

澳門青年

MACAU YOUTH

● ANNUAL REPORT

2019



澳門中華新青年協會
Associação de Nova Juventude Chinesa de Macau
Macao New Chinese Youth Association



澳門中華新青年協會
Associação de Nova Juventude Chinesa de Macau
Macao New Chinese Youth Association

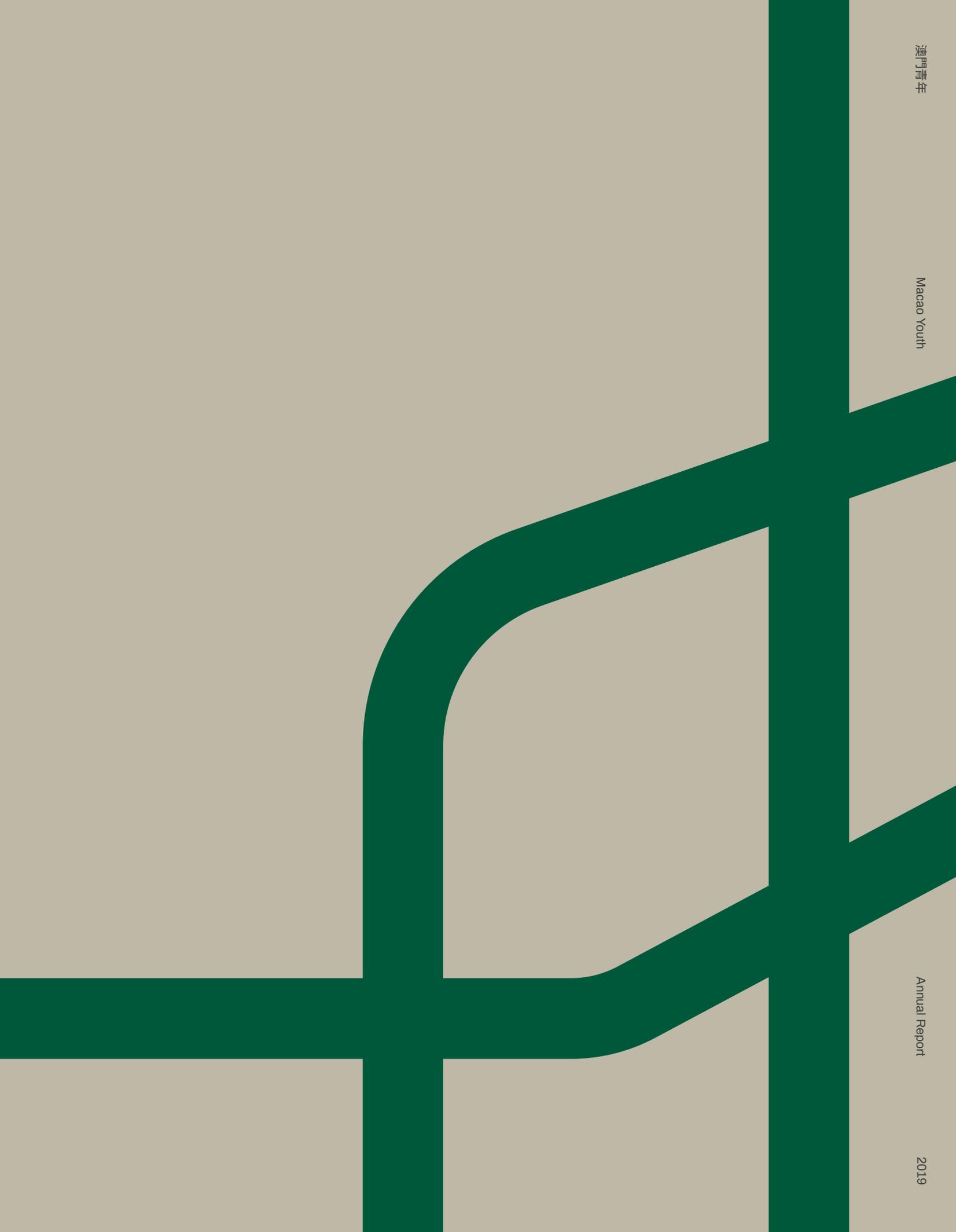
● 編者的話

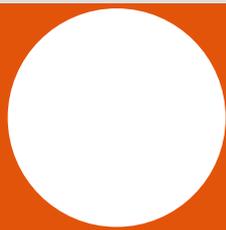
《澳門青年 2019》記錄着一群關心時政的年輕人本年度在新青協各個範疇中發光發熱的一系列故事。

適逢今年是中華人民共和國成立七十周年，又是澳門特別行政區成立二十周年的“雙慶之年”，具有里程碑的重要意義。

本年度的書刊設計亦以“繼往開來”為主題，以地鐵線路的方式作意念呈現。一方面寓意着各位青年朋友本年度在新青協中渡過的每一個站點，遇到的每一位志同道合的伙伴；另一方面亦寄望大家能帶着今年豐碩的成果以通往下一站，懷着對明年的期許以展望未來！

希望大家在翻閱《澳門青年 2019》時，除了能感受到“澳門青年”對這片土地的熱誠和珍愛以外，還可以憶起自己年青時的熱血，不負韶華！





目錄 Content

本會介紹

08

本會架構

09

會長的話

10

理事長的話

12

品牌活動及服務之回饋

14

五大範疇活動及服務之介紹

16

社會參與 18

健康促進 84

生涯規劃 32

會員事務 102

志願服務 58

新媒體報告

114

火把兄弟姊妹寄語

118

本會各範疇專頁介紹

122

協會屬下設施介紹

124

本會通訊錄

129



澳門中華新青年協會副秘書長
陳國強

社會參與範疇副理事長
陳偉斌

澳門中華新青年協會理事長
楊文遠

YOUTH



澳門中華新青年協會會長
周永豪



志願服務範疇副理事長
李苑宜



會員發展委員會主任
劉嘉禧



生涯規劃範疇副理事長
李兆祖

● 本會介紹

澳門中華新青年協會（簡稱新青協）創立於 2003 年 1 月 5 日，是一個以團結澳門廣大青年服務社會為宗旨的非牟利的青年組織，為配合澳門青年特質和發展的需求，在“專注為青年”的理念下，立“凝聚青年、服務民眾、參與社會”三大工作目標，並將成為澳門青年成長路上的陪伴者、青年成功成才的見證者為己任。

新青協透過開展全面、多元、優質的活動及服務，鼓勵青年理性思考，引導青年認識社會，代表青年表達正面訴求，營造青年發展平臺。會內活動具體可分為五大範疇，包括社會參與範疇：推動青年關注社會時政和公共事務，鼓勵青年多角度思考，培養澳門議政論政人才，表達青年的意見；生涯規劃範疇：協助青年認識自我，發掘自身優勢，規劃人生發展路向，提供青年在升學、就業、創業的一系列服務；志願服務範疇：鼓勵青年參與國際及本地志願服務，擴闊青年國際視野，協助青年增加人生經歷，培養世界公民意識；健康促進範疇：向市民普及健康知識，培訓澳門健康大使，並提供社區醫療服務以分擔社會醫療壓力；會員事務範疇：向會員提供各項服務，構建會員間的人際網絡，促進會內友好氛圍。

新青協設有總部辦公室、青年活動中心及社區醫療中心。會員人數超過 4000 人，上述五個範疇及屬下三個駐點每年合共開展約 250 項活動，活動參與及服務的總使用人數接近 6 萬人次；協會將堅持以清新、創意、求變的態度籌辦活動，透過緊貼青年脈搏的活動、培訓及服務，期望激發青年的共鳴，發揮青年的創意，釋放青年的激情，培養青年的能力，貢獻青年的價值。

● 本會架構



2019 澳門青年序言

轉眼間，2019年即將迎來尾聲，回望今年走過的足跡，2019年確是具有里程碑意義的一年：國慶70周年、澳門回歸20周年、紀念五四運動100周年，更是特區政府換屆之年。同時，新青協亦正式踏入了第9屆，又一批青年生力軍在火把的舞台上發光發亮，引領澳門青年繼續前行。

來到今天新青協已在青年服務的路上走了近17年，多年來我們馬不停蹄地舉辦了一項又一項口碑良好的活動和服務，也培養和感染了一批又一批的青年骨幹服務社會，然而當停下來、想一想，我們看到澳門的青年工作事實上還有相當多的空白處，社會對青年的預期與青年對社會的訴求依然存有不少落差，而這些落差單靠協會更勤奮地提供更多的青年服務，仍是難以覆蓋到全澳青年方方面面的想法與需要。

有見及此，新青協近年已啟動中長期規劃，大力推動青年發聲平台的發展，積極收集更多青年聲音，並把聲音送進政府的施政裏。從近年經歷的天鴿風災，以至近期香港連串的社會變化，讓我們更加堅信既定的前進方向，我們必須聚焦青年在發展時代經歷的不安和焦慮，致力為青年發聲，更要通過凝聚更廣泛青年的信賴和支持，讓青年力量更上一層樓，達致對社會和政府政策制定產生直接影響力，最終推動澳門政府向青年靠近，打造一個能讓青年安居樂業、施展抱負的澳門，一個能讓青年感到希望、幸福和朝氣的家園。

各位會員和朋友們，未來新青協定不忘服務青年的初心，毋忘肩負「專注為青年」的使命，繼續做實做強青年服務和發聲工作，衷心希望大家能更積極支持和監督我們的工作，滴水成河、聚沙成塔，讓新青協成為廣大澳門青年力量的凝聚點。謝謝大家！

澳門中華新青年協會 會長

周永豪



2019 澳門青年序言

**2019 年對於澳門以及澳門廣大的青年來說，
是非常“忙碌”的一年，也是新青協十分忙碌的一年。**

今年既是中華人民共和國成立七十周年、澳門特別行政區成立二十周年的“雙慶之年”，亦同為“五四運動”的一百周年；在這個特別的年份，新青協的“華隆青年活動中心”正式啟用，新的場地提供了更大空間，使我們能為廣大的年輕人提供更多更貼心的服務，社會在變，新青協的服務也在跟着社會進步、變革。

在接下來的一年，我們會更主動更用心傾聽青年聲音，做青年朋友的知心人。時下澳門青年人思維敏捷，觀念創新、興趣廣泛，主體意識、參與意識強，對自身的生涯發展有着強烈渴望。同樣地，對新青協的要求更高，新青協一直“專注為青年”，在未來，我們將貫徹“凝聚、服務、參與、創新”的宗旨，更用心為澳門青年人搭建發光發熱的平台，更用心傾聽青年人關於社會問題和現象的想法、對會內的工作建議等，即使聽到了尖銳甚至批評的說話，也要有則改之、無則加勉，願新青協能成為青年願意講心事、交心的“好 BUDDY”。

還記得，國家主席習近平在今年五四運動 100 周年大會上提到：“青年是國家的未來，也是世界的未來。中國夢與世界夢息息相通，中華民族應該對人類社會作出更大貢獻。新時代中國青年，要有家國情懷，也要有人類關懷，發揚中華文化崇尚的四海一家、天下為公精神，為實現中華民族偉大復興而奮鬥，為推動共建‘一帶一路’、推動構建人類命運共同體而努力。”當中明確指出我們青年人應該要為國家，為人類承擔更多。

隨著今年年初《粵港澳大灣區發展規劃綱要》出台，為澳門未來的規劃和定位指明了具體的方向，標誌着澳門的發展將步入新的時代和階段，在今年世界各地形勢都不甚明朗的環境下，我僅代表新青協誠邀各位青年朋友勇於接受新的挑戰，好好裝備自己，以天下為己任，將自身成長與澳門未來和國家發展相連結，無懼風雨和險阻，共同推動澳門的發展，為澳門，為國家，展現青年風采、奉獻青年力量！

澳門中華新青年協會理事長

楊文遠



品牌活動及服務之回饋

9月22日

零距離透視
「醫」世代
分享會 300人

8月17 - 18日

醫科生臨床
培訓課程
培訓課程 68人

3 - 11月

青春住了誰 2.0
培訓課程 150人

3月17日、6月2日、
9月29日

教師職業健康
工作坊
工作坊 64人

3 - 11月

健康促進
推廣活動
講座 5286人次

3 - 11月

MEGA FIRE
體育活動
(跑步、籃球、運動會)
100人

3 - 11月

瞬間愛地球
2019
培訓、工作坊、
服務實踐 121人

3 - 7月

澳門研賭匯
2019
培訓、比賽、
交流 32人

1 - 12月

志遊人計劃—
國際志工營推廣
外地志工交流 121人

6月12 - 21日

澳門國際志工營—
哪吒節慶
在歷史城區
講座、工作坊、交流、
澳門節慶活動 60人

8月3 - 11日

教育無疆界—
越南越愛
義教、學校維護 27人

9 - 11月

智遊覺醒—
全澳新生代
志工教育計劃
培訓、工作坊、
服務實踐 20人

5月25日

高中生保送內地
升學分享會
分享交流 1558人

6 - 8月

理想探索者 2019
課堂、參觀、交流、
工作坊、體驗活動 63人

7月27 - 28日

青年就業博覽會
2019
展覽、講座 3779人

9月22日

升大學科就業
諮詢會
展覽、講座、工作坊

10月17 - 23日

澳門大學生團結
之旅 2019
參觀、交流、體
驗活動 45人

1月5 - 6日

面試秘技—
保送生考前輔導講座
講座 826人

時間軸 Timeline

- 健康促進
- 生涯規劃
- 志願服務
- 社會參與
- 會員事務

1月27日

**第二十次會員大會
暨第九屆就職典禮**
聯誼活動 449 人

3 - 12月

**促進會員身心發展
系列活動**

康樂活動、工作坊約 1013 人次

6月23 - 30日

香港生活成長營
外訪 / 交流 29 人

7月7日

集思會
研討會 101 人

10月19 - 20日

**“始於足下”徒步
大灣區文化體驗之行**
外訪 / 交流 26 人

3 - 11月

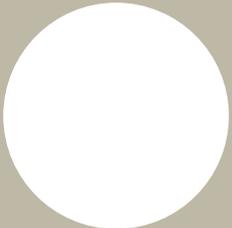
青年友計傾 2019
研討會 138 人

5月26日

**機遇論壇 2019：
新時代·新青年**
論壇 260 人

1 - 12月

時事政策關注組
工作坊、研討會 300 人



五大範疇活動及 服務之介紹



社會參與



生涯規劃



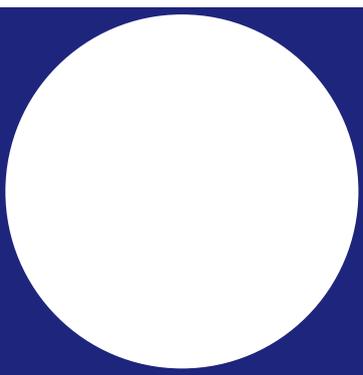
志願服務



健康促進



會員事務



社會參與 Community Participation

青年作為社會的棟樑，社會長遠的發展離不開青年的參與。我們深信透過推動青年參與社會，提供其交流的平台與成長的機會，培養出良好的素質和獨立思考的能力，提升他們的公民意識，幫助青年在社會建設中實現自我價值。2019年，我們秉承著本會的三大工作目標，舉辦各類關注社會時事的活動，培養青年對社會時事的觸角，當中包括「新青協論壇2019」、「青年友計傾」、「時事政策關注組」及針對不同議題的討論會和專題報告等，我們期望藉活動讓青年切實瞭解他們生活的社會現狀及民生議題，豐富自身的資料庫，通過對社會議題理性的討論及交流，對社會的發展表達建設性的意見，為澳門的未來發展貢獻青年的力量。

副理事長

陳偉斌



機遇論壇 2019

新時代 · 新青年

「機遇論壇」針對現時社會發展的大議題，組織專家學者、社會人士等與青年代表商討及經驗分享，以多元的形式促使青年與不同界別的代表討論社會政策，共商青年發展議題，使論壇作為青年對社會發表意見的平台，凝聚青年聲音。

- 自 2015 年、2016 年及 2017 年再次舉辦，主題定為「新時代 · 新青年」，聚焦新時代的澳門青年如何在大灣區發展潮流中抓住實現自我的契機，助力澳門融入粵港澳大灣區。
- 與本澳的高等院校合作，舉辦了兩場校園座談會，向大學生介紹粵港澳大灣區的資訊；以及進行「青年發展專題研究」，調查澳門青年對於向上流動的看法，務求貼近青年的想法及需要，為機遇論壇預熱。
- 當日論壇活動分成上下午兩部份，上午邀請到三十位青年進行分桌討論，探討如何推動青年發展，交流推動青年前往灣區發展的工作；下午則邀請了五位在大灣區的社會參與、醫療、文化藝術、科技等不同領域奮鬥的青年擔任主講嘉賓，向廣大青年分享成長經歷，鼓勵澳門青年勇於踏出舒適圈，胸懷遠大的理想，追尋突破與成長，以自身成長反饋社會。

統籌



陳智榮

《湯之《盤銘》曰：苟日新，日日新，又日新。《周易 · 大畜》曰：剛健篤實，輝光日新。甚麼是新？新是我們青年群體其中一個注腳，青年生來便是不安於現狀，不甘於平凡，渴望革舊圖新的一群，我們深知世事永恆變動，必須要拋棄以往包袱擁抱變化堅持去穢納新，與時偕行，才能擁有未來，創造一個新的時代。

2019 年是澳門歷史的一個重要里程碑，從經濟到社會上的各種調整和發展尤其是粵港澳大灣區的新機遇，都將是澳門歷史的新節點，本年主題為新時代·新青年的論壇，能得到各位會員、理事的參與和支持，令屬於澳門青年的聲音能在大灣區發展中綻放，冀望我們的聲音和意見將越來越大、日益茁壯。

秘書



陳家賢

機遇論壇旨在發掘更多青年成長的可能性，同時鼓勵青年與社會建立緊密的聯繫。冀望透過五位青年嘉賓的分享，能為迷茫的青年點亮一盞燈，鼓勵他們在實現夢想的路上努力充實自己，突破自己，成就自己，一起營造更美好的社會。



下午論壇合照



主禮嘉賓合照



主講嘉賓與青年對談



參加者向主講嘉賓提問



主講嘉賓分享成長經歷

機遇論壇 2019

「澳門青年發展專題研究」

為使本年度論壇成果更加豐富，配合論壇主題開展了「青年發展」專題研究，調查澳門青年對於了解自身在有關向上流動和前往大灣區發展等方面的觀點和看法。



以統籌身份兼任研究組成員的陳智榮在論壇中發佈了研究結果，並邀請了其他青年社團共同討論，以深化研究結果，共思如何協助青年實現向上流動。相關資料收錄在論壇成果集，增以強社會大眾對於青年議題的關注。



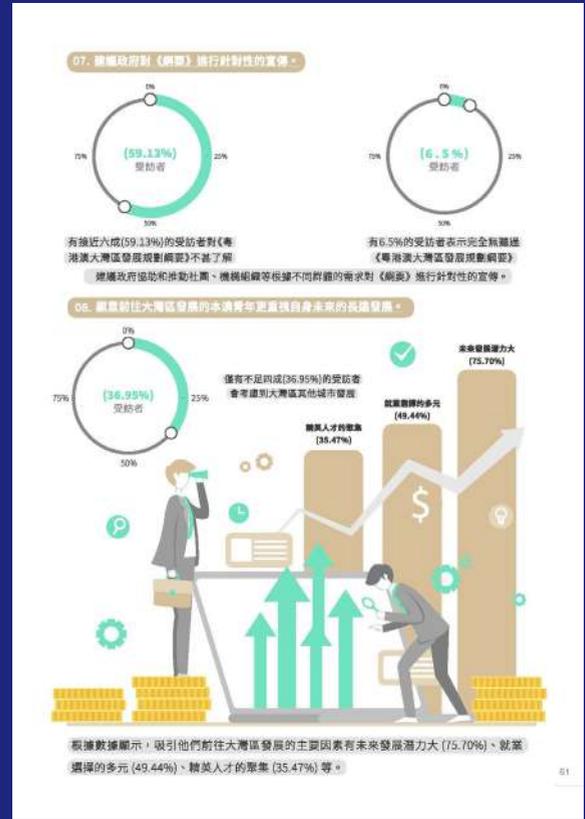
來自不同團體的青年代表分成三桌討論



桌主帶領討論



60



61



62



63

時事政策 關注組

作為社參範疇重點活動之一，本會按社會事務不同領域，如交通、教育、民生及青年事務、城市規劃、文化產業、環保等，組織澳門青年人才組成各個領域的時事政策關注組，針對不同領域的社會議題進行研究和討論，並提供不同平台的發聲渠道，推動青年參與社會活動，發表青年聲音。

- 定期舉行培訓課堂和討論會，就社會熱話發表意見。
- 在不同的媒體上發表意見，包括撰寫新聞稿、接受媒體訪問等。
- 在政策諮詢會和社會各論壇上發言、與政府部門會面及給予書面建議，貢獻青年意見。
- 針對青年常用的社交媒體將不同的社會議題製作成圖片、影片等。

活動參加者

● 吳華俊



在過去一年中，新青協組織參與了很多青年與局長對話，時政交流會及工作坊，我亦有親身參與了并認為這些活動都有助本會青年更加深入了解澳門各公職部門職能和架構，法律時事等等。望日後還能舉辦相關活動，相信對青年人了解社會以及促進政府與民間的交流有莫大裨益。

活動參加者

● 陳浩敏



通過參與新青協時事政策關注組的活動，例如工作坊，時政交流會等等，讓我可以深入了解澳門社會的時政熱點，更使我可以有機會與大家交流不同的意見，共同為澳門的未來發展出謀劃策！



劉佐春
澳門中華新青年協會副會長
但有些工作是對機械

副理事長劉佐春接受媒體採訪



新青協房屋政策關注組召集人
陳昭怡出席《澳視新聞檔案》



新青協理事古慶祥出席
《澳門論壇》擔任分享嘉賓

圖片部份素材來源自力報

澳門中華新青年協會
Associação de Nova Juventude Chinesa de Macau
Macao New Chinese Youth Association

維修保養窗戶呢啲關乎公共安全嘅大事，
梗系要成立返個業主管委會一齊合力去拆掂佢啦！

若這一刻鋁窗傾瀉下來，
或者我已不會存在~♪

陳智榮

新青協副理事長、
北區社諮會委員

跌窗非一時一區問題

冀加強監管慎重應對

副理事長陳智榮在北區社諮會上的議程前發言

時事政策關注組 諮委時政交流會

充分發揮本會諮委團隊的作用，實現在政府與青年之間充當溝通橋樑的角色，傳遞政府各範疇的工作情況，並組織會內青年成員共同以更聚焦的方式深入討論社會熱點議題，冀望藉活動匯聚青年意見，吸納社會聲音，發掘社會及青年問題，並通過諮委團隊充當媒介向社會及政府回饋青年聲音。

- 通過舉辦諮委交流會活動，一方面向會內成員匯報諮委工作，讓本會青年更加瞭解諮委的角色，以及加深對政府各範疇領域的工作重點及狀況的認識。
- 匯聚青年人才，提供平台和機會讓青年讓夠接觸更多元和多角度的意見，共同思考社會的發展狀況，收集青年的意見和聲音。
- 就每月的社會重點議題，邀請各領域範疇的諮委或具深入認識的成員擔任主持及嘉賓，帶領參加者一同深入地探討議題。



第四次諮委時政交流會現況



市諮委張嘉敏正發表意見



交諮委鄭嘉豪正主持
道路交通法諮詢討論會

時事政策關注組 社區意見收集活動

為搭建本會與澳門市民探討社會時事、交流意見的平台，發掘和整理市民關注的社會大小事務，實現「從下而上」地吸納社會大眾的意見和聲音，充當市民與政府之間有效的表達意見渠道，協助政府瞭解各方想法和制訂相關政策。

- 為更直接的收集澳門居民的聲音，邀請本會諮委團隊的成員以及本會理事到澳門各區進行面對面的對話，冀望從中聽取市民聲音。
- 有效發掘市民在現實生活中面對的種種問題，令本會青年成員在發表意見中能展現出市民生活的痛點。
- 在市民意見融入施政建言之中，供政府在制定政策時作參考之用。



中區社諮委張志雄向市民了解情況



北區社諮委劉佐春正與市民交談



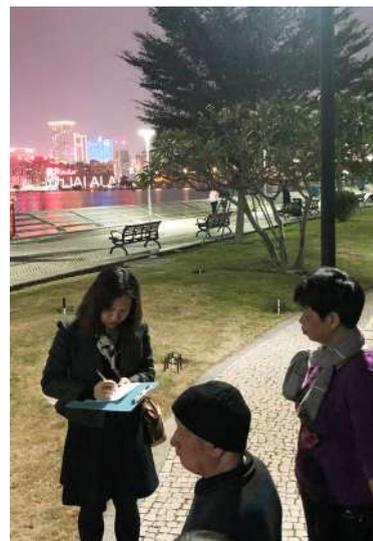
青委林嘉誠與市民交流



市諮委張嘉敏聆聽市民意見



意見整理後在各個意見平台表達



理事梁雅瑩正在記錄意見

青年友計傾 2019

作為本會社會參與範疇的品牌活動，「青年友計傾」旨在推動青年積極參與社會事務，讓社會聽取青年的聲音和意見，搭建一個青年與社會各界人士深入探討時政、交流想法的平台。

- 每次活動以時事焦點或社會熱話作為討論主題，由本會熟悉相關議題的理事擔任會議主持和筆錄，並邀請政府代表或相關領域的專業人士任分享嘉賓。
- 研討會於本澳各咖啡館以聚餐的形式舉行，希望通過營造輕鬆的氛圍，讓青年能放下顧慮、暢所欲言地討論時政。
- 公開招募約二十名澳門青年參加，共座一席，共同就時政議題進行討論和交流，分享彼此之間的觀點和想法。

參加者



隨著參加活動的次數增加，才發現自己喜歡上這個活動。主題範圍不局限於過去及現在，更放眼討論未來；討論的氛圍不拘謹但很活躍；主持及年青同輩們更理解且尊重我的大膽想法及發言。

參加者



青友們來自不同的領域，擔任社會中不同的角色，大家都真誠地分享自身經歷和看法。非常享受每次閒談，或多份共鳴，或多份閱歷。



中學生就本澳目前實施的留級制度進行討論交流



3月份活動嘉賓、交通諮詢委員會委員
辜文達介紹《道路交通安全法》修訂文本



參加者在會上暢所欲言、各抒己見



市民就目前本澳的交通問題表達意見



7月份活動主持古慶祥表示樂見與會者踴躍發表意見



活動參加者專心聆聽發言

青年友計傾 2019 Timeline



3月份活動宣傳海報



4月份活動宣傳海報

3月7日
道路交通安全法又諮詢?

4月3日
你估老師好易做?

6月25日
我要準時下班

1

2

3

4

5

6



澳門教育暨青年局青年結社培訓暨輔導處處長黃嘉祺關注教師的職業保障



6月份活動合照



9 月份活動宣傳海報



11 月份活動宣傳海報

7 月 8 日
开班之都與留級之最

9 月 26 日
職場女人唔易做

11 月 20 日
生子係愛定責任?

7

8

9

10

11

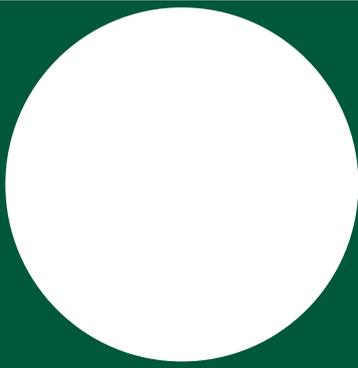
12



新青協副理事長施妮娜(左)與立法會議員黃潔貞(右)關注職場女性困境



11 月份活動合照



生涯規劃 Career and Life Planning

生涯規劃範疇重點工作是向本澳市民推廣生涯規劃理念，為更多本澳青少年及青年服務，陪伴他們成長，使其能成為自己人生中的領導者。我們亦相信青少年做好生涯規劃可以對其自身及社會帶來積極影響。本會生涯規劃範疇於 2019 年針對青少年升學及就業開展了多項活動，如入校講座、保送生考前輔導講座、理想探索者、升大學科專業諮詢會、澳門學生升學指南 - 「升學誌」以及青年就業博覽會等多元化活動，期望能更全面地向本澳市民推廣生涯規劃。我們亦有為各地區大專澳生舉行交流活動，如澳門大學生團結交流之旅 2019 及台灣澳生聯誼活動等，體現我們「凝聚青年、服務青年」的工作方針，同時深化各地學生之間的交流。

除了大型活動外我們還開展針對個人的職業或升學諮詢服務，同時亦重視同事的專業培訓，支持同事修讀全球職涯規劃師課程 (Global Career Development Facilitator，簡稱 GCDF) 以及相關的培訓課程，以加強本會生涯規劃範疇同事及理監事於生涯規劃相關知識及諮詢能力。

「活在當下、思考未來、把握機遇、勇於突破」

年青一代有夢想有目標，機會總是留給有準備的人，因此，我們在追逐夢想的過程中必須做好人生規劃，才可把握機遇。新青協一直以來為青年人提供瞭解自我、生涯規劃以及升學就業資訊等服務，致力成為青年在成長路上的陪伴者、同行者，讓青年人能在各個領域各展所長，發光發熱。

副理事長

李兆祖



「面試秘技」 — 保送生考前輔導講座

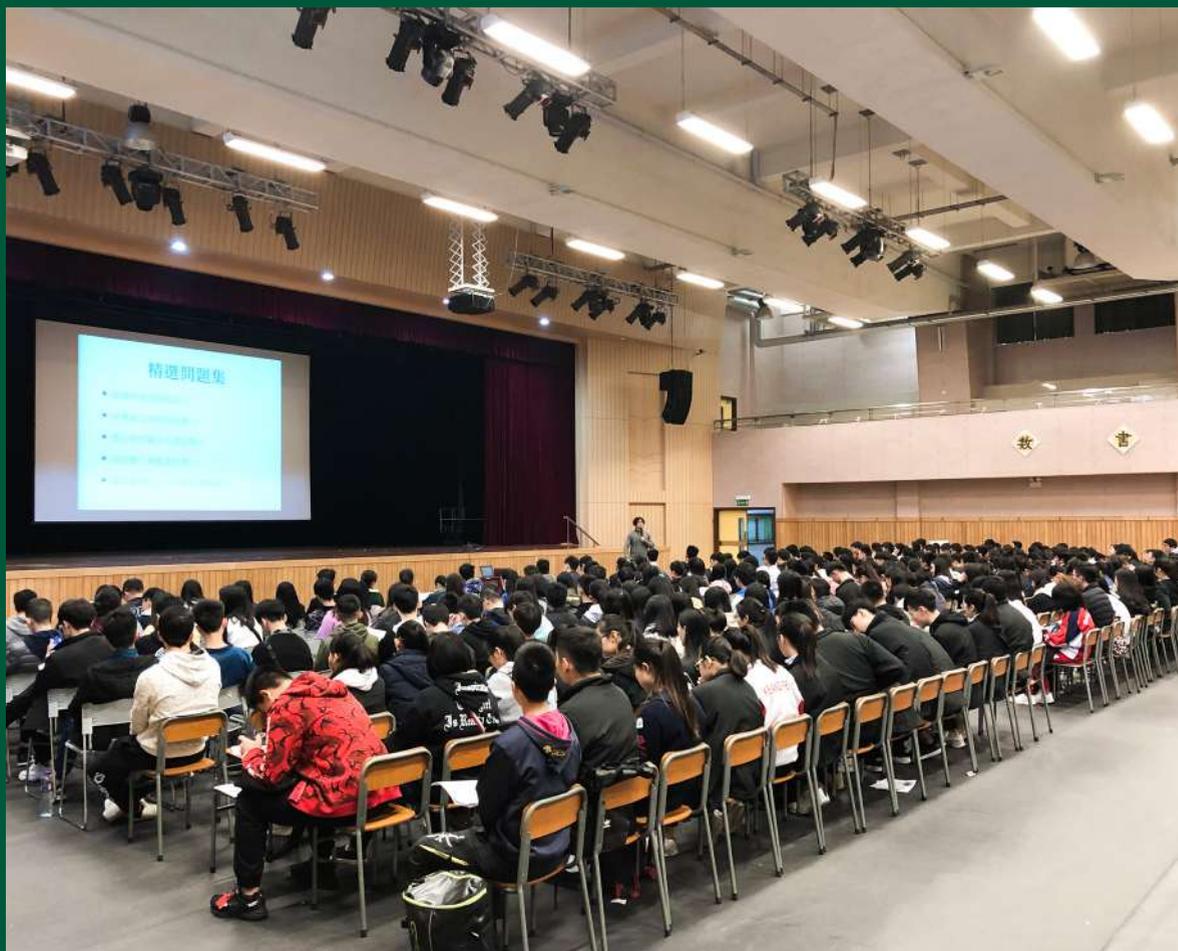
在每個中學生保送大學前夕，有學生會徬徨、緊張、各方面的壓力亦會圍著他們，為了減輕保送生的壓力，準備了模擬面試，讓缺乏面試經驗的他們作最好的準備。本次活動分為兩部份，以講座模式打開序幕，為學生講解面試技巧、儀表及注意事項等，然後再為保送生們進行一次模擬面試，讓他們能親身體驗，獲取面試技巧。

面試官

● 鄭鏗泰



好榮幸可以參與模擬面試工作坊，可以將自己當年保送時的親身經驗和面試技巧，分享給保送考生們，可以讓考生們提前準備，增強他們自信心，調整好最佳的心理狀態，增加保送錄取成功的機會。



參與學生人數達千人



面試官根據每個學生的表現作筆錄

理想探索者 2019 I' Explorer 2019 (I.E)

該活動從 2009 年至今已舉辦至第 11 屆，I.E 是為本澳中學生訂制之暑期課程，整個活動以生涯規劃為主軸，配合學科及職業資訊、潛能激發課程、模擬體驗活動、實地參訪機構等不同形式的活動，讓參加者能認清自己的興趣、能力及職業傾向，預早做好生涯規劃。

理想探索者

我們期望學員透過課程清晰自己的價值觀，定立目標，在自己心儀領域一展所長。今年以網絡潮語「KOL」為主題，它的含意是「意見領袖」，字母代表「關鍵 Key」、「意見 Opinion」以及「領袖 Leader」我們認為這三個詞也代表了三種能力，分別是「找到人生中的關鍵」；「懂得發表意見」；「當自己的人生領袖」。

理想探索者同學會

同學會是由歷屆學員所組成，在本年度課程開展前會為同學會學員舉辦聚會及工作坊，再次凝聚學員及進一步深化他們應儘早做好生涯規劃的觀念。其次，同學會成員更負責策劃模擬城市、黑沙團體活動等激發潛能類課程，讓他們有機會發揮創意小宇宙及激發內在潛能，嘗試成爲一位領袖者。

學生工作人員

● 余智鈞



活動參與中，我看到 IE 們相處融洽，盡心盡力與隊友合作、完成各種挑戰。希望 IE 們能夠將活動中所學到的，無論是智識或是友誼，都能帶到生活中實踐。

參加者

● 張彩賢



參加 IE，是我今個暑假最正確的選擇，成就精彩夏天！在你最應該拼搏時要勇於拼搏與擔當，並珍惜所擁有的。



IE 齊心攀越勝利牆



IE 們在工作人員指導下，學習槍械知識並有機會體驗不同槍械的使用方式



黑沙團體活動後，學生工作人員與一眾 IE 們合照留念



IE 們在模擬城市 - 勞力市場，賺取“金錢”後，分享購買的愉悅



經歷完生老病死的「模擬城市」一班學員大合照



祝願 IE 們找準目標向前行

澳門學生 升學指南 6.0

升學誌是一本為中學生而設的指南，記載著內地及臺灣就學的大小事項，講解升學途經、地區聯會或高校社團資訊、自薦信及 CV 的寫作教案等，更有生涯規劃的小測試，可以讓學生更了解自己。師兄姐的訪問中，還能讓新生們更清楚知道各地區情況。

覆蓋地點

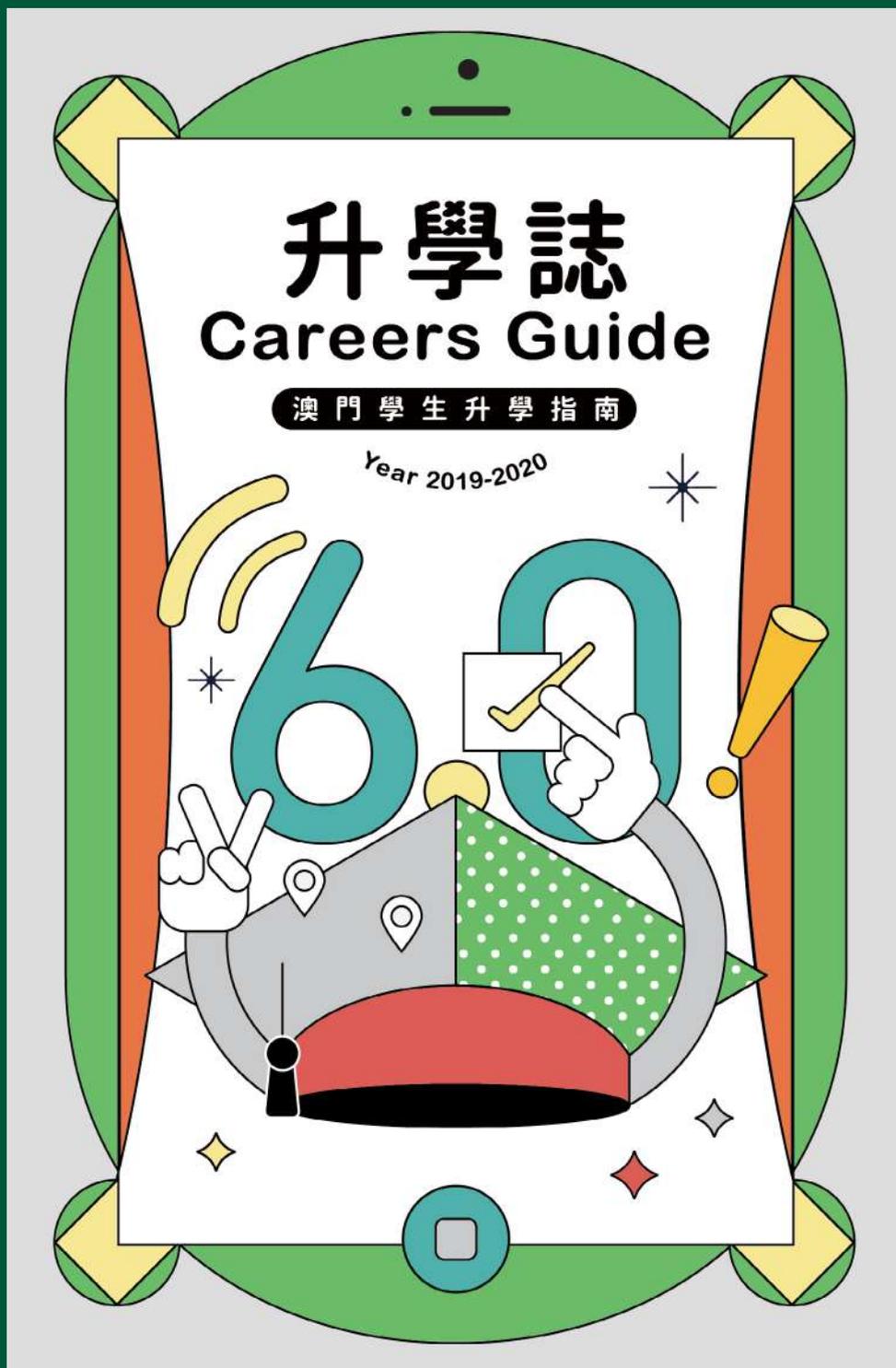
北京、上海、天津、山東、江蘇、浙江、湖北、湖南、四川、重慶、福建、廣東、臺灣

編輯



籌備升學誌的過程裡面我學會了很多，理解了很多，也成長了很多。正是這些很多見證了我的進步，同時也見證了我的成長。採訪者的身份，讓我漫不經心地從一個故事走進另一個故事裡。所幸的是，青春會散場，但被記錄下來的文字不會。

今期升學誌除了升學資訊同學生訪問外，更新增了與企業合作的升學計劃及實習計劃，內容更加精彩，不容錯過。



澳門學生領袖 — 清華國情研修班

清華班組織各地區澳門大學生組織的負責人一同接受為期七天的培訓學習，以構建各地澳門大學生及青年社團領袖之間的交流平臺。研習班邀請了北京清華大學的教授就領袖培訓及國情知識等議題進行講解授課，旨在加深學生對國內最新形勢的認識及思考，從而提升他們對社會時事的觸覺和敏銳度，培養他們對國家及澳門的歸屬感與認同感，同時為澳門培養更多優秀青年人才。



同學們初到清華大學遊覽，並有清華大學專員為學生講解



小隊員正為大家介紹及報告



同學完成「當前國際形勢及中國外交政策」課後，與劉長敏教授合照



「創新思維與創新方法」課後，優秀小組與洪亮副教授合影

青年就業博覽會 2019

「青年就業博覽會」舉辦至今已屆第十四屆，今年於澳門漁人碼頭舉行，共有 89 家企業和機構參與，累計吸引逾 3700 位青年入場參觀。求職者可透過大會提供的即時生涯規劃諮詢服務，進一步瞭解自己的優劣勢，尋得合適的發展方向。現場與人力資源代表對談，更直觀瞭解企業概況；現場遞交簡歷，當場面試，提高面試效率。

- 全澳每年規模最大的就業博覽會，提供包括零售、酒店、資訊科技及休閒娛樂等逾 4000 個職位空缺。
- 會場內舉辦多場與就業相關的專題講座，包括內地就業政策分享會、南沙自貿區人才政策推廣會、求職面試技巧、與工程技術相關的職業培訓計劃及介紹刑事偵查員的入職要求等，
- 今年更增設拍攝履歷相片服務。經濟財政司司長梁維特出席活動開幕式時，勉勵“社會新鮮人”不僅要增強專業知識「硬實力」，更需培養職場「軟實力」，軟硬兼備的「巧實力」方可提升個人社會綜合競爭力。

理事



Soft power + Hard power = Smart Power！希望就業博覽會能為大家提供管道及機會釋放或培養各種 power，讓大家更勝一籌。

理事



剛剛接任主任時，我就和求職青年一樣，萬分迷茫，從來沒有負責過如此大型的活動。看到秘書處的同事們一步步把事情完成，一步步由空中樓閣變成瓊樓玉宇，心中滿是感激，謝謝我背後的秘書處，還有籌委的伙伴們。有時候事情看上去很複雜，但你不踏出第一步，你不會知道結果如何。



主禮嘉賓為活動主持開幕儀式



博覽會首日會場內設有插花班教學，吸引不少市民駐足



吸引不少求職者前來瞭解本澳各行業職缺現況

升大學科就業 諮詢會 2019

該活動是本會與澳門中華學生聯合總會合辦的一個主題特色活動。今年共邀請了 62 位超過 53 個不同專業界別的在職人士為學生解惑，現場有專業諮詢師提供升學諮詢服務，針對個別問題給予專業意見，旨在讓學生認識各地升學資訊，為即將踏入人生另一階段預早做好充分準備。

職業體驗

場內設有澳門海關、澳門保安部隊高等學校、澳門旅遊學院、職業治療師公會、音樂治療師協會、生產力暨科技轉移中心、口腔醫學/牙醫共 7 個機構的嘉賓，帶備日常工作使用的工具到場，讓前來參與的學生體驗不同職業的工作情況

三大工作坊

設有生涯規劃諮詢室，安排專業生涯規劃諮詢師為學生提供升學諮詢服務；面試技巧工作坊透過教授面試技巧、進行模擬面試活動等，協助學生應付面試，提升面試時的技巧和自信；生涯規劃-牌卡工作坊：讓學生檢視自己的核心價值觀。除了能幫助學生面對選科，更能助學生尋得人生路向。

分享嘉賓



● 姚明威

作為醫學專業的分享嘉賓能被邀請出席活動感到非常榮幸，向前來的高中生分享內地升讀醫學專業的學習氛圍、實習生活等。該活動能夠幫助中學生盡早了解本澳各行業發展路向、了解不同的專業資格認證等，有助學生預早做好人生規劃。

分享嘉賓



● 黎美玲

見到前來的一張張青蔥面孔，不禁感慨他們出生在一個好時代。想當年我也是對前路迷茫的少年，在升學前期也未必有如此大好機會可供瞭解本澳各專業發展前景。該活動讓學生更深入認識各專業在本澳現時的發展現況以及行業內的小秘密。願尋覓專業路向的學生可一尋己愛，一展所長。



一眾嘉賓主持開幕禮儀式



海關人員向學生詳細介紹入職要求及簡述工作特性



生涯諮詢師與學生分享升學面試技巧



嘉賓與學生分享行業現況，解答學生疑難

在臺澳生 服務計劃

近年來，不少學生會選擇到臺灣升讀大學或研究所，在臺灣生活四年，各個方面都會為他們帶來不同的影響，生活模式的改變及學習環境的狀況等。而協會定期到臺灣與他們分享澳門現時狀況、就業問題等，給予他們關懷。而在本年中重點活動有「臺灣澳生專業分享會」、「臺灣澳生關懷活動」、「遼寧參訪團」、「文創 x 創業廣州考察團」。

遼寧參訪團

「在臺澳生團結之旅」透過前往內地不同省市，參觀不同企業、機構等，讓在臺學生了解當地的歷史文化及國內城市發展現況，增加澳門青年對國情的了解，從而推動他們反思自身的優劣勢及澳門社會的變化發展，藉此培養愛國愛澳、關心社會的年輕一代。另外透過活動為在臺澳生搭建平台，強化彼此間的聯繫，團結在臺澳生，以助他們在臺灣學習及生活更為順利，日後亦對回澳發展等有密切影響。

文創 x 創業廣州考察團

為了給就讀於臺灣及在臺畢業澳生搭建一個平台，將他們團結起來，讓他們能夠在相互了解的基礎上，多作交流及溝通，讓彼此更接近。通過交流學習，加深彼此之間

臺灣澳生聯誼聚會

現時在臺灣升學人數多達 4,500 人，為了更好地凝聚在臺澳生，我們定期派員前往臺灣與他們見面，關心他們學業及生活所需。此外邀請不同領域的職場人分享行業等資訊，讓學生在外求學也能及時掌握澳門最新發展情況。



到訪遼寧 918 博物館



參加者展示 M.Y.LAB 木藝實驗室進行木工體驗的成品

遼寧參訪團員

● 阮智軒



東北的黑土地和家鄉的紅土地帶給我截然不同的感受—南方的溫柔婉約呈現了我族傳承千年的深厚底蘊；北方的古樸大氣則表達了先人們刻苦堅毅的精神。遼寧這地方既承載了中華民族的血脈，也時時刻刻的提醒我們：「溥天之下，莫非王土？」

遼寧參訪團員

● 黃嘉樺



遼寧之旅碰著東北初秋，天氣舒適，人不多，印象深刻。在瀋陽的努爾哈赤故宮樓閣聳立，殿宇巍然，雕樑畫棟，帶起鄰近周邊的商業美食文化，別具特色。丹東與北韓隔河對望，除了能看到歷史歲月在鴨綠江斷橋上的彈痕，也能在城市上感受朝鮮和中國文化相互交融的異域風情！

臺灣澳生聯誼聚會

● 陳瑋珊



感謝新青協的同事長途跋涉地來到臺灣，我亦很榮幸能參加這次的聯誼，同事分享了很多澳門現時各界的資訊，例如是熱烈進行中的青年拍攝比賽和海外聯招承認四校聯考成績等，最重要的是令大一的新生們認識新青協這個機構，更清楚一些關於在臺澳生的權益，亦憑着學姐的分享了解到更多在臺唸書的經驗或趣事，獲益良多。

臺灣澳生聯誼聚會

● 陳煒光



我十分榮幸此次獲新青協邀請聚餐，不僅能認識不同學校的澳門學生，更從與新青協負責人的對話中獲得更多相關就業資訊，收穫甚多！望以後能有更多機會讓更多在臺澳生聚集在一起。

廣州考察團

● 盧裕欣



是次廣州考察團是以文創及創業結合作為主題，讓參加者了解到現時創業所需的條件，鼓勵擁有創業夢想的澳門青年把創業計劃實踐。

廣州考察團

● 李達榮



透過今次2日1夜廣州創業文化交流活動，令我認識在澳不同行業和範疇的同行者，了解更多現時澳門就業和創業的趨勢，更令我擴闊視野到大灣區了解到當地創業的優勢和文創等等，希望日後有更多活動可令年青人可以擴闊自己視野，令澳門有更多元化發展。

生涯規劃諮詢 優化及推廣

生涯規劃諮詢優化及推廣是本範疇最主要的活動，我們會定期為澳門居民舉辦講座、發放小冊子及提供諮詢服務，諮詢室更提供了不同的生涯卡和測評工具，協助個案對自我能力和特質有更深入的了解、藉此提升市民在生涯規劃上的認識。

巡迴講座

根據不同機構所需，設計相對的講座內容，透過講座讓參與者認識生涯規劃，為未來生涯規劃提早作出準備。



粵華中學龔副校長贈送感謝旗給予新青協



粵華保送生們反應熱烈

生涯規劃 專才培訓

專才培訓於本年組織了會內理監事參與「助人歷程的核心裝備 2019；從貼近一個人的心跳，到走進生命的內在湧泉」工作坊以及亞洲職業生涯發展中心開課的職業生涯諮詢師 - 初級課程，透過工作坊及課程講座，把理監事對生涯規劃的知識再度升級，提供更高素質服務給予市民。



理監事參與「助人歷程的核心裝備 2019」工作坊後合影

澳門大學生 團結之旅 2019

團結交流之旅目的為凝聚來自不同地區的澳門大學生，為他們提供一個學習及交友平台，讓他們能夠建立友誼，以不同地區就讀的狀況及自身選擇的專業，分享各種不同的事跡，多作交流學習。旅程中帶領著大學生們拜訪不同企業、大學及遊覽古蹟，更有團康活動、攝影比賽及辯論賽，讓大學生收穫更多知識、建立更高友誼，攝影比賽及辯論賽中的主題環繞創新創意、現時社會議題及學生對未來就業意向等，讓他們能從中反思自身及澳門社會的狀況，培養熱愛澳門，關注社會的新一代。



大學生們與雲南民族大學學生留倩影



澳門大學生在周城進行扎染體驗



民族大學學生為澳門大學生介紹少數民族文化



大學生們對自己的作品都非常滿意

青年創業 創新培育計劃

青創計劃由教育暨青年局、經濟局及青年創業創新培育籌備委員會合辦，今年是連續開展第4年，不斷拓展完善，已經實現宣傳深入校園，計劃貫穿全年的基本目標，同時帶動了本澳許多創業主題活動的展開，使本澳創業氛圍日益濃厚。計劃分為「初鳥尋夢篇」、「初鳥成長篇」、「初鳥追夢篇」三個階段進行培訓。

初鳥尋夢篇

尋夢篇分為初級及晉級培訓，邀請了不同的專家及學者講解各項的專業知識，而青年企業家亦會對現時本澳創業營商的情況進行分析講解，讓學員更了解創業及創新。

初鳥成長篇

在此階段會讓學員前往本地及內地創業創新基地進行參觀及交流學習，更邀請學者與學員分享經驗，隨後更會讓有興趣的學員參與全澳青年創業創新大賽。

初鳥追夢篇

於成長篇青年創業創新大賽得獎者，將獲得啟動資金，夢想啟航。

應屆學員

蕭詠詩



參加青創培育計劃是令人難忘的體驗，內容非常豐富，老師在課間分享的不僅僅是理論知識，更有某些企業家的創業經歷及個人感受。老師更提到 PPU 模型對青創十分重要。這類課程內容能啟發學員們的創業方向，以及作出完善準備，對有意創業的人來說是很寶貴的經驗。

應屆學員

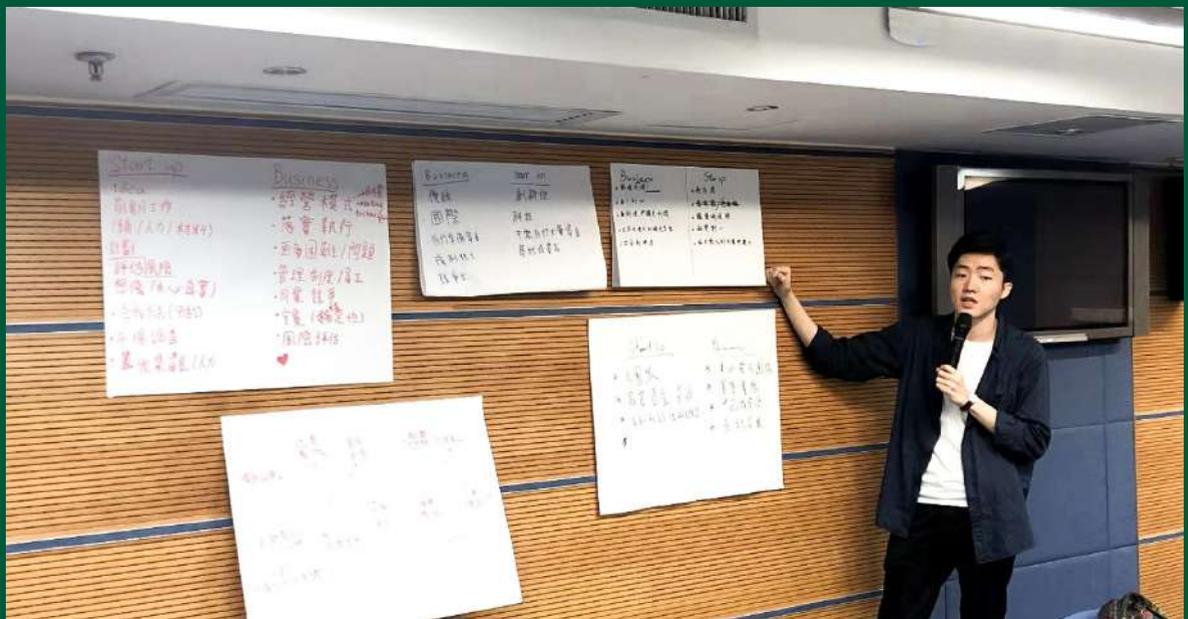
蘇俊靈



顏博士分享道，初創既是一件非常困難但又簡單的事，困難在於對整個項目要有前瞻性、規劃以及市場導向；而簡單的是一個概念，一個商業模式，都能成為初創企業的成功融資方向。但最終也要有相應的分析和處變不驚的底氣才能應對每個環節所面臨的問題，參加這個活動是非常值得的！



(右一) 澳門生產力暨科技轉移中心李藹倫高級經理為學員頒發結業證書



導師分享創業理念，由淺入深引導學員容易理解



一眾嘉賓於結業禮與學員合照留念

高中生保送內地升學分享會

為貫徹特區政府優先發展教育，支持“教育興澳”、“人才建澳”的政策方針，同時為澳門的未來發展培養多方面的人才，本年共有超過 1,000 名澳門應屆高中畢業生成為內地保送生，活動內容包括提供正在內地就讀大學的 50 多名學兄學姐透過經驗分享，為保送生建立聯繫網絡，日後能更好適應內地的學習生活作準備。同時，亦向年青人提供生涯規劃及輔導服務，以幫助他們訂定發展目標，認識自己的興趣、能力及未來發展方向。

活動籌備人員

● 陳志滿



大學是人生很關鍵的時期，到內地升學更需要師兄姐的分享解惑，有了分享會這平台，相信每人都能收穫不少！



開幕式完結，主場館所有嘉賓及參加者大合照留念



眾嘉賓進行開幕儀式



新青協代表為保送生分享內地升學事宜

大專實習計劃

大專事務為大學生們提供不同的實習計劃，提供實踐平台，讓他們發揮所長，把學習到的知識運用在工作上，為未來作準備。

2019 年澳門學生實習計劃 - 南沙

透過暑期集中實習，增進港澳青年學生對粵港澳大灣區城市群經濟社會發展，特別是廣州南沙新區片區的認識和瞭解；進一步加深港澳青年學生對國情社情、粵港澳大灣區 9 個內地城市經濟發展、創新創業以及南沙人才政策的認識；親身體驗職場實況，加深對內地就業市場、職場文化及發展機會的瞭解。

2019 年港澳大學生文化實踐活動

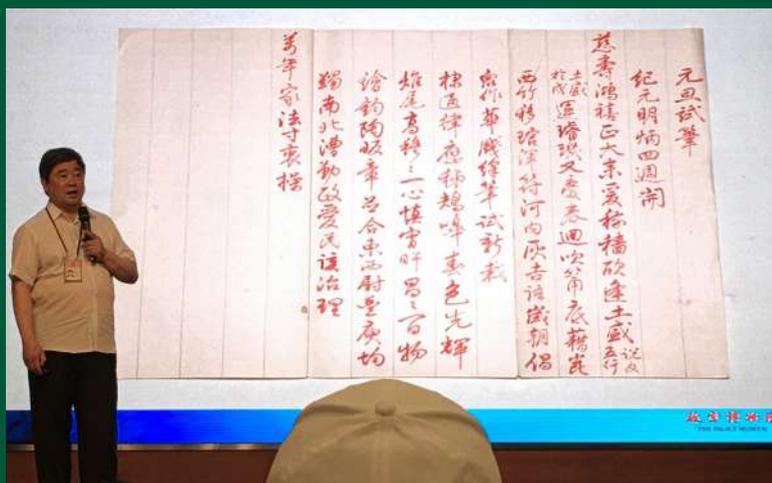
協助在校高等院校學生到內地文博機構進行實習，汲取工作經驗和擴展視野，將學習知識與實際工作相互印證。



除了社會實踐活動，還安排了學生拜訪暨南大學



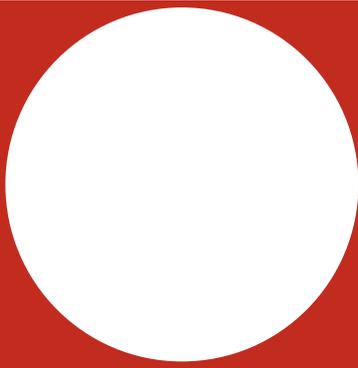
計劃還會安排學生到參與社會實踐的活動，讓他們更了解南沙自貿區的發展



前北京故宮院長單霽翔正在為學生進行講座，講述元旦試筆



專人正在為學生們講解中華藝術的文化



志願服務 Volunteer Service

志願服務，培育「世界公民」。新青協一直致力組織青年進行志願工作，鼓勵青年關心社會、回饋社會，凝聚本澳志願者的力量，促進交流和合作。現時志願服務範疇主要有「預防賭博」及「國際志工」兩大方向，透過不同類型的活動和培訓使義工們合作互助，發揚無私奉獻精神。其中包括志工團隊培訓、國內義教、國際志工營、預防賭博培訓及社區活動等，致力培養會員的志願精神，鼓勵更多社會人士加入義務工作的行列。

世界在變，新青協志願服務亦不斷在變，志願服務從本澳伸延至世界、從單次活動改變為主題性、可持續發展之服務。除了獻出一顆熱心，我們亦不斷思考、求進，務求回應社會所需，擴展青年視野。2019年，「預防賭博」工作繼續走入學校、走進學生當中；2020年，將面對於本澳主辦 NVDA 年會的新機遇、新挑戰。為了推動本澳青年成為立足本澳、放眼世界的「世界公民」，我們，永不停步。

副理事長

李苑宜



澳門 國際志工營

一班本地及外地志工同食同住，以「遊走世遺」、「細味澳門」及「感受哪吒節慶」三個不同的主題，通過一系列導賞、講座、交流會、街頭推廣及節慶活動，讓各地青年發揮所長，促進各國青年文化交流，寓學習於義務工作。

- 今年「澳門國際志工營」連續5年列入聯合國教科文世界遺產志願者項目，聯通4大洲29個國家共46個組織在52個世界遺產建築物和遺址，學習保護及宣傳世界遺產的新鮮方式與理念。
- 「澳門國際志工營」結合「瞬間愛地球」志工培訓計劃，以世界遺產保護為主題，由40位經過培訓的本地青年策劃和帶領志工營中每一個環節，將年青人常用語結合傳統文化，促進參加者的交流合作。
- 為期10天9夜的活動，共60名參加者以及2名營領隊。全程參與的有20名，包括8名澳門人、1名香港人、2名法國人、1名韓國人、4名菲律賓及4名印尼人。



兩位法國參加者 Justine (左一) 及 Chloe (右一) 學習書法



志工加油站暨國際文化嘉年華，國際志工披上傳統服裝分享各國文化，與本地居民進行零距離接觸互動



參加者參與「哪吒太子聖尊巡遊」，與百多位社區居民參與巡遊，擔任持旗手及仙女、肩負聖水筒及以銅鑼鼓舞助威等，聲勢浩大！

澳門參加者

鄭曉琳



今年很幸運參加了「澳門國際志工營」，在整個活動中，很有意義的、也很有趣的就是可以與來自世界各地的朋友相處，感受各樣特色文化，並用義工活動的方式，探索小城澳門的獨特魅力。感謝一切適切的安排，令我們整個旅程順利。

澳門參加者

汪梓傑



光陰似箭，日月如梭。回想起十日九夜的「澳門國際志工營」，令我畢生難忘。縱使大家有著不同的膚色、語言、種族和文化，都不能掩蓋我們的熱情。旨因我們都懷著一顆無私的心，每當團友有難，作為志工營的一分子，定必守望相助，排除萬難。當中還鬧出不少笑料，而這些美好回憶永遠留在腦海中。我相信，活在同一天空下，大家會在同一時間、地點，再次相遇。

菲律賓參加者

Corina Lorei
T. Encabo



整個澳門國際志工營就像一個大家庭，我們同吃同住，共同做義務工作，能夠認識這一家人，讓我增添不少難忘回憶！為日後的教育工作帶來不少動力。（翻譯）

韓國參加者

Sungwon Byun



作為志工營中唯一一個韓國人，在認識每一位新朋友的同時，感受到來自各國的熱情和關懷，也感受到澳門人的友善和親切接待。（翻譯）



國際志工策劃街頭推廣行動，到議事亭前地向旅客和本地居民宣傳澳門特式文化及哪吒傳統信俗



由本地志工策劃，設計有趣的城市定向路線，以在任務點完成各項任務來體驗世遺



歡送晚會大合照，過後雖然各自回到自己的國家，但仍會想起當年當日在澳門一點一滴的回憶



本澳志工帶領一眾國際志工到氹仔進行澳門特色文化交流



街頭推廣行動結合「哪吒太子寶誕飄色巡遊」進行，場面盛大



參加者將哪吒誕開印儀式的印符印在身上祈求平安



參加者擔任持旗手及仙女，參與「哪吒太子聖尊巡遊」

迷你 志工營

自 2015 年起，新青協每年在本澳舉辦「澳門迷你志工營」，招募中國內地、澳門及香港參加者來澳參與文化推廣的義務工作，利用創意作為動力推進城市的可持續發展，促進各地青年建立友誼，推動相互理解共融。

- 今年活動來到第五屆，以推廣澳門創意城市美食為主題，活動內容豐富多彩，分為“認識”、“籌備”及“行動”三部分，設有世遺導賞、社區美食定向、文化交流夜、葡菜工作坊及街頭推廣行動。
- 活動吸引共廿二名來自中國內地、香港及澳門三地青年一連三日通過認識“創意城市美食之都”——澳門，以一系列文化導賞、探索社區、葡菜製作及宣傳推廣行動，學習用欣賞、互鑒、共融的眼光看待世界，增進相互理解，建立友誼。

澳門參加者



我本身是土生土長的澳門人，但一直對澳門的街頭美食不甚了解，這次很開心可以參加到迷你志工營。經過今次活動，令我知道了很多澳門的街頭美食、認識到很多新朋友，同時亦有一些難忘的經歷，希望未來還有機會參加到類似的活動。

山東參加者



這次志工營活動，是我在澳門參加的第一次志工營活動，超級感謝新青協的小夥伴們組織了這一次活動，讓我有機會真正去了解我學習生活的這個地方，最重要的是認識了特別多可愛的新朋友，大家在一起做遊戲，學做葡餐，逛非遺，真的超有愛，而且我學了超多廣東話哦！



以美食作為城市定向主題，在世遺角落探索地道美食



參加者學習澳門美食文化重要組成部分之一的葡國菜，活動後與導師合照留念



參加者手持自製葡式小食於南灣雅文湖畔進行美食推廣

志遊人計劃 國際志工營推廣

為積極推動本澳青年關心世界，拓展國際視野，新青協自 2012 年加入國際志願服務網絡，包括亞洲志願服務發展協會 Network for Voluntary Development in Asia, NVDA (2012)，聯合國教科文組織下國際志願服務協調委員會，Coordinating Committee for International Voluntary Service, CCIVS (2018) 及聯合國教科文世遺志願者項目 World Heritage Volunteers (WHV) 的網絡。

國際志工會議

放眼國際 吸取經驗 優化自身

透過加入國際性志願組織網絡及參與組織年度會員大會，與全球多個志願組織互相交流志工服務心得，優化目前本澳的國際志願服務及推廣計劃，從而鼓勵推動澳門青年參與國際事務，培養國際視野，與世界接軌。

亞洲志願服務發展協會年會

新青協於 2012 年正式加入亞洲志願服務發展協會 (NVDA)，成為該國際網絡中本澳唯一代表機構。除了透過 NVDA 宣傳來年的澳門國際志工營，接收外地參加者來澳進行志工服務外，還可以通過 NVDA 這個平台向亞洲多個國家互相輸送志工。

2019 年，在踏入成為 NVDA 成員十週年之際，新青協派出的兩位代表，成功在尼泊爾舉辦的 NVDA 年會上，爭取到下屆 2020 年亞洲志願服務發展協會年會的承辦權，屆時將有來自二十個地區 / 國家的志願組織代表來澳交流





志遊人計劃 體驗世界多樣式

通過國際志願服務網絡，宣揚「志工 + 遊歷」的出行方式，鼓勵澳門青年走出舒適圈，在參加各國志願服務（國際志工營）的同時，傳遞與實踐世界公民，文化交流及理解和可持續發展的理念。

2019 年共有 62 位志遊人出發到世界各地，遊歷世界，回饋社會

志遊人路線包括：

柬埔寨，越南，蒙古國，尼泊爾，馬來西亞，新加坡，日本，韓國，墨西哥，葡國

志工營活動簡述：

教育類別：柬埔寨，越南，尼泊爾，馬來西亞

生態農耕：蒙古國，日本

動物保育：墨西哥

文遺保育：韓國

青年交流：葡萄牙

可持續發展：新加坡

韓國文化遺產保育營



假若當初我沒有選擇義工旅遊，我想我不會特地走訪首爾以外的地方，了解韓國鄉村純樸的一面，我也不會接觸到本地人，不會了解到他們的日常生活。我想，這就是義工旅遊和自由行的區別吧！如果你希望挑戰自己，國際志工營絕對是一個很好的選擇！

韓國農耕志工營



每次志工營遇到的所有的人和事會用各種各樣的方式告訴我：這世界上有很多種活法，你要想清楚自己最想要的哪一種。認識不同國家的朋友，瞭解到不同文化背後，就開始懂得站在不同的角度看不同的人，站在不一樣的地方，擁有不同的視野，這個時候，國際義工營的意義，就會體現出來。

國際志工營 - 獲邀教育局公民教育獎

今年，“志遊人計劃——國際志工服務”獲得教育暨青年局頒發公民教育獎，反映社會各界對該活動在公民教育領域所作貢獻的支持和肯定。



志遊人計劃主要以國際志願服務作切入點，為廣大青年群眾提供優質的“第二課堂”，並以培養青年正面價值觀、國際視野、服務社會等良好的公民品德為目標，在澳門推廣及開展國際志願服務，向世界各地輸出義工，參與包括環境保護、有機耕作、社區建設、扶貧教育、傳統節慶及文化保育等多類型的義務工作。

“志遊人計劃——國際志工服務”獲得 2019 年度教育局公民教育獎



楊文遠理事長在老栢生局長手中接過公民教育獎

國際志工營 - 新青協加入中國青年 志願者協會網絡

新青協林嘉誠副理事長當選第五屆中國青年志願者協會澳門區理事，並於今年10月受邀到北京參加中國青年志願者協會第五次會員大會。是次換屆是中青志協自1994年成立以來第一次有港澳地區的成員被納入成為理事，體現了國家在志願服務的發展當中相當重視港澳的貢獻力量 and 共同發展的理念。期待在新時代、新的發展機遇當中，與中青志協、新青協攜手推進國家及澳門的志願服務發展，共同邁向新高峰！

**“志願服務是社會文明進步的重要標志，
是廣大志願者奉獻愛心的重要渠道。”**

—— 習近平



新青協林嘉誠副理事長到北京參加中國青年志願者協會第五次會員大會



第五屆中青志協會議期間，林嘉誠副理事長連同其他理事到2022年北京冬季奧運會組委會基地參觀

年度義教活動 教育無疆界

全球性的地區發展不均，令發展中地區的適齡學童，未能如你我身處的發達地區中的小孩一樣，受著多元化教育，亦因發展中地區經濟落後，導致貧困山區亦常有留守兒童及隔代養育的情況。

2019 年教育無疆界越南義教志工營

本著「扶貧先扶智」，「用生命影響生命」的原則，新青協在寒暑假期間召集澳門有志青年到山區義教及進行社區探訪，為當地發展中地區學童帶來多元化知識，同時希望提供一個平台，讓澳門青年能善用餘暇，接觸社會事務，並從實踐中學習。

參加者

● 黃汶樺



最令我印象深刻的一堂是面譜課，我們期望透過面譜，令小朋友學會正面自己的情緒，應該笑的時候盡情地笑，該哭泣的時候也別強顏歡笑。希望大家，不單單是小孩，在感到身邊人失落，難過時，給他們一個擁抱，以愛去支持他們。

參加者

● 梁嘉輝



每天都要懷著感恩的心，是我在這次越南的志工營裡得到的最大得著。儘管我們都人，但卻生而不平等。但這不代表我們要埋怨自己的什麼不夠好，因為我們都有要走的路。這次志工營後，讓我認識到越南的文化，和他們的生活，這讓我更感恩我生活中的主，我感恩能擁有現在的東西，感恩能有機會參與本次志工營認識到大家，感恩有機會讓我學到更多新事物。



2019年8月 - 在越南山區學校與當地學童第一次見面



與小朋友一起善用隨手可得的物資以創意點綴便完成各人獨一無二的美術作品



猜猜他們在畫什麼



除義教外 - 義教團在當地為校舍進行美化工作



越南當地志願機構負責人講解當日工作

瞬間愛地球 2019

蒙古團體志工交流營

從瞬間愛地球培訓計劃中，挑選 17 名優秀的參加者於 8 月 23 日至 8 月 28 日前往蒙古國阿勒坦布拉格進行義教及文化交流等。是次活動與 Mongolian WorkCamps Exchange, MCE 團體合作，組織義工前往當地進行義務工作，義工們在當地的生態農場工作，為當地孤兒院的兒童組織體育活動，與他們進行文化的交流。



義工們正帶領著大家進行團體遊戲



與當地小朋友一起在農地除草



義工們與小朋友一起大合照



義工們認真地學習蒙古語

參加者



黃泳娟

從第一天踏上蒙古的土地上是有預感到這將會是場奇妙的旅程。第一次彷彿置身星海，直擊心靈；第一次毫無遮擋的看日落；第一次在幾度的溫度沖大概 1、2 度的冰水，儘管寒冷我們仍互相溫暖。第一次人在野，充滿歡樂；第一次真正非常強烈的感受到我們有多麼的幸福等等等等。還會再來蒙古嗎？我的答案是會的。

參加者



林嘉誠

草原上的生活一點都不簡單，但同時又非常簡單。放下手機，放下工作，放下社交媒體的各種紛鬧，擁抱一下大自然，也是一件樂事。況且，人生總有驚喜在等待。例如漫天星斗的璀璨夜空，又或者一班可以圍爐取暖，互相嬉笑的小伙伴。草原上最美的風景是大家的互相照顧與幫助，希望大家都可以有所得著，be a better man :)

參加者



劉嘉琳

我一直十分嚮往一望無際的大草原，對蒙古的遊牧民族亦充滿好奇，果然蒙古這個交流團沒有令我失望，雖然我們的住宿環境很簡陋，但卻可以讓我們體驗當地真實的生活和文化，看到晚上滿天的繁星，脫離城市的煩囂。同時我們有和當地我一樣大的青少年交流（15-17 歲）。在蒙古經歷的每件事都令我成長了很多，如果再有機會希望可以再次成為其中一員！

參加者



陳麗珊

這是我第一次參加志工團，雖然當地生活條件較原始，但亦因此感受到大自然的美。亦感恩有一群好伙伴，無論煮食，做農作，還是與孤兒院的男生交流，都能樂在其中。短短的六天五夜，我們能幫助的不多，但無可否認我們都收獲了一次獨一無二的體驗。

● 想成為志遊人參加國際志工營？

報名方法

到新青協國際志工營臉書專頁查詢各國志工營資料。下載報名表並填妥心水志工營、個人資料後，發送至 mymacau@macau.ctm.net，或致電 28358963 查詢確認報名。

按工作人員通知後七天內到本會繳交報名費。與會內工作人員保持聯繫，準備出發。

瞬間愛地球 2019 上半年

「瞬間愛地球 2019」一系列的培訓計劃，讓參加者認識自我、認識世界，與隊友一起策劃一個精彩絕倫的澳門國際志工營，認識來自世界各地的志工，帶領他們體驗及感受澳門的文化，向世界宣揚澳門。表現優秀的學員能參與外地國際志工營，地點為「一帶一路」沿線國家蒙古烏蘭巴托，服務當地社區，與外國志工及當地居民交流，學習別人的文化，把愛傳到世界的邊端，瞬間愛地球！

參加者感想

● 梁雄業



我們沒有深刻的歷史軌跡，沒有豐碩的經濟脈絡，亦沒有高大上的英雄人物，我們只是憩靜的漁村，偶爾刮點小風，也是默默存活的人與事。然而再平凡，也有我們保存活化的權利，通過今次活動體驗，我們試着盡力保育昔日文化，為當下的經濟發展留下註腳，乃至為今後環境打好根基。就那麼的想盡一點綿力，因為我們都愛惜，這個叫做澳門的地方，我慶幸能參與其中。

參加者感想

● 盧婉雯



這個活動帶给了我很多的回憶，和一些志同道合的人策劃了一場志工營，在策劃的過程中，提升了我不少領導能力和溝通能力，如何去帶領一個團隊進行活動等。也認識到非常多的朋友，擴寬了視野，加深了對澳門的認識。

參加者感想

● 郭訴心



這次活動令我最印象深刻必定是十日九夜的國際志工營，這是一個密集的機會能夠了解外國參加者和本地參加者，從一開始大家互不相識，經過每天的見面和交流，日見夜見，想不到在十天後大家離別時變得依依不捨，與他們建立友誼成為朋友，令我深深感受到愛能跨越語言的阻礙。天下無不散的筵席，我知道這個機會同樣的組合永遠不會再有第二次，不過我相信總有一天我們能在世界各地再見面，距離並不是關係終止的原因，而是旅行開始的藉口。

3月23日
「瞬間愛地球 2019」迎新營



參加者透過迎新營，
成功增強彼此之間的默契

5月25日
實踐篇 - 策劃澳門國際志工營



完成策劃後，向大家匯報小組計劃互相分享意見，齊齊為國際志工營做最後準備

6月16日
澳門國際志工營 東方賭城交流夜



讓外國參加者感受澳門東方賭城的美

1

3月30日
培訓篇 - 認識義務工作

4月6日
培訓篇 - 策劃活動

4月13日
研習篇 - 澳門社會服務概況 PART 1

4月27日
研習篇 - 澳門社會服務概況 PART 2

2

3

6月8日
實踐篇 - 澳門國際志工營前會

6月14日
澳門國際志工營 澳門文化保育交流夜



帶領外國參加者到離島區
品嚐澳門地道美食

4

5

6月18日
澳門國際志工營 營環保交流夜



環保交流會上，與外國參加者
一同製作環保酵素

6

6月29日
檢討會

瞬間愛地球 2019 下半年

結識志同道合的好友由「瞬間愛地球 2019」志工培訓課程開始！在這裏，你可以通過體驗及培訓課程，增加參加者對澳門社會現況的認知，從體驗老齡化、預防賭博及惜食模擬生活中，理解各種人群所感所想所行，進而發揮所長，為關懷身邊人出一分力，擁抱世界，無分你我！

參加者

周芷瑩



參加計劃的 3 個月期間，令我最深刻的是淨灘活動。起初不太了解在澳門淨灘的意義，但活動當天，看似乾淨的沙灘原來有許多垃圾埋藏在沙內，有好多塑膠垃圾，令我再反思我們日常生活所製作的垃圾為環境帶來的污染。

到計劃尾聲，我認為自己對環保有更高的意識和了解，會自備可重用食物袋同環保飲管等，亦希望能盡自己所能，於日常生活習慣上減少製造垃圾，特別係塑膠垃圾。

參加者

鄭雅穎



我參加計劃是因為我鍾意做一些有意義的事，去幫助社會上不同的人。我最深刻的活動是園遊會，因為可以與別人溝通合作，發揮團隊精神，共同向一個目標努力，有難同當，有福同享。參加了這個計劃我獲益良多，不但認識了很多志同道合的人，更加令我感受到團體作的重要性和做義工的意義。

8月31日

「瞬間·遇見你」迎新營



前往中山進行團體合作及歷奇活動、留下奮鬥的印記。齊心協力，共同為大家鼓舞

9月28日

「地球·是我家」海灘清潔大行動



參加者親身走到海邊清理由海上飄浮過來的垃圾

10月19日

「瞬間·遊賭城」

體驗東方賭城工作坊

10月26日

「愛·團隊」實踐公益策劃

11月16日

「呼喚·愛」環保肥皂製作工作坊



有效地利用廢油，把它變成有用的清潔肥皂

11月23日

「愛地球·齊惜食」惜食工作坊

7

8

9

10

11

12

9月8日

「瞬間·成長」長者溝通技巧工作坊

9月12日

「愛·中秋」冰皮月餅工作坊

9月14日

「愛·中秋」歡聚團圓



中秋追月夜，一眾參加者齊齊來次大BBQ聚會

9月15日

「愛·無間」平安通探訪

10月12日

「瞬間·看澳門」

認識澳門特色文化工作坊

11月2-3日

「愛·實行」園遊會實踐公益活動



在明愛園遊會上，進行義賣及攤位遊戲等公益實踐活動

11月9日

「愛·總結」實踐公益檢討會

11月30日

「志有你志有愛」志願嘉許禮

智醒少年 智遊覺醒 - 全澳新生代志工教育計劃

智遊覺醒 - 全澳新生代志工教育計劃透過一系列的培訓，培養參加者成為領袖，學習溝通的技巧、領導能力、策劃及籌備活動的能力，透過實踐的平台（籌備策劃明愛園遊會遊戲攤位），把學習到的知識加以應用，成為一個志工領袖。

參加者



今次的培訓彌補我在工作上的不足，帶領活動的技巧；學會去欣賞服務使用者，與他們連結關係；意識到目標很重要，它能引領我前進方向的動力。在培訓中學習到的知識其實我很開心可以帶回自己的機構嘗試運用出來，雖然不是我想像中的理想，但能夠給予我學而致用，對於我在這個培訓中真正明白理解到的內容。

參加者



我明明很討厭麻煩，卻慢慢愛上了。志工培訓是一個有深度的活動，不僅幫助了解自己，還會讓自己生活充滿正能量。要真心待人明明很麻煩，卻因為成為志工愛上了麻煩。

參加者



這次「智遊覺醒」給我最大的感受就是「新奇」。這次活動需要參加者設計園遊會攤位遊戲，而大家就成功地將不可能變成可能，在極小的空間中進行密室逃脫及拋球遊戲，體現出大家的團體精神！



迎新營活動中進行信任建立的遊戲肥皂



向參加者介紹攤位遊戲 - 密室逃脫的玩法



透過分組活動，學習溝通



經過兩天的努力，為園遊會籌得目標善款

智醒少年 - 研賭匯

培養學生的時事觸覺、訓練批判思維、加強青少年對預防賭博教育工作的重視，寓教於辯、灌輸不賭便是勝利的理念。自 2015 起，新青協智醒少年開始舉辦研賭匯活動，旨在構建交流平台，誠邀各界為賭博防治及博彩業發表意見。

2019 年上半年，研賭匯沿用去年“培訓 - 比賽 - 交流”的活動模式，招募到來自 13 間中學合計 32 名學生參加「澳門研賭匯 2019- 思辯培訓學園推廣計劃」。活動包括理論培訓、辯論賽、實踐以及外訪交流。課程邀請到演辯人同盟派出導師，聯同智醒輔導員向學員講授演辯技巧及防賭資訊；其後，在 5 月 5 日及 11 日進行了澳門研賭匯 -4D 角色辯論賽的初賽及決賽，比賽圍繞博彩業 / 賭博對自身、家庭及社會的影響進行討論，最終決賽以「政府應針對本地居民進入娛樂場徵收取入場費」為題，4 支隊伍分別扮演政府、社服機構、博彩營運商及本地居民進行辯論，由扮演反方 - 博彩營運商的嘉諾撒聖心中學勝出比賽。此外，暑假期間研賭匯亦會舉辦多場主題討論會，讓學員展現演辯才能，學以致用。最後表現優異的學員派赴馬來西亞進行四天三夜的交流團，觀摩學習，拓展視野。



得獎隊伍與李麗萍廳長及評審們合照留念



學員遊覽吉隆坡的市政設施

智醒少年 智醒不迷賭 - 成癮預防校園普及計劃

現時網絡的急速發展，手機遊戲成為青少年主要的餘暇消遣，當中許多遊戲內置購買功能，以各式各樣的宣傳噱頭吸引玩家消費，加上手遊題材多樣化，設計吸引、遊戲設定，如角色、人物、裝備都極具心思，並為玩家提供額外購買服務，提高遊戲的趣味性，容易導致許多的青少年墮入「課金」的消費陷害，最後或許導致成癮行為。

智醒不迷賭 - 成癮預防校園普及計劃的舉辦目的是希望透過入班講座 / 工作坊的方式，向青少年講解賭博迷思的，並以「手遊課金」為主題，為學生拆解課金背後的博奕機制，讓同學們了解“課金”行為與賭博的相似性，從而達到預防沉迷賭博及電玩成癮的目標，灌輸青少年正確的金錢觀。



學生親身體驗課金扭蛋，為講解增添趣味性



主講者與永援學生一同合照



學生積極踴躍回應主講者提問

智醒少年 宣傳品更換及網絡宣傳

智醒少年作為本澳其中一個預防青少年賭博的義工組織，過去一直透過開展不同形式的活動接觸青少年群體，務求給予受眾陽光正面的形象。

為了突出服務形象，提高智醒少年的辨別度，並統一規範智醒少年的對外形象設計，因此今年智醒少年重新設計的媒體品牌系統形象，重新設計突顯服務特色的標記、配圖及紀念品，更新及補充智醒少年相關宣傳品的設計及資料。

同時智醒少年亦繼續於網絡平台 (Facebook、Instagram、wechat) 進行預防賭博的網絡宣傳教育，恒常發佈有關成癮風險、心理健康及負責任博彩工作的相關訊息，並針對不同族群進行推廣，令青年人更容易、直接地接收防賭的訊息。



智醒少年主要集中在 Facebook 進行活動推廣



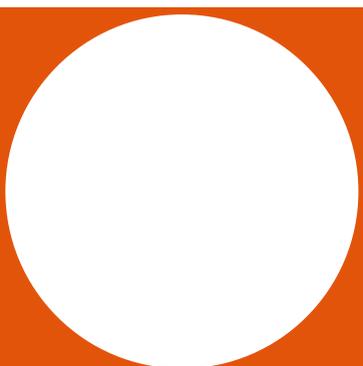
在 Instagram 開設智醒少年的活動帳號



本年度智醒少年計劃新一代品牌形象



圖案、色彩及字形搭配塑造清晰的品牌形象



健康促進 Health Promotion

健康促進，疾病預防，衛生教育是維持健康的主流方向，是不可或缺的因素；而健康促進更著重於增強人們生活的能力，改善不良習慣，使人們朝向正向健康的層次，擺脫亞健康狀態。

本會由 2003 年開始一直致力於社區醫療發展，提高市民預防疾病的意識，努力宣揚健康促進的概念。除了對社區、學校、長者中心宣傳舉辦健康講堂外，我們還推動市民、學生對醫護行業的認識，讓更多人有興趣投身醫療工作；十六年來，我們透過不同形式的活動，希望帶領市民達到以下目標：

1. 了解健康的真正涵義，認識健康對個人（生理及心理）及社會的重要性，認同每個人都應加強自我保健，以至身心處於最佳狀態。
2. 傳遞健康教育的概念、意義、目的和任務至社會，使健康教育工作得以推廣和落實，以達到健康資訊全民普及化。
3. 培養和營造健康社區的概念，並將理念落實於健康推廣活動中。
4. 冀透過不同的活動和課程，向社會大眾推廣健康知識，提升大家的健康素養和生活技能，共同發展更美好的人生。
5. 提高市民改變生活的決心及加強執行力，並邀請家人好友一同參與，將健康促進推行得更高更遠。

副秘書長

陳國強



青春住了誰 2.0

學生健康大使培訓課程

健康大使培訓課程一直是本會健康範疇的品牌活動，至今已踏入第十六年。今年課程共招募了28所中學150位學員，課程延續去年的主題青春，升級為「青春住了誰2.0」，繼續帶領一班青少年養成健康的態度與行為，鼓勵他們藉著學習健康知識、參觀交流和服務計劃，並培養其活動策劃和領袖能力，在與別人互動中影響他人、社區與環境，傳遞健康訊息。



健康大使課程顧問

鄭穎琳



看著上年的健康大使成為今年的課程助教，亦同時看著今年有更多新的健康大使誕生，這個活動不僅僅是幫助學生培養正確的健康生活態度，更有著一種傳承的精神。期望每一位健康大使都能夠繼續用自己的感染力，把學到的知識傳遞開去。

健康大使課程顧問

曹俊杰



健康大使課程在我的成長過程中從不缺席，由健康大使成為顧問，從中學生成為醫生，在健康大使的大家庭中，除了學習健康的生活習慣，更引領我走向夢想職業。



至營至識問題大賽



參觀澳門應急醫療隊臨時營地



健康大使嘉許禮大合照

青春住了誰 2.0

健康大使醫學夏令營

活動以參觀醫科高校為主題，帶領學員參觀暨南大學、華僑醫院、中山大學中山醫學院、南方醫科大學、番禺中心醫院、廣東省博物館，走訪技能中心、實驗室、人體科學館、課室及宿舍，認識大學生活，並與師兄師姐交流就讀心得，全面了解內地醫科高校的學習環境；晚上皆為分享會，分別有破冰活動，師兄師姐分享實習經歷，以及學員互相分享收穫等。

參加者

何志傑



在那 4 日 3 夜的行程，我們分別去了三所在廣東知名的學府，參觀了他們的設備和標本室等，令我們一眾對醫科感興趣的學生都大開眼界，由其令當時還是準大學生的我對自己將來要接觸的有了更深入的了解。還有每晚的分享會，使大家可以認識到自己的 " 未來同事 "，交流一下每天行程的所見所聞。能夠在暑假有這次機會可以見識到這麼多，燃起了我們大學對醫學的決心。

參加者

陳婉倩



我印象最深刻的是暨南大學的標本室，望著無數的標本，想著這些標本生前都是有血有肉的人類，心中充滿了無數的鬱悶，也慶幸自己能順利出生，來到這個世界，見證這個世界的美好。



郭主任介紹暨南大學醫學院歷史及解剖知識



中山大學中山醫學院留影



參觀番禺中心醫院

青春住了誰 2.0 服務計劃

是次課程分成影片拍攝 A 班及刊物設計 B 班，經過一系列課程及參觀後，健康大使需結合課程所學，分組設計拍攝微電影及設計雜誌海報，並於健康推廣發表會上作介紹。作品主題包括急救、手搖與牙齒疾病、減壓知多少、熬夜、健康晚餐、腦神經疾病等，詳細可於健康大使的 IG 平台上瀏覽。



A6 組《手搖與牙齒疾病》街訪



A3 組《急救》影片

健康大使

鄒文翀



今次服務計劃由拍攝、訪問到後製都是第一次嘗試，發現了自己很多不足，也學了很多東西，希望以後能做更好的作品。

健康大使

戚靜怡



很幸運地，在課程中認識到不少好導師和好朋友，大家都很好相處和貼心，經常在我們的角度設想，讓課程更適合我們。總括而言，如果你對醫療的學科感興趣，健康大使計劃除了擴展你在這方面的眼界，也能讓你認識到一群有趣的導師和朋友。



B15 組《營養均衡知多少》單張



B14 組中學生生活健康



服務計劃 B9 組作品



服務計劃 B3 組作品

零距離透視 「醫」世代

零距離透視「醫」世代在今年已邁入第十個年頭，在過往九年，約有一千多名對醫療範疇感興趣的學生參與此活動，解答了他們對醫療專業的不少疑問，幫助不少學生投身醫療行業。今年活動內容豐富，包括衛生局代表分享澳門醫生專業發展之路及私人醫療服務牌照現況交流、18位來自西醫、中醫、護理、藥劑、口腔、物理治療、職業治療、語言治療、心理治療、營養、醫務檢驗、放射及藥劑技術等醫療代表分享、醫療人員職業介紹短和 CPR 體驗區。



嘉賓及參加者大合照



衛生局局長李展潤分享醫療人員的苦與樂

分享嘉賓 - 中醫生

● 黎宏添



在和學生們的交談過程了解到他們對醫學的憧憬和熱誠，在過程中聆聽到不同學生為何有興趣選讀醫療科系，了解到他們的初衷和夢想，這次活動反應熱烈，祝賀該活動越辦越好。

活動籌備者

● 陳倩兒



由二零一六年身為參加者到今年有幸成為籌備者，每一年都有不同的方式讓醫療人員與學生交流，今年活動不僅能從各範疇的醫療人員口中得到自己想知道的資訊，還有台上局長的分享，能令我們深入了解現時的醫療行業制度和趨勢，令未來希望投身醫療行業的我獲益匪淺。

除了向有意投身醫療界的學生提供醫療行業的資訊外，亦希望大家能針對自身現況和實際考慮提出問題，與醫療人員進行零距離交流，提早為升學選科做好準備，及早規劃人生。



各醫療範疇代表合照



彭穎茵護士與參加者分享就學經歷



會場設有體驗區供參加者演練 CPR

教師職業 健康工作坊

教師工作需要長時間使用喉嚨、站立，以及應付工作繁重帶來的壓力，讓教師常有喉嚨痛、聲線沙啞、呼吸道疾病、頸椎病、慢性胃炎等職業病，為了提高教師對職場健康問題的關注，本會藉舉辦職業健康工作坊，讓教師學習在職場上能做好自我健康促進，增進身心健康。

活動場次	主題	內容
● 3月17日	教出好聲音	聽力、咽喉健康講座、護嗓妙方及茶飲分享
● 6月2日	教出好脊骨	脊椎健康問題、疾病知識和護脊健康操分享
● 9月29日	教出好腸胃	消化道疾病講座、花茶工作坊

教出好脊骨講師

黎智豪物理治療師



還記得在工作坊開始前做了一些小測驗小評估，也有一些教師反映他們真的有相對的問題存在，相信通過講解專業健康知識、衛教及調整日常工作姿勢和習慣，是有效幫助改善到根源問題，至於健康護脊操環節大家都相當積極參與動起來，這回身為「教師」的我也十分感動，望他們能加強對「預防勝於治療」的認知，在付出心力勞力教育學生的同時也多多著重自己的身體。

參加者

黎美玲



此活動又實用又有理論知識，教我們如何從日常生活入手去保持健康。正如「教出好聲音」更有醫生在現場為我們察病，觀看聲帶狀況；「教出好腸胃」則有中、西醫生到場駐陣，在聽完一系列完整的講解後，更品嚐了一杯「丁香桂花茶」令整個活動超出期望，這兩個工作坊十分適合作為教師的我，期望以後可以有更多同類的工作坊。

教師職業健康工作坊

教出好聲音

聽力、咽喉健康講座、護嗓妙方分享

嘉賓：李加穎醫生
澳亞醫療中心醫生

日期：3月17日下午3點
地點：中華新青年協會
(澳門若翰亞美打街7號友聯大廈地下1舖)
對象：本澳青年教師
人數：35人

報名：即日起至3月13日
掃QR CODE報名

查詢：28358963曾小姐




教出好聲音

「教出好聲音」李醫生分享發聲練習



「教出好脊骨」講師講解脊椎健康測試



「教出好腸胃」大合照

醫科生臨床 培訓課程

醫科生臨床培訓課程已連續第二年舉辦，不論是授課導師還是課程內容，一直廣受醫科生歡迎和醫科師兄師姐的推薦。為了令於外地就讀的醫科生能更了解本澳醫學發展及疾病個案，活動邀請了現職醫生擔任導師，並把參加者依其年級分班，升大二至大四者為初階班，升大五或以上者為高階班，再配以小組式教學。課程內容分為

案例探討

針對臨床醫學案例，教導參加者結合報告解讀方法去分析案例、作出診斷及處理

實作課程

教授臨床技能實作，如基礎縫合、膿腫切開引流及各類穿刺術，先作示範式教學再分小組練習，訓練其臨床思維及動手能力。

鄺子峰

初階班參加者 -
復旦大學臨床醫學系



導師們分享他們在前線進行醫護工作時所遇到的各種案例，提供了在書本中很難獲得的臨床經驗，收獲比預期多。

許嘉明

高階班參加者 -
中山大學臨床醫學系



課程大量引用病例，十分實用，例如在臨床實習中經常會遇上骨折、低血壓查因等病人。實際操作方面也是從臨床出發，立根於醫學生的需要，並給予在讀醫學生一個提早接觸臨床技術的機會。

夏文傑

高階班參加者 - 南方
醫科大學臨床醫學系



透過課程將書本中所學到的知識與臨床可能遇到的情況結合，對未來的臨床工作有很大的幫助，希望之後還能參加更多類似的課程，鍛煉臨床思維及操作手法，為臨床工作打好基礎。

廖耀行

課程導師



十分感謝新青協給予這個機會，與同學分享自己所學，特別是書本上未能盡列的不同案例，結合邏輯判斷和實際操作，更能激發同學的創新思維。冀望日後能繼續有機會，分享的同時，亦可教學相長，共同追尋醫者仁心的堅定目標。



急症氣道處理練習



膝關節注射練習



基礎縫合練習



初階班大合照

健康促進 推廣活動

越來越多疾病趨向年輕化，患慢性病人數也不斷上升，本會希望透過不同主題的健康知識「講」場和健康知識巡迴展，能持續向社會大眾提供預防疾病和健康生活方式的訊息。

今年共舉辦了 73 場講座，參與的機構共 25 間中心和 7 間學校，包括母親會安老院、仁慈堂安老院、聖瑪利亞安老院、下環老人中心、港澳信義會恩耆中心、沙梨頭坊會頤康中心、嘉諾撒聖心英文中學、新華學校、聖若瑟教區中學第六校、聖羅撒女子中學中文部等，簡介各種疾病的成因、症狀及預防方法，宣傳健康的生活方式。

講師 - 牙醫



一般人都對牙齒保健知識模糊又很害怕看牙醫，而這些講座輕輕鬆鬆地暢談牙齒時，大家都能放下壓力，認真地學習如何保持健康的口腔環境，非常有意義，更重要的是希望能透過講座令大家對“看牙醫”有別的想法和不再恐懼。

講師 - 護士



在長者講座中，漸漸注意到內容不單只是簡報投影片的設計要夠吸引，還有演講聲線、語速、順暢度的掌握，更重要的是注意現場互動與氣氛的掌控，要具備能夠感染到聆聽者的親和力。

健康知識「講」場主題包括：

健康知識 「講」場主題	● 健康飲食與營養	失智症及柏金遜症
	● 牙齒保健	關節炎與骨質疏鬆
	● 藥物教育	腕管綜合症、電腦症後群
	● 中醫飲食及經絡位認識	常見慢性病
	● 長者生理心理變化調適	常見傳染病
	● 性傳染疾病	急救學理論
	● 前列腺、婦科疾病	眼部疾病



預防流感講座



中醫飲食與經絡位認識講座

MEGA FIRE

隨著社會的發展和進步，越來越多市民開始注重自身的健康狀況，但又基於各種問題，例如沒有同伴或資源、生活節奏太快等，以至難以開始運動並持之以恆。

運動使我們相聚一起，無論你喜歡運動競技、戶外活動、還是想擴闊社交圈子，今年本會針對不同的青年，舉辦了各類型的運動供大家參與，包括

- 龍脊行山日
- 火把籃球隊
- 大學生運動會
- 水塘夜跑團
- 就是愛打桌球日

夜跑團固定跑友



減腩尚未成功，同志仍須努力。參加了健康的活動一段時間，雖然還未練成模特的身材，但認識了一班志同道合的朋友，收穫了滿滿的友誼。

大學生運動會活動籌委



由當年的參加者成為今年的籌委，角色不同，感受也不同。最擔心的事情就是參加者發生意外受傷，因此在設計團體遊戲項目時盡量把受傷的風險減到最低。希望透過運動拉近大家之間的距離，一同享受運動的樂趣。



團體運動競技大合照



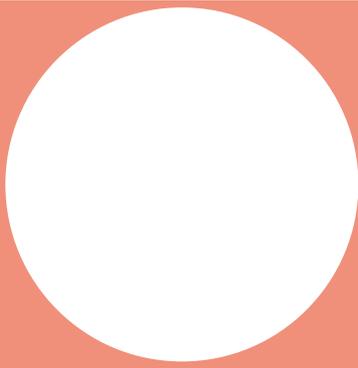
就是愛打桌球活動



籃球賽各隊隊長進行開幕式



火把籃球隊



會員事務 Member Affairs

作為本澳一個活躍的青年團體，本會希望各種形式的活動能讓參與的青年享受著“同道中人”的默契、享受著“樂在其中”樂趣。而一個團體的可持續發展最重要是如何凝聚會員、團結會員共同去推動社團會務發展。因此，開展多元及創新的會員事務及活動是本會不容忽視的。

為了提供會員自我增值的機會，過去一年舉辦了多種不同類型的活動，如行山、繩索、攀石、獨木舟等戶外體驗活動讓青年可以在工餘的時候，都可以接觸大自然、放鬆身心、挑戰自我；亦透過舉辦不同的工作坊如紓壓繪畫、乾燥花束、品酒班、咖啡班、瑜珈班等發掘他們對各種興趣的可能性。

青年，就是社會的原石，經過不斷琢磨、便會更加閃亮。

作為一個青年社團，其角色就像一個加油站，為他們帶來更多正能量。

會員發展委員會主任

劉嘉禧



第二十次會員大會 暨第九屆就職典禮

作為全年活動的第一炮，會員大會除了匯報及審視過去一年的工作外，當然還少不了表揚積極參與活動的會員及理監事，為他們過去一年的貢獻給予一個肯定。



第八屆負責人正在匯報過去一年的會務工作及財務報告



主要負責人在中聯辦教青部徐婷部長及機關青年協會戴儒鳴主任見證下進行換屆交接儀式

最佳主任獎



本地志工委員會主任李慧珊(左一)為「最佳主任」得獎者

因加入新青協，才能成就現今的我，另外要感謝每一位志願全人，無論是參加者，組織者還是籌備人員，要做好每一部分都很不容易，缺少了任何一個都不會是現有的志願大家庭，每一個人都值得為自己鼓掌。我是由本地志工培訓的參加者開始，打開新青協這道溫暖大門的。而任職本地志工委員會主任的四年期間，認識了更多有想法，有熱情，又肯出心出力的年青人，令我再次肯定每一次的成長，必定可以為更多人效力！願未來我們繼續一起，共同打造一個各展所長的平台！把每一個人收藏的志願之心，發放到世界每一個角度！



最佳大學生聯會獎 得獎代表



最受歡迎活動獎 得獎代表



最佳委員獎 得獎者



最佳活動獎 得獎代表



最佳委員會獎 得獎代表



最積極會員獎 得獎者



出席活動嘉賓及新一屆理監事會及事務委員會大合照

促進會員身心發展 系列活動

透過各種文娛康體活動，為本會會員提供一個有益身心，與別人交流的機會；利用多個戶外體驗及工作坊，可以讓本會會員加深彼此之間的認識，增強團結合作的重要性。為澳門青年在閒餘時間提供了各種充實生活的活動，因應顧及不同的受眾，活動對象分別設有青年人及親子類型。



乾燥花束工作坊



親子夏日電影欣賞



獨木舟體驗

**會員事務範疇全年無休
為不同年齡會員舉行多類型活動**

- 1
- 2
- 3
- 4
- 5
- 6
- 7
- 8
- 9
- 10
- 11
- 12

**4 月活動
紓壓繪畫工作坊**



**9 月活動
親子迷你冰皮月餅製作班**



**10 月活動
生態瓶工作坊**



**3 月活動
難得一日去行山**



**5 月活動
親子遊繩、攀爬及飛索體驗**



**9 - 12 月活動
瑜珈舞蹈系列課程**



生活 成長營

通過短期的培訓活動，讓都市生活的青年人遠離繁囂城市，暫時放下急速的生活節奏。在兩日一夜的生活成長營中，欣賞美麗的大自然風光，學習無痕山林知識、鍛鍊野外求生本領，結識新朋友，透過活動者瞭解自己的性格及特質，每年均以不同主題形式，讓參加者透過兩天的時間感受不一樣的體會。

參加者

● 陸小敏



參加者 陸小敏 (右一) 與其女兒

有一次有意無意中看到了新青協舉辦的香港露營活動，很感興趣，但又怕自己完成不了，便叫阿女陪我參加，經歷很多的第一次：第一次感受到行雷中的露營，第一次飲用山水，第一次行這麼難行的山，多麼難忘的經歷。這個活動看似是年輕人的玩意，但只要你敢於嘗試，就不會無可能。

參加者

● 林小佩



突破自己，第一次背重裝行山，第一次六月係熱到暈的香港露營，雖然過程中不時懷念家中冷氣，但也是一個有趣體驗，亦學習到無痕山林的一些知識，很有滿足感。



團隊往香港前於港珠澳大橋通關口岸合照



健行過程的合照



夜間學習爐具的使用



第一次在野外露營的特別體驗

集思會

為了會務能夠更有序地發展，本會每年均會組織理監事及會員外出舉行短期的集思會活動，一方面是加強理監事及會員之間的聯繫，一方面是透過會議向理監事介紹範疇未來一年的工作。

- 本年度集思會形以主題演講、分享、團體遊戲及圓桌討論形式舉辦。
- 討論各範疇的工作重點，收集不同的意見



小組議題討論



下午場大合照

活動分享者

● 陳浩楠



「三分鐘熱度是正面 / 負面 / 中性？」

活動分享者

● 李秀華



「我為什麼會在這裏？」

活動分享者

● 施妮娜



「全職社團人士」

活動分享者

● 陳嘉敏



「20 歲的人生不能等到 30 歲才開始」

活動分享者

● 曾淑美



「火把人，起來吧！」

活動分享者

● 劉家禧



「參與社團的原因」

大灣區青年合作發展計劃 “始於足下” 徒步大灣區文化體驗之行

惠州有「粵東門戶」之稱。惠州生態環境優美，綠色發展指數排名廣東省第一。有別於一般的考察，本次活動讓參加者以徒步形式深入大灣區惠州。經過叢林、走過山澗，走入當地村落，感受當地居民的生活，看到很多在澳門少見的風光。翌日於營地進行了一系列的歷奇項目訓練，在鍛鍊身體同時加強組織能力的培訓。此外，除兩天的活動外，也透過品嚐當地的農家菜，晚上抬頭觀星，用另一個角度欣賞灣區城市的節奏。

參加者

● 李敏慧



這次惠州之旅讓我切身認識到被喻為廣東 / 深圳後花園的惠州之美。5 小時多徒步穿梭於山林小路，遙望遠方的羅浮山，欣賞四周的宜人秋色，實在令人心情舒暢，把週間工作累積的壓力一掃而光。澳門本身地少，綠色資源尤缺，大灣區拉近了澳門與區內各種資源的距離，實在令人感動。徒步期間，亦見識到惠州優美的生態環境以及綠色產業的蓬勃發展，包括在山林間悠閒漫步的牲畜家禽及蜂農的蜂箱等。

參加者

● 梁嘉琪



梁嘉琪 (左四)

在二日一夜的旅程中，由羅浮山出發，慢步感受惠州的自然風光、休閒農牧業發展、鄉鎮分佈規劃，再到博羅歐野奇境營地進行團隊建設。透過生火大挑戰、野外射箭、求生營救挑戰、真人 CS 等一系列活動，讓我們從陌生變得團結，跳出自己的小框框，勇於挑戰自己，讓自己去體驗不一樣的世界。

二天的行程雖短暫，但讓我對灣區隊友 --- 惠州有了更多面向的認識。澳門作為大灣區的核心城市，以「一中心、一平台」為發展定位，在這次旅程中對“休閒”有了更多角色的認識。作為澳門青年人，我們應該多了解、多嘗試、多思考，利用大灣區發展機遇共築澳門夢。



團隊徒步前於自然生態保護區合照



徒步過程中參加者彼此互助



參加者於營地進行團體挑戰 - 模擬逃生



所有參加者完成徒步 20 公里挑戰獲頒徒步證書



徒步進入當地自然生態保護區

新媒體 2019 最受歡迎貼文

觸及人數 TOP 5

70k 五四青年節 X 澳門青年金句

2019.05.04

每個青年都有屬於自己的成長故事，
所經歷的種種，塑造了一份信念，
心中的信念，成就著青春人生。
願有故事的您，都能成為有信念的人！



54k 澳門樓價 #10年挑戰

2019.01.17

10 年樓價升左 4 倍有多 ...
再睇睇我個荷包

	2008年	2018年
澳門半島	\$2222/呎	\$9721/呎
氹仔	\$2052/呎	\$9137/呎
路環	\$2480/呎	\$11100/呎

41k 新青協收集社區意見

2019.09.19

交通擠塞？車位不足？街道滴水？.....
前幾日，離島社諮會副召集人、新青協副理事長施妮娜，市政署市諮委、新青協副理事長張嘉敏，同埋新青協房屋政策關注組副召集人陳浩楠，一齊去咗筷子基一帶同當區居民傾計，收集咗約二十位市民對社區嘅意見。



39k 機遇論壇：新時代·新青年

2019.05.20

召喚神龍要集齊七粒龍珠，
但要見到活躍在灣區不同領域的青年，
參與 5 月 26 日星期日嘅
「機遇論壇」就得啦！



38k 零距離透視「醫」世代

2019.09.11

- 距離接觸各醫療範疇人員
 - 距離探索各醫療行業資訊
- 包括醫學專科培訓制度同執業註冊制度...
只要你想知嘅，感興趣嘅
我地都解答到你嘅疑問！



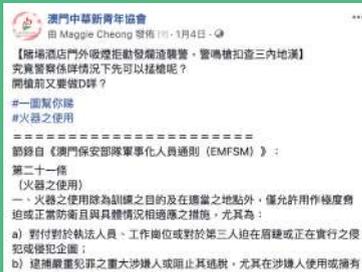
新媒體 2019 最受歡迎貼文

貼文點擊次數 TOP 5

8.8k 咩情況下
警察可以搵槍？

2019.01.04

究竟警察係咩情況下先可以搵槍呢？
開槍前又要做 D 咩？



咩情況下警察可以搵槍？
(訓練目的、適當地點、極度脅迫、正當防衛)

澳門中華新青年協會
具體情況如下

防禦侵犯	追捕罪犯	拘禁逃犯
解救人員	阻止造成社會 重大損失	維持公共秩序
緊急情況下用於 警告或求救	消滅危及安全或 傷重不治之動物	

開槍前警告

3.8k 「青年友計傾」之
我要準時下班

2019.01.17

加班係每個打工仔都會經歷嘅問題，
有人認為工作唔應該占用私人時間，
有人則認為加班可以獲得更多經驗，
其實面對加班工作，自己嘅心態先最重要！



【新聞分享】新青協關注在職人士超時工作問題 辦討論會集思廣益
澳門中華新青年協會日前舉辦「青年友計傾」討論會，會議以「我要準時下班」為主題，由新青協理事黃宏威擔任主持，並邀請到新青協會會長周永豪，澳門青年教育工作者協會會長、新青協副會長曾淑美，以及議員辦事處助理高岸峰任嘉賓，就目前本澳在職人士所面對的超時加班工作問題進行探究和分析。是次會議吸引約二十名本澳青年參加出席，與會者在會議期間踴躍發言、各抒己見，現場氣氛熱烈。



3.2k 陳昭怡：豐富置業階梯，解決上樓難題

2019.08.16

第五屆行政長官候選人賀一誠早前提出，若當選後會研究措施幫助夾心階層上樓。公共房屋事務委員會委員陳昭怡在澳廣視訪問時，表示樂見措施解決「青年置業難」和「夾心階層」問題，亦需要加快討論和細化。



3.1k 2018 澳門青年理財習慣研究調查

2019.01.23

- 青年每月消費佔收入的平均值約為 54.3%；
- 近 6 成受訪青年沒有投資經濟；
- 青年不投資的兩大主因：無錢、唔識；
- 27.3% 受訪者對理財完全不認識、56.6% 受訪者對理財認識只屬入門級水平；
- 超過 6 成的投資者選擇投資股票；
- 作投資決定時，超過 6 成基於自己分析，但約 56% 投資者會將身邊人推介作為考慮因素 (number 降?)

澳門經濟成就突出，但對市民的生活體驗有辣有唔辣；善用理財工具、多元化的投資渠道和恰當的投資觀念將成為廣大澳門市民，尤其青年在完成人生目標和抗通脹的重要手段，為更瞭解澳門青年對投資的態度，新青協在2018年11月完成了“2018澳門青年理財習慣研究調查”，希望透過是次的研究一探澳門青年的入息水平、理財習慣、投資觀念和澳門金融市場上的服務及工具的多樣性，以提升社會對青年理財習慣的瞭解，並提出種種建議，藉此達到拋磚引玉的效果，引起社會各界對青年理財的重視。

【完整報告】：<https://goo.gl/n6db6V>

3k 張嘉敏籲政府市民商戶合力防治鼠患

2019.03.04

過街老鼠，人人喊打！
近排真係一個打十隻都唔掂！

澳門中華新青年協會
由 Tiffany Cheong 發佈 191 · 3月4日 ·

過街老鼠，人人喊打！
近排真係一個打十隻都唔掂！
#三無策略 #無處可食 #無處可睡 #無路可走
#雖然我唔係啲啲A夢
#但我有問佢一樣怕老鼠噏心



火把兄弟 姐妹寄語



張志雄
副理事長

青年人只要不放棄努力和追求，小草也有點綴春天的價值。新青協是一個讓我成長的地方，無論在工作和社會上都給我一個發展的平臺，還讓我認識到一班熱血的青年人，火把們，加油。



黃宏威
健康教育推廣委員會理事

新青協，今年是我接觸的第七個年頭。作為青年的同行者，「火把」在青年工作上始終不遺餘力，充滿活力同熱情，讓我們「持續關注青年，一起改變未來！」



包杭綺
社區醫療發展委員會主任

伴隨著粵港澳大灣區的發展，為了促進澳門青年持續成長，我們需要洞察先機，了解未來發展的趨勢，舉辦更多具創新性活動服務青年。



夏子榮

國際志工委員會主任

資訊爆炸又紛亂的時代，獨立、批評的思考顯得格外重要。「家長式」的權威、媒體所展示給我們的都不是全貌。跟我們一起走出去，透過志願服務換個角度去了解，打破因無知或偏見帶來的隔閡與誤解。



陳疇彥

預防賭博委員會委員

年青人不願意做義工，是因為他們覺得浪費時間、付出勞力後又沒有金錢回報。其實義務工作可以令你增長見識、學習與人相處、得到成長經驗和真摯的友誼，這些都是錢無法換取，而往往得到的比付出更多。



吳俊傑

副秘書長

新青協致力協助青年成長，大家用自身的專業，推動範疇工作，如山洞中的火光，引領著出口方向。成長的道路上，總會有你伴隨，火把與我們一起點燃青春。



辜鍾欣

青年事務關注組副召集人

新時代下的我們都曾經歷迷茫，感恩能夠遇見新青協並成為其中一份子。這裏有機會、有舞臺、有亦師亦友的夥伴，我在當中學習並累積了許多難得的經驗，亦在不斷探索與嘗試的過程中取長補短。希望新青協繼續前行，團結、帶領青年做新時代有理想的奮鬥者！



黃浚文

大專事務委員會副主任

青年強則國家強，青年代表著國家的命運。投資年青一代等於投資未來，期望我們新記繼續秉承專注為青年的方針，為培養青年人盡一份力量！



林嘉華

升學就業委員會理事

寧願試過了才後悔，也不要因錯過了而感到後悔。寄望火把們在新一年能夠捉緊人生路上的每個機遇，發揮所長，發熱發亮！



黃滋才

經濟政策關注組召集人

聚是一團火、散是滿天星。新青協作為澳門最有影響力的青年社團之一、社會參與亦作為新青協的六大範疇之一，為青年提供了很好的發聲、參政議政平台，願今後繼續夥同有志青年，為澳門青年發聲，共同為澳門未來盡一份力！



陳昭怡

城市規劃關注組召集人、房屋政策關注組召集人

轉眼又一年，從過往面向協會內會員，到今天對外向青年群眾，擔上公屋委身份，愈具挑戰，亦愈具使命。這是一個平台，更是一個機遇。總結今年，份外感受到「擔起袖子」的重要。繼續歡迎大家跟我分享你們的居住計劃！

本會各範疇 專頁介紹



澳門中華
新青年協會

[http:// bit.ly/MNCYA_info](http://bit.ly/MNCYA_info)



生涯規劃
諮詢中心

[http://bit.ly/MNCYA_ CLPcenter](http://bit.ly/MNCYA_CLPcenter)



新部落 2

[http://bit.ly/ MNCYA_NewTribe](http://bit.ly/MNCYA_NewTribe)



信和醫療中心

[http://bit.ly/MNCYA_ SonVoMedicalCenter](http://bit.ly/MNCYA_SonVoMedicalCenter)



青年就業博覽
Youth Career Expo

[http://bit.ly/MNCYA_ YouthCareerExpo](http://bit.ly/MNCYA_YouthCareerExpo)



新青協
國際志工營

http://bit.ly/MNCYA_IVS



理想探索者

[http://bit.ly/MNCYA_ iexplorer](http://bit.ly/MNCYA_iexplorer)



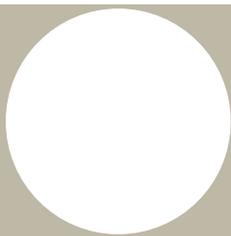
新青協 -
智醒少年

[http://bit.ly/ MNCYA_smartteenager](http://bit.ly/MNCYA_smartteenager)



健康大使
培訓計劃

[http://bit.ly/MNCYA_ HealthAmbassadors](http://bit.ly/MNCYA_HealthAmbassadors)



本會各範疇 專頁介紹



澳門中華
新青年協會



健人健自

協會屬下 設施介紹

● 信和醫療中心

信和醫療中心是澳門中華新青年協會屬下的一個非牟利醫療機構，中心以「普及醫療常識，匡老弱扶婦幼，共創健康社區」為宗旨，為市民提供專業醫療護理服務。2019 年度就診人次約有 30000 萬人，中心共有三名醫生駐診，提供內、外、婦、兒科、皮膚性病等全科診療和早療服務；備有一般常規體檢服務、血液、大小便常規檢查、子宮頸抹片、愛滋病快速測試等多項檢測項目；亦會舉辦健康講座和拐杖、助行器、輪椅免費租借服務，如有需要可向本中心申請。

因受澳門特別行政區政府衛生局資助，以下人群可獲免費西醫門診服務 **：

澳門永久和非永久性居民之

- 10 歲或未滿 10 歲的兒童
- 中、小、幼學生（持澳門特別行政區教育暨青年局發出之學生證）
- 65 歲或以上的人士
- 孕婦、臨產婦女及分娩後 1 個月內的產婦（須出示醫生證明）**
- 社會風險保障者（出示社會工作局「援助金受益人識別卡」）
- 持由仁伯爵綜合醫院社會工作部發出「衛生護理證（黃卡）」
- 持由仁伯爵綜合醫院求診者處發出「衛生護理證（藍卡）」
- 殘疾評估登記證持有者（於持澳門永久性居民身份證的居民）

** 符合資助且有合理需要的人士，
48 小時可使用 1 次免費門診資助

** 指一般西醫門診服務，
產科門診服務



● 新青協會址簡介

新青協會址位於若翰亞美打街 7 號友聯大廈地下 I 舖，可供 80 人活動使用，會址設有禮堂、會議室，提供書刊雜誌供會員閱覽。會址為新青協會務及各範籌活動提供場地及設施，當中包括拜訪、講座、會議、聚會、開設興趣班、課程等。



● 生涯規劃諮詢中心

「生涯規劃」可以幫助我們了解自己的興趣、能力、價值觀，認識人生的各種角色和每一項職業對社會獨特的貢獻和重要性，新青協設有生涯規劃諮詢中心，積極培訓生涯規劃諮詢師，為市民大眾提供專業、優質的服務。中心裡設有諮詢室，讓諮詢師與求助者能在安心舒適的環境中進行諮詢，選用評估工具來協助求助者進一步認識自己。求助者閱覽與生涯規劃有關的書籍，進一步認識生涯規劃理論或查找相關資料。



● 青年活動中心簡介

新青協青年活動中心位於提督馬路 131 號華隆工業大廈 10 樓，可供約 200 人活動使用，中心設有禮堂、會議室、活動室，提供書刊雜誌供會員閱覽。中心為新青協會務及各範籌活動提供場地及設施，舉辦例如拜訪、講座、會議、聚會、興趣班、電話調查等活動。





本會 通訊錄

● 青年活動中心 / 秘書處

電話：(+853) 2835 8963
 傳真：(+853) 2835 8736
 電郵：mymacau@macau.ctm.net
 地址：澳門提督馬路 131 號
 華隆工業大廈 10 樓
 辦公：周一至周五
 09:00-13:00，14:30-18:30

● 會址

電話：(+853) 2856 6492
 地址：澳門若翰亞美打街 7 號
 友聯大廈地下 I 舖
 辦公：周一至周日
 09:00-18:30

● 生涯規劃諮詢中心

電話：(+853) 2835 8963
 傳真：(+853) 2835 8736
 電郵：career.myorgmo@gmail.com
 地址：澳門提督馬路 131 號
 華隆工業大廈 10 樓
 辦公：周一至周五
 09:00-13:00，14:30-18:30

● 信和醫療中心

電電話：(+853) 2826 1727
 傳真：(+853) 2826 0921
 電郵：sonvomed@gmail.com
 地址：澳門筷子基蘭花前地 278,284 號
 信和廣場地下 N 及 T 舖
 辦公：周一至周五
 09:00-13:00，15:00-19:00
 周六、周日
 09:00-13:00

澳門青年 2019

出版者： 澳門中華新青年協會
地址： 澳門若翰亞美打街 7 號友聯大廈地下 I 舖
電話： (+853) 2835 8963
網址： www.my.org.mo
出版日期： 2020 年 1 月
印刷數量： 1000 本
書刊設計： 青亭文化有限公司
編輯： 王佩貞，李慧珊，吳惠心，廖潤賢，麥瑩琛，歐凱欣



澳門中華新青年協會
Associação de Nova Juventude Chinesa de Macau
Macao New Chinese Youth Association



ISSN18811-7937