



四大考驗

- 一、是否一切屬於真實？
- 二、是否各方得到公平？
- 三、能否促進親善友誼？
- 四、能否兼顧彼此利益？

【出席是智慧的累積 缺席不會產生友誼】

第790次 8/7例會紅箱
感謝大家惠賜的紅箱 承上期NTD 38,000

捐贈人	分享的話	金額
P. Karen 馬豫佩	謝謝王醫師精闢演講 受益良多	NT\$1500
P.P. Katty 盧愛治	感謝王主任分享醫療保健的知識、收穫滿滿	NT\$500
S. Isis 王淑韻	感謝王醫師的精彩分享 受益良多	NT\$500
P.E. Flower 劉秀華	很棒的一堂課謝謝王醫師及蕭老師的示範	NT\$500
小計		NT\$3,000
合計		NT\$41,000

出席報告

8月7日(星期三)第790次例會

社員人數 39名
 出席人數 20名
 免計出席 1名
 缺席人數 4名
 補出席 14名
 出席率 90%

更正啟事：上期(第16卷第5期)社刊因資料有誤，誤植王友伸主任為王有伸，特此更正。

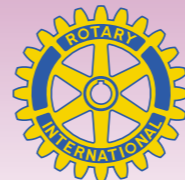
活動預告

8月21日(三)第792次例會
 新莊南區社暨台北中區扶輪社聯合例會
 ◎用餐時間：中午12:00
 台北圓山飯店一樓松鶴廳(自助餐)
 ◎例會時間：下午1:00 - 2:00
 ◎例會地點：台北圓山飯店十樓長青廳
 ◎專題演講◎ GSE歸國參訪經驗分享
 講師：D3520地區 2012-2013年度GSE團長 黃美貞 Stephanie社友 (台北玉泉社2012-13年度 秘書)

8月24日(六)
 扶輪青少年交換(RYE)劉尚安同學
 接機時間、地點如下：
 時間：8月24日(六)下午16:05
 地點：桃園中正機場第一航廈 班機：CX420
 要去接機社裡的RYE委員及接待家庭 P. Karen、Nicole、AG Tiffany、Sharon、S. Isis、Una (其他社友若有興趣一同前往也十分歡迎)

8月25日(日)
 2013-14年度扶輪盃兒童珠心算比賽
 日期：8月25日(日)中午12:20報到12:50開始
 地點：新北市勞工活動中心 (新北市五股區五工六路9號)
 各社派五名社友擔任監考老師並於中午12:00到達會場
 PS：敬邀社友擔任監考老師，意者請向秘書處報名

9月4日(三)第793次例會
 新莊南區社 / RYE交換學生劉尚安同學蒞社訪問
 ◎用餐時間：中午12:00 永寶餐廳
 ◎例會時間：下午1:00 - 2:00
 ◎例會地點：永寶餐廳
 ◎專題演講◎ 永遠的不老騎士
 講師：弘道老人基金會 執行長 林依瑩小姐



新莊南區扶輪社

參與扶輪 改變人生 第16卷第6期 | 02/08/14



國際扶輪 3490 地區新北市第三分區 每週三中午 12:00-14:00 例會地點：新北市新莊區新樹路 166 號 3 樓

8月14日(三)第791次例會

專題演講：分享參與扶輪樂生活之經驗

講 師：新北市第三分區助理總監 李玉璜 AG Tiffany
 電話：2991-5634 2993-0750
 職業分類：文化事業 傳 真：2992-6758
 現 職：崇文書局、聖立圖書公司
 公司地址：24243新莊市中華路一段92號



【扶輪經歷】

1998-1999 理事、秘書 創社社友
 1999-2000 理事、副社長、職業服務委員會主委
 2000-2001 理事、社長當選人、公共關係委員會主委
 2001-2002 社長
 2002-2003 理事、扶輪知識主委、扶輪基金主委、職業認識主委
 2003-2004 理事、出席、職業認識、扶輪基金主委、扶輪家庭表彰委員會、扶輪知識副主委
 2004-2005 理事
 2005-2006 理事、聯誼主委、社區服務委員會主委
 2006-2007 理事、行政管理委員會主委
 2007-2008 理事、行政管理委員會主委、聯誼主委、廣播媒體促進委員會主委
 2008-2009 理事、公共關係委員會主委、廣播媒體促進委員會主委
 2009-2010 理事、服務計畫委員會主委、電視媒體促進委員會主委、扶輪家庭主委
 2010-2011 理事、副糾察

2011-2012 理事、長期發展委員會主委、運動委員會主委
 2012-2013 理事、節目主委、社區發展委員會主委
 2013-2014 理事、聯誼副主委

【地區經歷】

2001-2002 扶輪社友及親友子弟聯誼委員會委員
 2002-2003 地區年會提案委員會委員
 2003-2004 扶輪實眷委員會主委、分區秘書
 2004-2005 地區國際服務委員會委員
 2005-2006 國際青少年交換委員會副主委
 2006-2007 國際扶輪友誼交換委員會委員
 2007-2008 地區節目委員會委員
 2008-2009 地區聯誼活動委員會副主委、地區GSE委員會委員
 2009-2010 地區聯誼活動委員會副主委
 2010-2011 台北縣第三分區地區副秘書 D.V.S
 2011-2012 巨額捐款小組委員會主委
 2012-2013 地區扶輪青少年領袖委員會副主委
 2013-2014 地區助理總監

靜思語

布施若不是真正心存喜捨，則非但沒有功德，反增煩惱。

To give without joy, not only carries no merit, but engenders afflictions.

發行單位：新莊南區扶輪社
 社長：馬豫佩 Karen
 秘書：王淑韻 Isis
 會計：林盈鳳 Una
 社刊主委：周月卿 Sharon
 社服主委：王金蘭 Gillian
 聯誼主委：林淑雯 Daling

出席主委：馬美玲 Cammie
 公共形象主委：黃淑玲 Iris
 副社長、行政管理主委：李金暖 Nicole
 社當、社員委員會主委：劉秀華 Flower
 職服主委：連姿晴 Beauty

糾察：陳秀英 Dancer
 服務計畫主委：官瑞禎 Jane
 扶輪基金主委：陳秀英 Dancer
 新世代主委、節目主委：潘采瑩 Annie
 國際主委：劉麗真 Rita

友好社：羅東中區扶輪社 (3490 地區)
 電話：03-957-3147
 例會：每週二 18:30 宜蘭縣五結鄉陽明北路 16、18 號 7 樓



國際扶輪三四九〇地區新北市第三分區 2013-2014 年度 八月份 社長、秘書 聯誼會

- 一、時間：民國 102 年 8 月 5 日 (星期一)
下午 18:00 註冊 / 18:30 開會。
- 二、地點：公館『水源會館』(台北市中正區思源街 16 號 2 樓)
- 三、主辦社：新莊 扶輪社
- 四、出席人員：
第三分區助理總監 李玉璠 A.G. Tiffany
第三分區地區副秘書 黃煜煙 D.V.S. Lamp
新莊扶輪社社長 曹維陵 Bill / 秘書 郭芳婷 Building
新泰扶輪社社長 胡萬吉 Tango / 秘書 黃國霖 Alex
新莊東區扶輪社社長 林清河 Andy / 秘書 許芳志 Camera
新莊中央扶輪社社長 胡英華 Copy / 秘書 羅興章 Tommy
新莊南區扶輪社社長 馬豫佩 Karen / 秘書 王淑韻 Isis
- 五、討論事項：
【提案一】有關 2013-2014 年度『愛·輪轉音樂會』地區活動，請討論。(提案人：A.G.Tiffany)
- 說明：◎時間：102 年 11 月 16 日 (星期六)
◎地點：新北市政府廣場
◎經費：每社編列二萬元 (原定預算每社一萬元)
◎主辦單位：新北市第三分區、新北市第六分區
決議：煩請 A.G. Tiffany 與第六分區 A.G.Black 協調了解聯合主辦之詳細內容，於九月份社秘會提出討論。
- 【提案二】有關 2013-2014 年度『地帶研習會』國際會議，請討論。(提案人：A.G. Tiffany)
- 說明：◎時間：102 年 12 月 6-8 日 (星期五-日)
◎地點：台北圓山飯店
◎地帶研習會召集人洪清暉 Ortho 鼓勵每社報名三位，以社長、社長當選人、副社長為優先報名。
決議：請各社踴躍報名，參與者請自行負擔費用。
- 【提案三】有關 新莊社 主辦第三分區聯合社區服務『贈送學校飲水機設備』活動，請討論。(提案：新莊社)
- 說明：◎捐贈對象：學校單位，以大新莊地區為優先選擇。
決議：通過，活動相關細節待新莊社確定後，再另發文通知各社。
- 【提案四】有關邀請第三分區五社聯合舉辦『參與扶輪 改變人生 專題演講研討會』活動事宜，請討論。(提案：新莊社)
- 說明：為提昇扶輪公共形象，擬邀請各界名流、學術界精英，舉辦新北市第三分區五社聯合專題演講研討會，以增進社友聯誼充實知識領域。
◎講師：沈中元 博士
◎學歷：國立台灣大學法學碩士 / 上海復旦大學法學博士
◎現職：國立空中大學公共行政系專任副教授 / 國立台灣師大表演藝術所兼任副教授
決議：1. 預定時間：102 年 11 月 30 日 (星期六) 請新莊社再與主講人協商，確定日期。
2. 預定地點：五股勞工活動中心。
3. 活動經費：由五社共同分攤。
4. 請各社帶回理事會討論，於九月份社秘會提出再議。
- 【提案五】有關 新泰社 主辦第三分區聯合社區服務『守護有愛、扶輪常在』活動，請討論。(提案：新泰社)
- 說明：1. 舉行時間：102 年 12 月 15 日 (星期日)
2. 舉行地點：新莊永寶會館
3. 捐助對象：新莊地區導護志工
4. 捐助品名：雨衣 (每人 1 件)
決議：請各社帶回理事會討論是否聯合例會，餐費部份請由各社自行負擔。
- 【提案六】有關 新泰社 主辦『視力檢查』活動，請討論。(提案：新泰社)
- 說明：協辦單位：新北市鐘錶眼鏡商業同業公會
決議：請新泰社確定活動日期及相關內容，於下次社秘會提出再議。
- 【提案七】有關 新泰社 主辦『趕路的雁反毒』活動，請討論。(提案：新泰社)

- 說明：以國小學生為宣導對象，觀看以色列國家教育委員會的反毒電影，邀請曾是戒毒犯的劉吳牧師分享心得，歡迎各社社友共同參與。
- 決議：請新泰社確定活動日期及相關內容，於下次社秘會提出再議。
- 【提案八】有關新泰社針對公共形象預訂於社館架設 LED 燈大型看板，邀請第三分區各友社一同參與，請討論。(提案：新泰社)
- 說明：1. 架設地點：新莊聯合社館
2. 規格：雙面全彩字幕機
3. 報價：(A) 4×6 尺=約 \$18 萬。
(B) 4×8 尺：約 \$23 萬。
決議：請各社帶回理事會討論，於九月份社秘會提出再議。
- 【提案九】有關第三分區申請全球獎助金『捐贈復康巴士國際服務』各社 PHF 配合金額，請討論。(提案：新莊中央社)
- 說明：如資金分配表 (詳見附件)
決議：請各社配合 2 顆 PHF，以『捐贈復康巴士國際服務』為指定用途，復康巴士捐贈儀式將於地區年會舉行。
- 【提案十】新莊中央社輔導成立新莊卓越社，每週例會預計在社館召開，費用如何計算，請討論。(提案：新莊中央社)
- 說明：因新莊卓越社剛成立臨時社，其例會時間、地點尚不固定，希望可以借用聯合社館召開籌備會議，例會時間為每週二晚上。
決議：鼓勵新莊卓越社成立臨時社，將免費提供聯合社館使用開會，煩請會議結束後保持場地清潔，待新莊卓越社正式由 RI 批准成立後再收取場租費。
- 六、臨時動議：
(一) 提案人：助理總監 A.G. Tiffany：
敬邀各社踴躍參與地區 WCS" 越南貧童醫療矯治計畫"。請各社共同捐款支持，盡快將愛心款項每社 2 萬元匯入 WCS 專戶。102 年 10 月 2 日-10 月 7 日由總監帶隊，組團到越南順化醫學院附設醫院，進行捐贈儀式及扶輪愛心病房之啟用，鼓勵社友、餐券踴躍報名參加，一起參與扶輪，改變人生，報名日期 8 月 10 日截止。
- (二) 提案人：地區副秘書 DVS. Lamp：
敬請各社支持國際扶輪台灣總會，繳納今年度會費，每位社員 100 元。
- (三) 提案人：新莊中央社：
敬邀各社踴躍參加新中社主辦 8/25 (星期日) 扶輪盃兒童珠心算比賽，煩請各社指派 5 位社友支援擔任會場監考官職務，工作人員請於上午 11 點抵達五股勞工活動中心協助活動事宜，謝謝。
- (四) 提案人：新莊南區社：
有關『不老騎士』電影，是由一群 87 歲-93 歲的銀髮族擔任演出，其演出人員將於八月份到美國宣傳，預計回國後邀請不老騎士全員舉辦聚餐活動，屆時歡迎各社共襄盛舉。
- (五) 提案人：新莊南區社：
"扶輪之友聯合公益網擴大大案" 討論
說明：由地區贊助美金 3000 元，三分區共同主辦，新莊南區社為承辦社，辦理記者會或資源提供發表會時邀請五社聯合例會並鼓勵分區各社友成為公益特約店家及上公益網捐贈環保物資，敬請各社支持。(更正議案內容，本社 ok，友社追認中)
- (六) 新莊社秘書 Building，即將於 8 / 2 4 嫁女兒，與大家分享喜悅，敬邀 2013-2014 社秘會各位長官、社長、秘書，屆時歡迎蒞臨共襄盛舉。(設宴於 8/24 (星期六) Pm18:00 台北世貿聯誼社)
- (七) 有關 2013-2014 年度 社長、秘書聯誼會「應酬公約」事宜，請討論。
決議：(1) 喜：每人 \$2,200 元。
(2) 喪：每人 \$1,500 元。

開創幸福人生—從身心靈做起

第 791 次例會心得分享 -P.P Katty 盧愛治

在生命旅程中，很有趣的是我們始終不知道會遇見誰，緣份就好像一條看不見的線牽引著彼此。而人生中出現的貴人朋友，就是這趟旅程中最美好的風景。

曾經有好一陣子，我一直為肩膀傷所苦，當時醫院給我的建議是「開刀」，雖然知道現代的醫學技術發達，但聽到這兩個字，還是不由得從骨子裡發寒了起來。周遭的朋友們都不藏私的把不錯的醫師、有效的治療方式介紹給我，試過幾種方法皆不見起色，生理影響心理，萬念俱灰，當時的生活就如五、六零年代的電視，人生是黑白的…。

因緣際會之下，透過新中社 PP Smooth 的引介認識了王友伸主任，開始了一段漫長的復健生活，現在我的手臂已經可以正常活動，看著自己一天天的恢復進步，既覺得欣慰，更感謝生命的貴人—王主任一路耐心陪伴。經歷過這件事之後，我才開始正視「健康保健」有多重要，因此我特別推薦他在例會中幫我們增廣見聞，我想多一些保健知識，就少一點健康危機。

這一天，王主任提出了一個很好的觀念：如果要創造幸福的人生，必須讓「身心靈達到平衡」，除了有形的身體保健之外，其實無形的心靈療癒也同樣重要。這提醒著我們「心」也是會生病的，而且身體及心理會交互作用、產生影響，不好的情緒反應或生理病痛也隨之而來，但我們卻常常忽略這個問題。

他先介紹了復健治療的範疇，原來平常生活中胸悶、失眠、頭痛、姿勢不良等等，都可以透過復健的幫助而獲得改善，讓我們對復健科大大改觀，也更有概念。接著舉出幾個我們常見的身體病痛，包括因為長期使用手機或平板而造成的肩頸痠痛、落枕、五十肩，這都是與我們生活息息相關的，卻也經常被忽視。他還特別請小老師楊雅竹小姐教我們如何經由簡單的頸椎養生操達到舒緩痠痛的效果，也可以避免因為長期使用電腦、手機而造成的現代文明病。

再來，王主任說到：「我們的情緒是情感及身體因素相互錯綜作用的結果」，如何讓心理與生理達到居中平衡、適時地進行情緒管理，那就是我們要學的課題。抒發情緒、釋放壓力的方式有很多種，他特別帶來三種不同的精油，分別是薰衣草、檸檬、薄荷，讓我們以精油去按壓肩頸和後腦勺的部分，一方面透過按摩能減輕痠痛、舒緩壓力，另一方面精油本身的香氣也可以使人平靜，消除憂慮並且安撫情緒。經過精油的洗禮之後，真的讓人心曠神怡、神采飛揚，我想在場的姐妹們都跟我感同深受、樂在其中吧！

我們在這幸福香氣中結束了這段愉快的下午，感謝王主任為我們準備了這麼精彩的演講，兼具了嗅覺與視覺，也結合了知識及常識，更把保健小撇步傳授給我們，讓我們又成長了許多，聽過他的分享，新南姐妹們一定對「幸福人生」更有想法了吧！



RYE Outbound 學生劉冠汝出國報告



感謝 AG 大人為大家分享 RYE 的知識



感謝楊雅竹小姐的標準示範



例會圓滿成功 YA!



感謝王友伸主任的精彩演講