



香港童軍總會  
童軍知友社

# 社訊

64期  
2023年7月

你  
不是  
孤  
單  
的



"You're not alone"

使命：「創造有利條件，以協助青少年建立自我、貢獻社群。」

總編會客室人物專訪：童軍知友社總監 陳立基先生

與你「童」在 LIVE SHOW

# 目錄

編者的話	陳潔瑩社工	P. 2
總編會客室人物專訪 童軍知友社總監 陳立基先生	岑佩儀總編輯	P. 3
主題文章 與你「童」在 LIVE SHOW	馮藹照社工、許天恩社工	P. 6
單位動向 總社	童軍知友社癸卯年新春團拜	P.12
賽馬會啟業青少年服務中心	知友未來生涯規劃服務計劃 2022-2025 —— 粵港澳大灣區發展跨境參觀團	郭彥佐社工 P.14
賽馬會朗屏青少年服務中心	童心童樂童同 Show —— 樂器體驗日	盧燕英社工 P.16
	籃球體驗班	黃楚彥社工 P.18
學校社會工作服務	元朗公立中學 —— 動物到校活動體驗工作坊	陳潔瑩社工 P.19
	趙聿修紀念中學 —— 「關愛共融樂繽紛 —— 圓圈繪畫活動」	吳翠兒社工 P.20
綜合教育中心	劍橋及聖三一英語課程 —— 課程講座及入學測試	莫綺婷助理中心經理 P.21
	殘疾人士院舍保健員護理技巧增修證書 (兼讀制)	李珮詩課程主任 P.22
童軍旅速遞 十八鄉第 22 旅	區會知友同心競技日	高兆基旅長 P.23
各單位聯絡資料 / 編輯委員會名單		P.24

## 編者的話

陳潔瑩社工

今期以「與你童在」為主題，透過「與你『童』在 LIVE SHOW」活動特輯，展示由 100 位核心青年主導籌劃及演出的演唱會，他們以戲劇、舞蹈及音樂形式提升大眾對關注青少年精神健康及自我關懷的信息，並以「關懷、扶持、同行、分享」四個精神健康守護者信念為主軸，訪問演出成員“Pistol Girl”及“Regular · Thursday”的音樂夢，向讀者帶出正向思維和青年人自主參與活動的正面潛能。

今期總編會客室人物專訪，十分榮幸邀請了童軍知友社總監陳立基先生，為我們分享在童軍知友社的點滴及未來發展方向。

今期單位動向內容十分豐富，包括：總社舉辦一年一度的「童軍知友社癸卯年新春團拜」活動；賽馬會啟業青少年服務中心舉辦的「知友未來生涯規劃服務計劃 2022-2025 —— 粵港澳大灣區發展跨境參觀團」；賽馬會朗屏青少年服務中心舉辦的「童心童樂童同 Show —— 樂器體驗日」和「籃球體驗班」；及學校社會工作服務舉辦的「動物到校活動體驗工作坊」和「關愛共融樂繽紛 —— 圓圈繪畫活動」。綜合教育中心舉辦的「劍橋及聖三一英語課程 —— 課程講座及入學測試」和「殘疾人士院舍保健員護理技巧增修證書（兼讀制）」，透過舉辦課程提升學員英語能力及增加學員日後的就業機會。

# 總編會客室人物專訪

童軍知友社總監 陳立基先生

岑佩儀總編輯

陳立基總監 (Mark) 於 2023 年 4 月 1 日正式履新，接棒成為新一任童軍知友社總監。今次總編會客室主角就是這位新任總監。

**總編：** Mark，你從何時加入童軍知友社（下稱「知友社」）？

**Mark：** 當初，由時任副童軍知友社總監陳立志先生邀請我，以顧問身份加入童軍知友社童軍旅團協調小組委員會。

還記得我加入知友社後，第一項工作是負責百周年大露營紀念品銷售，當時知友社成立了一個委員會負責策劃及統籌工作，而我就出任召集人一職。現在回想起來，可能當時我不太清楚委員與總監之間，於角色及工作上有何分別；又或是我喜歡「落手落腳」，所以我不論於策劃還是操作上，我也投入地參與。

也許是因為我喜歡親力親為的個性，很快便收到轉做制服成員——總監的邀請，於是我由 2012 年起出任總部總監（活動及財務）；直至 2014 年陳立志總監退休，我接替他成為副童軍知友社總監（常務）；2022 年因為職系架構改變，職銜轉為副童軍知友社總監（常務及社會服務）；2023 年前任童軍知友社總監徐小龍總監晉升為副香港總監（管理）後，我便隨之接任成為童軍知友社總監。

**總編：** 為何你會一口答應當時的邀請，加入知友社，而且為知友社服務這麼長時間？

**Mark：** 當時收到陳立志總監的邀請，我一口答應的其中一個原因，是因為我有朋友當時已加入知友社擔任總部總監，他們是羅保林總監及邱祖耀總監，我與他們於讀書年代已認識，是多年的好友，就是因為他們，我便二話不說答應了加入知友社這個大家庭。

於童軍義務工作上，所花的時間和精神不下於受薪工作，而能夠維持這麼長時間的投入，除了這份義務工作的意義外，能與朋友們一起工作，對我來說是一個



2023 年 3 月 - 與你「童」在 LIVE SHOW

非常重要的元素；在出任副童軍知友社總監（常務）後，我認識更多志同道合的朋友，兄弟班同心合力努力完成每個事工，這份感覺很有吸引力，這也是我離不開童軍義務工作的原因。

**總編：** 你說於童軍義務工作上，所花的時間和精神不下於受薪工作，那麼你如何分配兩者的時間呢？

**Mark：** 不論受薪工作還是義務工作，我也按著基本原則，調動各項事工的優次，選取優先完成最緊急且重要的事情。同時，不論在銀行的工作，還是童軍的工作，也感謝副手們的配合及體諒，我才可以騰出時間兼顧兩邊工作。

作為「打工族」，我無法每天安排兩三小時到總會「坐定定」處理文件，所以我善用科技的便利，於上班的休息時間，抽空處理電郵、回覆短訊等。舉例我會每日不定時，透過電郵批閱文件，一來不會累積太多工作，可以縮短回到總會工作的時間；二來對同事來說批核速度加快，亦方便他們跟進工作。另一方面，我在工作上也要作出取捨，例如放棄一些工作的機會，讓我可以放更多時間在童軍工作。



2016年12月 - 香港童軍105周年紀念大露營

**總編：**放棄工作上的機會，你會否覺得可惜？

**Mark：**不覺得可惜，每個人都應該最清楚自己需要甚麼、甚麼對自己來說最重要。在喜好方面，工作與童軍事務，我當然更喜歡後者；在工作層面，我所負責的工作是可以由其他同事補位完成，但童軍會人手緊拙，為了受薪工作而找人頂替我在童軍會的工作，這不是我所希望的。

**總編：**作為新任童軍知友社總監，有何發展大計？

**Mark：**首要任務是著力於童軍成員人數的增長，知友社每年會員人數增幅是理想的，但如何將這些會員，轉為制服成員呢？我們可以由知友社擔任主辦機構的童軍旅著手，嘗試擴大成員人數，或研究於我們服務範圍內設立新旅團；同時，我希望可以透過與總會各署或屬會合作舉行活動，增加知友社會員與其他制服成員的接觸和互動，豐富他們對童軍運動的認識，從而鼓勵他們成為制服成員。

**總編：**過去所完成的事工中，可以選擇一次最為深刻的經歷與我們分享嗎？

**Mark：**於我而言，2016年所舉行「香港童軍105周年紀念大露營」活動是最深刻的，當年知友社負責消防及危機管理小組，由時任童軍知友社總監顏明仁博士做召集人，我就充當副手，主力負責執行工作。為何我會印象深刻呢？因為對於危機管理及火警救災，我是一名門外漢。我的工作背景是訓練及銷售，雖然曾經在銀行裡的危機管理範疇學習過，但完全沒有處理大型危機管理的經驗。當被指派負責危機管理及火警救災時，我立即「惡補一番」，先了解危機管理是包括哪幾方面，再參考其他團體或商業機構的做法是如何。

這個項目幫助我擴闊了個人的視野、知友社及總會內的人脈網絡，藉著這個項目，我周圍物色有危機管理及火警救災背景或經驗的人士，而這些朋友不是在我慣常的圈子出現，要透過總會某個署的兄弟，或私人關係介紹所認識的朋友。除了向他們取經，更邀請他們加入工作小組，所以有不少朋友是藉著這個機會加入了知友社。

第二個重點，將知友社服務帶到總會，為制服成員提供服務，以提升知友社於總會內「社福單位」這個身份。以我的觀察，部份童軍旅、區會，甚至地域，他們定期組織制服成員進行社會服務，需要物色受眾對象，而知友社本身有很多有需要的受眾，我們可以連結兩者，彼此得益。

第三，是繼續推廣我們的品牌服務——青少年生涯規劃。未來我們將會豐富原本已有的項目內容，以及尋找新的機構或單位合作空間，包括與不同的商會或商業機構合作，以增加服務的多元性。

第四，就是拓展青少年精神健康項目，過去數年服務已打好根基，參與服務計劃的青少年，已認識關顧自己和關心身邊人精神健康的重要性，接著希望他們可以將這些種子散發出去。同時，為了未來有更多人加入 SOUL Keeper 行列，我們會著力為成年人提供訓練課程，以達至“Train the Trainer”的效果，而總會的總監及領袖是我們的招募對象之一。

**總編：你認為自己是一個甚麼類型的領導人？**

**Mark：**我是一個知道自己有何不足的領導人，每個人有自己的強項和弱項，當遇上非自己擅長的範疇，我會尋求協助或提升自己，以提高成功機會。

我覺得作為一個領導人，在適當時候，要懂得尋找身邊人的幫忙和聽取意見，以豐富自己的想法及修正方向，這個是必須有的素質。若只堅持己見，對其他人的意見完全聽不入耳，我覺得結果會是車毀人亡、死路一條；當然亦要找個平衡，不能左搖右擺，人云亦云。



2019年8月 - 韓國首爾交流之旅



2021年8月 - 「齊步110·分享你我他」開幕禮

Organized by the Kwun Tong District Office. 鳴謝觀塘民政事務處撥款贊助

**後感：**從這次訪問中，感受到 Mark 做事充滿幹勁，就如他在訪問中形容自己「親力親為、落手落腳」，相當有行動力；同時，他很重視團隊工作，而且認為不論在個人層面或單位層面，縱然能獨當一面，也應善用人脈、懂得尋找與不同機構的合作空間，以提高成功的機會，達至協同效應。相信在陳總監領導之下，童軍知友社定會有一番新景象。



2021年8月 - 「齊步110·分享你我他」開幕禮

# 與你「童」在

## LIVE SHOW

馮藹昭社工

「與你『童』在 LIVE SHOW」是由香港童軍總會童軍知友社舉辦的青年活動，旨在提高大眾對青年人精神健康的關注，將「自我關顧」及「彼此關懷」的信息帶入社區，鼓勵更多持份者及青年人成為 SOUL Keeper，共同建立精神健康友善社區及支援網絡。



啟動儀式及主禮嘉賓合照



台前幕後的年青人向觀眾表達謝意

這個活動由接近 100 位分別來自 24 間中學及大專院校的 13 至 24 歲青年人參與籌備及推行。過去一年的時間，這班籌委會的青年人密鑼緊鼓地開會，討論演出安排、宣傳設計及後台安排，為演出加緊練習及採排。他們的參與程度，大至戲劇故事創作、主題曲的歌詞及曲樂編寫創作，小至設計背景及工作證、道具製作等，目的是希望能夠為觀眾帶來最精彩及能引起共鳴的舞台體驗。



VARIANT 的舞蹈表演



舞台劇表演



於 3 月 5 日晚上舉行的 LIVE SHOW，約 1,200 名觀眾踴躍支持，場面熱鬧非凡。青年人以戲劇串連音樂及舞蹈表演，帶出「關懷」、「扶持」、「同行」及「分享」的信息，推廣關注青年人精神健康。除了表演，活動還設有鼓勵明信片及郵筒，讓觀眾可以分享他們從表演中得到的感動及鼓勵，將這份正能量傳給身邊的人。



青年代表劉芊穎小姐致歡迎辭



青年專員劉家麒先生, JP 致勉辭

LIVE SHOW 有多位嘉賓出席，包括：立法會議員梁毓偉先生, JP、青年專員劉家麒先生, JP、香港童軍總會香港總監劉彥樑先生、活動贊助人郭志成先生及一眾童軍知友社總監及委員等，他們以行動表示願意成為青年人的同行者，為他們送上鼓勵及支持。

整個活動充滿了青春活力和正能量，讓觀眾感受到青年人的熱情和創造力。透過這個活動，我們希望能夠提高大眾對青少年精神健康的關注，並鼓勵更多人成為 SOUL Keeper，一起為建立一個健康、關懷的社區作出貢獻。同時，我們也希望透過這個活動，讓青年人得到更多的支持和鼓勵，讓他們在成長的過程中不再感到孤單和迷茫。



透過 ATOM 的舞蹈表演，見證年青人的成長



透過舞台劇表演帶出「日行一善」，善待自己、善待他人的信息



香港樂隊 Dear Jane 到場演出，支持推廣關注青少年精神健康

參與 LIVE SHOW 的核心青年，於活動後都表示，活動讓他們有機會展示自己的熱情和努力；希望童軍知友社能持續舉辦類似的計劃，為青年人提供更多的平台和機會，讓他們發揮才華，同時也為推動關注青年人精神健康作出貢獻。我們希望青年人知道，童軍知友社會繼續如故事中的「知友大廈」一樣，致力推動多元活動，培育青年人，鼓勵他們用關懷的心與其他青年人並肩同行、彼此分享、互相扶持、一起成長。You are not alone !



香港歌手許廷鏗與年青人一起演出，宣揚與青少年同行的信息



青年人以手拉咖啡招待主禮嘉賓

## 簡介

相信每個人心裡頭都裝著自己的夢想，有人想環遊世界，遊歷世界的每一處；有人想成為獨當一面的人，在自己擅長的範疇大展拳腳。這次訪問的兩隊樂隊——“Pistol Girl”和“Regular·Thursday”也是正在努力實現他們音樂夢的年輕人。讓我們一起來聆聽他們的故事，感受他們對音樂的熱愛和追求。

## Pistol Girl

成員（由左至右）：

鼓手 Frank  
結他手 Kiu  
主音 Jelly  
低音結他手 Kai  
結他手 Sum



「與你『童』在 LIVE SHOW」已經順利完成了，大家有甚麼感受？

**Frank**：完成了這個演出後，發現原來組織樂隊並非一件容易的事。以往自己曾參與其他表演，那時覺得樂隊表演不太難，但今次演出的規模十分龐大和專業，對表演的質素也有很高要求，曾遇到排練狀態差的時候，節奏完全跟不上，覺得力不從心，那時才發現自己懂得的是很皮毛，還有很多技巧需要學習和改進。

**Kiu**：完全同意。除此之外，我覺得認識到一群同樣喜愛音樂的朋友，令我覺得好開心。

**Kai**：可以認識到一群志同道合的朋友，真的很高興。同時，能夠將這段時間的努力，在舞台上展現出來，很有滿足感。

**Jelly**：參與 LIVE SHOW 認識了很多新朋友，我們也計劃稍後一起練習歌曲。

你們與音樂之間的緣份是如何開始？

**Jelly**：我從小已經很喜歡唱歌，無論何時何地，心情好與壞，都會想唱歌。小時候在無心插柳的情況下，被學校編排加入合唱團，就這樣開始了學習唱歌。慶幸有這個「意外」，讓我學到很多有關音樂的基本功。

**Sum**：小時候曾經學過鋼琴，但那時對鋼琴興趣不大，所以升中學後就沒有繼續學習了。直到於社交媒體上，經常見到結他手的型格演出，就這樣開始學結他。

**Frank**：我自小對音樂也沒有太大興趣，雖然學過不同樂器，但都沒有繼續發展。直到後來看到一些鼓手表演片段，覺得擔任鼓手很有型，碰巧學校社工問自己有沒有興趣到童軍知友社學打鼓，心想不如試試，就這樣學習打鼓了。

**Kiu**：在疫情期間，大部份時間都留在家中，覺得很無聊，剛巧在大廈門口的垃圾筒旁發現一支木結他，外表很新淨，所以就帶回家自學。

**Kai**：自中二開始便到中心學打鼓，直至中五的時候，知道 Sum、Kiu 正在物色樂隊成員，所以就加入樂隊了。



有甚麼原因令你們聚在一起玩音樂？

**Kai**：因為想禍害人間（笑），認真說我想和他人分享我的感受及體驗。

**Sum**：可以和隊友一起，將自己喜愛的歌演奏出來，覺得頗有成功感。

對你們而言，音樂是甚麼？

**Sum**：好玩、開心、快樂。

**Kiu**：我覺得是吃力。因為玩音樂的過程中，需要投放很多心機和時間；又不時需要花費金錢購買樂器配件，但沒有辦法，誰叫自己喜愛呢！

**Jelly**：發展興趣真的需要成本！對我而言，我無論開心還是不開心，我都會唱歌。唱歌是我生活的日常，所以當我生病無法唱歌時，會感到很沮喪。

**Frank**：對我而言，音樂就是藝術，藝術是值得所有人認真對待的。

「與你『童』在 LIVE SHOW」的目標是透過音樂、舞蹈和話劇，提高大眾對青年人精神健康的關注。如果說起精神健康，不知道你們會想起甚麼？

**Jelly**：一說起精神健康，第一時間會想起有關情緒的疾病。

**Kai**：會想起每個人都需要關心，人人都有情緒，是一件平常事，不需要用有色眼光去看待它。

**Frank**：我會想起心理健康，例如一個人內心的狀態，如何影響一個人的行為或想法。

從這次演出，你們對精神健康有何反思？

**Kai**：陪伴是十分重要的，有時候有人在自己身旁陪伴著，比起說一大堆「心靈雞湯」的說話，更為有效，因為會感覺到對方與自己同行。

**Frank**：覺得精神健康真的不容忽視，它可以完全影響一個人，例如：行為、想法。所以真的要學會關懷和體諒別人，才能保持身心靈健康。

**Jelly**：無論如何有人永遠在背後支持是很重要的事。

將來在音樂路上，大家的目標是甚麼？

**Kiu**：我的目標是超越 Keshi！（笑）他是我一個很喜愛的美國越南裔音樂人，儘管小時候的他曾因為愛唱歌，而被同儕霸凌，但他也沒有放棄創作。希望自己可以像他一樣堅毅，創作出令人迷倒的音樂。

**Jelly**：WOW，很大的目標！支持你！我自己暫時的目標就隨緣吧，最重要的是和一群愛音樂的伙伴一起玩音樂，可以帶給我很大的滿足感。

**Sum**：我就會繼續深造結他和嘗試多一點不同曲風的音樂。

**Frank**：我就繼續夾band和深造打鼓的技巧，希望在不久的將來，可以通過考鼓的評級試。

**Kai**：目標就是想找到自己的目標。同時希望放多一點時間在打鼓上，我同樣也想通過考鼓的評級試。

## Regular · Thursday

成員 (由左至右):

低音結他手 Markus

主音 世玉

鼓手 Andy

結他手 Nick



「與你『童』在 LIVE SHOW」已經完美落幕了，大家有甚麼感受？

**Andy**：這個演出帶給我很大的滿足感，因為從籌備到演出都參與其中，所以在演出完結的一刻，真的感到很滿足。

**世玉**：我自己對於整個製作和籌備過程感到很感動，還記得綵排那天，看到那裡的舞台、燈光和佈置等都十分用心。作為表演者如此被重視，讓我很感動。

**Markus**：對我來說，覺得可以和 Dear Jane 和許廷鏗共享舞台，是一件很難得的事。但也正正是這個原因，我更提醒自己要好好把握機會和努力練習，讓這次演出成為自己最完美的回憶。

**Nick**：可以在一個規模如此盛大的活動進行演出，並與專業音樂人同台表演，對我而言是一種壓力。但我也很想對自己說聲謝謝，因為自己並沒有被壓垮，更發現原來自己內心比想像中強大。

你們在 LIVE SHOW 後，也有參與香港童軍總會舉辦的“Scouting for Life” Jamboree Pre-Jam Fest! 演唱會，在眾多表演者中更是唯一一隊青年人樂隊受邀表演。那次演出，為你們帶來甚麼得著？

**Nick**：最令我深刻的，當然是可以和香港女子組合——Lolly Talk 同台演出和合照（笑）。那次表演也令我們膽戰心驚，因為演出當日，我們的低音結他手 Markus 抱恙，未能出席表演，最後我們硬著頭皮地詢問另一樂隊的低音結他手——馬 Sir，可否與我們一起演出，幸好對方很爽快地答應。

**Andy**：記得綵排時，聽到歌曲沒有了低音結他伴奏，就好像人沒有了靈魂一樣，感覺很差勁。真的很感謝馬 Sir 的幫忙。只是可惜今次未能和 Markus 一起登上舞台演出。

**世玉**：很有同感。當日還有很多音樂圈中的前輩，除了馬 Sir 他們仗義地幫助我們外，也很感謝其他前輩對我們說了很多鼓勵的說話和意見。那些話真的很窩心，也同時給予我很大的力量，讓我知道，其實有很多人認同自己的能力，自己也不要小覷自己。

這兩次演出經驗也為你們帶來很多得著。當初是甚麼令你們與音樂結下緣份？

**Andy**：大概是與家人有關，小時候家人安排我學習樂器，所以對音樂有一些認識。直到中學畢業，發現打鼓帶給我很棒的感觉。從此，對打鼓像是着了魔。就這樣，我成為了一個鼓手。

**世玉**：我是受爸爸影響，我爸爸是結他手，很喜歡音樂。從小到大，我都會見到爸爸不時用腳打拍子，我對音樂的熱誠，大概就從那時開始埋下了種子。

**Markus**：我爸爸是鼓手，因為他的關係，我對音樂有一點認識和興趣，直至唸大學一年級的時候，Andy和幾位朋友萌生了組樂隊的想法，之後Andy說：「隊裡還缺一位 bass 手，就讓你來當吧！」，起初我是拒絕的，但他沒有放棄，問了我足足三個星期。最終，我答應了。

**Nick**：我踏上夾 band 的路也是和 Andy 有關！大學一次歌唱比賽，與 Andy 及其他幾位同學以樂隊形式參賽。對我而言，那次演出是個慘痛的經歷，自此之後，我對自己作出承諾，往後任何比賽或演出，都要好好準備。

對你們而言，音樂是甚麼？

**Nick**：是新挑戰。一直以來，自己都是用較輕鬆的心態來玩音樂。經過這一段大大小小的演出，我希望自己在台上的表現可以更好，所以短期內，會繼續學結他和考好評級試。

**Markus**：與 Nick 所說的一樣，都是一項挑戰。自己希望可以接觸不同樂器及繼續研究 bass 技巧。

**Andy**：我十分希望將這個興趣變成自己的事業，朝著這個方向繼續努力，提昇自己的音樂造詣。

**世玉**：這個問題好難回答。音樂對我來說，就像是表達自己情緒的途徑。我為人較內斂，有時自己內心正為一些事情忙亂，唱歌可讓我更容易表達自己心底的感受。我夢想是成為一位可以用音樂感動人心的歌手，與觀眾產生共鳴，未來我也會繼續努力，讓自己的歌聲更能打動人心。

「與你『童』在 LIVE SHOW」的目標是透過音樂、舞蹈和話劇，提高大眾對青年人精神健康的關注。如果說起精神健康，不知道你們會想起甚麼？

**Nick**：說起精神健康，我首先會想到精神壓力大、失眠這些徵狀，亦會想到抑鬱症、焦慮症等情緒病。香港生活節奏急促，社會文化環境等都令大部份人容易有精神壓力，包括自己讀書時，尤其在臨近考試的時候，都會感到很大壓力，導致沒有胃口和失眠等。

**世玉**：我會想到壓抑負面情緒。因為人有正面和負面情緒是很平常的事，但偏偏社會沒有教我們如何正確地認識和表達情緒。壓抑負面情緒不但影響大家的日常生活，甚至會令人患上情緒病。

這次的演出，讓你們對精神健康有何反思？

**世玉**：反思的話，就是想讓別人知道，人有情緒是正常的。就好像今次表演演唱《黑之呼吸》，其實是希望觀眾可以接納自己負面黑暗的情緒，並可以正確地表達出來。關懷自己和照顧好自己的身心靈才能走更遠的路。

**Nick**：就是有更高的意識去關心自己、關心身邊人的狀況，因為同行真是很重要。當自己感到壓力大的時候，我會聽歌或與朋友夾 band，因為聽歌可以令自己放鬆，暫時忘卻一些壓力，幫自己「叉叉電」，再繼續去做其他事情；而夾 band 則是當我練完一首歌後，可以順利再彈奏出來，會覺得很有成功感，讓自己心情都會變好。所以音樂對我來說，可以紓緩精神壓力。

# 童軍知友社 癸卯年新春團拜

睽違已久的童軍知友社新春團拜已於 2023 年 2 月 12 日（農曆年廿二）在香港童軍中心 11 樓周湛樂集會堂舉行，是次活動召集人由公共關係及社會服務小組委員會新任委員陳玲女士擔任，超過 90 名本社會務委員、總監、同工、童軍旅成員、領袖及一眾嘉賓之親友參加，場面熱鬧。



準備向在場來賓派發新春開運利是



## 香港童軍總會童軍知友社 癸卯年新春團拜



彭偉昌社長獲頒發五年長期服務獎狀

當日活動由活動召集人及財神打頭陣，率領一眾公共關係及社會服務小組委員會委員向在場人士派發新春開運利是，並由本社社長彭偉昌法官致新春賀辭，為大家揭開新一年的序幕；大會隨後邀請了香港總監劉彥樑先生向本社社長彭偉昌法官頒發五年長期服務獎狀，以表揚他多年來為本會作出的貢獻。

緊接其後，由時任署理童軍知友社總監陳立基先生致謝辭，並帶領各嘉賓進行「點爆竹」儀式，寓意本社於新一年朝氣勃勃、事事順意。



積極投入新春遊戲環節



陳立基總監帶領一眾嘉賓進行「點爆竹」儀式

活動的下半部份，大會安排了既具趣味性，又老少咸宜的新春遊戲環節，各在場人士均全情投入地參與，氣氛高漲。最後壓軸環節當然是新春幸運大抽獎，本社一眾會務委員及總監於活動前已慷慨捐出禮物及提供贊助，令本年度的抽獎獎品非常豐富，「人人有份，永不落空」，活動於一片歡樂聲中圓滿結束。



參加者滿載而歸，齊賀新春



香港童軍總會童軍知友社  
癸卯年新春團拜



新春遊戲環節



# 知友未來生涯規劃服務計劃 2022-2025 — 粵港澳大灣區發展跨境參觀團

郭彥佐 社工

14

為加強青年對大灣區的文化及發展機會有更深入的认识，並協助他們訂立未來的工作方向，童軍知友社於2023年4月10日，率領42名來自10間不同中學的師生，前往位於大灣區的城市——深圳進行考察，了解當地古城的歷史，並了解區內的就業及創業機遇。



早上，參觀團首先到了深圳八大景點之一，國家重點文物保護單位大鵬古城遊覽，認識這座自古至今仍屹立不倒的百年古村落的歷史，同時，也可感受傳統古城的味道。

午餐時間，參觀團與在深圳創業的香港青年代表，及國內的青年創業家作交流，創業家向師生分享在大灣區創業的機遇。下午，參觀團到訪香港青年企業家在深圳成立的公司——燧曦文化 SHOW HIT 有限公司。

到訪由青年企業家在深圳成立的公司——燧曦文化 SHOW HIT 有限公司



青年企業家分享公司的業務規模及工作情況

參觀團與青年企業家進行了具意義的交流對談會，期間參觀團除了有機會了解公司的發展歷史、方向、業務規模、設施及進行產品演示外，也聆聽了香港青年企業家分享在當地的發展和工作情況，更可了解大灣區當地有關青年發展的政策，從中更加認識在內地推動文化產業的情況，如音樂推廣、舞台表演製作等的前景與機遇。此外，亦加深了青年對於在粵港澳大灣區發展事業的實際情況，更了解到大灣區的整體發展及機遇。

# 童心童樂童同 Show —— 樂器體驗日

盧燕英社工

新一代家長在兒童成長過程中，除了注意他們品格及學業發展外，也重視他們於課外活動的興趣發展。家長們會安排不同種類的課外活動給子女，其中學習樂器深受家長及小朋友歡迎，但並非每個家庭也有充裕的資源或機會讓孩子學習樂器。



國術鼓



非洲鼓



學習龍獅藝基本功

有見及此，本社與總會演藝單位合作，於2023年2月18日在香港童軍百周年紀念大樓舉辦「童心童樂童同 Show —— 樂器體驗日」，希望讓弱勢家庭的兒童有認識及體驗不同樂器的機會，擴闊眼界。本社安排超過120名兒童參與活動，在演藝單位領袖指導下，他們可以體驗各式各樣的樂器及相關的活動，包括拇指琴、非洲鼓、國術鼓、龍獅藝團、中樂小阮及流行樂隊等。過程中，所有參加者都非常投入，他們表示平日很少有機會接觸這些樂器，現時能夠親身體驗，感到十分興奮。





其中，最受參加者歡迎的相信是拇指琴體驗環節，拇指琴操作簡單、容易學習，參加者在領袖悉心指導下，很快便能合奏一曲「生日快樂」；大會更向每位參加者贈送一部拇指琴連琴譜，鼓勵他們在家繼續練習。拇指琴外型精緻，體積細小易於收藏，而且琴聲悅耳清脆，參加者對它愛不釋手。



專心練習拇指琴



教授以拇指琴彈奏《生日快樂》樂曲



童心童樂童同 Show —— 樂器體驗日大合照

# 籃球體驗班

黃楚彥社工

朗屏中心一直為元朗區少數族裔人士提供服務，以往主要為他們提供學習支援、社區認識、社交學習等活動，以協助他們加快適應香港生活，增加對香港的歸屬感。近年，中心透過持續性社區教育、義工服務、同行者計劃等服務，增加少數族裔青少年與社區的聯繫，讓社區人士加深對他們的了解，以助他們融入社區。



由少數族裔年青人教授的籃球體驗班，招募華裔及少數族裔兒童參加



參加者透過比賽學習如何與隊友互相配合，有助他們訂立目標

為增加華裔及少數族裔人士的接觸機會，中心舉辦籃球體驗班，招募華裔及少數族裔兒童參加，並由已接受籃球助教訓練的少數族裔青年擔任助教。讓少數族裔青年能發揮自身所長之餘，亦讓華裔與少數族裔兒童有同等參與活動的機會。參加者不分任何種族，以籃球運動作為媒介，一同學習，一同遊戲，實踐真正共融理念。現時籃球體驗班的參加者當中，少數族裔兒童約佔四成，他們與華裔兒童相處融洽，而活動亦深受家長歡迎。



少數族裔青年正教授參加者籃球技巧



活動增加了華裔及少數族裔人士的接觸機會，有助推動社區共融

# 元朗公立中學 —— 動物到校活動體驗工作坊

陳潔瑩社工

2022年11月24日學校社工與善導會朗澄坊舉辦了「動物到校活動體驗工作坊」。我們邀請了曾受虐待或被遺棄的寵物犬到校，為學生提供情緒治療的活動。學生透過學習與治療犬抱抱，感受生命的寶貴；同時亦可透過學習牽引治療犬行走及做出不同的坐立或提手動作，疏導不愉快的情緒。是次愉快的學習體驗，令不少學生心靈得到治癒。



輪流學習帶領治療犬



學習與治療犬抱抱



引導治療犬坐下



學生與治療犬合照

# 趙聿修紀念中學 「關愛共融樂繽紛——圓圈繪畫活動」

吳翠兒社工

為建立關愛校園的氛圍及提升各班的團隊精神，學校社工聯同輔導組於2023年2月13日至16日舉行「關愛共融樂繽紛」嘉年華，為各級學生安排了不同班本活動。其中，中四及中五級學生參與圓圈繪畫，學生一同為畫布增添色彩並學習欣賞各人的創作，帶出和諧共融的訊息。

繪畫過程



圓圈畫成品



# 劍橋及聖三一英語課程 —— 課程講座及入學測試

莫綺婷助理中心經理

中心於 2023 年 4 月 30 日（星期日）下午於香港童軍總會 —— 總監俱樂部舉辦了「劍橋及聖三一英語課程 —— 課程講座」，當天約有 50 位家長出席，更有學生於綜合教育中心即場參加免費入學測試及報讀課程。



此課程講座旨在向家長介紹劍橋及聖三一英語課程、公開試資料及學習英語之心得。課程適合 4 至 18 歲學生入讀，內容涵蓋聽、講、讀、寫四方面，學生修畢課程後可選擇報考劍橋中小學英語考試及聖三一國際英文口試。



劍橋講座



# 殘疾人士院舍保健員護理技巧增修證書 (兼讀制)

李珮詩課程主任

疫情下，大部分安老院舍 / 殘疾人士院舍出現嚴重的人手短缺情況，因此中心的護理課程需求甚殷。童軍知友社獲僱員再培訓局撥款開辦「殘疾人士院舍保健員護理技巧增修課程」，課程同時獲社會福利署（下稱社署）認可，完成課程並能達至所列明之出席率及成績要求，均能申請註冊成為殘疾人士院舍保健員，以任職於社署轄下的殘疾人士院舍。

課程內容需安排學員到殘疾人士院舍參觀及實習，唯在疫情下大部份院舍均暫緩學員到院舍實習。因此在取得社署批准的情況下，以課堂取代院舍實習，並以模擬院舍運作及日常保健員工作的情境作為替代方案，由課程導師進行教授並邀請客席導師從旁導覽，從而達致課程成效。大部份學員均表示獲益良多，並表示模擬院舍的工作環境能有效加強日後投身護理行業的認識。



參觀殘疾人士院舍

# 十八鄉第22旅—— 區會知友同心競技日

高兆基旅長



競賽得獎童軍旅與嘉賓合照

本旅原訂於 2020 年慶祝成立 30 周年的旅慶活動，因疫情緣故，延至今年舉行。

本旅於 2023 年 2 月 5 日（星期日）假光明英來學校舉辦「十八鄉第廿二旅 30 周年旅慶——『區會知友同心競技日』」。當日有幸邀請 6 位主禮嘉賓，包括時任署理童軍知友社總監陳立基先生、十八鄉區區總監陳嘉興先生、十八鄉第 22 旅旅會長楊毓照先生, MH, JP、主席戴耀華先生, BBS, MH, JP、秘書朱翠玲女士及委員謝天放先生。同場亦有童軍知友社各級總監及委員、友好童軍旅領袖及成員、本旅童軍成員到場支持，整個活動超過 300 人參與。



競賽進行中



各項競技活動是按支部分組進行競賽，各人盡展所長、投入競賽，現場氣氛熱鬧。此次旅慶活動能順利舉行，除了大會工作人員外，亦有賴每一位到場人士的支持及積極參與。



領袖們進行「二人三足」競賽



各支部參加者大合照



## 各單位聯絡資料

### 總社辦事處

地址：九龍柯士甸道童軍徑香港童軍中心 8 樓 814 室  
 電話：2957 6355 傳真：2302 1661  
 電郵：fos@scout.org.hk  
 網址：http://www.sahkfos.org



### 香港童軍總會－綜合教育中心

地址：九龍柯士甸道童軍徑香港童軍中心 8 樓 818 室  
 電話：2957 6495/2957 6499 傳真：2302 1410  
 電郵：ec@scout.org.hk  
 網址：http://www.scout.edu.hk



### 賽馬會啟業青少年服務中心

地址：九龍九龍灣啟業邨啟祥樓 1 至 4 及 10 至 27 號地下  
 電話：2754 9561 傳真：2756 4413  
 電郵：kyadmin@sahkfos.org  
 網址：http://kyit.sahkfos.org



### 賽馬會朗屏青少年服務中心

地址：新界元朗朗屏邨賀屏樓平台 216 至 225 室  
 電話：2475 5441 傳真：3005 4922  
 電郵：lpadmin@sahkfos.org  
 網址：http://www.foslpit.org



### 學校社會工作服務

地址：新界元朗水邊圍邨盈水樓平台 201 至 203 室  
 電話：2443 3640 傳真：2443 2522  
 電郵：sswadmin@sahkfos.org  
 網址：http://fossw.sahkfos.org



## 編輯委員會

監督及出版：童軍知友社

主 席：周炳朝律師

副 主 席：蔡宗輝先生

顧 問：楊毓照先生, MH, JP

負 責 總 監：梁淑英總監

總 編 輯：岑佩儀女士

委 員：陳建偉博士、丁偉明先生、胡偉明先生、伍桂麟先生、陳潔瑩女士、  
 陳雅芝女士、蔡慧煌女士、莫綺婷女士、黃眉繡女士

