們的老化。避免提早衰老(premature aging)。

(12) 邱良媛、楊美麗、呂秋宏、葉明霞(旅遊的穿著)

秋宏和美麗穿的是白天的出遊裝，帽子和外搭的長袖服防曬係數都達到30以上，內搭的短袖衣則是排汗衫。因為秋宏穿的是短袖衣，所以套一個有防曬係數的長手套。除了防曬之外也防炎熱。還有，特製沾水則冰涼的巾子可圍在脖子及肩膀上。鞋子要穿鞋墊厚，有彈性又防水的運動鞋。

明霞和良媛則示範旅遊時需要的正式或半正式服裝，比如出外用餐，或參加welcome party、farewell party。良媛建議攜帶一件素色的洋裝或褲裝，再用幾件亮麗顏色的圍巾或小外套變換搭配。明霞姊示範的是白色褲裝，或搭圍巾，或搭薄外套。良媛則穿黑色洋裝，外搭圍巾，或是襯衫，或是亮麗的小外套。兩人在舞台上，變來變去，美麗極了！看得大家眼花撩亂。也得到許多的掌聲。

以上簡單的介紹，希望大家喜歡這場另類的runway show。



2017 NATWA 年會會後遊

謝婉香

在收穫滿盈的Atlanta年會後，北美洲台灣婦女會的姐妹和同伴們在四月二十三日中午興高采烈地登上車，開始兩天半的會後遊。

星期天下午是典型的亞特蘭大市內遊。全世界至今只有兩個城市擁有兩位諾貝爾和平獎得主，Atlanta就是其中之一，所以市內遊的重點當然就是卡特總統和Martin Luther King Jr. 這兩位得主了！總統圖書館庭園清幽，濛濛春雨中遠眺市內的摩天大樓，若隱若現。現代造型的建築中展出花生總統成長的故事以及他當政時的美國大事，最引人注意的就是戲劇化的伊朗美國大使館人質事件。馬丁路德紀念館展出六零年代他所領導的人權運動，如今數十年過去，美國又再面臨種族衝突的緊張情勢，引人深思！

後兩天的旅遊，我們分為費雯麗及郝思嘉兩組，有著不同的行程。一聽隊名，就知道那是淑芬會長的巧思，領著大家探索以亞特蘭大為背景的南北戰爭歷史小說Gone with the Wind。我們郝思嘉組的兩個主題，羅斯福家族及Gone with the Wind 小說可是緊緊相關的。先到小羅斯福 (FDR) 總統位於 Warm Springs 的小白宮，那是FDR 總統療養以及最後在他紅粉知己Lucy 陪伴下過世的寓所。去年十月，年中理事會的會後遊走訪Hudson Valley，其中位於Hyde Park, New York 的FDR總統圖書館，也是他出生及成長的家園，在那裡我們一睹他的豐功偉業，如今來到他過世的小白宮，把這位美國重量級總統的一生從起點和終點走了一回。

(Warm Springs 的小白宮前)



隨後大家到Warm Springs鎮上用餐，眼尖的遊伴，在路邊水果攤上發現道地的Georgia peanuts，微雨中，一群人就站在路邊吱吱喳喳地吃著鹽水煮花生，彷彿時光倒流，在台灣的夜市裡，一筴又一筴津津有味地吃個不停，真是旅行中難忘的一幕！

接著逛到位於Jonesboro鎮上的Road to Tara museum參觀，陳列了以各國文字出版的Gone with the Wind 小說，我們青春年少時所著迷的中文版的“飄”當然也在其中！那裡也展示著亂世佳人電影裡華麗的服裝及道具，接著到Stately Oak Plantation，那是飄的作者Margaret Mitchell 小時候聆聽戰爭遺老們說故事的阿嬤家，這本全世界最暢銷的小說中許多場景都是以這個莊園做為背景來寫的。

星期二一早我們就造訪Gibbs Garden，這是有個美麗日本庭園的私人花園，有蓮花池和小橋，大家學著淑貞姐取景想要拍出莫內的名畫。那裡也有著很大Daffodil 花園，可惜今年花開得早，與我們擦身而過！

我們也去拜訪Teddy Roosevelt 總統的母親Mittie Bulloch Roosevelt成長的莊園，她是一位集智慧美麗財富於一身的女人，最不凡的是他有一個總統兒子，還有一個孫女Eleanor是FDR總統夫人。據說Margaret Mitchell 就是以Mittie作為描寫郝思嘉的範本！

最後的旅程，遇到了大塞車，匆匆忙忙在Atlantic History Center 做了最短暫的巡禮，車裡淑芬姐從口袋裡拿出法寶，那是來自溫哥華的妃珠所提供的猜謎題，大家就在車上你猜我猜台灣地名，猜各種成語，忘了塞車的壓力，不知不覺中就及時抵達機場，為這美麗的旅程畫上完美的句點。

P.S. 我們郝思嘉旅行組，一路深入探訪飄的故鄉，不論在車上吃粽子，在Gibbs Garden 吃三明治，或站在街頭吃花生，總是吃得津津有味！不只是因為NATWA 團隊安排得好，也因為我們有“三”珍海味，當然好吃！（廖淑真、張淑貞和許淑貞三位淑貞(真)姐妹都在我們這組)

(Gibbs Garden 日本庭園前)



會後旅遊記一二

許淑貞

經過三天緊湊的年會，終於可以放鬆地享受淑芬會長為我們籌劃的會後旅遊。可惜天公不做美。雖然在開會時出太陽，會後卻傾盆大雨。所以星期六下午的半日遊只好在車內欣賞雨中市景。還好能趕到Martin Luther King Jr. 出生地及他曾主持過的教堂。進入不算大的教堂後似乎還能聽到鏗鏘有力的聲音在勸勉鼓舞他的同胞，提倡人權，提升黑人的社會地位。

然後車子送大家到Carter總統紀念館，我們在欣賞Carter總統的記錄短片時有幾位姊妹因為找不到其他的隊友就先搭車回旅館，幸好有電話連絡，否則我們發現丟了人一定會驚慌失措。其實姊妹們大多常在旅行，什麼事沒遇過，可能是我們太緊張了。我在小小的gift shop裏找到Carter總統的著作“A remarkable mother”。再次地認識這位出身護士的媽媽，如何學習新知識以及幫兒子做了許多公關。1966年的一個晚上她看到了一則關於Peace Corp的電視廣告，“Age is no barrier”，馬上通訊要求義工的工作，受訓後，被派到印度，一個既貧窮又不衛生的地方，去執行避孕，宣傳婦女健康，兒童流行病、感染病的預防及治療等等的工作，用她的知識專長關心造福身無分文又不認識的印度人，而且不求回報。有一次給家人寫信中提到說，自己買了一件cashmere披肩，非常喜歡。然而過了一天又說，她遇到一位pneumonia的病人因為醫院沒有毯子，她就讓這位病人披走她心愛的披肩。實在令人感動。70歲那年她結束了義工工作要離開印度時，許多村民走了12哩路到機場歡送她。她感慨地說“I left part of my heart there”。後來接受訪問時又說“When you do something for somebody in need, you get back a hundredfold, I got it back a thousandfold. 回國後她繼續支持兒子Jimmy Carter的政治生涯，幾次代表總統參加外國領袖的喪禮或招待名人貴賓的訪問。地方人士稱呼她“Miss Lillian”，她那種南方人的直樸的特性和個人巧妙應對技巧成為許多電視台的訪問對象。

第二天一大早大巴又載我們直奔Warm Spring, 瀏覽總統FDR的Little White House裡面所有的大小房間。導遊說明這間是給秘書住的，那間是給女朋友用的。NATWA的姊妹們很好奇，不斷地想要知道誰是總統的girlfriend？誰是mistress？您知道girlfriend和mistress的差別嗎？相信許多男士們聽到一定很羨慕總統的桃花運，不過這是要付出相當代價。

羅斯福總統是一位了不起的總統，帶領了美國人民走過艱難時期、戰爭、經濟大蕭條，還有制定我們現在還在執行的social security制度，儘管他是那麼的有才氣，還是要歸功於他背後重要的支持者總統夫人Eleanor Roosevelt, 1884出生是Theodore Roosevelt總統的

遠親，雖然年幼失去雙親，她還是受到親人的很好的栽培，多年寄讀英國學校周遊歐洲各國。20歲嫁給22歲Harvard法學院的學生Franklin Roosevelt (他曾任四屆美國總統)。她畢生致力於女權運動，為爭取婦女選舉權而努力。雖然婚姻遇到挫折，她再次檢討自己重新得到力量，奮發圖強，走出家庭投入政治社交圈，一方面配合總統的政治活動，一方面建立自己事業的新領域。多方面發展教育、媒體廣播、在報章雜誌撰寫新聞專欄發表關心種族問題、社會公義。在總統過世後還出任美國駐聯合國代表(1946-53)。

我們也參觀了“Road to Tara Museum”，看到“亂世佳人”的電影廣告和當時的文物展示，想起“Gone with the Wind”裡頭的一些情節，描寫南北戰爭期間的文化背景和故事，是一部很好的歷史小說，給予現代人對那時候的社會一些想像的空間。我喜歡女主角的熱情、獨立、果斷、頑固、不容有挫折感的個性，以及在結局她所說的最後一句話“Tomorrow is another day”。

在此我下載作者Margaret Mitchell的一段關於這本小說的解說：

IF *Gone with the Wind* has a theme it is that of survival. What makes some people come through catastrophes and others, apparently just as able, strong, and brave, go under? It happens in every upheaval. Some people survive; others don't. What qualities are in those who fight their way through triumphantly that are lacking in those that go under? I only know that survivors used to call that quality 'gumption'. So I wrote about people who had gumption and people who didn't. ,!!!

- Margaret Mitchell, 1936

提到Carter總統我們馬上連想到“花生”，來到他的故鄉怎麼可以不嚐嚐這裡的土產花生；剛好在路邊的水菓攤看到一位老先生除了賣水果外竟然還有跟台灣一樣的現煮“土豆”，5塊錢一大瓢。姊妹們踴躍地跟他“交關”，一下子整鍋的土豆就被一掃而空。現吃後又帶回去作宵夜的下酒小品。

最後一站到Gibbs Gardens，親近大自然漫步在公園裏是我的最愛，可惜時間太緊湊沒好好的享受到這精心設計比美世界各地的Japanese Gardens，不過我意識到在這個花園裏最不同的是有許多可愛的小孩子和小動物的彫塑安置在最恰當的位置，配合週圍的花草樹木構成美妙的一幅畫。希望大家有機會找一個早春花盛開時再來慢慢欣賞。



永遠的第一夫人

王淑芬

美國的第一夫人，可以是全世界最有「權力」的位子。想想，做那個世界最有影響力的人的「老闆娘」，一定是威風無比，「慶寡寡」吧？不過，反過來說，要做全世界的「老闆娘」可不是容易的工作啊！雖然很風光也很享福，但是當全世界的眼睛都盯著這個老闆娘看時，坐在這位子上，可是戰戰兢兢，也是辛辛苦苦，尤其若要做得好，那真是要有很大的勇氣與氣度的。

雖然美國的各式「排名榜」，從來沒有過令人五體投地的信服力，但是根據多種「估計」，Eleanor Roosevelt（愛琳娜羅斯福），也就是「小」羅斯福總統的夫人，一直都是美國最受尊敬，也是最有影響力的第一夫人，有人稱她為「永遠的第一夫人」；如果認真看她的經歷，以及她做過的事，是會同意的。

要談愛琳娜，一定得先搞清楚兩個羅斯福總統的關係。羅斯福這個大姓，在紐約有兩大支，一個是在長島的家族，一個是在海德公園，兩家雖然有親戚關係，卻是各自為政的遠親。愛琳娜是長島羅斯福出身的，她的父親是「老」羅斯福（Teddy Roosevelt）總統的親弟弟；兩兄弟的母親，也就是愛琳娜的祖母，就是生長在喬治亞州的美女Mittie，也是「飄」的故事的「模特兒」；婦女會年會的會後遊有去參觀她家的「大」房子。而「小」羅斯福總統（FDR）這一家，則是海德公園（Hyde Park）的家族，愛琳娜與羅斯福結婚，其實是嫁給她的cousin，難怪她的伯父說，這個婚姻最大的好處是，保住了羅斯福這個姓。

愛琳娜小的時候母親就去世了，而疼愛她的父親，大概因為妻子過世，生活放蕩，也不久人世。所以愛琳娜十歲時，父母就都不在了，而是由外祖母扶養長大的。她有著很不快樂的童年，又因為她跟她那天仙美媽及帥爸比來，實在太不美（親戚都稱她為醜小鴨），而她小小年紀時，就是個不苟言笑的老古板，所以家人都叫她「Granny」（祖母），也因此她從小就缺乏信心，甚至心中充滿恐懼（fear），還常常咬指甲。

在她快15歲時，祖母將他送到英國的一個女子學校，學校的女校長，親自調教她，幫助她成為一個獨立、有智慧又重人權的人。這個校長是她這輩子最感恩的亦師亦友。也因為校長的教誨，她從此熱愛教書並熱心服務人群。當年羅斯福當紐約州長、住在Albany時，愛琳娜做為州長夫人，每週有三天坐火車到紐約市，在女子學校當老師，教美國文學及歷史，常常忙到最後一分鐘趕火車，但她卻樂此不疲，堅持做到後來羅斯福當上總統搬去DC，才很不捨的離職。

在英國女子學校的日子，依她自己說，是她這一生最快樂的日子，可惜有錢人家的十八姑娘需要趕快「出世」給好人家認領作媳婦，祖母硬是要她回紐約，卻也因此，她與當時還在哈佛唸書的表哥結緣，也不知道這位英俊有人緣的表哥看上她哪一點，跟她戀愛也結婚，那時男21女19，都還是年輕的孩子。她是由當時任總統的伯父將她送出閣的。那時候，這份有總統祝福的聯婚，還上了紐約時報，這兩個金童玉女結合，羨煞多人！結了婚後，愛琳娜忙著生小孩，不到三十歲就當議員太太，不時要關心民情，但是她很認真的接見民眾，所以很受喜愛；不久又去DC當海軍官員太太，因為忙著生養小孩，所以請了一個漂亮的秘書Lucy來幫忙作公關，幾年後，卻在先生的行李裡發現他們的情書，從此，她跟羅斯福就是純粹的「政治及生活伙伴」，在有夫妻之名的幾十年裡，她扮演了最好的角色，也在歷史簿上，留下讓人敬仰的紀錄。

當年愛琳娜很願意給羅斯福自由，也就是離婚，但是一個從小媽媽就要培養當總統的帥哥，怎麼可以離婚？這樣的紀錄，怎麼當總統？於是兩人協議，從此不作夫妻只作伙伴。不過這個伙伴很夠義氣，當年羅斯福得了小兒麻痺，心灰意冷不知何去何從時，愛琳娜不但不離不棄的在病床邊照顧他，也聯合羅斯福的親密智囊Louis Howe鼓勵他，並幫助他重出江湖。羅斯福當上州長時，因為行動不便，當有需要州長視察時，她都當他的「眼與耳」，到處去看，再回去報告州長，也因為州長的嚴格要求，她學會如何考察及報告。也因為她對人權及勞工、少數族裔的關懷，她很得到一般民眾的敬重。

她是一個善用媒體的高手，她一做上第一夫人第二天，就在白宮召開記者會，而且只准女記者參加，確保女記者在大蕭條時有工作，在她任第一夫人期間，開了348次記者會；她也到處演講，讓自己從一個害羞的女孩，變成演講高手，在第一夫人期間，演講了1400場；而後她又在雜誌及報紙寫專欄，又因為她很願意深入民間瞭解人民的生活，也會寫，因此雜誌的專欄有數個，最有名的是她的報紙專欄「My Day」，一個星期寫六天，都是她自己寫的，寫的全是她的日常工作，當然，有時也藉機放些總統的政策訊息；這個專欄大受歡迎，曾經有62家全國各地報紙刊登，她也很認真過日子、寫文章，只有在羅斯福驟逝時，停了4天，後來退位第一夫人，都還繼續寫了好一陣子，之後也出書。說到出書，她在第一夫人期間也出了多本書，不只專欄文章書，也有小說；她還主持了電台節目，也參與電影製作，甚至在電視上作各種商業廣告模特兒賺錢，當被人家罵時，她說她是在賺錢捐給慈善機構。

編後語

陳彩雲

5月27日跟良媛、碧娥、寶桂、美麗一行五人有幸參加由彰化縣文化局跟賴和文教基金會主辦的「自由花」賴和文學音樂會，因 NATWA 是活動贊助者，我們竟成了座上賓，活動中 NATWA 也被 announce 許多次，可見我們被重視的程度。

節目內容相當豐富，包括在白色方塊咖啡&工作室舉辦的文學對談，以及在彰化縣立美術館前、武德殿周邊廣場舉辦的音樂會。在鍾舜文的導讀和蔡宗言美麗小提琴聲下，我們進一步欣賞鍾理和動人心弦的鄉土文學，黃惠禎更帶領我們隔著時空進入楊逵的社會主義哲學和實踐理念。音樂會演出者有宋德鶴、羅思容、鬥鬧熱走唱隊、線西國小幼兒園、張睿銓與移工朋友、謝銘祐、台南女中吉他社、消波塊樂團、林生祥、朱約信、與農村武裝青年，蓬勃的音樂創作多以台灣民生、文化為元素，好不熱鬧。

此行除了終於吃到正宗的彰化肉圓外，看到如此多台灣年輕世代透過文學、音樂、藝術來把我們自己殘缺的時代一點一絲的縫補、傳遞、再傳承，真是令人興奮感動。感謝春美促成賴和之友會，如此將我們 NATWA 和故鄉台灣連結，確是意義非凡。



我愛夏天，因為可以打室外網球不必花錢多多，然而今年夏天為了編此通訊聯誼，犧牲掉不少該樂趣。在編輯的過程中，認真讀一篇篇 NATWA 姊妹們這一年來的活動報導，為每個人熱心在各地積極、不辭辛勞舉辦對內和對外的活動感動不已。再看到年會報導和相片，彷彿又回到四月在亞特蘭大和姐妹們共度雖短暫卻美好的光陰，我花點時間和精神把它們串結在一起、保留下來是榮幸也是值得的。

感謝我們出版組的每一位成員(香梅、雁齡、艾霖、珠肌)、攝影師(芬芬)，還有非 NATWA 成員攝影師 S'hujon Mao、美編楊岱霖和 Beca Lee 不吝提供 layout template，他們的大力協助成就了此內容豐富通訊聯誼。

羅斯福是美國唯一一個任滿三任總統的，雖然愛琳娜當初沒有意願當第一夫人，但是她卻是美國歷史上當最久第一夫人的。因為羅斯福行動不便，因此她常常代表總統出巡，也因此她培養了不少自己的政見，雖然總統不見得都買帳，但是仍可見她的影響力。羅斯福在歷史功德簿上被評為美國前三名的總統，愛琳娜功不可沒。但是，這個獨立又充滿幹勁的女人，也因為她的特立獨行、不畏人言，製造了很多「傳聞」。譬如，她跟那個一直幫她在媒體勝出的 AP 記者 Lorena Hickok，過從甚密，就被懷疑兩人有「同性戀」；因為她意見很強烈，總是支持弱勢，她也曾被懷疑是共產黨；總之，事情做得多的人，惹來的閒話也多。

但是愛琳娜的低調與親民，是大家都讚許的。比起當年宋美齡率領40個僕人，幾大車的行李訪問美國受她招待，兩人的風格立見高下。羅斯福在第四任期初，參加雅爾達會議後，身體就不行了，沒有看到二次大戰結束，就在喬治亞州驟逝。總統去世後沒有第一夫人職銜，愛琳娜又繼續做很多事，她主導聯合國人權會的工作，也為女權工作奔走，她常常一個人帶著一個小行李及一個打字機，走遍世界各地，也會見各國領袖商討事物。

她是一個做事但是不計較名分的人，即使有人建議她選副總統甚至總統，她都沒興趣。一直到七十多歲體力不行了，她才「停」下來。這個曾經被認為無可救藥的醜小鴨，以5尺11的巨大身高（若不是Michelle Obama與他同高，她大概是最高的第一夫人），從一個沒有信心的小女孩，經過磨練學習，成長成一個世界級的模範女人，她經過兩次世界大戰，做過戰爭中的後方義工，也慷慨的送自己的四個兒子上戰場，戰後，她代表美國為聯合國工作，奔走於各國，為世界的和平貢獻心力。而作為一個母親及祖母，她也讓人讚許。雖然他的子女曾抱怨，母親年輕時「沒趣」，因為她太嚴格了。但是，她有做母親感人的一面，當羅斯福行動不便，不能陪孩子玩時，她可以一個人開車，帶著五個孩子去露營，也因為要母兼父職，陪孩子戲水，而在四十多歲時，為孩子而去學游泳。她有溫柔婉約的一面。

當年羅斯福在喬州過世，她陪著棺木回紐約州時，從火車的車窗，她看到各式各樣的人，站在路邊為羅斯福送行，她才發現她的先生受到這麼多人愛戴。而當她78歲在紐約家裡過世時，當時的甘迺迪總統夫婦及前總統及各地的領袖都來參加她的葬禮，她在天上，應該也知道，她也是多麼的受到尊敬。一個永遠的第一夫人！

NOTE



北美洲台灣婦女會

North America Taiwanese Women's Association

711 Crestview Dr., Diamond Bar, CA 91765

Presorted Bounded
Printed Matter
US Postage
PAID
30086
#1176



上: 2018 年年會召集小組大力釋出愛的歡迎。 下: 2017 年年會熱鬧滾滾，錯過的人免後悔，我們 2018.4 LA 見! (Photo by S'hu-jon)

