



香港太極青年慈善基金
HONG KONG TAI CHI YOUTH CHARITABLE FOUNDATION

(CI NO. 2924794)

Newsletter 九月 | SEP 2021 | 第四期

為了加強「香港太極青年慈善基金有限公司」簡稱「基金會」與成員之間的溝通，讓大眾收到更多基金會的活動資訊，“月刊”將以月刊形式出版；一切活動及有關資訊，除了通過基金會WhatsApp群組發佈外，亦會在“月刊”發佈。



主席的話

編輯組



李暉主席本月邀請到基金會共同發起創辦人，基金會董事文穎怡女士，BBS分享關於基金會創立的初心點滴。以下是李暉主席及文小姐的對談摘錄：



分享成立初心

李暉主席：我習武這些年，太極一直是我潛心研習的項目，有益身心，達己達人，所以成立基金會這個平台是我多年的心願，希望匯集同時也惠及同道。非常感謝文小姐作為基金會董事，共同發起成立基金會。和大家分享一下您當時共同發起成立的初心是？

文小姐：在東華三院在任期間，見證東華三院對歷史文化保育作出了很大貢獻，設立了檔案、文化中心以及

檔案庫。庫內保存歷史檔案包括東華義莊文獻等珍貴資料，保存模式是通過實體檔案庫，數字化文檔等方式將珍貴資料得以保存，讓廣大市民透過資料庫能隨時尋找歷史痕跡，令歷史遺產得以承傳。

但是對像太極這樣的非物質文化遺產，個人認為最好的方式是一代一代的學習及傳承下去，因為文化不是一個固態的東西，而是通過人的精神認同、行為實踐而像河流一樣流動地保存下來，而在這種流動的過程中，更賦有時代特色的演變及進化在裡面，讓太極更具有旺盛的生命力。

所以當時師傅邀請我共同成立，我非常高興一起來為太極，為中華非物質文化遺產的傳承事業貢獻自己的一點力量。



青年培育

李暉主席：提到太極很多固有觀念認為是老年人才會練太極，其實太極的文化精髓及道為天地之本等哲學思辨應該從青少年時期就開始，通過練習太極而潛移默化的讓年輕人習武修身的同時也修養心性，所以叫太極青年慈善基金，我們還是希望下一代能感受國潮的力與美。

文小姐：我相信少年強則國強，少年智則國智，香港的青少年如果通過學習太極，除了強健體魄之外，更能夠把太極作為接觸中華優秀傳統文化的切入點，開始培養對中華文化的興趣及好奇心，更多了解和不斷學習中華文化的各種呈現的模式，琴棋書畫、詩詞歌賦、太極武術、茶道刺繡，中華文化的點滴蘊藏在我們的日常生活當中，但是年輕人需要先找到一個興趣點，進而從點到面的開始拓展對中華文化的認知，進而培養對中華文化的喜愛及傳承，進而從喜歡中國的文化，到培養愛國的自豪感及歸屬感。我覺得青少年的培育是一個任重道遠、功在千秋的慈善事業，縱觀現在香港青少年的教育及培養方面存在的問題，我認為我們基金會的成立是恰逢其時。



下一步工作計劃

李暉主席：說到興趣培養，我們的『武術進校園』計劃就是希望通過從每一所學校開始，在他們的體育課或者課外活動時間，將各樣形式的中華武

術帶到小朋友的面前，讓他們跟隨教練一步一步開始接觸練習，計劃推行到現在已經覆蓋到近2340人次了，很多同學都在學習的過程中自己愛上了太極、南拳等項目，變成了個人的課餘愛好甚至是值得驕傲的個人特長，我覺得很欣慰。希望下一步能夠有更多的學校加入到計劃中來，讓更多的孩子有機會接觸到太極、武術對身心健康提升的益處。

文小姐：這就是潤物細無聲。文化確實是潛移默化，日積月累的事情，我覺得我們現在的闖關賽等等項目也很好，讓青少年朋友和其他成年的習武同道有一個舞台展示及交流，互相切磋，學習進步，也讓他們覺得學以致用，不斷挑戰自己，不斷從練習當中獲得新的悟道及收穫。我建議粵港澳大灣區武狀元的交流比賽在疫情好轉往來暢通之後，要繼續與各城市合辦，讓香港的年輕人有更多機會了解大灣區，可以和大灣區的同齡人和武術文化同好交流，這也是一舉多得的好事。👉

慈善杯闖關賽


9.26 約定你

 YouTube 現場直播闖關賽

賽事地點：香港青少年軍總會 · 賽事日期：2021年9月26日 · 賽事時間：上午9時至下午4時



掃描二維碼 **搶先訂閱**

香港太極青年慈善基金  YouTube



香港太極青年慈善基金





本期聚焦青年我們邀請到一對文武雙全、動靜皆宜的兄妹吳卓羲及吳卓嵐，即將離開香港的他們分享了這些年練習太極及武術的體會心得，即使未來去到國外，太極武術仍會是他們生命中不可或缺的一部分。

吳卓羲 (哥哥)

吳卓羲同學提到自己是經由一起打橄欖球的同學介紹，2017年11月1日開始了人生第一堂武術堂，從此踏入了武界大門。拳、棍、劍、太極，他口中如數家珍的各類項目，經過幾年的練習已駕輕就熟，先後在美國國際學校比賽中獲得棍類項目亞軍、香港武術聯會2019武術公開賽全能項目亞軍等等優秀名次。說起平日練習他說也有在練習過程中受傷整隻腳腫起來的困難時候，但是最記得的不是辛苦，反而是和師兄一起練習的開心時光，從跟著師兄學習招式到現在自己已經成長為青年團中的大師兄，開始教導年紀更小的初班同學練習，代代相傳的武道精神在他們一招一式的練習中獲得傳承。習武同時，他跟隨師傅的文化講堂開始接觸並學習易經及健康養生方面的知識，讓如同齡人一般也愛打機、愛玩模型的他多了一份成熟及沉穩，也變得更會照顧身邊的人。



吳卓嵐 (妹妹)

如近期火熱的《尚氣與十環幫傳奇》電影中的情節一般，妹妹是因為哥哥開始習武而開始跟著學習，從動作跟不上、邊學邊哭的初學者變成了太極項目上青出於藍、超越哥哥的太極青年精英，修煉水平已達至太極項目港隊預備役的水準。本身也是運動好手的卓嵐在平衡木、單槓等體操項目上已經到日本、台灣等地參加過比賽，同時還參加學校英語戲劇表演、學習中國舞等，可謂是技多不壓身。六年級的小學畢業展覽上，她和同學共同創作了保護動物拳，將武術的精髓加上可愛的動物造型變成象形拳，同時傳達了保護動物的環保意識，非常有創意。即將和哥哥及父母一同離開香港的她說即使將來在外國，閒時也會繼續自己練習太極，對太極的熱愛已融入血脈，在她心裡扎根。🏯



東華三院高可寧紀念小學



「武術進校園」這一站來到東華三院高可寧紀念小學，學校在門口位置的宣傳櫥窗中展示了可愛卡通的練武剪影，可見學校對武術的重視及同學對武術的濃厚興趣。進到校內蘇衛紅教練正帶領同學們繼續練習初級劍術，看同學們練習扎馬穩健的身姿，劍指凌空、剛柔並濟的氣勢，相信在即將到來的「國慶亮劍」闖關賽中，定能看到他們一展風采。🥳



贊助鳴謝

(排名不分先後)

- 「修心圓融」 (HK\$100,000) 周志文、陳玲、鄺美雲、香港各界文化促進會、文穎怡
- 「生慧圓融」 (HK\$50,000) 熊永耀
- 「傳道」 (HK\$30,000) 福名氏、福名氏
- 「悟道」 (HK\$10,000) 袁承志、何家珍、李希莉、HO MING YEE、福名氏、NELSON LEONG、劉咏、福名氏
香港中華文化藝術推廣基金、精趣班
- 「中正」 (HK\$5,000) 周永祥、李樂娟、莫宛螢、黃玉婷、福名氏、正氣慈善基金、岩盤浴瑜伽
- 「行道」 (HK\$3,000) 李柏汶、吳潔霞、呂家寶、劉坤賢、廖碧琪、李敏寧、麥幼姬、薛瓊、林蓉、黎澤林
- 「守德」 (HK\$2,000) 劉國榮、劉文玲、曾翠賢、李亮儀、葉豎妹、邱福嬌、陳綺梅、余和安



香港太極青年慈善基金
HONG KONG TAI CHI YOUTH CHARITABLE FOUNDATION





香港太極青年慈善基金
HONG KONG TAI CHI YOUTH CHARITABLE FOUNDATION

義工申請表格 Volunteer Registration Form

此欄由本會填寫

登記日期: _____

義工編號: _____

聯絡日期: _____

| | | | |
|----------------------------------|---------------------|-----------------------|--------|
| 個人資料 Personal Information | | | |
| 姓名 Name (英文 English) | (中文 Chinese) | 香港身份證號碼 HKID Card No. | 性別 Sex |
| 出生日期 Date of Birth | 出生地點 Place of Birth | 電郵地址 Email Address | |
| 手提電話 Mobile | 住址 Address | | |

| | | | |
|-------------------------|-------------------------------------|---|---|
| 教育 Education | | | |
| 教育程度 Education Level | <input type="checkbox"/> 小學 Primary | <input type="checkbox"/> 中學 Secondary | <input type="checkbox"/> 預科 Matriculated |
| | <input type="checkbox"/> 大專 College | <input type="checkbox"/> 大學 Undergraduate | <input type="checkbox"/> 碩士/博士 Postgraduate |
| | 職業 Occupation | | |

語言與經驗 Language & Experience (可選多項 Multiple Choice)

| | | | | |
|---------------|--|---------------------------------------|-------------------------------------|---|
| 能操語言 Language | <input type="checkbox"/> 廣東話 Cantonese | <input type="checkbox"/> 普通話 Mandarin | <input type="checkbox"/> 英語 English | <input type="checkbox"/> 其他 Other _____ |
|---------------|--|---------------------------------------|-------------------------------------|---|

| | | |
|------------------------------|--|---|
| 義工經驗 Volunteer Experience | <input type="checkbox"/> 有 Yes | <input type="checkbox"/> 沒有 No |
| | 義工年資 Experience Year : | |
| | <input type="checkbox"/> 少於一年 Less than 1 year | <input type="checkbox"/> 一至三年 1 - 3 years |
| | <input type="checkbox"/> 三年以上 3 years or more | |
| | 服務對象 Service Targets : _____ | |
| | 服務組織/機構 Social/Volunteer Organizations : _____ | |

| | | | | |
|------------------------------|--|---|--------------------------------------|---|
| 專長 / 興趣 Interest / Skills | <input type="checkbox"/> 文書 Clerical Work | <input type="checkbox"/> 聯絡 Liaison | <input type="checkbox"/> 電腦 I.T. | <input type="checkbox"/> 攝影 Photography |
| | <input type="checkbox"/> 統籌 Planning | <input type="checkbox"/> 司儀 Emcee | <input type="checkbox"/> 美術設計 Design | <input type="checkbox"/> 攝錄 Videography |
| | <input type="checkbox"/> 水電維修 Repair & Maintenance | <input type="checkbox"/> 其他 Other _____ | | |
| | <input type="checkbox"/> 醫療 Medical Treatment (請註明 Please specify) _____ | | | |

| | | | |
|---------------------------|--|--|--------------------------------------|
| 參與義工服務之地區 Service Area | <input type="checkbox"/> 本港 Hong Kong | <input type="checkbox"/> 內地 Mainland China | <input type="checkbox"/> 海外 Overseas |
| | <input type="checkbox"/> 任何地區 Anywhere | | |

| | | | |
|---|--|--|-------------------------------------|
| 如何得知本義工計劃 Where did you get to know this scheme? | <input type="checkbox"/> 活動 Events | <input type="checkbox"/> 籌款活動 Fund-raising | <input type="checkbox"/> 海報 Poster |
| | <input type="checkbox"/> 宣傳單張 Leaflet | <input type="checkbox"/> 網頁 Website | <input type="checkbox"/> 電子郵件 Email |
| | <input type="checkbox"/> 朋友介紹 Friends (介紹人 Introducer : _____) | | |
| | <input type="checkbox"/> 其他 Other _____ | | |

| | |
|---|--|
| 有興趣參與之義工服務性質 Volunteer Service you are interested in | <input type="checkbox"/> 康樂、文化及社交活動 Leisure, Culture and Social Activities |
| | <input type="checkbox"/> 教授或協助推行興趣班/技能訓練班 Skill Coaching & Training |
| | <input type="checkbox"/> 宣傳及公共教育 Promotion/Public Education |
| | <input type="checkbox"/> 籌款 Fund-raising |
| | <input type="checkbox"/> 所有義工項目均有興趣 All Activities |

| | | |
|---------------------------------|---|---|
| 能參與義工服務的時間 Time Availability | <input type="checkbox"/> 平日日間 Day time of week days | <input type="checkbox"/> 平日晚間 Night time of week days |
| | <input type="checkbox"/> 假日 Public Holidays/Weekend | <input type="checkbox"/> 任何時間 Anytime |

義工登記表所收集的資料將只用作本會統籌義工服務之用。All information will be kept in our volunteer database to help us place you with volunteer work which suits your interest and skill.
收集個人資料聲明: 香港太極青年慈善基金有限公司對其所持的個人資料將會保密, 但本基金可以將贊助者提供的個人資料用作聯絡通訊、籌款、推廣活動、研究調查及其他通訊及推廣之用途。若贊助者不希望本基金將贊助者的資料用於上述用途, 請將中英文全名及電話號碼, 電郵予本基金(info.hkctyc.org)以安排相關刪除手續。如有查詢, 請致電2882 2644與本基金聯絡。
Personal Information Collection Statement: Personal information held by Hong Kong Tai Chi Youth Charitable Foundation Limited will be kept confidential, but the Foundation may use the personal information provided by the sponsor for contact communications, fundraising, promotional activities, research and other communication and marketing purposes. If you do not want the Foundation to use your personal information for the above purposes, please send your full name (both in English and Chinese) and telephone number to the Foundation (info.hkctyc.org) to arrange for deletion. If you have any enquiry, please contact us at 2882 2644.

| | |
|-------------------|-----------|
| 申請人簽名 Signature : | 日期 Date : |
|-------------------|-----------|

(hkctyc_vol_30/7/2021)

香港太極青年慈善基金有限公司
Hong Kong Tai Chi Youth Charitable Foundation Limited

香港英皇道653-659號東祥工廠大廈D座10樓
Block D, 10th Floor, Tung Chong Factory Building, 653-659 King's Road, Hong Kong

852 2882 2644 852 2882 2464 info@hkctyc.org www.hkctyc.org





香港太極青年慈善基金

HONG KONG TAI CHI YOUTH CHARITABLE FOUNDATION

(CI NO. 2924794)



「蒙趣班」和「蒙萃班」

終極目標是培養一班文武雙全的青年。我們希望透過武術及太極讓年輕人能夠鍛煉意志，建立信心。年輕人通過習得這些技能，未來能夠發掘更多可能性及充分發揮個人潛力。

- 有興趣了解武術及太極背後的文化和理念
- 有恆心參與多樣化的活動比賽及表演
- 有決心嘗試、探索及創新

週日公益課

歡迎加入我們
基金會網頁 報名表格



2882 2644

此課程由香港太極青年慈善基金有限公司的善長全力支持，費用全免。
有興趣之18歲或以下青少年請致電香港太極青年慈善基金秘書處查詢。

