紅十字會青少年通訊

出版:澳門紅十字會
電話:313003
通訊:澳門新口岸宋玉生廣場中土大廈三樓
Http://www.redcross.org.mo
2005年
創刊號
(非賣品)

紅會開放日
1A《學習章》嘉許

7月10日—是團員們緊張且期待的日子，這天是紅十字會青少年團第一團A隊團員完成《學習章》課程的嘉許典禮。典禮上，團隊總監充分肯定了團員們在《學習章》的努力及所取得的成績，同時勉勵第一團B隊及第二團新團員以此為榜樣，努力學習，積極參與。最後，團隊總監向取得優異成績的團員頒發了獎狀。

典禮過後，青少年團通訊的小記者梁燕珊和阮信鴻特別邀請團隊總監進行專訪，以下是當日的訪問內容：

請問紅十字會青少年團的特色是什麼呢？參與這個制服團體對青少年的發展，好處在哪呢？

我相信你們親身體驗可能是最有條件說這個事情的。我覺得我們的團員雖然數量不多，但每一個團員都很有水平、充滿自信，這些在典禮中都充分表現出來，這一切除了基本訓練外，也包含了紅十字精神所在。我相信經過青少年團這個團體生活，同時參與社會各項活動與交流，可以增長知識、擴展視野，這對個人的成長，是有很大幫助的。

對青少年團過往一年表現有何意見?

我相信他們當初的決定是正確的。澳門有很多有潛質的青年，如果能擁有更多機會去接觸各方面的事物，青少年就能夠健康地成長。

團隊總監對青少年團的期望。

我希望團員能將在團隊的知識學以致用，同時更希望團員多向同學和社會宣傳紅十字運動，當大家投身社會的時候，能繼續傳播"人道、博愛、奉獻"的紅十字精神，為澳門市民服務。

新舊團員與嘉賓合照

團隊總監接受團員訪問

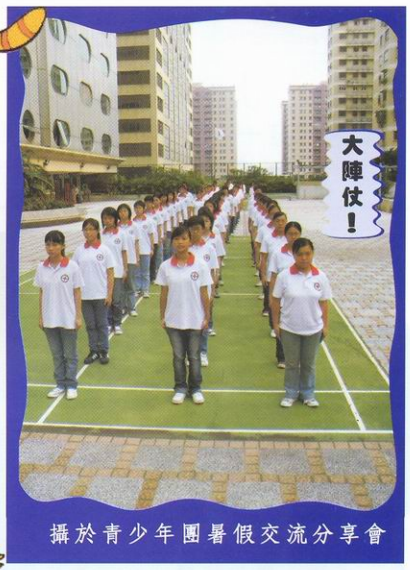
三位一體試玩攤位

獲得《學習章》嘉許的團員

編者的話

紅十字會青少年通訊終於出版了!經過了一輪修改、定稿、排版，目的讓更多人瞭解紅十字會青少年，我們特別搜集了青少年團和青少年義工的活動花絮。期望在小小的版面中發揮最大的效能。

活動花絮



攝於青少年團暑假交流分享會

三個愛擺POSE既團員...
攝於香港紅十字會交流營

攝於愛心寶庫(聖方濟各中心)

攝於九澳鮑思高慈青營

攝於同心同根萬里行2005

攝於香港紅十字會觀塘東區聯合宣誓典禮

青少年團團員記事簿

人生歷奇 ◎ 鄭麗貞

經過這次兩日一夜的香港歷奇之旅，使我受益良多，而且這些都是書本上學不到的。最初，我只是抱著去旅行的心態，但後來參與後才發覺與我想像的不一樣，我們參與遊戲全都帶給我們一些重要、正面的訊息，例如：合作、信任、忍耐、接受、冷靜、主動、勇敢，而自己也因而改變了，由原本一個較內向、慢熱、沒有信心的人，變得比較積極，增加了自己一點自信心，也令我緊記要守時。

每個遊戲都令我得到啟發及反思的機會：「盲人遊戲」像是一面鏡子，把我們的缺點表露無遺 － 欠缺合作、溝通，但通過這次反省，我們以後的合作一次比一次進步，而我們也有可取的地方 － 堅持到底，雖然花了許多時間，最後也沒有想過放棄。「高空歷奇」是我個人的一個小突破，本來我以為自己不能完成，當我爬上去時，放開繩子，開始一步步前進，發現原來並沒有想像的難，只要肯出第一步，就會有機會成功，另外其他隊友對我的鼓勵也起了很大的支持作用。使我最終完作任務。「爬高牆」是我們情緒最高漲的一刻，每個忍受著熾熱的陽光及高溫，汗流浹背，緊守自己的崗位，努力地把每個人抬上去，這一刻我感到我們強大的團結力量，雖然是辛苦，但十分開心。而另外一個很大的得著是透過活動，使原本不認識的隊員增加了彼此的了解，為大家的友誼跨進了一大步。

記得教練的一句話：真正的歷奇以後才開始，這次培訓只是為以後作準備。沒錯，以後的人生才是真正的考驗，但我有信心一定能克服困難，一定能學以致用。

整裝待發!

歷奇後感

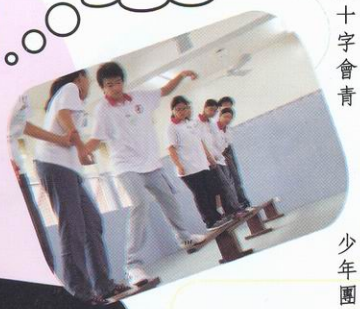
◎黃海容

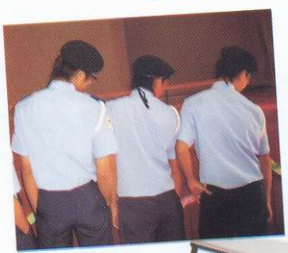
剛過去的八月二十二至二十三日，我隨紅十字會青少年團到路環九澳鮑思高青年村進行兩日一夜的歷奇訓練活動。

當日集會時，大家仍然只跟較熟悉的團員交談，到了青年村後，在導師的熱情帶領，無論是熱身遊戲，還是組與組之間的競技遊戲，我們都非常投入。

經過幾小時的歷奇挑戰，我對各組員都有了新的了解，吃過晚飯，又有新的挑戰，是需要我們全部人矇著雙眼，彷彿在失明的情況下，各組員合作去走一段路，除了眼睛看不見外，我們在遊戲途中是不能夠發出任何聲音，所以如何能與組員溝通是一個極困難的問題，所以在遊戲開始前我們需要充分商討，遊戲最終都得以順利和安全下進行，經過這個遊戲，組員間都建立了關懷與信心，相信這也是紅十字會安排訓練營給我們的目的。

在歷奇訓練營前，雖然與各團員相處了兩個多月，但除了與部分團員交談外，對其他團員都是十分陌生的，即使街上碰到，也不會互相打招呼，但這個訓練營，就好像有股魔力，令我們全部人都能在極短的時間下由陌生人變成朋友，由一盤散沙變成一個整體，希望這個轉變不再改變，為紅十字會青少年團放一點光芒。



健康七大要素

1. 吃一頓營養的早餐
2. 每日5份蔬果
3. 每日運動30分鐘
4. 遠離香菸
5. 要工作也要娛樂
6. 把大自然帶進屋內
7. 讓自己有好睡眠