



1. 迎新活动

简介「共创明『Teen』计划」（「计划」）的目的（一节）

- 帮助学生、友师和家长了解「计划」的目的
- 向学生和家长介绍友师和当区营办机构
- 协助学员、友师和家长进行「计划」前的评估

2. 训练课程

学员

基础训练(必修):

- 人生规划（一节）
 1. 订立个人发展目标
 2. 了解如何运用启动资金和奖学金去实践个人发展规划
- 能力提升（一节）
 1. 加强自我认识（包括个人长处、性格和兴趣）和动力
 2. 提高学员的积极性、沟通技巧和解决问题的能力
- 理财规划（一节）
 1. 培养理财观念和技巧，从而实践个人发展规划

基础训练(选修):

- 语文能力提升
- 兴趣培养(体育、乐器、艺术)
- 社交技巧及礼仪
- 升学指导
- 身心健康指导与支援

星级导师分享

友师

认识青少年和掌握友师的角色和技巧（一节）

1. 简介青少年的特点，包括他们（尤其是来自弱势社群的初中生）在不同发展阶段的需要
2. 解释「计划」下友师的角色，以及友师为学员安排工作影子机会、经验分享及其他互动活动须注意的事项，提供建议
3. 提供关于指导学员的培训，尤其是目标设定和理财规划方面

家长/监护人

亲子沟通技巧（一节）

1. 加强沟通、情绪支援技巧和亲职技巧
2. 鼓励父母参与子女的人生规划和理财规划

3. 友师与学员互动环节（不少于 12 节）

面对面互动交流，包括工作场所参观，以达致以下目的：

协助学员订立涵盖具体目标的个人发展规划，并订立理财计划，从而达到具体目标；

积极倾听学员所需，给予他们时间和指导，让他们探索解决方案；以及与学员分享人生经验，并安排参观工作场所，帮助学员扩阔视野，以及邀请他们参加其他活动，从而扩阔他们的社交网络

参加评估和基础训练活动，以达致以下目的：

进行「计划」前学员的评估 [\[见第 1 项\]](#)；

通过友师与学员共同参加基础训练活动，就双方期望建立共识 [\[见第 2 项\]](#)；

巩固友师与学员之间的学习经验和关系；以及

进行计划后对学员的成效评估

共同参与团体活动 [\[见第 4 项\]](#)

共同参与毕业典礼 [\[见第 5 项\]](#)

透过电话或社交媒体联系和互动

除迎新活动、评估环节、工作场所参观及毕业典礼外，其余互动环节项目组合可按实际情况互相调动。

4. 团体活动

类别

1. 到访不同行业的私营机构，并与管理层交流，例如：

- 主要传统企业；
- 新兴企业；及
- 香港本地品牌企业

2. 参观政府、公营机构、公用事业等设施，例如：

- 天文台、民航处总部；
- 科学园、数码港、香港生产力促进局；
- 香港故宫文化博物馆；
- 精英运动员的训练设施；
- 港铁设施；

- 机场设施；
 - 电力供应设施；及
 - 纪律部队设施
3. 参加特色体验活动（例如飞行体验）
 4. 参加境外学习及交流活动
 5. 参与义工服务

5. 毕业

毕业典礼

表扬所有参加者，包括赞助机构、学员和他们的友师
向每位成功完成计划的学员颁发 5,000 元的奖学金

校友会

完成一年密集基础计划后学员会自动成为校友会会员，继续参与由校友会举办的不同活动，以扩阔社交网络和视野。

年满 16 岁的学员会获邀参加由校友会统筹的工作体验 / 实习计划。