

慈濟

紐西蘭月訊

November 2022



中華民國僑務委員會副委員長暨經濟文化辦事處長來訪

2022年11月16日下午慈濟紐西蘭分會志工，歡迎中華民國僑務委會副委員長徐佳青、駐奧克蘭經濟文化辦事處處長陳詠韶、駐處僑務組長邱亞芬蒞臨指導。

分會執行長王萍引導參觀分會環境之後，大家回到靜思書軒，由志工劉錦修、李俞慧介紹靜思中文班運作，包括漢彌頓聯絡處。慈濟紐西蘭靜思中文班成立於1999年，通過證嚴法師的智慧之語《靜思語》來教授華語和優良傳統，讓海外學子有機會學習母語與道德價值觀。感恩僑委會提供豐富的教材和師資培育課程，是海外推動華語的最強後盾。

近年慈濟在紐西蘭的慈善志業概況由志工王萍分享。慈濟人平日深耕社區，在奧克蘭各區的志工點，服務社區長者或中風病患的定期聚會，還有關懷南奧克蘭中小學和低收入家庭。當有災難發生時，配合政府單位，動員走入災區膚慰災民。2020年疫情高峰期，持工作簽證在紐西蘭的打工族群，因為無法領取政府補助，慈濟設立專案幫助十二個國家七十二人，挺過鎖國期間沒工作收入的難關。

不論旅遊、求學或經商，當鄉親在海外發生急難，而政府無法第一線抵達的時候，需要依靠民間的力量。僑委會副委員長徐佳青謝謝僑民的即時支援，更感恩慈濟的協助。志工劉錦修也分享慈濟人在僑居地秉持證嚴上人教誨，在茲念茲，為腳下的土地，殷勤付出，並將所有祝福回向台灣。

下午四點，分會致贈靜思語結緣，徐副委員長也帶來了禮物。眾人合影後，互道珍重再見。



水上安全防溺講座(二) -游泳池

在紐西蘭，得天獨厚的天然環境條件，讓大部分人在夏季非常喜歡水上運動，但是在享受快樂的同時，它也充滿了危險，每年都有人不幸溺水遇難。

慈濟和奧克蘭市政府合作舉辦《水上安全防溺課程》，專員張茂椿先生 (Madison Chang/Drowning Prevention Advisor - Asian Community) 連續三星期安排三次講座，不僅是“講”，最重要的是水中實地練習，教練將在第二、三堂課帶領大家在水中練習防溺的相關知識。

◎第二堂課-游泳池

11月6日週日下午3-5點，大隊人馬在奧克蘭東區洛德愛爾絲摩爾游泳池 (Lloyd Elsmore Pool) 門口集合。參加的人年齡不等，有十一歲的小朋友，也有年長的學習者。教練早早的在大門外等候，學員排隊進入館內。

今天的課程主要學習如何在緊急情況下自救和救人。有九位小朋友七位成人進入泳池實作，有十四位家人和志工在池邊觀摩，共三十位出席。專員簡單的介紹自己，以及協助教學的年輕助手凱羅 (Kairo Jacobs) 之後，在第六水道的深水區開始今天的活動。

救生衣是水上活動的必備物品，課程一開始，每個人先選擇自己正確的救生衣尺碼。接著學習怎樣入水，專員請凱羅示範如何正確入水的動作，雖然動作不難，但對於初學者來說，還是有挑戰性，學員珍 (Jane) 一下水就噏了一大口。

如果不幸掉入水中，如何取暖自救呢？專員讓三五人分組成群，為了防止失溫，大家應該盡快圍成圈互相環抱，一起向安全地帶移動，增加生存的機率。這個練習非常有用，因為多數遇難者是被冰冷的海水奪去了生命。

發現有人溺水該如何救人呢？專員說明四個步驟。尋找可以漂浮的物件和繩子，救援者先確認落水者的狀況，再把漂浮物投擲給落水者，確定對方暫時安全後，馬上撥打紐西蘭救援電話《111》，告知警方正確的出事地點。然後拋出繩子，慢慢的把對方拉回岸邊。

這一個環節的練習很重要，因為人們在緊急情況下，會慌亂不知所措。有學員甚至忘記了報警電話號碼是《111》。還有些人不知道怎麼扔繩子，不小心將整捆繩子都丟進水裡了，「快一點，你已經浪費了三十秒！」雖然是模擬練習，但以認真的態度，把握溺水救援的黃金六十秒！

學員分成二組，各排成一排，雙手拉著前一個人的救生衣袖口，只能用腳划水競賽。隊伍最前和最後面的人很重要，必須調整節奏和方向，大家齊喊著1-2，1-2的口號，每一個人奮力向前，團隊精神閃耀著光輝。

二個小時的活動很快結束了，雖然大家都很累，但是收穫很多。學員家長安娜 (Anna)：「感謝慈濟安排這次的課程，感謝專員辛苦的付出，他用風趣的言語來指導學員，生動的教學抓住每一個人的注意力，也把大家都逗樂了。」

不論泳池裡或水池旁，大家都很珍惜這次學習的機會，希望學員將防溺知識帶給身邊更多的人們。下週的第三堂課將在東區麗豆巴克蘭斯海灘 (Little Bucklands Beach) 開放水域中進行，年輕學員對此充滿了期待！下週日見！



靜思書軒水上安全防溺講座(三) 開放水域

「請問今天天氣不好，好像會下雨，下午在海邊的活動，有取消嗎？」2022年11月13日許多學員家長聯絡志工，「沒有取消喔！和主辦防溺局確認了，請大家準時報到。」

奧克蘭市政府《水上安全防溺課程》第三堂課-開放水域實作練習。專員張茂椿先生 (Madison Chang/Drowning Prevention Advisor - Asian Community)、年輕助教凱羅 (Kairo Jacobs)，還有一位開放海域的專業救生員。與十四位學員、二十位家長和志工，下午一點在奧克蘭東區麗豆巴克蘭斯海灘 (Little Bucklands Beach) 集合。

雖然是同樣的裝備、體能、知識和技能，卻因開放水域的環境，而會有不一樣的狀況。和游泳池的靜止水域不同，海水有著許多不可控制的因素，這也是今年防溺局安排連續三次不同地點的課程，最主要的原因。

負責華人社區宣導水上安全的專員張先生表示：「紐西蘭的地形地物和很多國家不太一樣，水域環境多樣化，居民需要好好認識。這次課程的安排，首先透過講課的方式，在教室說明紐西蘭水上安全最新訊息和溺水的正確處理。然後到游泳池練習，這是比較可以控制的環境，但是水上活動並不只是在游泳池，所以最後到海邊來實際體驗。」

「你們還記得自己救生衣的尺寸嗎？」換好衣服，擦了防曬霜，專員仔細檢查每個人的救生衣。首先復習求救手勢，以及4R的應對處理。在張先生的指導下，先在沙灘上練習投擲救援漂浮物件。暖身之後，進入水中練習環抱式 (Huddle)、龍舟式 (Survival) 兩種自救方式。

浪潮不停的推動，想要在海裡前進，真的很消耗體力。很多學員反應，即使在游泳池學習過，但到了開放水域確實感覺很不一樣。透過由淺入深的方式，認識水上安全自救，大家也有了比較深刻的體會。「游泳游得好，水上安全還是要注意一下。」珍 (Jane) 和女兒露西 (Lucy) 一起參加，對於這次的活動，露西分享：救援人員很累很辛苦。玩水還是要多注意自己的安全。

米亞 (Mia)、丹尼爾 (Daniel) 兩人因媽媽的安排來參加活動，結束前兩人表示很高興自己有上完這三堂課，以後從事水上活動更有自信。米亞分享：「印象深刻的是環抱式自救，可以讓身體保暖不失溫。對，還有不要慌張，要鎮定。舉手求救，不要揮動。」丹尼爾說：「課程很好，覺得可以體驗海水有多冷很重要，我還喝了好幾口海水，很推薦大家來上這課程。」

奧克蘭市政府推廣《水上安全防溺》希望可以讓奧克蘭市民，在急難時發揮所學，自救、救人、呼救的技巧以備不時之需。當天活動在下午二點三十分圓滿結束。

志工和社區長者提前歡度耶誕-Highland Park中風協會志工點



贈送耶誕禮物給社區長者- Mangere社區關懷協會志工點



贈送耶誕禮物給社區長者- Manurewa中風協會志工點

贈送耶誕禮物給社區長者- Howick社區關懷協會志工點



台灣佛教慈濟慈善事業基金會紐西蘭分會

Buddhist Compassion Relief Tzu Chi Foundation NZ:

9 Springs Road, East Tamaki, Auckland, New Zealand | +64-9-2716976

Hamilton Branch: 11 Halcyon Cres, Hamilton, New Zealand | +64-7-8541496



www.facebook.com/TzuChiNZ/



info@tzuchi.org.nz



www.tzuchi.org.nz