



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

### 目錄

計劃介紹	P. 1
中心/計劃資訊	P. 2
活動重點回顧	P. 3
如何報名	P. 4
Mus-see-an特別篇	P. 5
職場ExPlore篇	P. 6
職場求生術篇	P. 7-8
Star Lab篇	P. 9
悠遊生活篇	P. 10
共創網絡篇	P. 11
惡劣天氣下之安排	P. 12
中心資料	P. 13

### 協康會賽馬會星亮資源中心

地址：九龍何文田愛民邨新民樓地下106-117室

電話：3956 4651

本計劃專用Whatsapp號碼：6756 4154

傳真：3956 4656

電郵：jcsrc@heephong.org



### 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](http://www.heephong.org/cocjob)



## 協康會「共創可能」計劃團隊介紹

項目經理：鍾月樺姑娘（鍾姑娘）  
社工：黎惠文姑娘（黎姑娘）  
培訓及就業主任：倪欣彤姑娘（倪姑娘）  
程序工作員：孫柏熙先生（孫sir）  
教育心理學家：鄭光言先生（光sir） 林宇軒先生（林sir）  
職業治療師：陳樂琳姑娘（樂姑娘） 黎朗翹先生（黎sir）

## 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29/8/2022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31/8/2022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
6. 所有9至11月份活動會因應疫情情況及變化，而或需轉為網上形式，請留意whatsapp或網頁的最新消息



話咁快又到第四季通訊啦！在這個炎熱的夏天，你過得幾好嗎？共創可能計劃於6月至8月與數間中心/單位進行活動協作，青年及家長們從中開闊了不少眼界啦！來看看以下重點活動回顧吧！

## 紀念品製作教學

有沒有想過我們的青年可以成為紀念品製作的導師？

原來是可以的！經過一系列的訓練及實習，三位青年在三位家長義工的協助下順利為協康會順利中心的畢業生提供擴香石牌的教學！當中的畢業生及其家庭亦十分享受青年們的教學，讓他們能夠有一個愉快的上午！



## 青年多媒體製作隊

「書展攤位一日遊 | Vlogging with KOL俊翹」的影片出爐啦！由青年一手包辦籌劃、主持、攝影及後製等工作，讓青年擁有不一樣的工作體驗！暑假期間，青年們亦有參與各個幼兒中心的畢業禮花絮攝影工作，為一班畢業生紀錄珍貴的回憶！



## 社企心聲分享

早前本計劃舉辦「社企初創立心得交流分享會」，邀請了「星星堂」社企創辦人與家長分享成立社企的歷程點滴及經營社企工作之經驗心得。分享會讓家長們可以進一步了解在青年就業上所扮演的角色。





## 如何報名

第一步 -  
填寫你的姓名  
、電話號碼及家長資  
源中心資料

姓名 \*

您的答案

---

聯絡電話 \*

您的答案

---

是否家長資源中心會員 \*

☐ 是

☐ 否

---

會員編號(如有)

您的答案

報名連結

<https://forms.gle/icoAyhZfypWhpQgu7>



第二步  
別選你希望參加  
的活動

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

---

職前準備篇 - 報名活動(可報多於一個活動)

☐ CV撰寫工作坊 | 15/1/2022 (六) | 下午10:30-11:30 | 1節

☐ 求職信撰寫工作坊 | 15/1/2022 (六) | 上午11:30-12:30 | 1節

☐ 模擬面試工作坊 (一月) | 22/1/2022(六) | 上午11:00-12:30 | 1節

☐ 模擬面試工作坊 (二月) | 19/2/2022(六) | 上午11:00-12:30 | 1節

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，以下是活動篇章的介紹：

### 職場Explore篇

讓青年可以探索不同行業的發展，以讓青年發掘不同行業的可行性。

### 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。

### Star Lab篇

閒暇之餘研究不同類型的紀念品或者技術就讓我們來個星亮實驗室。

### 悠遊生活篇

工作或學業之餘，消閒也是很重要的，讓我們在工作後休息一會兒

### 共創網絡篇

工作或學業之餘，消閒也是很重要的，讓我們在工作後休息一會兒



## MUS-SEE-AN: 作詞體驗

(活動代碼: JCSRC-22-00173)

日期: 3/9(星期六, 共1節)  
時間: 下午4:00 – 5:30  
地點: 賽馬會星亮資源中心;  
對象: SEN青年  
費用: 全免  
名額: 10人  
查詢: 培訓及就業主任 倪姑娘

## MUS-SEE-AN:

### 流行曲鋼琴伴奏

(活動代碼: JCSRC-22-00174)

日期: 3/9及17/9(星期六, 共2節)  
時間: 下午2:30 – 4:00  
地點: 賽馬會星亮資源中心  
對象: SEN青年  
費用: 全免  
名額: 4人  
查詢: 培訓及就業主任 倪姑娘

---

## MUS-SEE-AN: JAM歌主音預備班

(活動代碼: JCSRC-22-00175)

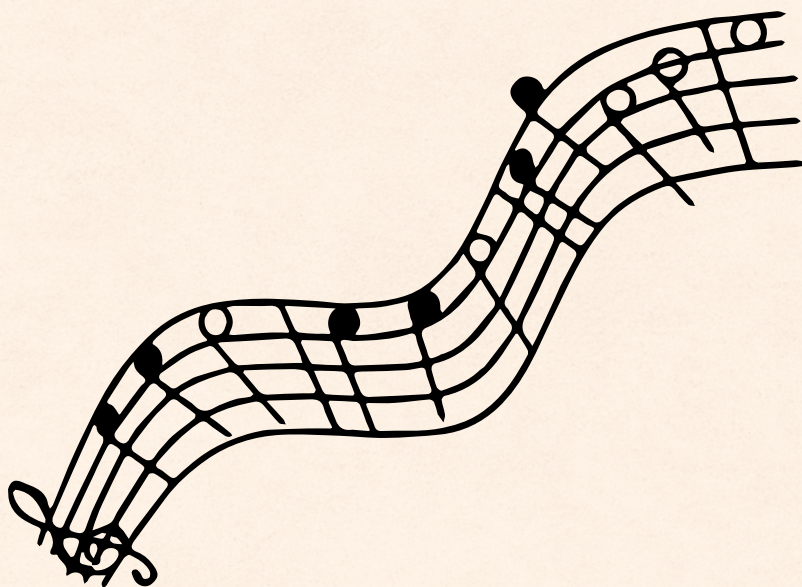
日期: 10/9 - 24/9(逢星期六, 共3節)  
時間: 下午1:00 – 2:00  
地點: 賽馬會星亮資源中心;  
對象: SEN青年  
費用: 全免  
名額: 8人  
查詢: 培訓及就業主任 倪姑娘

---

## MUS-SEE-AN: 音樂與我的故事 - 人人分享時間

(活動代碼: JCSRC-22-00230)

日期: 8/10(星期六, 共1節)  
時間: 下午10:00 – 12:30  
地點: 賽馬會星亮資源中心  
對象: SEN青年  
費用: 全免  
名額: 10人  
查詢: 培訓及就業主任 倪姑娘





## CAFE工作體驗:烘焙時間

(活動代碼 : JCSRC-22-00228)

你試過烘焙嗎？烘焙是咖啡店中的一個重要工序，讓我們體驗這個工序，一同享受烘焙之樂！

日期/時間：2/9及9/9(星期五)：下午4:00 - 5:30  
3/9及10/9(星期六)：上午10:00 - 12:30

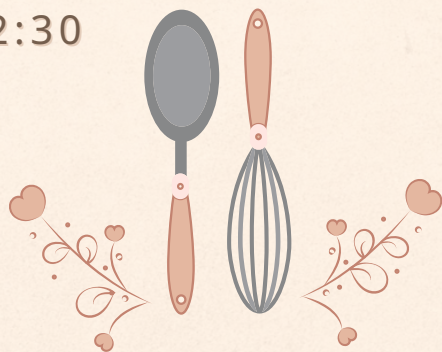
地點：賽馬會星亮資源中心

對象：SEN青年(計劃個案優先取錄)

費用：全免

名額：8人

查詢：培訓及就業主任 倪姑娘；職業治療師 樂姑娘



## 參觀資訊科技公司

(活動代碼 : JCSRC-22-00229)

資訊科技發展是一個具發展潛力的行業，今次職場Explore邀請了The Origo的同事帶我們一起走進資訊科技產業，了解當中的發展潛力及機遇！

日期：7/10及14/10(星期五，共2節)

時間：下午3:00 - 4:30

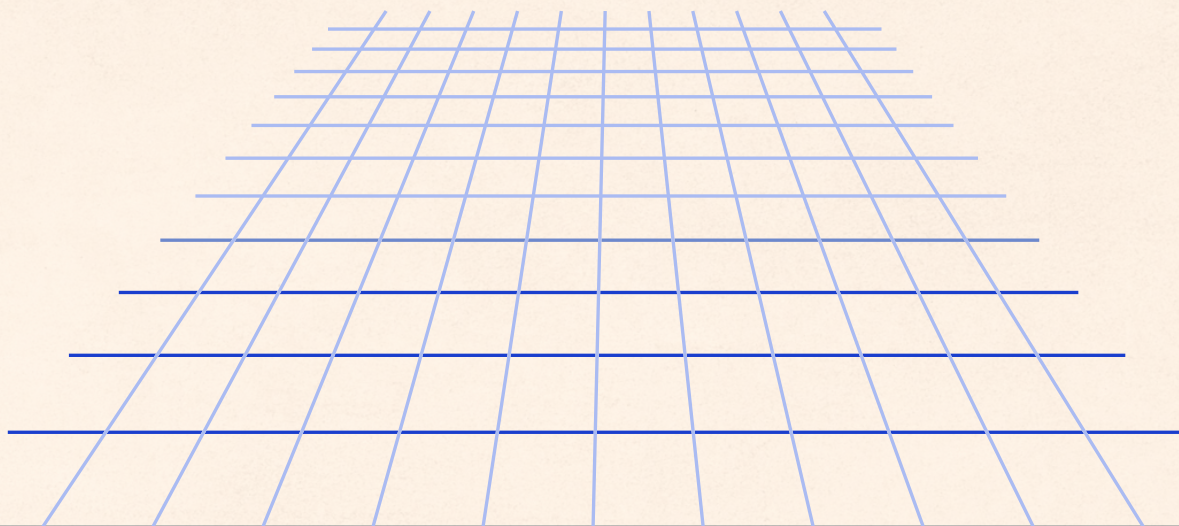
地點：7/10：賽馬會星亮資源中心；  
14/10：港鐵會展站

對象：SEN青年

費用：全免

名額：8人

查詢：程序工作員 孫SIR





## 職場GOOD NEWS

(活動代碼：JCSRC-22-00215)

「緊貼社會，與時並進！」透過小組研討，由不同的觀點出發，提升對職場的觸覺，好好裝備自己。

日期：2/9、7/10及4/11(星期五，共3節)

時間：上午11:00 – 12:30

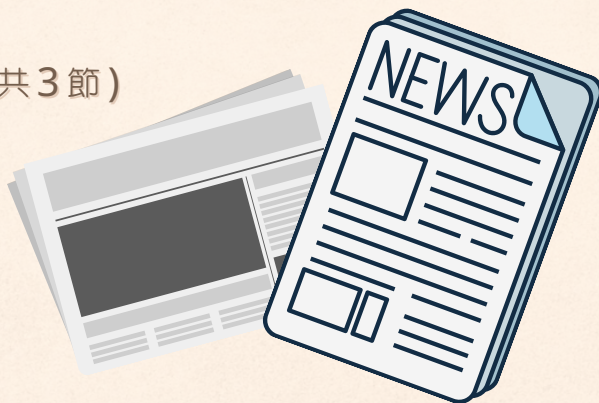
地點：賽馬會星亮資源中心

對象：SEN青年(計劃個案優先取錄)

費用：全免

名額：8人

查詢：社工 黎姑娘



## 職場溝通技巧你要知

(活動代碼：JCSRC-22-00216)

透過和其他青年一起計劃，商討，完成一些小任務，

1. 學習互相扶持解決問題完成任務。
2. 提升計劃&組織及解難技巧。
3. 提升職場所需要的基本溝通技巧 (如接聽電話)

日期：3/9 - 24/9(逢星期六，共4節)

時間：下午2:30 – 4:00

地點：賽馬會星亮資源中心

對象：SEN青年

費用：全免

名額：4人

查詢：職業治療師 樂姑娘



## 壓力GO WENT GONE

(活動代碼：JCSRC-22-00219)

邀請社區藥物教育輔導會的講師來與青年分享如何正視工作上的壓力，用正確的方法及途徑去抒發情緒。

日期：28/9(星期三，共1節)

時間：下午3:00 – 4:30

地點：賽馬會星亮資源中心

對象：SEN青年(計劃個案優先取錄)

費用：全免

名額：20人

查詢：社工 黎姑娘





## 職場護理術

(活動代碼：JCSRC-22-00218)

職場護理術你又知幾多？今次請來具多年工作經驗的註冊護士與大家講解下！

日期：8/10(星期六，共1節)  
時間：上午12:00 – 13:00  
地點：賽馬會星亮資源中心  
對象：SEN青年(計劃個案優先取錄)  
費用：全免  
名額：15人  
查詢：程序工作員 孫SIR



## 職場救兵：形象大翻生

(活動代碼：JCSRC-22-00217)

「職場形象重要嗎？」職場工作能力，知識，態度及形象同樣重要，透過學習形象管理，一齊提升競爭力吧！

日期：14/10 - 28/10(逢星期五，共3節)  
時間：上午11:00 – 12:30  
地點：賽馬會星亮資源中心  
對象：SEN青年  
費用：全免  
名額：8人  
查詢：社工 黎姑娘





## 乾花擴香石製作工房

(活動代碼：JCSRC-22-00220)

擴香石，一個散發出香味的神奇擴香石，一個獨一無二的石，一個充滿不同可能性的石。來吧，讓我們一起製作擴香石，創造一個又一個無限可能！

日期：2/9及9/9(逢星期五，共2節)

時間：下午2:00 – 3:30

地點：賽馬會星亮資源中心

對象：SEN青年

費用：全免

名額：6人

查詢：程序工作員 孫SIR

---

## 免焗甜品工房

(活動代碼：JCSRC-22-00221)

不用焗爐也可以製作到甜品？一連2節時間與你製作免焗甜品，發掘屬於你自己的多元興趣！

日期：15/10及22/10(逢星期六，共2節)

時間：上午10:30 – 12:00

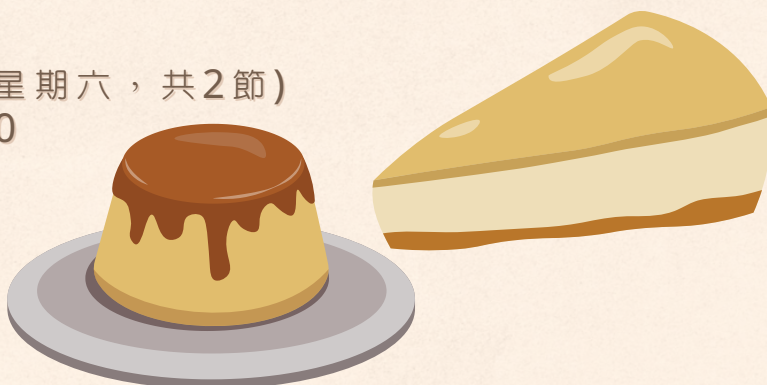
地點：賽馬會星亮資源中心

對象：SEN青年

費用：全免

名額：6人

查詢：程序工作員 孫SIR



---

## 3D 打印工房

(活動代碼：JCSRC-22-00222)

3D打印，你認識又有幾多呢？讓我們一起進入3D的世界，打印出屬於你自己獨一無二的物品！

日期：18/11及25/11(逢星期五，共2節)

時間：上午11:00 – 下午1:00

地點：賽馬會星亮資源中心

對象：SEN青年

費用：全免

名額：6人

查詢：程序工作員 孫SIR





## 星亮青年空間(9月-11月)

(活動代碼：JCSRC-22-00223)

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：24/9、15/10、29/10及19/11(星期六，共4節)

時間：下午2:30 – 4:00

地點：賽馬會星亮資源中心

對象：SEN青年

費用：全免

名額：8人

查詢：程序工作員 孫SIR



註：會因應活動反應而加開場次。

## 各國語言交流日

(活動代碼：JCSRC-22-00224)

有無想過可以用不同的語言交流日常用語？原來青年們也有不同語言天份，讓我們一起交流！

日期：29/10(星期六，共1節)

時間：下午4:30 – 5:30

地點：賽馬會星亮資源中心

對象：SEN青年

費用：全免

名額：8人

查詢：程序工作員 孫SIR



## 社區深度遊 - 深水埗篇

(活動代碼：JCSRC-22-00225)

深水埗是一個香港甚具特色的地方，曾經是香港最貧窮的地方，現在是個文青打卡好地方，就讓我們一同走出框框，進到深水埗，探索此區今昔！

日期：19/11及26/11(星期六，共2節)

時間：上午11:30 – 12:45

地點：19/11：賽馬會星亮資源中心；  
26/11：港鐵深水埗站

對象：SEN青年

費用：全免

名額：8人

查詢：程序工作員 孫SIR





## 星亮家長匯（十月份）

(活動代碼：JCSRC-22-00226)

與家長分享如何與SEN青年子女建立正向關係。

日期：29/9(星期四，共1節)

時間：下午3:00 – 4:30

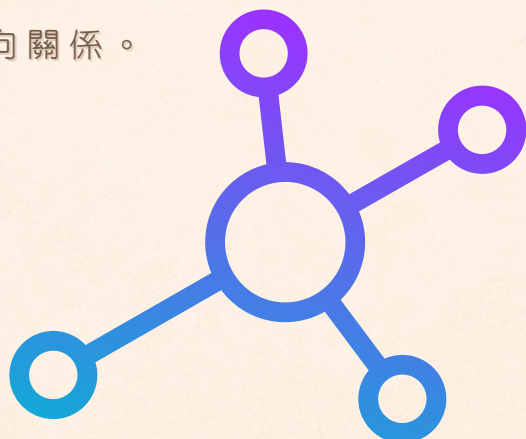
地點：賽馬會星亮資源中心

對象：SEN青年

費用：全免

名額：10人

查詢：項目經理 鍾姑娘



---

## 我都識IT@ SLIDESHOW 入門

想與自己的仔仔女女拉近距離？與時並進地學習絕對是重要的一步。今次由基礎開始進入電腦世界！

日期：10月份(暫定)

時間：待定

地點：賽馬會星亮資源中心

對象：SEN青年之家長

費用：全免

名額：6人

查詢：社工 黎姑娘

註：如家長有興趣報名的話可以先報名，之後會有專人跟進。





## 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	✓	x	✓	x	✓	x
八號風球	x	x	x	x	x	x
黃色暴雨警告	✓	✓	✓	✓	✓	✓
紅色暴雨警告	○	x	○	x	○	x
黑色暴雨警告	○	x	○	x	○	x

✓：如期舉行    x：延期或取消  
 ○：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

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9-11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

