



1. 迎新活動

簡介「共創明『Teen』計劃」（「計劃」）的目的（一節）

- 幫助學生、友師和家長了解「計劃」的目的
- 向學生和家長介紹友師和當區營辦機構
- 協助學員、友師和家長進行「計劃」前的評估

2. 訓練課程

學員

基礎訓練(必修)：

- 人生規劃（一節）
 1. 訂立個人發展目標
 2. 了解如何運用啓動資金和獎學金去實踐個人發展規劃
- 能力提升（一節）
 1. 加強自我認識（包括個人長處、性格和興趣）和動力
 2. 提高學員的積極性、溝通技巧和解決問題的能力
- 理財規劃（一節）
 1. 培養理財觀念和技巧，從而實踐個人發展規劃

基礎訓練(選修)：

- 語文能力提升
- 興趣培養(體育、樂器、藝術)
- 社交技巧及禮儀
- 升學指導
- 身心健康指導與支援

星級導師分享

友師

認識青少年和掌握友師的角色和技巧（一節）

1. 簡介青少年的特點，包括他們（尤其是來自弱勢社群的初中生）在不同發展階段的需要
2. 解釋「計劃」下友師的角色，以及友師為學員安排工作影子機會、經驗分享及其他互動活動須注意的事項，提供建議
3. 提供關於指導學員的培訓，尤其是目標設定和理財規劃方面

家長/監護人

親子溝通技巧（一節）

1. 加強溝通、情緒支援技巧和親職技巧
2. 鼓勵父母參與子女的人生規劃和理財規劃

3. 友師與學員互動環節（不少於 12 節）

面對面互動交流，包括工作場所參觀，以達致以下目的：

協助學員訂立涵蓋具體目標的個人發展規劃，並訂立理財計劃，從而達到具體目標；

積極傾聽學員所需，給予他們時間和指導，讓他們探索解決方案；以及

與學員分享人生經驗，並安排參觀工作場所，幫助學員擴闊視野，以及邀請他們參加其他活動，從而擴闊他們的社交網絡

參加評估和基礎訓練活動，以達致以下目的：

進行「計劃」前學員的評估 [\[見第 1 項\]](#)；

通過友師與學員共同參加基礎訓練活動，就雙方期望建立共識 [\[見第 2 項\]](#)；

鞏固友師與學員之間的學習經驗和關係；以及

進行計劃後對學員的成效評估

共同參與團體活動 [\[見第 4 項\]](#)

共同參與畢業典禮 [\[見第 5 項\]](#)

透過電話或社交媒體聯繫和互動

除迎新活動、評估環節、工作場所參觀及畢業典禮外，其餘互動環節項目組合可按實際情況互相調動。

4. 團體活動

類別

1. 到訪不同行業的私營機構，並與管理層交流，例如：

- 主要傳統企業；
- 新興企業；及
- 香港本地品牌企業

2. 參觀政府、公營機構、公用事業等設施，例如：

- 天文台、民航處總部；
- 科學園、數碼港、香港生產力促進局；
- 香港故宮文化博物館；
- 精英運動員的訓練設施；
- 港鐵設施；

- 機場設施；
 - 電力供應設施；及
 - 紀律部隊設施
3. 參加特色體驗活動（例如飛行體驗）
 4. 參加境外學習及交流活動
 5. 參與義工服務

5. 畢業

畢業典禮

表揚所有參加者，包括贊助機構、學員和他們的友師
向每位成功完成計劃的學員頒發 5,000 元的獎學金

校友會

完成一年密集基礎計劃後學員會自動成為校友會會員，繼續參與由校友會舉辦的不同活動，以擴闊社交網絡和視野。

年滿 16 歲的學員會獲邀參加由校友會統籌的工作體驗／實習計劃。