

# 實現 你的 夢想

婦女教育和訓練獎<sup>®</sup>



## 分會參與工具箱



SOROPTIMIST<sup>®</sup>

## 蘭馨會分會與會員資源

### 歡迎參加蘭馨會實現你的夢想獎！

帕卡拉是一名年輕的泰籍女士，十多年前搬到日本嫁給一名日本人。那時，雖然她周遭的環境和文化與她從小所熟悉的一切很不一樣，但是，帕卡拉還是過了一小段快樂的時光，直到她的生活開始發生未預料到的轉變 -- 她丈夫開始虐待她。九年之後，帕卡拉終於找到勇氣，即使在日文不流利的情況下也勇敢地帶著三個孩子離開。

瑪麗亞出生在墨西哥，十四歲就結婚並移民到美國。十九歲時瑪麗亞已生了兩個孩子，在生完第三個孩子後即離婚。經過十七年的勞力生活，瑪麗亞決定返校唸書來改變她現在這個單親家庭的生活狀況。

靜香是全世界婦女的一個啟示。經過產後憂鬱症的痛苦過程，也因而導致婚姻上的問題，最後甚至離婚。靜香這位日本籍的女性必須獨自扶養兩個兒子。在一個離婚婦女特別受到歧視的國家中，靜香為低收入婦女開設了一個免收費的或低收費的托兒所。

這三名婦女都有自己的夢想，希望能夠過一個不須害怕被虐待或擔心孩子下一餐飯要從哪裡來的生活。「實現你的夢想獎」提供給她們機會，讓她們能夠透過更多的教育機會和更好的就業選擇來改善自己和家人的生活 -- 這是她們以前從未有過的機會。如果沒有這個獎項的協助，她們可能永遠也不可能得到這樣的機會。「實現你的夢想獎」的申請人都曾經面臨經濟和社會上的困境致使她們無法追求和完成教育和專業目標的個人問題 -- 但那都是過去式了。

貴分會參與「實現你的夢想獎」活動將可以大幅改善婦女的生活 -- 以及她們家人的生活。儘管這個獎項著重於滿足經濟需求和解決實際問題，但是我們知道這個獎項對婦女的人格也會產生影響。許多這個獎項過去的得獎人表示：因為自己勇於改變生活的勇氣而得獎，她們由此而增加了自尊心，也為此而感到自豪。這項活動是我們提高社會大眾對蘭馨會的認知和提升國際知名度的重要基石。舉辦「實現你的夢想獎」這樣有意義、有價值的活動，從而提升蘭馨會的國際知名度，將有助於我們完成使命，招募和保留會員，提高我們的公眾形象並吸引更多的財務支持。此活動攸關著蘭馨會的成長和發展。

這份工具箱包括了分會要成功執行這個獎項活動所需的所有資料。下一頁的目錄可以幫助你很容易的找到所需要的資訊。

## 工具箱目錄:

→ 點擊以下的各項名稱即可直接打開該頁面!

1. 介紹	
• 重要截止日期及檢查表	4
• 常見問題	5
2. 招募申請人	
• 如何做: 招募申請人	6
• 招募要訣	9
• 招募信函範本	10
• 獎項申請研討會	11
• 申請資格檢查表	14
3. 評選得獎人	
• 如何做: 評選得獎人	15
• 評審人員邀請函範本	18
• 評審保密協議	19
• 評審評估表	21
• 致得獎人信函範本	22
• 致非得獎人信函範本	23
4. 表揚分會得獎人	
• 如何做: 表揚分會得獎人	24
• 如何做: 舉辦一個成功的分會活動	25
• 現金以外的獎勵	31
5. 分會上報	
• 如何做: 分會上報	37
• 分會上報表	38
6. 提高知名度	
• 如何做: 宣傳獎項	40
• 媒體同意書	41
• 概況說明	42
• 尋求申請人新聞稿範本	43
• 表揚得獎人新聞稿範本	44
• 給編輯的一封信範本	45
• 實現你的夢想獎演講說明	46
• 實現你的夢想獎演講稿	47



讓我們開始!



## 重要截止日期及檢查表

### 重要截止日期

11月15日	分會層級獎項申請截止日期
2月1日	地區層級評審截止日期
2月15日	專區層級評審截止日期
3月15日	聯盟層級評審截止日期

### 活動項目檢查表

#### 四月至五月

任命分會主委並招募分會志工

#### 六月

更新[分會會員名冊](#)和新的分會主委聯絡資料, (如果你無法在網上取得分會會員名冊, 請要求你的分會會長或財務長在網上更新資料)

#### 七月至十月 (並且全年執行!)

修改申請表和招募材料使更具有個人化, 準備寄發  
從 SIA 網站下載「實現你的夢想獎」其他資料

招募申請人—聯繫當地組織, 分發申請表並在社群媒體上分享申請表的連結來招募申請人

#### 十一月至十二月

在十一月十五日**截止日期**前收集申請表, 並檢查申請資格是否符合要求  
安排你分會的評審人員並發出邀請函

#### 十二月至一月

舉行你分會的評審, 評選得獎人  
與**所有**申請的婦女聯繫, 告知她們目前的申請狀況

#### 二月

如適用, 在二月一日**截止日期**前上報分會得獎人資料以參加地區層級評審  
在二月十五日**截止日期**前上報分會或地區得獎人資料至專區主委

#### 三月

舉辦頒獎活動表揚分會得獎人並加以宣傳 (提醒: 國際婦女節是三月八日)

## 常見問題

### 我的分會如何取得申請表?

「實現你的夢想獎」申請表可在 [網上取得](#)。該表是易於填寫的電子式申請表 (PDF 表格), 並有聯盟所有語言的版本。在美國和加拿大, 分會可以分享申請網頁的連結, 連接到你的分會, 婦女可以直接在網上填寫申請表。

### 如何確保收到完整的申請表?

在 [招募申請人](#) 部分列有各種不同的技巧可供參考。

### 如果沒有收到任何合格的申請表該怎麼辦?

如果遇到這種情況, 請與專區主委及 SIA 總部聯絡: [lydwards@soroptimist.org](mailto:lydwards@soroptimist.org)。也許有一些申請表直接傳送到 SIA 總部, 這些申請表可以提供給分會。另一個選擇是聯繫鄰近地區的分會, 看看其他分會是否有申請表可以提供給你。

### 何時該提報我們分會得獎人的資料以參加下一階段的評審? 提報至何處?

對於有地區層級評審的分會, 提報至地區的截止日期是二月一日。對於沒有地區層級評審的分會, 提報到專區的截止日期是二月十五日。有關申請表應提報至何處的訊息, 請查看 [專區主委通訊錄](#)。

### 「蘭馨會實現你的夢想獎」申請的資格條件有哪些?

完整的「蘭馨會實現你的夢想獎」申請資格條件請參閱 [申請資格檢查表](#)

### 什麼類別的教育課程符合「實現你的夢想獎」的資格要求?

任何有助於女性提高生活水準的教育或訓練都符合資格, 包括:

- 高中同等學歷或高中同等學歷考試合格
- 大學學位 (包括第二個學士學位或線上課程)
- 職業證照課程或職業發展課程
- 職業訓練課程或技術訓練課程

研究所學位 (碩士、法學博士、醫生或博士) 課程不符合「實現你的夢想獎」的資格要求。

### 如果一位婦女已得到政府的補助或居住在別人的家中, 她是否還符合資格申請實現你的夢想獎?

「實現你的夢想獎」提供資源給撫養家人的婦女, 使她們能提高她們的生活水準, 並達到經濟的賦權。在她們努力朝向目標邁進時, 這些弱勢婦女可能會獲得政府的資助, 收到子女撫養費, 住在得到政府補助的廉價租房或他人的家中。但這些並不能否定婦女擔負家人主要財務的責任, 或剝奪婦女參加這項活動的資格。

### 分會參與「實現你的夢想獎」活動的必要條件是什麼?

分會必須頒發一個現金獎項給至少一位符合資格的婦女, 並將得獎人的申請資料送到地區或專區層級評審, 如此分會才算正式參與「實現你的夢想獎」活動。

### 為什麼需要「實現你的夢想獎」得獎人簽署媒體同意書?

許多分會和專區向媒體發佈新聞稿以更進一步褒揚得獎人, 或在網站上使用得獎人的故事做為該獎項的宣傳以吸引未來的申請人。但要使用得獎人的姓名和故事之前, 得獎人必須先簽署一份 [媒體同意書](#)。有一些得獎人可能不願意將自己的故事與大家分享, 因而選擇不簽署這份同意書。若有這種情形, 分會必須尊重得獎人的保密權。

### 我們能否代表得獎人將獎金直接交給得獎人的學校?

「實現你的夢想獎」是一個獨特的獎項活動, 因為我們相信婦女能夠以最適合她們的方式使用所獲得的獎金, 無論是支付學費、書籍費、交通費、幼兒照顧費或是其他費用。唯有在得獎人的要求下分會才可以將獎金直接交給學校, 並且分會需要保存這個請求的相關文件。

## 如何做: 招募申請人

# 提高獎項知名度及招募申請人!

要想成功招募到申請人其中的重要關鍵就是要找到符合申請資格的婦女, 並讓你的社區知道「實現你的夢想獎」活動。

### 決定獎項金額

各分會依照基金籌募的狀況來決定要頒發多少名額, 並按所在地區教育所需的費用和生活所需的費用來決定要頒發多少金額給「實現你的夢想獎」得獎人. 平均來說, 參加這項活動的分會頒發給得獎人的金額每人約一千美金. 較高金額的現金獎勵較容易吸引申請人.

### 請記得符合申請資格的條件

使用以下所列的資格要求來幫助你找出社區中哪裡可以找到符合申請資格的婦女  
符合申請資格的婦女:

- 擔負自己及所扶養家屬的主要經濟來源. 所扶養的家屬可以包括子女、配偶、伴侶、兄弟姊妹和(或)父母.
- 需要經濟支援.
- 已註冊或已獲得申請許可進入高中同等學校、職業學校、科技訓練學校或大學課程.
- 積極的想要達成她個人的教育目標及事業目標.
- 居住在國際蘭馨交流協會美洲聯盟所屬的會員國家或領土中 (阿根廷、玻利維亞、巴西、加拿大、智利、哥倫比亞、厄瓜多爾、關島、日本、韓國、墨西哥、北馬里亞納群島、巴拿馬、巴拉圭、秘魯、菲律賓、波多黎各、台灣、美國、委內瑞拉)
- 以前不曾得過「蘭馨會為婦女創造機會獎」或「實現你的夢想獎」.
- 沒有研究所的學位.
- 不是蘭馨會會員, 不是國際蘭馨交流協會美洲聯盟的員工, 也不是前述任何一者的近親家屬. 在此近親家屬的界定包括配偶/伴侶、父母、兄弟姊妹, 或因收養、血親或姻親關係而成為的子女或(外)孫子女.

註: 婦女獲得政府的資助或收到子女撫養費, 或居住在得到政府補助的廉價租房, 或居住在親戚朋友的家中. 這些並不能否定婦女擔負家人主要財務的責任, 或剝奪婦女參加這項活動的資格.

### 利用可電郵傳送的電子式申請表

使用[可電郵傳送的電子式申請表](#) (在美國和加拿大使用網上的申請網頁) 將會使這個程序容易進行得多, 因為分會可以電郵發送申請表給合作的組織機構或直接寄給個別的申請人.

### 宣傳獎項

在分會的其他專案活動期間 (如: 健康檢查、電腦中心或輔導活動) 於合宜的情況中提供申請表和資訊.

聯絡以下機構請求協助分發申請表、張貼海報, 並協助分會聯繫需要幫助的婦女.

- 職業學校或科技訓練學校
- 社區學院或大學
- 宗教場所
- 社區/休閒中心
- 慈善組織, 尤其是關注婦女和低收入族群的慈善組織
- 無家可歸者收容所和中途之家
- 家暴庇護所
- 食物救濟中心
- 政府公共援助辦公室
- 婦女保健中心
- 幼兒照顧中心或托兒所

- 福利轉就業計畫
- 為低收入者提供免費醫療服務的診所
- 職業介紹所
- 當地人才市場
- 戒毒中心和康復中

## 招募要訣

### 與地方學校合作

許多社區學院、大學、職業學校、中等專業學校都有提供財務協助的講習，講習的內容包括地方獎學金和一些獎項的資訊。與附近此類機構的財務協助辦事處連絡，請他們將「實現你的夢想獎」包括在他們的資訊中。另外，許多學院和大學也都有婦女中心，在婦女接受教育期間為她們提供協助。連絡這些中心協助分會找到符合資格的婦女。提供通過電子郵件發送申請表或網上申請網頁的連結（美國和加拿大），並請他們將申請表轉寄給符合資格的婦女。

### 個人接觸

許多分會指出要收到完成的申請表最成功的方式就是在招募時與申請人直接接觸。切勿只期望透過電子郵件、一般郵寄或放置申請表就能得到回覆，要與各組織機構的人員交談，並解釋獎項活動的好處。請參考將此獎項介紹給地方組織機構的[信函範本](#)以幫助你做這方面的工作。

### 協助申請人填寫申請表

這個獎項的獎勵對象通常都在上學並要撫養小孩且同時還需要工作的婦女。她們可能非常忙碌，需要有人提醒她們截止日期。此外，她們可能對申請過程感到畏懼，這可能是她們第一次申請一個獎項。我們還聽說有些婦女覺得自己不值得受人尊敬或不值得獲獎。幫助申請人了解這個獎項的流程可以消除這種想法。

請考慮舉辦一次講習會來討論申請的過程，並請分會會員來現場提供一對一的協助。舉辦「[蘭馨會實現你的夢想獎](#)」申請講習會是一個很好的方法幫助分會在當地尋找符合資格的申請人，並提供她們所需要的協助以完成申請程序。

### 擴展搜尋範圍至週邊地區

如果分會所在地區狹小，很難找到符合資格的申請人，則可將搜尋範圍擴展至沒有蘭馨分會的週邊地區。與這些地區的組織機構連繫、分發申請表、收回填好的申請表都可以透過電子郵件、一般郵件或電話來完成。

### SIA 總部的申請表

如果分會沒有收到任何符合資格的申請表，請與 SIA 總部聯繫，詢問是否有資料完整並符合資格的申請表可以轉給分會。

### 與其他蘭馨分會合作

有些分會願意分享已完成的申請表，希望儘可能的獎勵所有符合資格的婦女，每個分會都能頒獎給不同的婦女。你的專區主委可以提供這方面的協助。

### 與以前的得獎人合作

曾獲得「實現你的夢想獎」的得獎人表示她們願意到當地的機構、學校、社區中心、健康中心演講來為這個獎項宣揚。此外，她們也有興趣向媒體說明她們過去的經驗以及為申請人舉辦講習。利用曾經接受過這個獎項的熱心婦女來推展「實現你的夢想獎」對招募申請人的工作會很有幫助。

## 招募信函範本

在電郵寄送申請表和推薦表時，分會可以將這份招募申請人信函範本一起寄發給合作機構。

**請注意：**在寄送這些資料前，請先將分會聯絡人的資料打入電子式的申請表中以便申請人在線上填寫完成後可以直接電郵寄回分會。

20XX 年 9 月 X 日  
婦女服務中心  
執行長安娜 史密斯  
中央路 55 號  
某某市，某某州，郵遞區號 10555

親愛的史密斯女士：

三十二歲的蜜雪兒是一位三個孩子的媽媽。蜜雪兒在高中最後一年懷孕，從來沒有機會實現她上大學的計劃。兩年前當地的銀行被迫關閉，她也因此而失去了在銀行的工作。因為她沒有接受過任何正式的訓練，沒有證書或學位，要找到一份新的工作並不容易。蜜雪兒只好兼職兩個低薪資的工作，這樣才剛好有足夠的錢支付家庭的必要支出。她知道要改變生活唯有的一條路就是 -- 上大學。

很幸運的，蜜雪兒是去年近一千七百名得到蘭馨會實現你的夢想獎的得獎人之一。「蘭馨會實現你的夢想獎」頒發現金獎勵以鼓勵承擔家庭主要經濟來源的婦女。這個獎項的得獎人希望藉由得到其他技能、訓練或教育來改善她們的生活，但是卻沒有資源可以做到。這個現金獎勵主要在補助任何有關致力於接受更高教育所需的開支，包括學費、書籍費、文具費、幼兒照顧和交通費。

「蘭馨會實現你的夢想獎」是國際蘭馨交流協會美洲聯盟的招牌活動。某某分會是國際蘭馨交流協會所屬的一千三百多個分會之一。國際蘭馨交流協會美洲聯盟是一個婦女志工組織，致力於透過各項活動來改善婦女與女孩的生活，進而使她們得到經濟的賦權。

這個獎項活動最具挑戰的部分就是將申請資料送到符合資格的婦女手中。隨函附上可用電子郵件傳送的「蘭馨會實現你的夢想獎」申請表一份與推薦表二份。請將此資料轉送給你所認識的婦女中努力追求更高學位，想藉此改善自己與家人生活的女性。我們在申請資料中附有本分會的聯絡方式，申請人可直接將申請表寄回給我們。我們希望你能夠在百忙中抽出幾分鐘的時間來幫助那些地方上值得幫助的婦女，請將這份資料轉送給她們。

感謝你寶貴的時間與你的支持。下星期我將以電話與你聯絡討論這項活動，以及我們如何共同努力尋找可能的申請人。

誠摯的

瓊安 阿爾瓦雷斯  
國際蘭馨交流協會某某市分會  
蘭馨會實現你的夢想獎活動主委

## 獎項申請研討會

### 簡介

每年,「蘭馨會實現你的夢想獎」為超過一千七百名婦女實現了為自己和家人創造更美好生活的夢想.然而,有更多的婦女因為申請程序而感到害怕或不堪負荷而錯過了獲獎的機會.她們不相信自己能夠完成申請的程序,更不用說獲得獎項了.

舉辦「蘭馨會實現你的夢想獎」獎項申請研討會是一個很好的方式找出你社區中合格的婦女並為她們提供完成申請所需的支持.因此,你的分會不僅可以幫助提高申請婦女的自信心和自尊心,還可以獲得更多符合條件的申請者.舉辦獎項申請研討會是分會努力尋找合格婦女申請該獎項特別有用的工具.

如果你的分會附近有其他蘭馨分會,請考慮聯合幾個分會共同舉辦研討會,如此便會有更多的會員可以來幫助規劃和執行研討會,並可以匯集許多申請表大家一起分享,以確保你所在地區的所有分會都能獲得符合條件的申請表.如果你與其他分會共同主辦一個研討會,請將申請表劃分給所有參與的分會,以便每個分會都有不同的申請表來評審.

此外,將申請表分發給無法參加研討會的婦女時,請務必讓她們知道如果有任何問題你都可以在申請程序中協助她們.這將有助於確保所有申請人都能獲得同等的協助.

### 舉辦獎項申請研討會指南

#### 確定合作夥伴組織並舉行會議

舉行獎項申請研討會的第一步是確定你的合作夥伴組織.你可以與當地的大專院校、職業學校或科技訓練學校或婦女組織合作(如家庭暴力庇護所或無家可歸婦女收容所),這是找到符合條件的婦女和潛在申請人的好方法.

一旦確定合作夥伴組織後,接下來就要與該組織的負責人員舉辦一次交換資訊的會議.在會議中介紹蘭馨會和「實現你的夢想獎」活動.會議的目的是確保你的分會與合作夥伴組織之間達成一個協議:在合作的學校或女性組織的場地舉辦一次申請「實現你的夢想獎」研討會,並邀請你的負責人員幫忙為研討會做宣傳,找出符合資格的申請人.

盡可能安排一個有電腦可使用的房間,這可以讓參與者填寫[電子版的申請表](#).如果無法做到這一點,可以使用紙張的申請表進行研討會.此外,也盡量安排一個照顧兒童的空間,因為對於一些婦女來說,要能參加研討會,這點是必要的.

#### 宣傳研討會

在為研討會做宣傳時,很重要需要考慮的一點是參與者的理想數量.你不會希望因為大肆宣傳吸引了過多的申請人,結果使得參加的人數超過你能幫助的人數.同樣也很重要的是要明確說明申請獎項的資格要求.在宣傳時要有策略,並要與合作夥伴組織協同合作,針對已知符合資格的女性做宣傳和招募.

為了幫助宣傳該獎項,你可以在合作夥伴組織的重要地點分發「[蘭馨會實現你的夢想獎](#)」海報,或直接以電郵發送給潛在的研討會參與者.當婦女與分會聯繫詢問更多資訊時,你可以預先篩選她們是否符合資格.

#### 招募研討會志工

一旦你知道有多少婦女會來參加研討會,你就可以開始招募分會會員擔任研討會的志工.理想的情況下,每個蘭馨會志工所協助的參與者人數不應超過三人,這是因為如果能提供更多一對一的個別關注,就可以使

參與者獲得更多的協助, 如此研討會就會更成功. 此外還要招募有興趣在研討會期間提供照顧兒童服務的會員.

為了確保研討會志工具備足夠的知識, 可以考慮舉辦一次訓練課程, 讓分會會員了解申請流程, 包括解釋申請表的每個部分並提供足夠的時間來提問. 提醒志工, 當申請人在撰寫個人陳述時, 有些婦女可能會變得情緒激動或淚流滿面.

## 執行研討會

為研討會預留兩個小時的時間, 這樣可以讓參與者有足夠的時間得到一對一的關注並完成她們的申請表. 務必準備額外的申請表, 以備參與者需要重新填寫另一份時使用. 如果有需要, 中間可以安排短暫的休息以維持大家的活力. 此外, 也準備一份簽到表讓參與者填寫以在研討會之後做追蹤.

## 介紹和打破僵局

以簡短介紹蘭馨會來做為研討會的開始. SIA 網站的[關於我們](#)頁面提供了有關蘭馨會的精簡摘要, 包括我們組織的宗旨、願景和核心價值. 然後讓研討會的志工和參與者彼此做自我介紹, 你可以利用打破僵局的活動來幫助參與者放鬆, 例如請每個人分享自己在就讀什麼科系和選擇該科系的原因. 接下來, 說明這個獎項活動的概要, 包括各種獎勵級別的簡要說明, 有多少分會獎項名額, 現金獎勵的金額以及獲獎者何時會收到通知.

## 申請表概述

在介紹之後, 逐段講解並逐行說明申請表的內容 — 讓參與者有機會在每個部分提出問題, 並讓參與者知道在概述之後將會有時間填寫申請表. 在每個部分需要注意的一些事項:

### 第一部分: 個人簡要資料

- 確認每位研討會參與者都有家屬需要依賴她的財務支持.

### 第二部分: 事業目標

- 指導申請人清楚地描述她們追求的教育目標和職業目標之間的關聯.

### 第三部分: 個人陳述

- 鼓勵申請人盡可能誠實, 並依她們覺得自在的程度盡可能提供詳細的資料.
- 向申請人保證她們的個人陳述將會受到保密, 只有當地的蘭馨分會會員和獎項的評審才能查閱她們的申請表. 如果獲獎, 只有在獲得本人同意的情況下才會分享她們的資料.

### 第四部分: 財務需求

- 強調必須盡可能準確, 符合條件的申請人必須證明有經濟需求.
- 請注意, 這些數字需要填寫全年的收入和支出, 而不是每個月的數字.
- 準備計算機給參與者使用.

### 第五部分: 推薦人

- 做好準備幫助申請人想出幾個潛在的推薦人.
- 與申請人做角色扮演, 模擬邀請某人做為推薦人的情景.
- 提供一份電子郵件範本讓申請人可以發送給她們的推薦人.

## 填寫和收集申請表

在做完申請表的概述之後, 讓參與者有足夠的時間填寫申請表. 研討會的大部分時間應該用在實際填寫申請表上. 確保每個參與者都能得到一對一的關注和指導, 這可以說是研討會中最重要的部分, 同時也是確保你的分會收到完整申請表的關鍵.

在研討會結束時收集已完成的申請表。請務必告知參與者申請截止日期和分會的聯繫資料，以便她們知道如何繳交推薦人的資料或在研討會當時無法完成的申請表。此外，也請告知何時進行評審，以及大致何時會收到通知。如果參與者使用電腦填寫電子版的申請表但未能完成，請確保幫助她們保存文檔，以便日後可以繼續完成。

請記得感謝參與者的出席，你可以考慮從[蘭馨商店](#)訂購商品，例如：LYD.org 的筆記本，他來分發給研討會參與者以做為支持她們的象徵。務必確保參與者了解參加研討會並不能保證她們會成為得獎者；並非所有研討會參與者都將成為得獎者。然而，你可以鼓勵參與者如果今年未獲選，明年再重新申請。

### 研討會後的追蹤

當申請截止日期接近時與參與者聯繫，提醒她們提交申請表和推薦人資料。一旦你的分會選出了分會層級的得獎者，請向未被選中的所有參與者發送一封信（請參閱這些[信函範本](#)），再次感謝她們參加研討會並鼓勵她們明年再重新申請。

### 總結

舉辦獎項申請研討會是一種經過證實很有效的方法，可以幫助尋找合格的申請人並提供申請所需的支持和鼓勵。因此，獎項申請研討會不僅會增加分會收到的申請數量，而且還有助於提高研討會參與者的自信心和自尊心。參與者在研討會結束時會已結交到一些新朋友，並瞭解自己並不孤單。她們會知道蘭馨會員相信她們，無論她們是否獲獎，她們都有能力實現她們的夢想，讓自己和家人擁有更好的生活。

## 申請資格檢查表

國際蘭馨交流協會\_\_\_\_\_分會

實現你的夢想獎聯絡人: \_\_\_\_\_

聯絡方式: \_\_\_\_\_

「實現你的夢想獎」於 1972 年設立, 目的在幫助那些承擔家庭主要經濟責任的婦女取得所需要的技能訓練和教育機會以改善她們的就業狀況並改善自己和家人的生活. 這個獎項每年在蘭馨會所在的二十一個國家和領土中頒發超過二百五十萬美元給一千七百名以上的婦女. 得獎婦女可利用這些現金獎勵支付任何與教育有關的花費, 包括學費、書籍、幼兒照顧和交通等.

如果你有興趣申請「蘭馨會實現你的夢想獎」, 我們非常建議你完成這份簡短的檢查表以了解你是否符合資格可以申請這個獎項.

## 請於所有適用的項目上打勾:

- 我是我自己和所扶養家屬的主要經濟負擔人. 所扶養家屬包括至少以下的其中一種:
  - 子女  配偶  父母  兄弟姊妹  其他家屬
- 我目前已註冊參加高中同等學校、職業學校、技能訓練學校或就讀大學學位課程.
- 我沒有研究所的學位.
- 我居住在國際蘭馨交流協會美洲聯盟所屬的會員國家或領土中 (阿根廷、玻利維亞、巴西、加拿大、智利、哥倫比亞、厄瓜多爾、關島、日本、韓國、墨西哥、北馬里亞納群島、巴拿馬、巴拉圭、秘魯、菲律賓、波多黎各、台灣、美國、委內瑞拉)
- 我以前未曾得過「實現你的夢想獎」(原名為「蘭馨會為婦女創造機會獎」).
- 我不是蘭馨會員, 也不是國際蘭馨交流協會美洲聯盟的員工, 或以上兩種人員的直系親屬 (直系親屬的定義包括配偶或伴侶、父母、兄弟姊妹、(外)孫子孫女或因領養、血緣或婚姻關係而成為的子女).
- 我願意描述我的教育和事業目標 (以不超過三百字為限).
- 我願意述說為什麼我應該得到這個獎 (以不超過七百五十字為限).
- 我有經濟方面的需要, 並且我願意列出我家庭每年的生活開銷費用.
- 我願意列出我每年的教育支出費用.
- 我能夠提供兩份書寫的推薦表.

如果以上所有項目都打勾, 你即符合資格申請「蘭馨會實現你的夢想獎」.

申請此獎項必須於申請截止日期十一月十五日前繳交一份正式的申請表及兩份填寫完整的推薦表.

另外, 也請注意: 「實現你的夢想獎」提供資源給撫養家人的婦女, 幫助她們提高生活水準, 並達到經濟的賦權. 在她們努力朝向目標邁進時, 這些婦女可能會獲得政府的資助, 收到子女撫養費, 住在得到政府補助的廉價租房或他人的家中. 但這些並不能否定婦女擔負家人主要財務責任的情況, 或因此而剝奪婦女參加這項活動的資格

如有任何疑問請隨時與我們聯絡. 欲上網得知更多有關蘭馨會和「蘭馨會實現你的夢想獎」訊息, 請蒞臨: [www.soroptimist.org](http://www.soroptimist.org)

## 如何做：評選得獎人

# 評選分會實現你的夢想獎得獎人時刻到了！

### 審查申請表

收到的申請表應逐一進行審查，檢查申請表是否填寫完整以及申請人是否符合申請資格。繳交申請表的申請人若有其中任何一項條件不符合資格，則不應列入評審。

如果分會收到的申請表填寫不完整，則應與申請人聯繫以便獲取未填寫完整部分的資料。申請表應檢查下列各項：

- 所有問題均已回答
- 申請人已簽名
- 申請人為婦女，且是擔負她本人及所扶養親屬的**主要**經濟來源
- 申請人確實有經濟需求
- 申請人已獲准進入或已註冊就讀高中同等學校、職業學校、科技訓練學校或就讀大學學位課程
- 申請人沒有研究所學位

註：「實現你的夢想獎」提供資源給撫養家人的婦女，使她們能提高她們的生活水準，並達到經濟的賦權。在她們努力朝目標邁進時，這些婦女可能會獲得政府的資助，收到子女撫養費，居住在有政府補助的廉價租房，或居住在親戚朋友的家中。但這些並不能否定婦女擔負家人主要財務的責任，或剝奪婦女參加這項活動的資格。

註：在選擇分會獎項得獎人時，必須要有一名以上的分會會員參與遴選過程。

### 選定評審人員

評審人員應從外界選擇非蘭馨會會員來擔任，如此可以有機會讓這些評審人員成為這項活動的支持者。分會可以與幫助招募申請人的機構，如：婦女團體、慈善組織以及教育機構聯繫，邀請他們的工作人員來擔任評審。分會可以利用評審信函範本並加以修改來邀請評審人員。指定三位到五位評審來評估所有符合條件的申請表。

### 獲取保密協議

「實現你的夢想獎」申請人的隱私至關重要。由於評審會接觸到機密資訊，因此每位評審都必須填寫一份**評審保密協議**交給分會。要擔任這個活動的評審人員必須要簽署一份保密協議。除此之外，分會還應該要求幫助管理評審過程的任何其他蘭馨分會會員也繳交一份保密協議。分會應將簽署的保密協議存放在安全的地點兩年。

註：為了確保申請人的資料受到保護，在評審工作結束後，應將所有申請書的紙張副本收集妥善銷毀，並要求線上評審人員刪除他們可能存有的任何有關申請人資料的電子檔案或紙張副本。

### 執行評選

你可以選擇以評審親自出席的方式或線上評審的方式進行分會的評選：

**評審親自出席**：選擇一個評審人員方便的地點、日期、時間。將申請表平均分配給所有評審人員並提供**評審表**以幫助評審選擇一位符合此獎項標準的得獎人。比較評審人員的分數和註解來決定分會的得獎人。

**線上評審:** 如果擔心日期安排困難或可能因此而無法邀請到評審人員, 你可以選擇用線上評審的方式. 只要將申請表分配給評審人員, 將申請表和**評審表**電郵給評審, 並請評審於設定的截止日期前將完成的評審表寄回, 比較評審人員的分數和註解來決定分會的得獎人. **注意:** 為了確保申請人資料的保密性, 請評審人員在評審之後刪除所有的電郵及附件.

### 查證得獎人的推薦人

在通知你的得獎人, 告訴她已獲選得獎之前, 請務必聯繫她的推薦人以確認得獎人是否符合資格. 你可以選擇以電話或電子郵件的方式與推薦人聯繫. 如果其中一種聯繫方式無法聯絡到推薦人, 請嘗試另一種方法.

### 以電子郵件聯繫推薦人

請參照推薦表最下方的推薦人電郵地址. 根據以下的信函樣本, 寄一份電子郵件給推薦人:

主旨: 「實現你的夢想獎」推薦人查證

本文: 親愛的 (名字):

我是蘭馨會**某城市**分會的會員, 我們是一個全球性的婦女志工組織, 旨在幫助婦女充分發揮她們的潛能. 我們要在社區中頒發「實現你的夢想: 婦女教育與訓練獎». 我們收到了**(申請人姓名)**的申請書, 其中包括您為申請人填寫的推薦表, 所以我和您聯繫請教幾個問題.

請您確認, 您是否為**(申請人姓名)**申請「實現你的夢想獎」提供了推薦表?

蘭馨會「實現你的夢想獎」在幫助為家庭提供主要經濟來源, 辛勤工作、積極努力的婦女增加獲得教育的機會. 這個獎項的得獎人都克服了重大障礙, 現在正致力於提升她們的教育、技能和就業前景, 以實現她們的夢想. 您是否支持**(申請人姓名)**成為獲得此獎項的人選?

謝謝您的協助. 期待早日收到您的回音!

誠懇的,  
**(你的姓名)**

### 以電話聯繫推薦人

請參照推薦表最下方的推薦人電話號碼. 根據以下的講稿樣本與推薦人電話聯絡:

您好! 我的名字是**(你的名字)**, 是蘭馨會**某城市**分會的一名會員, 我們是一個全球性的婦女志工組織, 我們主要在幫助社區中的婦女, 使她們能夠充分發揮自己的潛能. 我們要在社區中頒發「實現你的夢想: 婦女教育與訓練獎». 我今天打電話給您的原因是我們收到了**(申請人姓名)**的申請, 其中包括您為她填寫的推薦表, 所以我想請教您幾個問題.

請您確認, 您是否為**(申請人姓名)**申請「實現你的夢想獎」提供了推薦表?

蘭馨會「實現你的夢想獎」在幫助為家庭提供主要經濟來源, 辛勤工作、積極努力的婦女增加獲得教育的機會. 這個獎項的得獎人都克服了重大障礙, 現在正致力於提升她們的教育、技能和就業前景, 以實現她們的夢想. 您是否支持**(申請人姓名)**成為獲得此獎項的人選?

謝謝您. 我們將會儘快與**(申請人姓名)**聯繫, 讓她知道她申請的最新狀況.

### 與所有申請人聯繫

分會一旦評選出得獎人選後, 很重要的一點是除了要通知得獎人之外, 還要通知其他所有的申請人. 讓所有申請人知曉評審結果是非常重要的一件事, 而且這對分會和蘭馨會的聲望也很重要. 請參閱[致得獎人信函範本](#)和[致非得獎人信函範本](#)來幫助你通知申請人評審的結果. 你可能會希望以電話通知得獎人 — 分會會員能聽得到得獎人興奮的聲音是一個非常愉悅的經驗!

### 申請書的存檔

每個分會要負責保存一份收到的申請書副本. 所有申請書應存放在上鎖的櫃子或其他安全的地方. 未獲獎婦女的申請書應保存一年, 一年後可絞碎銷毀. 分會得獎人的申請書應存放在分會的文件檔案中, 並保存在一個安全的環境中.

## 評審人員邀請函範本

分會可以修改此信函, 並用此信函來幫助分會邀請「實現你的夢想獎」評審人員。

20XX 年 11 月 X 日

瑪莉 米勒

中央路 55 號

某某市, 某某州, 郵遞區號 10555

親愛的瑪莉,

我們希望能邀請你成為我們傑出的評審委員之一, 加入我們為「蘭馨會實現你的夢想獎」評選#分會的**優勝者**。「蘭馨會實現你的夢想獎」的目的是要提供現金獎勵幫助世界各地的婦女重拾她們的夢想, 使她們能夠為自己和家人創造一個更美好的生活。

這些現金獎勵給予婦女所需的資源來改善她們的教育程度和就業機會。自 1972 年「蘭馨會實現你的夢想獎」設立以來, 已經頒發了超過三千萬美元幫助了數以萬計的婦女補助她們致力於教育方面的開支。

這個獎項由地方層級的蘭馨會分會和專區開始, 提供現金獎勵給予當地需要幫助的婦女。之後, 二十九個專區將各自的得獎人資料轉送至費城的蘭馨會總部, 再由總部選出國際層級的三位優勝者並頒發各一萬美元獎金。

如果能夠有你幫助我們選出本分會的得獎者我們將會感到非常榮幸。評審日期訂於 X 月 X 日於敝分會的會議廳舉行, 時間是上午 X: XX 至 X: XX。

蘭馨會是一個全球性的婦女志工組織。蘭馨會員透過各項活動改善婦女與女孩的生活, 進而使她們能達到社會和經濟的賦權。蘭馨會有超過八萬名的會員, 她們在一百二十個國家和領土中支持地方活動和全球專案來嘉惠婦女與女孩。這個組織特別著重於提供教育機會給婦女與女孩, 因為教育是達到獨立自主的最有效途徑。

我們希望你能加入我們, 我們相信這將會是一個啟發人心又富有意義的上午。

誠懇的

實現你的夢想獎主委艾莉思 卡斯蒂羅

國際蘭馨交流協會某城市分會

## 評審保密協議



## 保密協議

我們的「實現你的夢想獎」(“LYDA”)申請人的隱私對蘭馨交流協會美洲聯盟(“SIA”)至關重要。做為評審,你在準備和(或)評估 LYDA 申請書時會接觸到一些個人隱私資料。這些個人隱私資料可能包括但不限於:

- 申請人姓名, 家庭成員的姓名和年齡
- 申請人地址和其他聯繫資料
- 申請人個人詳細資料 (包括婚姻狀況、出生日期、個人歷史、家族史、人際關係資料)
- 申請人財務資料
- 申請人醫療資料
- 申請人教育資料

這類資料非常敏感。這些資料提供給你僅用來評估申請人是否有資格獲得 LYDA。你必須將每位申請人的所有相關資料視為機密資料。

基於資料的敏感性你有責任使用合理的保護措施, 隨時保護這些資料的機密性和安全性。這包括但不限於: (i) 除了評估 LYDA 申請書或聯繫申請人之外, 不得將這些資料用於任何其他目的; (ii) 除非經適用的法律嚴格要求, 否則不得以口頭、電子方式或書面形式分享或登載任何資料, 或將資料披露給任何其他人或實體; (iii) 不得將資料印刷、轉發或存放至個人或第三方設備或帳戶中; (iv) 不得試圖聯繫 LYDA 申請人或獲取有關他/她的其他資訊 (例如, 在網上搜索); (v) 要採取適當的預防措施以防止丟失、盜用或取得、使用或未經授權披露資料等事件。例如, 但不限於, 以電子方式存放的資料應以高強度密碼保護, 且密碼不應與其他人分享, 如果有任何紙張式的資料, 則不得放置無人看管 (應放在上鎖的櫃子或抽屜中), 並且在使用過後以交叉切割方式絞碎。

如果在閱讀申請書時發現你可能認識申請人, 則應停止評審該申請書並立即聯繫 [lydwards@soroptimist.org](mailto:lydwards@soroptimist.org)。如果你發現或懷疑機密資料丟失或被盜、或未經授權訪問、使用或被披露, 你也必須立即通知我們, 以便我們在你的合作下採取適當的措施。

當你不再需要申請人資料後, 你不得閱覽或保留有關 LYDA 申請人的任何資料。如果你保存或持有任何此類資料, 在擔任評審評估申請書完成後 (如果 SIA 要求或者更早), 你必須歸還此資料, 不得以任何形式 (無論是電子形式還是其他形式) 保留任何副本、摘錄或摘要。

我已閱讀上述保密協議, 並且熟悉其中的條款. 我同意遵守保密協議的內容, 我並了解任何濫用或披露任何申請人的資料將被視為違反保密規定.

在下方簽名, 表示我同意配合 SIA 進行調查或補救措施, 並遵守任何因違反申請人隱私所產生的法律義務.

在下方簽名或輸入姓名表示我將遵守上述各項要求.

---

姓名

---

日期

## 評審評估表

**說明:** 為每位申請人填寫一份以下表格. 在整個審核流程中使用整個評分範圍是非常重要的. 不要擔心你在某些領域給予高分而在其他領域給予低分.

**小祕訣!** 在評分之前閱讀**所有**的申請表. 這會讓你比較清楚知道何時應該給比較高的評分以及何時應該給比較低的評分.

**申請人姓名:** \_\_\_\_\_

### 第一部分: 基本條件要求

請查看這些基本條件要求 — 如果其中有任何一項不符合, 申請人會立即失去申請資格.

- 申請人有親屬需要扶養 (扶養的親屬不一定要是申請人的子女).
- 申請人擔負其本人及所扶養親屬的主要經濟來源.
- 申請人將進入或正在就讀高中同等學校、職業學校、科技訓練學校或大學課程.
- 申請人有經濟需要.
- 申請人沒有研究所的學位, 也不是要研讀研究所的學位.
- 申請表填寫完整並有簽名, 且包括了與申請人無親屬關係的兩名推薦人的推薦表.

### 第二部分: 評分

請根據你閱讀申請人在申請表上的回答及推薦人的回答內容為申請人評分.

	強烈 不同意 1	有些 不同意 2	既不“同意” 也非“不同意” 3	有些 同意 4	強烈 同意 5
申請人明確陳述了目標. 目標可以是與教育、職業或家庭有關.					
申請人有動力去實現她的教育和職業目標.					
申請人展示出有經濟的需要.					
申請人面臨艱難的情況, 並表現出韌性. 艱難的情況可以是經濟方面的和 (或) 個人生活方面的					
申請人能成為扶養家屬的啟發榜樣.					
兩位推薦人都支持申請人.					
<b>申請人總分:</b>					

## 致得獎人信函範本

分會可以修改此信函, 並用此信函來幫助分會通知「實現你的夢想獎」得獎人。

20XX 年 1 月 X 日

安娜 史密斯

中央路 55 號

某某市, 某某州, 郵遞區號 10555

親愛的安娜:

恭喜! 你已經獲選得到國際蘭馨交流協會**某某市分會**的「蘭馨會實現你的夢想獎」。我們誠心希望這一千美元的現金獎勵能夠幫助你達成你的教育目標, 也希望能夠幫助你達成未來的事業目標。

除了得到這個獎項之外, 我們還會將你的申請表送交到我們的專區層級參加更進一步的評選。專區層級第一名的獎勵是五千美元, 第二名是三千美元。

本分會的會員希望有機會能與你見面並表揚你。我們將在三月八日國際婦女節於某某市旅館舉行特別午宴把這個獎項親自頒贈給你, 希望你能夠來參加。

我們希望得到你的允許能將你的故事與方地媒體分享以進一步褒揚你與你所做的努力。如果你同意, 請在隨函附上的媒體發佈同意書上簽名後寄回給我們。如果你不希望我們分享你的故事, 也沒關係。

我會進一步和你聯絡有關午宴的細節。再一次恭喜你!

誠摯的

國際蘭馨交流協會**某某分會**

會長 伊莉莎白 史密斯

## 致非得獎人信函範本

分會可以修改此信函, 並用此信函來幫助分會通知未獲得「實現你的夢想獎」申請人。

20XX 年 1 月 X 日  
安娜 史密斯  
中央路 55 號  
某某市, 某某州, 郵遞區號 10555

親愛的安娜:

感謝你申請國際蘭馨交流協會某某市分會的「蘭馨會實現你的夢想獎」。我們非常讚揚你的遠大目標, 也希望你能夠成功地達成這些目標。今年我們收到許多感人的申請表。可惜的是, 我們已經選定另外一名候選人來接受今年的「蘭馨會實現你的夢想獎」。如果你明年仍然符合資格, 我們歡迎你再次來申請。

我們祝你一切順利。如果你有任何問題, 請隨時與我連絡。

誠摯的

國際蘭馨交流協會某某分會  
會長 伊莉莎白 史密斯

## 如何做：表揚分會得獎人

# 分會已經選出一位得獎人，現在該為她慶祝了！

表揚分會得獎人是蘭馨會實現你的夢想獎活動中最有趣和最有意義的一部分！這個獎項的成果中最經常被過去的得獎人提到的就是能增加她們的自尊心以及使她們成為子女的榜樣。表揚分會得獎人可以讓她感到受尊重和和在社區中身為一名婦女的價值。能夠看到得獎人因自己的努力而得到認可，這對她的家人也很重要。

### 舉辦表揚活動

許多分會選擇舉辦頒獎典禮或晚宴來表揚得獎人。分會可以考慮舉辦表揚活動時也邀請得獎人的家人一起來參加。得獎人一致表示，對她們來說讓她們感受到來自同樣地區婦女的鼓勵與認同和獲得現金獎勵有同樣的鼓勵作用。此外，得獎人的家人看到他們的母親、妻子、阿姨或姊妹獲得頒獎，這對他們也有同樣的鼓勵作用。我們建議你在社區中尋找一位志工攝影師為得獎人和她的家人拍攝精美照片，這些照片可以供得獎人保存，並提供給你的分會和 SIA 為「實現你的夢想獎」活動做宣傳使用！在“如何舉辦成功的分會活動”部分中有更多具體的建議。照片可以提交給 [program@soroptimist.org](mailto:program@soroptimist.org)。

### 宣傳分會得獎人

許多分會更進一步的發佈新聞稿來表揚分會的得獎人，或將得獎人的故事在分會的網站上分享，以這種方式來宣傳這個獎項以在未來能吸引潛在的申請人。這些都是很好的點子，但要使用得獎人的姓名和故事之前，得獎人必須先在媒體發佈同意書上簽字。有些得獎人可能不希望公佈個人的故事而選擇不在同意書上簽字。遇到這種情況時，分會必須尊重得獎人的保密權。

### 現金以外的獎勵

除了現金的獎勵之外，許多分會也提供非金錢的獎勵。SIA 的策略計劃目標之一就是要增加婦女達到經濟賦權的能力。因此，分會可以考慮得獎人還需要些什麼其他的幫助才能達到目標，例如：書籍、電腦、雜貨、幼兒照顧。分會會員也可以志願提供時間和經驗，經由個別指導、工作訓練和理財建議等方式來幫助得獎人。這些活動有助於提高這個獎項對得獎人影響力的品質。請查看現金以外的獎勵文件，其中列有更多的要訣和建議！

## 如何做：舉辦一個成功的分會活動

你選出了一個「實現你的夢想獎」得獎人，現在該是為她慶祝的時候了！請遵循這裡的一些要訣來使這項活動成為每個人難忘的一個經驗。向你的得獎人展現出你希望這個活動給她和她家人的經驗是方便參加的、歡迎的和正面的，而且你很重視她所提供的意見。如此，你將可以發揮很大的影響，並開始一個可以長久聯繫的關係。

### 溝通

舉辦一項成功的活動首號要訣是什麼？溝通！以下所有要訣都有這個共同點。如果你不去詢問，你就不會知道你的分會可以做些什麼來讓你的得獎人獲得一個美好的經驗！

### 預期得獎人的需求

很可能得獎人在申請表中已經分享了很多關於自己的事情。你可以利用那份資料來預測她的需求。例如，如果她透露過去曾有酗酒的歷史，那麼你的活動中就不要提供酒精性飲料，這就是一項很周到的安排。如果你知道她正在修三門課，同時又有一份全職的工作，那麼在選擇時間和日期之前先詢問她什麼時候有空。如果她說她的車子常出毛病不可靠，那就請某位分會會員去載她。如果你知道她目前沒有工作，那麼你可以考慮支付她來參加活動的一些相關費用，例如幼兒照顧或交通費用。

**建議：**雖然在分會活動中頒發獎項獎金可能感覺不錯，但延遲頒發獎金可能會對你的得獎人產生負面影響。因此無需等到分會活動才頒發獎金，應該要在確認得獎人後立即寄出，然後在分會的活動中頒發獎狀給得獎人。

### 地點與交通

選擇場地時諮詢她的意見。詢問她有什麼交通工具可以使用（例如大眾交通工具、她有自己的車、或家人必須載她）。如果她是要搭乘大眾交通工具，那麼場地可選擇靠近公共汽車站或火車站的地點。你也可以考慮支付她參加活動來回所需的票價或汽油費。如果她住的地方離你分會很遠，那麼可以考慮選擇離她比較近的地點。一旦你選定了地點應提前告知她，讓她有時間做必要的安排。

### 確保她感到自在

多一點體貼會有很大的幫助。讓她知道什麼樣的服裝適合這個活動，這可以幫助她做準備。不妨考慮選擇舉辦活動的地點是不需要穿著正式套裝或華麗服裝的地方。

請她邀請支持她目標和願望的賓客一同來參加活動，例如她的家人、老師或推薦人。有她的支持者在場會讓她覺得這個活動是慶祝她成就的一個活動，也會讓她在充滿陌生人的廳室中感覺更自在。

指派一位聯絡人在活動當天協助她。這個人可以回答她的問題、指引方向、解決停車或其他後勤支援的相關問題，並在得獎人到達時迎接她，將她介紹給其他人，並確保她受到熱烈歡迎。

**建議：**盡可能將活動個人化。你可以安排她最喜歡的餐飲食物、甜點或鮮花。詢問她證書上的名字希望怎麼寫，並詢問她還可以做些什麼事使她在一個屬於她的慶祝活動中覺得舒服自在並覺得受到歡迎。

### 幼兒照顧

如果她帶小孩來參加活動，請確保所選擇的場地適合兒童，並事前詢問你可以做些什麼來讓小孩也享受到快樂的時光。你可以提供適合小孩年齡的活動，如彩色鉛筆和紙、拼圖或手工藝術材料。如果她打算將小孩

留在家中,妳可以為她支付幼兒照顧的費用. 不論你的分會以任何方式幫助她減輕壓力,都會有助於她專注於活動中最重要的部分 — 為她慶祝!

## 發表感言

當你想邀請你的得獎人在活動中發表感言時,請以她的角度對這件事思考一下. 相較於在一篇文章中寫下你自己所遭遇的障礙,和要面對著滿廳堂的人大聲述說你個人遭遇的回憶在感覺上會有何不同. 當然,聆聽你訴說最痛苦的生活經歷對觀眾而言會很有吸引力,但對你來說卻可能會是一件非常困難的事. 同樣的,無論觀眾多麼支持和富有同情心,並不是每個婦女都會感到自在談論她所遭遇的種種障礙.

基於這些原因,你的得獎人可以不需要在活動中發表感言. 她也不必與觀眾分享她的故事,就連以寫作的方式都可以不用.

你可以詢問她什麼事會讓她覺得這個活動對她是一個正面的體驗. 也許談論她所遭遇的種種障礙會讓她覺得自己很勇敢. 也或許,這件事會將她帶回到黑暗時期,讓她覺得自己很渺小. 如果她選擇發表感言,鼓勵她強調自己的優點和成就. 最重要的是,賦權她成為自己故事的作者,這就是這個體驗中最有價值的部分.

在向觀眾介紹她時,與其詳細說明她所遭遇的障礙,不如考慮分享一下她的申請如何啟發你的分會選擇她做為得獎人並想要支持她(例如她有強烈的目標、關心她的家人、流利地描述她對未來的夢想).

如果她對在許多人面前講話感到不自在,你可以提供另一種解決方案,比如請她將要講的話以書面方式提供,然後你印出來分發到每張桌子上.

無論她是否選擇在眾人面前講話,你都可以邀請其他人來談論教育的重要性和在追求夢想過程中如何克服障礙.

**建議:** 向她保證無論如何你都非常高興能夠為她慶祝,也為她所獲得的成就感到自豪,並且希望了解她對未來的期望.

## 其他人的參與

在你的社區中你還可以邀請誰來參加這個慶祝活動? 你可以邀請評審委員 — 在活動中強調蘭馨會的招牌活動和我們所服務的婦女是一個理想的方式來感謝你的評審委員. 你也可以邀請「實現你的夢想獎」過去的得獎人,或邀請其他對蘭馨會有興趣多了解的婦女. 你也可以考慮邀請當地政界人士和其他社區領導人,或邀請當地報社來報導你分會對社區所營造的影響.

## 照相

我們建議你在社區中尋找一位志工攝影師為得獎人及她的家人拍攝精美照片,這些照片可以供得獎人保存,並提供給你的分會和 SIA 為「實現你的夢想獎」活動做宣傳使用. 請將照片電郵至 [program@soroptimist.org](mailto:program@soroptimist.org). 以下提供一些建議,使你的照片和你的得獎人都令人感到印象深刻!

- 解析度越高越好.
- 請不要將照片以文字檔案發送 — 我們需要實際的圖片檔案. 只要照片是高解析度的, JPG、EPS 和 PNG 都是很好的圖片檔案格式!
- 大型團體照通常不是可利用的好照片. 特寫鏡頭較具吸引力. 一般來說,照片中最多不要超過四個人才可以清楚地看到每個人的臉.
- 簡單的背景讓注意力集中在主題上,並使影像清晰、強烈. 如果背景會分散注意力,可以請大家換到更好的地方.

- 嘗試事先為照片佈置好背景 – 例如, 在重要位置懸掛蘭馨會橫幅或顯示出蘭馨會標誌等.

**建議:** 邀請你的得獎人與分會會員合影 (在獲得媒體同意書許可後). 與得獎人分享照片做為她參加這個特別慶祝活動的回憶, 也與分會會員分享做為她們在社區中完成有意義工作的一個例子, 並與當地媒體分享以發佈新聞稿.

### 現金獎勵以外

考慮為你的得獎人提供更多支援. 詢問她的意見是很好的一個方法來確保你所做的工作不僅有意義, 而且也符合她的需求. 也許她需要某一本書、一個裝備、一件用於面試的衣服、一項自我護理的物品、某些日用雜貨, 或幫助她照顧幼兒讓她能夠趕上工作進度, 或者讓她能擁有一些屬於自己的安靜時間. 也許你可以在分會中找到有相同專業經驗的會員以符合她的需求, 例如提供指導或模擬面試.

### 提醒和概述流程

你的得獎人可能承擔著很多責任, 所以最好在活動之前聯繫她並提醒她, 詢問她是否還有任何問題. 向她逐項概述活動的流程 (例如: 當她到達時你會在入口附近迎接她; 晚上 7 點將舉行頒獎給她的儀式, 然後她發表感言; 晚上 7:30 開始享用晚餐).

## 活動檢查表

你可以使用一個檢查表來確保你已和得獎人討論過重要部分, 幫助她準備好來參加這個為她的成就慶祝的活動, 並讓她在活動中感到舒適自在.

**活動日期可行性**

我知道我們的得獎人有空, 並已和她確認她可以參加我們的活動.

**地點**

我們的得獎人能夠前往我們的活動地點, 或已做好了交通安排.

**小孩**

我知道我們得獎人的小孩喜歡什麼樣的活動, 而且(或) 已經安排了幼兒照顧.

**發表感言**

我了解我們的得獎人想要分享的內容以及分享的方式.

**額外支持**

我了解哪些額外的支持對我們的得獎人最有幫助, 並且我已經與我的分會擬訂好計劃來提供給得獎人.

**活動提醒**

我已聯繫了我們的得獎人, 提醒她活動的細節, 並向她概述活動中的整個流程.

## 分會頒獎儀式講稿

底下劃線的斜體字部分你必須用自己的資料來取代。

大家好, 歡迎大家! 感謝大家今天來參加這個特別的慶祝活動. 今天我們要來表揚愛麗絲她令人鼓舞的成就. 愛麗絲, 今天在座的每個人都支持你、相信你, 並且希望你和你的家人都一切順利.

做為蘭馨會員, 我們看到了許多努力工作而且勇敢的女性. 她們就是我們分會的會員, 她們領導著我們組織的許多專區, 擔任我們理事會的職務; 還有我們蘭馨會「實現你的夢想獎」所支持的也是這樣努力工作而且勇敢的婦女.

自 1972 年以來, 蘭馨會員一直透過改變生命的「實現你的夢想獎」活動來賦權婦女. 這個獎項旨在幫助擔負家庭經濟責任的婦女, 為她們提供所需的資源以提高她們的教育、技能和就業機會.

國際蘭馨任何城鎮分會自 1994 年以來一直致力支持東溪社區的婦女. 至目前為止, 我們已經提供了超過 15,000 美元的現金獎勵和其他額外的支持, 包括生活指導、面試服裝和禮券等等. 獲得「實現你的夢想獎」的婦女因而得以繼續她們的學業, 至今有些人已取得了護理學位、教育學位, 有些人在工作上獲得了升遷或得到了較高薪水的工作, 這些改變讓她們能夠搬遷到更安全、更好學區的環境居住, 並且工作的時間比較一致, 使她們能夠有較多的時間在家中陪伴小孩.

經由大家的共同努力, 我們分佈在 21 個國家和領域的蘭馨會員每年提供超過 240 萬美元的現金獎勵給超過 1,500 名受到激勵的婦女, 這些婦女不辭辛勞地工作, 為改善自己和家人的生活而努力. 「實現你的夢想獎」得獎人告訴我們, 她們已經改善了生活水準, 提高了自尊心, 並成為孩子和其他家人的榜樣.

這個獎項從當地的分會層級開始, 得獎人可獲得 1,000 美元獎金. 分會第一名的得獎人將會繼續參加專區層級的評審, 有機會另外再獲得 3,000 美元或 5,000 美元的獎金. 專區第一名的得獎人將繼續參加國際層級的評審, 並有機會另外再獲得 10,000 美元的獎金.

但這些數字只是「實現你的夢想獎」故事中的一部分. 很多婦女告訴我們, 她們從蘭馨會員所得到的支持對她們來說是多麼的重要. 因為知道有一個完全由婦女組成的全球性組織在鼓勵她們, 相信她們, 相信她們的夢想, 這激發她們在生活中尋求改變.

當婦女接受教育之後就有了機會和選擇, 她們比較不容易受到許多因素的影響而擾亂她們的生活. 她們比較不會生活在貧困中, 不容易受到性販運者的操縱, 更有可能脫離家庭暴力的情況, 較能夠獲得醫療保健, 最終, 她們能夠培養更健康的家庭.

蘭馨會「實現你的夢想獎」著重在教育是因為一個原因: 證據顯示優質教育比其他任何方法都有最大的潛能來改變婦女與女孩的生活.

我們的「實現你的夢想獎」針對解決的是全世界和我們自己社區的一個共同需求. 這個獎項確如其名, 能夠讓夢想成真.

今天, 我有這個榮幸來介紹愛麗絲.. [她覺得自在和願意分享的細節]

(得獎人發表感言)

謝謝你, 愛麗絲. 你是一個了不起的女性, 你克服了種種的障礙能夠在今天站在這裡. 你展現了你的勇氣、力量和堅毅. 你為所有婦女樹立了一個榜樣, 我們很榮幸今天能將蘭馨會「實現你的夢想獎」頒發給你.

你現在加入了一群非常特別的婦女行列,你成為「實現你的夢想獎」得獎人的其中一員... [介紹可能在場的過去得獎人和(或)過去得獎人所取得的成績]

儘管這些婦女經歷過許多,並且很可能仍在面對許多困境,但她們之中的許多人都能夠利用這些獎勵來提升自己並改善生活.而且很普遍地,她們會利用自己的經驗來幫助其他婦女與女孩改善生活.這就是「實現你的夢想獎」所創造出持久變化的美好循環.

所以,愛麗絲,我們為你生命接下來的樂章感到非常興奮.我們期待看到你未來達成許多的成就!

我們都知道成功的道路通常不是一條平坦的直路,一路上會有許多障礙和迂迴,我們無法獨力來完成.蘭馨會員致力於支持獲得「實現你的夢想獎」的婦女.我們要認可這些婦女的辛勤工作,並成為她們在追求成功路上的一個夥伴.

但蘭馨會員也不是單獨在做這項工作,我們的地方社區也是讓夢想成真的一部分.你的財務支持,你寶貴的時間投入志工服務,並支持我們的慈善事業,幫助我們宣傳我們的重要工作,並且今天來到這裡.....讓愛麗絲[以及出席的其他過去得獎者]知道她的夢想是可以實現的,而且我們整個社區都在背後支持她.

我希望國際蘭馨任何城鎮分會能夠繼續得到你的支持.因為我們有很大的夢想,要為更多任何城鎮的婦女服務,提供她們現金獎勵和其他援助.這些婦女告訴我們,她們需要生活指導、求學的各项費用、人際網絡、財務規劃和幼兒照顧.你能幫助我們提供其中的任何項目嗎?如果可以,你的桌子上有捐贈信封和空白小卡片.請寫下你的聯絡資料,以及你願意與這些鼓舞人心的婦女分享的技能或興趣.我們會有幾位志工提著籃子來收集信封和卡片.

我知道這個社區對你很重要,而且為婦女開啟變化對你也很重要,這也就是大家今天來到這裡的原因.我很感謝你們每一位以許多不同的方式為改變生命的「實現你的夢想獎」所做出的貢獻,我也非興奮能夠繼續與你們每一位一起努力,幫助任何城鎮的婦女和家庭將夢想和潛能付諸實現.

謝謝大家!

## 現金以外的獎勵

## 提供獎金以外的支援以增加聯合影響力

## 簡介

國際蘭馨交流協會美洲聯盟了解「實現你的夢想獎」的力量和潛力，並不斷尋找各種方法來加強這個獎項對婦女生活的影響力。事實上，這個獎項對幫助 SIA 達成總體目標：**提升聯合影響力** 至關重要。我們的總體目標是要藉由加強凝聚大家聯合的努力與專注於改變婦女生活品質的方式來增加 SIA 所營造的社會改變。

對於此目標成功的評量標準，SIA 希望能達到完成學業的「實現你的夢想獎」得獎人中有 **80%** 在得獎後三年之內能**表示她們的生活水準提高**。按照 SIA 分會過去在創造力所展現的輝煌歷史和對此活動的努力不懈，我們有信心如果分會執行以下的一些策略，我們就能夠贏得這項挑戰！

## 計劃提供額外的支持

以下詳細描述了如何有創意地增加蘭馨會「實現你的夢想獎」影響力的一些策略，例如：提供指導、工作支持、經濟支持、提供幼兒照顧等。這些方法對分會而言是非常有幫助的建議，但你可能需要一些協助來規劃做到這些。以下分成兩方面來說明分會如何做到提供額外的支持 **1) 如何了解得獎人需要什麼樣的額外支持; 2) 分會如何擬訂計劃來提供額外支持。**

## 了解更多有關你得獎人的狀況

閱覽得獎人的申請表和推薦表

- 閱覽得獎人的申請表和推薦表來收集重要資料，藉此深入了解得獎人的優點和種種需求
- 記錄你收集到的訊息

面對面見面

- 邀請得獎人與你見面喝杯下午茶或一起用餐。向她說明你想更進一步了解她，想看看你的分會是否在其他方面可以幫助她。如果她感到自在，你也可以邀請她參加分會會議。讓她知道，你尊重她的隱私和她對個人訊息的保密期望。
- 說明你將會討論一些比較個人的問題，希望能對她有更進一步了解，然後依照她的狀況擬訂計劃，提供她額外的支持來幫助她完成學業，實現夢想。
- 在喝下午茶或用餐時，詢問得獎人一些問題來了解有關她的優點和需求。這些問題例如：
  - 簡單地告訴我有關你自己和你的背景。
  - 你有哪些優點？
  - 你擅長於哪些事？
  - 告訴我你年幼時的生活。
  - 你年幼時面臨了哪些挑戰？
  - 你長大後，你面臨了哪些挑戰？
  - 你對自己在一年、兩年、三年後都設立了哪些目標？
  - 目前你有些什麼需要？
  - 我們的分會可以如何來幫助你？

## 建立得獎人的個人概要資料

- 與得獎人一起建立她個人的概要資料和她需要支援的方面. 要確定她很清楚的了解, 你的分會不見得能夠提供所有方面的協助, 但找出這些需要幫助的事項是一個重要的第一步.
- 著重在最重要的部分.
- 建立一份得獎人的簡單個人概要資料, 包含下列幾個部分:
  - 她的背景
  - 她的優點
  - 她邁向成功的種種障礙
  - 她的目標 (教育方面和工作方面)
  - 她的需求 (個人的和家庭的)

個人概要資料範例:

背景	優點	障礙	目標	需求
27 歲單親媽媽, 有一個小孩  擔任餐廳領檯工 作, 年收入 \$13,000 美元  人口販運倖存者	女兒帶給她歡樂  喜歡大眾演講  喜歡寫作  有交通工具	有自卑感和自我 價值低落  經歷過肢體和精 神虐待, 並遭受過 性虐待  沒有其他家人的 支持	獲得護士學位  從事護士工作  存足夠的錢, 搬到 一個安全, 有好學 區的環境	生活指導  諮詢  教育方面的協助  經濟上的支援

## 擬訂一個長期計劃

- 找出分會和社區的資源來幫助解決得獎人的障礙和提供所需. 例子包括:
  - 提供指導人員 (蘭馨會員或其他的社區成員, 視得獎人個人/職業興趣而定)
  - 查找是否有免費或依情況收費的諮詢服務
  - 提供一部分財務支援以幫助解決額外的教育費用
  - 查看得獎人是否有資格獲得其他補助金或獎學金的機會
  - 購買筆記本電腦和護士實習課程需要的醫療設備或制服
  - 提供幫助撰寫履歷表, 練習面試和建立人際網絡
  - 在年節或年度活動時提供經濟援助 (聖誕節和生日禮品或禮券, 學校放假期間的活動, 開學時的各項用品)
- 確定提供支援的時間範圍. 決定在六個月、一年、兩年和 (或) 三年內提供得獎人哪些支援.
- 擬訂一個簡單的行動計劃. 從你所知道你的得獎人確實需要的事項開始, 制定一個短期計劃 (六個月到一年), 並視需要制定更進一步的計劃. 設定出時間範圍, 提供何種類型的支援, 以及由誰提供支援. 以下是行動計劃的範例:

何時	事項	由誰提供
三月至五月	頒贈財務獎金 找到一位指導員 查找諮詢服務的選擇 查找其他補助金/獎學金的機會	分會會員 分會會員 分會會員 分會會員

六月至八月	邀請參加蘭馨會聯誼活動 分享所找到的諮詢選擇資料 分享補助金/獎學金機會的資料 諮詢服務 購買護士實習課程的醫療設備 或制服 (女兒) 夏令營費用的財務支援 (女兒) 開學時的用品	分會指導員 分會指導員 分會指導員 社區教會 分會會員 分會會員 分會會員
九月至十一月	邀請參加分會會議 諮詢服務	分會指導員 社區教會
十二月至二月	聖誕節的禮品或禮券 諮詢服務 學費的財務支援	分會會員 社區教會 分會會員
第二年	邀請參加「實現你的夢想獎」 下一位得獎人的頒獎典禮 畢業禮物 幫助得獎人準備面試 採購上班服裝	分會指導員 分會會員 分會指導員 分會指導員
第三年	邀請參加「實現你的夢想獎」 下一位得獎人的頒獎典禮 搬到新住處的喬遷禮物	分會指導員 分會會員

## 審查

- 估算每個支持項目的費用和整個計劃的總開支。
- 諮詢你的分會。請大家提供意見，了解分會可以使用的資金和時間。整個分會一起來決定如何來支援得獎人，以及何時提供支持。
- 與你的得獎人見面，要求她核准你的計劃。
- 如果有任何領域你的分會無法提供幫助，請考慮你是否可以協助她尋求這方面的幫助 (例如：如果她需要住房援助，也許有人可以幫助她研究如何獲得住房援助)。

## 定案

- 指派一名分會指導員來支持你的得獎人並與她溝通。
- 每年或視需要檢討和更新計劃。

## 提升「蘭馨會實現你的夢想獎」對得獎人生活的影響力

一項於 2017 年針對 2013-2014 「實現你的夢想獎」專區得獎人所做的調查中，詢問得獎人在她們完成教育後除了現金之外，哪一項資源或協助可能會最有幫助。她們的回答包括了許多不同的支援項目：

- 73%: 有機會獲得額外的獎金使能夠接受更多的教育或訓練
- 34%: 職業指導 (例如: 如何尋找工作, 檢查履歷表...)
- 34%: 獲得有關稅務或財務方面的建議
- 33%: 學校用品
- 28%: 有機會獲得基金可以開始一個小生意

- 27%: 獲得實習、志工等的機會
- 26%: 得到當地蘭馨會員給予的個別啟發指導
- 24%: 由以往的「實現你的夢想獎」得獎人組織一個網路上非公開性的個人支持小組
- 15%: 線上的個別啟發指導

### 更多支持的建議

以下的策略是要提升「蘭馨會實現你的夢想獎」的影響力, 其中有些是根據以往得獎人的回饋意見而設計的, 有些則是根據分會目前在當地執行的一些構想而產生的:

### 啟發指導

尋找方式與得獎人建立長久關係, 由此可為得獎人持續提供生活上的引導和支持以幫助她達成教育和職業的目標.

- 與得獎人保持聯絡並詢問她的近況.
  - 她目前遇到什麼挫折?
  - 你是否也遭遇過類似的障礙?
  - 你曾經用什麼方法克服了自己生活上的障礙?
  - 在她設法克服類似的障礙時, 你可以做些什麼來支持她?
- 每隔幾個月邀請得獎人到外面共進午餐, 詢問近況, 並發展更密切的關係.
  - 透過經常的電郵或網上聊天提供得獎人線上的個人啟發指導.

### 工作支援

許多得獎人提到她們生活中的最大改變是因為知道有一個由成功女性結合的有力地方團體相信她們. 身為蘭馨會員, 你們在當地社區都是受人尊敬的女性領導人和專業人士.

- 協助得獎人填寫工作或學校申請表, 提供推薦信或做為申請工作的推薦人.
- 詢問得獎人是否願意讓你幫她檢查履歷表或做面試模擬. 提供有關面試禮儀和服裝的建議, 或如何回答面試問題.
- 提議帶她去購物並幫她買一套面試穿著的服裝.
- 提供方法加強她建立人際網絡的能力, 以及提供建議幫助她成功地尋找工作.
  - 在你個人的職業生涯中是否有成功建立人際網絡的策略方法?
  - 你認識的人中, 是否有誰可能對得獎人有幫助?

### 財務支援

鼓勵分會會員思索各種可以在一年之中不斷提供財務上協助的方式, 使你的分會在慷慨頒贈獎金之外也提供其他形式的支援來幫助做為一家之主的女性所必須應付的多方面需要.

- 捐贈學生或家庭所需物品, 例如手提電腦、專業服裝、兒童服裝和家庭用品.
- 提供日常所需用品的禮券, 例如汽油、汽車保養、大眾運輸、理髮、個人保健用品、藥品和雜貨.
- 分會也可以捐獻有經濟價值的免費服務, 例如志願為得獎人做申報所得稅的準備.
- 為得獎人及其家人購買節日禮物並包裝禮物.

### 協助得獎人子女

大部分的得獎人都提到此獎項除了對得獎人自己有正面影響之外, 對其子女也有同樣的影響. 分會可以利用許多方式來增加與得獎人子女互動的機會或為他們提供支援.

- 開創新活動, 例如為得獎人與子女舉辦“母親與我”歡樂日.
- 贊助參加夏令營.
- 提供書包, 裡面裝滿上學文具或美勞用品以幫助減輕開學時的開銷.

- 捐贈樂器使得獎人子女能夠參加學校樂隊或交響樂團。
- 安排共乘汽車以增加得獎人子女參加課後活動或其他活動的機會。
- 協助照顧兒童。
- 為得獎人子女舉辦生日聚會或為他們購買生日禮物。

### 活動支援

邀請以前的得獎人和會員一起參與支持「實現你的夢想獎」活動。請她們貢獻才能與創造力以確保活動的成功，如此可以更進一步展現分會非常重視與尊敬得獎人是當地社會中的一名成員並且是一位堅強、有能力的婦女。

- 尋找其他申請人：得獎人可用非正式方式傳達訊息給可能符合申請資格的老同學或朋友，告訴她們有關「實現你的夢想獎」所提供的機會。鼓勵得獎人發揮創造力或想出新的建議可以到哪些新團體或機關提供申請資料。
- 擔任評審：邀請一位以前的得獎人擔任「蘭馨會實現你的夢想獎」的評審，如此可以更進一步展現分會對得獎人的尊敬與欽佩，並可以加深彼此合作的關係。
- 宣傳資料：以往的得獎人可以講述是什麼吸引她們或激勵她們來申請「蘭馨會實現你的夢想獎」。她們可能對如何用最佳的方式向外界宣傳有一些深入的見解。
- 報紙報導：訪問得獎人，談談她們的生活如何經由「蘭馨會實現你的夢想獎」而得到改變。這是一個很有意義的方式，可以使得獎人貢獻力量支持這個獎項活動，同時使她們受到褒揚成為當地社區的楷模。

### 與分會以往的得獎人聯絡組成支持小組

分會可以提供得獎人的聯絡資料和所需的資源來幫助得獎人建立一個同儕支持網絡。這個支持小組可以包括分會本身的得獎人和其他鄰近分會的本年度和以往的得獎人。

- 提供一個固定的場所，例如社區中心的一個房間來做為得獎人聚集和見面的地點，或協助促成一個線上支持網絡。
- 邀請以往的得獎人一起參加分會的晚宴或頒獎典禮以加強她們的支持小組。

### 與其他的地方資源聯繫，包括獲得額外基金的機會，財務建議等等

分會可以做為得獎人與地方其他豐富資源之間的橋樑。

- 邀請得獎人加入線上社群 [LiveYourDream.org](http://LiveYourDream.org) 將她們與支持者連結。[LiveYourDream.org](http://LiveYourDream.org) 有一個博客，特別是為尋找資源以實現夢想的婦女而設立的。
- 幫助得獎人參加社區中心的各項活動或其他可能大幅提升實用技能(例如電腦技能)的免費課程。
- 保存一份社區資源的記錄，需要時分會可以幫助得獎人聯繫到適當的服務，例如家暴倖存者免費諮詢、免費財務計劃服務或協助支付水電費或暖氣費的地方機構。
- 指導得獎人如何取得資源或提供協助以幫助得獎人建立自己的小事業。
- 邀請得獎人登記加入 [LiveYourDream.org](http://LiveYourDream.org) 成為支持者。
- 尋找獲取其他獎項或獎學金的機會來補助「蘭馨會實現你的夢想獎」提供的財務支助。
- 是否有其他的活動可以提供償還學生貸款方面的協助？
- 是否可以因為取得學位而可以降低保險費用或其他費用的機會？

### 加入分會活動或成為會員：

因為這個獎項具有改變命運的性質，而且許多得獎人因獲獎而感到非常驕傲，因此許多得獎人都表示有興趣與分會保持聯繫。

- 邀請得獎人參與一項令她覺得有收獲的分會服務活動。
- 如果以往的得獎人現在在財務上有足夠能力，則可以邀請她加入分會。

- 贈送第一年的蘭馨會籍給一位以前的得獎人做為畢業禮物

### 結論

SIA 透過「蘭馨會實現你的夢想獎」已經幫助了數以萬計居住在蘭馨會所屬二十一個國家和領土中的婦女, 但是我們還可以做得更多以更進一步提升得獎人的生活品質, 並改善這些婦女和她們家人的生活水準. 除了頒贈一次性的獎金之外, 蘭馨會員還可以為得獎婦女提供持續的支援和鼓勵, 如此將能夠加深此獎項的影響力, 甚至更進一步實現蘭馨會的宗旨.

## 如何做：分會上報

# 分享你的成功，上報得獎人以獲得更進一步的獎項！

為了使分會因參與「實現你的夢想獎」活動而得到認知並使分會的得獎人有資格獲得更高層級的獎項，分會必須將參與活動的資料上報到專區。

分會得獎人可能可以獲得總額為一萬五千美元的額外獎金！專區提供的獎項多寡不一，有的專區提供一個名額，獎金五千美元，而有的專區則提供十個名額，獎金總額達三萬二千美元（一個五千美元的獎，以及九個三千美元的獎）。專區頒發獎項數量和金額的多少取決於每年參與「實現你的夢想獎」活動的分會數目而定。這是分會參與這項活動的額外獎勵，因為如此一來，不只提高分會得獎人在專區層級得獎的機會，而且更重要的是「實現你的夢想獎」會影響更多的婦女。聯盟每年頒發三名決賽優勝者各一萬美元獎金。

雖然分會的優勝者能繼續爭取更進一步的獎項是非常好的事，但請了解這並不是分會與分會之間或專區與專區之間的一項競爭。整個蘭馨會應該為這些每年被專區和聯盟選出的得獎婦女感到驕傲。

### 確保遵守截止日期！

參加地區層級評審的分會\*必須在二月一日前將分會得獎人資料上報到「實現你的夢想獎」活動主委處。

只參加專區層級評審的分會\*必須在二月十五日前將得獎人資料上報到專區「實現你的夢想獎」活動主委處。

\*不確定你的專區是否有地區層級？請[聯絡你的專區主委](#)。

### 繳交申請資料

要確保分會得獎人能參加地區或專區層級的評選，繳交的資料中必須包括一份完整的[分會上報表](#)。申請人全名、聯絡資料以及原始的（或拷貝的）申請表都需包括在繳交的資料內。

如果你不確定分會上報表應交至何處，請與你的專區主委聯繫。[主管通訊錄](#)中列有「實現你的夢想獎」各專區主委的聯絡資料，你可以隨時至 SIA 網站上取得這份通訊錄。

### 獲得額外獎金的通知

如果分會得獎人被評選獲得額外獎金，地區和專區層級的「實現你的夢想獎」活動主委將會通知分會。分會可以預期在三月至四月間收到通知。大多數的專區會在專區大會中頒發專區層級「實現你的夢想獎」獎金支票。詳情細節請接洽專區主委。

聯盟層級的評審在每年的五月進行，聯盟主席將在五月到六月間公佈得獎人名單。

## 分會上報表

第一頁

上報分會: \_\_\_\_\_

上報人:

姓名: \_\_\_\_\_ 上報日期: \_\_\_\_\_

電話: \_\_\_\_\_ 電郵: \_\_\_\_\_

**說明:** 此表格必需連同申請資料一併上報地區和/或專區層級評審. 請保留一份申請資料和填好的上報表存檔, 並用電郵或一般郵件將另外一份拷貝申請資料寄給地區或專區的指定人員. 若需專區主委的聯絡資料, 請查看[主管通訊錄](#). 這份通訊錄可在 SIA 網站的首頁取得.

**截止日期** (在截止日期後收到的資料可能會失去參加評選的資格)

參加地層區級評審的分會: 請在二月一日前將資料寄至「實現你的夢想獎」地區活動主委.

參加專區層級評審的分會: 請在二月十五日前將資料寄至「實現你的夢想獎」專區活動主委.

1. 本分會收到了 \_\_\_\_\_ 份填寫完整的申請表
2. 本分會表揚了 \_\_\_\_\_ (人數) 實現你的夢想獎得獎人, 使用分會的基金\*共頒贈了 \$ \_\_\_\_\_ (美金金額).
3. 本分會總共投入了 \_\_\_\_\_ (小時數) 志工時數, 並共計花費了 \$ \_\_\_\_\_ (美金金額) 在這個活動的行政管理上. 行政管理的支出例如: 印製宣傳單或舉辦填寫申請表的講習會, 但不包括獎金的支出.
4. 因為我們舉辦「實現你的夢想獎」活動的結果, 我們的專案吸引了 \_\_\_\_\_ 位新會員加入分會
5. 本分會提供了額外的支援給分會得獎人.

是 否 (如果回答“是”, 請填寫以下部分)

本分會提供了額外的支援給 \_\_\_\_\_ 位 (請填寫名額數量) 分會獎項的得獎人.

請在下列各項的空白處填寫得到該項額外支援的人數

- \_\_\_\_\_ 個別指導得獎人.
- \_\_\_\_\_ 提供工作訓練、面試準備或協助檢查履歷表.
- \_\_\_\_\_ 為得獎人提供家教服務.
- \_\_\_\_\_ 為得獎人提供稅務或財務計劃的協助.
- \_\_\_\_\_ 為得獎人的子女提供兒童照顧和個別指導.
- \_\_\_\_\_ 提供物品, 例如手提電腦、衣服、禮券.

其他 (請說明.) \_\_\_\_\_

請提供給予得獎人其他物品和 (或) 服務的估計總值 (除去頒贈「蘭馨會實現你的夢想獎」獎金):

美金 \$ \_\_\_\_\_

**\*分會參與「實現你的夢想獎」活動的定義是:** 分會至少要頒發一個現金獎項給一位符合資格的婦女, 並將得獎人的申請資料提交到地區或專區層級評審.

## 分會得獎人資料

上報分會: \_\_\_\_\_

## 驗證和簽名

在此文件上簽名, 即表示本人確認在此表格中所提供的所有資料根據本人所知都是正確和完整的. 本人確認此表格中提及的個人已經:

- 獲得聯繫並告知其本人獲得了「實現你的夢想獎」
- 收到現金獎勵
- 直接收到現金獎勵

此外, 本人確認在「實現你的夢想獎」程序中不只一位分會會員參與該獎項的流程.

分會會長姓名 (正楷): \_\_\_\_\_ 今天日期: \_\_\_\_\_

分會會長姓名 (簽名): \_\_\_\_\_

## 第一名

獎勵金額 (美金\$): \_\_\_\_\_

姓名: \_\_\_\_\_

地址: \_\_\_\_\_

電話: \_\_\_\_\_ 電郵: \_\_\_\_\_

## 其他得獎人

獎勵金額 (美金\$): \_\_\_\_\_

姓名: \_\_\_\_\_

地址: \_\_\_\_\_

電話: \_\_\_\_\_ 電郵: \_\_\_\_\_

## 其他得獎人

獎勵金額 (美金\$): \_\_\_\_\_

姓名: \_\_\_\_\_

地址: \_\_\_\_\_

電話: \_\_\_\_\_ 電郵: \_\_\_\_\_

## 其他得獎人

獎勵金額 (美金\$): \_\_\_\_\_

姓名: \_\_\_\_\_

地址: \_\_\_\_\_

電話: \_\_\_\_\_ 電郵: \_\_\_\_\_

## 其他得獎人

獎勵金額 (美金\$): \_\_\_\_\_

姓名: \_\_\_\_\_

地址: \_\_\_\_\_

電話: \_\_\_\_\_ 電郵: \_\_\_\_\_

你的分會是否有一個出色的「實現你的夢想獎」活動? 也許你想出方法可以資助多個名額, 或者有方法可以顯著增加你的獎金金額, 或者為得獎人和她們的家庭提供持續的支持... SIA 總部希望能聽到這些方法. 我們可能會在社交媒體或即將出版的刊物上分享你分會的專案. 請描述一下甚麼因素使你分會的「實現你的夢想獎」變得出色:

## 如何做: 宣傳獎項

# 讓當地社區知道「實現你的夢想獎」!

宣傳「實現你的夢想獎」不僅可以幫助招募申請人,同時可以提高蘭馨會的知名度並使你的分會在當地更為人所周知曉。

社會知名度是招募申請人時不可或缺的一部分,你的分會可以用一整年的時間來宣傳這個獎項,即使在獎項頒獎結束後都可以繼續宣傳!

### 在所有的分會活動中分發獎項資料

要提高「實現你的夢想獎」知名度最簡單的方法之一就是在分會所有的活動中提供有關這個獎項的資訊,申請資格檢查表和海報這兩項資料提供了這個獎項的基本訊息,分會可以加以修改加入分會聯絡人的資料讓申請人可以很容易與分會聯絡索取申請表。

### 與地方社區聯絡

找出你的地方社區中有哪些機構與潛在的獎項申請人有接觸,並利用[招募申請人電郵/信件範本](#)與這些機構聯絡,提供申請表給這些機構,讓他們可以分發給工作中接觸的婦女,並請這些機構張貼「實現你的夢想獎」海報於明顯的地方。

### 張貼「實現你的夢想獎」海報於交通流量高的地區

分發蘭馨會[實現你的夢想獎海報](#)可以提高這個獎項在當地的知名度,但在張貼之前應先修改,使海報更具有個人化,並要將海報張貼在所有可能的地點,例如:食品市場、社區中心、購物中心等地方的公佈欄。

## 媒體同意書

### 蘭馨會媒體同意書

做為「實現你的夢想獎」得獎人,你的故事確實非常具有啟發性.在宣傳「實現你的夢想獎」時,我們經常會使用一些過去得獎人的故事.我們與大家分享這些故事的主要原因是: 1) 鼓勵更多的婦女申請「實現你的夢想獎」, 2) 吸引捐贈者及企業贊助者,讓我們能夠經由這個活動提供獎項獎金給更多值得幫助的婦女, 3) 通過講述得獎人堅忍不拔和鼓舞人心的成功故事來更進一步表揚得獎人, 4) 吸引媒體的關注並提高對 SIA 的認知度, 以及 5) 為 SIA 籌募基金. 你是否允許我們以這些目的分享你的故事這完全是你的自由選擇. 如果你允許我們分享你的故事, 請閱讀並簽署我們的媒體同意書.

在這份表格中簽字即表示你同意國際蘭馨交流協會美洲聯盟及所有附屬和相關實體和組織, 包括但不限於 LiveYourDream.org (以下簡稱“SIA”), 為下述簽名者 (以下簡稱“參與者”) 拍照、錄影和錄音, 並授予 SIA 無限和永久的權利複製、展示、交流、表演、分發、出版、傳播及製作衍生作品, 或以其他方式使用參與者的:

姓名 (請選擇下列一項):

- 我的 (參與者) 全名(姓氏及名字)
- 我的名字, 再加上參與者姓氏的第一個英文字母
- 只有參與者的名字, 但沒有參與者姓氏的第一個英文字母或縮寫
- 假名 - 例如: 不是我真實的姓氏或名字. 請讓我們知道你是否有一個希望我們使用的名字? 若沒有, 則 SIA 會為你挑選一個名字.: \_\_\_\_\_
- (希望使用的假名)

以及, 參與者的 (請選擇所有適用的項目):

- 我的照片、影片、肖像、圖像和 (或) 聲音
- 我的生平細節- 例如: 年齡、殘疾、種族、性別
- 我以書面或其他形式提交的有關我個人的故事或生活經歷的資料
- 因為獲得「實現你的夢想獎」我所受到影響的相關證言和感想
- 我居住的城市或省份

(上面勾選的項目以下簡稱“作品”) 的全部或部分, 用於與 SIA 宗旨相關的宣傳、籌款呼籲、廣告和其他, 以各種格式, 包括但不限於印刷、照片、錄影、錄音在任何及所有的媒體包括但不限於印刷媒體、社群媒體、網站、電視、視聽及電子媒體 (以下簡稱“媒體”). 所有這類作品均為 SIA 的財產, 該組織擁有所有權利、所有權和權益.

在不限上述規定的前提下, 參與者同意 SIA 使用和披露作品中包含的參與者個人資料或由參與者因上述目的向 SIA 提供的其他資料 (“個人資料”), 包括敏感的個人資料. 參與者了解:

為了宣傳目的, SIA 可以在網路上、媒體或其他方面使用和披露個人資料, 包括參與者的個人故事、證言和有關其生活經歷的資訊。

即使參與者選擇讓 SIA 使用假名而不是使用全名或部分真名, 參與者還是有可能因個人的影像、聲音、生平細節、地點資料、證言和 (或) 個人的故事或生活經歷的描述, 而被他人識別出。

SIA 披露的資訊將會向公眾開放, SIA 合作的企業夥伴和行銷公司, 以及其他的得獎人或第三方都可能使用和重新披露此資訊. SIA 無法控制此類第三方使用或披露參與者的個人資料。

參與者的個人資料將儲存在上鎖的文件櫃中, 並且因第一頁第一段所列的原因而被指定編寫故事的工作人員取用, 以及需要知道此類資訊以履行其工作職責的人員取用. 基於上述目的, 這些個人資料可能會在因上述所列的目的在國際蘭馨所在的 122 個國家中傳輸、儲存或發佈. 轉移到其他國家的資訊可由資料轉移、處理或儲存地方的法院、執法機構和國家安全機構獲取。

在不限上述規定的前提下, 參與者特此放棄在作品中的所有宣傳權和隱私權, 以及檢查或允許成品或廣告或其他以可能方式使用作品製作副本的任何權利或選擇權. 參與者特此放棄並豁免現在或將來可能對 SIA (以及下面提到的其他豁免) 提出與使用作品相關和 (或) 上述個人資料產生的任何索賠, 包括但不限於對使用此類材料的任何賠償要求。

此項同意和棄權適用於 SIA 及其幹部和理事, 以及可能參與傳播作品的其他代理人或員工, 以及攝影師、錄影師、廣告代理商或可以使用作品的任何材料的出版商. 參與者並且了解, 作品的任何使用, 包括廣播和出版, 均由 SIA 全權決定, 並且可能根本不會使用。

參與者可以隨時撤銷對 SIA 繼續使用和披露參與者個人資料的同意權. 但請注意, 此類撤銷不具有追溯效力, 並且, 如果此類個人資料已經發佈或以其他方式提供給 SIA 控制之外的人員, SIA 無法控制第三方繼續或進一步散佈個人資料. 參與者可以聯繫 SIA 活動計劃部主任取消使用的同意權, 或個人資料的取用、更正或更新, 以及獲取書面資料或查詢 SIA 的隱私權政策和做法, 包括使用在加拿大境外的服務提供商 (包括相關的公司)。

姓名 (請正楷填寫) \_\_\_\_\_

請選擇下列其中一項:

( ) 本人在以下簽名時已屆滿十八歲

( ) 以下簽名人為未成人, 其父母或監護人已在指定的地方簽署此表格

日期: \_\_\_\_\_

姓名 (請正楷填寫): \_\_\_\_\_

(簽名) \_\_\_\_\_

見證人: \_\_\_\_\_ (正楷填寫姓名) \_\_\_\_\_

(簽名) \_\_\_\_\_

(地址) \_\_\_\_\_

如果上述女青年年齡未滿十八歲:

## 父母或監護人同意批准書

以下簽名人聲明表示是上述未成年人的父母或監護人, 有合法權利同意本媒體同意書的條款, 並已閱讀上述文字. 以下簽名人代表上述未成年人, 以其本自己的身份同意、接受和批准此媒體同意書, 並豁免 SIA 以及適用的其他人, 不需承擔與本文所述作品的創作、使用和傳播有關的任何索賠或責任.

日期: \_\_\_\_\_

姓名 (請正楷填寫) \_\_\_\_\_

(簽名) \_\_\_\_\_ (關係) \_\_\_\_\_

見證人: (請正楷填寫姓名) \_\_\_\_\_ (簽名) \_\_\_\_\_

(地址) \_\_\_\_\_

電話: \_\_\_\_\_

電郵: \_\_\_\_\_

日期: \_\_\_\_\_



## 概況說明

### 獎項摘要

「蘭馨會實現你的夢想: 婦女教育與訓練獎」為承擔家庭主要生計責任的婦女提供財務資源以補助她們努力取得更高教育或額外技能與訓練的相關開支. 得獎人可以用獎金來支付學費、書籍、幼兒照顧、車資或其他任何與教育相關的費用. 這個獎項每年提供超過二百五十萬美元以上的獎金給需要幫助的婦女. 自從 1972 年這項活動開始以來, 已經頒贈了超過三千萬的獎金, 幫助了成千上萬的婦女達成夢想, 為自己與家人創造更美好的生活 — 進而能有更堅強穩固的社區、國家和整個世界.

### 獎項金額

實現你的夢想獎從分會層級開始, 而各分會提供的獎金各有不同. 國際蘭馨會某城市分會將提供一個獎金 [填入獎項金額] 的獎項. 分會層級的得獎人之後並有資格在蘭馨會的二十八個專區中爭取各專區層級的獎項. 專區層級的第一名得獎人之後即成為三名決賽優勝者的候選人, 有機會獲得獎金一萬美元.

### 申請

申請表可以到 [填入地點] 索取, 或與 [填入分會主委姓名] 聯絡.

### 截止日期

十一月十五日

### 國際蘭馨會某城市分會

國際蘭馨會某城市分會成立於 1987 年, 是國際蘭馨交流協會美洲聯盟的一部分. 我們是一個國際性組織努力經由各種活動達到社會與經濟賦權, 進而改善婦女與女孩的生活. 某城市分會的會員與在大約一百二十個國家與地區的八萬名蘭馨會員結合起來貢獻時間和金錢, 支持地方社區嘉惠婦女與女孩的專案. 蘭馨會是一個 501(c)(3) 組織, 需要仰賴慈善捐款來支持其各項活動, 並提供動力給 LiveYourDream.org — 這是一個網路上的社群, 提供實際走入社區支持婦女與女孩的志工機會. 有關蘭馨會如何改善婦女與女孩生活的更詳細資料, 請拜訪 [www.soroptimist.org](http://www.soroptimist.org).

## 尋求申請人新聞稿範本

## 新聞稿: 某城市蘭馨會員提供現金獎勵給尋求財務協助的婦女, 幫助支付教育或訓練費用

日期

聯絡人姓名、電話和電郵

某州, 某市 — 凡承擔家庭主要生計責任並正在尋求財務支援以繼續學業或接受訓練的婦女現在可以申請蘭馨會實現你的夢想: 婦女教育與訓練獎。申請表可以到 [在此填入地點] 索取, 或與 [填入分會主委姓名及聯絡資料] 聯絡。申請截止日期是十一月十五日。

某城市分會將提供一千美元現金獎勵給分會的獎項得獎人, 且得獎人將晉級進入蘭馨會的 [專區名稱] 專區層級, 專區得獎人最多可獲得另外五千美元的獎金。此活動的最高點是選出三位決賽得獎人, 每人各得一萬美元獎金。

得獎人可以用實現你的夢想獎的獎金來補助取得更高教育或額外技能與訓練的相關開支。這包括學費、書籍、幼兒照顧、車資或其他與教育相關的任何費用。

實現你的夢想獎每年提供超過二百五十萬美元的現金獎勵頒贈給身為戶長需要幫助的婦女。這項活動自從 1972 年開始以來, 已經頒贈了超過三千萬的獎金幫助了成千上萬的婦女達成夢想, 為自己與家人創造更美好的生活。費爾斯政府研究所 (Fels Institute of Government) 是設立於賓州大學內的一個研究和顧問機構, 由該研究所完成的一項研究證實了此活動的有效性與影響力。這項活動改善了得獎人的生活品質; 提升了她們的自信心; 增加了她們自決的力量並使她們反過來想要幫助他人。以這種方式幫助婦女具有示範作用, 可以幫助塑造更堅強穩固的社區、國家和世界。

國際蘭馨會某城市分會成立於 1987 年, 是國際蘭馨交流協會美洲聯盟的一部分。我們是一個國際性組織努力經由各種活動達到社會與經濟賦權, 進而改善婦女與女孩的生活。某城市分會的會員與在大約一百二十個國家與地區的八萬名蘭馨會員結合起來貢獻時間和金錢, 支持地方社區嘉惠婦女與女孩的專案。蘭馨會是一個 501(c)(3) 組織, 需要仰賴慈善捐款來支持其各項活動, 並提供動力給 [LiveYourDream.org](http://LiveYourDream.org) — 這是一個網路上的社群, 提供實際走入社區支持婦女與女孩的志工機會。有關蘭馨會如何改善婦女與女孩生活的更詳細資料, 請拜訪 [www.soroptimist.org](http://www.soroptimist.org)。

## 表揚得獎人新聞稿範本

### 新聞稿: 某城市蘭馨會員表揚實現你的夢想獎得獎人

頒贈一千美元現金獎勵給當地婦女以支付教育費用

日期

聯絡人: 填入姓名、電話和電郵

某州, 某市 — 國際蘭馨會某城市分會是一個國際性組織, 努力經由各種活動達到社會與經濟賦權, 進而改善婦女與女孩的生活. 該分會將頒發一千元獎金給獲得蘭馨會實現你的夢想: 婦女教育與訓練獎的得主來幫助地方上的一位婦女改善她的經濟情況. 該獎項的頒獎典禮將於 [在此填入活動細節: 於三月八日下午 6:30 在某城市的華美達旅館舉行. 某城市蘭馨會員選定每年的國際婦女節來舉行頒獎典禮 — 因為這是一個慶祝婦女對社會所做貢獻的日子.]

得獎人瑞佳娜 哈里遜現年三十四歲. 她將運用這筆獎金來完成她在某城市大學的學士學位課程, 她主修社會工作學. 身為一位家暴倖存者, 哈里遜計劃在完成學業之後為脫離受虐兩性關係的婦女提供諮詢.

“當時我錢用光了, 眼看著就要無法完成我的學位,” 哈里遜說 “蘭馨會實現你的夢想獎來的正是時候. 我期待著完成我的學位, 如此我便能夠幫助其他婦女, 就像我曾經受到別人的幫助一樣.”

實現你的夢想獎為承擔家庭主要生計責任的婦女提供財務資源以補助她們努力取得更高教育或額外技能與訓練的相關開支. 獲得的獎金可以用來支付學費、書籍、幼兒照顧、車資或其他與教育相關的任何費用.

某城市蘭馨分會之所以選擇哈里遜是因為她樂觀的態度, 她在大學 3.8 分的平均成績以及獲得的優異推薦. 哈里遜一直用她在餐廳當服務生的收入來撫養她的三個小孩.

而今哈里遜將晉級進入蘭馨會的 [專區名稱] 層級, 專區得獎人最多可獲得另外五千元的獎金. 此活動的最高點是選出三位決賽的得獎人, 每人各得一萬美元獎金.

實現你的夢想獎每年提供超過二百五十萬美元的現金獎勵頒贈給身為戶長需要幫助的婦女. 這項活動自從 1972 年開始以來, 已經頒贈了超過三千萬的獎金, 幫助了成千上萬的婦女達成夢想, 為自己與家人創造更美好的生活. 費爾斯政府研究所 (Fels Institute of Government) 是設立於賓州大學內的一個研究和顧問機構, 由該研究所完成的一項研究證實了此活動的有效性與影響力. 這項活動改善了得獎人的生活品質; 提升了她們的自信心; 增加了她們自決的力量並使她們反過來想要幫助他人. 以這種方式幫助婦女具有示範作用, 可以幫助塑造更堅強穩固的社區、國家和世界.

國際蘭馨會某城市分會成立於 1987 年, 是國際蘭馨交流協會美洲聯盟的一部分. 我們是一個國際性組織努力經由各種活動達到社會與經濟賦權進而改善婦女與女孩的生活. 某城市分會的會員與在大約一百二十個國家與地區的八萬名蘭馨會員結合起來貢獻時間和金錢, 支持地方社區嘉惠婦女與女孩的專案. 蘭馨會是一個 501(c)(3) 組織, 需要仰賴慈善捐款來支持其各項活動, 並提供動力給 [LiveYourDream.org](http://LiveYourDream.org) — 一個網路上的社群, 提供實際走入社區支持婦女與女孩的志工機會. 有關蘭馨會如何改善婦女與女孩生活的更詳細資料, 請拜訪 [www.soroptimist.org](http://www.soroptimist.org).

## 給編輯的一封信範本

日期

編輯 克拉拉 佛瑞絲  
某城市新聞報  
楓樹大道 453 號  
某城市, 某州 15235

親愛的佛瑞絲女士:

你不必到某城市以外的地方去尋找激勵人心的婦女, 這位婦女經歷了種種困難, 但她卻以決心和勇氣一路走下去. 她是當地許多組織的英雄, 例如她擔任志工的羅爾勒之家婦女中心; 她也是某城市大學的英雄, 她在那裡修課並參與幾個校園推廣計劃案; 最重要的是, 她是她三個小孩的英雄. 她的小孩是她脫離受虐的兩性關係尋求更好生活的最大理由.

我希望與你, 還有你的讀者分享瑞佳娜 哈里遜的故事. 瑞佳娜現年三十四歲. 她在逆境中奮發向上獲致成功的感人故事深深地激勵了我們. 為此, 我們最近頒發了蘭馨會實現你的夢想: 婦女教育與訓練獎給瑞佳娜, 她將使用實現你的夢想獎的一千元獎金來完成她的社會工作學士學位並尋求一份能夠確保經濟獨立的工作.

實現你的夢想獎是國際蘭馨交流協會美洲聯盟的主要活動. 某城市蘭馨分會是國際蘭馨交流協會美洲聯盟內將近一千三百個分會中的其中一個. 我們是一個國際性組織, 努力經由各種活動達到社會與經濟賦權, 進而改善婦女與女孩的生活. 此獎項活動為承擔家庭主要生計責任的婦女提供財務資源以補助她們努力取得更高教育或額外技能與訓練的相關開支. 得獎人可以使用獎金來支付學費、書籍、幼兒照顧、車資或其他與教育相關的任何費用.

實現你的夢想獎每年提供超過二百五十萬美元的現金獎勵頒贈給身為戶長需要幫助的婦女. 這項活動自從 1972 年開始以來, 已經頒贈了超過三千萬的獎金幫助了成千上萬的婦女達成夢想, 為自己與家人創造更美好的生活. 費爾斯政府研究所 (Fels Institute of Government) 是設立於賓州大學內的一個研究和顧問機構, 由該研究所完成的一項研究證實了此活動的有效性與影響力. 這項活動改善了得獎人的生活品質; 提升了她們的自信心; 增加了她們自決的力量並使她們反過來想要幫助他人. 以這種方式幫助婦女具有示範作用, 可以幫助塑造更堅強穩固的社區、國家和世界.

瑞佳娜從當地的五十位申請人中脫穎而出成為這個獎項的得獎人. 現在她將晉級爭取蘭馨會某專區層級獎, 專區得獎人最多可得到另外五千元的獎金. 如果瑞佳娜贏得了專區層級獎, 她將有資格爭取另外一萬元的獎金.

自 1972 年以來, 有許多婦女已經在蘭馨會實現你的夢想獎的幫助下重拾了她們的夢想, 瑞佳娜 哈里遜也將加入這些婦女的行列, 我相信你的讀者也會像我們一樣受到瑞佳娜故事的鼓舞. 我將在短時間之內與你聯絡以了解你對這個故事是否有興趣. 感謝你寶貴的時間與考慮.

誠摯祝福你,  
[填入分會聯絡資料]

## 實現你的夢想獎演講說明

蘭馨會實現你的夢想：婦女教育與訓練獎演講為分會提供一個途徑來營造對此活動及蘭馨會組織的認知。這個演講稿的設計做成一個樣板，很容易按不同的需要去修改。當分會的某位會員受邀請去演說時，可能在社區大學裡、另一個民間組織的會議中、商業協會的會議中等等，這份演講稿就可以派上用場。這裡列出一些要訣如何有效地發表公眾演說。如果對此演講或其他社會知名度活動有疑問，請與 SIA 總部的溝通部門聯絡。

### 做好演講的十個要訣

#### 1) 熟能生巧。

你練習得越多，你演講就越容易。你可以用筆記或索引卡——但你對這些依賴越少，你的演講就會越流暢。

#### 2) 眼神接觸。

在你發表演講時務必環視整個會場，注意與你觀眾個人的連接。

#### 3) 失誤難免。

如果你有了失誤，就照常進行下去。每個人感興趣的是你演講的內容，聽眾不會記得一些小失誤。

#### 4) 講話要慢、清楚、大聲。

你希望每個人都能聽到你所要講的一切。縱使有麥克風，有些人可能還是有困難聽得清楚。

#### 5) 微笑。

你受邀請來分享蘭馨會對當地社區和全世界所做的美好貢獻，用正面的肢體語言表達你的感覺，並記得身體要站直。

#### 6) 休息一下。

如果你發覺自己在“嗯嗯啊啊”，那是因為你的思緒被打斷了，這個時候停頓一、兩秒鐘；這麼做可以幫助你重新找到方向，並且也可能帶來戲劇性的效果。

#### 7) 混合不同聲調。

發表演講時要避免用一成不變的聲調，試著使你的聲調有一些變化。

#### 8) 呼吸。

在開始演講時做深呼吸可以有鎮定作用，同時也請記得在演講進行時要正常呼吸。

#### 9) 用手抓住。

輕輕抓著講臺可以让你覺得穩定並幫助你緩解緊張情緒。

#### 10) 好好享受。

雖然發表公眾演說壓力很大，但請記得你面對的是一群友善的聽眾。請享受傳達有關蘭馨會正面訊息的機會，並享受這個練習公眾演說技巧的機會。

## 實現你的夢想獎演講稿

感謝大家今天(今晚)邀請我來加入你們. 我的名字是\_\_\_\_\_. 我是國際蘭馨會\_\_\_\_\_分會的一名會員. 今天(今晚), 我想告訴大家有關一位卓越年輕婦女的故事, 她名叫凱西.

凱西在美國的中西部出生、長大. 年輕時, 她是一位善良的女孩也是一名成績優異的學生. 她夢想著有一天要從事醫學工作. 在她十六歲時, 她遇上了一位年齡比她大超過十歲的男性. 凱西形容自己是“醜小鴨”, 那時對喬的注意力感到極度的受寵若驚. 過沒多久她發覺自己懷孕了, 而且不顧父母的意見, 從高中輟學而與喬結婚. 凱西的童年在那一年結束了, 她對未來的夢想只能無限期的擱置.

幾乎從一開始就有許多問題, 喬是一位蓋屋頂的工人, 但很少能完成一項工作. 為了讓他能夠找到工作, 全家只好搬遷, 但他總是一定又失掉工作. 同時, 凱西總為了這個逐漸變大的家庭吃和穿的問題而掙扎, 大多數的日子他們都是仰賴政府的支助過活.

喬開始大量喝酒並行事怪異. 他告訴凱西他要去加油, 結果卻一個晚上沒回家; 他變得有虐待傾向; 他要知道凱西每一分每一秒的行蹤, 並且不讓她工作 — 儘管家裡需要額外的收入. 他要控制一切而且充滿怒氣, 完全不像當年那個甜言蜜語承諾要愛她並支持她的男人.

凱西陪著丈夫一起生活超過十年. 她為他感到難過, 而且認為自己有責任照顧丈夫, 就像她的母親以前一直照顧她的父親一般. 凱西也相信這樣對小孩最好, 能夠和他們的父親在一起 — 無論他是一位多麼糟糕的父親. 最重要的是, 凱西恐懼嘗試靠自己的力量生活. 她是一個有五名子女的母親, 連高中都沒唸完, 也沒有任何實際的方法養活她的家人.

有一天晚上, 事情終於達到凱西忍受的極限, 當時小孩在客廳做著學校的功課開心的嬉笑著. 凱西的丈夫醉薰薰地走進去並要凱西開車送他到酒吧. 當她拒絕時, 她的丈夫便氣沖沖地跑出去砸壞他們的車.

那天, 凱西那時二十八歲, 當時她發誓要在三十歲前生活在不一樣的環境裡. 幾個星期之後, 當小孩子們從學校回到家, 凱西告訴喬他們要離開了. 她將他們的個人物品塞進幾個袋子裡, 當時她的丈夫哀求她留下. 凱西看著孩子們, 理解到與喬一起生活其實對小孩的傷害多於好處. 凱西和她的五個小孩一起搬到她姊姊的兩個臥室房子, 而凱西則在一家比薩店找到工作, 賺取最低工資 — 那當然不足以使她脫離政府支助的夢想成為可能.

一段時間之後, 有一天凱西去看牙醫. 許多年來不曾看過牙醫讓她感到緊張, 但牙齒衛生技師很和善並安撫了她的恐懼. 坐在那張椅子上, 凱西回憶起她童年時要從事醫學工作的雄心壯志, 並對自己說, “也許現在還不算太晚.”

接下來凱西花了幾個月的時間研究牙齒衛生技師的相關資訊. 她申請了政府貸款和助學金, 但那些只够支付學費. 如果她全時上課, 她就沒辦法工作以補貼政府支助的不足. 而制服、車子的修理與維護、書籍費用, 加上全家的經常性開支將使她們的透支達到極限. 此外, 凱西去牙醫學校來回 — 每一單程都需要兩個小時.

然而凱西的夢想不會因此而被拒絕, 她開始去上課並盡可能維持最多的工作時數. 在她上學的第一年, 有一天凱西的一位教授指示她看一張通知, 上面提供了有關蘭馨會實現你的夢想: 婦女教育與訓練獎的資訊. 凱西閱讀了有關的要求, 心裡想, “那就是我呀!” 她填寫了申請表, 在自傳中她開頭寫道 “我人生中最近十二年充滿了許多考驗…”

凱西引人注目的故事使她能夠贏得當地蘭馨分會的獎金, 之後並贏得我們組織專區層級五千元的獎金. 幾個月之後她接到蘭馨會主席打來的電話, 問她是否正坐著. 蘭馨會主席告訴凱西, 她已經獲選為蘭馨會實現

你的夢想獎的決賽優勝者，可得到一萬元獎金。“當時我完全驚呆了，”凱西回憶著說，“我去找我的小孩，告訴他們這個令人驚訝的消息。當晚我們著實開了一個慶祝會…開心尖叫並且手舞足蹈！”

在一封凱西寫給我們的信中，她說：“這個獎對我的幫助實在太大了，不僅在經濟上，同時也在心理上。這個獎幫助我相信我真的可以做得到。如果沒有蘭馨會的幫助我不知道我將如何做得到。終於，我的生活和我小孩的生活中有了希望和方向。”

凱西繼續求學，終於實現她的夢想成為一位牙齒衛生技師。她說她一星期工作四天的收入比政府給的一個月的支助還要多。她與現任的丈夫在一家她去過許多次的五金店中結識。她與她的丈夫以及小孩們住在一個八英畝土地的鄉下房子裡，之後他們還買下了一家五金店。凱西說因為她的故事而說服了銀行提供購買五金店的貸款，故事中包括了如何贏得實現你的夢想獎。

“我一直聽人說艱難的日子塑造性格，”凱西說。“如果這句話是真的，那麼我現在該是一位十分有性格的人了，”凱西說道。“但我確實知道這段經歷使我成為更好的人。我變得更堅強了，而且也從中學到了許多，像是如何相信自己。我成長了許多，深刻體認到自我的價值並對自己有更多的信心。我感覺自己的內心充滿了平和。”

凱西的故事是不是很令人驚訝？當我想到經常一些小事就能夠使我們之中的大多數人感到失望，我實在很難想像如何克服凱西所遭遇到的種種困難。然而，她並不孤單。她加入了成千上萬婦女的行列。自 1972 以來，實現你的夢想獎已經幫助這些婦女重拾了她們的夢想。我們為這項活動感到驕傲，也為那些有勇氣轉變生活的婦女而感到驕傲，她們對自己的夢想抱持希望並有著難以否定的信心。對於各地極其渴望改變生活的婦女而言，她們就是一種鼓舞。凱西與許多正在尋找希望和方向的病人分享了她的經驗，她說“我讓他們銘記追求夢想的重要性”。

實現你的夢想獎就是要頒發給像凱西這樣的婦女，她們已經下定決心改變生活但卻缺乏財務資源來付諸實現。我們組織頒贈的獎金在不同層級而有所不同，三名最後的決賽優勝者可獲得各一萬美元的獎金。每年透過這項蘭馨會的活動有超過一千五百名婦女獲得超過二百五十萬美元的現金獎。這個獎並不是一項獎學金，得獎人可以用這筆現金去支付任何與訓練或教育相關的開銷。凱西用她的獎金來維持她的車子能繼續運行，讓她能往返於路途遙遠的牙醫學校。雖然現金獎勵有難以置信的幫助，但蘭馨會實現你的夢想獎的得獎人說她們因此而得到的信心與支持也是有同等意義的。

做為一個全球性組織，我們致力於經由各項活動達到婦女與女孩社會與經濟的賦權，進而改善她們的生活，蘭馨會的信念是要為婦女提供改變生活所需的資源來幫助她們實現自己的夢想。我們也相信當你幫助了一位婦女，你也同時幫助了她的家人、社區和整個世界。儘管女性在許多方面都有了長足的進步，但女性仍然在貧困、文盲、暴力和歧視的問題上蒙受不成比例的痛苦。身為女性，我們覺得自己特別有資格伸出手去幫助世界各地的婦女。

也許你認識某位婦女的情況應該獲頒實現你的夢想獎；或者你所服務的機構或大專院校對這個活動感興趣。我敦促你與我們聯絡或指引那些婦女來找我們。

在此與大家分享最後一個想法。愛蓮娜 羅斯福曾經說過：未來是屬於那些相信夢想之美的人。凱西的夢想是獲得教育，有一份好的收入並為她的五個小孩提供良好的榜樣。蘭馨會的夢想是確保像凱西這樣的婦女能夠得到她們所需要的協助與支持。你的夢想是什麼？