



WORLD ASSOCIATION
OF GIRL GUIDES
AND GIRL SCOUTS

World Thinking Day 2026

2026世界懷念日

我們的友誼

OUR FRIENDSHIP



致謝 Acknowledgements

特別感謝傑出的世界懷念日編輯團隊，憑藉著他們的創意、巧思與辛勤付出，共同完成了今年的活動包（按字母順序排列）： Amariah Brathwaite (巴貝多)、Genevieve Nancy Dioh (塞內加爾)、Samantha Dunham (澳洲)、Amany Esam (埃及)、Stephanie Esenwa (奈及利亞)、Stefanie Fasching-Stadlmair (奧地利)、Anna Finster (澳洲)、Penny Giapraka (希臘)、Manushri Gopikandan (馬來西亞)、Lee Huey Yi (馬來西亞)、Lea Katavič (斯洛維尼亞)、Verena Kunberger (德國)、Christos Kypriotis (希臘)、Tanner Mundy (南非)、Ivy Okisa (肯亞)、Natalie Quinton (加拿大)、Katie Saxby (英國)、Anna Scott (英國)、Francesco Travaglio (義大利)、Abigail White (加拿大)、Magdalena Wilim (波蘭)。

由Verity Shaw 策劃。

由Silvana Somoza DG 設計。

額外感謝五個優秀的WAGGGS世界活動中心團隊、2025年海倫·史特羅研討會的參與者，以及我們的職員與志工們：Andii Verhoeven、Lynnea Salinas、Anne Rise 和 Gemma Owen 的貢獻。

特別感謝 Nefeli Themeli、Dunni Nuga、Hattie Henshall 和 Liz Tranter 的持續支持。

World Association of Girl Guides and Girl Scouts

World Bureau
12c Lyndhurst Road - London NW3 5PQ
United Kingdom Telephone
+44 (0)20 7794 1181
Email: wtd@waggg.org
Website: www.waggg.org
www.worldthinkingday.org

WAGGGS
FOR
HER

繁體中文版 Traditional Chinese

中華民國台灣女童軍總會
Girl Scouts of Taiwan

翻譯：國際委員會、許惠淳
版面編輯：許惠淳 Candice Hui-Chun Hsu
校訂：許家愷 Jeff Chia-Kai Hsu
www.gstaiwan.org

FRIENDSHIP

我們的友誼 活動包

目錄

歡迎來到 世界懷念日

歡迎來到2026年世界懷念日	5
世界懷念日基金	6
為什麼您的支持至關重要	7
如何捐款給世界懷念日基金	7
募款活動	8
友誼聚會：100年的友誼	8
如何使用這份手冊	9
成長與學習	9
建立勇敢空間	10
保持 R.E.A.L 原則	11
「我們的友誼」主題介紹	12
主題目標	12
「我們的友誼」對於編輯團隊的意義是？	12
如何使用今年的活動包	13
象徵架構說明	13
友誼手鍊	14
活動指南	16
第一部分：跨越時空與傳統的友誼	17
4-8 歲	
1. 剪出一個我	18
2. 友誼的語言	19
9-13歲	
3. 友誼結	20
4. 領巾世界·友誼世界	21
5. 解手結	22
14歲以上	
6. 朝聖：WAGGGS 世界活動中心	23
7. 友誼相繫	24



跨越時空
與傳統的
友誼

我們的友誼
活動包

目錄



共同成長

第二部分：共同成長

- 4-8 歲
 - 8. 跳進跳出 26
 - 9. 友誼彩虹 27
 - 10. 看見自己的力量 28
- 9-13歲
 - 11. 我們的獨特風味 29
 - 12. 友誼導航 30
 - 13. 友誼花園 31
- 14歲以上
 - 14. 100 個友誼行動 32
 - 15. 友誼搭橋匠 34



100週年的
世界懷念日

第三部分：100 週年的世界懷念日

- 4-8 歲
 - 16. 友誼尋寶趣 35
 - 17. 寄給明天的明信片 37
- 9-13歲
 - 18. 高聲歡唱 38
 - 19. 懷念日時光軸 39
 - 20. 伙伴錄音室：聊聊友誼吧 40
- 14歲以上
 - 21. 跨國情誼：繪製我們的連結地圖 41
 - 22. 女童軍時光藝廊 42
 - 23. 相聚更快樂 44
- 最終反思 45
 - 24. 連結彼此的絲線 46

歡迎來到 **世界懷念日**
Welcome to **World Thinking Day**

每年的2月22日是世界懷念日 (World Thinking Day)。這一天，世界各地的女童軍們強調國際友誼，並全球性的彼此連結，共同慶賀世界女童軍總會 (WAGGGS) 作為一個全球性的運動。這也是一個瞭解全球議題並採取行動的機會，透過支持當地社區並募款來支持全世界超過1,000萬名的女童軍。

自1926年在美國舉辦的第四屆WAGGGS世界會議上，這一天被選定為國際友誼日時，我們便開始慶祝世界懷念日，而今年正是世界懷念日的**100週年**。2月22日之所以被選為紀念日，是因為這一天是兩位對女童軍運動具有重要歷史意義的人物的生日：第一任世界女童軍領袖奧麗芙·貝登堡 (Olave Baden-Powell) 與童子軍運動創始人羅伯特·貝登堡 (Robert Baden-Powell)。

想知道更多世界懷念日歷史，請點擊[這裡](#)！

去年我們慶祝了「**我們的故事**」，反思世界女童軍總會 (WAGGGS) 的象徵意義與價值，並探討多年來身為女童軍的意義。

今年，我們將探索「**我們的友誼**」主題，並慶祝世界懷念日100週年。這突顯了友誼、社群與連結的重要性，鼓勵並賦予我們力量，共同持續建立這個精彩的全球社群。

想知道更多有關
世界懷念日的歷史，請點擊[這裡](#)

接下來這2年
我們將慶祝：

2025: Our Story
我們的故事

2026: Our Friendship

我們的友誼

慶祝世界懷念日100週年！這是一個機會，讓我們帶著好奇心與創造力，與女童軍姐妹們以及更廣泛的社群，建立具有意義的連結。

2027: Our People

我們的伙伴

聚焦女童軍運動中的改變者。我們將認識那些鼓舞人心的成員，並探索如何創造更多空間，確保我們能夠共同成長與茁壯。

2028: Our Future

我們的未來

WAGGGS成立100週年——我們一起慶祝吧！探索我們的願景，準備好夢想，並共同創造WAGGGS的未來。



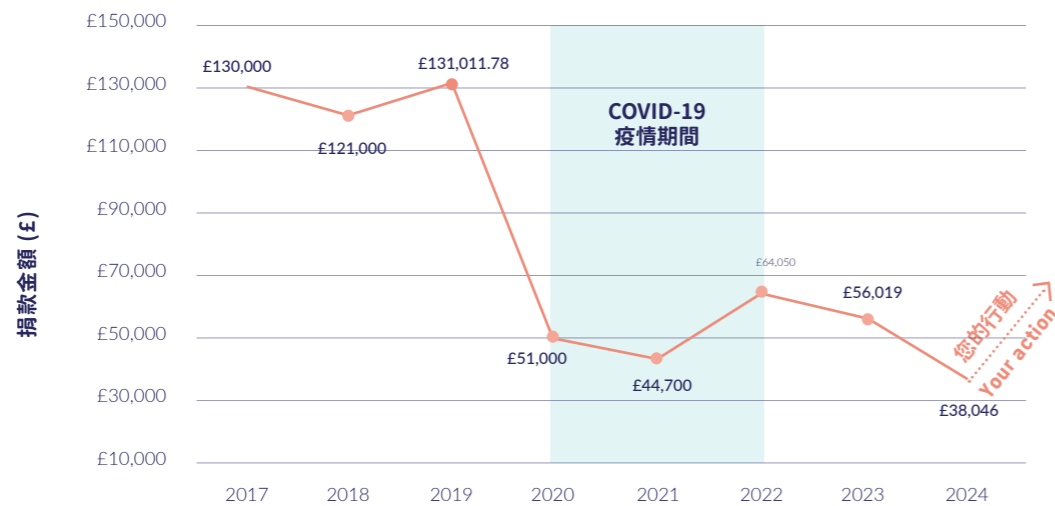
源自1932年的傳統

世界懷念日基金自1932年運作至今。當時在第七屆世界會議上，一位比利時代表指出，生日（世界懷念日同時也是奧麗芙女士與貝登堡先生的生日），自然包含了送禮物的環節。從那時起，這個傳統就延續了下來。這些捐款為全世界許多女童軍創造了改變一生的體驗，包含參加**茱麗葉·羅研討會 (Juliette Low Seminar)**，提供機會讓她們發展成為領導者，進而為所在社區帶來正向改變。您可以在這份年度影響報告中瞭解更多相關資訊。

我們面對的挑戰

遺憾的是，近年來捐款的逐年下降，使得繼續提供這些寶貴的資源變得更加困難。以下圖表顯示了世界懷念日基金捐款金額在過去幾年的變化：

歷年世界懷念日基金捐款金額



為了守護活動包的未來，並確保它能持續免費提供給每一位女童軍伙伴，我們需要您的幫助。

您可以採取的行動

適逢**世界懷念日100週年**，如果您使用了這份手冊，參與其中的活動與慶祝，並享受身為這項全球傳統一份子的喜悅，我們鼓勵各位伙伴、您所屬的團、以及會員組織，讓捐款成為體驗的一環。您的支持將有助於確保活動包的永續發展，讓這個意義非凡的日子能在下一個100年及更長久的未來持續激勵人心。



100

誠摯邀請您響應今年的世界懷念日，在您的慶祝活動中規劃一個募款活動，一同支持世界懷念日基金！



為什麼您的支持至關重要

每年，世界懷念日活動包都凝聚了用心、創意與團隊合作；但也需要大量的時間、精力與資源來進行編輯製作、翻譯、並分享給全世界的女童軍們。這一切，全仰賴世界懷念日基金的慷慨支持，才得以實現。

世界女童軍總會 (WAGGGS) 匯聚了來自**153個國家與地區、共1,120萬名會員**。您對基金的支持，將確保世界懷念日持續成為一個跨越地域、屬於所有人的慶典，共同歌頌友誼、領導力與行動。

透過捐款，您將協助：

- 提供多種語言版本，且免費、易於取得的世界懷念日活動包
- 支持世界各地**全國性與在地的**慶祝活動
- 資助各項計畫、倡議與活動，賦權女孩及青年女性，讓她們能為社區創造正向改變
- 強化世界女童軍總會 (WAGGGS) 規劃未來及回應全球女童軍運動需求的能力



如何捐款給世界懷念日基金

在您收集捐款後，您有幾種方式可以將捐款寄送給世界女童軍總會 (WAGGGS)：

- 1 繳交給所屬會員組織：多數國家的女童軍總會都會募集捐款並統一匯款給 WAGGGS。
- 2 直接透過WAGGGS線上捐款：在 [此連結](#) 輕鬆捐款——這是我們最推薦的方式！
- 3 透過支票或銀行匯款：請填妥 [捐款表格](#) 並連同支票郵寄給我們；或是於銀行匯款後，將填妥的捐款表格 Email 至 hattie.henshall@waggs.org。
- 4 掃描 QR Code：這也是我們特別推薦的方式！



我們收到您的慷慨捐款後，您將會收到一份來自世界懷念日的特別感謝。若您是以小隊或團體為單位進行捐款，我們還會寄送一張感謝狀，以表彰各位的付出並致上我們由衷的謝意。請別忘了查看手冊第8頁，了解不同的個人捐款級距！

若您在捐款給世界懷念日基金時需要任何協助，請來信至 hattie.henshall@waggs.org。您也可以將捐款表格之照片、掃描檔，或是銀行匯款截圖寄給Hattie，這將有助於我們加速處理您的捐款作業！



友誼聚會：100 年的友誼

成果

- 與全球女童軍伙伴齊聚一堂，歡慶世界懷念100週年吧！誠摯邀請無論身在何處的新知舊雨，透過線上或實體方式共襄盛舉。
- 讓我們分享彼此的故事、歌曲與美味的點心，在建立連結、重溫舊誼的時刻，共同創造嶄新的美好回憶。

募款提案

- 以「自由樂捐」的方式參與聚會
- 分享自製的手作料理或具在地特色的美食飲品
- 舉辦抽獎活動，準備來自世界各地、象徵友誼的紀念品

團體捐款

當您參與「友誼聚會」時，您的入場樂捐，連同透過抽獎、點心義賣或其他活動所募得的款項，將由團長統一收集，並轉交給世界女童軍總會（WAGGGS）。您可以透過線上掃描 QR Code、支票、信用卡或銀行匯款等方式完成捐款。

團體捐款證書

您的團體單位將會收到一份證書，以感謝您們在募款上的努力。

購買您的紀念布章

您可以透過 WAGGGS商店 自行單獨訂購或以團體單位名義購買世界懷念日紀念布章。



立即訂購

個人捐款
(加入友誼鏈 Join the Friendship Chain)

您也可以進行個人獨立的捐款至世界懷念日基金。請與您所屬團體的募款金額或是購買懷念日布章的金額分別匯款。

個人捐款建議級距

- 支持者 Supporter** (£5 / €5.75 / US\$6.50/AUD\$9.50) : 金額包含製作一枚紀念布章的成本，並為基金提供一份小額捐款。
- 守護者 Champion** (£50+ / €58+ / US\$65+/AUD\$90+) : 金額包含製作一枚紀念布章的成本，並資助另一位伙伴參與世界懷念日活動。
- 友誼英雄 Friendship Hero** (£50+ / €58+ / US\$65+/AUD\$90+) : 金額包含製作一枚布章的成本，並支持其他來自全球各地的團體單位，與世界女童軍總會（WAGGGS）的各項計畫



進行捐款

請注意：您的捐款代表製作紀念布章的成本，並非直接購買。

個人捐款證書

每一位個人捐款者都會收到一份專屬的數位證書，表彰您為支持者、守護者或友誼英雄。

您可以將此份證書列印出來，張貼在活動現場的「友誼鏈牆（Friendship Chain Wall）」上展示，或者以數位形式分享，為響應環保盡一份心力。

場地佈置小撇步

- 運用世界各國旗幟、友誼語錄，以及WAGGGS自1926年以來的歷史小知識，來裝飾您的活動空間。

如何使用此活動包

作為成人領袖或引導員，我們鼓勵您利用時間仔細閱讀、反思，並有意識地將下列指引融入並落實在活動帶領的過程中。

共同成長與學習

成長與學習（Growing and Learning，簡稱GAL） 架構是WAGGGS所使用的一套學習與發展架構，整合了我們共同教育使命中的關鍵要素。

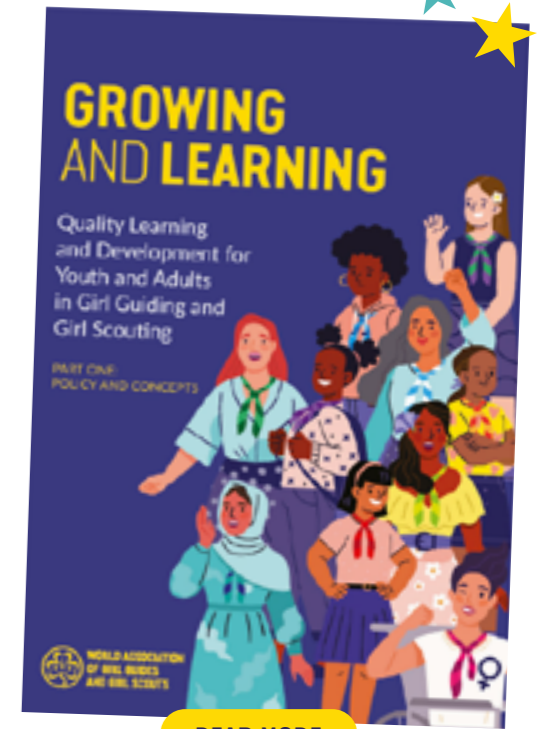
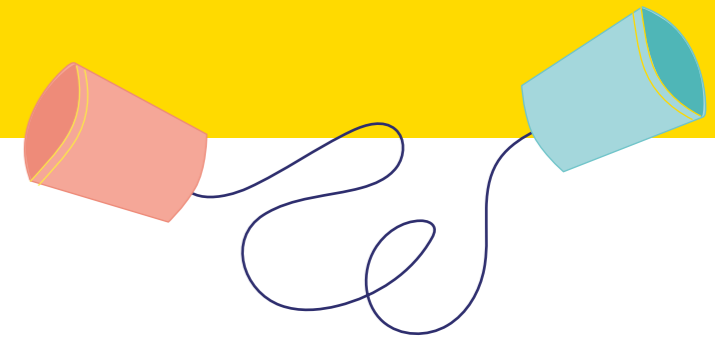
透過各項成長成果（Growth Outcomes），GAL幫助我們將女童軍運動致力於對周遭世界與青年人所創造的神奇改變與正向影響，轉化為具體的文字描述。

世界懷念日是最棒的時機，讓我們再次體認：女童軍的非正規教育模式（支持伙伴的成長與學習），不僅深植於我們的核心價值（公民素養、正直誠信、靈性修養），亦受到具體成長成果的驅動。

本年度的活動設計緊扣著這個架構，邀請全球每一位女童軍伙伴，感覺自己與比自己更寬廣的世界做連結（成果8）、關心世界並知道如何做出改變（成果7）、以及今年的重頭戲——透過慶祝我們的友誼，能夠與所有人建立有意義的連結（成果6）。

身為即將帶領本活動包的成人領袖與引導員，我們鼓勵您將 成長與學習架構（Growing and Learning Framework）融入今年的世界懷念日慶祝活動中。當您引導伙伴進行各項活動時，請務必謹記：

1. 辨識每一個活動對應的成長成果（可能不只一個）。
2. 運用六種領導思維模式與女童軍方法，創造學習者主導的體驗。
3. 保持 R.E.A.L. 原則。確保你的活動符合切身實用、刺激有趣、易於參與、學習者主導的，讓每位伙伴都感到被賦權的連結與成長
4. 建立一個讓青年能自在做自己、感到心理安全且被鼓勵充分參與的學習與成長環境。



READ MORE

如何使用此活動包



我們理解此活動包中探討的一些主題可能較為複雜，因此我們希望確保成人領袖和引導員感受到支持和有能力來引導這些活動。非常重要是要創造一個以女孩為中心、具有吸引力的勇敢空間。這個勇敢空間 (Brave Space) 應該是一個支持且安全的環境，讓每個參與者都有信心學習、發展和挑戰自己。

包容的 (Inclusive)

每個人都可以有意義地參與，並感受到自己是這個空間中平等的一份子。

安全的 (Safe)

每個人都受到尊重，免受歧視和傷害。

被賦權的 (Empowering)

每個人都能自信地做自己。

For more information on the Growing and Learning Framework, you can [visit here](#)

如何建立「勇敢空間」

- 作為一個團體，由成員一起制定一些明確的原則，以鼓勵開放和尊重。並共同商定如何遵守這些原則。
- 口頭明確表示，這個空間對所有希望參與的人來說都是安全的。
- 瞭解並留意當地社群和更廣泛的世界正在發生的事件，瞭解它們可能對您的團體成員造成影響，確保採取的方法讓所有聲音都有被聽到的機會。
- 隨時做好準備並願意根據在地的情況和團體的經驗，靈活調整活動資源與內容。
- 在談論不同問題時避免一概而論。
- 制定一個方案，確保小組成員在感到不安全時，能獲得支持勇敢地發聲或尋求幫助；並使團體中的每個人都清楚明瞭這個方案。
- 強調保密的重要性。



如何使用此活動包

保持 R.E.A.L 原則

若您希望調整這份活動包，使其更符合您的團體需求，運用REAL原則是其中一個方式。為了確保每位女孩都能透過此計畫獲得成長與學習，這份世界懷念日活動包的設計核心，正是為了提供REAL學習體驗。

代表意義	在這份活動包中看起來是什麼樣子	您作為引導員的角色
R Relevant 切身實用的	活動緊扣參與者的真實生活經驗、年齡、成長背景與個人興趣。例如： <ul style="list-style-type: none"> • 在剪出一個我活動中，讓年紀較小的伙伴裝飾紙人偶，畫上自己的制服與個人特色，並與世界各國女童軍的人偶進行比較與欣賞。 • 在女童軍時光藝廊活動中，邀請年紀較長的伙伴透過展示舊照片或紀念物品，分享自己在女童軍旅程中的友誼故事。 • 在相聚更快樂活動中，帶領小隊走入更廣大的社區，與不同的人群連結，並學習從他人的視角看世界。 	<ul style="list-style-type: none"> • 將每一個活動環節，與參與者在現實生活中的友誼經驗緊密連結。 • 鼓勵伙伴進行個人反思，並勇敢分享屬於他們自己的生命故事。 • 適時調整範例，融入在地的傳統習俗、文化特色與社區生活樣貌。
E Exciting 刺激有趣的	活動應充滿樂趣、創意，並能點燃參與者的好奇心。同時，涵蓋多元的學習方式，包括：肢體律動、分組討論、動手實作與自我反思。例如： <ul style="list-style-type: none"> • 在解手節遊戲中，伙伴們在歡笑與團隊合作中，共同解決問題。 • 在高聲歡唱活動中，小隊透過創作與表演歌曲、歡呼或詩詞，慶祝世界懷念日 100 週年。 • 在友誼尋寶趣中，孩子們透過趣味十足的挑戰關卡，主動探索友誼的真諦。 	<ul style="list-style-type: none"> • 運用音樂、律動、藝術創作與說故事，為活動現場注入活力 • 鼓勵投入遊戲、角色扮演，並發揮實驗精神。 • 慶賀想像力與創造力，這裡沒有標準答案。
A Accessible 易於參與的	確保每位學習者都能感受到被接納、支持，並能充分地參與活動。 <ul style="list-style-type: none"> • 活動設計具備彈性，能靈活調整以符合不同的學習需求，並善用當地的現有資源。 • 活動優先採用簡單、低成本或回收再利用的素材（例如：紙張、領巾、繩線，或是使用在地工藝材料來製作珠飾）。 • 提供針對不同年齡層與能力的調整小提示（例如：為年紀較小的伙伴簡化友誼花園的引導提問，讓她們更容易理解）。 	<ul style="list-style-type: none"> • 提供彈性的參與形式（數位化/實體、分組/個人進行） • 適時調整步調與簡化用字遣詞 • 預留充裕的時間，讓每個人都有機會發聲與貢獻
L Learner-led 學習者主導的	透過自主選擇、發揮領導力與採取行動，讓參與者親手形塑屬於她們的學習體驗。 <ul style="list-style-type: none"> • 在友誼搭橋匠活動中，由小隊主導，與社區組織攜手設計小型的合作計畫。 • 在100個友誼行動中，由參與者選擇並帶領各種善行義舉。 • 在連結彼此的絲線中，每位參與者親手製作一條手環，象徵著他們個人的學習成果與珍貴友誼。 	<ul style="list-style-type: none"> • 讓參與者在決策與規劃的過程中，掌握主導權。 • 勵同儕之間的互相學習、小組反思，以及共同引導的機會。 • 支持那些能夠反映他們熱情與想法的行動計畫。

「我們的友誼」主題介紹

2026年世界懷念日的主題是「我們的友誼 (Our Friendship)」。這是一個難得的機會，讓我們一同去探索並慶祝那些在女童軍運動中、以及在我們身邊社區裡，所建立起的美好情誼。透過今年的活動，你將深入探索身為一位女童軍的意義，認識我們這個運動的全球視野，並共同慶祝世界懷念日這100年來所留下的深遠影響與傳承。

整體目標

- ✓ 感到有力量做自己，並建立有意義的友誼。
- ✓ 反思世界懷念日的百年歷史
- ✓ 透過感受到自己與女童軍運動的現在與未來連結，體會友誼在女童軍運動中的核心價值。

「我們的友誼」對編輯團隊的意義是什麼？ What does 'Our Friendship' mean to the writing team?

社群 Community

共同經驗 Shared Experience

被看見 Being Seen

做自己的能力
The ability to be yourself

接受真實的自己
Acceptance for who you are

連結
Connection

歡樂與笑聲
Fun and Laughter

共同學習成長
Growing and learning together

姐妹情誼
Sisterhood

支持與提升他人
Supporting and uplifting others

「我們的友誼」 對你來說意味著什麼呢？

You can share your ideas
here on Campfire!
你可以點擊這裡到
Campfire網站上分享你的想法！



如何使用此活動包

女童軍運動通常是友誼得以萌芽與茁壯的空間。因此，今年我們將慶祝這些友誼，同時也探索健康的友誼以及社群在我們的運動和更廣泛世界中的重要性，因為我們匯聚力量攜手共進 **we are stronger together**。

這份活動包分為 3 個部分，分別探索：



第一部分：跨越時空與傳統的友誼 Friendship across Time and Traditions

在這個部分旨在慶祝全球姊妹情誼、與世界各地的女童軍伙伴的連結、以及我們對女童軍運動的共同願景。



第二部分：共同成長 Growing Together

這個部分將提供參與者一個成長契機，幫助他們更深入地了解自己，理解健康的友誼的重要性，並獲得建立連結的自信與力量。



第三部分：100週年的世界懷念日 100 Years of World Thinking Day

這個部分，讓參與者有機會反思世界懷念日的歷史意義，從 1926 年創立之初，到它成為一個具有影響力的日子。

活動適用年齡

每個部分都將活動分為 3 個適用年齡區間

- 4 - 8 歲
- 9 - 13 歲
- 14 歲以上

這是為了幫助成人領袖與引導員們更輕易使用活動包。這些只是建議年齡，我們鼓勵您為您的團體選擇最相關的活動，並將此活動包作為操作指引。

為了額外的（非必要）挑戰，我們在活動包中加入了一個「FRIENDSHIP」藏頭詩。我們鼓勵您挑戰自己，找到並完成代表 FRIENDSHIP 中不同字母的 10 項活動（請對應第16頁英文活動名稱）！



友誼手鍊

大家在完成從三個部分選定的活動和最終反思活動之後的任務，是製作一條友誼手鍊。這條串珠手鍊代表伙伴彼此之間的友誼，也代表著女童軍運動在世界各地所屬的國際社群。

我們的友誼，跨越了國界，沒有藩籬

我們擁有連結全球的姐妹情誼，




在世界的每一個角落，

給予彼此最堅定的支持與力量

每當妳完成一項活動挑戰，就可以親手製作並收集一顆珠子。

我們鼓勵大家盡可能完成更多活動，因為這意味著伙伴們的友誼手鍊將會有更多的珠子！

每個部分，都代表著一種特定顏色的珠子：

-  跨越時空與傳統的友誼
-  共同成長
-  100週年的世界懷念日

如果手邊剛好沒有指定的顏色，我們建議只要選出三種不同的顏色，分別代表活動包中的三個部分即可。

當手鍊製作完成後，我們鼓勵伙伴邀請一位在女童軍活動中認識的好朋友，親手幫你將手鍊繫在手腕上；或者，也可以互相交換彼此製作的手鍊。

如果不方便製作個人手鍊，也可以改做成鑰匙圈；或是全體合力製作一條超大的團體手鍊，並把它掛在團部裡。

珠子的材質有很多種變化，我們非常鼓勵使用永續材質（例如：木頭、紙捲、黏土），或者回收再利用舊的珠子。以下我們特別準備了紙串珠的製作教學：

友誼手鍊


活動名稱 紙串珠創作

 **學習成果** 為你的友誼手鍊製作自己的紙珠子

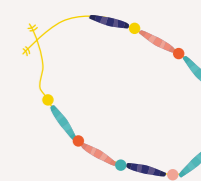
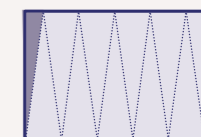
 **所需時間** 30 分鐘


 **準備工作**

- 彩色紙（黃色、綠色、藍色）
- 剪刀
- 膠水
- 牙籤或竹籤（用來捲）
- 鉛筆
- 尺

 **活動過程**

- 全體一起討論，女童軍運動如何幫助自己交朋友並建立有意義的連結
- 將紙剪成三角形。三角形的底邊將是珠子的寬度。三角形越長，珠子會越粗。我們建議剪出 2.5 公分 x 10 公分（1 英吋 x 4 英吋）的三角形，來製作 2.5 公分的珠子（1 英吋）。
- 在三角形上，寫下一些友誼中好的特質（例如：善良、忠誠）。想寫多少個詞都可以。
- 在三角形的頂端塗上一些膠水。您可以使用液體膠水或口紅膠。
- 從寬的一端開始，用牙籤或竹籤將三角形捲起來。若要捲出對稱的螺旋，請在捲動時將三角形保持在中心位置；若要捲出相反的效果，可讓三角形稍微偏離中心。
- 完成捲動後，將三角形的頂端黏在捲好的紙上。如果珠子沒有捲緊，可以多加一些膠水。拿住它一下子，幫助膠水凝固。
- 在珠子上塗上一層亮光漆（例如：ModPodge，或透明膠水與水的混合溶液）。讓它完全乾燥，並確保它不會黏在任何東西上，可以用牙籤或竹籤將它立起來。可以塗上多層亮光漆以獲得更光亮、更持久的效果。
- 待乾燥後，將珠子從牙籤或竹籤上滑下，你就有了自己的紙珠子！如果它開始散開，放回竹籤上，多加一些膠水，並在必要時完成它。



 **更深入探索** 如果你想要讓珠子更獨一無二，不妨發揮創意多加點裝飾！試著在捲起三角形前，在每一張紙條的尖端處寫下一個英文字母；當妳把這些珠子全部捲好、串起來之後，它們就可以拼成 FRIENDSHIP 或 FRIEND 這個詞

 **小提示** 捲得越緊，珠子就會越持久。如果沒有特定顏色的紙，可以改用三種不同的顏色。

活動指南

階段	活動名稱	所需時間	適合年齡	
 <p>跨越時空 與 傳統的 友誼</p>	剪出一個我 Paper Dolls Like Me	15 分鐘	4-8 歲	
	友誼的語言 Language of Friendship	20 分鐘	4-8 歲	
	友誼結 Knot of Friendship	15 分鐘	9-13 歲	
	領巾世界・友誼世界 A World of Scarves, A World of Friends	20 分鐘	9-13 歲	
	解手結 Human Knot	15 分鐘	9-13 歲	
	朝聖：世界女童軍總會世界活動中心 Destination: WAGGGS World Centres	20 分鐘	14 歲以上	
	友誼相繫 Tied by Friendship	20 分鐘	14 歲以上	
 <p>共同成長</p>	跳進跳出 Jump In, Jump Out	15 分鐘	4-8 歲	
	友誼彩虹 Friendship Rainbow	20 分鐘	4-8 歲	
	看見自己的力量 Empower Yourself	20 分鐘	4-8 歲	
	我們的獨特風味 What we bring to the table	45 分鐘	9-13 歲	
	友誼導航 Navigating Friendship	25 分鐘	9-13 歲	
	友誼花園 Garden of Friendship	30 分鐘	9-13 歲	
	100 個友誼行動 100 Acts of Friendship	10-20 分鐘	14 歲以上	
	友誼搭橋匠 Bridge Builders	30 分鐘	14 歲以上	
 <p>100 週年的 世界懷念日</p>	友誼尋寶趣 Friendship Scavenger Hunt	20 分鐘	4-8 歲	
	寄給明天的明信片 Postcard to Tomorrow	30 分鐘	4-8 歲	
	高聲歡唱 Sing Out	25 分鐘	9-13 歲	
	懷念日時光軸 Timeline of Thinking	30 分鐘	9-13 歲	
	伙伴錄音室：聊聊友誼吧 Radio Hour: Let's talk Friendship	30 分鐘	9-13 歲	
	跨國情誼：繪製我們的連結地圖 International Bonds: Mapping Our Connections	30 分鐘	14 歲以上	
	女童軍時光藝廊 Gallery of Guiding Moments	30-45 分鐘	14 歲以上	
	相聚更快樂 Together we are Happier	30 分鐘 (up to 1hr)	14 歲以上	
	<p>最終反思</p>	連結彼此的絲線 Threads of Our Connection	20 分鐘	不分年齡



Friendship

Across Time and Traditions

跨越時空與傳統的友誼



在這個部分旨在慶祝全球姊妹情誼、連結世界各地的女童軍伙伴，並凝聚我們對女童軍運動的共同願景

1. 剪出一個我

4~8 歲



學習成果

- 認識不同的女童軍制服
- 反思女童軍運動制服背後的歷史意義



所需時間

15 分鐘



準備工作

- 國際女童軍制服的圖片
(可從網路上找到)
- 紙人偶範本
- 彩色鉛筆
- 紙
- 剪刀



更深入探索

妳能找出不同國家制服之間的相似與差異之處嗎？哪一套是妳的最愛呢？

花點時間來認識女童軍制服的歷史演變吧。貝登堡爵士曾說：「公認的制服——能培養團隊精神與自尊心；而隨著制服在世界各地被廣泛採用，它更成為一種共同的視覺象徵，將所有成員凝聚在一起，共同實踐理想。」(《Education in Love in Place of Fear》, 1922).

請大家討論看看：在一百多年後的今天，妳認為制服是否依然凝聚著世界各地的女童軍伙伴呢？



小提示

妳也可以製作一串WAGGGS的「友誼手牽手紙偶」。首先，剪出一串由五個紙偶相連的長條。接著，請從WAGGGS的五大區域（非洲區、阿拉伯區、亞太區、歐洲區以及西半球區）各挑選一個代表國家，將她們的特色繪製在妳的紙偶鍊上。點擊[這裡](#)，可以認識更多關於這五大區域的資訊喔！

- 1 使用範本紙偶版型（請見第50頁附錄）進行裝飾，讓它看起來像是穿著女童軍制服的自己。記得加上那些讓妳顯得獨一無二的特徵喔！想想看，制服上有沒有哪個部分，讓妳感到特別自豪或開心呢？



- 2 欣賞來自世界各地女童軍伙伴的制服照片。再裝飾另一個紙偶，讓它穿上這些不同國家的制服吧！

- 3 跟團內的伙伴交換妳們的紙偶，然後一起討論：這兩個紙偶有哪些相同或不同的地方？看看制服上的徽章或布章，有沒有發現什麼一樣或不一樣的設計呢？

延伸思考：請分組討論「如果沒有穿上制服，我們依然是女童軍嗎？」如果不是靠制服來識別，那是什麼力量將我們凝聚在女童軍運動之中呢？



- 4 請團長或成人領袖幫忙拍照，將妳們精彩的紙偶作品分享到社群媒體上，並記得加上這些標籤喔：

#2026世界懷念日
#我們的友誼
#世界懷念日100
#WTD2026
#OurFriendship
#WTDIs100

2. 友誼的語言

4~8 歲



學習成果

- 學習如何用不同語言說「朋友，你好」



所需時間

20 分鐘



準備工作

- 紙
- 筆
- 膠帶、安全別針
- 「朋友，你好」語言列表（附錄）



更深入探索

拿出地圖，找找看世界上還有哪些地方，也使用著妳剛才練習的那種語言。

你也可以至世界女童軍總會（WAGGGS）官方網站上的「我們的世界（Our World）」專區，查詢看看有哪些會員組織也是使用這些語言喔。

互相考考對方，比比看誰記住的問題語最多！



小提示

可以在名牌或紙徽章的背面，寫下使用該語言的國家，或是標註它的發音方式。

- 1 請問在座的伙伴，有沒有人知道怎麼用其他國家的語言說「朋友，你好」呢？邀請大家分享看看。

- 2 參考附錄的語言列表，試著學習並練習用 5 到 10 種不同的語言說出「朋友，你好」。

- 3 學會這些問候語之後，請製作一個名牌或紙徽章，並在上面用自己選定的一種語言寫下「朋友」這個詞。

- 4 請在活動場地中自由走動。當你遇見伙伴時，請看著對方名牌或紙徽章上的語言，嘗試用那種語言向她打招呼！

- 5 反思世界各地的女童軍伙伴們說著多少種不同的語言呢？妳知道嗎，目前全球共有超過 1,100 萬名女孩參與這項國際性的運動喔！

Hola Amiga

Ni Hao Pengyou

Bonjour Mon Amie

英語 English	Hello Friend
法語 French	Bonjour Mon Amie
西班牙語 Spanish	Hola Amiga
阿拉伯語 Arabic	Ahlan Sadiqati
史瓦希利語 Swahili	Jambo Rafiki Yangu
印地語 Hindi	Namaste mere dost
中文 Chinese	Ni Hao, Pengyou
葡萄牙語 Portuguese	Ola Amiga
日語 Japanese	Konnichiwa Tomodachi
俄語 Russian	Privet
德語 German	Hallo Freund
馬來語 Malay	Apa Khabar, Kawan

Privet

Konnichiwa Tomodachi

Hallo Freund

Hello Friend

Ahlan Sadiqati

Apa Khabar, Kawan

Ola Amiga

3. 友誼結

9~13 歲



學習成果

- 學習如何在領巾上打一個「友誼結」
- 瞭解友誼結背後的象徵意義。
- 練習幫伙伴打這個結



所需時間

15 分鐘



準備工作

- 領巾



更深入探索

請大家形成前後排隊的隊形，並圍成一圈，看著前方伙伴的背影，接著練習從背後幫站在你前面的伙伴打一個友誼結，建立一個「友誼結圓圈」。



小提示

請先確認你的領巾是平整、沒有皺褶的。

你也可以參考以下影片，來輔助學習友誼結的打法：

如何打友誼結

How to Tie a Friendship Knot



1 請大家討論領巾上「友誼結」的象徵意義。在女童軍運動中，它通常代表著友誼與團結。而打上友誼結，也是佩戴領巾最受歡迎的方式之一。

2 首先，將領巾捲起，直到背面剩下一個較小的三角形。

3 將領巾披在脖子上，確認三角形的尖端位於背後。將右邊的一端在靠近脖子處壓在左邊的領巾之上。



4 拿起現在位於左側的那一端（原本是右側的那端），折回去，疊在另一端，形成一個環。這時結的雛形開始出現。



5 拿起另一端（位於右側），將其壓在左側那端之上，並穿過剛剛形成的環。請慢慢調整布料。



6 輕輕拉動兩端將結收緊。目標是讓它既牢固又舒適，確保領巾固定在適當位置，但不要勒得太緊。



7 調整領巾的兩端，使其垂下的長度一致。友誼結應該整齊地落在妳胸口的中央。



8 現在你已經完成自己的友誼結了，請大家兩兩一組進行練習，試著幫伙伴打看看這個結。



9 恭喜！！你現在已經學會如何打友誼結了！

4. 領巾世界・友誼世界

9~13 歲



學習成果

- 探索領巾在女童軍運動中的象徵意義
- 找出凝聚團內伙伴的核心價值。



所需時間

20 分鐘



準備工作

- 空白領巾線條圖
- 彩色筆、蠟筆或顏料
- 世界各地的領巾照片



更深入探索

試著利用碎布或回收材料來製作領巾，打造一條既環保又能展現「升級再造」創意的永續領巾吧！

集結大家的設計巧思，共同創作出一條獨一無二的「友誼領巾」！這可以成為你們團慶祝世界懷念日100週年的專屬紀念領巾喔！

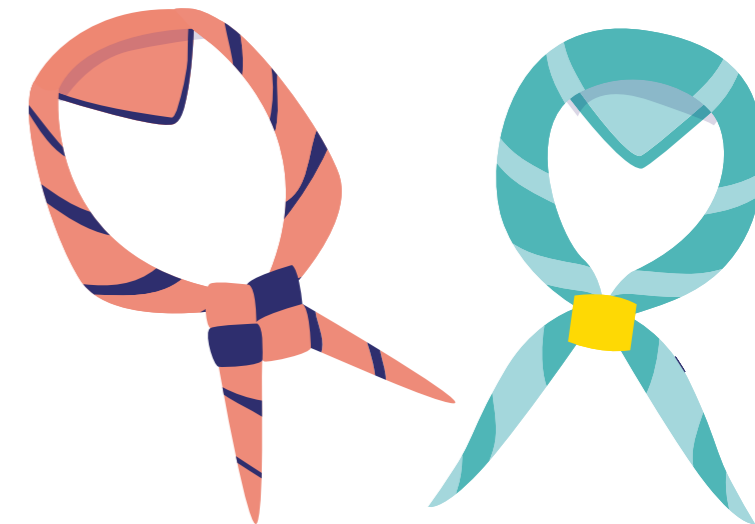
發起一場領巾交換活動，與來自其他地區（甚至是不同國家）的女童軍團交換這份心意吧！



小提示

不妨想想家鄉當地的縣市旗幟、國花或是代表國家的動物——試著將這些在地元素作為設計靈感，與你們所堅持的價值觀融合在一起吧！

1 請大家討論領巾在女童軍運動中的重要性，分享屬於自己或他國家的範例與意義。



2 所謂「價值觀」，是指個人或團體用來衡量事物重要性的核心信念（例如：懂得尊重他人）。請反思是什麼樣的價值觀凝聚了世界各地的女童軍伙伴呢？（例如：善待他人）。請分組合作，列出3~6個你們認為最重要的價值觀。

3 利用手邊的空白領巾線條圖稿（請見第52頁附錄），將這些共同價值觀融入設計之中，創作出專屬於你的領巾吧！

4 完成後，請向伙伴們展示自己的作品，並互相交換領巾。這可是國際大露營中一項非常重要的傳統，象徵著我們之間的深厚友誼喔！

5. 解手結

9~13 歲



學習成果

- 分工合作解決問題，並培養團隊合作能力。



所需時間

15 分鐘



準備工作

○ 無



更深入探索

請大家一起討論，在面對各種挑戰或難題時，「團隊合作」扮演了什麼樣的角色？你覺得單打獨鬥比較輕鬆？還是當我們團結在一起時，力量會變得更強大呢？

這有沒有讓你聯想到，全球女童軍運動中的伙伴們，曾經集結眾人的力量推動過哪些改變，或是改善過哪些議題呢？



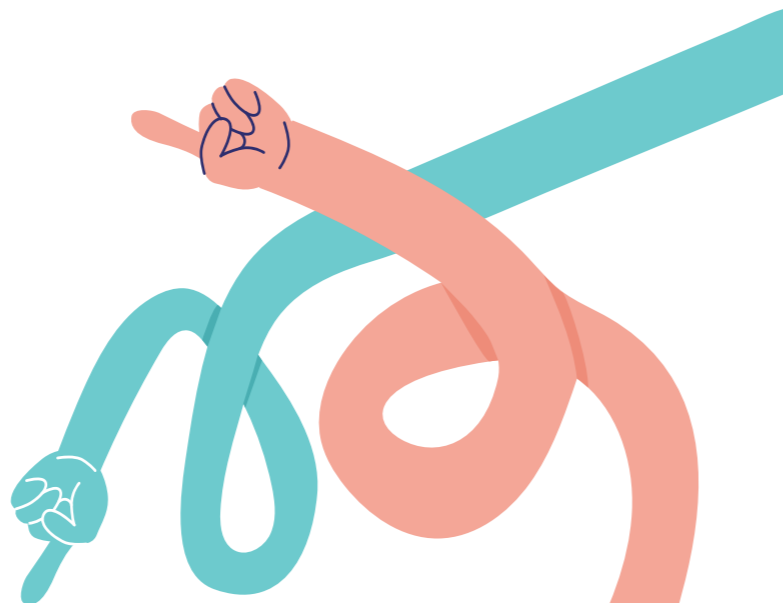
小提示

本活動由 6 到 12 人進行最為合適。如果現場人數較多，建議拆分成幾個小組進行，會比較容易操作。

為了讓「結」比較好解開，可以請伙伴們先將雙手舉高過頭、張開手掌，然後去尋找另一隻對應的手，確認大拇指與每根手指都對準後再握住。

身為帶領者，請盡量不要給予建議。鼓勵女孩們主導解結的過程，培養她們領導力與問題解決力。

- 1 讓每個人聚在一起，圍成一圈。
- 2 每位伙伴都伸出雙手，握住兩個不同玩家的手。所有人形成了一個人體手結！
- 3 現在，所有伙伴的任務是解開這個結，直到每個人都站成一個手牽手的圓圈。但過程中你絕對不能放開現在握住的任何一隻手。你可以跨過別人的手、轉身，嘗試新事物和進行實驗來解開它。



- 4 當手結被解開後，詢問大家，這個遊戲與「我們的友誼」主題有何關聯？有時候成為朋友很容易，但其他時間友誼是需要花心思去經營的。當我們交談與合作時，我們可以解決看似不可能的問題。
- 5 世界各地都有我們的女童軍伙伴，但我們並不一定都會說或理解相同的語言。現在，請再挑戰一次這個遊戲，但這次要保持完全靜默，不能說話，也不能發出聲音指揮。你覺得這次變簡單了，還是更難了呢？

6. 朝聖： WAGGGS 世界活動中心

14 歲以上



學習成果

- 認識世界女童軍總會 (WAGGGS) 的五個世界活動中心
- 透過規劃一趟造訪世界活動中心的旅程，將自己與全球女童軍運動的連結具象化



所需時間

20 分鐘



準備工作

- 筆
- 紙
- 世界地圖 (實體、數位或地球儀) 以協助旅程視覺化
- 貼紙/便利貼
- 可上網的相關設備



更深入探索

反思如何能夠讓這趟旅程變得更加永續。

團內的伙伴是否有人曾經拜訪過世界活動中心呢？他們有什麼故事可以分享嗎？



小提示

這可以在室外用粉筆在地上畫出世界地圖來進行。

您可以從這裡找到更多關於 WAGGGS 世界活動中心的資訊。

- 1 請大家先在小組內討論：你從家裡來到我們團集會或活動的地點，通常需要花多少時間呢？你都是搭什麼交通工具來的？
- 2 詢問大家是否聽過女童軍「世界活動中心 (World Centres)」？他們認識其中的任何一個嗎？請拿出便利貼或貼紙 (如果是使用實體地圖的話)，在地圖上標出它們的位置；或者直接用手指出它們在哪裡。
 - 瑞士阿德爾博登：我們的雪麗 (Our Chalet)
 - 墨西哥庫埃納瓦卡：我們的卡巴尼亞 (Nuestra Cabaña)
 - 印度浦那：桑岡 (Sangam)
 - 英國倫敦：和平之屋 (Pax Lodge)
 - 迦納阿克拉：庫沙非力 (Kusafiri)
- 3 請用另一種顏色 (不同顏色) 的便利貼或貼紙，在地圖上標示出我們現在所在的位置。
- 4 請分成 5 個小組，每組分配一個世界中心作為目標。大家的任務是完成一條清晰的路線規劃，模擬如何從目前位置前往各自選定的世界中心。
這趟旅程大約需要花費多少時間？途中需要轉換幾種交通工具 (例如：飛機、汽車、公車、渡輪等) 呢？
- 5 討論並反思友誼在世界活動中心所扮演的角色，它們如何幫助人們互相連結呢？





學習成果

- 分享彼此的文化傳統與自我認同
- 透過國際友誼，與世界各地的伙伴建立連結
- 共同打出象徵友誼的繩結，以此慶祝這份連結的強韌與美好



所需時間

20 分鐘



準備工作

- 彩色繩子、毛線或緞帶（每人一條，約 2 公尺長）
- 剪刀
- 一個中央環、大圓環、棍子或固定點，用來打集體結/編織網
- 提示卡



更深入探索

將此活動與文化分享之夜（Cultural Sharing Night）或友誼之夜（Friendship Night）結合舉辦。



小提示

針對年紀較小的伙伴，適度簡化引導提問。

在深入討論之前，請確保大家已經共同建立了一個勇敢空間。

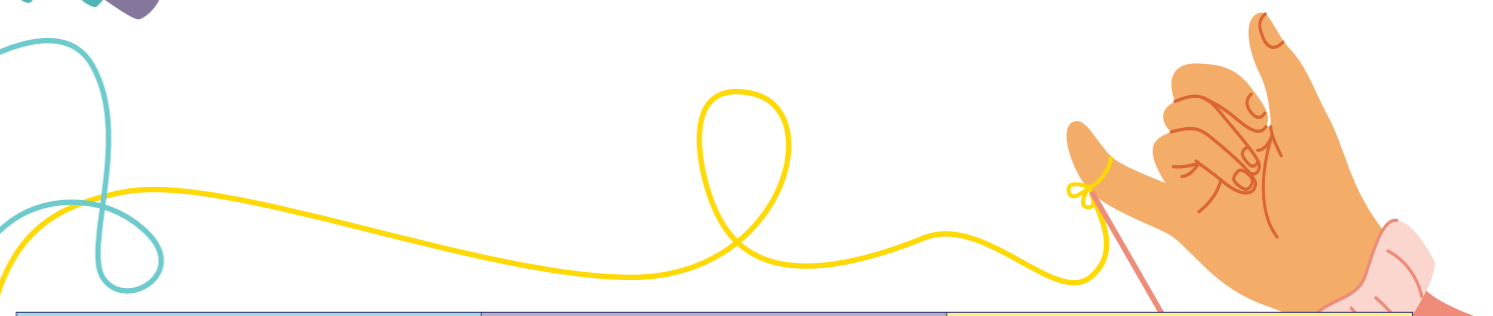
針對年紀較長的伙伴，鼓勵他們進行更深度的探討，可以透過討論傳統文化如何形塑我們的身分認同（Identity），以及我們該如何在面對彼此的差異時，依然能維繫堅定的友誼。

- 1 請大家圍成一個大圓圈，並發給每位伙伴一條彩色繩子（或毛線）
- 2 說明規則：我們將進行「尋找連結」的遊戲。當聽到一個提示題目時，如果自己符合這個描述，請將手中的繩子傳遞給另一位也符合同樣描述的伙伴（對象可能不只一位）。
- 3 當你們確認彼此有共同點後，請保留繩子的一端在自己手中，並用另一端與對方打結連接起來（例如：找到另一位也熱愛女童軍活動的伙伴）。
您可以自訂題目或使用現成的提示卡（請參考活動包第 25 頁附錄）。
- 4 重複進行數回合，讓大家建立起各式各樣的連結。
- 5 所有人聚集在一起，將他們打結的繩子綁在一個中央環、樹枝或展示環上，形成一個巨大的繩網。這是一種視覺化和象徵性的表現，代表團體中的成員相互連結程度。
- 6 花點時間反思並討論，他們對友誼中的「交織性」（intersectionality）瞭解多少。「交織性」的定義是不同社會範疇（如種族、階級、性別等）之間相互連結的本質。

你可以使用以下問題來鼓勵討論：

- 透過這個活動，有沒有發現關於團內伙伴的新事物？
- 有沒有任何連結或是共同點讓你感到驚訝？
- 關於其他伙伴的背景或習俗，你學到了什麼以前不知道的事嗎？
- 我們每個人獨特的身份認同（如種族、宗教、身心能力、性別、語言等），是如何影響我們交朋友的方式以及對友誼的感受？
- 你有認識其他國家的女童軍朋友嗎？他們的女童軍習俗和我們有什麼不同？
- 我們要如何建立一種能夠包容並重視每個人的友誼，特別是去接納那些經常被忽略或面臨較多阻礙的伙伴？

- 7 凝視著眼前的這張友誼繩網，在知道了其中編織著各種不同的身份、文化與生命經驗後，它現在對你來說象徵著什麼意義呢？



有兄弟姐妹的人	喜歡跳舞的人	熱愛女童軍身分的人
喜歡露營的人	有養寵物的人	喜歡烹飪的人
一位 _____的人	一位 _____的人	一位 _____的人
曾經為了融入群體而改變自己的人	最近學會了新事物的人	在需要時曾經主動求助的人
最近曾經挑戰自己的人	曾經想嘗試某事，卻被告知「你不行/不可以」的人	曾經在他人有需要時伸出援手的人
一位 _____的人	一位 _____的人	一位 _____的人



Growing Together 共同成長

這個部分將提供參與者一個成長契機，幫助他們更深入地了解自己，理解健康的友誼的重要性，並獲得建立連結的自信與力量。



8. 跳進跳出

4~8 歲



學習成果

- 認識並發掘團體內伙伴們的共同點，建立更深厚的友誼



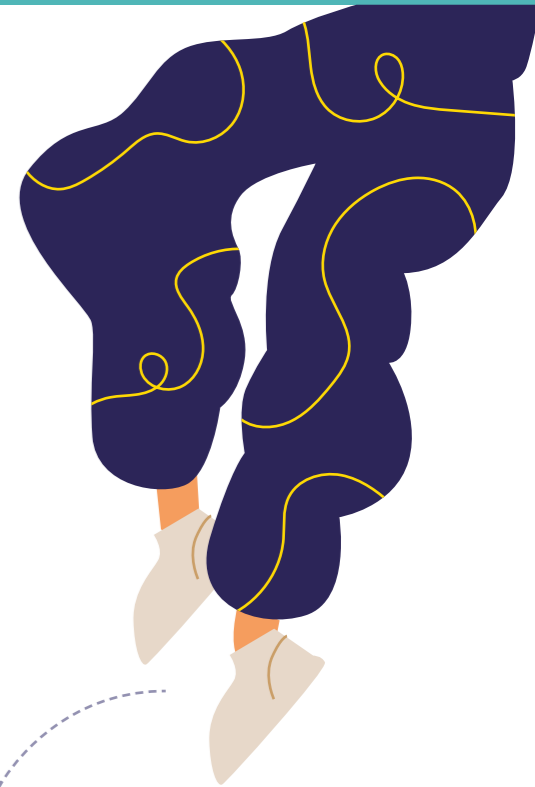
所需時間

15 分鐘



準備工作

○ 無



更深入探索

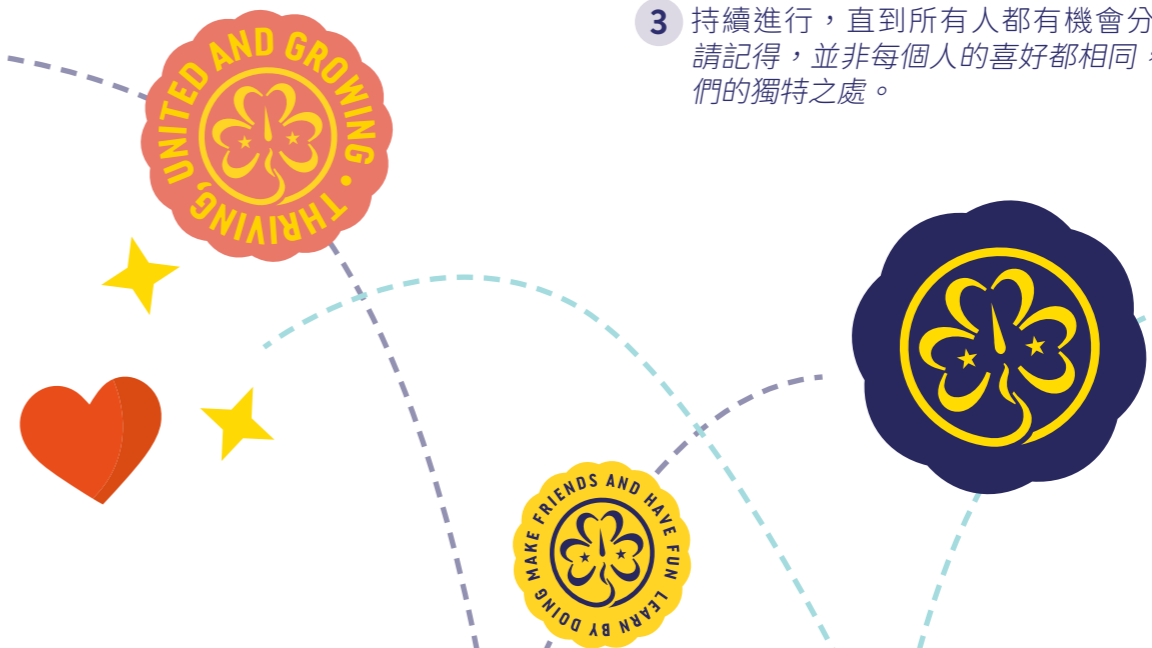
試著不要只停留在食物或書本這類比較表面的話題。看看是否有一件事物是每個人都喜歡或不喜歡的。



小提示

如果活動空間有限，或是伙伴們不方便跳進圈圈，可以改設計其他的動作來代替。

- 1 請將大家集合起來，問問大家：「友誼」對你們來說代表什麼意義？請記得，這裡沒有標準答案。如果有人還沒準備好分享，可以說「Pass（跳過）」，我們就先換到下一位伙伴繼續進行，直到所有想分享的人都發言完畢。
- 2 接下來，請大家圍成一個圓圈。所有人將輪流發言，每個人說出一件自己喜歡的事物（例如：我喜歡畫畫）。如果其他伙伴也剛好喜歡這件事，請跳進圈圈的中間，停留一兩秒，再退回原位。
- 3 持續進行，直到所有人都有機會分享自己的喜好。請記得，並非每個人的喜好都相同，而這正造就了我們的獨特之處。





9. 友誼彩虹

4~8 歲



學習成果

- 共同創作出一道彩虹
- 欣賞每位伙伴獨一無二的特質
- 展現每個人都為這份友誼注入了特別的元素



所需時間

20 分鐘

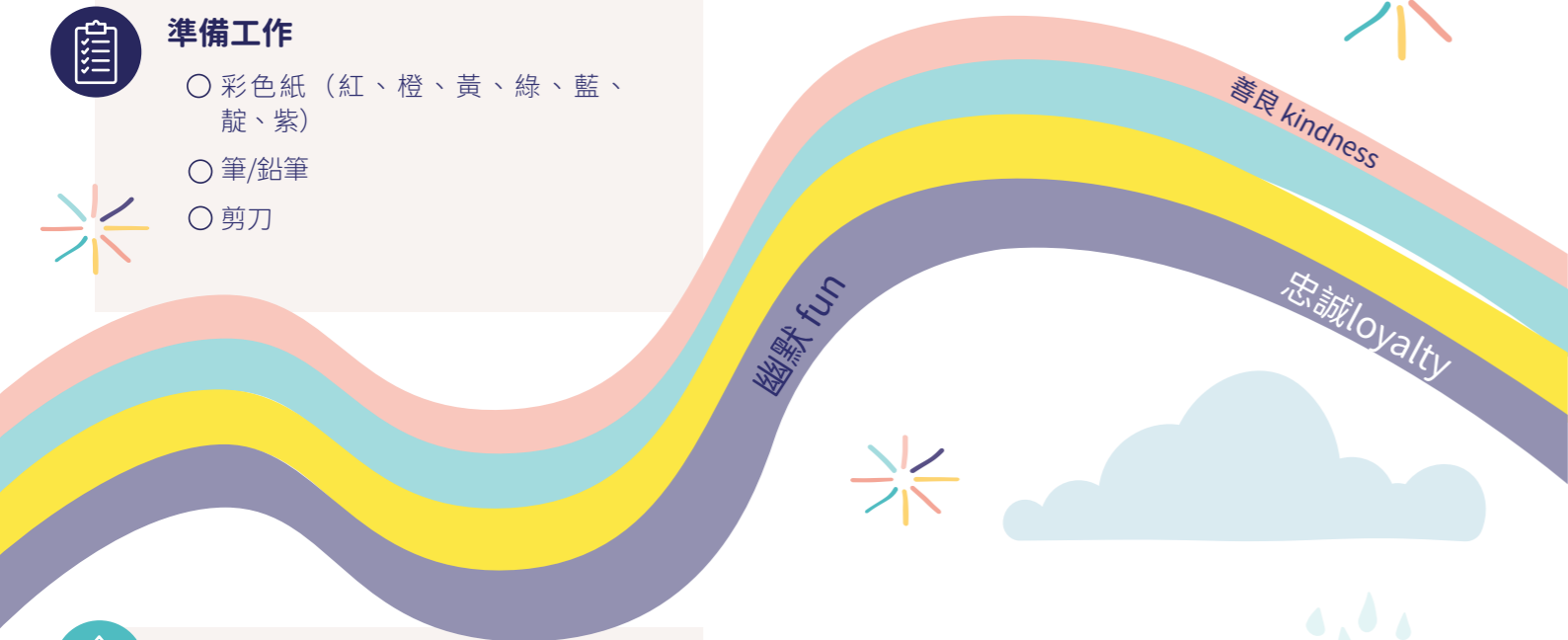


準備工作

- 彩色紙 (紅、橙、黃、綠、藍、靛、紫)
- 筆/鉛筆
- 剪刀



- 1 請發給每位伙伴一張代表彩虹顏色的色紙 (團體中有不只一個人拿到相同顏色是沒關係的)。
- 2 請大家在紙上寫下一個自己在友誼中展現的特質 (例如：善良、幽默、忠誠)



更深入探索

- 反思什麼特質能造就一個好朋友。擴展所寫的內容，舉出具體的例子來加以說明 (例如：透過讚美他人來展現善良)。
- 你可以用什麼具體的方式，讓朋友感到自己是特別的、被重視的？請將想法寫在剪成雲朵形狀的紙上。

- 3 將所有的色紙拼貼起來，共同創作出一幅巨大的彩虹壁畫。大家可以拍照並在社群媒體上分享，記得使用 #2026世界懷念日 #我們的友誼 #世界懷念日100 #WTD2026 #OurFriendship #WTDIs100



小提示

如果手邊沒有現成的色紙，也可以直接用色鉛筆或彩色筆，在白紙上塗上顏色來代替。或者，發揮創意蒐集各種擁有彩虹顏色的物品，利用它們來排列、拼寫出象徵「友誼特質」的詞語。



10. 看見自己的力量

4~8 歲



學習成果

- 探索「好朋友」的真諦與意義
- 練習善待自己，進而成為他人更好的朋友



所需時間

20 分鐘



準備工作

- 罐子
- 紙
- 筆/鉛筆
- 大張海報紙



更深入探索

進行一次正念散步，在過程中傾聽自己內在的聲音與心靈深處，練習轉化負面的自我對話，並成為自己的啦啦隊。



小提示

針對年紀較小的伙伴，建議將自我反思環節，調整為簡單的問答時間，例如：「你對自己好不好呀？」、「您會幫自己加油打氣嗎？」

思考哪些正向詞彙可以取代負向詞彙。例如：嘗試用「和 (and)」來代替「但是 (but)」。

- 1 請大家分組討論，在海報紙上寫下或畫出：一個「好朋友」應該具備哪些特質？
- 2 請每位伙伴花一點時間獨處，靜靜地反思剛剛寫下的這些特質，並思考看看，我們如何能將這些特質應用在自己身上呢？
- 3 請提醒大家：學會「做自己的好朋友」，並溫柔地善待自己，是非常重要的事。接下來，我們要來製作一個專屬的「正能量罐 (Positivity Jar)」，裡面要裝滿所有妳喜愛的事物。
 - 激勵人心的名言金句
 - 你欣賞自己的優點
 - 你曾經善待他人的美好時刻
 - 美好的回憶
 - 你最喜歡的一首歌
 - 其他任何會讓你感到心情好的事物
- 4 在接下來的幾週裡，請利用這個正能量罐作為自己的小幫手 (例如每天抽取一張紙條)，練習主動對自己好，並試著成為自己的好朋友。





11. 我們的獨特風味

9~13 歲



學習成果

- 透過自我表達與食物分享，促進團隊的情感凝聚力。
- 提升伙伴對個人優勢、特質以及團隊多元性的覺察。



所需時間

45 分鐘



準備工作

- 提前告知大家：每位伙伴需準備一份食物或點心帶來活動現場。這份食物必須能代表自己及自己在團隊中的角色
- 準備一張長桌或平坦的展示台，用來陳列大家帶來的點心
- 非必要的：白板（或大海報紙）與彩色筆，供團體反思與討論時使用。



更深入探索

製作一份團隊「菜單」，將團體的食物和特質視覺化。

試著進行盲測品嚐會，你覺得這道食物代表了現場的哪一位伙伴？為什麼？



小提示

為了避免食物過敏及飲食限制，請鼓勵每個人除了他們的食物外，也帶照片或詳細說明。

即使進入到比較深度的反思環節，也請全程保持輕鬆、活潑的活動氣氛！

帶領年紀較小的孩子，請盡量簡化語言，並將重點放在食物的趣味性上。

1 朗讀這段話給參與活動的所有人：

我們每個人都擁有獨特的風味。一個團隊不該只有一種標準食譜，而是一張擺滿了各式佳餚、香氣、口感與故事的豐盛餐桌。接下來，你將有機會透過味覺與真心，細細品味我們每個人的獨特之處。

2 請每位伙伴將分享自己帶來的食物，這項食物必須能代表自己。請輪流並依序回答以下問題

- 你帶了什麼食物？
- 為什麼這項食物能代表你？
- 這項食物象徵了你為團隊帶來的什麼優點或是特質呢？

進階思考：

- 這個特質在團隊合作中，能發揮什麼樣的幫助呢？
- 你想從團隊或其他伙伴身上學到什麼？

我帶的是酸味軟糖。因為我充滿活力，有時候講話比較直接刺激，但出發點通常是好的。當團隊卡關時，我能帶來衝勁，推動大家繼續前進。

3 當所有人都分享並品嚐過彼此的食物後，請進行小組討論：

- 對於大家的選擇，有什麼讓你們感到驚訝的地方嗎？
- 團體中是否出現了重複的風味或特質？
- 我們要如何更好地融合這些不同的食材？我們還可以更欣賞彼此的哪些地方？

4 活動結束前，可以分享這段結語：這個活動是為了讓我們明白，聚在一起時，我們不只是一道單獨的菜餚，而是一整桌豐盛的筵席。在這張桌子上，每個人都貢獻了屬於自己的風味、故事，以及力量。



12. 友誼導航

9~13 歲



學習成果

- 辨識友誼中健康與不健康的行為
- 反思個人的交友經驗
- 學習如何經營與發展有意義的關係



所需時間

25 分鐘



準備工作

- 開放的活動空間
- 情境卡（附錄第53頁）
- 非必要：有趣的背景音樂



更深入探索

以小組形式合作，製作一張海報。這張海報的目的是為了幫助其他人辨識，友誼中不健康和健康的跡象和行為。

在成人領袖或團長的支持下，討論如果自己處於有毒和不健康的友誼中，可以向誰尋求進一步的支持。



小提示

為了讓討論更貼近大家的生活，歡迎加入自創的情境。

詢問團員們：是否覺得自在、願意分享屬於他們自己的真實故事？

1 首先，與伙伴們建立一個勇敢空間。簡短地討論友誼可能會有挑戰和成長的時刻。

2 說明聽指令作出對應行動的規則，如果你聽到：

- 健康的行為：請加快腳步/舞蹈，或是充滿自信地移動。
- 感覺不舒服或不確定的行為：請慢動作移動
- 不健康的行為：請立刻定格（完全不要動）

若大家不想跳舞，可以指定場地的三個角落，分別代表健康、不健康與不確定，改用選邊站的方式進行。

3 當大家定格的時候，暫停遊戲，並邀請大家想一想，在這個情況下，我們可以做哪些行動來改善它呢？

4 繼續這個活動，直到每個情境都被讀出來，或已經嘗試過不止一次。

5 集合所有人在一起，討論他們辨識健康和 unhealthy 行為的難易程度。





13. 友誼花園

9~13 歲



學習成果

- 深入反思「美好友誼」應具備的特質
- 探索同理心、人際界線與自我覺察的重要性
- 與他人建立更緊密、深厚的連結感



所需時間

30 分鐘



準備工作

- 紙
- 彩色筆
- 膠帶或膠水
- 大牆面/海報作為「友誼花園」展示區
- 可使用反思提示
- 非必要：平靜的音樂和裝飾品（綠色莖/葉子、蝴蝶、太陽/雲朵剪紙，用於牆面）



更深入探索

鼓勵大家在我們的社區中，尋找一個看似被忽略、缺乏照顧的角落，種下真正的花草；或者選擇種植一盆室內小植栽。讓這些植物成為一個象徵，見證著伙伴們的自我成長，以及對建立新連結這份承諾的具體實踐。

- 1 介紹友誼就像是一座花園，它不會自己憑空繁茂，而是需要我們的細心呵護、關注、誠實，以及給予彼此成長的空間。引導員可以在此處分享一個簡短的故事，如Loren Eiseley 著作《擲星者 (The Starfish)》或 Antoine de Saint-Exupéry 著作《小王子 (the Little Prince)》，請參考下方的「帶領者錦囊」。
- 2 給每個人一張紙，各自畫一朵花，花朵的中心寫上自己的名字，並加上 4-5 個大花瓣
- 3 現在將這些花朵放在活動空間周圍。請大家起身走動，在彼此的花朵上填寫正向的評論。它可以是一句讚美或是一段關於你們友情的美好回憶。
應該確保團體中的每個人（甚至包含成人領袖與引導員）都參與到！
- 4 現在大家已經填寫完花朵並討論了友誼的不同面向，將它們「種植」在指定的友誼花園中，放在活動空間四周圍。鼓勵所有人在空間中走動，花時間閱讀每個人花朵上寫的內容。



13. 友誼花園

9~13 歲

- 5 請圍成一圈，並邀請幾位自願者分享他們花朵上的一片花瓣。引導大家圍繞這些問題進行對話：
 - 我們的友誼需要什麼才能成長呢？
 - 是什麼幫助我們即使在挑戰中也能保持連結？
 - 「瞭解自己」如何幫助我們挑戰他人呢？
- 6 邀請所有人回來一起討論。您可以使用以下提示來獲得支持：
 - 在我們這個團體中，大家擁有哪些不同的特質呢？
 - 你在友誼中最需要的一樣東西是什麼呢？（例如：信任、陪伴、傾聽）
 - 分享一個妳曾經在友誼中克服過的挑戰？
 - 對於未來的友誼，你有一個什麼樣的希望或期許呢？
- 7 最後，請寫下一份個人的承諾，關於你將如何成為一個更好的朋友，並協助我們這座花園裡的花朵成長茁壯。

活動結束後，可以將這座花園保留在團部，或是讓伙伴將自己的花帶回家，珍藏朋友們的溫暖話語。



小提示

大家可以用顏色和繪圖來裝飾自己的花朵。它也可以是能夠掛在團集會地點的友誼樹上的葉子，而不是花瓣。大樹如果沒有根植於大地，將無法站立或存活。

年紀較小的參與者：將花瓣減少至 2-3 個簡單的提示語（例如：什麼造就了一個好朋友？你喜歡你的朋友什麼地方呢？）

年紀較長的參與者：透過討論情緒安全感、有毒友誼和設定界限等主題來深入探討。

考慮將此活動與音樂、詩歌或安靜的反思時間結合，以創造一個平靜、安全的空間。





14. 100 個友誼行動

14 歲以上



學習成果

- 透過多元的具體行動，鼓勵持續傳遞善意及彼此連結。



所需時間

30 分鐘



準備工作

- 紙
- 筆/鉛筆
- 剪刀



更深入探索

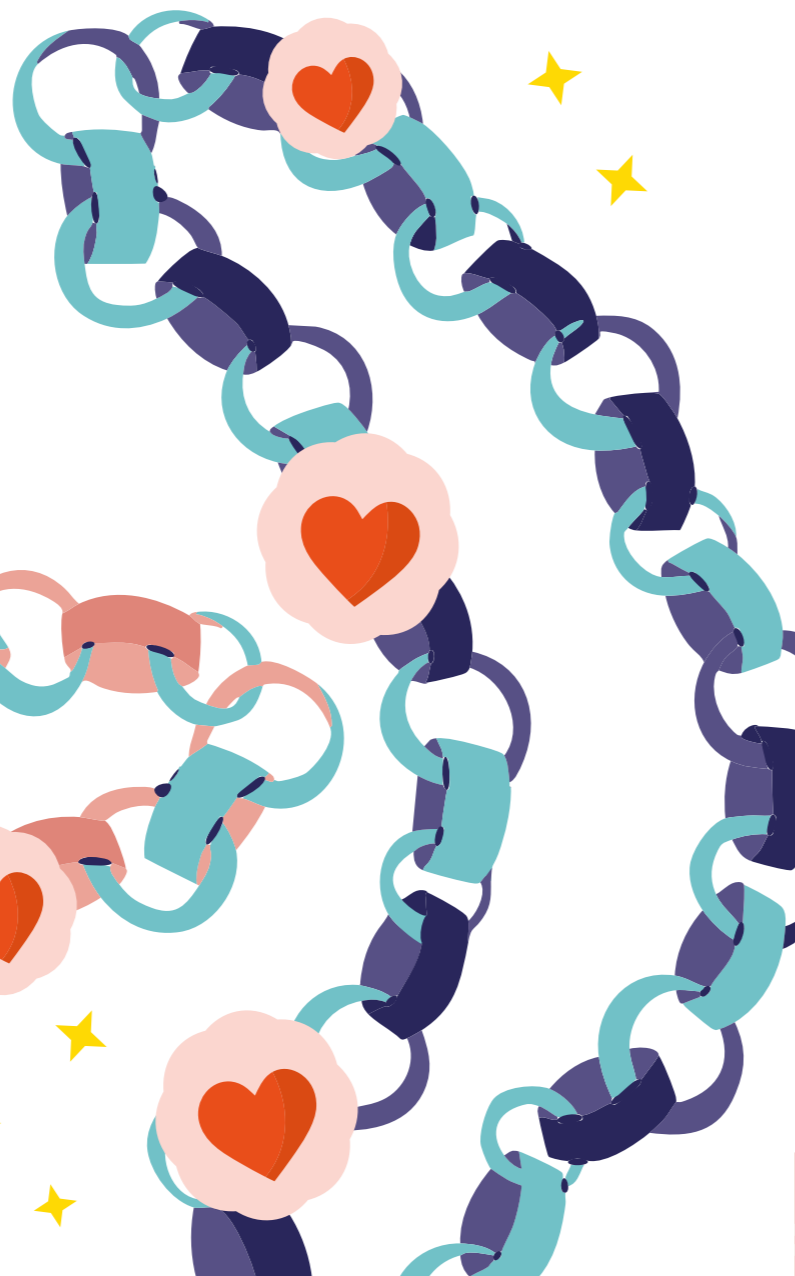
在完成所有 100 個行動後，舉辦一場友誼派對來慶祝。



小提示

製作友誼紙鍊，首先，請將色紙剪成許多長條狀的紙條。拿起第一張紙條，將頭尾兩端黏合起來，做成第一個圓圈。拿起第二張紙條，穿過剛剛做好的第一個圓圈中間，然後再將這張紙條的頭尾黏合起來。重複這個動作，將所有的紙條一個接一個串起來，變成一條長長的紙鍊。

- 讓我們集思廣益，列出 100 件微小但充滿意義的友誼善行（例如：幫鄰居一個忙、準備一份小禮物、主動邀請落單的伙伴加入、或是給予真誠的讚美）
- 嘗試在 2 月 22 日後的一個月內完成所有 100 個友誼行動。
- 製作一條巨大的紙鍊，以代表完成過的每一項行動。你能接得有多長呢？



15. 友誼搭橋匠

14 歲以上



學習成果

- 反思友誼與社群的重要性。
- 辨識出與我們擁有共同價值觀的組織與團體
- 強化我們團隊與這些組織之間的連結



所需時間

30 分鐘



準備工作

- 大張海報紙
- 筆
- 便利貼
- 可上網或事先研究當地組織
- 非必要：所處鄰里社區或城市的地圖



更深入探索

聯絡其中一個組織，邀請他們來團部進行參訪，或是舉辦一場線上的交流會議（請參考活動 23）。

組織一個多個組織共同參與的社區日，藉此強化彼此之間的連結。



小提示

它不必是實體地圖形勢，大家可以發揮創意，畫出與自己的團體相關的不同社區組織。或者，也可以用粉筆或自然材料在地上繪製圖表。

- 友誼很重要的一部分，往往體現在我們所建立的社群網絡之中。請所有人一起腦力激盪，有哪些在地的社團、俱樂部或組織，跟我們擁有『共同的目標』（例如：同樣致力於支持女孩、推廣教育，或環境保護）。大家可以花點時間上網搜尋一下。
- 在一張海報上，將我們的團畫在正中央，然後將其他組織環繞標註在四周。
- 所有人一起討論以下問題：
 - 我們與這些團體有什麼共同點？
 - 我們可以為彼此提供什麼資源或協助？
 - 我們共享哪些核心價值觀？
 大家可以在紀錄的海報上添加橋梁，代表與不同團體的連結。
- 分成小組，每個小組選擇一個組織。各組的任務是設計一個小型、可實行的合作行動（例如：一個活動、共同工作坊、專案等），並製作一份簡短的行動計畫，說明目標、角色和所需的資源。
- 讓所有人重新集合，分享各自的想法。鼓勵回饋，並幫助參與者反思友誼與團隊合作，是如何從共同的目標與行動中萌芽茁壯的。





100 Years of World Thinking Day

100週年的 世界懷念日

這個部分，讓參與者有機會反思世界懷念日的歷史意義，從 1926 年創立之初，到它成為一個具有影響力的日子。這是一個展示不同國家和社群如何以令人驚嘆和多樣化的方式慶祝世界懷念日的機會



16. 友誼尋寶趣

4~8 歲



學習成果

- 透過更瞭解朋友與伙伴，並建立社群意識，促進團隊合作。



所需時間

20 分鐘



準備工作

- 紙本列印或數位版的尋寶任務單 (附件第54頁)
- 筆/鉛筆

- 1 進行分組或是個人進行。請發給每一組 (或每個人) 一張尋寶任務單以及一支筆。
- 2 讓伙伴們在清楚界定活動範圍內自由移動，完成尋寶任務。



更深入探索

不妨嘗試跳脫平常的集會地點，將這項活動移師到戶外或社區中進行，加強與在地社區的連結 (但請務必確保已取得所有必要的同意與許可)。



小提示

大家可能無法立即進行尋寶，所以可以各自將它帶回家，花幾天甚至一週的時間來完成整個尋寶活動。



17. 寄給明天的明信片

4~8 歲



學習成果

- 透過書寫明信片給未來的女童軍伙伴，反思世界懷念日 100 週年
- 想像女童軍運動隨著時代演變，寫下對未來的願望，分享姐妹情誼、包容共融、與領導力的核心價值



所需時間

30 分鐘



準備工作

- 列印完成的明信片
- 筆、彩色鉛筆
- 信封或牆面（用於展示）



更深入探索

試著寫明信片給另一個國家的女童軍團，與他們分享自己是如何慶祝 2026 年世界懷念日的。



小提示

反思100年前的女童軍運動是什麼模樣，經歷了多少的改變呢？將這份歷史的演變當作靈感來源，引導你去構思。

- 請參與者想想，未來100年後的女童軍運動會呈現什麼樣貌？請分組討論，各自想像中的未來世界，以及有哪些事物會截然不同/歷久彌新呢？
- 每個人的任務是寫一張明信片，收件人是未來（特別是 2126 年）的一位女童軍。鼓勵參與者思考自己對世界的展望，以及對女童軍運動核心價值的期許。
- 文字完成後，即可裝飾這張明信片。
- 讓團體重新集合，分享各自的內容與想法
- 活動結束後，參與者可以選擇將這張明信片帶回家珍藏；或者，也可以在團部展示大家的明信片，讓更多人看見我們對未來的想像。



18. 高聲歡唱

9~13 歲



學習成果

- 透過歌唱和寫作慶祝世界懷念日100週年的喜悅。



所需時間

25 分鐘



準備工作

- 紙
- 筆/鉛筆
- 計時器



更深入探索

若時間允許直接將妳們創作的歌曲、詩歌或口號現場表演出來，不妨也編排一些舞蹈動作！

為您的歌曲、詩或口號選擇發想一個名稱或標題。它可以很簡單，或者可以引用在歌曲中提到的事物。



小提示

如果一時想不到原創的旋律，可以使用一首熟悉的曲調，重新填上新的創作的歌詞。

- 腦力激盪關於友誼的不同歌曲。

例如：《交新友 (Make new friends)》、《女童軍光芒 (This little guiding light of mine)》或是玩具總動員主題曲《我心中有你這個朋友 (You've got a friend in me)》。甚至可以嘗試一起唱這些歌曲。

- 請2~3人一組。利用10分鐘的時間，以世界懷念日與慶祝100週年的國際友誼為主題，共同創作一首短詩、一小段歌曲，或是一個精神口號。

- 集合所有人，讓各組與其他伙伴們分享自己精彩的音樂作品。

- 甚至可以錄影，或在社群媒體上分享大家精彩的表演（請確保在進行前獲得參與者的同意），記得使用：
#2026世界懷念日
#我們的友誼
#世界懷念日100
#WTD2026 #OurFriendship #WTD100



19. 懷念日時光軸

9~13 歲



學習成果

- 瞭解世界懷念日的歷史重要性。
- 探索全球、區域、全國性和個人事件如何塑造我們的經驗和所處的世界。



所需時間

30 分鐘



準備工作

- 大張海報紙，或共享的數位白板（例如：Miro）供線上進行
- 筆/鉛筆
- 便利貼
- 非必要：1 或 3 條長繩子/線



更深入探索

訪問年長的成員或社區長者，瞭解女童軍運動在這些年來的變化。



小提示

對於年紀較長的伙伴，能夠研究事件或貢獻自己的資料，加入有關婦女權利、氣候行動，或所屬全國女童軍總會歷史等層次。

這裡瞭解更多 [世界女童軍總會歷史](#)！

- 1 向參與者解釋 2026 年是世界懷念日 100 週年，這一天全世界的女童軍伙伴們會反思、連結並為一個更美好的世界採取行動。討論：大家對世界懷念日的認識有多少？我們為什麼要慶祝它？有哪些價值觀或行動是跨越時光地將我們維繫在一起？
- 2 分成小組，並從 1926 年到 2026 年，建立一個包含 3 個層面的時間軸：
 - **全球層面**：貼上影響世界的重大事件（例如：聯合國成立、COVID-19 疫情爆發、重大和平協議簽署、婦女權益的重要里程碑等）。
 - **女童軍層面**：貼上區域事件、所屬的女童軍總會的成立，以及其他與 WAGGGS 相關的事件（例如：1928 年世界女童軍總會 (WAGGGS) 成立、2013 年快樂做自己 (Free Being Me) 課程啟動、2026 年懷念日 100 週年。
 - **個人層面**：貼上所屬女童軍團的成立日期、團歷史中的特殊時刻，或自己加入的年份。
- 3 當完成時間軸後，重新集合大家，花時間反思。可以討論以下提示問題：
 - 這些事件呈現出，我們生活在一個什麼樣的世界呢？
 - 這100年來，有哪些挑戰及希望是被延續下來的呢？
- 4 花時間個人及團體反思，未來 100 年會是什麼樣子？制定一個個人承諾，未來在女童軍運動中，自己將如何持續以友誼與社群作為核心。

20. 伙伴錄音室：聊聊友誼吧

9~13 歲



學習成果

- 創作一齣1920年代風格，以「友誼」為主題的短篇廣播劇，發展他們的團隊合作、創造力和臨場反應。



所需時間

30 分鐘



準備工作

- 紙
- 筆/鉛筆
- 非必要：床單（讓參與者躲在後面表演）和添加音效的材料



更深入探索

在廣播劇中加入音樂、思考想透過音樂傳達什麼情緒，並將其融入節目中。

研究其他廣播劇，並聆聽它們以獲得靈感。

- Richard Hughes 的《危險喜劇 (A Comedy of Danger)》被認為是首批廣播劇之一（由英國廣播公司 BBC 在 1924 年製作）。
- Orsen Welles 改編的 H.G. Wells 《世界大戰 (War of the Worlds)》，實際上在 1938 年播出時，在美國造成了全國性的恐慌，因為人們以為那是真實的新聞！

將您的廣播劇製作成廣播節目 (podcast)，並使用 [#2026世界懷念日](#) [#我們的友誼](#) [#世界懷念日100](#) [#WTD2026](#) [#OurFriendship](#) [#WTDIs100](#) 與運動中的其他人分享。



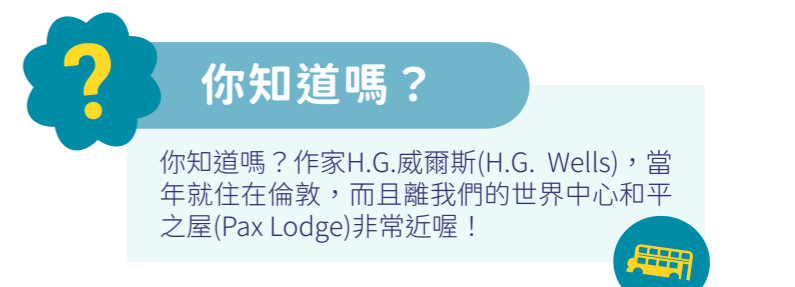
小提示

對於較年幼的成員，可以預先提供一份故事大綱，並邀請他們創作對話和音效。

對於較年齡較長的成員，可以挑戰他們只用自己的身體來創作音效和/或音樂（例如：吹口哨或哼唱、拍手、跺腳等）。



- 1 想像現在是1926年。電視尚未發明，所以大多數人依賴收音機獲取新聞和尋求娛樂。就在幾年前，廣播劇開始播出。這些節目完全依靠音樂、對話和音效，而非視覺的效果來講述故事，並大獲成功。
- 2 分成小組製作原創廣播劇。內容應該是關於一個剛加入女童軍運動的新伙伴，以及他將如何與所屬的團一起慶祝第一次的世界懷念日。
- 3 共同腦力激盪故事大綱。可以使用以下提示問題來協助：
 - 這個女童軍的名字是什麼呢？
 - 他來自哪裡呢？
 - 他所屬的團內還有哪些其他的伙伴嗎？他們是如何歡迎這位新伙伴的加入呢？
 - 他們做了什麼特別的事來慶祝這第一年的世界懷念日？
- 4 有了故事大綱後，請回頭思考可以添加哪些音效。
例如：當一個角色走進房間時，你會聽到鞋子在硬木地板上摩擦的聲音或門開關的聲音。
- 5 最後，表演廣播劇。確保團隊中的每個成員都負責節目的一個部分，無論他們是負責朗讀角色的對話、製作音效還是擔任導演。甚至可以將廣播劇錄製起來。



你知道嗎？

你知道嗎？作家H.G.威爾斯(H.G. Wells)，當年就住在倫敦，而且離我們的世界中心和平之屋(Pax Lodge)非常近喔！



學習成果

- 透過視覺化的方式，具體呈現出我們與世界各地的女童軍伙伴，即使素未謀面，卻都走過相似的成长路徑與擁有共同的經驗。
- 加深伙伴們對全球女童軍運動的歸屬感，並擴大她們心中的連結網絡。



所需時間

20 分鐘



準備工作

- 大張的實體世界地圖，或數位版的世界地圖 (Padlet Map、Google Earth、Canva Interactive Map、Miro等工具)
- 便利貼或帶線的圖釘 (用於實體版)
- 名牌、麥克筆、彩色圓點貼紙 (每個顏色 = 不同活動或地點類型)
- 一個可進行實體進行小組討論或視訊分組討論室的空間
- 一份實體紙本/數位表單，讓每位參與者回答：
 - 你曾與女童軍去過哪些地方？ (國家、營地、活動、世界中心)
 - 那是什麼時候發生的事？
 - 你在那裡遇見了誰？



更深入探索

在活動後設置一個共享的數位地圖，邀請大家分享各自的女童軍冒險，並建立自己的全球連結。

鼓勵那些去過同一個地點的伙伴，舉辦一場小型的線上重聚活動。

使用另一種顏色的圖釘，添加每個參與者想去參觀的地方，並在未來的團集會中進行來自不同世界活動中心的活動。



小提示

這個活動的參與人數越多，效果越好，因此可以作為友誼聚會活動的一部分來進行。

如果你很難找到連結，可以想想自己認識或與自己相關的人 (例如：母親、奶奶)，他們是否去過上述的地點。

1 讓每個人在他們曾與女童軍一起去過的地方 (實體或數位地圖) 放置一個圖釘/貼紙/圓點。

2 寫下他們的名字和在那裡參加的活動 (例如：2022 年在桑岡的世界懷念日)。隨著標記越來越多，地圖逐漸形成共同經驗的明顯群集。

3 請大家觀察地圖，尋找是否有其他伙伴也去過相同的地方，即使年份不同也可以。與對方展開交流，並詢問類似以下問題：

- 是什麼契機帶你去到那裡？
- 你記得遇到了哪些人呢？
- 我們是否認識了同一位朋友？
- 這段國際經驗讓你學習到了什麼？

用一根線或繩子將一個圖釘連接到另一個，標示出共同的連結，創造出網狀的圖案。



4 當參與者標示出自己去過的地方並探索與他人的共同地點後，邀請大家連結那些與自己路徑重疊或交錯的人即使是間接的連結。

有人在地圖上發現一個熟悉的名字或地點，也許是他們遇到的人，或是參加同一個世界活動中心或活動但不同年份的人 (這種發現將成為一個火花)。

鼓勵大家透過以下方式，展開新的連結：

- 5
- 試著將自己認識的朋友，連結給那些去過同一個地方，但彼此還不認識的伙伴。
 - 找出那些跟自己共有共同朋友或去過共同地點的人，大膽地將自己與他們連上線！

當一條條連線 (實體或數位的) 將開始在地圖上交錯，形成一個由名字、國家、城市 and 活動交織而成的美麗網絡。這讓我們清楚看見，即使我們素未謀面，但透過女童軍運動，我們共享著相同的空間與人際網絡。有些連結是直接的相遇。有些則會感覺像是「哇，我聽過你的名字！」或「你當時也在那裡嗎？」這就是神奇的時刻。



22. 女童軍時光藝廊

14 歲以上



學習成果

- 透過慶祝在女童軍運動中建立的珍貴友誼，引導伙伴回顧並反思自己的成長之路。
- 藉由說故事與創意表達的方式，體會女童軍運動跨越時空與文化隔閡的共同核心價值。



所需時間

30~45 分鐘



準備工作

- 列印出實體的照片，或伙伴們在女童軍旅程中具友誼或特殊時刻的代表性物品
- 展示材料：繩子、夾子或圖釘、牆面或展示板、膠帶和麥克筆
- 便利貼和筆
- 非必要：輕柔的背景音樂以增強藝廊體驗

1 首先解釋2026年的世界懷念日，是我們慶祝我們的友誼（Our Friendship）與全球連結 100 週年的機會！藉此機會，我們來建立一座專屬於我們的時光藝廊，來展示這些連結與回憶。

2 每位參與者應該要展示自己選定的照片或物品，並附上一個簡短的說明文字，解釋：

- 這是哪裡？
- 當時自己跟誰在一起？
- 這代表了哪一段友誼或連結？

3 大家在畫廊中自由走動，閱讀和觀看彼此的回憶。在每個人的回憶周圍，留下感想或溫暖的訊息，你可以使用以下提示語來發想：

- 這讓我想起了 _____
- 我看見了我們共同的價值觀 _____
- 這啟發了我去 _____

最後，請大家圍坐回來進行反思。邀請每位伙伴分享（如果他們願意的話）：

4

- 一個感動他們的回憶或故事。
- 一段他們在女童軍運動中珍視的友誼。
- 對他們來說，在女童軍運動中的友誼意味著什麼？



更深入探索

使用 Canva 或投影片製作數位版本，分享給更廣泛的社群。

與不同年齡層的伙伴的女童軍伙伴們一起舉辦一個跨世代的版本，探索友誼在這個運動中是如何演變的。

採訪或邀請其他社區中曾經參與過女童軍運動的成員，來到團內參觀，共同慶祝世界懷念日（作為友誼聚會的一部分）！

與另一個國家的女童軍團合作，交換照片和故事，以建立全球友誼。也邀請沒有參與女童軍運動的人來體驗。



小提示

除了藝廊的形式之外，可以改為製作一本剪貼簿，展示團內所有美好的友誼回憶。

針對年紀較小的伙伴，允許他們使用畫畫的方式取代文字呈現自己的回憶。

針對年紀較大的伙伴，透過如以下的問題，鼓勵他們進行更深度的反思：

- 女童軍運動如何形塑或改變了你對友誼的看法？
- 屬於這個跨越百年、遍布全球的姐妹情誼的一份子，對你來說有什麼意義？

23. 相聚更快樂

14 歲以上



學習成果

- 與當地社區的民眾建立連結，並發展出友誼。
- 加深伙伴們對全球女童軍運動的歸屬感，並進一步擴大他們的連結網絡



所需時間

30 分鐘準備
30~90 分鐘交流



準備工作

- 活動前：聯繫一個組織或社區團體（例如：養老中心、當地慈善機構），詢問團內伙伴們是否有機會與他們面對面互動與對談，進行一次友誼/連結活動。
- 為團內伙伴們準備一些關於友誼的問題。



更深入探索

可以將此與友誼聚會募款活動聯繫起來。

這個活動可以多次進行，與不同的組織進行。你可以詢問所屬的團和社區成員，他們想討論哪些主題。



小提示

如果您作為成人領袖和引導員是第一次做這類活動，不妨先從自己原本就認識的組織開始聯繫。

與社區組織的負責人，討論雙方對於可以貢獻的內容之期望也很好。

1 請大家一起討論，選定一個想要拜訪的在地社區團體。這個對象最好不是大家平時常接觸的圈子，且我們鼓勵在某些方面與我們有所不同（例如：年齡層不同、生活經驗迥異）

2 團隊一起決定想要向即將要會面的社群團體提出哪些問題。問題應該是關於友誼以及友誼對他們的意義。例如：

- 你人生中的第一位朋友/最要好朋友/最親密的親人是誰？
- 這段友誼維持多久了？
- 你們當初是怎麼認識的？
- 跟這位朋友在一起時，你的感覺如何？
- 對你來說，友誼意味著什麼？

3 準備好問題後，前往該機構或社區據點，並透過採訪，與那裡的人們建立連結。

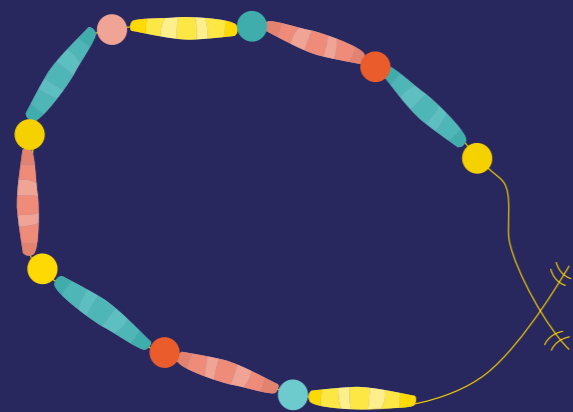
4 訪談結束後，花時間一起進行反思。詢問大家在與人交談時的感受、對於對話內容的看法、在與對方交談時感受到的情緒，以及在聽完對方分享後，現在對友誼的看法。





Final Reflection

最終反思



在完成你從 3 個部分選定的活動後，現在是製作一個珠子手鍊的時機，它代表自己在今年的世界懷念日所學到的一切，以及透過這份活動手冊所發展的友誼。



24. 連結彼此的絲線

不限年齡



學習成果

- 以創意探索連結。
- 以興趣促進合作。



所需時間

30 分鐘



準備工作

- 珠子
- 編織線/釣魚線/彈力線
- 剪刀



更深入探索

多製作幾條友誼手鍊，分享給社區中的其他人，推廣WAGGGS女童軍運動與社區參與。

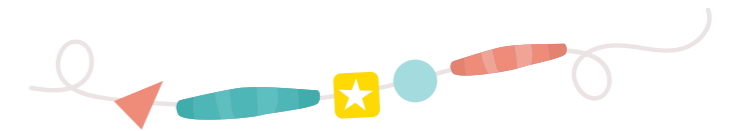


小提示

使用永續材料，如種子或木頭來代替塑膠珠子，或者可以使用第13頁的紙串珠教學來製作自己的珠子。

1 你將收集到代表活動包中每個部分的彩色珠子。準備好收納的容器。

2 剪一段約手腕兩倍長的線。



3 將3~5顆代表不同意義的珠子串入線中。記得要打結固定。你可以多串幾圈。利用這段動手串珠的時間，與身邊的伙伴討論以下反思問題：



- 對你而言，友誼的意義是什麼？
- 你如何與自己和他人建立友誼？
- 為什麼在女童軍運動中，慶祝國際友誼與建立社群歸屬感是如此重要的事？
- 在這個充滿分歧與孤立的世界裡，女童軍伙伴們該如何攜手合作，透過分享國際友誼來實踐我們的使命，以創造更美好世界？



4 當對自己的手環感到滿意後，請邀請一位朋友，幫你將手環繫在手腕上。

5 拍照上傳社群媒體，分享你的友誼手環，以及剛剛你對反思問題的答案。我們非常期待看到大家的友誼手鍊與回答！

恭喜！

完成此活動包

世界懷念日快樂！

Happy World Thinking Day!



請按此連結訂購您的布章！

告訴我們您的想法，在Campfire網站中的 [WTD 空間](#) 找到評估表格。

我們將招募成員來製作明年的WTD資源，請密切注意我們社群媒體上的更多資訊！

Follow WAGGGS on social media:

 @wagggsworld

 @wagggsworld



#2026世界懷念日
#我們的友誼
#世界懷念日100
#WTD2026
#OurFriendship
#WTDIs100



WAGGGS
FOR
HER
WORLD

Appendix 附錄



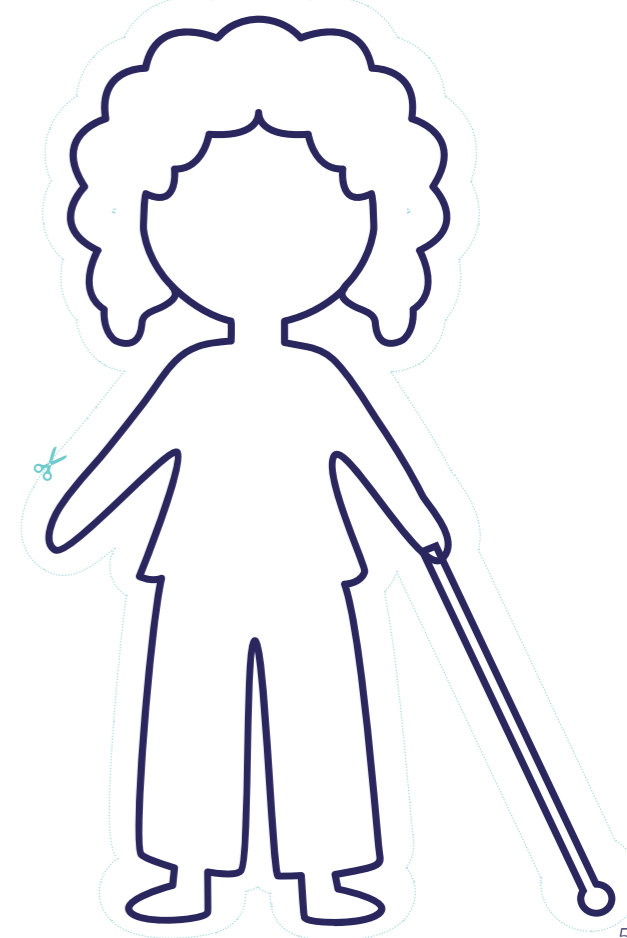
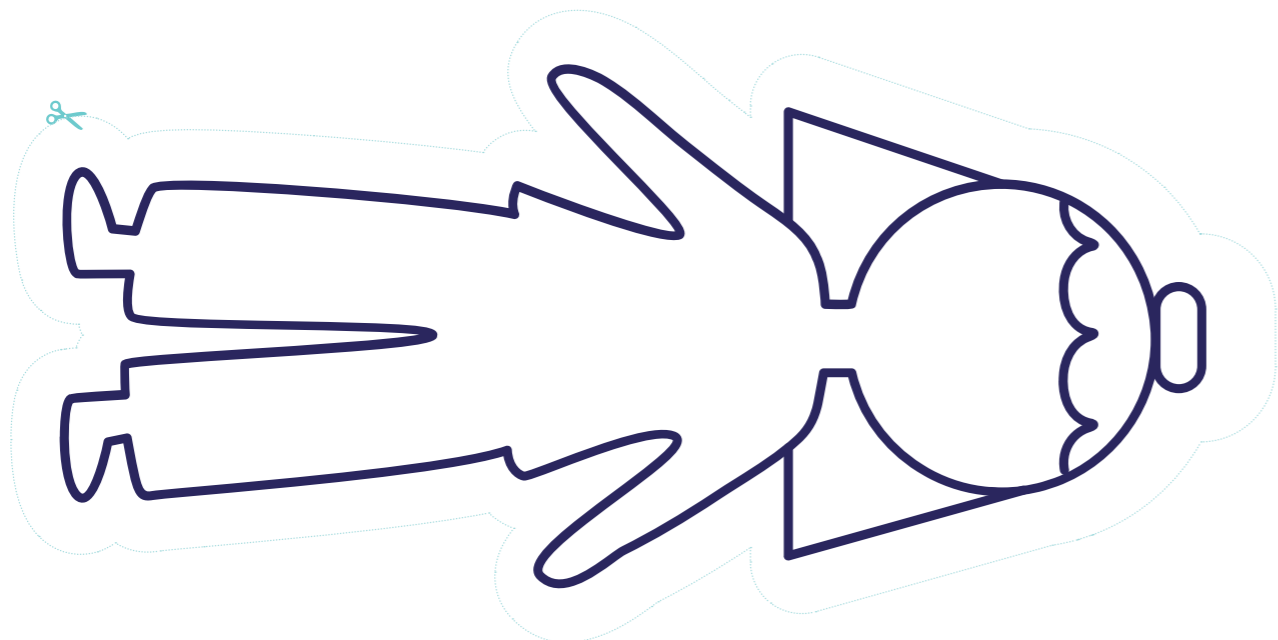
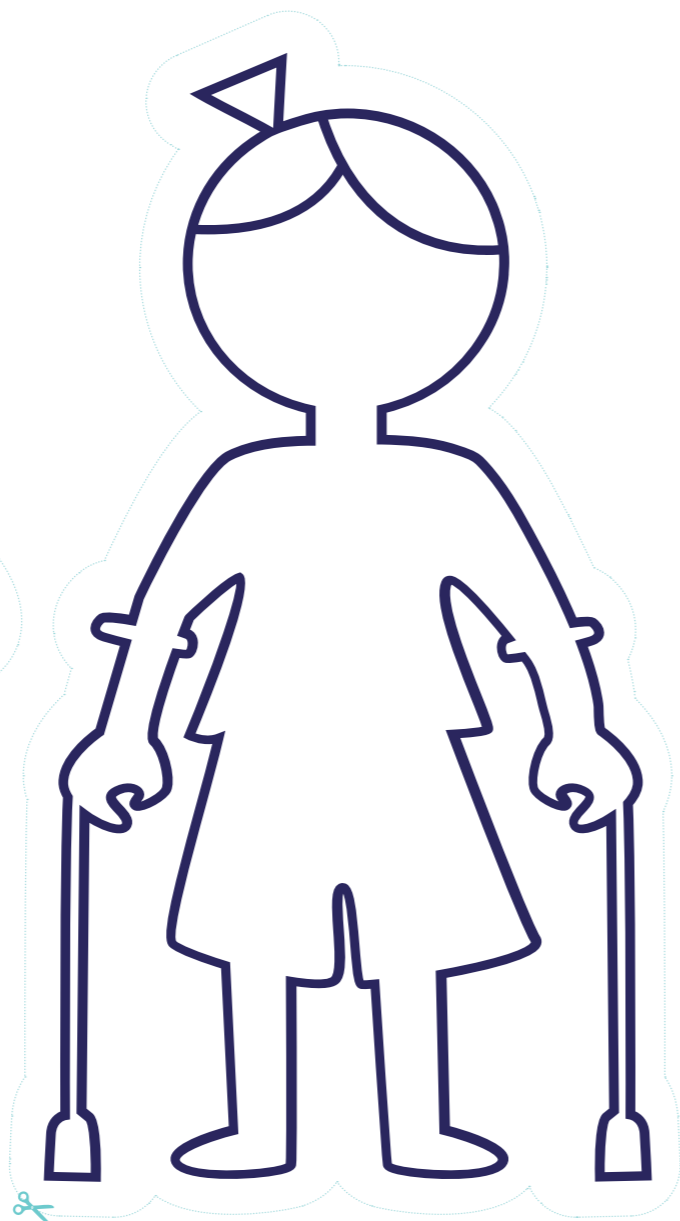
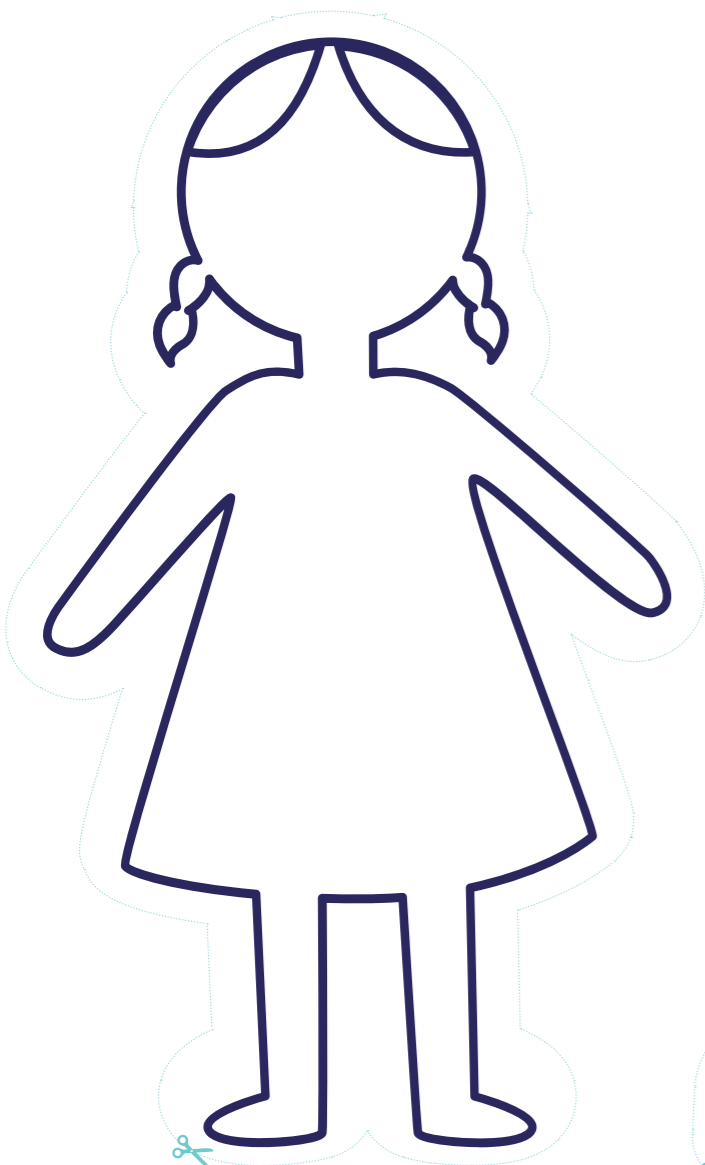
1. 剪出一個我

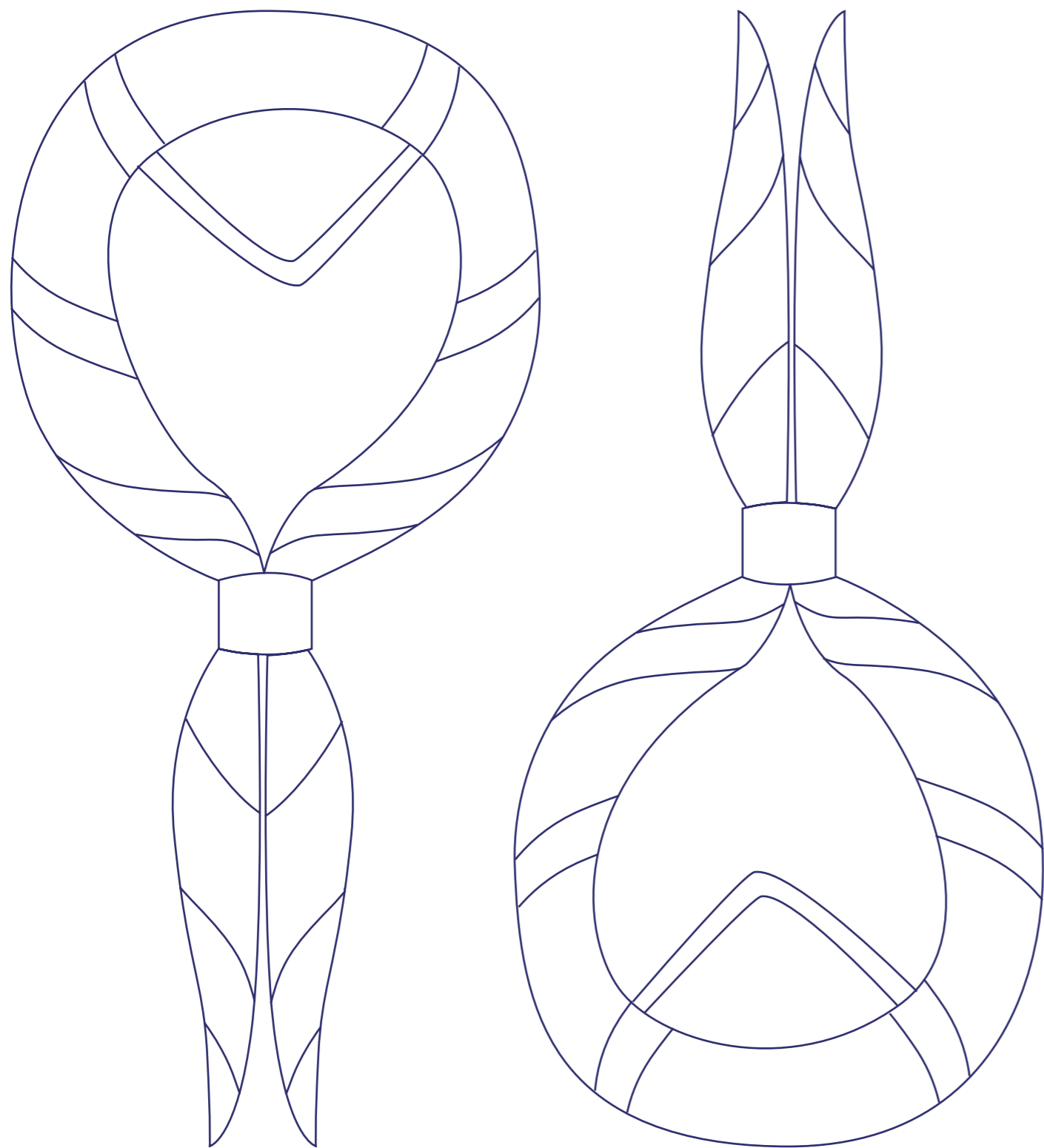
Appendix



1. 剪出一個我

Appendix





<p>你接到朋友莉亞的電話，她說她有急事需要你的幫助。當你趕到她家時，卻發現根本沒有什麼急事，她只是想和您一起玩。</p>	<p>你正在和朋友南希講一個故事，並向她尋求建議。她仔細聆聽，並給您一些有用的建議。</p>
<p>你剛開始學習滑板，你摔倒後又再次站起來，你的朋友拉拉在一旁為你加油打氣，說著：「我相信你，你做得好！」</p>	<p>你的朋友關恩，在你和別的朋友出去玩，而不是只和她在一起時，會感到生氣和難過。</p>
<p>每次和朋友出去玩之後，你都感到疲憊不堪、筋疲力盡。</p>	<p>你剛剛贏得了一個當地的科展比賽，你的好朋友貝拉特地來為您加油鼓勵，並慶祝您的成功。</p>
<p>你的朋友不斷向你施壓，要你跟他們一起翹課，如果你不加入，他們就說你很「遜」又「無聊」。</p>	<p>你的朋友瑪雅總是對你頤指氣使，告訴你該做什麼和什麼時候做。</p>
<p>你的朋友一直叫你難聽的外號，並嘲笑你的外表。</p>	<p>葛瑞絲在她的朋友背後說她的壞話。</p>
<p>普莉雅故意做一些事或說一些話，讓她的朋友感到難過或不舒服。</p>	<p>蒂娜、蘇珊和愛麗兒計畫了一次去海邊的旅行，他們故意不讓你參與。你是從社群媒體上得知這件事，這讓你感到被排擠。</p>
<p>你的朋友由美總是想玩她想玩的遊戲，即使當時你想玩你提議的遊戲。</p>	<p>你信任地告訴朋友喬自己的秘密，但她卻把你的秘密告訴了別人。</p>
<p>你的朋友妮亞一直強迫你做一些會讓你感到不舒服的事。</p>	<p>你的朋友安妮一直要求你分享自己的零食，但有時候你並不想給。</p>
<p>你的朋友克莉歐告訴了你一個秘密，但你認為應該告訴別人，因為這樣可以幫助到那個人。</p>	<p>你的朋友芙蓉的足球踢得非常好。這方面你不太擅長，所以感到相當嫉妒。</p>





16. 友誼尋寶趣

給一位朋友寫一張感謝卡感謝他為你所做的某些事	與一位朋友分享一個最喜歡的回憶以及它為何令你難忘	和某人擊掌(High-five)或碰拳，並說一些鼓勵的話	在某處留下一張充滿善意的匿名紙條，等待有緣人發現	介紹兩位朋友互相認識，並解釋為什麼你覺得她們會合得來
與一位朋友自拍並做一個搞笑的表情	寫一首關於友誼的短詩	畫一幅自己和朋友正在一起做有趣事情的圖	告訴一位朋友，他曾經如何幫助你成長	稱讚某人的笑聲或是笑容
製作一個關於友誼的音樂播放清單並與一個人分享	製作一個迷你「友誼獎」，頒發給一位伙伴，表揚他身上某個獨一無二的特質(例如：最佳聽眾或最有趣的朋友)	與一位朋友重現一張舊照片	排隊時讓某人排在你前面，或幫忙後面的人開門	找出一件會讓你想起好朋友」的物品，並把它拍下來
與某人創造一個秘密的握手方式	教某人一件你會的小動作、小絕活、小撇步、小密技(例如：一個舞步)	與某人分享你最喜歡的一樣點心	向一位新朋友自我介紹，詢問對方的名字，並找出你們的一個共同點	問一位朋友他最喜歡的童年回憶
告訴朋友們一個你很欣賞他們、但他們自己可能不知道的優點	寫下3件你很感謝某位朋友的事，並告訴她	問問朋友當天的真實感受，並專心傾聽	分享一個你在友誼中曾犯過的錯，以及你從中學到了什麼	像你對待最好的朋友那樣，寫一張紙條給自己
給一位朋友寫一張感謝卡感謝他為你所做的某些事	與一位朋友分享一個最喜歡的回憶以及它為何令你難忘	和某人擊掌(High-five)或碰拳，並說一些鼓勵的話	在某處留下一張充滿善意的匿名紙條，等待有緣人發現	介紹兩位朋友互相認識，並解釋為什麼你覺得她們會合得來
與一位朋友自拍並做一個搞笑的表情	寫一首關於友誼的短詩	畫一幅自己和朋友正在一起做有趣事情的圖	告訴一位朋友，他曾經如何幫助你成長	稱讚某人的笑聲或是笑容
製作一個關於友誼的音樂播放清單並與一個人分享	製作一個迷你「友誼獎」，頒發給一位伙伴，表揚他身上某個獨一無二的特質(例如：最佳聽眾或最有趣的朋友)	與一位朋友重現一張舊照片	排隊時讓某人排在你前面，或幫忙後面的人開門	找出一件會讓你想起好朋友」的物品，並把它拍下來
與某人創造一個秘密的握手方式	教某人一件你會的小動作、小絕活、小撇步、小密技(例如：一個舞步)	與某人分享你最喜歡的一樣點心	向一位新朋友自我介紹，詢問對方的名字，並找出你們的一個共同點	問一位朋友他最喜歡的童年回憶
告訴朋友們一個你很欣賞他們、但他們自己可能不知道的優點	寫下3件你很感謝某位朋友的事，並告訴她	問問朋友當天的真實感受，並專心傾聽	分享一個你在友誼中曾犯過的錯，以及你從中學到了什麼	像你對待最好的朋友那樣，寫一張紙條給自己



17. 寄給明天的明信片





