



WORLD ASSOCIATION  
OF GIRL GUIDES  
AND GIRL SCOUTS



世界靜思日

# 我們的世界， 我們的**茁壯**未來

環境與全球貧窮

# 前言

歡迎使用2024年世界靜思日活資源套：  
**我們的世界 我們的茁壯未來。**

## 甚麼是世界靜思日？

每年的2月22日，女童軍都會慶祝女童軍運動，透過互相聯繫和玩樂從而了解影響當地社區的全球問題並採取行動，同時為全球880萬女童軍籌款。

世界靜思日的想法誕生於美國舉行第四屆世界女童軍協會（簡稱世協）世界會議。自1926年，世界靜思日是慶祝國際友誼的日子。

2月22日是世界女童軍總領袖愛麗芙·貝登堡和童軍運動創始人羅拔·貝登堡勳爵的共同生日。因此，各地代表選擇這天作為世界靜思日。

如欲了解更多有關世界靜思日的歷史，可瀏覽[香港女童軍總會網站](#)。

關注世界女童軍協會的社交媒體帳號

   @WAGGGSworld

**2024年：我們的世界  
我們的茁壯未來**  
環境與全球貧窮

2023年：我們的世界  
我們的和平未來  
環境與和平

2022年：我們的世界  
我們的平等未來  
環境與性別平等



了解更多有關世界靜思日的歷史

# 我們的世界 我們的茁壯未來

自2022年起，世界靜思日展開了刺激的學習之旅，以「我們的世界 我們的未來」為三年主題，從性別平等、和平與貧困的角度探討環境問題。

訂下這個環境主題源於2020年國際女童日（IDG）的青年諮詢。當時，來自100個國家18歲以下的女童軍表示環境是她們希望解決的首要問題。在2022年國際女童日的諮詢活動中，女孩們相繼表示對環境有濃厚的興趣，而30%的受訪者1希望進一步探討氣候變化和自然的主题。

今年的世界靜思日，我們將慶祝三年旅程的最後一部分，協助女童軍成為關心環境的領袖。

我們可以共同創造一個更茁壯的未來，讓所有女孩子在一個沒有貧困的世界裏茁壯成長。

在「我們的世界 我們的未來」壓軸活動中，我們將探討如何攜手創造一個更繁榮的未來，讓所有女孩子都能在一個可持續的環境、沒有貧困的世界中茁壯成長。


在過去的30年裏，世界在消除貧困方面取得了巨大的進步，讓我們明白到消除貧窮絕非不可能。在1990年，全球有36%的人口生活在貧困之中（世界銀行將貧困定義為每天生活費不足1.90美元的人）。而今天，全世界僅有10%的人仍生活在貧困之中。只要我們共同努力工作並抱有希望，就一定能實現於2030年消除所有極端貧困的全球目標。

然而，氣候變化威脅著這個全球目標的達成。如果不加以應對，氣候變化可能會導致1.3億人未來十年裏陷入貧困。更不幸的是，對氣候變化影響力最少的人群卻要承受最大的痛苦，而極端天氣將使生活在全球南部的許多弱勢群體流離失所。

來自烏干達的瓦內薩·納卡特（Vanessa Nakate）等氣候公義倡議者認為，受氣候變化影響，非洲大陸首當其衝，但從未受到報紙頭條的關注。瓦內薩·納卡特認為「氣候變化不僅僅是冷冰冰的數據和淨零目標，它關乎到人民，尤其是現在正受到影響的人」。

氣候公義是指通過全面的途徑採取行動應對氣候危機，承認並非所有人都須對氣候變化負上一樣的責任。在你繼續了解氣候變化並採取行動解決它所帶來的問題時，請記住運用你的多元與包容思維（Worldly Mindset，世協六個領導思維之一），想想這些問題如何影響世界各地的人。





在今年的活動資源套中，我們將重溫2023年的主角美來（Miku）和2022年環保先鋒的故事。她們將會引導我們開展各種討論、動態活動和藝術活動，探討我們對環境和資源的影響。通過這些活動，我們將會進一步發展我們的環保知識和技能，並攜手創造一個可持續發展的世界。

此資源套共分為三個部分。

**第一部分：** 了解如何通過先進的理念和技術解決環境問題

**第二部分：** 通過實踐一些環保技能，為迎接未來的挑戰和機遇做好準備

**第三部分：** 創新地探索如何在未來的生活中為大自然作出正面的貢獻

如果這是在「我們的世界 我們的未來」系列中接觸的第一個活動資源套，你可以在「我們的世界 我們的平等未來」活動資源套中了解更多關於「環保先鋒」的資訊。「環保先鋒」是一群持續對抗氣候變化的女性環保先鋒。你還可以在「我們的世界 我們的和平未來」中閱讀美來展開在大自然中恢復和平的探險故事。

參加者在進行今年的「世界靜思日」活動前不需要完成往年的活動資源套，你可以在此活動資源套中找到所需的資訊。



世界靜思日2023  
活動資源套



世界靜思日2022  
活動資源套

# 世界靜思日基金

我們一共走了**1.68 億步**，  
為世界靜思日基金籌集了  
**3.4 萬英鎊（約為34萬港元）！**

世界各地的女童軍從2023年的「世界靜思日」到2023年4月22日的「世界地球日」的兩個月裏一起迎接全球挑戰。女童軍們透過共同的努力，見證女童軍運動可以環繞地球多少次。我們共同踏出的每一步都是朝著保護我們的地球與和平的未來邁出的一步。

我們跟隨美來環遊世界，一路上開啟了不同的里程碑，亦一起到達了不同的會員機構和世界中心，分享妳們的故事。

無論妳是以個人或小隊的形式步行，妳所行走的步數都有助於實現我們的共同目標。在這次的活動，有超過570個個人及隊伍參加活動，並合共走了1.68億步。這相當於圍繞地球步行2.5圈！非常感謝妳們參與這項全球挑戰。

接著，讓我們一起閱讀美來的日記，了解我們是如何做到的……



## 親愛的日記：

如果世界上有「最佳步行者」的比賽，我和女童軍們現在就會揮舞著獎杯！（或者是步行後的臭襪）。

我們先從倫敦的世界總局出發，漫步前往挪威的斯瓦爾巴群島，再冒著大雪趕往瑞士的「我們的小屋」（Our Chalet）（每個人都喝到熱朱古力！）。在「我們的小屋」義工們的加油打氣下，我們穿過歐洲區到達了阿拉伯區，在阿曼的拉斯金茲（Ras el Jinz）觀看海龜，並休息了一段時間。接著的下一站，我們來到亞洲及太平洋區的世界中心——三岩（Sangam）！在游泳池暢游後，我們背上背包前往澳洲的大堡礁。澳洲的導遊們和我們分享了很多關於環境可持續發展的好想法，讓我急不及待想在我老家的森林裏試試！然後，我們前往西半球區，直奔墨西哥的「我們的小屋」（Nuestra Cabaña）！稍事休息並觀賞蝴蝶後，我們又穿上步行靴，漫步前往巴西的亞馬遜雨林。在努力逐一數清所有生物之後，我們離開了西半球並前往非洲區的世界中心Kusafiri。我們的時間安排得恰到好處——因為Kusafiri剛好設置在加納，而我們亦參觀了世界第三大水庫沃爾特湖。

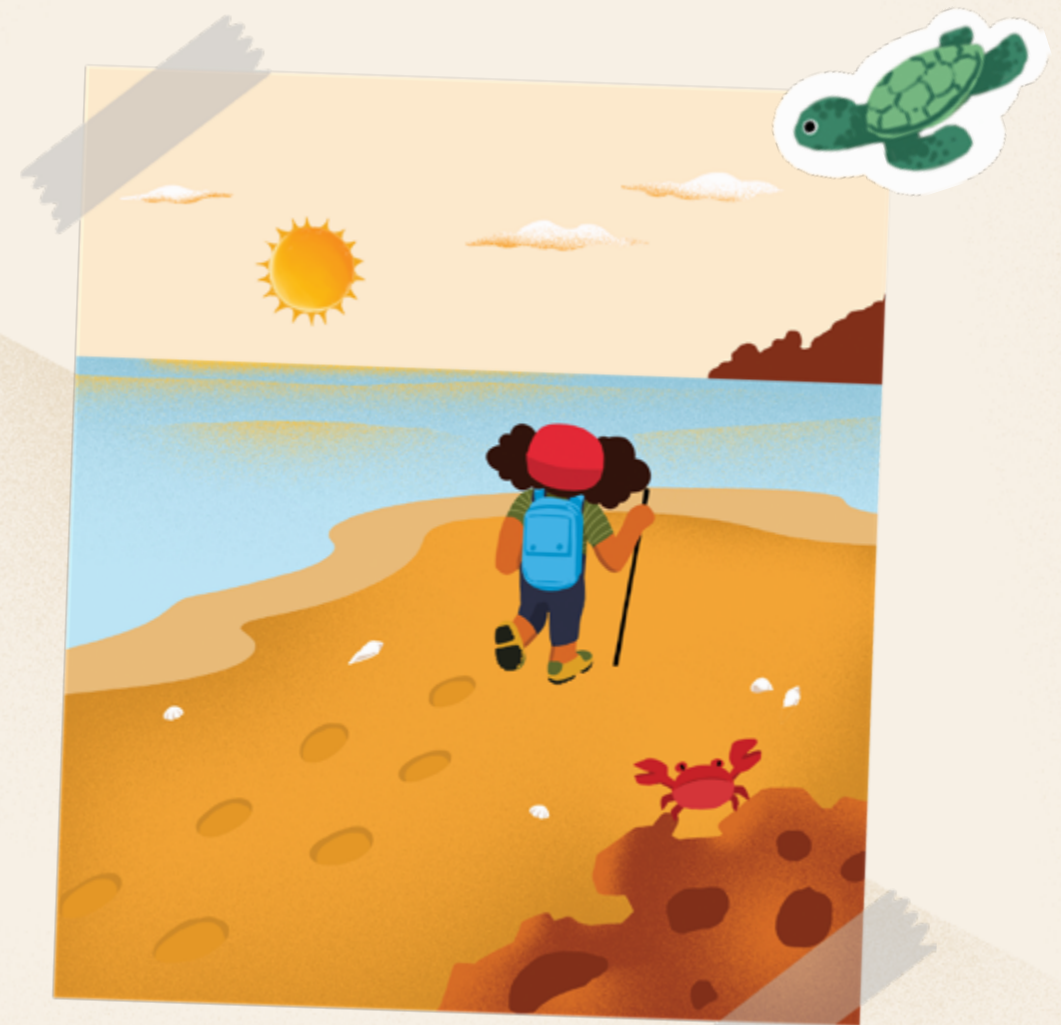
我們的環球之旅也即將結束了。在離開Kusafiri後，我們前往貝寧和彭賈里國家公園，了解更多關於環境保育的知識。還記得我們到突尼西亞攀登阿特拉斯山脈的情景嗎？那種感覺就彷彿我們可以看到整個世界！最後一站，我們回到了最後一個世界中心：英國的「百善樓」（Pax Lodge）！




在大家歇腳的時候，讓我分享一下旅途中厲害的數據：

- 我們途經了 11 個國家，並透過觀察當地女童軍的生活了解環境知識
- 有 6 個會員機構與我們一起環遊世界
- 我們與來自世界各地的女童軍一起住過 5 個世界中心，聆聽她們分享自己的冒險經歷
- 世協的 5 個地區，共 66 個會員機構參加了「徒步遊世界」的挑戰！

在整個旅程中，我見到了2022年世界靜思日活動資源套中的環保先鋒。而在今年的活動資源套中，每項活動都會有一至兩位環保先鋒帶同她們傑出的成就現身！







這項全球挑戰是為了與世界聯繫以實現共同的目標。我們的目標是走遍世界，並通過向世界靜思日基金捐款，為女童軍運動的女孩子和青年女性籌集重要的資金。

如果你曾參與這個挑戰或鼓勵你的親朋好友支持，你已經幫助我們實現了全球目標！在你慷慨的捐助下，我們共籌集到超過**3.4萬英鎊**的善款。非常感謝你們！你們通過捐款提供的慷慨支持以及對挑戰的承諾，令人難以置信。

世界靜思日基金資助世協的許多工作範疇，並為全球女童軍提供不同的國際機會和體驗。從資助青年女性參加Juliette Low Seminar和Helen Storrow Seminar等領導才訓練及研討會，到在我們的5個世界中心提供義工實習機會及資助。你可以通過[2024年世界靜思日基金捐款](#)，為更多青年女性提供這樣的機會。

這次全球挑戰賽令人興奮，通過實體活動將整個女童軍運動於網上聯繫在一起。世界靜思日的宗旨是友誼和全球聯繫，而全球挑戰正正是一同協作和慶祝這天的理想方式。我們希望在今後的世界靜思日舉辦更多的全球挑戰，也希望聆聽你的想法。

#### 幫助我們應對未來的全球挑戰

我們想聆聽你對全球挑戰的想法！請填寫這份簡短的表格，幫助女童軍運動創造更多的國際時刻 — [立即分享你的想法](#)。



## 今年的籌款活動

與往年一樣，你可以在完成活動資源套後向世界靜思日基金捐款：[點擊此處](#)取線上捐贈表格，或使用本活動資源套背面的表格進行捐款！讓我們所有人在世界靜思日團結在一起，支持世界女童軍運動！

### 送出捐款

籌集到捐款後要怎麼做？

你可以透過以下方法將捐款送到世協：

1 將捐款送到香港女童軍總會：先聯絡總會或瀏覽總會網頁以獲得詳細資料，待總會收集所有捐款後再轉交到世界女童軍協會。

2 直接捐款到世協：你可以透過支票、信用卡或銀行轉賬



或在[網上](#)籌募款項



當收到你的捐款後，世協會將寄上一封特別的世界靜思日感謝信和證書，以示感謝。

# 如何使用這份活動資源套

## 做好準備

- ✓ 領袖應採用女童軍非正規教育方法來創造實用、刺激、易於參與和學習者主導的體驗！詳情可參閱《[做好準備，齊學習，去帶領](#)》。
- ✓ 全隊一起決定每個部分應完成哪項活動。
- ✓ 領袖應適時鼓勵和支持隊員主導策劃和促導活動。
- ✓ 領袖可考慮以小組形式分開進行某些活動，或整個隊伍一同進行同一項活動。
- ✓ 在活動期間及結束時，領袖應安排時間進行討論和反思。
- ✓ 為切合所有隊員的興趣和學習需要，領袖可調整活動內容。

## 勇敢空間

世協將「勇敢空間」定義為一個安全和鼓勵性的環境。在這個環境中，每個人都有信心走出自己的舒適區，挑戰自己去學習及成長。這個空間是

- ✓ **安全的：**每個人都被重視和尊重，免受暴力、歧視和傷害。
- ✓ **包容的：**每個人都能有意義地參與，並得到平等對待。
- ✓ **賦權的：**每個人都有信心做自己。

## 建立勇敢空間

- ✓ 世界靜思日是一個國際友誼日，領袖應考慮我們如何宣揚友誼、尊重和開放的價值觀，讓隊員安心地參與活動。全隊一起制定指引，並一致同意該如何遵守指引。
- ✓ 了解社區和世界上正在發生並可能會影響隊員的事情。
- ✓ 注意自己的促導方式，確保有空間聆聽所有聲音。



## 獲取世界靜思日2024紀念章

世界靜思日的「我們的世界 我們的未來」三年主題已接近尾聲。

在今年的活動資源套中，妳將聽到美來講述她去年的冒險經歷和一路上的收穫。回想世界靜思日2022活動資源套中的環保先鋒。在美來環遊世界的過程中，她遇見了其中一些先鋒，她們將協助帶領我們今年的活動。



世界靜思日2022  
活動資源套

在第一部分和第二部分，隊伍將選擇以討論為基礎的活動或動態活動。完成後，隊伍將進行最後的藝術和手工藝活動。在最後的活動中，我們將共同探討如何積極地為可持續發展的世界作出貢獻，為所有人創造一個茁壯未來！

## 獲取今年的紀念章

- ✓ 按照上述步驟，建立勇敢空間，讓每個人都獲重視並可充分參與。
- ✓ 閱讀美來的日記，在第一部分和第二部分各完成一項活動。
- ✓ 完成最後的活動，並標籤#WTD2024 #OURTHRIVINGFUTURE與世協分享妳的作品和故事。

- ✓ 做好隨時調整活動的準備。如果隊員正熱衷討論某項議題，領袖可更改原定計劃，讓隊員有更多時間討論。談論不同議題時，避免以偏概全。
- ✓ 領袖須計劃當隊員對在隊內表達意見感到不安時，如何支持隊員發聲或尋求支援，並將此計劃告知所有隊員。



### 恭喜！

妳已獲得世界靜思日2024紀念章，並可到[世協商店](#)訂購，或到香港女童軍總會物品專門店購買。



# 加入世界靜思日2025+ 創作團隊！

## 做好準備

每年的世界靜思日都是由一群熱心的義工團隊策劃，她們共同創作世界靜思日的主題、活動和資源套。

世協將於2028年踏入一百周年；2025年將會是百周年慶典的前奏。屆時我們會推出一個令人興奮的新主題，重點圍繞國際友誼和慶祝女童軍運動在過去一百多年的發展。

如果你對非正規教育充滿熱誠，能夠為全球女童軍創造優質的學習活動，或希望提高自己的寫作能力，加入世界靜思日創作團隊就是最好的機會！

我們現正招募富有創意和熱誠的義工。她們需能夠在國際團隊中協作，並參與一年或兩年的籌備工作。大部分工作將於2024年1月至7月和2025年1月至7月之間進行。

有寫作經驗是理想但非必要的條件，因為我們將會提供培訓和支援。不過，所有申請者都需要在申請中展示出她們對有質素的學習體驗的理解。

我們亦希望招募經驗豐富的義工，為製作資源套、設計學習目標和象徵意義框架提供策略性的建議。

如有興趣加入，請瀏覽[Campfire](#)。





# 活動指引

由於女童軍包含了不同年齡層的隊員，所以每項活動都有相應的組別建議。各部分均有適合不同組別女童軍的活動。請預先閱覽活動概覽，然後選擇適合隊伍的活動。

## 第一部分：環境知識

在第一部分，我們將了解如何透過新理念和新技术來解決環境問題。

時間：10分鐘

在美來環遊世界的路上，她遇到了許多有趣的女童軍和人物，包括世界靜思日2022活動資源套中的一些環保先鋒。在開始完成今年的活動資源套之前，請閱讀她的旅程和冒險經歷（第19頁）。

## 活動類型：討論活動

### 小女童軍

#### 有害還是有益（第22頁）

決定每項陳述對我們未來的地球是「有害」還是「有益」，並討論可採取甚麼積極的行動。

### 女童軍 / 深資女童軍

#### 生活中的一天（第24頁）

為了保護我們未來的地球，我們必須減少或改用更潔淨的能源。先思考如何在日常生活中減少能源消耗，然後透過小遊戲，了解美來在旅程中發現了甚麼富啟發性的嶄新環保科技。

## 活動類型：遊戲

### 小女童軍

#### 回收接力賽（第30頁）

我們不希望未來的世界成為垃圾堆填區！避免物品被丟棄，我們如何能夠重複使用、回收或進行堆肥？這是一場「接力賽」！最快將所有物品進行分類的小組能夠獲勝！

### 女童軍 / 深資女童軍

#### 回收的未來！（第24頁）

我們回收得越多，產生的垃圾就越少，節省的資源就越多。參觀一所新的回收廠，並參與一場使用新技术去分類材料的比賽！哪種技術能使我們獲勝呢？

活動一般可在90分鐘內完成，如隊伍受啟發而有意延伸活動，可安排額外的集會時間進一步完成活動。

## 第二部分：環境技能

在第二部分，我們將學習一些與環境有關的技能，為迎接未來的挑戰和機遇做好準備。隊伍可以選擇一項有關福祉的討論活動，幫助管理由氣候變化和環境問題引致的負面情緒。隊伍亦可以選擇在這個越來越依賴科技的世界中，練習一些在緊急情況下可能需要的女童軍嚮導或空間感知技能。

## 活動類型：討論活動

### 小女童軍

#### 森林守護者（第38頁）

閉上眼睛，想像自己踏上森林之旅，領略大自然的平靜力量。

### 女童軍 / 深資女童軍

#### 正念工具箱（第24頁）

制定一些正念策略，以保持冷靜，轉化任何與環境問題或對未來焦慮有關的消極情緒。

## 活動類型：遊戲

### 所有組別

#### 露娜引路（第45頁）

運用你的女童軍技能，幫助露娜班上的同學返回安全的地方。

### 所有組別

#### 瑪姬的鑰匙（第48頁）

在遊戲中練習空間感知技能。

## 最後的活動：我們的茁壯未來

想像「茁壯的未來」，探索如何積極地在生活中為自然世界作出貢獻。

## 活動類型：藝術和手工藝

### 所有組別

#### 我們的茁壯未來（第50頁）

學習了一些關於「我們的世界 我們的未來」的環保新知識和技能後，是時候想像和描繪整個女童軍運動希望共同建設一個怎樣的世界了。

我們將共同創作一幅美麗的大型壁畫，描繪「我們的茁壯未來」，並慶祝2024年世界靜思日。

在集會地點展示你們的作品，並與世協分享。領袖可把照片發送至WTD@waggs.org或在社交媒體上標籤#世界靜思日2024 #我們的茁壯未來#WTD2024 #OURTHRIVINGFUTURE。

## 線上活動

如領袖打算在網上進行世界靜思日活動，妳可以在Campfire上找到活動的改編版本。該版本將於2023年12月起在Campfire上提供。[按此](#)閱覽活動！



# 世界靜思日故事

## 美來遇見環保先鋒



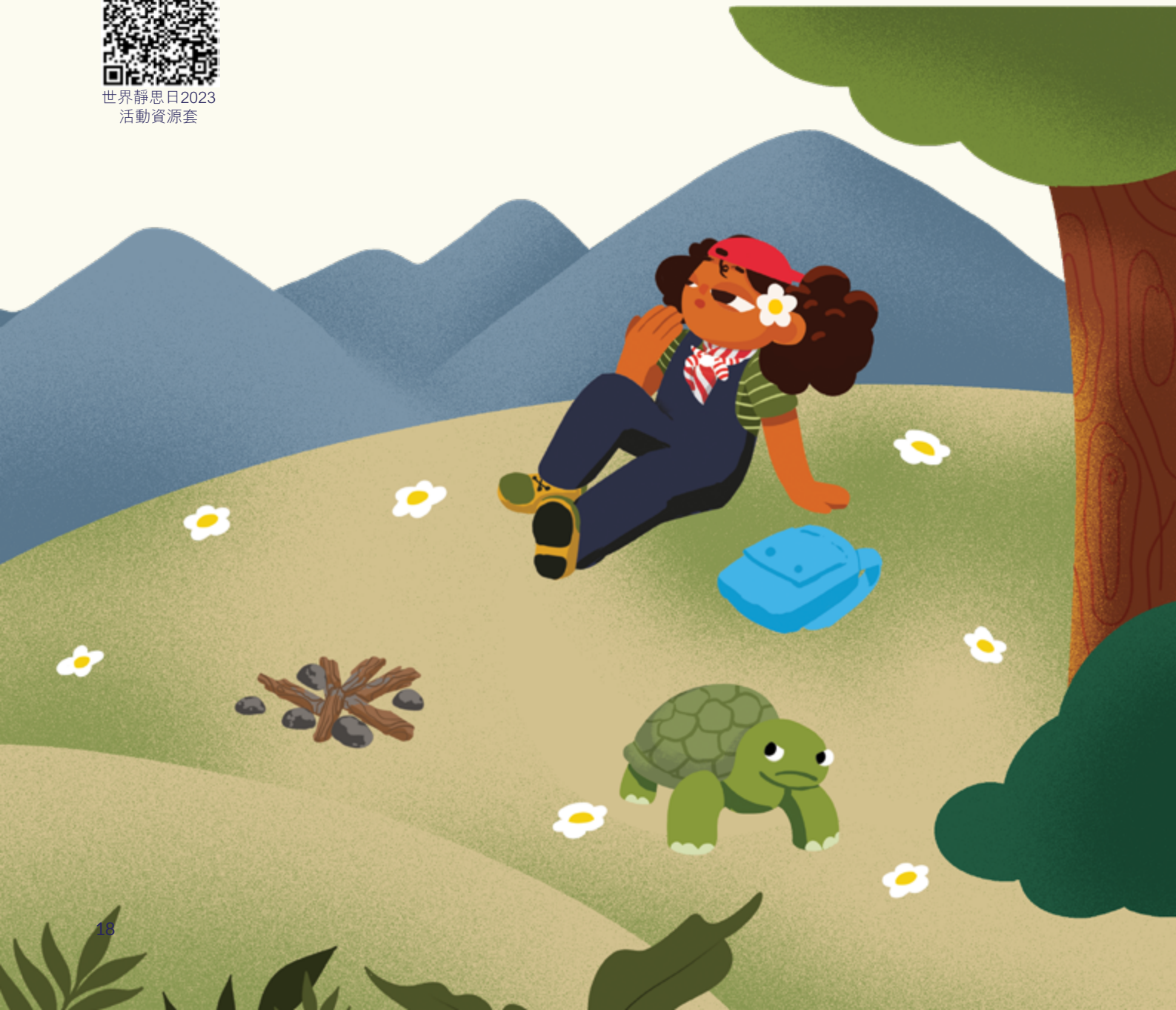
在去年的世界靜思日2023，我們講述了美來的故事——她是個把大自然視為理所當然、破壞環境平衡的小女孩。在成功恢復自然界的和平與和諧之後，她決定走遍世界，將自己的所學所感告訴更多人。一路上，美來結識了數百萬女童軍夥伴，以及世界靜思日2022活動資源套中一些啟發人心的女性環保先鋒。

在你完成活動資源套的過程中，美來的日記將引導你進行各項活動，你將聽到更多關於她的冒險經歷以及她對我們可怎樣共同建設茁壯未來的想法。

從閱讀美來的第一篇日記（第19頁）開始。



世界靜思日2023  
活動資源套



### 親愛的日記：



好消息——今天，我的環球之旅已經進行了一半！

壞消息——我昨晚睡得不好，我的枕頭也不見了！

（這都是我的錯：我以為我找到了一塊好石頭可以把頭靠在上面，但實際上那是一隻烏龜，它在我睡覺的時候走開了。）

每天早上，我都在努力實踐感恩，這樣我就不會再造成任何願望問題了。今天我要感恩：

- 我睡在柔軟的草地上
- 我滿肚子的營火食物
- 我……太累了！很難再想別的事情。

有些早上，我覺得感恩是不可能的：我遇過失去家園的人，遇過乾涸得無法種植糧食的田地，遇過從前是滋養土壤的河流的泥濘小路。在許多地方，人們破壞了自然世界，我感到憤怒和無助。我能做些甚麼呢？

但後來，我看到人們植樹造林，葉苗從土地綻放。我遇到了決心讓世界變得更美好的人，我意識到未來並不是固定不變的：有一半好主意的人可能會遇到有另一半好主意的人，而世界已經變得更美好了！

或許我的感恩清單最後一項是：

- 我感恩所有努力創造美好未來的人  
- 如果他們繼續努力，我也可以！

我要完成這次徒步旅程，繼續尋找卓越的人，幫助我解決氣候問題，並找出幫助世界的新方法。你願意和我一起去嗎？



# 第一部分：環境知識

在第一部分，我們將學習如何通過日常行動和新科技來解決環境問題。我們將考慮全球在節約、回收或重用資源，以及為下一代減少對環境影響方面取得的進展。

隊伍可以選擇以討論為主的活動……

## 小女童軍

有害還是有益？（第22頁）

決定每項陳述對我們未來的地球是「有害」還是「有益」，並討論妳可採取甚麼積極的行動。想想我們已經做了甚麼，或可以做些甚麼來照顧和愛護我們的環境。

隊伍亦可選擇進行以遊戲形式的活動……

## 小女童軍

回收接力賽（第30頁）

比賽過程中，小組需決定哪些物品可以重用或回收。最快將所有廢物分類的小組獲勝！



## 女童軍 / 深資女童軍

生活中的一天（第24頁）

先思考如何在日常生活中減少能源消耗，了解美來在旅程中發現了甚麼富啟發性的嶄新環保科技。妳們認為哪種科技會對環境帶來最正面的影響？

## 女童軍 / 深資女童軍

回收的未來（第32頁）

在史世（Ceessay）回收廠，小組將使用各種技術回收塑膠製品。



## 親愛的日記：

今天的活動既累人又精彩——我遇到了了不起的格蕾塔·通貝里（Greta Thunberg）和軒杜·奧馬露（Hindou Oumarou），我們就各種新科技和環保理念交談了數小時。

我要試著數一數我感恩的所有事情，但清單太長了，我可能會睡著……



# 有害還是有益？



**活動類型：**  
討論

**物資：**  
有害或有益的陳述

**目的：**  
在這項活動中，各小組決定下列各項陳述對我們未來的地球是「有害」還是「有益」，並討論可採取甚麼正面的行動。

**準備：**  
閱讀兩組有害和有益的陳述，並根據隊員的興趣和知識加以調整。

- 1 先將隊伍分成數個小組，各小組並排成一條直線，準備開始。
- 2 領袖向每個小組隨機讀出一項陳述。每個小組需決定該陳述對我們未來的地球是「有益」還是「有害」。如陳述是有益的，小組成員一起向前走兩步，並喊出「有益」。如果陳述是對地球有害，小組成員則一起後退一大步，並喊出「有害」。
- 3 各小組有15秒思考她們已經或可以採取甚麼行動保護地球，然後舉手並大喊「有益」。領袖邀請最先舉手的小組分享她們的行動。當所有隊員都同意該行動是有益的，剛分享的小組可以向前邁進兩步。
- 4 重複第 2 和第 3 步最少兩次，或根據集會時間長短重複數次。遊戲結束時，前進最多的小組獲勝。
- 5 遊戲結束後，看看哪些行為是有害的，並討論如何改善這種行為或消極行動。

## 「有害」和「有益」的陳述

有害	有益
不關掉水龍頭	植樹
扔掉食物	保護動物
隨手扔垃圾	重複使用而不隨意丟棄東西
濃煙從工廠大煙囪冒出	撿垃圾
污水流入河流	種植自己的蔬菜
使用一次性塑膠飲管	與他人共乘汽車
交通堵塞；每輛車上只有一人	重複使用水樽
塑膠漂浮在海洋之中	以單車代替汽車
砍伐樹木	不買附有大量塑膠包裝的東西
用塑膠容器購買外賣食品	為動物建造家園
只用一次就扔掉東西	種植花卉和澆水
	在城市植樹
	修補破損的玩具



# 生活中的一天



**活動類型：**  
討論及遊戲

**物資：**  
環保科技卡片

**目的：**  
本活動分為兩個部分。首先，我們將思考如何在日常生活中減少能源消耗，然後透過小遊戲，來了解美來在旅程中發現了甚麼富啟發性的嶄新環保科技。

**準備：**  
打印足夠個人或小組使用的「環保科技卡片」（附錄1）。如果沒有打印機，可以自行繪畫。

1

首先討論有關氣候變化的概念。詢問小組成員對氣候變化的了解，例如造成氣候變化的原因，以及如何應對氣候變化。

嘗試利用以下資料向小組成員解釋氣候變化。

## 甚麼是氣候變化？

氣候變化是由人類燃燒燃料生產能源時，所產生的溫室氣體而引起的。人類生活中的不同事情均需要使用能源，例如於房屋和建築物中使用冷暖氣、驅動汽車和巴士等。

## 還有甚麼事情需要使用能源？

我們大部分的能源都是透過燃燒煤炭、石油和天然氣等燃料來產生，而過程中會排放溫室氣體。地球的大氣層就像一個溫室，排放的溫室氣體越多，大氣層就會變得越熱。

就像毛氈讓我們保暖一樣，隨著二氧化碳等溫室氣體的增加，這會像毛氈一樣，使地球溫度變暖。溫度提升，氣候變化便會變得嚴重。這會導致世界各地出現更多極端天氣，使貧困人口的生活更加困難。

世界各地正在共同努力，透過減少使用燃燒化石燃料的能源，並改用太陽能或風力發動的「綠色能源」，從而減低溫室氣體的排放，減少環境中的溫室氣體的含量。通過使用「綠色能源」，我們能夠保護未來的地球，以及減少氣候變化對我們的影響。

在美來的旅程中，她了解到世界各地不同人士的生活方式，以及這些生活方式對能源使用和環境所造成的影響。

當美來和她的朋友阿利婭（Aliya）一起居住時，她觀察到阿利婭的家人每天都會作出一些小改變，以節省資源並減少消耗。

2

先閱讀摘錄「阿利婭的一天」。然後以小組形式討論，讓每位組員聆聽並思考阿利婭和她的家人如何能夠減少能源的消耗。

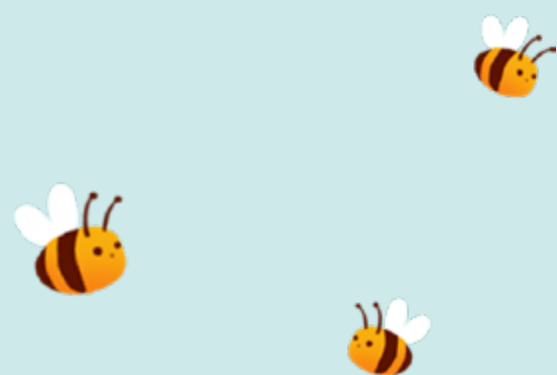
## 阿利婭的一天

早上6時30分，阿利婭的鬧鐘把她叫醒後，她首先沖了20分鐘的熱水淋浴。之後，她姊姊進入浴室，也做了同樣的事情。

更換衣服後，她和家人一起吃早餐，有美味的雞蛋、乳酪和水果。

吃完早餐，差不多到了上學時間。阿利婭收拾好書包和帶上午餐便當後，忽然記起自己忘了刷牙！她很焦急，一邊刷牙一邊讓水龍頭開著，想著可以更輕鬆、更快地刷完牙。

阿利婭、她的哥哥姊姊、隔壁的鄰居和阿利婭最好的朋友尼夫一起乘坐阿利婭父母的車子上學。美來見到他們很高興地跟大家打招呼並說「學校見！」，然後乘坐父母的車子準備上學。



# 生活中的一天



- 3 在繼續之前，請利用以下問題來進行有關能源使用的簡短討論。

阿利婭和她的家人能夠做些甚麼來減少能源使用和減低對環境的影響？

小貼士：阿利婭可以縮短淋浴時間，刷牙時關掉水龍頭，並與其他人一起乘車上學。

妳認為我們如何能夠減少日常生活中的能源消耗？

與世界各地的人相比，妳認為自己使用能源的情況是怎樣？

妳認為某些人比其他人消耗更多的能源公平嗎？為甚麼？

- 4 美來回顧了她的日記，看到了許多嶄新的環保技術，能夠幫助減少能源消耗並為地球帶來正面的影響。試玩以下的遊戲來了解這些環保技術！

## 說明

- 活動以個人或小隊形式進行，向每位隊員分配一張帶有關鍵字和國家 / 地區的「環保技術」卡片。
- 當她們聽到卡片上寫的關鍵字或國家 / 地區被讀出的時候，便將該關鍵字或國家刪掉。
- 第一個在卡片上完成一條連線的隊員，便是優勝者。
- 隨後完成兩行、三行和四行的連線，將會是後續的優勝者，直到卡片上的所有關鍵字或國家/地區都被刪掉！
- 讀出以下環保技術描述來進行遊戲！

## 環保技術描述

卡片上的關鍵詞或國家 / 地區會以底線作標記

在冰島，透過使用「直接空氣捕獲技術」從大氣中吸出二氧化碳（一種溫室氣體）並儲存在地下。

您知道我們需要蜜蜂來種植食物嗎？由於氣候變化，蜜蜂的數量持續減少，在日本，科學家正在設計可用於為農作物授粉的機械蜜蜂！

在馬來西亞，美來和其他女童軍一起去購物。期間，她們只能使用環保袋，不能使用膠袋。

在中國，美來遇到了一位女性環保主義者任曉媛。這位環保主義者設計並推出了一款能夠在農村監察水質的應用程式。潔淨的水源對於灌溉和消毒十分重要，透過使用這應用程式，村民便能尋找潔淨的水源了！

美來還去了毛里裘斯。在那裡，她必須使用可重複使用的飲管來喝東西。這真是個好主意！

在美國，一家公司也正在使用「直接空氣捕獲」技術將二氧化碳變成鑽石。沒錯！鑽石真的是百分之百由二氧化碳製成的！美來收到了一條環保鑽石項鍊，讓她想起了世界正在正向發展。

美來在尼日利亞看到在沒有土壤的情況下，如何使用了水耕系統種植生菜、番茄和青豆！進行水耕種植時，蔬菜的根部都會浸泡在礦物溶液和水中來獲取養分。這種耕作方式能夠防止人為毀林並節約用水。

當美來在太平洋上航行時，經過了一大堆漂浮在水中的垃圾。你知道很多丟進海裡的垃圾都會隨著海流漂到這裡嗎？美來看到收集漂浮塑膠的浮動裝置「珍妮」正在努力工作，它已經從太平洋取出了兩萬磅塑膠，而這些塑膠正準備被回收呢！

- 5 活動結束前，討論以下問題

- 妳認為哪種環保技術最令人印象深刻？為甚麼？
- 妳認為使用科技應對氣候變化時，在哪方面帶來最大影響？
- 妳知道自己的社區 / 香港正在採取哪些措施來應對氣候變化和保護環境嗎？

- 雖然科技能夠帶來很多好處，但它並不是完美的，妳能想到它的缺點嗎？
- 妳能列舉科技被不當使用的例子嗎（例如：書籍、電影等）？



## 親愛的日記：

我從未試過如此疲累！改變世界需要付出努力，為自己的信念而奮鬥可能會變得筋疲力盡；但只要你在一個團隊中，無論是跟其他女童軍姊妹還是世協，妳的每一步都會得到支持。



## 親愛的日記：

今天很感謝自己，在散步時穿著了舒適的鞋子！我累得雙腿也感覺到快要發麻了！幸運的是，我累透的雙腳帶領我找到了一位出色的環保先鋒——伊莎圖·史世（Isatou Ceesay）！她的團隊向我展示了一個新的回收工廠，並向我發出挑戰，讓我們的腦筋轉動。我怎麼能拒絕呢？



# 回收接力賽



**活動類型：**  
遊戲

**目的：**  
我們不希望未來的世界成為垃圾堆填區！避免物品被丟棄，我們如何能夠重複使用、回收或進行堆肥？這是一場「接力賽」！最快將所有物品進行分類的小組能夠獲勝！

**物資：**  
每組需要一套「廢物棄品」（見下文）和三個分類桶

**準備：**  
為每組列印、剪下並混合一些廢物棄品。如果沒有打印機，請在12張紙或卡片寫上並剪下這些廢物棄品。然後，在分類桶上分別貼上「垃圾」、「回收/升級再造」和「堆肥」標籤。在開始活動之前，妳可以先熟悉一下在自己的城市/社區對於回收、堆肥或廢物處理等設施，以便決定將廢物棄品放入哪個分類桶。

**1** 分成小隊，在地上畫上起點和終點線，在終點線放置一組回收箱，然後給每小隊一套12件廢物棄品。

**2** 向小隊說明遊戲玩法：現在我們都是機械人，我們的工作是將廢物分類，哪些廢物可以被重複使用、回收或製成堆肥，而哪些必須運送至垃圾堆填區。

但要注意，因為機械人有點生鏽，有時需要被修理。當領袖喊「修理！」時，正在工作的機械人必須停下來，等待與其他隊員擊掌來完成修理，才能繼續。

**3** 當領袖大喊「開始！」時，各小隊開始接力賽。每次一位隊員拿起一件物品，然後跑向分類桶。到達時，該隊員必須決定將廢物放入哪個分類桶中。

- 如果廢物能夠被回收或升級再造的，就放入分類桶
- 如果廢物是天然產物，它可以放入堆肥箱，待腐爛後養分進入土壤中
- 如果廢物無法重用、回收或堆肥，就必須丟進垃圾桶中

隊員完成分類後必須跑回自己的小隊，並邀請下一位隊員出來進行廢物分類。

**4** 最先將所有廢物正確進行分類的小隊為勝！



**5**

最後，利用以下問題進行簡短討論作總結。

- 我們把哪些廢物丟進垃圾桶？有沒有辦法讓它們被重複使用、回收或製成其他物品？
- 我們如何才能制止更多的垃圾被傾倒在我們的世界上？
- 我們在家中有沒有可重複使用或回收的東西？
- 妳認為家中最多的垃圾是甚麼？妳丟棄得最多的是甚麼？

## 廢棄物品

 使用過的口罩 	玩具 	蘋果芯 
爛杯子 	膠樽 	香蕉皮 
油漆罐 	毛衣 	蛋殼 
舊手機 	鋁罐 	報紙 



# 回收的未來



**活動類型：**  
遊戲

**目的：**  
在首輪遊戲中，各小隊將在沒有科技的幫助下，進行廢物分類。而在次輪遊戲中，會引入新的科技和情景。看看哪個小隊最快完成任務？

**準備：**  
在地上劃出起點和終點，然後將隊員分成4人一組。每組先站在起點線上，並給他們一份（共30塊）的「塑膠」。在終點，放置3個貼了不同塑膠類型標籤（PET、PP或PS）的回收箱。

**物資：**

- 每小組分發3份各10種代表不同種類塑膠的物件。例如，10張紙板、10張紙張和10張塑膠卡片。或者，3套乾淨可被回收塑膠製品。例如，10個水樽、10個食物包裝盒和10個包裝袋。如果小隊人數較少，可以按需要減少物件數量。請盡量使用可被重複使用或被回收的物件！
- 每小組有3個回收箱，用於回收上述物品

如果你選擇使用3種不同類型的物件來代表不同種類的塑料，請在開始遊戲之前商討哪種物件屬於哪種塑料類型（PET、PP或PS）。

**1** 你知道甚麼是回收以及如何進行回收嗎？你可以在自己的社區進行回收嗎？如果不能，請閱讀以下內容：

回收是一個分解材料的過程，以便將材料重新製成新的物件。例如，塑膠瓶被壓縮，然後運送到回收廠。在那裡，因為瓶身與瓶蓋使用了不同的材料來製成，所以瓶身與瓶蓋會被分開。之後，瓶身會被壓碎然後被熔化。融化了的塑膠在冷卻會製作成小塊，然後用來製造新的瓶子。

**2** 使用下面的文字來介紹不同類型的塑膠。

歡迎各位來到史世 (Ceesay) 回收廠，這就是回收的未來！在這裡，我們使用不同的技術來回收不同種類的塑膠。你知道塑膠都有分不同種類嗎？根據不同的用途，塑膠會加入不同的化合物。

在這家回收廠，我們專門從事以下回收工作：

- 用於製造瓶子的PET（聚對苯二甲酸乙二酯）
- 用於製造乳酪杯或飲管的PP（聚丙烯）
- 用於製造外賣盒、包裝袋或玩具的PS（聚苯乙烯）

為了回收這些塑膠，我們必須先正確處理和分類。

**3** 解釋遊戲規則

- 比賽將分為兩輪，第一輪比賽將在沒有科技支援的情況下進行。在比賽的第二輪，將引入新科技。
- 在領袖的一聲令下，比賽開始。
- 每位組員先在起點選擇一件物件，然後跑到設置於終點的分類箱，將物品放入正確的箱子裏（PET、PP 或 PS）。完成後跑回起點，讓下一位隊員接力。
- 完成任務的隊員回來後，需要邀請下一位隊員繼續比賽。
- 首先完成任務並正確分類所有物品的小隊為優勝。

**4** 進行第一輪遊戲！

**5** 現在進行遊戲的第二輪，當中引入了新科技。先向小隊解釋，新科技能夠使回收廠工作更快、更有效率。

**我們使用...**

- 機械人將物品更快地分類
- 人工智能在運輸過程中先識別塑膠進行初步分類。
- 化學方法分解塑膠。這方法雖然不能將塑膠分類，但回收的物品會被分解成小份子，然後可以用於製作新的塑膠物品。
- 太陽能發電。回收廠需要大量的電力，由於太陽能不足以提供一切電力，因此需要放慢回收工序。

6

現在，將再次進行遊戲，但這次可以使用不同的科技。每種科技都是一個可以改變遊戲規則的機會。使用以下圖表看清每種科技所對應的遊戲規則。

技術類型	規則
1. 機械人	在遊戲開始前，可以先將所有物件分類
2. 人工智能	可以對兩種物件進行分類
3. 化學分解	到達終點後，無須對物件進行分類
4. 停電	只有第二及第四位隊員才能在起點領取回收物件

7

領袖在整個遊戲過程中需要指出不同的科技和所對應的規則。第一隊將所有物品分類的為勝。

8

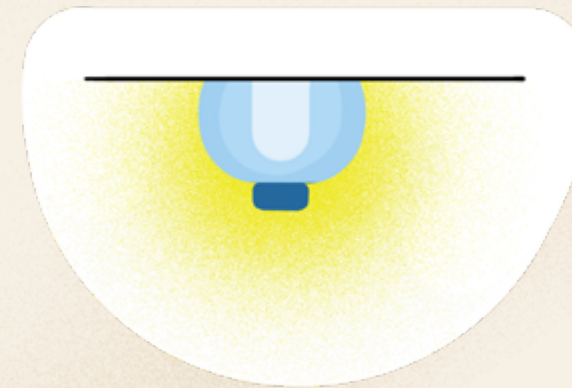
比賽完結後，選擇以下適合的問題來進行討論並結束活動。

#### 女童軍：

- 妳對香港 / 自己社區的廢物回收有多了解？妳可以回收不同類型的塑膠嗎？
- 我們應該建造更多的回收工廠，還是應該盡力減少使用塑膠？
- 如果無法回收塑料，我們如何能重複使用它？
- 妳認為禁止塑膠製品是好事嗎？

#### 深資女童軍：

- 科技是好東西嗎？科技能讓我們的生活變得更好嗎？新科技的優點和缺點是甚麼？（提示，以我們創造新科技所需的資金和資源作考慮。）
- 妳有聽說過其他的科技，正在為香港 / 其他地區和世界帶來正面的影響嗎？
- 我們如何平衡科技與自然？
- 我們如何減少世界上塑膠和包裝的用量？



## 親愛的日記：

穿著皮鞋跑步真的很困難，但我喜歡這場比賽！我們想到可以用回收材料來製作各種物品 — 妳能想到些甚麼嗎？



## 第二部分： 環境技能

這部分旨在協助參加者實踐與氣候變化有關的負面情緒之管理所需的關鍵技能，或培養未來緊急情況下所需的重要嚮導和空間感知技能。

活動類型：討論

小女童軍

森林守護者（第38頁）

女童軍 / 深資女童軍

正念工具箱（第42頁）

有時，當我們被有關環境的壞消息或故事所包圍時，思考未來會讓我們感到害怕和焦慮。在這些活動中，妳將學會如何保持冷靜，管理與環境問題相關的負面情緒。

活動類型：遊戲

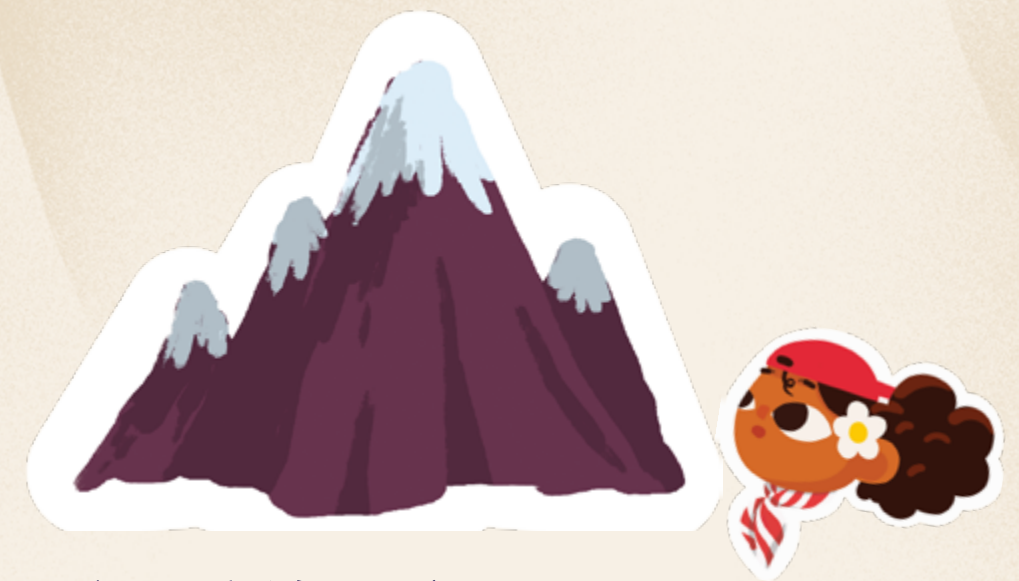
所有組別

露娜引路（第46頁）

所有組別

瑪姬的鑰匙（第48頁）

女童軍運動為我們創造了探索周圍世界的獨特機會。隨著我們越來越依靠科技，我們的一些核心嚮導技能可能會在未來被遺忘。要在這些遊戲中獲勝，妳需要一個指南針、良好的聽力以及妳最優秀的女童軍技能！



### 親愛的日記：

妳是否曾試過有種站在大山面前卻無路可走的感覺？這就是我對這片森林的感受。它曾經是一片森林。現在，只剩下綿延數英里的樹枝、泥土和寂靜。動物們都去哪兒了？我希望牠們安好。

我不知道今天該如何感恩。但是，我需要記住環保先鋒莉迪·佩慈（Leydy Pech）在為保護墨西哥土地而戰時說的話：「我已經準備好抗爭。」也許，如果我讓自己梳理一下自己的感受，就會找到一條出路。



# 森林守護者



活動類型：  
討論

目的：

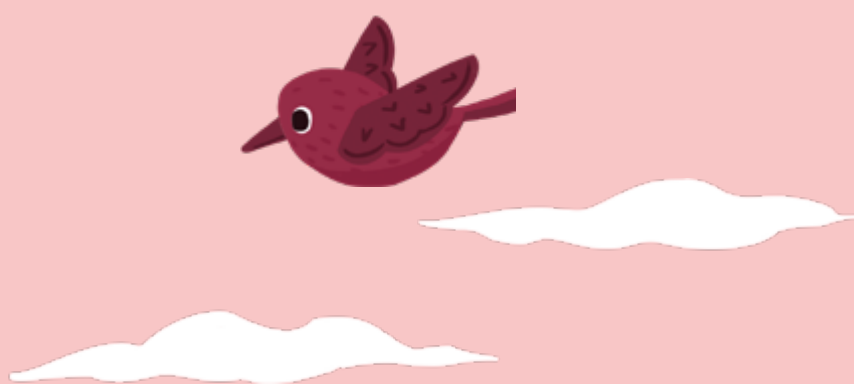
在這項活動中，小女童軍將通過一個可視化故事來探索自己的情緒。這可以讓她們識別自己可能會遇到的情緒，以及在發生這些情緒時如何做出最好的回應。

準備：

創造一個安靜平和的環境。

我們周圍的世界在不斷變化和發展，有時變化太快，我們根本無法理解發生了甚麼。環境中，許多變化都是由氣候變化引起的。有時，當在閱讀或觀看有關氣候變化的信息時，我們可能會感到畏懼或焦慮，但其實我們可以做一些事情來保持積極樂觀的心態，幫助我們在應對負面新聞或想法時感覺更好。

在這項活動中，小女童軍將學習如何識別因關注氣候變化和環境問題而產生的情緒，以及如何處理所出現的負面感覺。



1 將小女童軍集合到一個安靜舒適的地方，讓她們坐在那裏。

2 以講述一個小故事開始，激發大家的想像力。

提示：「想像一下，我們將進行一次神奇的大自然探險！我們正出發往一個美麗的森林，那裏樹木又高又大，樹葉顏色翠綠鮮艷。陽光和煦，微風輕拂，讓人心曠神怡。妳準備好參加這次激動人心的探險了嗎？」



3

請小女童軍們閉上眼睛，發揮她們的想像力……

提示：「現在，妳閉上眼睛，想像妳最喜歡去的地方，也許是某個戶外地方。妳能看到甚麼？妳能聽到甚麼？妳能感覺到甚麼？是一陣微風？陽光是否灑在妳身上？妳能嗅到甚麼？」

4

引導小女童軍們進入她們心目中的神奇森林。描述她們可能遇到的景象、聲音和氣味——鳥兒的鳴叫、樹葉的沙沙聲和森林地面的泥土氣息。

提示：「當我們漫步森林時，讓我們傾聽周圍大自然的聲音。妳聽到了甚麼？妳能聽到樹葉在風中沙沙作響嗎？」

5

沿途中，讓小女童軍們想像會遇到一位友好的森林守護者。這位守護者會幫助和保護她們。

提示：「在探索森林的過程中，我們遇到了神奇的森林守護者！它們長甚麼樣子？它們是大還是小的？友好善良的守護者是妳們的朋友。」

6

介紹森林守護者後，讓小女童軍們環顧四周，想想在她們想像中的森林/地方可能有哪些不好的事情。鼓勵小女童軍們與森林守護者分享她們對氣候變化的任何擔憂。讓她們知道她們是可以談論自己的感受。

提示：「森林守護者關心妳，願意傾聽妳的心聲。如果妳對環境或氣候變化有任何擔憂，都可以告訴妳的新朋友。它們會讓妳感覺更好。」

7

談談大自然及其不可思議的超能力，它擁有修復和保護地球的能力。告訴小女童軍們，她們也扮演著重要的角色，可以像大自然的超級英雄一樣幫助保護我們的地球！

提示：「妳知道大自然有超能力嗎？樹木可以淨化空氣，花朵可以讓世界多姿多彩。妳也可以成為大自然的超級英雄，做一些小事來幫助我們的地球。妳擁有哪些超級英雄的力量？」



8

現在將小女童軍圍成一個圈。讓她們想像自己手中拿著一顆小小的種子，這顆種子代表著對追求更美好、綠色世界的希望。請她們想一想自己能為大自然做甚麼，比如回收利用或節約能源。

提示：「現在，想像一下妳手中有一顆希望種子。這顆種子代表著妳對大自然的熱愛和對美好世界的希望。妳能做甚麼小事來幫助地球？可以很簡單，就如在不使用電燈的時候關掉它。」

9

現在，告訴小女童軍用手輕輕地澆灌種子，表達她們對地球的關愛之情和願望。

提示：「讓我們用愛和關懷澆灌這顆希望的種子。想像妳的關愛如雨水般傾瀉而下，幫助這顆種子茁壯成長。」

10

現在，讓小女童軍慢慢地睜開眼睛。提醒她們無論何時感到憂慮，都可以回到這片神奇的地方 / 森林，大自然會一直在那裡安慰她們。

提示：「深深吸一口氣，慢慢睜開妳們的雙眼。妳可以隨時在腦海中造訪這片神奇的森林。記住，大自然總是讓妳感到平靜和快樂。」

11

完成視覺化故事後，若小女童軍願意，可以給她們一些時間分享自己的經驗。妳還可以帶領她們討論採取哪些小行動來保護環境。

提示：「有誰想分享一下自己最喜歡魔法森林的哪一部分嗎？或者妳想為地球做些甚麼？可以聆聽妳們的想法，真是太好了！」

12

活動結束時，感謝小女童軍與妳一起參加這次特別的探險活動。讓她們知道，她們有能力帶來積極的變化，她們對大自然的熱愛可以幫助世界變得更加美好。



# 正念工具箱



**活動類型：**  
討論

**物資：**  
有關環境的陳述、紙張、筆

**目的：**  
反思我們對不同環境問題的感受，創建我們自己的「正念工具箱」，將負面情緒轉化為正面情緒

**準備：**  
紙張（每位參加者 1 張，另預備 5 張作備用）

**1** 找一個舒適的地方坐在一起，首先討論我們身處的地球。我們留意一下究竟甚麼正在發生，鼓勵隊員想想一些好和壞的例子，並詢問這給大家帶來了甚麼感受。

**2** 請隊員想想不同的情緒，可包括正面情緒（如：快樂、興奮、喜悅）和負面情緒（如：苦惱、生氣、惱怒、沮喪）。邀請她們至少想出 10 種不同的情緒。將這些情緒寫在紙上，並貼在房間各處。

可以使用的提示：

- 妳認為世界或妳身處的社區存在哪些環境問題？
- 當妳從新聞中聽到環境問題時，妳有甚麼感受？
- 妳認為我們能為環境做些甚麼？

**3** 告訴隊員，妳將隨機宣讀一系列有關環境的陳述，並請她們站在最能描述她們對有關陳述所感受的情緒附近。提醒她們答案沒有對錯之分，與隊員們站在不同位置是可以的。

**4** 按照上述說明宣讀每一句有關環境的陳述。當隊員因而選擇到最能描述她們對有關陳述所感受的情緒時，她們必須與鄰近隊員討論為甚麼該陳述會讓她們有這種感受。

**5** 宣讀完所有陳述後，將隊員分成若干小組。

**6** 隊員必須在小組中選擇一種正面情緒和一種負面情緒。然後，她們應討論如何從負面情緒轉化為正面情緒（例如：如果妳感到心煩意亂，有甚麼方法可以讓自己平靜下來）。討論約 5 分鐘。

註：本次討論為隊員提供了一個機會，讓她們進一步探索在感受到這些負面情緒時可以使用的策略、技巧和竅門。

**7** 完成討論後，隊員將開始製作自己的「正念之手」。要製作自己「正念之手」，首先要求她們在紙上畫出自己手掌的輪廓。

**8** 畫完雙手後，隊員必須寫下當她們感到負面情緒時可以使用的技巧或竅門。所畫手掌的每個手指都應包含一個技巧或竅門。這項活動將為隊員提供一個絕佳的機會，讓她們對之前在第一部分活動中的對話進行反思。

例子：

- 當我感到傷心時，我可以試著外出，到大自然中散步。
- 當我感到焦慮時，我可以向我信任的成人或朋友傾訴。
- 當我苦惱、生氣或惱怒時，繪畫總能讓我感覺好些。
- 跑步。
- 聽我喜歡的歌曲會讓我感到快樂。



## 有關環境的陳述

妳的學校發起了一項減廢及循環再造的活動。這是為了鼓勵學生和教職員減少廢物、循環再造和堆肥。



妳所在的地方開始持續地炎熱。人們因此無法外出，很多人生病。



南極洲和格陵蘭島上的冰蓋融化導致海平面上升。



雜貨店停止向顧客提供一次性膠袋。



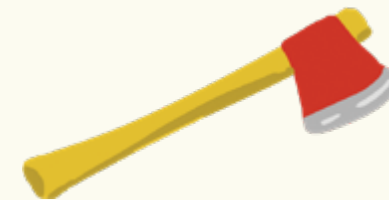
妳所在的住宅區為同一所學校的學生提供汽車共乘服務。這是為了減少道路上的汽車數量和空氣中的碳排放量。



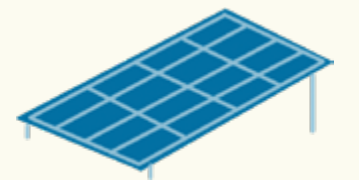
當妳去海灘時，發現那裏到處都是垃圾。孩子們無法玩耍，因為周圍可能有玻璃碎片和其他不安全的東西。



妳所在社區的所有樹木都被砍伐，而且沒有重新種植。



妳居住社區的房屋和企業都安裝了太陽能板，以使用更多可再生及綠色能源。



保護附近的森林，防止砍伐樹木，確保野生動物受到保護。



妳聽到有關海洋暖化所導致的珊瑚礁白化，影響海洋生物多樣性和旅遊業的新聞。



# 露娜引路



**活動類型：**  
遊戲

**物資：**  
紙、筆、圓規（適用於女童軍及深資女童軍）

**目的：**  
運用你的女童軍技能，幫助露娜班上的同學返回安全的地方

**準備：**  
在活動空間周圍放置標有「東、南、西、北」的標誌。開始前，向隊員解釋或提醒指南針指向的概念

現在是2124年，美來的曾孫女露娜正在和她的同學一起參加學校旅行。露娜的世界現在因日蝕而陷入黑暗。當日蝕發生時，月球會移動到太陽和地球之間，遮擋了太陽的光線。另一邊廂，露娜的老師失蹤了，她的同學們亦不知道如何找到去路。她們無法使用導航，因導航需要依靠科技和使用太陽能。幸運的是，露娜是當地女童軍的成員，她學到了很多有用的技能，今天就和大家分享！

露娜需要知道指南針的「東、南、西、北」四個方位來導航。我們現在就透過遊戲來練習使用這些方位。很多人都會想出一個縮寫詞來記住這些方位。你能自己創造一個嗎？同學們在當地嚮導時會面臨哪些挑戰？在森林或灌木叢中，是否山路崎嶇或容易迷失方向？

- 1 隊員必須在房間內隨機走動。
- 2 領袖必須宣讀以下陳述，隊員必須按照指示發展自己的定向技能，並幫助露娜的朋友。



## 小女童軍

領袖必須解釋指南針的「東、南、西、北」四個方位，指出以確保所有隊員都清楚它們的位置。

### 陳述

- 有大浪從東方襲來，齊跑向西方的高處。
- 南方有一隻灰熊，需要向東方跑才能躲過它。
- 北方有潔淨的水源，可以跳到那裏去喝水。
- 南方的果樹正在結果，快去採摘一些做美味的點心吧。
- 樹上有一群蜜蜂。快往東方跑，躲開牠們。
- 你碰到一些帶刺的植物。向西走以避開它們。
- 發揮創意，創作屬於你的陳述！

## 女童軍

了解女童軍是否明白指南針的四個方位。解釋「東北、西北、東南和西南」。在活動空間周圍添加這些標誌，並在遊戲中使用。

### 陳述

- 有危險的動物來了，快向西北方逃跑。
- 你的朋友們正在東南方等你，向她們揮手吧。
- 東北方正在舉行派對，跳著舞過去吧。
- 西南方的環礁湖裏有魚兒，可以在那裏捕食。
- 發揮創意，創作屬於你的陳述！

再進一步：將遊戲當作淘汰賽，使最後一位隊員出局

## 深資女童軍

讓深資女童軍使用指南針指出「北、東北、東」等方位，然後在遊戲之前把方位的標示將貼出來。

### 妳知道嗎？

星星是在黑暗中引路的好工具。妳可以在一張紙卡上戳幾個洞，然後把它放在手電筒上，製作自己的星座。找出從妳所身處的地方可以看到哪些星星，以及它們是如何幫助人們導航。



# 瑪姬的鑰匙



活動類型：  
遊戲

物資：  
椅子、眼罩、一些移動時會發出輕微聲響的鑰匙 / 物品

目的：  
訓練空間感知技能

準備：  
將一把椅子放在中間，所有隊員圍成一圈。將鑰匙（或類似物品）放在椅子下面。

1 向隊員解釋在日蝕的黑暗中，妳需要留意身處環境及周遭發生的事情。

2 選出一位隊員坐在椅子上，蒙上眼睛。

3 從圈子裏選出另一位隊員，讓她盡可能輕輕地撿起椅子下面的鑰匙，然後悄無聲息地回到自己的位置；這位隊員就是瑪姬。瑪姬是一隻喜鵲，住在英國倫敦的世界女童軍協會世界中心一百善樓（Pax Lodge）。喜鵲是一種黑白相間的鳥類，在民間傳說中，喜鵲喜歡偷取閃亮的東西，例如鑰匙等。

4 坐在圈子中心椅子上的隊員必須設法找出瑪姬。

5 遊戲結束後，請隊員思考為甚麼空間感是一項有用的技能，它對嚮導或在緊急環境情況下有何幫助？

## 規則

### 小女童軍

如果坐在圈子中心椅子上的隊員聽到鑰匙或瑪姬的聲音，應該指著她們說：「瑪姬，停下！」。

### 女童軍

瑪姬必須繞著圓圈的外側走一圈，然後再靠近椅子。當她們回到圈中的位置時，每位隊員都將手藏在背後，坐在圈子中心椅子上的隊員可以摘下眼罩，猜猜誰是瑪姬。

### 深資女童軍

瑪姬拿到鑰匙後，繞著圈子外側走一圈，然後再回到自己的位置。每位隊員都將手藏在背後，坐在圈子中心椅子上的可以摘下眼罩，猜猜誰是瑪姬。



# 我們的茁壯未來！



## 活動類型：

藝術和手工藝

## 女童軍組別：

所有組別

## 物資：

畫紙（越大越好）、充足的創作材料（蠟筆、水筆、彩色鉛筆等）、其他可選材料（線上繪畫工具）

到目前為止，我們已經探索了新技術的應用為氣候變化取得的進展，並嘗試了一些環保生活的技能。在最後一項活動中，我們將發揮想像力和創造力，為我們的世界想像一個茁壯的未來。透過合作繪畫和思考，我們將探索如何在生活中為大自然做出正面的貢獻。

大家是否認為我們有可能將所有的想像力化為看得見、摸得著的東西呢？在這個活動中，我們將化身成為鏡頭，與世界分享我們的想像，並激發世界踏進我們的夢想和對茁壯未來的真誠願望。

首先，讓我們來測試一下自己的想像力，看看是否已經掌握了有關「我們的世界我們的茁壯未來」最新的相關環保知識和技能。確定好後，我們將準備好大展身手，描繪我們希望女童軍運動共同建設的世界。

妳們可以以隊伍、小組或個人的方式，以實體或線上的形式，自由地以自己的創造方式開展這項活動，並將想像中那個茁壯的未來具體化。

1

### 5 分鐘：

說明這個活動的目的：共同想像地球茁壯的未來，並強調環境保育的重要性，以及我們每個人在建設一個更可持續發展的世界中所能發揮的作用。

2

### 想像練習（10 分鐘）

找個舒適的地方坐下來，討論我們認為「茁壯的未來」意味著甚麼。妳是否想到了自己的家園、鄰舍、學校、未來的工作場所等？說到「茁壯」，妳會想到甚麼？我們對這個詞的定義是甚麼？

讓我們從大自然、城市、社區、學校和交通等多方面進行思考。

3

### 創意繪畫（25 分鐘）

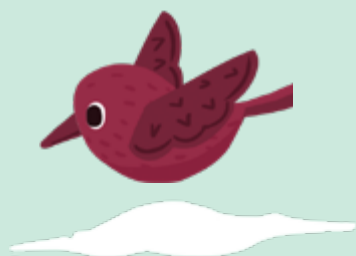
- 根據活動方式，將隊員分組或讓她們單獨進行繪畫。
- 給每位隊員發大紙張和創作材料。
- 向隊員解釋繪畫指示：我們會一起畫出一幅巨大的畫，將我們希望生活在其中「茁壯的未來」想像及繪畫出來。
- 盡可能豐富多彩、充滿想像力！

- 一些小組應繪製前景，包括我們生活的地方—我們的家園、學校和公園；其他小組應繪製中景，包括農場（食物和能源）和交通；還有一些小組應該畫出我們未來的天空，包括鳥類、山脈和天氣系統。
- 發揮想像力，利用色彩和圖像將妳的想像化為現實。

小貼士：如果活動以小組形式進行，各個小組可以分別被分配負責前景、中景及天空。

以下的主題可以用作每個小組分派的繪畫部分。

我們的天空和地平線	我們的空氣和樹頂
我們的大自然	我們的沙漠和雨林
我們的本地環境	我們的能源供應
我們的生活環境	我們的家園
我們的天氣	我們的鳥類和山脈
我們的動物	我們的海灘和海洋
我們的交通	我們的農場
我們的學校和商店	我們的公園



# 我們的茁壯未來！



## 4 合作創作 (5 分鐘)

在完成各自的繪畫後，將大家聚集在一起，並將大家的作品組合成一幅「茁壯的未來」的巨型風景畫。

讓隊員分享她們的想法，交流繪畫作品，並合作繪製一幅代表她們集體願景的壁畫。

## 5 反思 (10 分鐘)

- 為甚麼擁有一個茁壯的未來很重要？
- 作為一個盡責的公民，妳可以如何幫助這個世界擁有一個茁壯的未來？
- 妳可能會面臨哪些挑戰，又認為可以如何克服這些挑戰？

為完成這項活動，可鼓勵隊員就著作為盡責公民的想法以及「茁壯未來」的重要性進行分享討論她們可能面臨的挑戰，並集思廣益，提出克服這些挑戰的策略，如教育、社區參與和可持續的嘗試。

## 結論 (5 分鐘)：

- 總結活動中討論的要點。
- 強調想像力和集體行動在建造茁壯未來中的力量。
- 討論如果透過分享藝術作品更加激勵他人的方法：
  - 將藝術作品作為「承諾之牆」展示在令人注目的地方，提高人們的環保意識。
  - 拍攝合作作品完成作後，使用#世界靜思日2024、#我們的茁壯未來、#WTD2024及#OURTHRIVINGFUTURE 標籤並透過社交媒體上分享照片。
  - 製作線上電子繪畫圖，向他人展示合作作品。
  - 舉辦展覽或動畫片，向更多人展示繪畫作品。
  - 以完成的壁畫作為佈景板，安排一場表演並與他人分享你的故事。
- 感謝大家的參與，讓我們並夠鼓勵她們繼續為環境做出積極貢獻。

根據女童軍組別和現有的資源對活動進行所需的調整。



# 附錄

## 環保技術卡片

卡片 1			
直接空氣捕獲技術	機械蜜蜂	防止人為毀林 / 去森林化	馬來西亞
尼日利亞	收集漂浮塑膠的浮動裝置	正向發展	中國
冰島	監察水質的應用程式	將二氧化碳變成鑽石	日本
可重複使用的飲管	美國	珍妮	環保袋



卡片 2			
太平洋	尋找潔淨的水源	正向發展	防止人為毀林 / 去森林化
將二氧化碳變成鑽石	環保袋	直接空氣捕獲技術	監察水質
冰島	機械蜜蜂	節約用水	收集漂浮塑膠的浮動裝置
珍妮	馬來西亞	毛里裘斯	可重複使用的飲管



卡片 3			
監察水質	中國	太平洋	收集漂浮塑膠的浮動裝置
環保袋	毛里裘斯	可重複使用的飲管	防止人為毀林 / 去森林化
直接空氣捕獲技術	尋找潔淨的水源	冰島	將二氧化碳變成鑽石
珍妮	尼日利亞	美國	馬來西亞

卡片 4			
直接空氣捕獲技術	可重複使用的飲管	正向發展	監察水質
珍妮	毛里裘斯	冰島	收集漂浮塑膠的浮動裝置
機械蜜蜂	馬來西亞	節約用水	將二氧化碳變成鑽石
尼日利亞	尋找潔淨的水源	中國	日本



卡片 5			
太平洋	尋找潔淨的水源	美國	冰島
珍妮	直接空氣捕獲技術	可重複使用的飲管	將二氧化碳變成鑽石
中國	尼日利亞	毛里裘斯	收集漂浮塑膠的浮動裝置
節約用水	馬來西亞	防止人為毀林 / 去森林化	監察水質的應用程式



卡片 6			
太平洋	中國	監察水質	節約用水
收集漂浮塑膠的浮動裝置	冰島	可重複使用的飲管	直接空氣捕獲技術
正向發展	防止人為毀林 / 去森林化	美國	尼日利亞
環保袋	機械蜜蜂	珍妮	馬來西亞

卡片 7			
節約用水	環保袋	直接空氣捕獲技術	可重複使用的飲管
日本	尼日利亞	收集漂浮塑膠的浮動裝置	機械蜜蜂
防止人為毀林 / 去森林化	毛里裘斯	將二氧化碳變成鑽石	冰島
太平洋	馬來西亞	正向發展	美國



卡片 8			
監察水質	毛里裘斯	珍妮	美國
節約用水	將二氧化碳變成鑽石	太平洋	尋找潔淨的水源
機械蜜蜂	直接空氣捕獲技術	防止人為毀林 / 去森林化	收集漂浮塑膠的浮動裝置
冰島	中國	尼日利亞	環保袋



卡片 9			
珍妮	正向發展	馬來西亞	將二氧化碳變成鑽石
太平洋	尋找潔淨的水源	收集漂浮塑膠的浮動裝置	尼日利亞
監察水質	防止人為毀林 / 去森林化	機械蜜蜂	冰島
可重複使用的飲管	日本	節約用水	環保袋

## 鳴謝

今年的世界靜思日活動資源套有賴於世界靜思日創作團隊的投入及創意：  
 Verena Kunberger (德國)  
 Juliana Barclay (加拿大)  
 Anjali Saigal (馬來西亞)  
 Huey Lee (馬來西亞)  
 Cecilia Villanueva (墨西哥)  
 Annabelle Nemorin (毛里裘斯)  
 Katherine Hann (美國)

特別鳴謝百善樓的義工幫忙設計活動：  
 Katie Saxby (英國)、Anna Scott (英國)、  
 Anna Finster (澳洲)、Phoebe Miles (新西蘭)、Liz Tranter (英國)

以及其他義工和職員的回饋、編輯和貢獻

Alyssa Meredith (美國)  
 Mel Reoch (澳洲)  
 Elsa Cardona (英國)  
 Sue Clough (英國)  
 世界女童軍協會語言團隊

策展  
 Verena Kunberger (德國)  
 Josephine Oates (英國)

翻譯  
 Inès Hinojo-Moulin  
 Daniela Palou  
 Suzi Beltagy

平面設計  
 Studio Ping Pong

世界女童軍協會  
 World Bureau,  
 12c Lyndhurst Road,  
 London, NW3 5PQ  
 United Kingdom

電話：+44 (0)20 7794 1181  
 電郵：[wtd@wagggg.org](mailto:wtd@wagggg.org)  
 網頁：[www.wagggg.org](http://www.wagggg.org)  
[www.worldthinkingday.org](http://www.worldthinkingday.org)

香港中文版本  
 翻譯、編輯及統籌：社區關注及世協倡導計劃小組  
 2024年1月  
 香港女童軍總會  
 九龍加士居道8號  
 電話：+852 2332 5523  
 傳真：+852 2782 6466  
 電郵：[hkgga@hkgga.org.hk](mailto:hkgga@hkgga.org.hk)  
 網頁：<http://www.hkgga.org.hk>

## 社交媒體

在Instagram、Facebook和Twitter上關注@WAGGGSWorld，緊貼世協最新動態和機會。

有關世協地區的最新動態和機會，請關注：  
 @AfricaRegionWAGGGS  
 @wagggswwho  
 @ArabRegionWAGGGS  
 @AsiaPacificRegionWAGGGS  
 @EuropeRegionWAGGGS



