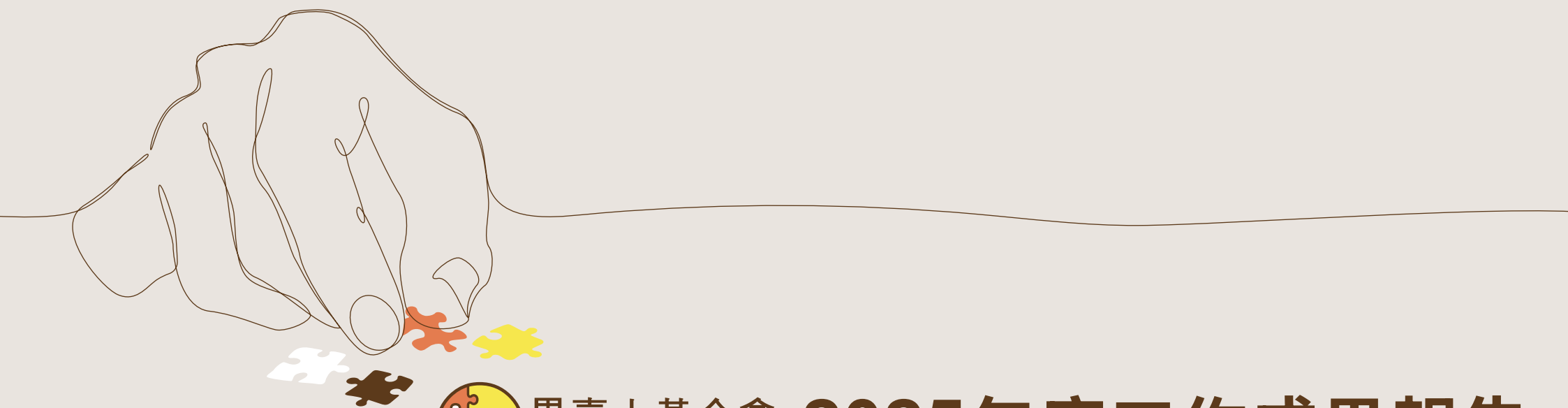




畢嘉士基金會
BJØRGAAS FOUNDATION

2025年度工作成果報告

畢嘉士，一起做好事 Together, We Can



1 關於
畢嘉士

2 年度回顧
與感謝

3 我們的
永續實踐

4 海外服務成果
馬拉威

5 國內服務成果
屏東

6 馬拉威
公益商品

7 我們的
責任



Olav Bjørgaas, 1926-2019

關於 畢嘉士

「畢嘉士基金會」成立於 2013 年 3 月，名稱取自曾來台行醫 30 年的挪威籍醫師畢嘉士。

希望繼承他「永不放棄」的信念與解決問題的決心，盡其所能去看顧每一個生命的尊嚴。



1 關於
畢嘉士

2 年度回顧
與感謝

3 我們的
永續實踐

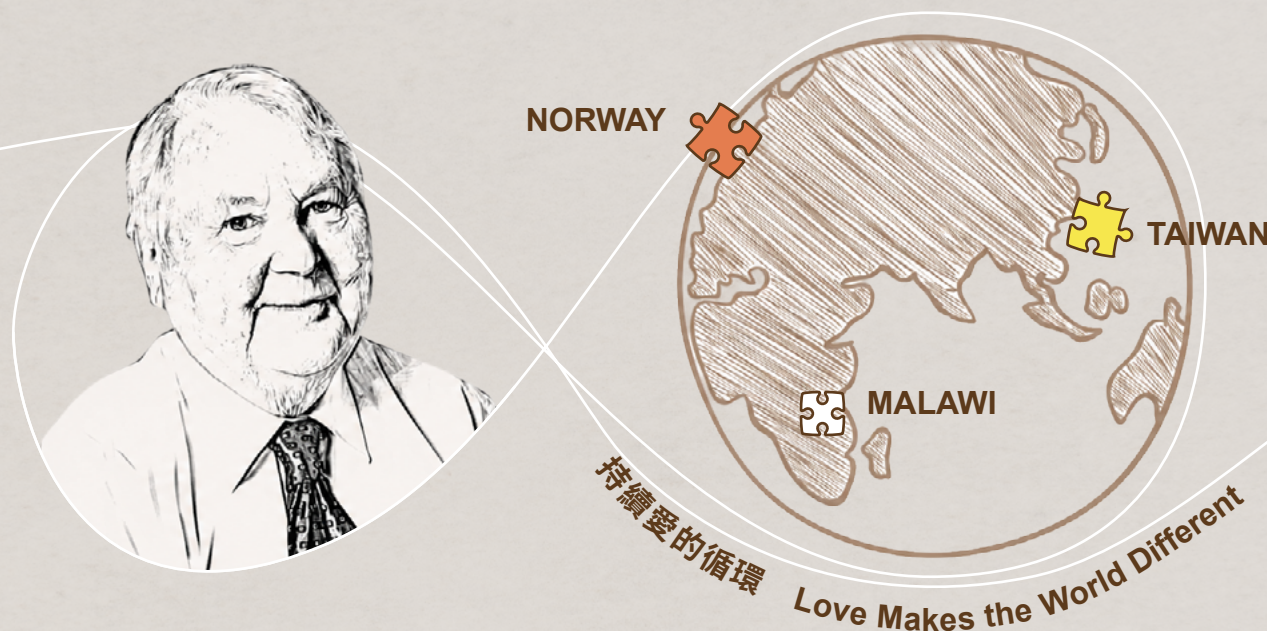
4 海外服務成果
馬拉威

5 國內服務成果
屏東

6 馬拉威
公益商品

7 我們的
責任

我們的理念



傾聽在地需求，以可複製實踐的永續循環服務方案陪伴屏東長者與馬拉威人民打造自立生活。

在屏東，用「從預防到照顧」的多層次延續性照顧提供中高齡健康促進和社區式長期照顧服務。

在非洲馬拉威，關注健康、教育及經濟三大面向支持培養社區自立能力，翻轉貧窮困境。



親愛的畢嘉士好朋友

去年，由於國際局勢與關稅震盪的風浪，無疑是充滿挑戰的一年。

所幸有您的陪伴與支持，我們得以在台灣屏東與遙遠的非洲馬拉威，以穩定的力量持續投入服務不中斷。

感謝您，與我們共筆書寫了這些溫暖的篇章：



接住 **223 名**
長照服務使用者與家庭

承載 **3.2 萬 次** 的
服務支持



協力培訓 **38 名**
熟齡志工人力

累計貢獻 **3,637 小時**
循環投入社區關懷



2.6 萬 人次
共創健康促進及
社區融關懷行動

供應 **1.4 萬 份**
社區健康餐食



支持 **150 位**
非洲馬拉威學童
教育資源

確保 **4.7 萬 名**
馬拉威居民擁有
安全乾淨的水資源

我們的永續實踐

因為有您，一起讓世界更好

有選擇的人生



以人為本，推動實踐自立照護觀念，提供教育支持及經濟培力機會；破除高齡及貧窮的限制，享有選擇的權利。

台灣屏東

- 中高齡人力就業機會
- 台灣中高齡者受教權益
- 失能失智長者自立照護

非洲馬拉威

- 經濟培力發展
- 教育資源支持

有尊嚴的支持



期待每個生命都能被善待，用有品質的照顧，支持需要的家庭；以循環回饋投入方式，協力在地人民經濟發展。

台灣屏東

- 到宅沐浴服務
- 日間及居家照顧服務

非洲馬拉威

- 女性教育學習支持
- 社區婦女養豬經濟自立計畫
- 青年木工培力循環回饋方案



有健康的生活



從預防著手，多層次建構中高齡者健康老化行動；以有限資源，最大化確保當地擁有乾淨水資源及健康衛生環境。

台灣屏東

- 社區中高齡人力再運用
- 中高齡者健康餐食暨愛心餐服務
- 中高齡者多元健康促進方案

非洲馬拉威

- 校園浴廁建置及衛生宣導計畫
- 水井維修及濾水器建置

有意識的運作



確保組織運作公開透明，遵守法規妥善分配資源；發揮影響力促進永續行動。

資訊公開

依法遵循勸募規範，每年定期公開財務及工作報告。

定期溝通

透過電子報與社群媒體，保持與大眾及企業的透明對話。

友善職場與照護

打造健康職場，攜手企業與志工深耕中高齡照護。

跨域創生

串聯屏東青創單位與非洲馬拉威咖啡茶葉推出公益商品，推動多邊社區發展。

多邊合作

攜手國際夥伴多邊協力非洲馬拉威社區發展。

永續與飲食

推廣中高齡者永續識能，餐食服務逐步導入友善食材。

氣候調適

協助長者建立應對極端氣候變化的調適能力。



1 關於
畢嘉士

2 年度回顧
與感謝

3 我們的
永續實踐

4 海外服務成果
馬拉威

5 國內服務成果
屏東

6 馬拉威
公益商品

7 我們的
責任

海外服務成果 ✧ 撐起遙遠彼方的希望





在非洲馬拉威，我們關注健康、教育及經濟三大面向，陪伴在地長出自己的力量，擁有翻轉貧窮的機會。

攜手國際及當地夥伴合作，以「了解當地真正需求」為核心，不由外部主導服務內容，尊重並促進在地弱勢族群的自主權與參與，支持當地培養自立能力。



1 關於
畢嘉士

2 年度回顧
與感謝

3 我們的
永續實踐

4 海外服務成果
馬拉威

5 國內服務成果
屏東

6 馬拉威
公益商品

7 我們的
責任

我們的行動方案

用改變，撐出希望的開始



投入

投入 324 萬經費資源

聯結 4 個跨國及當地夥伴協力



行動

健康

水井維修及濾水器建置

教育

獎助學金及課本捐贈、單車交通
支持、課桌椅捐贈

經濟

木工小型工作坊、婦女養豬計畫



成果

98座

水井維修

125位

學生獎助學金支持

51組

雙人課桌椅

13名

青年木工技藝培訓

55座

建置濾水器

280本

課本捐贈

20輛

單車交通支持

10位

養豬計畫核心成員



影響



提升 150 名

學童及其家庭教育水平與生存機率



確保 4.7 萬名

馬拉威人民的健康安全



改善 23 個

家戶經濟自立條件



不願被落下的女孩：Beatrice 的堅持

「爸爸，能不能賣掉我們的山羊？我想繼續念書。」

這不是任性，而是 Beatrice 為了留在教室裡，不得不提出的請求。

Beatrice 出生於馬拉威北部姆祖祖市郊，家中以務農維生，是四個孩子中最小的一個。因貧困與傳統觀念，三個兄姊都早早離開校園：姊姊出嫁、哥哥打零工。對他們而言，放棄學業不是選擇，而是現實。

Beatrice 不願走上相同的路。每天清晨，她先完成打水、煮飯等家務，再徒步數公里上學。她相信，教育是改變命運的唯一機會。

2023 年，她完成國家中學考試，卻因無力負擔學費，放棄公共衛生文憑課程。隔年，她再度錄取聖若瑟健康科學學院藥學系，但每學期 400 美元的學費，仍讓家人束手無策。

不願放棄夢想的她，懇求父親賣掉家裡的一隻山羊。對馬拉威農村家庭而言，山羊是重

要資產，也是最後的生活保障。父親最終點頭，賣得的 118 美元卻只能支付不到一半學費。她帶著期待與不安走進教室，也知道每一天都承載著家人的犧牲。

學期結束後，校方通知她，若無法補齊剩餘學費，將無法領取成績單、繼續升學。就在幾乎絕望之際，她想起畢嘉士基金會曾舉辦的職涯講座與獎助學金計畫，鼓起勇氣申請，並順利獲得支持。

自 2024 年起，獎助學金讓她不再因學費面臨退學，也能專心投入藥學學習。如今，她已穿上白袍，離成為藥劑師的夢想更進一步。

「因為有你們的支持，我才能走到今天。明年，我就要完成學業，成為有能力幫助別人的人。」

在馬拉威，還有許多像 Beatrice 一樣努力不被落下的女孩。一份及時的支持，就可能改變她們的一生。



1 關於
畢嘉士

2 年度回顧
與感謝

3 我們的
永續實踐

4 海外服務成果
馬拉威

5 國內服務成果
屏東

6 馬拉威
公益商品

7 我們的
責任



國內服務成果 ✧ 打造有盼望的老年



在台灣屏東，我們提供有品質、有尊嚴的長期照護服務，陪伴長者安心生活；透過健康促進、終身學習與社區參與，鼓勵熟高齡者持續發揮價值，活出豐盛人生。

我們整合跨專業團隊，協助失能、失智者重拾生活選擇權，翻轉被動接受照顧的限制；尊重每位熟高齡者的自主與參與，提升面對老化的韌性，攜手打造有盼望、有尊嚴、有價值的老年生活。



1 關於
畢嘉士

2 年度回顧
與感謝

3 我們的
永續實踐

4 海外服務成果
馬拉威

5 國內服務成果
屏東

6 馬拉威
公益商品

7 我們的
責任

我們的行動方案

有品質、有尊嚴的長期照顧服務



投入

34 位社工、護理、行政..等多元跨專業背景團隊同仁

穩定維持 2 間日間照顧中心
服務品質及經營

堅持由 3 人組成宅沐浴車服務，
3 臺沐浴車行駛共計 28,516 公里

一對一到宅居家照顧服務，
由專業居家服務團隊採小區域服務，
彈性承接家庭照顧需求



行動

設計失能失智長者，多元自立照護方案

專業護理師、照顧服務員、操作員，
以行動組合式浴槽為臥床者清潔沐浴

提供失能者身體照顧及家務服務；
督導員定期家訪及電訪評估照顧需求

成果

 **77**位

失能失智長者日間照護
達**9,396**照護人次、
1.1萬人次的交通接送；
提供家屬**596**次喘息服務

 **85**位

實際服務失能臥床者
完成**1,248**次的到宅沐浴
服務邁入第**12**年

 **61**位

失能失智長者及身障者的居家照顧
完成**9,287**次的居家服務



影響



接住**223**名
長照服務使用者與其家庭



承載**3.2萬**次
的照顧支持



舒緩照顧壓力讓失能者獲得適切之照顧，
實現在地老化。



我們的行動方案

打造有健康、有盼望的熟齡生活



投入

34 位社工、護理、行政..等多元跨專業背景團隊同仁

規劃2處社區服務據點，
打造多元健康促進活動

專屬熟齡族的饗樂餐廳，提供週間健康
餐食及愛心送餐

導入學習資源，培訓中高齡者提升知識技能，開展社
區服務及就業機會



行動

規劃系列健康照顧、自主學習、社會參與等方案；結合運動專業推動高年級體育班

專業營養師及廚師規劃菜單

每日供應雙主菜餐點；提供社區熟齡者用
餐暨社交場域，提供弱勢長者愛心餐食

熟齡志工與在地安老

志工投入課程協助、電話問候與到宅訪視等多元關懷行動。培養專業技能（如健走杖、
數位學伴），推動有報酬的社區服務，陪伴長者在安老，達到賦能與回饋循環。



成果

自 1,247 位

55 歲以上會員，辦理共 **397** 次活動，
24,370 參與人次。創新活動「向晚微風
Bar」舉辦 **5** 場夜間社區派對，共 **176**
人次參與互動



14,384 份

全年提供的社區餐食
舉辦每月壽星活動送出**85**份祝福
支援弱勢長輩**686**次愛心餐食



38 名

培訓熟齡志工投入社區服務達 **3,637** 小時、
2,389 人次；巡迴 **6** 社區辦理 **46** 場活動，並
創造熟齡族賺取報酬機會，活動服務受益達
1,071 人次。



影響



每月 **220** 名

活躍會員積極參與活動
打造健康老化生活型態



成為社區廚房社交場域，打開空間
凝聚會員情感，編織在地相互照護
網絡，達到社區共融共好目標



透過專業培力開發多元機會，支持熟
高齡者參與志願服務或部分工時，重
拾職場與公益價值，實現活躍老化。

關於一間日照中心的想像

對許多長輩來說，日照中心不只是白天暫時停留的地方，更像是家庭和社區生活的延伸。

這裡有人聊天、有笑聲、有活動可以參加，也有重新找到生活節奏的日常。

日照中心在社區中扮演的角色，是讓長輩能安心走出家門，「把每一天的日子過得不一樣」的場域，也是家屬的後盾與依靠。

在我們的永大日照中心，我們做的不只是照顧，更多的是陪伴與參與彼此的生命。從晨間報到、取茶、挑菜、烹煮到洗碗，生活的每一個小環節，都是復能的一部分。

比如 Kimi 奶奶在午飯後會主動收拾、帮大家洗碗，讓「被照顧」變成「能貢獻」；阿妙奶奶因為兒子的鼓勵加入永大日照，從失去伴侶的孤單，到與新認識的朋友們一起上課、旅行、看球賽，她找回了原本就愛笑的自己。

在這裡，我們用活動設計延伸生活的可能——

「驚喜烘焙坊」讓長輩親手做麵包糕點、走進社區販售，找回手藝與自信；「開心農場」讓大家種菜、採收、分享，感受成就與連結；「永大幣」制度，讓長輩以參與與互助累積點數、兌換商品，找回經濟自主與選擇權。

這些發生在日照中心的小小行動，漸漸影響了許多家庭的樣貌。長輩變得更有活力，家屬的壓力減輕了，關係也更親近。

我們也在一次次的陪伴中，看見「被在乎」的力量如何讓人再次發光。

2025 年，永大日照中心榮獲「屏東縣長照機構金牌獎—社區式長期照顧服務機構」殊榮。這份肯定屬於每一位長輩、家屬、照顧夥伴，也屬於這個充滿笑聲與溫度的地方。

因為在這裡，我們一起學習——如何在日常裡，重新相信自己有能力、有價值，也被愛著。



你知道，當你即將跌倒的那一刻，第一個能接住自己的是誰嗎？

是你的反應式肌力。

什麼是反應式肌力？「就像是我們不小心踢到東西要跌倒了，身體會立刻、毫不思考地把腳抬起來、踩穩地面撐住自己。這個『抬起腳』的快速收縮力就需要肌力，踩住地面做支撐也同樣需要肌力。」這樣的能力，就是所謂的反應式肌力。佳峰教練這樣解釋道。

畢嘉士在屏東市和潮州經營的場館都有專為熟齡長者開設的「高年級體育班」。過去主要由教練或運動指導員運用專業機台，帶著學員進行基礎的肌力訓練。今年開設了進階課程——綜合體能班，以訓練爆發力、反應式肌力為目標進行課程設計。

課程中，教練會透過一系列深蹲、跳躍、快速腳步移動及砸藥球動作，訓練學員爆發力、心肺耐力以及全身協調，讓年長者長出在關鍵時刻能接住自己的「救命之力」。

佳峰教練是「高年級體育班」長期配合的教練，談到為何會設計進階課程，其實跟「防跌」有很大的關係。正確的長者防跌觀念，不是讓長輩不要動，而是要他們願意動、敢動，才能在危急時刻快速反應，接住自己。

運動的好處人人都知道，但要讓原本沒有運動習慣的長輩願意開始訓練，談何容易？「有『伴』就有動力。」是一個解方。團體班的組成為彼此找伴彼此激勵，也提供安全感。

佳峰說，有時候他會稍微轉換角色，像孫子阿嬤運動一樣，讓運動變得不那麼遙遠、可怕。「我不是以教練身份，我是跟你一起運動，這樣子他們會比較願意一些些。」

跌倒與否，有時只在一瞬間。但那一瞬間能否挺住，靠的不是運氣，而是平常日積月累的練習與信心。練就這份「在關鍵時刻接住自己」的本事。





1 關於
畢嘉士

2 年度回顧
與感謝

3 我們的
永續實踐

4 海外服務成果
馬拉威

5 國內服務成果
屏東

6 馬拉威
公益商品

7 我們的
責任

A close-up photograph of a person's hand holding a large quantity of bright red, ripe coffee cherries. The hand is positioned in the center-right of the frame, with the fingers slightly curled to support the fruit. The background is a blurred green, suggesting a coffee plantation. The lighting is natural, highlighting the texture of the cherries and the skin of the hand.

馬拉威公益商品 ✱
一份商品兩份共好



讓善意，在日常中慢慢發生
有些改變，不會立刻被看見。

它可能藏在一杯咖啡的香氣裡、一份打開禮盒時的期待裡，或是一個人開始認識遠方土地故事的那一刻。
這也是畢嘉士基金會推動公益商品的初心。

在馬拉威，許多小農仰賴農作維生，辛勤工作卻難以獲得穩定收入。

多年來，我們透過合理採購馬拉威咖啡與茶葉，支持小農生計，讓每一份努力有機會轉化為更穩定的生活。



2025 年，我們進一步結合國際公益與地方創生，攜手屏東青年與在地團隊，推出全新公益禮盒。

以馬拉威咖啡、茶葉結合屏東檸檬與可可，串聯兩地土地與農產，也讓一份禮物承載更多關於陪伴、合作與共好的故事。

這不只是商品開發，更是一場跨越地域的連結。

從產地到餐桌，從生產者到消費者，每個環節都凝聚著許多人的投入與信任，也讓友善農業、地方創生與國際關懷有了更貼近生活的呈現方式。



今年，共有 1,270 份公益商品及 1,450 份禮盒被選購與分享。

對我們而言，這些數字不只是成果，更代表有更多人願意透過日常選擇，支持小農、關心土地，並參與一份善的循環。

我們樂見，越來越多人因為產品的品質與理念而認識公益，也因為公益而看見不同土地上的努力。

感謝每一位支持者，讓善意不只停留在捐助之中，而能透過生活中的每一次選擇，持續發生。



1 關於
畢嘉士

2 年度回顧
與感謝

3 我們的
永續實踐

4 海外服務成果
馬拉威

5 國內服務成果
屏東

6 馬拉威
公益商品

7 我們的
責任

我們的責任✳ 財務收支報告





2025 年收支餘絀表

總收入明細	金額 (新台幣 / 元)	百分比
台灣偏鄉服務	6,603,311	10.4%
非洲服務	3,245,167	5.1%
愛心捐款	10,012,067	15.8%
指定捐款：基金會營運費	12,037,900	19.0%
公益商品及全齡就業	4,989,863	7.9%
勞務提供收入	20,630,387	32.6%
其他收入	4,732,918	7.5%
利息收入	971,016	1.5%
收入合計	63,222,629	100.0%

總支出明細	金額 (新台幣 / 元)	百分比
偏鄉長者服務	38,668,929	61.2%
非洲服務	3,329,507	5.3%
基金會營運費	9,633,365	15.2%
公益商品及全齡就業	5,061,022	8.0%
支出合計	56,692,823	89.7%

更多詳細資訊請點選



財務報表及
會計師查核報告

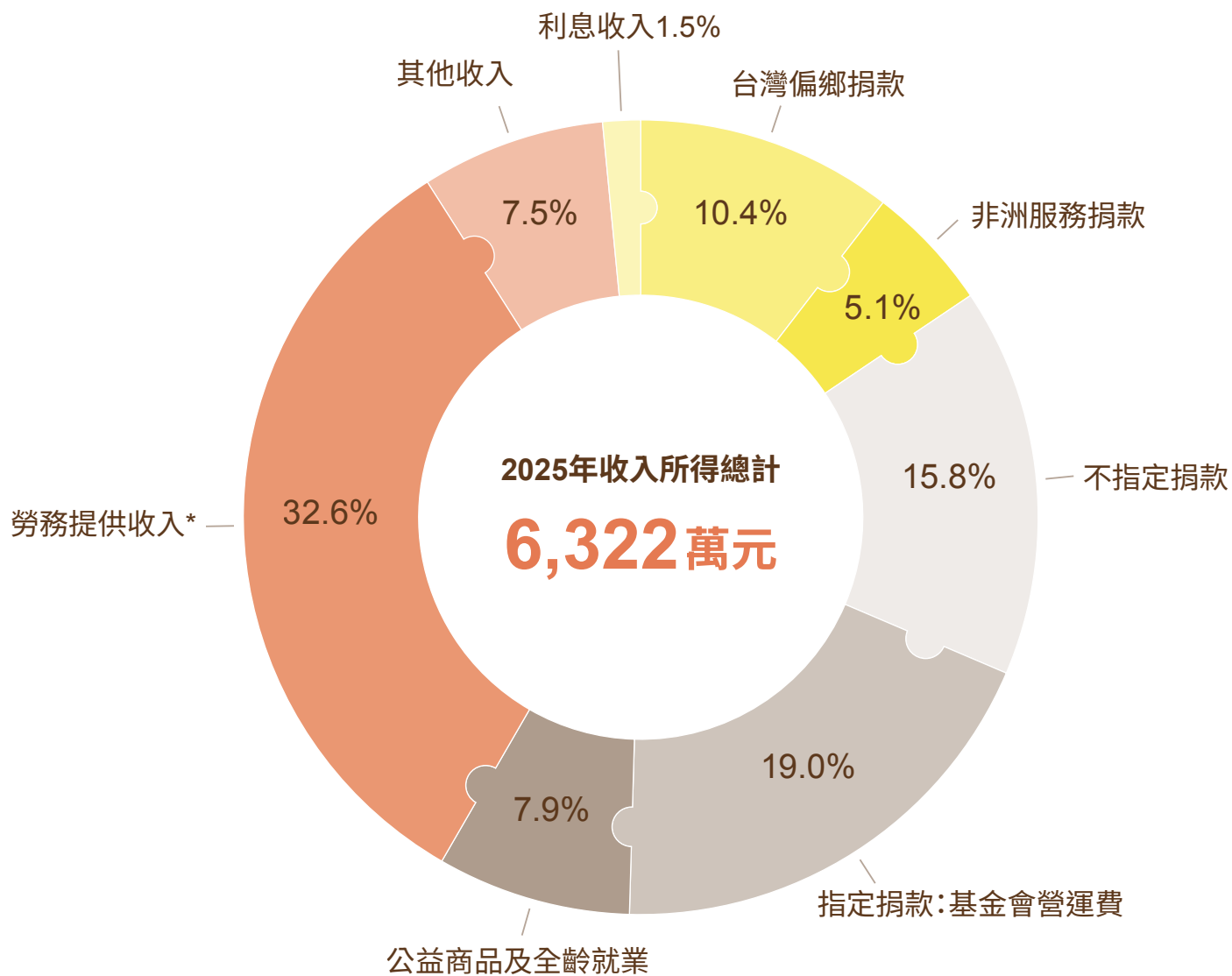


捐款運作
概況與成果



基金會
募款管道

* 「勞務提供收入」包含長照 2.0、縣府標案、服務自費額。



*「勞務提供收入」包含長照2.0、縣府標案、服務自費額。



畢嘉士，一起做好事

Together, We Can