

改變生命雙語品格生活營

營會地點:聖地亞哥和睦山莊(17508 Lyons Creek Rd, Jamul, CA 91935)

費用:4月底前 3000 美金(原價 5000)

招生年齡:15-20 歲(12-15未滿歲僅接受教會團體報名)

營會時長:2 週(14 天)

營隊日期: 2025 (共三梯) 每梯人數: 40 人

第一梯: 6/22~7/5 第二梯: 7/6~7/19 第三梯: 7/20~8/2

※每名學員皆要面談, 確認學員本人之意願及獨立生活能力※

費用包含:

食宿每日 3 餐、分班教材費、每週 2~3 次全天活動、園區門票費用

費用不包含:

機票、保險需自理、接機費、個人開銷花費

活動特色:

網路管制, 混齡團體生活, 集體備餐, 生活自理, 中英文教學, 音樂體育衝浪體驗, 營地游泳池, 射箭, 空氣槍射擊, 釣魚, 露營, 球類運動, 團康活動

「跳脫環境」

跳脫環境」這個概念超關鍵, 特別是在參加營會的時候。很多時候, 我們在原本的生活裡太容易卡在一種「自動導航模式」, 信仰也好, 情緒也好, 常常就是應付、習慣、或麻木地過。

● 為什麼需要「跳脫環境」?

1. 離開熟悉, 才有可能看清楚

- 就像魚不知道自己活在水中, 只有跳出來才意識到那是水。
- 同樣, 跳離熟悉的人、事、物, 才能對自己的信仰現況、生活習慣有新的認識。

2. 給心一個「重開機」的機會

- 日常太多干擾、噪音，很難真正靜下來聽見神的聲音。
- 離開熟悉環境就像暫時拔掉網路，讓心重開機，準備好重新連接神。

3. 打破固有框架·開啟新眼光

- 在新的文化、新的敬拜方式、新的語言中，信仰會被拉開、翻轉、延展。
 - 也許你對神、對教會、甚至對自己會有不同的看見。
-

🔄 跳脫環境·不只是「換地方」·而是「換視角」

這樣的轉變，不只是地點上的位移，而是心靈上的更新，讓你能：

- 重新找回初心
- 被提醒真正重要的事
- 看見更大的國度圖像

獨立自主

1. 從依賴到承擔

- 離開熟悉的環境，有時候是第一次不再依靠父母、教會、領袖的安排，而是自己決定、自己行動。
- 包括生活安排、時間管理、信仰操練...都開始變得個人化、負責任。

2. 學會為自己的選擇負責

- 在國外營會或跳脫原有社群時，你會遇到選擇：要不要開口認識別人？要不要準時？要不要去敬拜？這些沒有人逼你，但你怎麼選就代表你的價值觀。
- 「自由」其實是一種試煉，看你能不能真正「自主」。

3. 信仰不再是別人的，是自己的

- 有些人是從小在教會長大，對信仰的順服很像是「被教的」。
- 但在一個不同的環境中，你開始問自己：「我為什麼相信？我願意走多遠？」

☞ 在信仰中談「獨立自主」，不是脫離神，而是成熟

有時候基督徒會對「自主」有些警戒，怕這是不是驕傲或自我。但屬靈的獨立，不是離開神，而是更深的與神連結後，成為一個能「主動回應神」的人。

不是被推著走，而是自己決定：我要走在神的路上。

👉 → 🏃 「運動取代電動」：

1. 身體的操練 vs 感官的麻痺

- 打電動（尤其沉迷）常讓人陷入虛擬世界，不知不覺就過了幾小時
- 而運動則讓你真實地「活著」、流汗、感受到自己的身體與界線

2. 暫時逃避 vs 真實面對

- 電動有時是逃避壓力的方式
- 運動則可能讓人面對自己的極限、脆弱、但也突破自己

3. 自控力的培養

- 不沉迷電動，是自律的開始
- 開始運動，是生活節奏主動調整的開始
- 對青少年來說，**自控力的培養**是邁向成熟的重要一步

地理介紹

聖地牙哥（San Diego）毗鄰美墨邊境，面向太平洋，是加州第二大城，也是美

國第八大城。地理位置與氣候

- 地處加州最南端，與墨西哥的提華納（Tijuana）相鄰。
- 擁有溫暖宜人的地中海型氣候，一年四季天氣晴朗，濕度較低，平均溫度舒適。

2. 歷史背景

- 聖地牙哥被譽為「加州的誕生之地」（the Birthplace of California），因為西班牙於 1769 年在此建立首座傳教站。
- 歷史上深受西班牙及墨西哥文化影響，至今仍留有許多拉丁文化與傳統建築。

3. 經濟與產業

- 主要產業包括國防與軍事、旅遊業、生物科技及高科技產業。美國海軍與海軍陸戰隊在聖地牙哥設有多處軍事基地。
- 高科技產業蓬勃發展，市內聚集不少新創公司和研究機構。

4. 文化與觀光

- **巴博亞公園 (Balboa Park)**: 面積超過 1,200 英畝，是全美最大的都市文化公園之一
- **海洋世界 (SeaWorld)**: 海洋主題樂園，提供海洋生物生態展示與表演。
- **聖地牙哥市中心 (Downtown San Diego)**: 包含瓦斯燈街區 (Gaslamp Quarter) 等歷史街區，聚集眾多餐廳、酒吧與商店。
- **拉霍亞 (La Jolla) 海岸**: 以海景與懸崖風光著稱，有高檔商店與餐廳，是當地的度假勝地之一。
- **科羅納多島 (Coronado Island)**: 以美麗的沙灘和具有歷史意義的科羅納多飯店 (Hotel del Coronado) 聞名。

5. 生活品質與教育

- 環境友善、治安相對穩定、戶外活動豐富，因此常被評為美國最適宜居住的城市之一。

聖地牙哥以其溫暖的氣候、優美的海岸線、活躍的文化生活和高科技及軍事產業而聞名，融會了美墨兩地特色與多元文化，是加州相當具有魅力的一座城市。

營會行程表(暫定)

	週日	週一	週二	週三	週四	週五	週六	週日	週一	週二		
07:00~07:30		起床、梳洗										
07:30~08:30		早餐時間										
08:30~09:00		晨間靈修				晨間靈修				晨間靈修		
09:00~11:30		心理測驗、團體互動	原生家庭與我	登山健走	航空母艦之旅	才藝表演預備	人際關係大考驗	主日崇拜			生涯規劃分享	
11:30~12:30		團體備餐			美式燒烤體驗 (philip/s BBQ)	團體備餐			海洋世界一日遊	團體備餐		
12:30~14:00		午餐&午休				午餐&午休				午餐&午休		
14:00~15:30	營地報到 (13:00~)	興趣分組		午休	秘境探險	才藝表演	團體遊戲	營地露營體		知性分享		
15:30~17:00		運動休閒(分組) 游泳、球類運動、釣魚、射箭				運動休閒(分組) 游泳、球類運動、釣魚、射箭	運動休閒(分組) 游泳、球類運動、釣魚、射箭			運動休閒(分組)		
17:00~18:00		團體備餐				團體備餐				團體備餐		
18:00~19:00	晚餐	晚餐				晚餐			晚餐			
19:00~21:00	相見歡	桌遊 time	分組圍關遊戲	卡拉OK大賽	海邊的黃昏&墨西哥食物體驗	營火晚會	自由活動			男女混合籃球賽		
21:00~22:00		自由活動、盥洗										
22:00~		就寢										

一、行前準備

1. 護照與簽證

- 確保護照有效期限至少超過 6 個月
- 辦理 ESTA 美國觀光簽證

2. 報名確認與繳費

- 核對報名是否完成、費用是否繳清
- 下載或列印活動通知、行程表等

3. 保險與機票

- 自行購買旅遊平安險與醫療保險 (並提供保單影本)
- 來回機票影本

4. 健康準備

- 自備個人藥品
- 若有食物過敏，請提前告知
- 若有特定疾病或藥物需求，備妥處方與說明（中英文）

二、裝備與行李

1. 服裝與用品

- 當地天氣與活動需求（室外活動、禮拜服裝等）
- 帶輕便衣物、合適鞋子、防曬/防雨裝備
- 請勿攜帶過多個人行李，大行李箱一個為限(28吋)

2. 個人物品

- 聖經、筆記本、文具
- 簡單禮物，可作為交換或表達感謝之用
- 如需與台灣家人聯繫，請自行購買電話卡（sim卡或eSim）

3. 現金與支付

- 現金，搭配信用卡或國際支付工具
- (請勿攜帶過多現金，建議攜帶足夠生活所需即可，約\$1000美金以內，以免遺失)

三、心態與行為

1. 尊重文化差異

- 主動學習當地文化、語言禮儀
- 注意服裝、行為舉止是否得體

2. 開放心胸學習

- 勇敢與不同背景的人交流
- 願意被挑戰信仰與價值觀，保持開放的心態面對不熟悉的人事物。
- 父母學習放手:孩子的成長來自於父母的賦權，讓孩子學習、準備、面對困難，會發現孩子比我們想像的更堅強。