

青年領航 從在地參與到 全球賦權的共融

青年領航：從在地參與到
全球賦權的共融

專業知識
「顧」人，也「顧」心

我們的故事
保齡球道上的人生軌跡
澳門特殊奧運會
精英運動員麥劍鋒

創意作品欄

恆常活動
《澳門文化發展基金
資助項目》

活動預告

SO 識

出版單位



Special
Olympics
澳門特殊奧運會
Macau

資助單位



澳門基金會
FUNDAÇÃO MACAU

2026年第一期刊物

青年領航 從在地參與到 全球賦權的共融

序言：青年力量與全球共融的 交匯點

每年的 8 月 12 日「國際青年日」不僅是全球青年的節慶，更是反思青年如何透過創新思維參與國際事務的重要座標。聯合國在 Youth2030 戰略中明確指出，青年不應只是政策的受眾，而應是變革的「共同創造者」。亦正如特區政府在《澳門青年政策（2021-2030）》的十年規劃中強調要培養青年「參與社會、承擔責任」的意識，並透過「增進社會參與」與「加強品德修養」等指標，引導青年在志願服務中消除社會排斥，建構社會共融的多元環境。

明確的政策，讓澳門健全及弱勢青年經歷一場從「單向施予」到「並肩作戰」的轉型。這種轉變的核心在於：推動共融必須從青年做起，正因青年時期是價值觀塑造與阻斷偏見的關鍵年齡。而國際特奧會亦早於 2001 年開始推動「青年活化計畫」（Youth Activation），以將年輕人培養為推動變革的「領導者」，而非僅僅「幫手」為初衷。於世界各地推動青年層面上的社會融合。



共融：回星行動的心理與 政策實踐

要讓不同群體產生真正的共鳴，必須建立在高品質的互動之上，特奧會推動的「回星行動」正是實踐此變革的核心場域。「回星行動」開展約 20 年，以多元的活動引領青年義工與特奧學員成為對等的夥伴。從初期透過體育與藝術建立生活節奏，至近年則帶領學員走進戶外與古蹟。無論是共同完成藝術創作，還是攜手進行環境導賞，或是「共融對話室」的街頭訪問以及校園活動的任務，「回星行動」改變了傳統慈善中「施」與「受」的結構，確保健全及弱勢青年在各項任務中維持地位的對等性。雙方不再是服務者與被服務者，而是擁有相同發言權的夥伴。



2026 年「回星行動」預計舉辦 40 多場涵蓋社區探索與營隊的活動，讓青年義工與特奧學員在共同解決問題與達成挑戰的過程中，為集體榮譽共同努力，更為讓青年展現自我為目標，帶領雙方步上更廣闊的舞台。

跨越障礙：從全球信使到融合 領導力的傳承實踐

「Nothing About Us Without Us」是全球身心障礙權利運動的核心。在澳門，這種從參與者轉向倡議者的歷程，在歐陽彥的故事中得到了具體的體現。儘管天生受到身體條件的限制，她仍憑藉「勇於嘗試」的精神投身特奧活動，從「回星行動」、體育賽事等特奧活動，再逐步邁向國際。2015年，歐陽彥獲選為 12 位「特奧國際全球信使」之一，前往洛杉磯向世界傳遞特奧精神；2017年，她更進一步獲邀擔任國際特奧會東亞區高級顧問委員會委員；到現在仍以健康信使的身分活躍於特奧不同活動之中。從克服演講不怕場到參與年度計劃籌劃，歐陽彥的經歷不僅是個人素質的提升，為澳門特奧青年參與國際事務累積了寶貴的實務經驗。



延續這份參與國際事務的經驗，2025年9月，參與澳門特奧會計畫多年的運動員領袖方偉晉與其融合夥伴鄧愷穎遠赴華盛頓，參與了由國際特奧會主辦的「全球青年領導力理事會」(Global Youth Leadership Council)。在這個國際平台上，他們一起接受了融合領導力(Unified Leadership)訓練。這項訓練強調不再以天賦或能力區分領導等級，而是學習如何建立包容的決策環境，讓不同能力的人都能平等參與全球倡議，在訓練中表現卓越，最終獲選為東亞區代表(任期至2027年)。方偉晉與鄧愷穎的夥伴關係，是融合領導力的最佳實證。二人共同研習倡議策略、共同出席會議，雙方在互惠中實現了真正的平權。



結語：以多樣性為榮，
構築共生的未來

「回星行動」將融合的定義從物理性的「進入」昇華至生命性的「共榮」。方偉晉與鄧愷穎在全球舞台上的耀眼成就，體現了從「被動受助」向「自我倡議」的轉變，是特殊人士從「被共融」走向「共生」的有力實證。展望未來，隨著《澳門青年政策》的持續深化，澳門特奧會將繼續致力構築一個不再強調「誰接納誰」，而是所有人皆能以平等主體身分多元共存、互利成長的共生社會。

參考文獻

- Special Olympics. (2001). Youth activation: Unified champion schools resources. <https://resources.specialolympics.org/>
- United Nations. (2018). Youth2030: The United Nations youth strategy. https://www.un.org/youthenvoy/wp-content/uploads/2018/09/18-00080_UN-Youth-Strategy_Web.pdf
- 教育及青年發展局 (2020)。《澳門青年政策 (2021-2030)》。澳門特別行政區政府。
https://portal.dsedj.gov.mo/websejspace/internet/Inter_main_page.jsp?id=80133

專業知識

「顧」人，也「顧」心

心靈減壓，從己出發；並肩成長，與您同行。

從事社工及心理專業工作的經驗中，常常聽到家長分享他們的心情。許多人每天為家庭忙進忙出，幾乎沒有屬於自己的私人時間，生活就像一場不間斷的工作。這些心聲，往往帶著深深的擔憂與疲憊：

- ▲ 擔心孩子的身體狀況，總怕稍稍的停頓就會影響孩子的學習與成長。
- ▲ 面對家庭裡的大小瑣事，常常覺得精神緊繃，喘不過氣。
- ▲ 每晚都只能淺眠，翻來翻去，睡不好覺，隔天又要繼續忙碌。
- ▲ 想知道另一半在家庭裡是「神隊友」還是「豬隊友」，能不能真正分擔壓力。

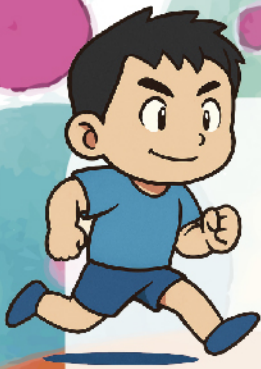
這些片段，構成了許多照顧者的日常。雖然看似平凡，但背後卻藏著深厚的責任與愛。照顧者們既要照顧孩子的健康與未來，又要兼顧伴侶與家庭的需求，往往把自己放到最後。

不如透過以下**照顧者壓力測驗**，看看自己壓力程度～

有些人表示，在照顧工作中的某些方面會感到壓力。這些情況在您照顧配偶（或親屬等）的角色中，在何種程度上適用於您？請使用五點量表來表示，其中1代表「毫無壓力」，5代表「極度壓力」。請指出您在以下問題上所感受到的壓力或挫折程度。

1	2	3	4	5
毫無壓力 (應付得很好， 沒有壓力)	有些壓力	中等壓力	相當大壓力	極度壓力 (感覺已到 「極限」)

您在多大程度上感到…	1	2	3	4	5
1 被壓得喘不過氣、工作過度，或負擔過重？					
2 您與配偶、親屬或其他人的關係是否有改變？					
3 您是否注意到自己的社交生活有任何變化？					
4 您是否在過去的日常事務（工作／志願服務）方面出現衝突？					
5 您是否有因照護責任或要求而感到受限或被困住的感覺？					
6 您是否曾因缺乏自信而懷疑自己提供照護的能力？					
7 您是否對配偶、親屬或其他人的未來照護需求感到擔憂？					
8 您是否在家庭中因照護決策而產生任何衝突？					
9 您是否在家庭中因您在照護過程中所獲得的支持程度而產生任何衝突？					
10 您是否因照護工作而面臨任何經濟上的困難？					
總分					



遇到壓力不知怎麼辦？

除了了解自身的壓力指數，亦要學習釋放壓力的方式。以下特奧「Healthy Athletes® 強心健智」六個小分站，助你學會與情緒及壓力和平共處的小技巧！

第一站 感受登記站

壓力來的時候會在你的身體裡發警報！你接收到的是哪一種信號？

- ★ 腦袋像裝了跳跳糖，無法專心的「浮躁信號」？
- ★ 肩膀像揸了隱形書包，又重又硬的「緊繃信號」？
- ★ 晚上像在演內心小劇場，睡不好的「疲憊信號」？

看看自己是不是感到壓力，並將這些壓力都寫下來。



第二站 壓力與我

壓力球的祕訣不是捏爆它，而是有節奏地收與放。

- ★ 口訣：緊握（3秒）→ 感覺緊繃 → 慢慢張開（感覺釋放）→ 重複。
- ★ 在一分鐘內完成5-10次，讓自己緊張的神經放鬆一下吧。

第三站 激勵的訊息

大腦需要「精神糧食」，而最好的糧食就是打氣的話！

- ★ 與其說「我不行」，不如大聲跟腦袋吃一句「我做不到！」
- ★ 寫下那句屬於你的魔法咒語，貼在隨時看得見的地方。

第四站 最強深呼吸

呼吸是24小時隨身攜帶的靜心神器！來學一招「三角式平靜呼吸法」：

- ★ 吸氣（1-2-3）→ 屏息（1-2-3）→ 呼氣（1-2-3）
- ★ 想像畫一個穩定的三角形，把混亂的思緒像灰塵一樣，緩緩吹走。



第五站 最強伸展

壓力會讓身體「卡住」，動一動，就是最好的潤滑油！

- ★ 伸個大大的懶腰，轉轉僵硬的肩膀，配合最強深呼吸。
- ★ 找一個最緊繃的部位（比如脖子、肩膀），溫柔地伸展它10秒鐘。



第六站 強大支援

超人也有聯盟，你當然也需要你的「支援戰隊」！

- ★ 想一想：當心情下雨時，你會想打電話給誰？
- ★ 把你想到的對象寫下來（至少3位），組成你的心靈戰隊。
- ★ 特奧為照顧者準備了找到「戰友」的地方！

家長不是超人。擔心、疲憊、焦慮，這些情緒都是真實存在的。給自己一點空間，只有讓心情稍微鬆開才有更多的能力照顧家人。歡迎有需要的家長參加家長支援網絡或尋求專業人士的協助。如有需要，請致電2843 0607。

我們的故事

保齡球道上的人生軌跡

澳門特殊奧運會精英運動員 麥劍鋒

麥劍鋒的起步點，並非一帆風順。出生時因缺氧狀況，醫療團隊曾判斷其腦部發育可能存在遲緩風險。在母親全心全意的陪伴下，劍鋒在兩歲時踏出了他的第一步，儘管步伐比同齡孩子慢了一些，卻從未停止向前。



16年前，劍鋒接觸到保齡球運動，他被這項與自身特質高度契合，「需要精準度、節奏感與專注」的運動吸引，並成為了澳門特奧會保齡球運動員。在每週持續的訓練與教練的指導下，劍鋒反覆磨練技術，從修正助走步伐、出手角度、握球與旋轉控制，練習不同球路；建立固定的賽前例程序（呼吸、視線定位、出手節奏），提升專注與抗壓能力。將潛能逐漸轉化為卓越的技藝，讓保齡球道成為他展現自我的舞台。

作為保齡球運動員的發展路上，劍鋒正穩步向前。在2025世界殘疾人保齡球錦標賽（TPB4智障組別）中，劍鋒與隊友連續3日迎戰多國強手，穩定發揮並突破個人最佳成績，在男子雙打取得第八名，成功獲得精英運動員資格。其後在第二屆亞洲殘疾人保齡球錦標賽連續4日的作賽中，劍鋒在團體與雙打項目中與隊友默契配合，斬獲男子團體第三名及男子雙打第五名。從集訓到國際舞台，麥劍鋒代表澳門出征境外賽事，用每球穩定的輸出，證明「精英」不是標籤，而是長期自律與專注累積的結果。



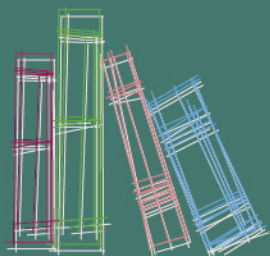
離開賽場的劍鋒同樣在日常生活中展現出積極的一面。他具備良好的基本生活技能，能獨立處理家居事務，例如主動更換損壞的燈泡，協助完成煮飯、清潔等家務。劍鋒亦在特奧會屬下社會企業毅進社中持有一份穩定的工作，與同事、督導關係融洽，能理解指令並獨立完成任務，遇到困難時亦懂得主動提問求助。



從早期發展遲緩的擔憂，到如今在職場、運動場與家庭中展現獨立能力。智力障礙僅是劍鋒人生的一個面向，而非全貌。在適當的支持與平等的機會之下，每個人都能找到屬於自己的節奏與賽道，並投出精彩的一球。



創意作品欄



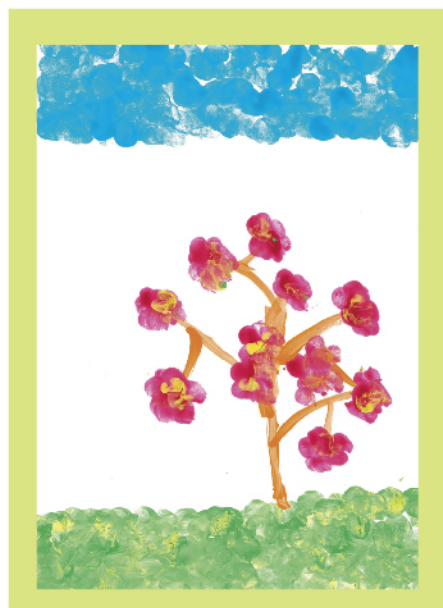
“澳門特殊奧運會非常重視特殊人士藝術方面的發展，期望為他們的興趣與生活增添更豐富的色彩。創意作品欄將會展出他們充滿活力的作品供大家欣賞，透過作品展出，建立他們的自信及表達自我，就讓我們一齊來進入他們的內心世界，體驗一下他們的創意、可愛和活力吧！”



《中心的哥哥姐姐》

佐啟鳴

出自「課後支援計劃-興趣班」，啟鳴將我們台山中心辦公室中的哥哥姐姐都活靈活現地畫了出來，大家如果上來台山中心，不妨看看啟鳴畫得像不像吧。



《手指畫-開花的樹》

許文傑

出自「社區支援-適應服務」，春天剛到，正是時候和大家一起賞花，今次文傑利用手指及顏料畫出一棵綻放著鮮花、色彩鮮艷的花樹送給大家。



《巴士》

陳俊宇

出自「課後支援計劃-興趣班」，自小就非常具有畫畫天份的俊宇，無論是繪畫及上色都是由他自行完成，且構圖及立體感十足。一向喜歡火車的他，近來亦開始繪畫巴士及不同的景物，希望他在畫畫方面可以繼續發光發熱！



《手掌》

屈祐情

出自「課後支援計劃-興趣班」，非常喜歡玩顏料的祐情，在畫紙上隨意印上不同顏色的手掌印，這種快樂的隨意帶著童真，為作品帶來另一番風景。



《IP練習》

小敏

出自「繪畫技巧班」是次創作以木顏色筆為主要媒材，透過練習臨摹時下火熱的品牌Labubu，學習其IP周邊產品中，豐富、精彩的配色方案，讓學員學習運用對比色、互補色來突出主體，用和諧的色彩營造氛圍。



《山竹》

阿珊

出自「繪畫技巧班」透過臨摹真實的山竹，學會水彩中的混色技巧，從而令學員增加對水彩的認識，扎實學員的基本功。



《舞動的花》

阿娣

出自「繪畫技巧班」是次作品透過水彩的渲染，運用暖色調做主體色彩，此外，運用粗幼的線條，可以增加學員的控筆能力。



《淡雅的花》

阿君

出自「繪畫技巧班」是次作品以冷色調為主，這位學員的控筆能力穩定，對色彩的處理俐落乾淨，並對水彩的運用能力已相當穩定。





《叢林之影》 賢、妍妍、安琪和怡

出自「回星行動」，濃郁的綠色和深沉的棕黑色調，既神秘又充滿生機。中央大片的亮綠色顏料如同熱帶雨林中穿透的陽光，隱藏其中的一張笑臉，令暗沉的色調增添一份活力。



《園藝作品-薰香石》 浩浩、小梁和漢漢

出自「回星行動」，不管是優雅的六角形還是俏皮的圓圈，每一塊都藏著療癒的花草芬芳，就將春天封印在幾何圖形裡！漫舞的花瓣，讓空氣都偷偷變得芳香，正在看的你是不是也能聞到香味？



《星空下的朋友》 智仔、阿紅和琪琪

出自「回星行動」，柔軟的彩色黏土創作，描繪出一隻小狐狸與牠的朋友一起坐在星球上仰望夜空的景象，再現狐狸和小王子的童話氛圍。可愛的配色和造型讓畫面散發溫暖與童趣。



《鴨鴨與龜龜的叢林冒險》浩浩和義工林哥哥

出自「回星行動」，藏在相框裡的秘密森林！綠毯上神采奕奕的網紋草正伸著懶腰，頑皮的小鴨與烏龜也在石頭間玩起捉迷藏。這份手作的微縮世界，裝滿了純真與療癒，讓人一眼就能感受到大自然最柔軟的擁抱。



恆常活動

《澳門文化發展基金資助項目》



創作是「藝術」的核心，透過藝術體驗可以讓特殊人士創作出他們的世界，引領社會大眾一同融入和理解。近年來，特奧會受到文化發展基金資助，得以開設不同類型的藝術工作坊，為有特殊教育需要的學員提供體驗藝術，感受生活的機會。當中包括手工、陶藝、環保黏土、小故事戲劇、音樂、時裝及定格動畫。今年更新推出了戶外寫生及插畫集製作工作坊，亦將延續“看見”你我 - 戶外互動劇場，再度深入澳門各社區進行戶外演出，以更多元且富趣味性的形式，供有特殊教育需要的學員開拓及發現自身的藝術天賦和興趣所在。

《DOROME音樂工作坊》

學習唱歌技巧及非洲鼓、搖鼓等小樂器，透過對音樂的學習及欣賞，培養出表達及釋放內心情感的能力。

- ▲ 日期：3月14日-5月30日(逢星期六)
(4月4、18日暫停)
- ▲ 上課時間：15:00-16:00
- ▲ 地點：澳門提督馬路華寶商業中心八樓D座
- ▲ 對象：有特殊教育需要學生

《五彩繽紛戶外寫生工作坊》

透過戶外寫生的方式，讓學員觀察及欣賞大家所熟識的不同澳門景色，繪畫出澳門不同的一面。

- ▲ 日期：4月25日、5月2日(可選)
- ▲ 時間：10:00-12:00
- ▲ 集合解散地點：智愛智樂社區支援中心
- ▲ 對象：有特殊教育需要學生(或親子)

《澳門華服裝創意課程》

透過各具特色的中國傳統服飾元素進行時裝設計，讓特殊人士嘗試創作出屬於他們的時裝作品。

- ▲ 日期：4月8日-8月19日(逢星期三)
- ▲ 時間：早上10:30-11:30
- ▲ 對象：有特殊教育需要學生
- ▲ 地點：毅進綜合服務中心

《我在澳門的「憶」點想像》插畫集

特殊人士以繪畫紀錄自身生活及經歷，以「在澳門的一天」為故事主題，集合於《我在澳門的「憶」點想像》插畫集中。

*優秀作品將有機會收錄插畫集中出版，成功被挑選畫作將有專人通知及獲獎品一份。提交請於作品背後寫上姓名及聯絡電話交到智愛智樂社區支援中心(澳門台山菜園涌巷64號澳門大廈第二期C座一樓A)。

《“看見”你我一方土地戶外互動劇場及社區藝術計劃》

與本澳藝術劇團合作舉辦戶外互動劇場，和學員一同帶來更多創新和多樣化的藝術呈現，探討公共空間中特殊人士的權利。



活動預告

2026特奧游泳系列賽

2026年05月16日 11:00-19:00 澳門蓮峰游泳池



特奧游泳賽系列賽為提高本澳特殊人士游泳競爭水平，設有25米水中障礙賽、25米浮板賽、25米/50米/100米自由泳、50米/100米仰泳/蛙泳/蝶泳，並根據年齡、能力及性別進行分組競賽。

2026特奧慈善足球賽

2026年05月 09:00-18:00 關閩五人體育場



「特奧慈善足球賽」讓企業對有特殊教育需要人士有更深入的接觸和了解，此次賽事為七人制足球賽，設有公開賽、慈善賽、邀請賽，在推動企業關懷文化的同時，加強社區對智障人士的體育發展之關注。

2026全澳殘疾人士運動體驗日-籃球

2026年06月20日 14:00-20:00



本次體驗日增加有特殊教育需要人士參與籃球運動的機會，發掘對籃球感興趣和有潛質的運動員。並透過與共融夥伴合作，使不同團體認識特殊人士的潛能。

2026全澳殘疾人士運動體驗日-保齡球

2026年07月12日 12:00-18:00 氹仔保齡球中心



保齡球無年齡、性別限制，使男女老少能同場競技，本次體驗日活動設有大眾體驗組及邀請企業進行共融賽，鼓勵智障人士及有特殊教育需要人士多參與體育運動以強健體魄，感受其趣味。

2026特奧羽毛球系列賽

2026年08月09日 12:00-17:00 澳門東亞運動會體育館



本次賽事設有個人技術賽、特奧單打賽、特奧雙打賽及特奧共融賽。透過賽事活動的形式提升智障人士對羽毛球項目的興趣，並為運動員提供競賽的機會。

2026特奧游泳嘉年華

2026年08月22日 11:00-19:00 關閩五人體育場游泳池



此次活動以水中遊戲為主，包括水中騎木馬、浮條飄浮、尋寶及親子賽。此外亦設有個人賽事項目，包括自由泳(25米、浮板)、自由泳(50/100米)、仰泳/蛙泳/蝶泳(50/100米)賽項，以年齡、能力、性別分組進行比賽。

如有任何查詢或報名
歡迎致電2826 6597與體育部聯絡
或電郵sports.mso@gmail.com查詢

活動預告

《週六多元探索班》

2026年4-6月
(逢星期六)

豐富特殊需要學生的課後餘暇時間，緩解家長照顧壓力；培養學生自信、提升學生的社交能力，增加學生接觸外界的機會及增加生活經驗；提升學生自我照顧、問題解決的實用能力。



力，增加學生接觸外界的機會及增加生活經驗；提升學生自我照顧、問題解決的實用能力。

《自閉症人士社區教育活動》

2026年4-6月

包括共融社交之夜及各項共融親子活動，並在社區中設立攤位推廣的形式，提升社區青少年及大眾認識自閉症人士的接納度及傳播廣泛性的資訊，同時加強家長認識社區服務的需要。



《親子及家庭系列活動》

2026年4-12月



各類家庭、親子活動，增強有特殊教育需要學生及家人之間的聯繫與溝通，包括藝術文化、體能康樂、生活教育與技能、親職教養與成長、社區參與及宿營活動等。以營造友愛和善的家庭氣氛。

《2026文化發展基金資助-五彩繽紛戶外寫生工作坊、DOREME音樂工作坊》

2026年4-8月

由澳門文化發展基金資助的不同類型藝術工作坊，讓學員體驗創作，感受藝術，發現生活的「美」。



《暑期託管班》

2026年7-8月

為有特殊教育需要學生照顧者在暑假期間減輕壓力，鼓勵學生善用假期，培養學員各方面的興趣及提升社交能力。



《暑期活動》

2026年7-8月

為有特殊教育需要學生提供不同類型的體育及文娛康樂活動，讓學員度過多姿多彩的充實暑假。

如有任何查詢或報名
歡迎致電2843 0607與社區支援黃小姐/陳小姐聯絡或
電郵msocsc2013@gmail.com

活動預告

《「FUN」團》

2026年5月至12月

對象：職業培訓及已外出就業之服務使用者

為職業培訓及已就業智障人士提供交流平台，讓參加者在安全的環境下抒發外出工作時遇到的困難和想法，找出合適的處理方法並得到分享自身感受的機會。



《輕軌共融樂悠遊》

2026年5月至10月

對象：中心服務使用者、照顧者及義工

認識澳門輕軌的路線及接觸到社區中不同設施，透過參與團體和社交活動緩減日常生活壓力。增加智障人士與義工們合作的機會，推動弱健共融的訊息。



《中醫藥與自然體驗活動》

2026年4月

對象：中心服務使用者及義工

參觀橫琴中醫藥文化館及花海長廊，透過觀賞、接觸中藥材與自然景觀，進行視覺、嗅覺等感官體驗。在戶外團體活動中學習遵守指示、穩定情緒，提升生活適應與社會參與能力。

《「自立生活」成長營》

2026年6月

對象：輕、中度智障人士及義工

兩日一夜宿營透過實際生活場景，引導參加者在住宿規範、個人衛生、餐飲分享等個人及團隊任務中，學習並應用各項獨立生活技能，提升團體合作及社會適應能力。

《親子舒壓工作坊》

2026年8月至10月

對象：中心服務使用者及其照顧者

智力障礙者家長與子女一同參與不同主題的互作坊，以感官舒壓藝術體驗達到舒壓、放鬆及欣賞的效果。讓子女發揮日常所學的技能，照顧者放鬆疲憊及繃緊的身心。



《職業人生體驗日》

2026年6月

對象：有特殊教育需要人士、輕度或中度智力障礙人士

透過不同訓練項目模擬培訓個人技能的能力，參加者能更瞭解現實生活中的職場氛圍和困難，為未來踏入職場累積經驗。



如有任何查詢
歡迎致電2826 6670與
毅進綜合服務中心梁小姐/胡小姐聯絡或
電郵msaedm@gmail.com

活動預告

《2026特奧定向體驗》

2026年4月26日

對象：特奧健身隊長和特奧健康信使參加者

透過定向活動，提升學員的觀察力及解難能力；以小組形式進行，培養團隊合作精神；在戶外環境中享受運動樂趣，建立對運動的正面體驗。

《2026社區健康論壇－親職教養講座》

2026年7月18日



透過講座，讓家長學習有效的親子溝通，提升親子之間的親密感。

《2026特奧社區-關愛健康計劃 Healthy Athletes®檢查日》

2026年7月18日

對象：有特殊教育需要人士



提供不同主題的健康評估，評估後可提供後續治療服務資訊。同時，設有「特奧關愛智障人士健康基金」讓有需要人士申請資助。

如對以上活動感興趣，查詢或報名歡迎致電，2843 0607與社區支援同事聯絡。

2026「Play Unified, Play Sports樂動融」社區推廣系列活動

形式：特奧融合運動體驗 × 共融手作坊互動

深入社區、校園與機構，讓融合運動帶動熱情，讓互動手作坊傳遞善意。共融不止是口號，更是我們共同的行動－「Play Unified, Play Sports樂動融」！系列活動的壓軸盛會——「融義玩」社區推廣嘉年華，將於2026年5月17日（日）在塔石廣場舉行！



誠邀您攜手同行，詳情請致電6662 8420與行政部豪哥哥查詢。

2026年澳門特殊奧運會賣旗日

活動日期：2026年4月18日至19日（六及日）

活動地點：全澳及氹仔各區

加入特奧，與特殊人士一起傳遞正能量！每一張旗紙，都在為他們的夢想與力量增添一份動力。



賣旗日誠邀您親身支持，您的參與，意義非凡。詳情請致電6662 8420與行政部Anny姐姐查詢。

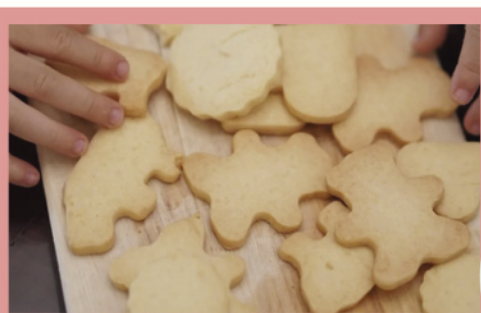
澳門特奧會2026年共融 社區推廣系列活動(2-6月)



澳門特奧會2026年共融社區推廣系列活動以慈善手作坊形式促進傷健共融及加深社區大眾對智障人士的認識，以建立友誼。



朱古力杏仁薄脆



牛油造型曲奇



烘焙



手工藝



2026年手作坊，內容以烘焙及手工藝品製作為主
每場\$2,500
人數為15-20人
時間:60-120分鐘

共融手作坊體驗

6662 8420或6217 0147



熱縮片



拼豆



螺鈿DIY畫



竹編風鈴

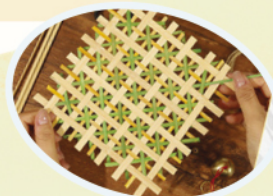


澳門特殊奧運會

有關產品的查詢或訂購，可致電2826 6670或6801 7003與產品部同事洽談

官方網站

產品義賣



澳門特奧會2026年

「Play Unified Play Sports 樂動融」

社區推廣及賣旗日
2026.2月-6月
#msoplayunified

多謝支持!



本會資訊



義賣品訂購表



捐款方法:

1. 旗袋現金或以手機掃描支付碼捐款
2. 直接存入澳門特殊奧運會以下戶口
華僑銀行: 140155-104
3. 劃線支票寄交至澳門黑沙環第六街18-22號
合時工業大廈3樓澳門特殊奧運會
(支票抬頭: 澳門特殊奧運會)

特奧聚易用
掃下方二維碼



特奧會賣旗日
4月18-19日(六及日)

「融義玩」
社區推廣嘉年華
5月17日(日)塔石廣場