

# 青年活動

## Y32 輕輕ZONE

日期：課堂活動：2024年7月12、19、26日；8月9、16、23、30日；9月6日（星期五）

外出活動：2024年8月31日（星期六）

時間：課堂活動：下午7：00至8：00

外出活動：8月31日上午9：30至下午5：00

內容：小組以團體遊戲形式進行，讓青年在輕鬆愉快氣氛下認識新朋友、接觸新事物，藉此建立自信，學習相處技巧和建立團隊合作精神。我們也安排青年「跳出」小組，在周末期間與青年共同策劃一次本地旅行，創造「不一樣旅行」。

小組同時設有家長組（日期：2024年9月6日），讓家長放開身邊煩惱和壓力，與其他家長享受活動的樂趣，同時就青年成長階段的需要和情況互相分享、支援。

地點：本中心活動室、外出活動日地點待定

對象：15歲或以上之青年會員

名額：10位

費用：每位\$270

負責職員：唐姑娘、軒Sir



## Y33 青年Cook一Cook

日期：2024年7月17、24、31日（星期三），共3節

時間：上午10：00至11：30

地點：本中心活動室

內容：對烹飪有興趣，但是無從入手？邀請喜歡飲飲食食的你，到中心一同製作美味的食物！

對象：12歲以上之青年會員

名額：6位

費用：每位\$150

負責職員：羅姑娘



## Y34 青年多元發展組

日期：電影欣賞會：2024年7月13日（星期六）

中心活動：2024年7月20日；8月3、17、31日；9月7日（星期六），共6節

中心服務日：2024年9月14日（星期六）

時間：電影欣賞會：待定

中心活動：下午2：30至4：00

中心服務日：下午1：00至5：00

地點：本中心活動室

內容：透過體驗不同類型的活動培養團隊合作，增強小組凝聚力，同時鼓勵組員發揮個人的長處，從而增強個人自信心。今季會安排藝術活動予會員，學習透過環保物料表達自己，亦會協助中心籌備中秋活動攤位，從而提升與人溝通的技巧和解難能力。

對象：1. 特殊學習需要的高中學生會員；或  
2. 正接受職業訓練或公開就業並有特殊學習需要的青年會員

名額：10位

費用：全免（此活動由基金資助）

備註：1. 此活動不設減費；

2. 電影欣賞活動費用自備，地點將會個別通知；

3. 是次活動將申請基金資助，若最後未能成功申請，活動將不設減費，費用為每位\$120。

導師：徐霆佳先生

（表達藝術治療師）

負責職員：羅姑娘

## #青年多元發展組（家長組）

日期：2024年8月31日（星期六），共1節

時間：下午2：30至4：00

地點：本中心活動室

內容：家長必須參與此小組，以了解子女在小組的情況。

對象：青年多元發展組組員之家長

## Y35「棋」趣盃B

日期：2024年7月27日；8月3、10、17、24日（星期六），共5節

時間：下午4：30至5：30

地點：本中心活動室

內容：以不同類型的桌遊培養參加者思維及表達能力，透過小組的活動互相認識，同時提升社交及自制能力。

對象：12至16歲之青年會員

名額：6位

費用：每位\$250

負責職員：麥姑娘



## Y36 青年宿一宵

日期：工作坊：2024年8月9日（星期五），共1節

宿營：2024年8月14至15日（星期三及四）共2節

時間：工作坊：下午7：30至8：30

宿營：下午2：00至翌日下午2：30

地點：本中心活動室及大尾督青年旅舍

內容：一班青年人接受不同的神秘任務及挑戰，各人需要合力完成各項挑戰包括團隊合作及日常生活經驗，從中欣賞隊友及自己的優點。透過利用大自然環境和富挑戰性的活動，以增強參加者的自信和抗逆力。參加者透過經歷、觀察反省、總結經驗及實踐應用，從而獲得改變和成長。

對象：12歲或以上青年會員

名額：11位

費用：全免（此活動由基金資助）（已包用膳費、宿營費及活動費）

備註：1. 參加者必須全期出席，如無故缺席活動者，將影響往後中籤的機會。

2. 此活動不設減費。

3. 是次活動將申請基金資助，若最後未能成功申請，活動將不設減費，費用為每位\$450。

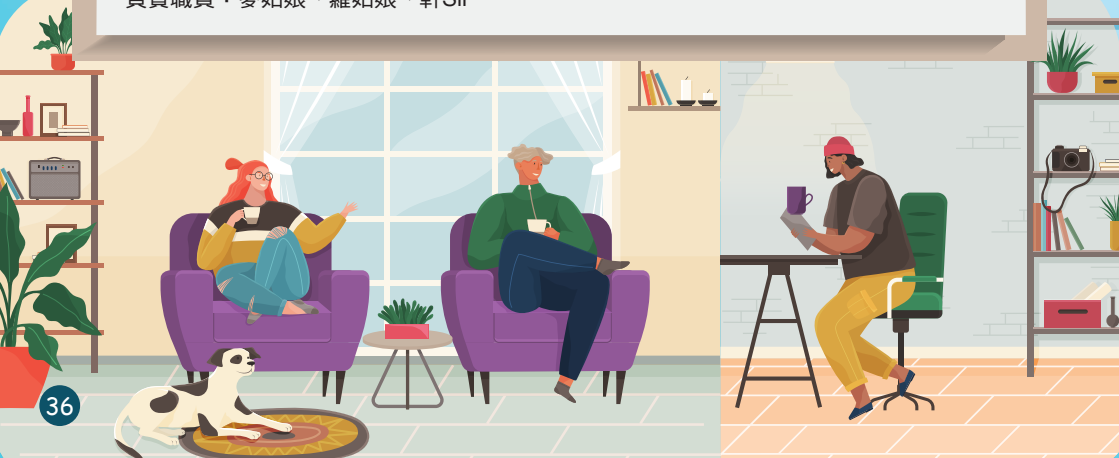
4. 參加者自備交通費用。

5. 集合地點將個別通知。

6. 參加者如行動不便或身體有特別醫療照顧需要，需作特別交通安排或使用無障礙設施，請報名前通知中心職員相關情況。

7. 於活動集合時間逾時者，恕不等候。逾時集合將影響活動流程，並涉及整體參加者，中心考慮到各方安全下，是次活動逾時者不能出席活動，並以請假處理，不會有任何補課及退款安排。

負責職員：麥姑娘、羅姑娘、軒Sir



## Y37 「義」想 "Teen" 開

日期：中心活動：2024年8月17、24日（星期六），共2節

外出團隊活動：2024年8月25日（星期日），共1節

親子服務日：2024年9月8日（星期日），共1節

時間：中心活動：下午2：30至4：00

外出團隊活動：上午9：00至下午5：00

親子服務日：上午9：00至下午5：00

地點：本中心活動室及香港青年協會大尾督戶外活動中心

內容：「義」代表義工服務，「Teen」代表青年。鼓勵青年參與服務或義工活動，並透過小組活動培養參加者的互相合作及重視對方的付出，增強小組凝聚力，同時鼓勵青年發揮個人的長處、對他人的幫助以及個人成長和發展的目標。這一季小組會透過3節的團隊建立、義工培訓及獨木舟知識，培養團員合作精神及欣賞對方的付出，增強小組凝聚力。第4節團員需要與家人一同出席全日外出活動日，將出海划獨木舟、到海岸進行清潔活動！

對象：就讀於主流中學並有特殊學習需要的青年會員

名額：8位

費用：全免（此活動由基金資助）

導師：張偉泉先生（香港獨木舟總會教練）

備註：1. 參加者必須全期出席，如無故缺席活動者，將影響往後中籤的機會；

2. 此活動不設減費；

3. 是次活動將申請基金資助，若最後未能成功申請，活動將不設減費，費用為每位\$320。

4. 參加者如行動不便或身體有特別醫療照顧需要，需作特別交通安排或使用無障礙設施，請報名前通知中心職員相關情況；

5. 於活動集合時間逾時者，恕不等候。逾時集合將影響活動流程，並涉及整體參加者，中心考慮到各方安全下，是次活動逾時者不能出席活動，並以請假處理，不會有任何補課及退款安排。

負責職員：麥姑娘





## Y38 攀石同樂日

日期：2024年9月28日（星期六），共1節

時間：上午8：30至下午1：00

地點：順利邨體育館

內容：活動能讓參加者學習基本攀石技巧，從而訓練身體協調性，提升參加者之信心。  
快來與我們一起參加攀石同樂日！

對象：12歲或以上之青年會員

名額：12位

費用：免費

導師：康樂及文化事務署教練

備註：1. 此活動由康樂及文化事務署主辦；

2. 集合地點將個別通知；

3. 請自備車費；

4. 參加者須穿著運動服裝、運動鞋及自備食水；

5. 於活動集合時間逾時者，恕不等候。逾時集合將影響活動流程，並涉及整體參加者，中心考慮到各方安全下，是次活動逾時者不能出席活動，並以請假處理，不會有任何補課及退款安排。

6. 參加者如行動不便或身體有特別醫療照顧需要，需作特別交通安排或使用無障礙設施，請報名前通知中心職員相關情況。

負責職員：羅姑娘

## 網絡同盟「數碼素養」訓練小組

(此小組由Network Alliance 網絡同盟與明愛家長資源中心合辦)

承蒙精神健康諮詢委員會的贊助，明愛康復服務於2023年4月開始，推行為期兩年的服務計劃，為有自閉症譜系障礙的初中學生提供「數碼素養」訓練小組，減低他們因使用電子產品而引致的潛在成癮風險及成為網絡欺凌受害者的可能性。

同時，計劃亦設有照顧者支援部分，提升照顧者的親職技巧，減少因使用電子產品而引起的親子衝突，並為有需要的照顧者提供情緒支援。

### Y39 數碼素養 (基礎班)

	青少年小組	照顧者小組 *參與青少年組之照顧者必須出席
日期：	2024年7月16、19、23、26、30日； 8月2、6、9日 (逢星期二及五，共8節)	2024年7月19、26日；8月2、9日 (逢星期五，共4節)
組前面見日期：	2024年6月29日(星期六)(下午2:00至3:30)	
時間：	上午10:30至12:00	
內容：	提升青少年的數碼素養，例如：時間管理、保障個人私隱、辨識資訊真偽及網上社交禮儀等 提升青少年預防及面對網絡欺凌時的技巧	提升照顧者自身的數碼能力和行為管理的技巧 與照顧者分享學生小組的進程，促進合作 提供照顧者互相交流及情緒支援的平台
地點：	本中心	
對象：	將升讀中一至三懷疑及確診自閉症譜系之學生及其照顧者	
名額：	6對	
費用：	免費	
導師：	廖姑娘及袁Sir	
負責職員：	唐姑娘、軒Sir	

### Y40 數碼素養 (進階班)

	青少年小組	照顧者小組 *參與青少年組之照顧者必須出席
日期：	2024年7月16、19、23、26、30日； 8月2、6、9日 (逢星期二及五，共8節)	2024年7月19、26日；8月2、9日 (逢星期五，共4節)
時間：	下午2:30-4:00	
內容：	提升青少年的數碼素養，學習各種數碼技能，例如電腦基礎知識、網絡安全、數碼通訊和創意應用等。 透過學員共同設計和製作數碼成品，培養團隊合作能力和溝通技巧，同時加深學員對於數碼技術的理解和掌握。	提升照顧者自身的數碼能力和行為管理的技巧 與照顧者分享學生小組的進程，促進合作 提供照顧者互相交流及情緒支援的平台
地點：	本中心	
對象：	上年度有參加過基礎班之學生及其照顧者	
名額：	6對	
費用：	免費	
導師：	廖姑娘及袁Sir	
負責職員：	羅姑娘、馮姑娘	