



Y's Men International  
Y Service Clubs International

# YMI WORLD

行其義毋計其利，享其權須致其功

只私下發行給社友



- 向前國際會長 Lasse Bergstedt 致敬 • YMI 搬進自己的新 IHQ 辦公室 • 國際理事會會議在 Nairobi 舉行
- 永續發展目標 (SDG)：透過和平與繁榮實現治癒世界 • 祝賀變革的優勝者：社區服務獎 2022-23
- 向前國際會長 Lasse Bergstedt – 個人致敬 • 節食基金專案 (TOF Project) - Thika 基督教青年會社區會堂啓用
- 聯青歷史的探討 • 經驗：我的全球外展實習 (iGo) 故事 • 透視：Tikkun Olam / 治癒世界 • 事實查核：小心詐欺
- 創造有效的公關 • 關於社區服務的隨想 • 各地訊息：俄羅斯、韓國、亞太/非洲
- 勵志：阻礙你實現夢想的五種想法

親愛的讀者：

本活動年的第一季見證了兩個非常重要的事件：7月最後一周在肯亞Nairobi舉行的國際議員會議，以及



及9月下旬在日內瓦搬到新的國際總會辦公室。兩者都在許多方面具有里程碑意義，尤其是後者，是運動歷史上的里程碑。

為什麼是里程碑？這主要是因為，50年來第一次，國際聯青社有了自己的地方。歷史表明，我們國際總會從美國轉移到日內瓦，成為真正的國際化，至少在邏輯上，它位於東西方之間。任命來自瑞典的Ingvar Wallin 為副秘書長就有幫忙到了。Ingvar Wallin出席日內瓦新辦公室的開幕式是再合適不過的了。

本期載有新辦公室的一些細節，主要是圖片，儘管您可以在聯青世界的一些早期刊物和國際秘書長在10月號的國際會長訊息中的文章中找到很多歷史資料。

我們仍然感謝我們的國際史料Debbie Redmond，她總是願意將這些點聯繫起來，例如她在本期中發表的意見。但我們必須回顧過去六年左右領導人的貢獻。讓我們記錄前國際會長 Moon Sang-bong 在2018年採取的舉措，當時他決定國際聯青值得隆重慶祝其百年誕辰，並為幾個百年紀念專案奠定了基礎，包括購買這個新的辦公空間。

令人遺憾的是，在過去一年左右的時間裡，我們失去了五位前任國際會長。在本期中，我們向前國際會長 Lasse Bergstedt 致敬，並通過前國際會長 Henry Grindheim致詞。本期是一本多元的散文和觀

封面：國際會長Ulrik Lauridsen於 2023年9月27日，剪綵進入日內瓦新的國際總會辦公室。由國際副會長沈淇銘、前國際會長Jacob Kristensen、國際副財務長Erik Breum、基督教青年會國際秘書長Carlos Sanvee、國際秘書長Jose Varghes等人觀禮。更多圖片見第4頁。

Y's Men International  
**YMI WORLD**

國際聯青官方出版物  
總部位於：121 Rue de Lausanne, CH-1202 Geneva, Switzerland  
Tel: +41 22 809 1530 :: www.ysmen.org

Edited and published by Koshy Mathew for Y's Men International  
Reprinted at the National Printing Press, Bangalore, India  
and distributed by Babu Oommen.  
Production Supervisor: George Thomas.

點集，其中包括iGo青年短期實習生Oskars Muceniaks的經驗分享，兩件借來的作品，一篇來自全國性日報談論《治癒世界》，而不是“修復世界”，另一個來自Bendigo社刊關於詐騙和騙子的公告。我們認為，這兩者都與我們運動和我們周圍社會的現狀有關。然後我們有我們的國際議員Sandra Hamilton，一位轉型治療師，挑戰我們今天實現夢想。

而且，像往常一樣，我們從我們的洲域傳播新聞，雖然比平時少。我們懇請各洲域和區域的領導人向我們發送有關事件的新聞和說明，特別是為當地社區的利益而開展的活動。

我們希望您喜歡閱讀本期。  
聯青地

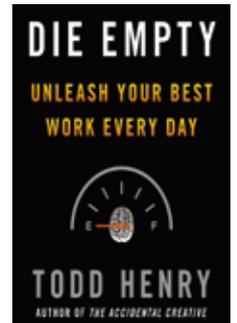
Koshy Mathew

### 我書架上的書

死無牽掛Die Empty：每天做好最佳工作

作者：Todd Henry

我們大多數人都活在一個倔強的想法中，我們總是有明天來做我們最重要和最有價值的工作。我們用瘋狂的活動填滿了我們的日子，從一個任務跳到另一個任務，爭先恐後地趕上最後期限並追逐下一次晉陞。但每天結束時，我們經常會問自己：“我今天所做的工作真的重要嗎？”我們感到時鐘在滴答作響，但我們被困在第一檔，不確定前進的道路，也沒有路線圖來指導我們。



這是一個殘酷的事實：我們無數的明天遲早會用完，所以我們選擇如何度過今天很重要。我們每一天推遲困難的任務，屈服於扼殺創造力、紀律和創新，都會給世界、我們的組織和我們自己帶來淨赤字。Die Empty是一個工具，適合那些不願意將最重要的工作推遲到另一天的人。Todd Henry解釋了使我們停滯不前的力量，並介紹了一個將始終如一的做法灌輸到您的生活中的過程，這將使您走上真實而穩定的道路。

這不是關於為一個專案而奴隸般工作或任性地生活——而是關於接受時間是有限的理念，並為世界做出只有你能做出的獨特貢獻。Henry展示了如何培養你保持熱情所需的心態和方法，突破心理障礙，每天做好最佳工作。死無牽掛一定會為你每天的工作方式帶來新的清晰度和緊迫感，它將幫助您死無牽掛設定並實現目標。

“不要帶著你最好的工作去你的墳墓。選擇死無牽掛。”  
(獨立評論)

## 致敬



前國際會長Lasse Bergstedt  
第82屆國際會長-2007/08  
1945年4月27日-2023年7月24日（78歲）

國際聯青哀悼前國際會長 Lasse Bergstedt逝世，他於 2023年7月24日星期一去世。享年78歲。

葬禮於2023年8月1日星期二在丹麥Gunderup市的Gunderup教堂舉行。

Lasse於1981年加入聯青運動，成為 Østhimmerlands 聯青社的創始成員。他曾擔任社的創社社長，這是由拋硬幣決定的，當時他的好朋友，前國際會長Jacob Kristensen也被考慮擔任該職位。

他是一個堅定的社友，多年來幾乎沒有一份工作是他沒做過的。他在各個方面都踐行了聯青社的會訓，從不迴避任何承擔新責任的呼喚，這段時間他做過多次工作。在眾多職位中他做過總監（1984-85）、區域會長（1990-91）、洲域長（1995-96）、國際議員（1994-97）和2007-08國際會長。

Lasse最大的激情和成就之一是創立新社和招募會員。他與他的好朋友、也是國際會長Poul V.Thomsen一起被委託進行一個新專案，以研究將聯青運動帶回東歐的機會。他們開始在這些國家建

立新的社，通常是與基督教青年會合作。他們的遺澤可以在今天活躍在阿爾巴尼亞，保加利亞，匈牙利，科索沃，摩爾多瓦，波蘭，羅馬尼亞和斯洛伐克的眾多聯青社中看到。

2006年，Lasse就任國際會長前不久，他經歷了一場深刻的悲劇，他心愛的妻子Birgit去世了。儘管有巨大的個人損失，但Lasse體現了韌性和勇氣。他以堅定的領導願景擔任新角色，以體力和堅定不移的承諾領導組織，這證明他大無畏的性格。儘管意見堅定，但Lasse有安靜和冷靜的個性，謙虛而直率。他願意參加培訓區域和國際未來領導人。Lasse因其對運動的傑出領導和對人類的服務而於2021年獲得國際會長獎。

Lasse留下了2個孩子，他的兒媳和5個孫子女。



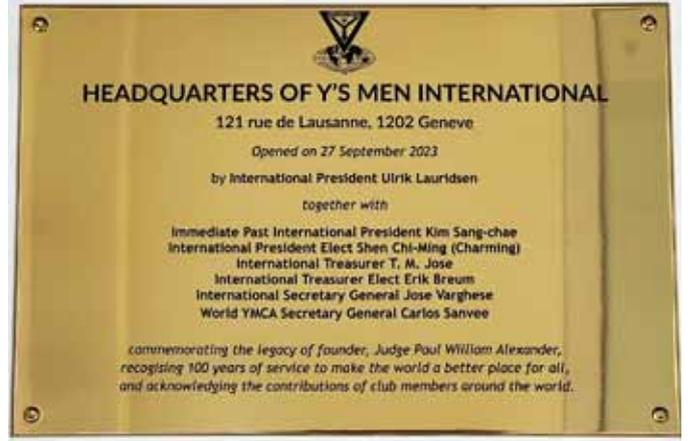
安息吧，PIP Lasse Bergstedt。

Lasse是丹麥聯青運動的基石之一，我們為他在重建東歐聯青社的角色感到自豪。他與Poul Thomsen的積極努力值得稱讚。

“我代表官員們和整個運動，向遺族表示衷心的哀悼。”

Ulrik Lauridsen國際會長

## 國際聯青社總會搬進自己的新國際總部辦公室



國際聯青社總會新的國際總部辦事處於 2023 年 9 月 27 日在日內瓦由國際聯青社總會國際會長 Ulrik Lauridsen 在世界基督教青年會協會秘書長 Carlos Sanvee、國際秘書長 Jose Varghese、下屆國際財務長 Erik Breum、下屆國際會長沈淇銘、聯青基金管理委員會主席 Knud、國際財務長 T M Jose、前任國際會長 Jacob Kristensen, 前任國際秘書長 Ingvar Wallin、國際總部工作人員以及前工作人員和佳賓們的見證下揭幕。

## 國際理事會會議在Nairobi舉行

第53屆國際理事會於7月22日至25日以實體與視訊混合模式舉行，12名國際議員和3名國際執行長、國際秘書長和多位受邀嘉賓親自出席。那些無法前往Nairobi的人也有機會使用Zoom起加入會議。未在Nairobi出席的三個國際議員實際上也參加了會議，

因此整個聯青立法代表們都出席了會議。

YMCA非洲聯盟秘書長Lantonirina Rakotomalala 代替WAL Ronald Yam出席。

詳情請參閱國際會長 IP News 8月號和國際總部出版的國際議員正式會議記錄。



會議進行中



小組討論

## 永續發展目標 (SDG)： 透過和平與繁榮實現治癒世界



Ulrik Lauridsen  
國際會長  
國際聯青總會

聯合國所有會員國於 2015 年通過的《2030 年永續發展議程》為人類和地球現在和未來的和平與繁榮提供了共同藍圖。其核心是 17 項永續發展目標 (SDG)，迫切呼籲所有國家（無論是已開發國家還是發展中國家）在全球夥伴關係中採取行動。他們認識到，消除貧困和其他剝奪必須與改善健康和教育、減少不平等和刺激經濟成長的策略齊頭並進，同時應對氣候變遷及並努力保護我們的海洋和森林。

（資料來源：17 個目標）

我們可以得出結論，國際聯青總會正在努力實現許多全球目標，特別是透過「治癒世界」和「節食運動」倡議以及我們透過「擊退瘧疾」(RBM) 計畫對瘧疾預防措施的長期支持。我還希望您考慮一下目標 13「氣候行動」——「採取緊急行動應對氣候變遷及其影響。」

採取緊急行動應對氣候變遷及其影響。Y's Men International 致力於成爲一個對環境負責的組織，並承擔減少環境「Footprint 足跡」的責任。這是參與國際聯青社活動，與權利相伴的義務。國際聯青社投資一些專案來抵消領導人旅行造成的二氧化碳排放。聯青社和基督教青年會可以爲減少或消除溫室氣體排放的計畫申請資金。

該網站提供了有關申請資金以及如何透過捐款支持我們工作的更多資訊。除了我們拯救環境的工作外，「Week4Waste」計畫在許多地方都取得了巨大成功，許多聯青社仍在跟進，在街道、海灘、公園和沿河流岸收集垃圾。

我們積極參與 W4W 確實可以發揮作用，符合七月的強調事工，這是發展國際聯青社公共關係的絕佳機會。穿著你的背心出去，激勵你的朋友、鄰居和其他國際聯青社來採取行動！

另一個有助於環境修復的項目是植樹。如果您所在地區有一個地方閒置，那麼請詢問當地政府領導人是否可以捐贈一些樹木。在丹麥區域，20 年前有兩個聯青社植樹，如今已成爲一處森林，人們在那裡遛狗、跑步或只是在大自然中散步。一個巨大的標誌告訴遊客，這片森林是由國際聯青社種植的。在科索沃，來自丹麥的聯青社友在 YMCA 和國際聯青社總會的一個專案種植一棵樹。

像這樣的計畫結合了拯救和友誼，不僅培養大自然，而且培養聯青社生活，這是我們的力量和決定性的性格。強大的聯青社可以保留和增加會員並享受團契。我很高興收到所有從事這些環保活動的聯青社的來信。

本著耶穌基督的精神，我們個人有責任照顧我們的鄰舍。讓我們在社區、聯青社和家庭中尋找拯救治癒的機會，並成爲支持我們周圍的人的燈塔。

## 祝賀變革的優勝者： 社區服務獎 2022-23

每個社的重點都在服務精神。每年，許多我們社區服務獎的申請都經過審查，而我們遍佈全球的社友的承諾、活力和激情感人至深。以非常的榮幸和感激來宣佈今年的獲獎者。

### 由單一社執行的社區服務獎



菲律賓RAHA聯青社因其鼓舞人心10年的努力，讓許多人的臉上露出了燦爛的笑容而獲得單一社執行這一類別的榮譽。

他們對牙齒健康衛生的承諾照亮了超過100名住在馬尼拉的弱勢居民的生活。每年兩次的牙科營地，與由敬業的牙醫和有抱負的牙科學生組成的日本非政府組織

合作，他們在口腔護理取得重大進展。他們堅定不移的奉獻精神提醒著我們堅持不懈的努力可以帶來長期變革。

### 由多社合作執行的社區服務獎

在由多社合作執行的類別中，肯亞地區因其值得稱讚的Kavisi小學專案而獲獎。它是由 Kitui 聯青社以及在肯亞的其他四個熱心的社支援共同執行，這一舉措已經證明團結確實會導致不朽的成就。

提供教科書、課桌，確保學費得到支付，引進富有營養的學校午餐計劃，並推動識字和學生輔導的運動，這努力觸動了在Kitui縣超過80個年輕的靈魂。這個專案有如希望和決心的燈塔發光發亮，展示集體努力的力量。



### 國際會長特別表彰 社區服務青年倡議

在一個令人振奮的展示年輕世代的熱情，中西印度區域(Mid West India Region)已獲得國際會長特別表彰獎。他們設立12個特別圖書館的非凡倡議，慷慨捐贈12,000本書籍，觸動區域內大約5,000名渴望求知的學生的生命，確實值得稱讚。



該專案的火炬手，是充滿活力的印度聯青青少年和國際聯青社社友的子聯，說明當談到有所作為時年齡只是一個數字而已。

向所有獲獎者致上最熱枕的祝賀！

你們的努力證實，憑藉奉獻精神、團結和宗旨，希望之橋和轉型確實是可以建立的。

致全球所有的社和社友，讓這些故事激勵你們夢想更大，行動更大膽，全心全意服務。這是另一個有所作為的一年，一次一個社區！



## 向前國際會長Lasse Bergstedt – 個人致敬

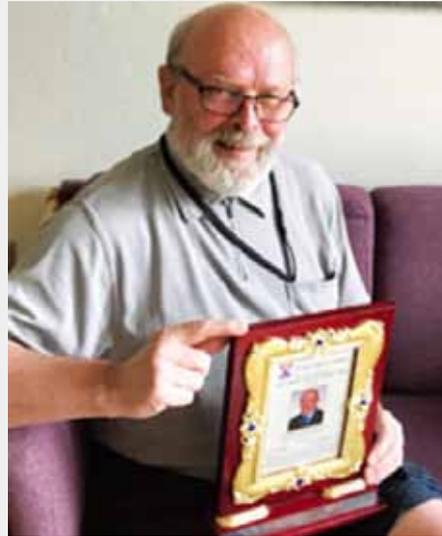
我非常悲傷地收到了消息，通知我來自丹麥的前國際會長Lasse Bergstedt (2007/08 國際會長)，在7月24日過世，享年78歲。

Lasse是Østhimmerlands聯青社創始社友之一，那是在丹麥日德蘭半島的一個社，在1981年授證成立的。

關於Lasse，我們可以說他活出聯青社的會訓：行其義毋計其利，享其權須致其功。當他被要求執行新的任務時他總是願意說“好的”，而那些有過許多的挑戰。

在我們的運動中，他擔任地區總監 (1984/85)，RLM (1988/89)，丹麥區域會長 (1990/91)，歐洲洲域洲域長 (1995/96)、國際議員 (1994-97) 和國際會長 (2007/08)。此外多年來，他還擔任了各種事工督導職務。國際會長的職務需要多次訪問和旅行世界各地，Lasse真的很享受這些旅行。

Lasse深度參與擴展，建立新社和招募新會員。與他的好朋友，來



自丹麥Kjellerup聯青社的前國際會長Poul V. Thomsen一起急切地尋找機會將聯青運動帶回前東歐國家。Lasse和Poul在幾個國家建立了一些新社。

這項工作通常是與當地基督教青年會在密切合作下一起查找成立新社的沃土來完成的。

多年來，Lasse和Poul每年兩次整備他們的汽車（春天和秋天）並開車

環遊東歐到那些新社，有時與家人一起。Lasse也很高興地參加並負起未來國內和國際階層經理培訓的責任。

Lasse不是一個多話的人。他以安靜、冷靜著稱，但在必要時，會清楚表達他的意見。Lasse在2006年蒙受巨大傷痛，當時他親愛的妻子Birgit在他接任國際會長前不久去世。

Lasse遺留下兩個子女，兒媳/女婿和五個孫子。就我個人而言，我見過他幾次，特別是在我還是區域委員會成員，後來擔任挪威區域會長的那些年。見到他並學習他眾多經驗，這些他很高興與我們分享，這總是愉悅的事。

我代表「前國際會長俱樂部」感謝他，表彰他對我們國際聯青社運動長期的服務和奉獻精神。

Henry J Grindheim (國際會長 2017/18)  
前國際會長俱樂部主席

### 運動訊息

## 節食基金專案 (TOF Project) - Thika 基督教青年會社區會堂啓用



Thika 基督教青年會社區會堂由國際會長Ulrik Lauridsen 和基督教青年會非洲協會秘書長 Lantonirina (Nirina) Rakotomalala 女士正式揭幕啓用。

7月22日，國際理事會會議代表見證了基督教青年會Thika 社區會堂的正式揭幕啓用，那是與肯亞基督教青年會合作的節食基金專案。來賓們很榮幸與已故前國際會長 Benson Wabule 的遺孀 Mary Wabule 夫人和她的孩子們一起參加。前國際會長 Wabule 在大約三年前就為這個專案奠定了基石。

儘管 COVID-19 的挑戰，會堂現在已準備好歡迎來自 Thika 社區的數百名年輕人。這一時刻也以在基督教青年會的庭院上種植了幾棵樹來紀念。

## 聯青歷史的探討

國際歷史督導 Debbie Redmond



誰是國際聯青社第一位總會受薪服務人員？

如果要爭論國際聯青社誰是最早服務人員？直至半年前我肯定此人不是 Mr. Henry Grimes. 他是第一位支薪的國際總會秘書長 / 財務長，服務國際聯青社達三十年之久（自1925至1955），但是第一位支薪總會員工是 Mrs. Irene Student。Mr. Henry及其夫人Agnes兩人皆為聯青社服務，但只有先生Henry有領薪水，Agnes為聯青社每週工作超過40小時的義工。

Irene小姐是名叫Oswin的德國移民至美國的第二代，她與名叫 Edwin Studencki 的奧地利人結婚，婚



Irene Student 與其他人員站在25 Quincy Street，前排右邊第二位是她。Mr./ Mrs. Grimes 站在後排。

後她更改名字為更具美國味的（Student），她1909至出生，死於1980年，Irene很難得完成高級中學學業，且讀過一年的大學課程，她是受過良好訓練的速記員兼打字小姐，她的先生及父親服務於當地一家毛紡織廠，恰巧 Mr. Henry Grimes 也在此工廠擔任化學工程師。隨著國際聯青社逐漸成長，需要有位專業負責通信 / 收集會費 / 銷售供應品 / 為各地

區 / 社製作報表，提供國際總會消息，頒發當選證書等……工作的會務人員。



在美國麻州 (Massachusetts) 25 Quincy Street. 的國際總會辦公室。

Henry 自擔任國際總會秘書長 / 財務長後，要參加國際大會，多數的區域大會，一些地區大會及地方的授證典禮，也參加美加、地方的、州的以及國際的 YMCA 會議。為協助總會秘書長，於1930年雇用已結婚仍年輕的Irene來擔任總會員工，她同時也要照顧家庭 / 父母。她總共服務國際總會達33年之久，Henry死後，她太太Agnes及秘書 Irene Student 繼續維持總會辦公室的運作，直到辦公室的架構和所在地定案以及新的國際秘書長被聘任。

在此期間，她們每週工作四天，每天約4-6小時，有時她在家中工作也要協助處理總會文書事務，1963年 Agnes Grimes 正式被任命為國際總會助理財務長（因1960年起即將財務長 / 秘書長分開）。她仍繼續負責會刊的出版及財務的工作，Irene則負責總會的正常運作。

當國際總會辦公室在Chicago（芝加哥）郊外成立後，Irene 小姐負責辦公室的打包 / 搬遷的工作，並訓練新進員工及督導總會的正常運作，她比任何人清楚國際聯青社的運作情況，但她對聯青社的貢獻，鮮為人知。服務國際聯青社達33年之久，是了不起的貢獻。

## 我的全球外展實習（iGo）故事

我是來自拉脫維亞的奧斯卡斯·穆切涅克斯(Oskars.Mucenieks)。我最近三個月怎麼過？從1月16日到4月15日，我做了什麼？這些問題非常有趣，我想分享我的經驗。



我可以說，我在去年年底做出了一個改變人生的決定。我決定接受拉脫維亞聯青社朋友的推薦，在愛沙尼亞的Raeküla Vanakooli Keskus（Raeküla Old School Center）實習。

起初我不知道會發生什麼，因為這是我第一次在拉脫維亞以外的地方生活這麼長時間。但我做好了準備並想這樣做，因為我知道它會為我帶來我在拉脫維亞前所未有的機會。

1月16日，我在學校中心的冒險開始了。我非常清楚，我的日常生活會很有趣，也很有價值，因為社區中心在積極運作。我們一致決定，在我的實習期間我會與年輕人有創造力地工作並幫助實施Raeküla Vanakooli Keskus的理念。

### 我收穫了什麼？我成就了什麼？

我認為這些問題很重要，我可以與合作夥伴一起總結實習的結

果。我以前對國際聯青社全球外展實習(iGo)計劃以及它能為年輕人做些什麼一無所知。回顧我的三個月，並意識到這個計劃為我提供了什麼，我有很多話要說。我當然無法敘述所有的情感和實際我所收穫的東西，但我會試著告訴你一些特別的要點，這些要點會絕對是我記憶的一部分。

### 文化

愛沙尼亞和拉脫維亞一樣，是一個波羅的海國家，這可能會給你留下我們的文化相似的印象。是的但不全是！我們的傳統和我們慶祝不同事件的方式是相似的，但傳統的象徵和慶祝時刻是不



同的。你有無法形容的情緒，你只需要體驗它們。我參加了不同的文化活動，享受了愛沙尼亞文化和人們的情感，我瞭解了微小的文化差異。最大的區別肯定是語言。

確實是一門難懂的語言！但因為我想用愛沙尼亞語與年輕人交流，所以我學習了這種語言的基礎知識。語言幫助人們更好地了解該國的文化。

### 知識

2018年的某個時候，在拉脫維

亞實習期間，我決定全身心地投入到志願者工作這讓我瞭解到拉脫維亞的志工與愛沙尼亞的志工不同之處。我認識了在青年工作領域相互支援的不同組織和機構。

組織、合作夥伴、人員和朋友之間的合作是重要的。我開始瞭解組織和管理社區中心，因為在拉脫維亞，我每天與年輕人和其他特定群體一起工作，但它是在不同的氛圍中。就個人而言，我喜歡愛沙尼亞的運作方式，因為人們會遇到同樣的人和年輕人。每天如此，人們就會更多地了解他們並開始理解他們的意見、興趣和願望。在此基礎上，有可能開發出新穎有趣，非制式的教育方法。

### 技能

我有一個很好的機會來實施不同的創造性活動並應用非制式教育方法，這是在與年輕人一起工作時已經學到的。我讓年輕人有機會了解這些方法，通過這些方法，年輕人能夠更多地瞭解彼此，並在團隊中更好地工作。在活動的策劃和組織階段，我瞭解了每年開展的傳統活動。通過組織這些活動，在Raeküla Vanakooli Keskus我發現了更多內在的創造力。



## Tikkun Olam / “治癒世界”

Tikkun Olam—希伯來語意為“治癒世界”—無處不在。許多猶太人認為這是他們猶太身份的基石，也是他們致力於讓世界變得更美好的關鍵原因。在國際聯青社，我們也承認世界是破碎的，因此人類必須通過致力於社會正義，政治行動主義或最廣泛意義上的道德行為來治癒它。

在猶太教義中，希伯來語Tikkun Olam指的是任何改善世界狀況以使其和諧的活動。Tikkun 大致翻譯為“治癒”，而 Olam 則意味著“世界”。

治癒世界不一定是一項艱巨的任務，例如成立一個非營利組織來幫助減輕貧困。它可以是一個簡單在公園裡撿垃圾的行動，關掉不使用的電器，教導兒童避免浪費，強調回收利用的價值，或任何善舉，比如醫治一隻生病的流浪狗，等等。

Tikkun Olam 最初是一個拉比概念，修改古法來改善生活條件。自 1950 年代以來，它被重新解釋為居住在地球上的人們有責任維護世界的健康平衡。因此，“治癒世界”已成為各種社會行動和社會正義活動的代名詞。

我們在這個地球上的成就完全取決於自然資源，如太陽、土壤和水。上帝擁有地球的概念提醒

這篇文章最早於2023年7月刊登在印度班加羅爾的《Deccan Herald (DH)》經許可在此轉載



YMI Heal the World

我們，我們都依賴於不是我們自己造作的禮物。Tikkun Olam 暗示我們有義務關愛地球。我們應該將它視作上帝借給我們的珍貴禮物一樣愛護它。

我們的祖先從未想過人類有能力用核武器和氣候變化污染從根本上改變地球的面貌。因此，讓

世界適合子孫後代居住已成為 Tikkun Olam 的真正關注點。

然而，Tikkun Olam 不只適合政治活動家和環保主義者～每個人都有責任治癒任何損壞並加以改進。

但與拉維·瓦爾瑪(Tavi Varna)或梵谷(Van Gogh)不同的是，我們的創造者的名字並沒有被明確透露。但對於每一個“Tikkun”，當一種意義從混亂中創造出來，或從喧囂中創造出一種和諧時，創造者不再是隱藏的，而是在壯麗的美麗中閃耀出來，一首眾所皆知的交響曲在對造物主的讚美中誕生。

以色列先知以賽亞說：「他創造世界不是為了荒涼塑造大地，是要被人居住的」。

Jayanthi Chandrasekaran

### P9接續到第10頁

此外，通過參加這些活動，我獲得了新的創作技能。我可以肯定地說，我學習到數位技能～透過程式應用來創建不同的視覺材料和想法。



### 團隊合作

我最喜歡的受益！團隊合作和新技能可以通過每天與有創意的團隊和同事Piia、Marina、Liina和Ave一起工作獲得，這一直是我喜歡的好處。

改善我的認知跟技能，關於成功的團隊合作及其實現目標的重要性。我們每天所做的工作就是我們的生活方式，也許這就是我們團隊合作如此成功的原因。在Raeküla Vanakooli Keskus的所有同

事都像家人一樣！

### 結論和建議

在選擇國際聯青社全球外展實習(iGo)課程時，青少年必須意識到，在這三個月內，他們需要自己支付生活費用。我個人的建議是，在未來實施全球外展實習(iGo)計劃時，國際聯青社應該考慮這個小但重要的改進，以鼓勵年輕人的參與。知道這是國際聯青社的一項新計劃，因此有必要大力推廣它以獲得更廣的能見度。



# “小心詐欺”

澳洲. Peter Searle



不到一個星期前，報導有人受騙而遭受財產損失，什麼是“scam”（詐欺）指不合法的商業行為，可

造成受害者極大的傷害。

較佳的定義是不良份子用“話術”欺騙要你（妳）提供個人或財務資訊，以便行騙。

詐欺行為大部份發生在網路或電話上，澳洲某機構報導，2022年澳洲人受騙總金額達三十一億澳幣。較2021年增加80%，尚有许多人受害者未報案，因此實際受騙金額應超過此數目（31億澳幣），大多數為投資詐騙。超過65歲老年人是最易受騙，損失較大。例如有位叫Doris的75歲老婦人看到星加坡銀行（DBS）的廣告，提供優惠回饋，她決定將畢生積蓄二十六萬澳幣投資下去，六星期後她要提款時，才發現受騙，歹徒假裝是銀行服務人員，誘騙她轉帳。

註：此文章來自2023年9月澳洲Bendigo 聯青社會刊。

有某不良組織稱作“祖父母行騙”，此組織專門假裝是後生晚輩“阿公阿嬤你知道我是誰嗎？”當老人家尚未確認來電者為何人時，詐騙者假裝是其後生晚輩的身份/聲音，要求匯款解決財務上燃眉之急。（如汽車修理費



，租金到期未付等……）詐騙者要求此事不要告訴其父母，否則會被嚴厲處罰。這些詐騙手法有許多前例可循。因此要先確認詐騙者的真假身份。

澳洲反詐騙中心提供下列好方法，以防詐騙的發生。

## 誑稱

- 1.高獲利的投資
- 2.時間緊迫，不要猶疑，錯失良機？
- 3.歹徒利用你善良的本性，告訴你令人辛酸不幸的故事來騙取同情，而給予金錢上的協助。

如無法確認對方所說的故事是真是假？金錢上的贊助金額不能

超出你的能力範圍。

4.電子信箱相關連結或附件，不要貿然“點”下去連結，因這些可能是假網址要騙取你的個資及金錢。要提高警覺性查核資料提供者為何人？瞭解自己的作為。自己要去查證瀏覽網址或有關程式。歹徒總要你短時間內匆促做決定，讓你沒有足夠時間去思考，且誇大其不良後果。

如騙徒要求你以一般或預設偽卡及虛擬貨幣支付，這應是騙局。如錢轉帳出去，再也拿不回来了。或對方要求你開立新帳戶來付款，就要小心了。很有可能是詐騙或洗錢。通常正常銀行不會要求你開新帳戶。如電子信箱收到寄件者說“新欠款帳單如附件”這也是業餘詐騙者的手段，不要相信。可笑他手段不夠高明。

如何將詐騙者逮捕判刑，是另外的議題。

## 創造有效的公關

作者：George M. Ambat 國際服務總監-公共關係



PR 的角色是達成國際聯青社明確的目標，並發展組織和受益人之間的溝通渠道，以及贏得大眾的認可組織的使命。我們從而傳播我們的訊息並形成正面宣傳。

一個成功的公關的五個品質是一誠實、建立關係、傳授知識、清晰度、相關性和創造力。RACE是制定策略時，應遵循的有效流程，公關計畫打造強大、互利的關係與公眾的關係。

RACE過程包括四個階段：

- 研究
- 行動計劃
- 溝通
- 建立關係後的評估

這些都要根據區位來制定偏好 / 選擇。我們可以在一些領域加速PR如下：

1. 精心設計的車貼有國際聯青社標誌。
2. 表揚公務員、國防人員、資深教師、醫療保健專業人員等，認可他們對社會的寶貴服務和國家。
3. 在公共場所設置標牌國際聯青社服務社會。
4. 以提供家庭用品、電氣和電子設備、學習輔具、建立圖書館等等來支持孤兒院、安養院、安寧療護中心和托兒所。
5. 透過印刷形式發佈公告和新聞通訊和電子媒體。
6. 慶祝像反菸日、婦女節、兒童節、聖誕節以及與聯青家庭成員和包括社會上傑出領導人的公眾有關的當地節日等特別日子。

## 關於社區服務的隨想

社區服務是指志工的工作，它通常是由一個特定的社區內部的一個小組籌辦。雖然社區服務是公共行政的一部分，人們不需要公共行政的學位來籌辦社區服務倡議。參與者可以來自所有部門，例如公司的員工，軍人、醫事人員、教會志工或學生。

雖然社區服務和志工服務有時可以互換使用，它們的不同之處在於前者也可以指強制勞動。

例如，法院法官可以命令罪犯做幾個小時的社區服務作為他或她犯下的罪行的懲罰。通常，懲罰或社區服務的類型與犯下的罪行有關並最終將使社區受益。

人們參與社區服務的原因可能有很多。對於某些人來說，它可以成為他們公司企業社會責任的一部分，而對其他人而言，它可以與那對他們來說很重



要的因由有關，例如動物福利、環境或在他們附近的老年人。

另一方面，為學生提供的社區服務專案，通常是學校專案或要求的一部分。對於主修公共政策的學生們，他們讓我們得以瞥見社區溝通對話和協作的力量。社區服務活動

也可以因為一個當地的活動或打擊到某一個特定區域的自然災害而籌辦。

沒有一種方法可以描述一個好的社區服務，因為社區服務活動有很多種。全國性志工活動第一名[在美國]是食物收集和分配佔24.2%其次是募款，佔23.9%，從事一般勞動或提供交通服務佔18.8%，以及輔導或教學佔17.9%（“慈善施予的終極清單” The Ultimate List Of Charitable Giving, “2018 年版”）。

來源：NonProfitsSource.com

## 帶給烏克蘭人溫暖



許多烏克蘭難民在夏季抵達聖彼得堡。他們說這裡的人們很友善熱情，但天氣並非如此。這就是為什麼聖彼得堡聯青社開始為他們收集保暖的衣服、亞麻布和其他必需品。今天，第一批衣物已運抵倉庫（志工中心）我們在這項工作中的合作夥伴。

## 幫助清除碎片



韓國地區充分展現了同情心和社區精神，加緊為韓國青陽郡提供重要的洪水救災援助。

8月5~6日兩天的奮力工作吸引了約200名熱心志工的參與，他們聚集在一起為七月底遭受暴雨襲擊的居民提供支持。

## 洲際外展

我在幾天前參加了在奈羅比（肯亞首都）舉行的國際議員會議(ICM)，從那裏搭飛機一小時就到了烏干達。非常感謝 IPRD Moses H. Kyemba 來接我並帶我嘗試當地美食。

我很高興參加烏干達地區為女孩教育計畫募款晚宴。我很感謝我的母社（香港島東聯青社Y's Men's Club of Island East, Hong Kong）許多社友捐款，共1,100美元來支持這項海外慈善計畫。

我也感謝 IPRD Moses H. Kyemba 在籌款方面所做的巨大努力。預祝該計畫圓滿成功。

Joan Wong 下屆洲域長和國際議員 亞太洲域



APE/ICM Joan Wong IPRD Moses H. Kyemba



與從這次活動中受益的學童們合影

# 作為紀錄



國際議員、特邀嘉賓及工作人員

## 「垃圾」的第二次生命



來自Kirovsk (Barents District 巴倫支地區) 的聯青社收集了 450 公斤廢紙。他們將其交付給位於 Apatity 的專業工廠。在那裡，他們有機會觀看他們的“垃圾”如何獲得第二次生命，變成新的紙張。

### 充滿尊嚴的慈善

為什麼我們向有需要的人購買東西時總是需要表明我們有權力？為什麼我們對那些不需要我們慷慨的人慷慨？

我曾經在某處讀到過，一位父親曾經從窮人那裡以高價格購買商品，儘管他不需要這些東西。有時他為他們付出更多。

我很錯愕。有一天，他的兒子問他：“爸爸，你為什麼要這麼做？”他的父親回答說：“這是充滿尊嚴的慈善事業，孩子。”

我想挑戰我們每個人做得更好。我們能做到這一點。

Anonymous 匿名者

## 新倩聯國際督導



Leela Gopeekrishna 女士被任命為 2023-24 年度倩聯候任國際督導 (ID)。她將於 2024 年 7 月 1 日就任，任期兩年。她是一位教育家、作家和音樂表演藝術家。她曾擔任 印度洲域中 Travancore 區域 Kottayam 倩聯社和 Kottayam 聯青社的社長。

India Area. 印度洲域

## 阻礙你實現夢想的五種想法



你的夢想是什麼？或是如幾天前我工作室裡的一位女士告訴我的“我從不夢想”。她說這話的語氣就好像只有能力不足的人才會夢想。

但是有意識或無意識的我們都會夢想。同樣的我們都會思索是否要追求那些夢想或是暫時擱置一旁或者干脆取消它們。

我想問你“爲什麼沒有付諸行動追求你的夢想？”

爲了要達成你的夢想，你必須做出規劃將你的夢想由睡夢中啟動到全心投入。但就算你打算開始行動，有些想法還是會冒出來，像是“我如此忙碌，如何實踐我的夢想”或是“我沒有足夠的才能去完成這夢想”又或是“我不配有這個夢想”，另一個更不容易察覺的尋夢障礙是“等我完成了X之後我就會進行我的夢想”。這是不可能的事。因爲不是X這件事永遠沒有完成，就是拖延了。或是X之後又有Y然後是Z，之後又回到了第一個字母。

你曾經有過“我不夠好”的念頭嗎？

有嗎？

我想問你的是你如何衡量你夠不夠好？你以什麼人或事做爲判斷的標準？這標準實際嗎？你有什麼客觀的證據來判斷他們比你更好，或是他們做起來比你做更容易？因爲我知道你和他們的想法不一樣。

或許你會很訝異的發現你用來做爲判斷依據的也不是很確定。（順便一提，我希望你不是以社群媒體的資訊來做衡量。如果是的話，那我們就需要認真的談談。）

每個人都有夢想。我想請你將你腦中的夢想寫在紙上。盡可能詳細清楚的寫下來。

**寫的同時仔細的思索：**

1. 當你逐夢成功時，你希望有什麼樣的感覺？
2. 當你踏上尋夢之旅時，你會有什麼感覺？事實是…！將會有挫折，在路途中會有障礙。
3. 你的夢想給你的感受是什麼？
4. 你的夢想體驗起來如何？
5. 它將能讓你有什麼機會去做你現在無法做的事？
6. 你的夢想可以帶給你和其他人什麼機會？

**爲什麼還在等待？今天就開始努力活出你的夢想！**

# 探索非洲的天堂



## 世界奇觀

歡迎來到坐落於肯亞奈洛比中心普為人知的非洲天堂，沙法瑞公園酒店及俱樂部。

酒店擁有203間豪華高雅的非洲式建築客房，以及閃爍的水景花園、內陸沙灘和景觀公園。使得整座酒店成為一處寧靜宜人的綠洲。園內處處皆是茂密的當地樹木以及種類繁多令人驚嘆的鳥類與蝴蝶。

此公園酒店佔地40英畝，是奈洛比最大的會議及活動場所，也是非洲舉辦國際會議的場址。它具備了超過20間附設迎賓區與分組討論室的大型會場及設備。眾多的特色餐廳提供令人難忘的多元化美食將帶給您頂級豪華的享受。



Tel: +254 709 732 000 | 020 36 33000  
Email: sales@safariparkhotel.co.ke  
www.safaripark-hotel.com

長美社 陳翠翠 譯

