



從夢想到行動

從親近海洋、治療所、咖啡、閱讀、運動到兒童創作，基隆青年正用自己的方式，為城市寫下新的故事。一路走來，他們都曾面對資金、營運、市場與資源不足等現實挑戰，青創補助不只是經費上的支持，更讓還在摸索中的想法，有了具體實現的可能。當青年願意在家鄉築夢、有機會開始行動，這個400年的城市也因年輕人的實踐，有了新的動能。

基隆青年書寫400年新篇章

對基隆青年而言，創業不只是開一間店、成立工作室，而是從自己熟悉的土地出發，找到自己真正想做的事。他們有人走進外木山、潛入水底，從淨海到海龜救援，守護台灣頭這片海域；有人為孩子與家庭接住情緒；有人透過運動，陪伴跨越不同年齡的人；有人透過繪本與創作，讓孩子探索世界，相信自己的創意值得被看見；也有人以咖啡與甜點陪伴社區的日常。

木山地方創生工作坊

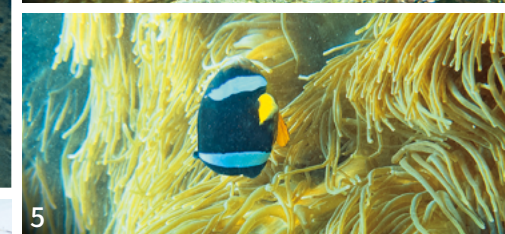
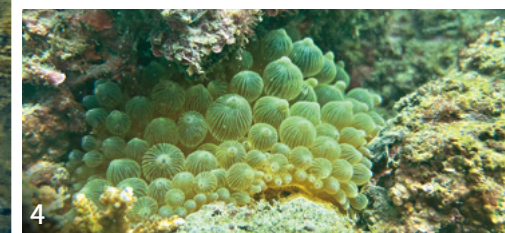
打造沒有圍牆的海岸學校

對外木山青創團隊而言，創業不只是成立工作坊、辦活動而已，負責人張柏祥表示，他們希望從「自己家門口的海洋」出發，讓更多人認識海洋，也重新理解這片土地與海域所累積的地方記憶。

團隊與基隆市政府合作成立巡守隊。一次颱風後的隔日清晨，前往沙灘查看，發現現場堆滿大量垃圾，還有3隻玳瑁龜被漁網纏住，隨即通報海巡，再由救援單位接手。他們進一步「淨

海」，穿上潛水裝備進入水下清理。對他們而言，保育不只是把垃圾清掉，而是透過長期記錄生態、漁業與地方故事，重新理解這片海域的樣貌。

因此，團隊申請青創補助，計畫主要投入在課程與教材建立，包括海域安全SOP、水下活動教材，並持續更新外木山海洋地圖，他們期待讓整片海岸都成為學習的場域。「當孩子可以在家鄉認識海洋，居民的記憶能被保存，海裡的生命也能被看見與守護，外木山的海就不只是風景，而是一座真正沒有圍牆的海岸學校。」張柏祥說。



1. 團隊於協和海域測量大型海扇，記錄尺寸與生長狀況，建立長期觀察的基礎資料。
2. 木山地方創生工作坊組成潛水團隊，持續記錄外木山海域的水下環境及生態變化。
3. 颱風過後，團隊前往海岸清理漂流垃圾，同時進行廢棄物分類與環境巡查。
4. 外木山海域記錄到氣泡珊瑚類群，膨脹的囊泡形成細緻而獨特的海底景觀。
5. 小丑魚穿梭於葵觸手之間，呈現外木山近岸海域具代表性的共生生態。(木山地方創生工作坊提供)



↑ 心晴天為基隆第一間早期療育的心理治療所。



↑ 專業心理師團隊為早療兒童、青少年、成人，提供心理評估與治療。

心晴天心理治療所

從孩子到大人接住每一份情緒

「因為基隆是雨都，我們需要晴天。」心晴天心理治療所創辦人楊恩林為治療所取名時，納入象徵溫暖與陽光的「晴天」2字，是希望到來的人，能感受到自己的情緒有人理解、有人能接住。

心晴天服務主力放在兒童、青少年與早期療育。楊恩林說，學齡前兒童的發展會從認知、語言、動作，以及人際、情緒等面向觀察。心理師主要負責認知

與人際情緒，包括孩子能否理解他人的情緒與意圖、是否具備合適的人際互動技巧，以及注意力與情緒調適等能力。

此外，亦有成人前來談家庭、教養、工作及人際關係等生活議題。未來也期望成立家長支持團體，讓正在照顧、教養孩子的家長，也能獲得陪伴、支持與經驗交流。對兩都基隆而言，「心晴天」希望人們在日常生活中，理解情緒、學習陪伴，這裡也成為感受溫暖，重新找到力量的地方。



楊恩林希望在基隆有一個地方能陪孩子練習長大，也陪大人在不容易的時候，更理解自己。



小芬教練將運動資源帶入太白里社區，帶領長輩快樂流汗、凝聚鄰里感情。

拿細耳運動 Nazir Fitness

找到適合的運動 聆聽身體需求

拿細耳運動創辦人鍾聖芬（小芬）與飄飄 Yvonne，2人從小是基隆鄰居。2023年底，開始討論創業的可能，隔年初找到空間，3月整修、4月宣傳、5月招生，展現出十足行動力。

運動工作室的名字，是開業前登記才決定的，因2人是基督徒，「拿細耳」在聖經中意指「分別出時間，讓自己沉靜下來親近上帝」。她們認為現代人忙於工作與生活，經常使用身體，卻很少真正停下來聆聽身體的需求，因此希望走進教室的人，在運動過程中，有一段時間專心感受自己的身體。

團隊連續2年取得青創補助，第一年著重於品牌宣傳，透過社群、實體活動及異業合作，讓更多人認識。第二年，思考如何走出教室，把運動帶進更多不同場域。她們把目標延伸到企業、校園與社區，並進入鄰里，透過簡易的有氧舞蹈、肌力與肌耐力訓練，陪伴長者維持身體機能。

↓ 工作室提供瑜珈、皮拉提斯、有氧舞蹈與韓流MV等小班制與預約制課程。



↑ 小芬教練以幽默、充滿活力的教學風格著稱。



↑ 居米結合繪本書店與美術畫室，提供豐富的閱讀與創作環境。



↑ 居米與走入森海蔡老師合作舉辦「小樹屋英樂會」。



→ 大眼睛繪本屋，非常適合親子共讀。

大眼睛繪本屋

讓孩子自由探索閱讀的美好

繪本屋裡將近300本繪本，承載著孩子與大人對閱讀的想像。主理人居米觀察，繪本是書業裡唯一持續成長的領域，她也清楚，單純經營「只有繪本的店」，不容易讓人主動走進來，策劃活動是不可或缺的一環。

居米回憶，去年帶著孩子「辦桌」，以一個大圓桌為創作基礎，讓幾組親子各自設計幾道菜，再拼成一整桌，透過親子集體創作，把繪本、地方文化與創意美術結合起來。

青創補助是創業初期的重要支持。「一半以上用來支付租金，如果沒有這筆補助，營運要打平會更加困難。」雖然目前還無法真正支付自己的薪水，但她笑稱自己是「樂在當志工的幸福」，即使創業不容易，她希望讓孩子自由探索，也讓喜歡閱讀的人，在這裡找到安心閱讀的地方。

童攻總部

讓孩子的繪本創意被看見

黃紫茵成立童攻總部，堅持重要信念：每個孩子的想法都值得被尊重。

工作室裡，黃紫茵認為孩子才是真正的創作者。孩子的創作從觀察生活與大量發想開始，透過心智圖、腦力激盪、角色設定、故事架構或遊戲機制等方式探索不同可能，再慢慢從發散思考走向聚焦。

工作室讓孩子體驗完整的產品開發流程。繪本需要約2個月、20小時左右，從故事、角色、分鏡到插畫與版面設計都由孩子參與；桌遊則需要4個月、至少40小時，還必須經過反覆試玩、修改規則與調整遊戲平衡。



↑ 黃紫茵協助孩子把作品實體化，拿到屬於自己的桌遊或繪本。

黃紫茵希望孩子不僅是畫畫、設計桌遊或製作繪本，而是擁有獨立思考、解決問題、與人合作，以及相信自己的勇氣。未來，她希望建立完整的兒童創作培育系統，串聯學校、企業與地方文化資源，讓孩子的作品不只是留在教室，而是有機會被更多人看見。



↑ 每位孩子都有不同的創作方式，童攻總部依照孩子的個性、能力與目標，設計專屬的學習歷程。



Benson (左) 與 Kid (右) 返鄉創業，打造「十寓 x She.yu」文青複合式咖啡廳。

十寓 x She.yu

追求恬淡築夢踏實的咖啡廳

鄰近七堵車站的「十寓 x She.yu」複合式咖啡廳，由基隆青年 Benson 與 Kid 共同打造。原本是同事，Kid 從事服飾網路販售，Benson 擅長烘焙。兩人不喜歡擁擠與急躁，因對生活的想像相

近，一拍即合來到七堵，打造屬於自己的工作與生活。

店面位於開元路巷口的三角窗，空間明亮簡約，讓人放鬆自在。創業不易，4年來他們始終沒有忘記初衷：用最好的食材、認真的手作與美味的餐點，回應在地居民的喜愛。

今年中秋，他們更挑戰製作月餅禮盒，並獲青年創業補助。Benson 認為，不一定要被傳統月餅的形式限制，他將司康重新轉化做成新式月餅。一款以芋泥包裹流沙鹹蛋黃，如滿月般圓潤；另一款則結合年輕人喜愛的抹茶與起司。

十寓逐漸成為不同世代交流的空間，今年開啟樂齡課程，透過手作活動，讓社區民眾從零開始學習製作中西式餐點，在輕鬆的烘焙過程中，重新發現生活的樂趣。



↑ 將司康重新轉化，打造出屬於年輕世代的新式月餅禮盒。

LinLin 林林

提拉米蘇療癒系的甜品實踐

林卡爾經營 LinLin 濃癒系提拉米蘇後，才發現開店和想像很不一樣，「從產品研發、原料選擇、製作，到門市經營、社群宣傳、參加市集，每一件事情都需要自己一步一步摸索。」他認為創業的過程當然有壓力，也曾經遇到銷售、市場、成本與時間分配等各種挑戰，正因為親自走過，才更知道自己想把什麼樣的品牌帶給大家。

林卡爾說，每當客人吃完甜點露出笑容，或是說「很好吃，下次還會再來」，甚至特地從外地來基隆找他

們，「那些看似簡單的回饋，都是支持 LinLin 繼續走下去的力量。」

「未來希望留在基隆，累積品牌特色，嘗試不同的甜點與創意。」林卡爾期盼有更多機會參與市集、與在地品牌交流合作，也冀望基隆能有更多支持青年創業的資源，讓小品牌有被看見、被認識的機會。

「一個城市真正有魅力的地方，不只是景點，而是生活在這座城市裡的人，以及這些人努力做出來的一間間小店、一個個品牌。如果能讓更多基隆的品牌被看見，我們相信，這本身就是一種城市魅力。」林卡爾認真說道。

↓ 店家將招牌的減糖提拉米蘇推出「一口療癒冰磚三重奏」。

↓ 「LinLin 林林」提拉米蘇專賣店，進駐基隆「86設計公寓」。



↑ LinLin「濃癒系」帶來濃郁、甜蜜，隨著季節變化的小驚喜。

如何申請青創補助？

為鼓勵青年返鄉創業，基隆市政府推出「青年投入創業補助計畫」，每案最高可申請20萬元補助。透過補助資源降低創業初期的經營負擔，鼓勵更多青年將創意與專長帶回基隆，投入在地產業發展。

[基隆市政府產業發展處](#)
電話：02-2427-8090