



協康會
HEEP HONG SOCIETY



Jockey Club Collaborative Project for
Inclusive Employment
賽馬會共融·知行計劃

協康會「共創可能」計劃

捐助機構： 香港賽馬會慈善信託基金

第二季通訊

2023年3月~5月

斜槓青年

發揮青年優勢

多元工作機遇

友善工作間

支持共融就業

第二季通訊

2023年3月 ~ 2023年5月

目錄

計劃介紹	P. 1
中心/計劃資訊	P. 2
活動重點回顧	P. 3-4
如何報名	P. 5
職場求生術篇	P. 6-8
生涯規劃篇	P. 9-10
職能提升篇	P. 12-13
悠遊生活篇	P. 13
共創網絡篇	P. 14
惡劣天氣下之安排	P. 15
中心資料	P. 16



協康會「共創可能」計劃簡介

由香港賽馬會慈善信託基金捐助，為期三年的賽馬會共融．知行計劃－協康會「共創可能」計劃於2020年12月開展，將聯同香港大學及另外三間社福機構，連繫家庭、僱主及社區人士，為有特殊需要(SEN)青年創建多元化就業機會，以推動社會共融。

計劃將發掘SEN青年的優勢和特質，結合職場的就業支援，推動共融就業，並創造多元的就業機會。計劃著重家長和社區人士的參與，讓他們能更有效協助SEN青年，推動社會共融。除了就業市場，計劃並會協助就讀高中及大專課程的SEN青年，探索及發展其職業生涯，讓他們在投身社會前有更清晰的方向和準備。

了解更多



www.heephong.org/cocjob

計劃團隊介紹

鍾姑娘
(項目經理)

黎姑娘
(社工)

倪姑娘
(培訓及就業主任)

Karene姑娘
(行政助理)

光SIR
(教育心理學家)

林SIR
(教育心理學家)

樂姑娘
(職業治療師)



報名須知

由於本計劃在協康會賽馬會星亮資源中心推行，如閣下欲參加本計劃之相關服務及參加小組活動，需申請協康會家長資源中心會籍或續會，可瀏覽右邊二維碼了解申請辦法：



1. 於23/2/2023或之前填妥網上報名表格（*或可在活動開始前三星期查詢活動餘額）
2. 活動抽籤：若餘額活動的報名人數超額，中心將為超額報名活動進行抽籤
3. 公佈結果：於25/2/2023瀏覽計劃網站(*個別活動會因活動舉辦日期而提早公佈結果)
4. 公佈抽籤結果後：如未能出席活動者，請及早通知共創可能計劃同工；如活動當天未有特別原因下缺席活動，將影響下期活動的機會
5. 公佈抽籤結果後，如參加者仍有意報名參加活動，可致電或WhatsApp計劃電話(6756 4154)查詢報名情況

活動精華

青年於本會白田中心退修日擔任紀念品導師

本計劃兩名青年，在家長及計劃同工的協助下，為白田中心職員帶來精彩的紀念品教學，從中讓青年可以發揮個人優勢，並進一步讓職員了解有關共融就業。



青年於協康慈善足球同樂日2022擔任表演嘉賓

本計劃青年及同工們，於協康會第一屆實體「協康慈善足球同樂日2022」中擔任表演嘉賓，以青年自身優勢為育有特殊需要兒童的低收入家庭及其子女提供適切的服務籌款。

協康會賽馬會「共創可能」計劃代表接受港台《精靈一點》訪問

本計劃注重發掘SEN青年特質，以優勢為本（STRENGTHS-BASED APPROACH）的介入手法，並對應其個性作出適合的工作配對，結合職場的就業支援，推動共融就業，並創造多元的就業機會。參與計劃的青年俊翹，今日於香港電台直播節目《精靈一點》，分享自己如何由一個不主動的人，在計劃帶領下成為斜槓族，慢慢找到自信並勇於嘗試；而計劃經理鍾月樺（ELSIE）亦樂見青年的優勢被放大，逐步找到方向，甚至幫助他們追夢。青年及家長可於以下連結重溫節目內容。

重溫節目內容



活動精華

計劃團隊x理工大學「Limitless Festival 2023」

本計劃青年及同工們2月初於理工大學「LIMITLESS FESTIVAL 2023」擺放攤位，讓理大師生能夠藉此了解更多關於共融文化，以及認識有特殊教育青年的需要及特性。



臨別感言-孫SIR

各位青年和家長，是時候要與你們說再見了，孫sir會於2月14日正式離開協康會了，又是時候踏進人生另一個旅程了。由Cheer 30到共創可能，不知不覺已經度過了2年6個月了，感恩你們一直同行，見證著我的成長。在星亮這兩年間，感恩能見證著青年們的成長，又開心能夠與家長們交流。在未來的日子，衷心祝願你們為自己的人生共創不同可能性。最重要~記得共創可能計劃的同工們會一直與大家同行，創造不同可能性！

最後送一首歌給你們：

“ 誰都可發光只要找對地方
誰人都可發光若我熱情依然未降
成敗與否看我是怎麼看 從來沒標準答案
不要活埋在世俗眼光 重拾自信讓我做我的主角 ”

願你們每一個都能成為自己生命的主角！

成為自己人生舞台的主角

如何報名

1

姓名*

您的回答

聯絡電話*

您的回答

是否家長資源中心會員*

☐ 是

☐ 否

填寫你個人資料

報名連結



2

請填寫你希望報名的活動 (青年)

參加者可以按自己的興趣和時間安排報名參與合適活動

職場求生篇 - 報名活動(可報多於一個活動)

☐ OT和你train: 作詞體驗 | 22/12 | 1節

☐ 面試教室 | 6/1及13/1 | 2節

☐ 90分鐘的自我管理 | 28/1, 4/2, 11/2 | 3節

生涯規劃篇 - 報名活動(可報多於一個活動)

☐ 步步GOAL昇 - 生涯目標建立小組 (戶外) | 14/1 | 1節

別選你希望參加的活動

活動簡介

職場求生術篇

職場上難免遇到不同挑戰，教懂青年如何有效地解決職場挑戰。

生涯規劃篇

透過一系列活動為青年提供生涯規劃及支援。

職能提升篇

透過一系列活動，提升青年在職場的實力，讓青年可以在職場的競爭力大大提升

今季活動分為5個篇章
為SEN青年及家長創造
5個不同範疇的活動及訓練

共創網絡篇

工作或學業之餘，消閒也是很重，讓我們在工作後休息一會兒

悠遊生活篇

工作或學業之餘，消閒也是很重，讓我們在工作後休息一會兒

職

場

求

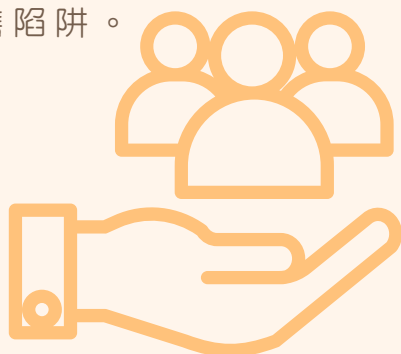
生

篇

「提升消費者自我保護能力」工作坊

JCSRC-23-00057

透過展示真實投訴個案和常見的健身或美容中心銷售陷阱，認識並學習如何擊退常見銷售陷阱。



日期
時間
地點
對象
費用
名額
查詢

4/3(星期六，共1節)
上午11:00 – 中午12:30
賽馬會星亮資源中心
「共創可能」計劃青年會員
全免
15人
項目經理 鍾姑娘

人在職場社交101

JCSRC-23-00054

初到工作環境... 與人相處交流和建立關係有什麼可以留意的地方?



日期
時間
地點
對象
費用
名額
查詢

25/3 - 15/4(星期六，共3節，除8/4外)
上午11:00 – 中午12:30
賽馬會星亮資源中心
「共創可能」計劃青年會員
全免
6人
培訓及就業主任 倪姑娘

職

場

求

生

篇

做個最「正」的SEN

JCSRC-23-00054

- 人人都想日子過得快快樂樂，但你知道「真快樂」是什麼嗎？
- 一起探索正向心理學，從個人優勢，正面情緒和品格的方向，面對日常挑戰，獲得真正的「快樂」。

POSITIVE

日期
時間
地點
對象
費用
名額
查詢

14/4 - 28/4(星期五，共3節)
上午11:00 - 中午12:30
賽馬會星亮資源中心
「共創可能」計劃青年會員
全免
8人
社工 黎姑娘



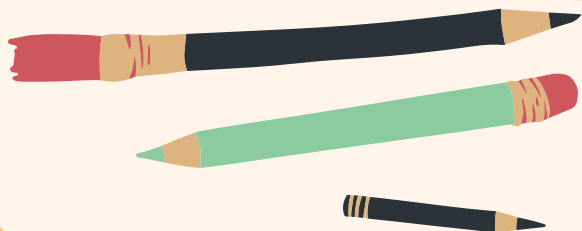
透透氣，藝術減壓空間

JCSRC-23-00053

- 生活總是充滿壓力，是時候讓自己休息一下，一齊透透氣。
- 利用工作坊的模式，以不批判的藝術創作方法，例如繪畫，寫字，專注的當下放鬆身心。
- 空間成為青年交流的平台，一起創作，療癒身心。

日期
時間
地點
對象
費用
名額
查詢

22/4(星期六，共1節)
上午11:00 - 12:30
賽馬會星亮資源中心
「共創可能」計劃青年會員
全免
15人
社工 黎姑娘



職

場

求

生

篇



協康會
HEEP HONG SOCIETY



Jockey Club Collaborative Project for
Inclusive Employment
賽馬會共融·知行計劃

協康會「共創可能」計劃



星亮留聲機 之 你講·我聽 2

1小時的節目當中，
光Sir會分享一些社交情緒要留意的地方，
亦會即場與會員對話回應你的煩惱。

日期：29/4/2023(星期六)

時間：下午5:00-6:00

地點：ZOOM

對象：青年會員

費用：全免

名額：20名

負責人：教育心理學家光sir

查詢：3956 4651



會員亦可提早留言投稿至 hhjcep@gmail.com 用少於40字
寫下你的煩惱和困惑。屆時光sir會隨機讀出你的留言。

生

涯

規

劃

篇

資訊科技行業探索

JCSRC-23-00064

透過一些資訊科技業內人士與青年們交流，藉此增加青年對資訊科技行業的了解及個人發展！

日 時 地 對 費 名 查	期	4/3(星期六，共1節)
	間	下午2:30 – 4:00
	點	賽馬會星亮資源中心
	象	「共創可能」計劃青年會員
	用	全免
額 詢	額	8人
	詢	社工 黎姑娘



青年論壇：我的無限未來

JCSRC-23-00050

- SEN又點?未來應該是掌握在自己的手中!!
- 透過主題討論，學習提升表達交流，讓青年對自己的未來有更多的想法及方向。

日 時 地 對 費 名 查	期	18/3(星期六，共1節)
	間	上午11:00 – 中午12:30
	點	賽馬會星亮資源中心
	象	「共創可能」計劃青年會員
	用	全免
額 詢	額	15人
	詢	社工 黎姑娘



生

涯

規

劃

篇

職場個人優勢 - 品格強項點應用?

JCSRC-23-00050

個人優勢和特質可以如何應 用在職場
或其他生活場景? 來一起學習、練習、
實習!

日期	18/3及25/3 (星期六, 2節)
時間	下午2:30 - 4:00
地點	賽馬會星亮資源中心
對象	「共創可能」計劃青年會員
費用	全免
名額	6人
查詢	培訓及就業主任 倪姑娘



職能提升

篇

做個文書達人

JCSRC-23-00056

學習如何使用基本的文書軟件，以裝備自己成為一個職場新鮮人。

日期	11/3 - 25/3 (逢星期六，共3節)
時間	上午11:00 - 12:30
地點	賽馬會星亮資源中心
對象	「共創可能」計劃青年會員
費用	全免
名額	8人
查詢	行政助理 Karene 姑娘



市集人訓練班

JCSRC-23-00058

學習如何營運市集，了解市集的營運技巧，做個稱職市集人！

日期	29/4 - 13/5 (逢星期六，共3節)
時間	上午11:00 - 12:30
地點	賽馬會星亮資源中心
對象	「共創可能」計劃青年會員
費用	全免
名額	8人
查詢	社工 黎姑娘



職能提升

篇

活動助理體驗日

JCSRC-23-00056

學習如何使用基本的文書軟件，以裝備自己成為一個職場新鮮人。

日期	20/5及27/5(星期六，共2節)
時間	上午11:00 – 12:30
地點	賽馬會星亮資源中心
對象	「共創可能」計劃青年會員
費用	全免
名額	8人
查詢	項目經理 鍾姑娘



悠

遊

生

活

篇

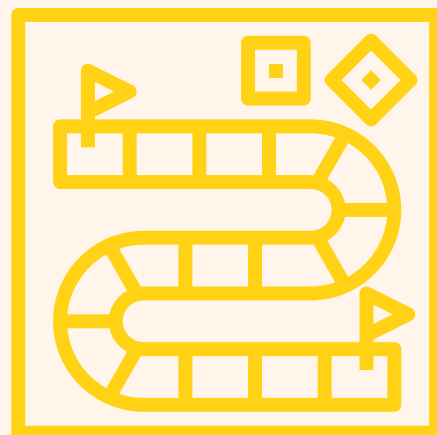
星亮青年空間

JCSRC-23-00059

提供一個讓青年們互相交流的平台，一起玩桌遊、團體遊戲等。

日期
時間
地點
對象
費用
名額
查詢

18/3、22/4、6/5及20/5(星期六，共4節)
下午2:30 – 4:00
賽馬會星亮資源中心
「共創可能」計劃青年會員
全免
10人
社工 黎姑娘



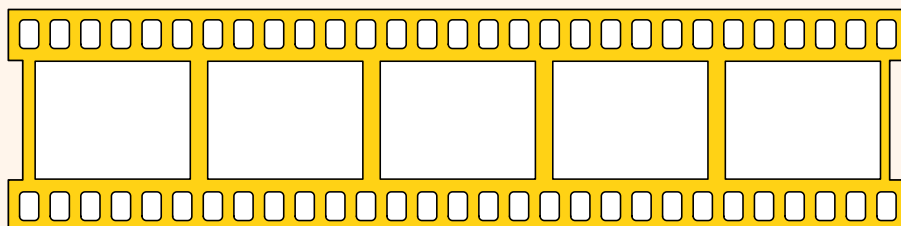
同SEN同戲

JCSRC-23-00059

來透過BOARD GAMES、音樂、戲劇等等的活動，和他人一起探索自己的個人特質和生涯方向!

日期
時間
地點
對象
費用
名額
查詢

15/4及22/4/2023 (星期六，2節)
上午9:30 – 11:00
賽馬會星亮資源中心
「共創可能」計劃青年會員
全免
12人
培訓及就業主任 倪姑娘



共

創

網

絡

篇

謝謝媽媽-家長小組

JCSRC-23-00055

- 邀請家長參與分享有關母親節的意義與心情。
- 一同為中心母親們製作小禮物，送上心意，將愛分享



日期
時間
地點
對象
費用
名額
查詢

5/5 及 12/5/2023 (星期五，共2節)

上午11:00 - 中午12:30

賽馬會星亮資源中心

SEN青年家長

全免

6人

社工 黎姑娘

THANK YOU!

家長同行小茶聚

JCSRC-23-00055

作為照顧者、一家之計的你，路途上付出的各種努力，讓我們和你同路，一起支持子女的成長。來和我們分享、相聚！

日期
時間
地點
對象
費用
名額
查詢

21/4/2023 (星期六，共1節)

下午5:30 - 7:00

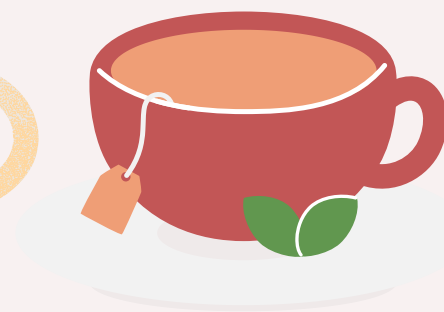
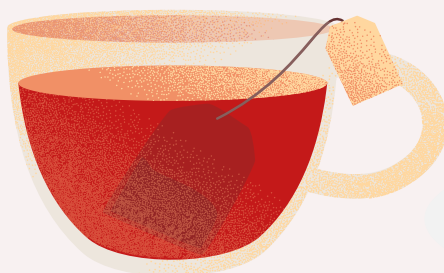
賽馬會星亮資源中心

SEN青年家長

全免

12人

培訓及就業主任 倪姑娘



惡劣天氣下之安排

1. 當天文台懸掛 8 號颱風或黑色暴雨警告時，中心會停止服務，直至颱風或暴雨警告除下後之兩小時內儘快恢復正常服務。若 8 號風球或黑色暴雨警告在星期二至四下午 2:00 後或星期五至六下午 3:00 後除下，當日中心亦會暫停服務 2. 在惡劣天氣下，中心會在活動前兩小時

2. 按以下指引決定活動是否如期舉行：

訊號	青年或家庭活動		家長活動		青年/家長個別訓練/面談	
	中心內	中心外	中心內	中心外	中心內	中心外
一號風球	✓	✓	✓	✓	✓	✓
三號風球	✓	×	✓	×	✓	×
八號風球	×	×	×	×	×	×
黃色暴雨警告	✓	✓	✓	✓	✓	✓
紅色暴雨警告	○	×	○	×	○	×
黑色暴雨警告	○	×	○	×	○	×
✓：如期舉行 ○：如未開始，將延期/取消；如已開始，則如期舉行，但會視乎天氣及路面情況，於需要時才安排參加者離開 ×：延期或取消						

如依照上述情況舉行或取消活動，中心將不會個別通知參加者，如有疑問，歡迎致電相關之中心查詢。

3. 若於活動前兩小時內發出雷暴警告，則所有水上活動亦會取消。

4. 若天氣於兩小時內轉好，該節活動/小組仍會依照之前的決定取消。

例：天文台於上午 7:30 發出紅色暴雨警告，依照指引，上午 9:30 舉行之小組會取消。縱使天文台於上午 8:00 除下暴雨警告，小組依然會按照之前的決定取消，免除家長舟車勞頓之苦。

5. 若天氣於兩小時內轉壞，如改發更高之颱風或暴雨警告，該節小組將會取消。

例：天文台於上午 7:30 發出三號颱風/黃色暴雨警告，依照指引，上午 9:30 舉行之小組將會照舊舉行，但若天文台突然於上午 8:00 改發八號颱風/紅色暴雨警告，則該節小組亦會取消。

6. 除上述列舉之情況外，中心會視乎特別天氣情況、活動地區、以及活動性質，彈性決定是否將某項活動延期或取消，並在活動舉行前兩小時通知參加者。家長亦應視乎所在地區之天氣及路面情況而決定是否出席活動。

7. 在活動進行期間，若天氣轉趨惡劣，中心會在安全情況下疏散參加者或暫留參加者在活動場地，直至天氣情況容許下，才安排參加者離去。

8. 所有 12-2 月份活動會因應疫情情況及變化，而需改為以網上形式進行，請留意最新消息公佈。



協康會
HEEP HONG SOCIETY

賽馬會星亮資源中心
JOCKEY CLUB STAR RESOURCE CENTRE

地址：九龍何文田愛民邨新民樓地下106-117室

電話：3956 4651 傳真：3956 4656

WhatsApp：6756 4154 (只用作收發訊息之用)

電郵：jcsrc@heephong.org

網址：www.heephong.org/cocjob



Jockey Club Collaborative Project for
Inclusive Employment
賽馬會共融·知行計劃

協康會

共·創·可·能·計·劃

計·劃

