

112 年桃園市婦女中心主題講座計畫書

《我在桃園天氣晴-SDGs X 婦女權益》系列講座

壹、計畫緣起

個人性別意識培力一直是婦女中心的重要工作，112 年主題講座以《我在桃園天氣晴》為題，依據永續發展目標 SDGs 目標規劃多元面向之演講主題，將桃園女性所關切的環境永續、母職生涯規劃、情感教育及目前正夯的 STEM 議題納入，邀請知名人士演講，盼能將影響力擴大，讓在地女性感覺身為桃園人，能有天天好心情、日日是好日的幸福感。

2015 年聯合國提出《改變我們的世界：2030 可持續發展議程》，在此序言的第二段強調「不遺漏任何人」(no one will be left behind)，這句話正是聯合國永續發展目標的核心理念，也說明了在邁向發展的道路，每一種性別（不論男孩、女孩或者超越性別的者），都應該獲得平等的機會以追尋更好的自己與想要的未來。SDGs 每個目標的達成都與性別平等相關，其中「性別平等」作為第 5 項聯合國永續發展目標，不僅呼籲性別平等應作為基本人權，也是實踐聯合國永續發展的核心要項。

聯合國婦女署（UN Women）也揭示，唯有確保女性人口能在所有 SDGs 目標中獲得良好權益，我們才能真正實現造福所有人的永續發展未來。爰此，112 年婦女中心規劃 4 場主題講座，包括「女性與永續-友善地球從循環時尚開始」、「母職生涯-斜槓媽媽的好玩人生」、「情感教育-人生下半場的人我親密關係」、「突破界線-數位時代的關鍵少數」，除了呼應永續發展目標 SDGs 目標 5 強調「實現性別平等，並賦予婦女權力」，也倡議女性對環保議題的關切、女性自我成長及女性在科技領域的追求，以提升婦女權益，正如聯合國《2030 可持續發展議程》所宣示的：所有人都應該擁有更多的人生選項；持續促進永續生活模式、人權、性別平等、和平及非暴力提倡以及文化對永續發展的貢獻。

貳、各場次內容及邀請主講人說明如下：

一、女性與永續-友善地球從循環時尚開始

◆ SDGs 永續發展目標 12. 確保永續消費和生產模式

111 年聯合國婦女地位委員會（簡稱 CSW）的主題為「今日的性別平等，共創永續的明日」（Gender equality today for a sustainable tomorrow），這項主題，讓更多人認識女力在不同領域的貢獻，進而肯定女性參與氣候行動的重要性。我們都知道，一件衣服的生產、製造過程，會使用大量的水，製造大量碳排，而這些成本並沒有反應在新衣的價格上，因此，製造衣物耗費的價是由全民共同承擔。根據商業周刊報導，每個成年女性衣櫃裡的閒置衣物，透過轉售，平均可產生超過 2 萬元的價值。

因此，本場次將邀請從事環境永續、社區創新的「廢遜媽的二手漂流計畫」何語蓉理事長，講述該計畫進行的二手衣物再造歷程，從衣物的延續、改造、修補、交換開始，多延長一件衣服的生命，也在無形中減少了一件衣服的生產。廢遜媽致力於推動的二手衣物的循環再造，並舉辦活動、工作坊，讓民眾更能了解時尚對環境的影響，同時提供其他環團推廣平台，達成具有規模的氣候行動理念倡議。許多女性已經透過行動與實踐為地球努力，也希望能讓桃園女性力量連結起來，結合成一股更巨的永續力量。

二、母職生涯-斜槓媽媽的好玩人生

◆ SDGs 永續發展目標 5. 性別平等

對大多數婦女而言，「為人妻」與「為人母」可說是女人角色扮演的分水嶺。結婚是女人學習改變角色的開始，成為母親是女人角色翻轉的關鍵，子女成年後則是女人角色進入解放的階段。雖然「成為母親」是大多數女性的共同經驗，可是女性在實踐母職過程中，往往因為社會位置不同而採取不同的策略。

在我們周遭，有很多人在爭論到底是當全職媽媽好？還是職場媽媽好？當然每個人都會有不同的規劃，有的女性本來就不喜歡職場生活；有的女性卻希望即使結婚生小孩，也能有獨立的事業、經濟收入。但時代和生活型態的改變，讓很

多人不再滿足於單一的生活方式，而選擇一種能夠擁有多重職業和身份的多元生活。就像許多全職媽媽希望在照顧孩子之餘，也能賺取額外收入貼補家用，並在媽媽的角色之外，探索生活中更多可能性。

本場次講座預計邀請知名親職部落客『四胞胎媽媽 Samantha』分享自身經驗，Samantha(翁于婷)原在美國 FutureUS 出版社擔任藝術總監，28 歲生了 4 胞胎之後決定返台成為全職媽媽，除了自己帶孩子、經營部落格與臉書，還成立公司自創品牌，斜槓多元職業角色，成為一個能自我實現的快樂媽媽的過程。

三、情感教育-人生下半場的人我親密關係

◆ SDGs 永續發展目標 3. 良好健康與社會福利、5. 性別平等

在平均壽命已達 80 歲，每年 5 萬多對夫妻離婚的台灣，在人生下半場談場戀愛，絕不罕見。但提到中年男女的情感議題，能找到的資訊多半著墨於外遇劈腿、老少配，或傳遞男人不管幾歲都有行情，女人過了特定歲數就只有被挑揀之類的價值。或許是擺脫不了戀愛專屬於年輕人的刻板印象，大人們通常不會強調想「談戀愛」，而是宣稱自己要「找個伴」。在中國傳統的文化價值中，中老年人若表現出熱烈感情常被視為是衝擊的、有違倫理道德的，這些固有的舊觀念讓部分人覺得中老年再婚並不光彩，進而選擇壓抑情感。

其實中老年人不僅有情感上親密的需求，也如多數年輕人一樣會有性行為的需求，這些感情讓他們感到被愛、快樂、自信與浪漫，對生心理都有一定程度的正向影響。而多數中老年再婚者的「再婚動機」通常離不開兩大項，第一為心理層面的需求：在情感上感到孤單，習慣身旁有人作伴，或認為在婚姻關係中較能得到安全感等；另一項則是實務層面的需求：再婚後兩個人在生活上可以彼此照應，在家務處理或經濟資源上可以有人共同分擔。研究發現許多再婚者活的歲數愈長，生活習慣、文化差異容易愈大，更需要彼此協調與包容，此時若沒有妥善處理衝突，容易有更多問題產生。除了伴侶雙方需要磨合，子女的部分也是需要面對的議題。人都有愛與被愛的渴求，希望有一個特別的人能欣賞、看重、需要自己，這種渴求源自於跟父母（特別是媽媽）的依附關係，令人不斷想尋找讓自

己圓滿的對象，不管到哪個年紀，都會有這種渴望。因此，本次講座邀請鍾燕宜教授主講，希望傳達如何正向的表達情感需求，鼓起勇氣打破舊有的價值思維，不論甚麼年紀都可以積極、主動尋愛。

四、突破界線-數位時代的關鍵少數

◆ SDGs 永續發展目標 4. 優質教育、5. 性別平等

不論是科學研究、藥物研發、工程設計、環境規劃、科技創新發明，在科學技術與知識革新的過程中，都存在著忽略「生理性別」、「社會性別」的分析視角，錯失了許多創新的可能；未能察覺性別可能導致的偏誤以及科技與工程領域中的性別不平等，也使得創新研發的過程，缺少了更多元的角度與觀點。21 世紀的現在，我們的社會卻仍然普遍的認為女性無法駕馭理工科目與相關職業，大學的理工科系男女比例也依然懸殊。

SDGs5 是要實現性別平等，並賦予婦女權與能。科學、技術、工程和數學領域的性別不平等是一個全球性且長期存在的問題，主要是因為女孩和女性接受高等 STEM 教育的人數過低，因此導致女性參與 STEM 相關專業職業的人數明顯低於男性；在某些情況下，受過高等 STEM 教育的女性在領導職位的發展受到限制。

為了鼓勵及爭取女性爭參與科學相關工作的權利，聯合國在 2015 年宣布每年的 2 月 11 日為「國際女性科學日 (International Day of Women and Girls in Science)」，期望世界各地透過教育或社會推廣，促進女性積極加入科學領域！

本次講座擬邀請現任國家高速網路與計算中心正工程師楊嘉麗博士專講，楊博士在 COVID-19 期間為了讓國人更加瞭解全球與臺灣疫情變化，與團隊無償投入開發繁體中文版「COVID-19 全球即時疫情地圖」，獲得各界重視與肯定。本次講座希望讓民眾了解從事理工行業的女性，在成長過程有哪些抉擇與挑戰，並探索超級電腦、資訊安全與生物醫學的精彩世界，及這些科技領域如何影響我們的生活。無論性別，每個人都能參與並受益於這個領域。同時特別鼓勵女高中生積極投身科學和技術，勇敢選擇自己的興趣去發展，打破框架，成就自己。

參、計畫目標

- 一、讓參與者了解 SDGs 永續目標與婦女權益之關聯。
- 二、鼓勵女性追求自我實踐。
- 三、增強與提升性平意識，鼓勵女性參與公共議題。

肆、辦理機關

- 一、主辦單位：桃園市政府社會局
- 二、承辦單位：桃園市婦女中心(社團法人桃園市基督教女青年會承辦)

伍、執行內容

一、辦理時間及地點：

| 期程 | 講座主題說明 | 辦理場地 |
|------------------------------------|--|------------------|
| 3月29日 (星期三) 13:30- 16:30 | 主題：友善地球從循環時尚開始 講師：何語蓉 說明：從衣物的延續/改造/修補/交換開始，多延長一件衣服的生命，也在無形中減少了一件衣服的生產。 | 龍潭圖書館多 功能展演空間 |
| 5月20日 (星期六) 13:30 - 16:30 | 主題：斜槓媽媽的好玩人生 講師：Samantha(翁于婷) 說明：職場菁英進入家庭成為全職媽媽，再斜槓多元職業角色，成為一個能自我實現的快樂媽媽的過程。 | 桃園婦女館 302 教室 |
| 7月29日 (星期六) 13:30 - 16:30 | 主題：人生下半場的人我親密關係 講師：鍾燕宜 內容：人生不論幾歲都要建立良好的親密關係，學習正向的表達情感需求，打破舊 | 中壢婦幼館演 藝廳 |

| | | |
|------------------------------------|--|------------------------------|
| | 有的價值思維，積極、主動尋愛。 | |
| 10月21日 (星期六) 9:00 - 12:00 | 主題：突破界線-數位時代的關鍵少數 講師：楊嘉麗 內容：在理工業界的女性，如何打破框架，成就自己，面對成長過程有哪些抉擇與挑戰，及現今數位科技運用現況。 | 桃園市立圖書館總館微光廳 (桃園區南平路302號) |

二、參與對象及宣傳管道：

- (一) 友善地球從循環時尚開始：目標受眾為關心環保議題女性及社團、或對此議題有興趣之市民。預計拜訪龍潭區婦團、龍潭在地推動或關心環保議題社團、里辦公室、學校加入協辦，張貼海報及協助轉發活動line資訊。
- (二) 斜槓媽媽的好玩人生：目標受眾為25-45歲青壯世代媽媽或對此議題有興趣之市民。擬邀請桃園及八德區婦團協辦，結合在地媽媽團購網、學校愛心媽媽群組協助轉發活動資訊。
- (三) 人生下半場的人我親密關係：目標受眾為45-65歲中高齡女性、或對此議題有興趣之市民。預計邀請中壢區婦團協辦，並請里辦公處協助於line群組發送活動資訊。
- (四) 突破界線-數位時代的關鍵少數：目標受眾為本中心「年輕女性方案」學員、桃園各國、高中學生或對此議題有興趣之市民。擬邀請婦團、國高中學校社團參與及協助發布活動資訊，參與講座之學生將開立學習服務時數證明。

三、主講者簡介：

| 講師姓名 | 現職 | 學經歷 |
|------|--------------------------|---|
| 何語蓉 | 廢遜媽的二手漂流計畫發起人 | <p>學歷：世新大學社會發展研究所、朝陽科技大學企業管理系畢業</p> <p>經歷：2022 新北市新莊區市議員參選人、小民參政歐巴桑聯盟政黨秘書長、廢遜媽二手漂流計畫發起人、台灣親子共學教育促進會理事、Hit Fm 91.5 中台灣廣播電台 DJ Cherry、財團法人人本教育基金會企畫</p> <p>專長：環保、行銷</p> |
| 翁于婷 | 親職部落客-四胞胎的媽媽、安婉有限公司品牌創辦人 | <p>學歷：UCDavis 美國加州大學 Design major</p> <p>經歷：美國 FutureUS 出版社 Art director、安婉有限公司負責人、臉書粉絲頁《四胞胎媽媽 Samantha》55 萬人追蹤</p> <p>專長：網路社群經營、著作-我的四千金</p> |
| 鍾燕宜 | 蛹之生心理諮商所顧問 | <p>學歷：交通大學經營管理研究所管理博士、東海大學企管研究所商學碩士、彰師大輔導與諮商學系教育學士</p> <p>經歷：中臺科技大學健康產業管理研究所</p> |

| 講師姓名 | 現職 | 學經歷 |
|------|------------------|--|
| | | <p>長、中臺科技大學管理學院院長、中臺科技大學教務長、代理校長、國立台中科技大學事業經營所教授、國立台中科技大學學生輔導中心主任、中臺科技大學文教事業經營研究所專任教授、彰化師範大學輔導與諮商學系兼任教授、彰化師範大學人力資源管理研究所兼任教授、亞洲大學心理學系碩士班兼任教授、彰化師範大學研究倫理審查委員會委員</p> <p>專長：人際/溝通、快樂學、工作生活平衡、身心壓力、悲傷輔導、心理測驗、情緒管理</p> |
| 楊嘉麗 | 國家高速網路與計算中心 正工程師 | <p>學歷：國立交通大學科技管理研究所博士</p> <p>經歷：國家高速網路與計算中心企劃、光寶科技無線通訊事業部產品經理、資策會產業分析師、Kontron Asia 行銷經理</p> <p>專長：生醫、超級電腦、巨量資料分析</p> |

四、執行方式：每場次講座除現場演講、回應與民眾互動外，將搭配線上直播方式擴大參與人次，並節錄講座精彩內容影片上傳至中心 YouTube 除宣傳本系列活動外，也能吸引更多民眾參與中心講座。

陸、 預期效益

- 一、 本計畫預計辦理 4 場次、受益人數 320 人次。
- 二、 80%以上參與者更認識 SDGs 與女性權益的關聯。
- 三、 80%以上參與者更認同女性追求自我人生的重要性。
- 四、 80%以上參與者增強與提升性別意識。

附件一、滿意度問卷

主題講座《我在桃園天氣晴-SDGs X 婦女權益》

【突破界線-數位時代的關鍵少數】講座滿意度問卷(10/21)

親愛的朋友，您好！

感謝您參加本次講座，請填寫下列問卷，並於活動結束後交給工作人員。您的寶貴意見，將作為我們日後規劃與辦理活動的參考。謝謝您的協助！

桃園市婦女中心 敬啟

壹、活動成效評量

| 題目 | 滿意度 | 非常滿意 | 滿意 | 尚可 | 不滿意 | 非常不滿意 |
|---|-----|------|----|----|-----|-------|
| 1. 整體活動符合課前期待。 | | | | | | |
| 2. 對時間及場地的安排感到滿意。 | | | | | | |
| 3. 對講師及演講內容感到滿意。 | | | | | | |
| 4. 透過講座，認同「科學、技術、工程、數學」領域的性別不平等框架需要被打破。 | | | | | | |
| 5. 透過講座，了解無論是讀理工科系或從事理工相關職業都與性別無關。 | | | | | | |

6. 我對女生讀理工科系或從事相關行業的看法：_____

7. 在這次活動中，您覺得收獲最大的是什麼部分？或是哪一段話？

8. 除了本次活動議題外，請問您希望婦女中心開辦哪些議題講座？(可複選)

- 人身安全議題 婚姻家庭議題 多元文化議題 就業經濟議題
 健康照顧議題 能源環境議題 人際關係互動 其他_____

貳、基本資料

1. 性別： 生理男 生理女 其他_____ 2. 居住區域：_____區
3. 年齡： 25歲(含)以下 26~35歲 36~45歲 46~55歲 56~65歲 66歲以上
4. 教育程度： 碩士(含以上) 大學/專科 高中/高職 國中 國小 不識字
5. 如何得知本活動資訊：
 團體、朋友介紹 婦女中心網站、fb、line 公部門 其他_____

附件二、團體報名表

主題講座《我在桃園天氣晴-SDGs X 婦女權益》



【突破界線-數位時代的關鍵少數】學生報名表

活動時間：10月21日(六)9:00~12:00

(8點45分開始進場，活動免費，全程參加可開立志願服務學習時數3小時及小禮物一份)

活動地點：桃園市立圖書館總館微光廳(桃園區南平路303號1樓)

單位名稱：_____ 聯絡人：_____ 職稱：_____

連絡電話：_____ 電子信箱：_____

| 序號 | 姓名 | 性別 | 班級 |
|----|----|---|----|
| 1 | | <input type="checkbox"/> 生理女 <input type="checkbox"/> 生理男 <input type="checkbox"/> 其他 | |
| 2 | | <input type="checkbox"/> 生理女 <input type="checkbox"/> 生理男 <input type="checkbox"/> 其他 | |
| 3 | | <input type="checkbox"/> 生理女 <input type="checkbox"/> 生理男 <input type="checkbox"/> 其他 | |
| 4 | | <input type="checkbox"/> 生理女 <input type="checkbox"/> 生理男 <input type="checkbox"/> 其他 | |
| 5 | | <input type="checkbox"/> 生理女 <input type="checkbox"/> 生理男 <input type="checkbox"/> 其他 | |
| 6 | | <input type="checkbox"/> 生理女 <input type="checkbox"/> 生理男 <input type="checkbox"/> 其他 | |
| 7 | | <input type="checkbox"/> 生理女 <input type="checkbox"/> 生理男 <input type="checkbox"/> 其他 | |
| 8 | | <input type="checkbox"/> 生理女 <input type="checkbox"/> 生理男 <input type="checkbox"/> 其他 | |
| 9 | | <input type="checkbox"/> 生理女 <input type="checkbox"/> 生理男 <input type="checkbox"/> 其他 | |
| 10 | | <input type="checkbox"/> 生理女 <input type="checkbox"/> 生理男 <input type="checkbox"/> 其他 | |
| 11 | | <input type="checkbox"/> 生理女 <input type="checkbox"/> 生理男 <input type="checkbox"/> 其他 | |
| 12 | | <input type="checkbox"/> 生理女 <input type="checkbox"/> 生理男 <input type="checkbox"/> 其他 | |

*報名表請傳真至 03-3649677 並來電確認，或 mail 至信箱 ywcatyw@gmail.com

*桃園市婦女中心電話：03-3648213 承辦人張小姐