

# 澳門樂施會 世界公民教育

活動概覽 2025/26



澳門樂施會

電話  
(853) 2875 7750

網址  
[www.oxfam.org.mo](http://www.oxfam.org.mo)

教育活動查詢熱線  
(853) 2875 7617

傳真  
(853) 2875 7667

地址  
澳門宋玉生廣場258號建興龍廣場18樓F室

籌款及義工活動查詢熱線  
(853) 2875 7750

電郵  
[info@oxfam.org.mo](mailto:info@oxfam.org.mo)

插圖及設計  
Gigi Kong



# 與社區連結・與世界連結

貧富懸殊、氣候變化、糧食危機等問題，影響著世界不同地區、階層、種族和生活方式的人。

「世界」與我們相互依存，我們每一個選擇和行動，或會對他人造成影響。

「公民」在社群中都發揮著不同的角色，在享受權利的同時，亦有需要履行的義務和責任。

當世界公民與社區和世界連結，我們都能夠超越地理的邊界，一起建立更和諧、平等和可持續發展的世界。

## 關於澳門樂施會

樂施會是國際扶貧機構，致力透過政策倡議、社區扶貧及人道救援服務，與大眾共建「無窮世界」。

樂施會澳門辦公室於 2012 年 2 月成立，除竭力在全球推行扶貧救災及倡議工作外，也積極在澳門投放資源，培育青年人成為世界公民，共同改變導致貧窮的不公平現象。

全賴澳門各界及捐款者的支持，樂施會將繼續善用捐款者一分一毫，開展本地及全球的扶貧項目，並繼續在澳門舉辦教育活動。



## 目錄

世界公民教育活動	03
專題工作坊	05
專題講座	13
報名須知及收費	15
良食企劃 2025/26	16
籌款活動	17



# 世界公民教育活動



每年樂施會為學校、團體、企業及公眾舉辦不同形式的世界公民教育活動，讓學生掌握貧窮的現況和成因，建立同理心，並思考如何為扶貧出一分力。

## 放眼世界

Think globally

強調世界上不同群體、地區之間的依存關係，讓人有能力從日常事件中，找到全球、本地與個人之間的連繫。

## 立足澳門

Act locally

以本土及個人行動，回應全球貧窮與不公義問題。

## 參與式教學過程

Engaged learning process

善用互動式或體驗式學習，引起參與者的興趣與情感，鼓勵他們獨立思考，並分享想法。



## 度身訂造教育活動

我們可按學校或社團需要，設計活動內容，或將活動組合成特別的教育計劃，讓參加者有不一樣的學習歷程。

### 一次性活動

繪本共讀、互動工作坊、手作工作坊、真人圖書館、講座等

### 教育計劃

義工或領袖培育、跨學科教育活動、生命教育活動等

- 對象 幼稚園至大專院校學生
- 人數 15 人或以上、一班或全校
- 節數 約 1 節至 10 節
- 時間 視乎個別活動安排
- 收費 另議

## 樂施行動組

透過定期的課堂培訓、帶領中學生組成學校專屬的「樂施行動組」，走入社區服務有需要人士。

- 對象 中學生
- 人數 15 至 20 人
- 節數 8 節或以上
- 時間 視乎個別活動安排
- 收費 另議



## 專題工作坊

### 北區深度行

# 本地貧窮

澳門是一個富裕城市，沒有大比例的貧窮人口，也沒有大面積的貧民區。然而繁華背後，有一群隱沒在城中殘破樓宇裡的人，營營役役地生活著。透過社區遊，一起深入了解澳門貧窮人的生活面貌及處境。本工作坊與城市規劃師林翊捷合辦。



- 對象 | 中學至大專學生、成人
- 人數 | 15 - 20 人
- 長度 | 2 小時
- 地點 | 祐漢社區 (戶外)



### 內港深度行

# 本地貧窮 # 氣候變化

2017 年 8 月颱風天鴿吹襲澳門，引發風暴潮，幾乎淹浸整個內港區。參加者將透過實地考察及行動任務，了解氣候變化及極端天氣如何影響日常生活，及為社區帶來強大的破壞力。本工作坊與城市規劃師林翊捷合辦。

- 對象 | 中學至大專學生、成人
- 人數 | 15 - 20 人
- 長度 | 2 小時
- 地點 | 十月初五街及下環一帶 (戶外)



### 歷耆記 - 長者服體驗工作坊

# 本地貧窮

人口高齡化，基層長者的生活會面對哪些挑戰？透過穿戴模擬裝備，親身體驗長者在視力、行動及手部活動上的障礙，如何影響他們的生活，及思考支援方法。本工作坊與鮑思高青年服務網絡合辦。

- 對象 | 中學至大專學生、成人
- 人數 | 15 - 30 人
- 長度 | 1.5 小時
- 地點 | 下環社區 (戶外)



### 紙皮回收體驗

# 本地貧窮

參加者將體驗收集及整理紙皮的回收過程，了解城市裡垃圾的去向和環保處理方式。透過身體力行感受拾荒者的辛勞，加強參加者對拾荒者的同理心，及其對澳門環保回收事業作出的貢獻，提升參加者的環保意識。本工作坊與拾芳環保回收社會企業有限公司。



- 對象 | 中學至大專學生、成人
- 人數 | 4 - 9 人
- 長度 | 2.5 小時
- 地點 | 室內 / 皇朝區



### 北區城市歷奇

# 本地貧窮

走訪北區，實地了解該區的生活面貌，及近十五年澳門經濟在快速發展下的社區轉變，反思澳門的貧窮現況。本工作坊與鮑思高青年服務網絡合辦。

- 對象 | 中學至大專學生、成人
- 人數 | 15 - 30 人
- 長度 | 2.5 小時
- 地點 | 台山、祐漢、黑沙環明珠區一帶



### 活動之 良食校園 氣候變化體驗日營

# 氣候變化

透過體驗活動及任務，讓參加者認識何謂氣候不公義，及氣候變化對世界和澳門的影響。本工作坊與綠色未來合辦。

- 對象 | 高小至大專學生、親子 (初小學生)
- 人數 | 15 - 50 人
- 長度 | 2 小時 或 4 小時
- 地點 | 路環市區、譚公廟外海灘、竹灣營地



## 《我的超人婆婆》生命教育講座

# 弱勢社群 # 抗逆

老友記「長濃婆婆」過去因為隔代照顧及貧窮問題，而面對巨大的生活逆境，以其積極面對人生的態度，從而鼓勵參加者更正面面對生活中的困難。以劇場手法，生動並具情感地演繹主人翁的生命故事，一起反思個人如何為社會上不同的弱勢人士帶來一點的正面影響。本工作坊與石頭公社合辦。

對象 | 初小至大專學生、成人、親子

人數 | 15 - 30 人

長度 | 45 分鐘 - 1 小時

地點 | 室內

活動  
良食校園 街市尋「寶」團

# 剩食與本地貧窮

在採購蔬果時，大多數人都習慣優先挑選外觀漂亮、沒有破損的，結果不少「醜蔬果」被丟棄。其實蔬果不論美醜，都不會影響它的營養價值。在義工們帶領下親身走入街市，尋找這些被遺棄的「寶物」，讓它們的故事得以延續。本工作坊與救世軍喜樂家庭綜合服務中心、高士德宣道堂社區服務中心和鮑思高青年服務網絡合辦。



對象 | 中學至大專學生、成人、親子 (小學生)

人數 | 4 - 6 人

長度 | 2 小時

時間 | 祐漢及下環區 17:30 - 19:30

高士德區 18:00 至 20:00

地點 | 祐漢區 / 高士德區 / 下環區

逢星期二、五  
及公眾假期除外活動  
良食校園 樂施貧富宴

# 糧食與飢餓

2024 年全球約有 7.33 億人面臨飢餓，即每 11 人中就有 1 人捱餓。透過貧富宴，反思飢餓的成因，我們又如何從個人做起，扭轉糧食分配不公義的情況。本工作坊與鮑思高青年服務網絡合辦，建議在午餐或晚餐時段進行活動，報名單位亦可選擇捐出餐費，支持樂施會的扶貧工作。

對象 | 中學至大專學生、成人、親子

人數 | 15 - 50 人

長度 | 1.5 - 2 小時

地點 | 室內

活動  
良食校園 水果樂

# 水資源 # 可持續發展

全球乾旱情況愈來愈嚴重，將近 8.5 億人沒有安全的飲用水，但人類浪費水資源的情況卻沒有減少。透過蔬果種植活動，一起探討和反思如何在日常飲食中，作出環境友善的選擇，令「靠山吃山、靠水吃水」的小農民得到可持續發展的機會。本工作坊與綠色未來合辦。

對象 | 初小至大專學生、親子

人數 | 15 - 30 人

長度 | 1.5 小時 (可分拆為兩節，各約 40 分鐘)

地點 | 室內



活動  
良食校園**剩食變果醬・廚餘變酵素** # 氣候變化 # 糧食公義

了解食物消耗、氣候變化與飢餓之間的關係，為「醜蔬果」進行翻身大作戰，將剩餘的水果製成果醬，利用廚餘製作環保清潔液。本工作坊與綠色未來合辦。

- 對象** | 初小至大專學生、成人、親子  
**人數** | 15 - 30 人  
**長度** | 1.5 小時 (可分拆為兩節，各約 40 分鐘)  
**地點** | 室內

活動  
良食校園**環保肥皂** # 氣候變化 # 公平貿易

平日使用的清潔劑，部分成份包括棕櫚油，是一種會引致氣候變化及土地掠奪問題的原材料，令農民越種越窮。在活動中參加者可親手製作一塊環保肥皂，適用於一般家居清潔。本工作坊與綠色未來合辦。

- 對象** | 中學至大專學生、成人、親子  
**人數** | 15 - 30 人  
**長度** | 1.5 小時 (可分拆為兩節，各約 40 分鐘)  
**地點** | 室內

活動  
良食校園**賣可可・愈賣愈坎坷** # 全球貧窮 # 公平貿易

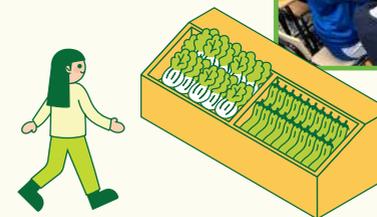
變身農民，了解從種植、到買賣可可豆的過程中，到底發生了甚麼事，令農民越種越窮？本工作坊與鮑思高青年服務網絡合辦。

- 對象** | 高小至大專學生、成人  
**人數** | 15 - 50 人  
**長度** | 1.5 小時  
**地點** | 室內

活動  
良食校園**良食剩宴** # 糧食公義 # 本地貧窮

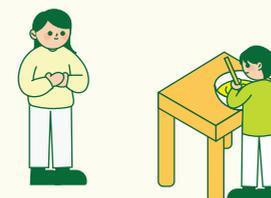
資源，放錯地方就是垃圾；垃圾，放對地方就是資源！把剩食扔進垃圾桶之前，有沒有想過使出搶救三招「再分配、再增值和再利用」？一起探討食物標籤背後的意義，找回屬於消費者的食物知情權，重塑我們的食物選擇權，共饗豐「剩」。本工作坊與綠色未來合辦。

- 對象** | 高小至大專學生  
**人數** | 15 - 30 人  
**長度** | 1.5 小時 (可分拆為兩節，各約 40 分鐘)  
**地點** | 室內

活動  
良食校園**綠色飲食推廣大使工作坊** # 氣候變化 # 可持續發展

擔心溫室效應令氣候變化情況惡化？想行動但不知從何入手？原來在飲食作一點點改變，就能為減緩氣候變化出一分力。參加者可從工作坊中了解食素如何救氣候，更能親手製作美味的素食小點心。本工作坊與綠色未來合辦。

- 對象** | 高小至大專學生、親子 (初小學生)  
**人數** | 15 - 30 人  
**長度** | 1.5 小時 (可分拆為兩節，各約 40 分鐘)  
**地點** | 室內



活動  
良食校園

## 怪獸睇唔「島」 STEM × 繪本劇場

# 氣候變化

開燈，有妖怪！開車，有妖怪！這些妖怪到處亂竄，飛到世界各地作惡，但大人們都看不見也摸不著，只有小朋友能看見。齊來想辦法擊退怪獸！本工作坊與綠色未來合辦，**完整版**包括STEM 活動內容。

**對象** | 幼高至初小學生、親子  
**人數** | 15 - 50 人  
**長度** | **繪本版** 40 分鐘 / **完整版** 1.5 小時  
**地點** | 室內



## 繪本任·你·玩 之 怕浪費奶奶的河川散步

# 氣候公義

海洋污染、飢餓、糧食不安全，「怕浪費奶奶」教大家如何從生活中取材，帶領參加者學習「愛物惜物」、「環保即生活」的概念，討論切身及重要的環境議題。本工作坊與石頭公社合辦。

**對象** | 幼稚園至初小學生、親子  
**人數** | 15 - 50 人  
**長度** | 40 分鐘 - 60 分鐘  
**地點** | 室內



## 繪本任·你·玩 之 小豬 PK 塑料怪

# 氣候公義

三隻小豬都要學減塑？從繪本共讀，與參加者一起認識愛護環境的方法，從源頭開始做起。只要有堅持和勇氣，每個人都可以像小豬一樣，用自己的方式改變現狀，保護我們的地球。本工作坊與石頭公社合辦。

**對象** | 幼稚園至初小學生、親子  
**人數** | 15 - 50 人  
**長度** | 40 分鐘 - 60 分鐘  
**地點** | 室內



## 「天地無家」模擬體驗

# 戰爭與難民

澳門首個以難民為主題的模擬體驗活動。參加者將代入真實的難民故事，為逃避武裝分子殺害，離開幾代人辛苦經營的家園，在異國的難民營裡重新建立新生活。本工作坊與鮑思高青年服務網絡合辦。

**對象** | 高小至大專學生、成人、親子  
**人數** | 15 - 50 人  
**長度** | 2.5 小時  
**地點** | 鮑思高青年服務網絡「瑪利亞中心」  
 (澳門媽閣街 22-22F 海安大廈地庫)



# 專題講座

## 澳門回收業與貧窮

全面認識澳門的回收行業，探討澳門的貧窮狀況對拾荒者的影響，及他們所作的貢獻。本講座與拾芳環保回收社會企業有限公司合辦。

# 本地貧窮

對象 中學至大專學生及成人

人數 15 人或以上

長度 40 - 60 分鐘

地點 室內 / 網上

## 城市規劃與本地貧窮

探討澳門貧窮歷史及近況，了解回歸前後的澳門貧窮問題，及現行相關的社會福利政策。本講座與城市規劃師林翊捷合辦。

# 本地貧窮



## 貧窮人的氣候危機

認識全球氣候不公義的問題，了解飲食和日常生活引起的碳排放情況，反思如何透過消費行為及飲食習慣，為減緩氣候變化出一分力。

# 環境與可持續發展

## 澳門水資源與氣候變化

了解氣候變化的成因，及對澳門水資源的影響，探討及認識澳門如何應對氣候變化。

# 氣候變化



## 無綠不歡星期一

畜牧業是碳排放的頭號元兇，一起認識氣候變化、糧食危機等議題，及與日常飲食的關係。講座後會提供素食小食攤位，認識綠色飲食的好處，從餐桌上減少碳足跡。本講座與綠色未來合辦，並另設親子場次。

# 氣候變化 # 糧食公義



## 澳門移工生活境況

了解在澳移工群體的生活處境及面貌，以同理心看待在澳移工，並認同他們所作的貢獻。

# 衝突與多元文化



## 惜飲惜食繪本講座

以繪本故事開始，帶領認識氣候變化、糧食危機等議題與日常飲食的關係。

\* 本講座適合幼稚園至初小學生、親子。

# 氣候變化 # 糧食公義



# 報名須知及收費

澳門樂施會經費來源一直依賴公眾人士捐款，活動收費將作推動教育工作之用。  
2025/26 活動收費如下：

## ▼ 專題工作坊（按人數）

學校 [幼稚園、小學、中學學生]	高等院校、社團、政府及企業 [學生、成人]
澳門幣 \$10/位	澳門幣 \$50/位

## ▼ 專題講座、繪本任·你·玩、《我的超人婆婆》生命教育講座

學校 [幼稚園、小學、中學學生]	高等院校、社團、政府及企業 [學生、成人]
澳門幣 \$500/場	澳門幣 \$1,500/場

## ▼ 特別活動收費

### ▶ 怪獸睇唔「島」STEM X 繪本劇場[完整版]、氣候變化體驗日營[四小時]

學校 [幼稚園、小學、中學學生]	高等院校、社團、政府及企業 [學生、成人]
澳門幣 \$20/位	澳門幣 \$100/位

## 注意事項：

1. 報名前請細閱「申請須知」。
2. 隨團老師／工作人員不設收費。
3. 所有工作坊以廣東話進行，工作坊內容將按對象需要而進行適度調整。
4. 除戶外活動外，其餘活動報名團體皆需提供合適場地及基本設備，包括電腦、投影機及影音裝置。
5. 所有活動必須符合最低參加人數要求。如最終參與人數少於活動的最低人數，我們將額外收取行政費用，為每場澳門幣 \$1,500。
6. 報名團體務必須為參加者購買相關的活動保險，並提醒參加者穿著合適衣服。

申請詳情及報名請參閱  
[www.oxfam.org.mo](http://www.oxfam.org.mo)  
澳門樂施會 > 教育活動



# 良食校園

## 良食企劃 2025/26 良食校園

透過一系列活動讓學生了解飲食相關的貧窮議題，並鼓勵他們於生活中以行動回應貧窮，攜手建立一個可持續發展的「良食校園」。



## ▼ 活動包括

學校自發活動	校方可提供或推廣公平貿易食品 / 素食餐單或舉辦「良食」相關的校內推廣活動
樂施會指定教育活動	參加樂施會教育講座 / 工作坊。透過互動及體驗式學習了解真實的世界貧窮情況，引發同學反思全球發展與飢餓及貧窮的關係 (可參考標示  的工作坊)
樂施會籌款活動	參加樂施會籌款活動，體驗扶貧工作的重要性，也直接以籌款來幫助支援貧窮人 (可參考 P.17)

\* 凡於 25/26 學年內參與或舉行一項或以上活動將可獲「良食校園」嘉許獎牌及證書

了解更多



# 籌款活動

## 以行動實踐關懷 支援貧窮社群

樂施會全年舉辦多元化的籌款活動，連結學校、企業與社區，鼓勵各界以行動支持全球貧困社群，與我們一起共建無窮世界。

### 學校活動

#### ▶ 樂施米校園巡禮

於校園內設立米檔，由學生擔任義工協助義賣樂施米。

#### ▶ 減貧利是收集行動

於農曆新年捐出利是，將祝福延伸至世界各地的弱勢社群。

#### ▶ 綠惜地球日

穿上綠色衣飾上學，並捐出一天午餐費用，支持受氣候危機影響的貧困人群。

### 企業活動

#### ▶ 樂施之友招募活動

舉辦講座或工作坊，提升員工對全球貧窮議題的認識。

#### ▶ 綠惜地球日

穿上綠色衣飾上班並捐出午餐費用，展現企業對氣候與貧窮議題的承擔。

#### ▶ 減貧利是收集行動

鼓勵員工捐出利是，將節日祝福化為實際行動。

### 公眾活動

#### ▶ 樂施競跑旅遊塔

挑戰 1,298 級樓梯，為扶貧項目籌款。

#### ▶ 樂施米義賣大行動

購買樂施米，或組成親子義工隊伍，實踐關懷行動。



### 小小樂施之友

專為兒童設計的每月捐款計劃，透過親子參與及持續支持，讓孩子從小學習關懷、分享與行動，成為推動改變的一分子。

