



成報 - 2017.10.15

<https://www.singpao.com.hk/index.php?fi=history&id=49038>

習泰拳 愛回家 逆風青年歸正途

發佈日期: 2017-10-15



文軒與振嵐因個別原因走上反叛之路，前者無心向學，與父母口角以及常常流連街頭，後者則在學校因打架而受警司警誡。經青年協會社工接顧兩人後，再轉介他們參加專為違青以及高危青年而設的「逆風計劃」。兩人跟從計劃，學習泰拳，藉着運動學習紀律及鍛鍊身心，經過歷練一段時間後，兩名青年人不論身體狀況以及情緒控制都大有改進，和家人的關係亦轉佳，更對未來有明確目標，甚至擁有以前從未有過的夢想。

本報港聞部報道

16歲的蘇文軒以前極為反叛，不愛回家，常在街頭流連，他昨日稱，「當時父母要求我要8時回到家，我卻充耳不聞，電話隨手設為震機，更常常掛斷電話。回到家後更會跟父母口角。」但父母從沒有罵他，處處包容，文軒都不以為然，只是心想：「我是你（即父母）的兒子，你對我好，是應該的。」

發洩負面情緒 學會自律守時

不懂珍惜家庭的文軒，更常與朋友流連球場並非沒有原因，文軒坦言家境不好，沒有任何娛樂，所以常和朋友混在一起，聽好過悶在家中。他稱曾在街上被有背景人士欺負，他昨日憶述：「他們欺負人完全不需要理由，見到你就欺負你。」後來外展的社工接觸到文軒，轉介其參與逆風計劃學習泰拳。他本着學武保護自己的心態試著參加。

訓練非常辛苦，文軒卻憑着韌性堅持下來，除了身體上得到保護自己的能力，心靈上更學懂了自律。他笑言：「相比以前要守時得多，否則訓練遲到教練會逼自己猛做深蹲掌上壓。」文軒已經是整個「逆風計劃」268名學員中，最優秀的6個學員之一，不但參加了近日在北河街舉辦的表演賽，更被計劃選中，遠赴泰國體驗專業級的泰拳訓練。

他說：「練習泰拳就好像自己的負面情緒都發洩出來，現在回想，當時對父母真的太過不好。現在我都不出夜街了，就算會遲回家都一定主動打給媽。」文軒希望未來可以成為髮型師，將會報讀相關課程，除此之外，泰拳引起他濃烈的練拳興趣，他在未來希望能成為一名業餘拳擊手。

堅毅克服弱身子 獲深遠機會

站在旁邊的胡振嵐自幼體弱多病，分別在眼部及身體各部分生長了纖維瘤，並且被診斷患有譫妄障礙，常被人以「有色眼鏡」看待。中一時又因為受到欺凌，憤而還手，事後得到警司警誡，後來一名警司向振嵐提議參與逆風計劃，就此開始他兩年的泰拳訓練。

振嵐昨日坦言訓練難以跟上別人進度，初時進行10次掌上壓也是莫大挑戰，計劃原先是每名學員都只能學習一年，然而振嵐卻需要較別人再學多一年，不過這不代表他現在的能力不足，特之以恒訓練了兩年的振嵐，平均每星期操拳個半小時，更會增加跑步兩小時，甚至試過持續練習兩三個小時。

憑着他的堅毅精神，令到振嵐受到賞識，成為前往泰國接受深造學習的學員。振嵐笑言在當地除了學拳之外，每天導師們都會給小任務他們，藉以突破自己，例如要他們進行海底漫步，或者教他們簡單的泰文，要求其在夜市中自己購物，甚至要他們試吃當地的昆蟲小吃。振嵐笑道：「當時我吃的是蠔包蟲。」

相對於幾年前會因為小事而和人打至頭破血流的孩子，振嵐現在的思想已經成熟得多，甚至強調武術不是暴力，只會在需要時才會使用，學習泰拳，他最大的目標甚至不是保護自己，而是去保護其他人：「我鄰班有個好朋友，常被班上的惡霸欺負，我想學好功夫，之後保護他。」振嵐現在做事時不會輕易被情緒主導，凡事都會想清楚，對於未來的路，亦已經很清晰：「我未來想成為廚師，就由學從開始做起。」



成報 - 2017.10.15

<https://www.singpao.com.hk/index.php?fi=news1&id=49039>

外展社工招攬 未來拓展至全港學校

發佈日期: 2017-10-15



【本報港聞部報道】「逆風計劃」開始於2015年，目標挽回一些高危及邊緣青年返回正軌，首年試行計劃收納30名學員，第二年規模擴大，額外招收了238人。這批孩子中，一半來自警司警署，另一半則是邊青，由外展社工於公園、球場等地區招攬入計劃。主辦單位希望未來可以將計劃拓展至全港學校。

參與為期一年 培養毅力與樂觀

計劃由建源慈善基金主席及香港青年協會合辦，惠及11至24歲的青年人，青年協會督導主任陳文浩昨日表示，青少年參與逆風計劃的途徑包括警方轉介、外展社工於社區接觸年青人以及在區內接受家長轉介。至今已有268名青少年參與計劃，他們將參與為期一年，每星期接受一次泰拳訓練課程，同時亦會安排參與各項以弱勢社群為對象的義工服務，以培養青少年的毅力和樂觀態度。

陳文浩稱：「做運動的過程需要面對不同的心情，例如打破了昨天的紀錄，就會覺得好像衝破了一點事，今日跑30分鐘，下次跑一小時，慢慢提升自己，運動會帶來一種衝勁去幫自己突破，突破後帶來的自我鼓勵，又可以繼續衝破一點事，是項計劃就是希望年青人可以衝破自己；運動亦有機會面對失敗，譬如比賽輸了，在失敗過程中就要去學懂面對的方法，面對自己的不快、憤怒，並調節，把持正向的態度，能夠做到的話，之後無論任何逆境都可以衝破。」

引入不同運動 加強與社區合作

整個泰拳訓練為期一年，並不斷加入新元素，包括迎新訓練營、漸進式的泰拳訓練、義工服務及今年新增的「海外訓練營」，挑選在計劃中表現最優秀的六位學員，於泰國進行五日四夜之特訓，提供擴闊眼界及實踐的機會；此外，建源慈善基金更資助部分傑出的學員，參加公開比賽及培育有潛質的青少年，以泰拳運動作為職業，協助他們實踐夢想。

建源慈善基金主席羅建一在同一場合補充：「計劃希望透過泰拳及義工服務，幫助孩子在面對逆境時培養出正確的人生態度，從而建立自己的價值觀。逆風計劃過往舉辦過比賽，今年則將計劃昇華，希望做一個類似嘉年華的項目，再融入社企元素，最終目標可以達到收支平衡，毋須像傳統慈善活動般只靠贊助商，本次活動有門票、贊助商的收入，加上政府及建源慈善基金，希望能夠達到目標，約500萬元。」

逆風計劃今年加入了跳繩以及跳舞兩個元素，未來更想加入單車，羅建一又表示：「在未來，『逆風計劃』將引入不同的運動項目，並加強與不同的社區機構合作，期望可以將計劃拓展至全港學校，以惠及更多青少年。」



文匯報 - 2017.10.15

<http://paper.wenweipo.com/2017/10/15/HK1710150019.htm>

逆風計劃：昔衝動打傷同學 障童學拳識克制

2017-10-15



■近40名「逆風計劃」成員展示泰拳訓練的成果。香港文匯報記者彭子文 攝

不少人年輕時都曾經反叛、犯錯，香港青年協會與「建源慈善基金」兩年前開始合作，舉辦「逆風計劃」，以拳擊運動協助曾經被警司警誡、長時間流連街頭的青少年重返正途，多名參與計劃的青少年昨日更有機會在尖沙咀文化中心露天廣場向大眾展示他們的訓練成果及改過決心。

16歲的振嵐自幼體弱多病，眼睛及身體多個部位長有纖維瘤，並患有讀寫障礙，不時被人用「有色眼鏡」看待，是同學欺凌的對象。他讀中一時曾經因為忍不住被欺負，在一時衝動下以書本拍打同學的頭部引發毆鬥，並將同學打至面部流血，最後要接受警司警誡，之後被轉介參與「逆風計劃」，學習泰拳。

改善衝動性格護己幫人

振嵐表示，參與「逆風計劃」前看過由張家輝主演的電影《激戰》，之後一直對同類的運動很感興趣，但他指出自己過往很少做運動，剛開始學習泰拳時覺得訓練十分辛苦，稱自己當時連做10下至20下掌上壓亦有困難，只是因為不想再被人欺負才咬緊牙關堅持訓練。希望日後可以保護自己和身邊同樣受到欺凌的朋友。

不過，振嵐亦強調學習泰拳不是要報仇，而泰拳的訓練亦改善了他過往衝動的性格。「學習泰拳不是要打交，只是在有需要時才會用，我希望可以保護自己，我有一個朋友亦很怕事，經常被人欺負，我希望日後亦可以保護他。」

「街童」學會尊重 家人關係轉好

另一名同樣是16歲的學員文軒表示，自己曾經是「街童」，與父母關係欠佳，「我當時認為我是他們的仔，他們對我好是應份的。」他指出自己未參與「逆風計劃」前經常與朋友流連街上，至深夜也未必會回家，其後被外展社工發現轉介參與計劃令他與家人的關係轉好，會體諒他們工作辛苦，對他們有更多尊重。

計劃又令文軒反思自己過往的不良行為，改變過往經常遲到的習慣，他指出自己過往約朋友外出可能會遲到2小時至3小時，但泰拳訓練重視紀律，例如練習遲到要被罰，所以訓練時從來不會遲到，而守時的習慣亦伸延到生活上的其他方面。

文軒早前更獲挑選到泰國接受訓練，他表示自己之前從來沒有想過有機會到外國接受訓練，稱在泰國的練習更着重技術，獲益良多。他表示計劃之後除了繼續學業外，亦會兼職，儲錢繼續學習泰拳，希望有朝一日能成為拳手，獲自己喜歡的人到場打氣。

■香港文匯報記者 顏晉傑



On.cc – 2017.10.14

http://hk.on.cc/hk/bkn/cnt/entertainment/20171014/bkn-20171014133643551-1014_00862_001.html

狄以達預告明年推新歌

10月14日(六) 13:36



狄以達預告11月會搞舞台劇。

藝人狄以達出席青年協會活動，接受訪問時，透露活動透過打泰拳去幫助年青人，達仔指自己唔識打泰拳，但好友丁可欣（火雞姐）就好鍾意，有時仲會畀對方打。提到以前喺社區中心教跳舞有方試過遇到誤入歧途嘅學生，他坦言當時有大部分都有不良習慣，而除咗教跳舞都要擔任輔導嘅角色。

至於工作方面，達仔表示將於11月舉行自資六位數舞台劇，坦言都幾大壓力。問到點解今次咁有信心，達仔說：「要試吓，自己自由身四個月，想試多啲唔同嘅嘢，好似之前喺中環搞個個騷，覺得自負盈虧咁做一個騷幾好，想做多啲製作上嘅工作，之後會籌備出年推出新歌嘅工作，覺得做音樂好難，有時使好多錢都搵唔番，想改變吓個做法，又可以慳番啲成本，依家都係小試牛刀。」



之後佢就會籌備推出新歌喇！



狄以達



狄以達透過打泰拳去幫助年青人。



狄以達出席青年協會活動。



蘋果日報 - 2017.10.14

<http://hk.apple.nextmedia.com/eneews/realtime/20171014/57331392>

【學生曾吸毒】做埋心靈輔導 狄以達 教跳舞幫年輕人改過自新

6,844

目錄

讚 2

建立時間 (HKT): 1014 16:35



AA

攝影：張俊銘



狄以達今日去到尖沙嘴出席《逆風嘉年華》活動，與青少年分享正能量。

達仔話佢間舞蹈學校亦有唔少曾誤入歧途嘅青少年，佢話：「我除咗教跳舞，好多時都需要做埋輔導工作，佢哋可能有一半涉及吸毒、有背景或者唔返屋企，通過運動可以令佢哋尋找到方向及樂趣。」

狄以達最近斥資6位數，投資舞台劇《HiHi大爆炸》，該劇於下月24至26號，喺牛池灣文娛中心上演，佢話：「之前試過搞騷收支平衡，雖然唔係賺好多錢，但想嘗試改變，為咗慳成本，自己有份演出，故事內容講述香港生活壓力，反思社會問題。」 🍅



狄以達透露跳舞可令年輕人改正。



人民網 - 港澳頻道- 2017.10.15

<http://hm.people.com.cn/n1/2017/1015/c42272-29588078.html>



人民網 >> 港澳



学泰拳做义工 “逆风计划” 助香港问题少年改变人生

2017年10月15日 15:42 来源：人民網-港澳頻道

分享到：



人民網香港10月15日電 由香港青年協會青年違法防治中心及建源慈善基金會聯合舉辦的“逆風計劃”，透過社工輔導及泰拳訓練，為問題青少年建立正確的價值觀和積極的人生態度。該計劃14日首次於尖沙咀文化中心露天廣場舉行“逆風嘉年華”，近40位青少年展示泰拳訓練的成果，吸引不少市民駐足觀賞。香港特區警務處處長盧偉聰、建源慈善基金會主席羅建一，以及香港青年協會總幹事何永昌等出席開幕典禮。

羅建一表示，建源慈善基金會於2015年決定與香港青年協會合辦“逆風計劃”，希望透過泰拳這項運動，提升青少年的自信心、毅力和自律性，為問題青年帶來正面影響；經過兩年的發展，項目學員數目已由30人擴展到238人。他指出，未來“逆風計劃”將引入不同的運動項目，並加強與不同的社福機構合作，期望可以將計劃拓展至全港學校，惠及更多青少年。

何永昌表示，該會青年違法防治中心一直致力協助問題或邊緣青少年，提升他們抗逆能力，積極培養守法意識。他樂見眾多青少年經過刻苦磨練，满怀自信地完成泰拳訓練，並確立了人生方向和目標。

据了解，“逆风计划”主要针对11至24岁的问题青少年，透过每星期一次的泰拳训练课程，以及参与义工服务，培养青少年的毅力和乐观态度。该计划首年成效理想，青少年的行为有显著改善，当中九成半学员没有再参与犯罪违规行为，八成半学员的自律性有所改善，此外，建源慈善基金更资助部分杰出的学员，参加公开比赛及培育有潜质的青少年以泰拳运动作为职业，协助他们实践梦想。（吴玉洁）

精彩推荐

林郑月娥：关爱进取投资未来

林郑月娥：特区政府财政可承担新措施…

林郑月娥：及早投放资源处理社会问题

林郑月娥：身体力行配合特区立法会工作
特区行政长官林郑月娥首份施政报告解读



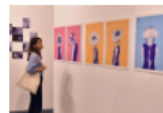
香港旅游回暖人财两旺



澳门可借大湾区“东风”



香港举办自行车节



香港举办联校设计展