



第2屆「靈修工具」— 靈性發展工作坊

訓練署將於下列日期舉行上述工作坊，由總部總監（導引與靈性發展）余永健先生主持。工作坊旨在教導參加者如何藉著各種的靈修工具幫助自己提升內在平靜和建立正面價值觀，從而改變自己、學會理解和接納他人。這個工作坊結合了幾個重要的元素，包括「放鬆」、「接納及容讓」、「專注及處理雜念」，以及認識「我是誰」。

參加者可以學會更好地管理壓力、平衡情緒並培養內在的寧靜。於認識「我是誰」的過程中，讓參加者深入反思自己的身份、價值觀和內在需求，從而更清楚地理解自己的情感和行為模式。

完成工作坊後，參加者應能：

1. 認識「靈修」工具的重要性；
2. 放鬆身心，並促進內在平靜；及
3. 建立更健康的心靈狀態和認識「我是誰」。

詳情如下：

(一) 日期及地點：

日期	星期	時間	地點
2025年5月29日	四	1900 – 2200	香港童軍中心
2025年6月6日	五		

(二) 授課語言：粵語

(三) 參加資格：持有有效領袖委任書／教練員委任證／會務委員委任證之人士（前線領袖優先）

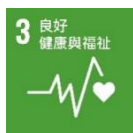
(四) 費用：每位港幣\$60，包括活動物資及茶點費用。

(五) 報名辦法：1. 郵寄或親身報名：填妥報名表（PT/02c）於截止日期前連同以「香港童軍總會」為收款人之劃線支票（一人一票）交往九龍柯士甸道童軍徑香港童軍中心908室訓練署。PT/02c可於總會網頁的表格下載區 (https://www.scout.org.hk/article_attach/7196/PT02c_Aug_2019_Application_Form_for_Wood_Badge_Training_Course.pdf) 下載。
2. 網上報名：登入「訓練管理系統」(<https://tms.scout.org.hk/member/home>)，於網上報名及付款。
3. 如申請人填報之資料不全，將直接影響被取錄之決定。

(六) 服裝：童軍短袖反領活動服

(七) 截止日期：2025年4月29日（星期二）

(八) 備註：1. 取錄與否，均以電子郵件通知。
2. 參加者一經取錄，所繳交之費用將不獲發還。
3. 參加費及取錄資格均不可轉讓他人。
4. 參加者須全期出席，不得遲到或早退，並需要完成指定的事工，始獲考慮頒發證書。
5. 報名者如在工作坊舉行前兩星期尚未收到「接納／不接納通知書」，或有查詢，請於辦公時間內致電2957 6473與訓練幹事徐定喜女士聯絡。



訓練總監
(郭靈琳  代行)