



活動名稱：青年職場體驗計劃 2020

活動編號	計劃內容	日期/星期	時間	地點	對象	活動內容	收費	名額		
HSK-S20-301	小幼苗青年 助教工作計劃	筆試及面試日期 19/6(五)	19:00-20:00	本單位	17-24 歲 在學青年	協助暑期班學童進行功課輔導、活動策劃及帶領每日的興趣學習活動，經面試甄選者需自費 \$115 進行性罪行查核。	全免	8		
		導師訓練工作坊 4/7 及 11/7(六)	11:00-13:00							
		工作實習期 27/7-29/8	08:45-13:00 按編更							
備註	1. 參加者需提供個人履歷及在最近期在學成績表並電郵至本單位 hsk@hkfyg.org.hk 或於 10/6 前親自到本中心填寫申請表。 2. 導師工作每星期約 2-3 日，27/7-29/8 期間每日上午 4 小時工作實習津貼為每日 \$200-\$300 (視乎經驗) 3. 逢星期三為兒童開心星期三活動，工作導師需擔任義工帶領兒童參觀活動。									
HSK-S20-302	青年職場 訓練計劃	面試日期 19/6(五)	17:00-18:30	本單位	14-17 歲	讓你在青年空間學習工作技能、辦公室電腦應用、活動帶領與及協助幼兒及兒童暑假活動管理及 ucafe 營運，讓你體驗工作世界。	\$50	6		
		海報設計及辦公室電腦訓 4/7(六)	17:00-18:30							
		活動帶領工作坊 11/7 (六)	17:00-18:30							
備註	1. 參加者需提供個人履歷並電郵至本單位 hsk@hkfyg.org.hk 或於 10/6 前親自到本中心填寫申請表。 2. 工作體驗最少為每星期一天，建議為相同星期天 參加者工作體驗滿 40 小時將可獲發活動證書，及發放最多上限 \$200 實習津貼。									
活動編號	活動名稱	對象	日期	時間	節數	地點	費用	名額	內容	備註
HSK-S20-303	uCafé 義工隊	14-20 歲	3/7-28/8 (逢五)	14:00- 18:15	/	本單位	\$20	6	負責擔任 uCafe 兒童班助教，教授小朋友製作甜品及美食，表現優異者可於 9 月後於青年空間擔任受薪甜品班導師	
HSK-S20-304	兒童宿營活動 義工	14-20 歲	18/7- 19/7 (六日)	15:00- 翌日 13:00	4	本單位	全免	10	幼兒於可愛的外表背後，其實有不少需要照顧的地方及相處技巧，是次訓練將讓你學習幼兒習性，並成為暑期幼兒興趣班助理，嘗試與幼兒相處。	
HSK-S20-305	暑期外遊義工	13-24 歲	小組時間： 10/7 (五)	17:00- 18:00	1	本單位	\$20	12	暑假期間想一齊帶領小朋友左玩右玩去唔同地方探索香港，請即參加外遊義工活動，協助帶領兒童增廣見聞。(參加者最少協助 2 次外遊活動帶領)	活動詳情請 參閱 P.25-26
HSK-S20-306	Formula L & Running Kids 青年義工	14-20 歲	小組時間： 14/7 (二)	17:00- 18:00	1	本單位	\$80	12	炎夏少不了熱血戶外活動，Formula L 領袖方程式及 Running Kids 活動將令你成為小組領袖，與少年參加者同行一系列的刺激歷奇及新興運動，誠邀參與。	活動詳情請 參閱 P.8
HSK-S20-307	社區探索： 記者啟航 初體驗	12-16 歲	10/8-31/8 (逢一)	14:30- 16:30	4	本單位及 鄰近地區	\$20	8	小組每星期到訪特色建築、地點或商號，透過採訪認識社區歷史背景及發展故事，加強人際溝通能力、提昇自信心，並加深對社區的認識。	
HSK-S20-308	青年義工 玩翻晚	13-19 歲中學 或以上	22/7-26/8 (逢三)	19:30- 21:00	6	本單位	全免	10	有意認識新朋友，又想在暑假中有各種不同的活動體驗，那就不要錯過每星期和我們瘋狂地玩一晚。內容包括場各種團體遊戲、運動。	
HSK-S20-309	密室逃脫 Game Designer	14-18 歲	4/8-25/8 (逢二)	13:30- 14:30	4	本單位	全免	8	培訓青年擔任「智能密室逃脫」義工，從接觸遊戲構思、機關設計、解謎流程、故事帶領、豐富玩家體驗，與伙伴一起「腦力」為社區創造刺激有趣的遊戲體驗！	

活動編號	活動名稱	對象	日期	時間	節數	地點	費用	名額	內容	備註
HSK-S20-310	入門咖啡沖調師	14-25 歲	31/7-28/8 (逢五)	20:00-21:30	5	本單位	\$500 📄\$480	8	從體驗學習 3 大專業咖啡沖調法，包括手沖、虹吸及意式拉花。讓你知道精品咖啡豆與一般意式豆的沖調分別，讓參加者分別不同咖啡豆產地的不同味道。	包材料
HSK-S20-311	麵包烘焙課程	16-24 歲	24/7-21/8 (逢五)	20:00-21:30	5	本單位	\$480 📄\$460	6	由資深導師指導學員由發酵至烘焙麵包的技巧：芝士煙肉、紫薯包、蛋沙律包及芝士麻糬波波。	包材料
HSK-S20-312	Mocktail 沖調課程	18-24 歲	4/8-25/8 (逢二)	18:00-19:30	4	本單位	\$460 📄\$440	6	教授基本調酒技巧及步驟，如 stir、mix、blend 及 shake 等。講解水果特性、裝飾物及糖漿配搭及技巧。	包材料
HSK-S20-313	手工爆炸盒子禮物 DIY	12-18 歲	11/8-18/8 (逢二)	15:00-16:30	2	本單位	\$220 📄\$190	8	重要日子送咩好？為心愛的製作網紅禮物「爆炸盒」，包含 10 個以上趣味機關、相片沖曬、裝飾禮袋等，自選不同風格，層層爆炸，驚喜連連，誠意滿分。	包材料
HSK-S20-314	迷惑星球蠟燭製作	12-18 歲	11/8-18/8 (逢二)	17:30-19:00	2	本單位	\$220 📄\$190	8	了解植物蠟、石蠟、果凍蠟的本質特性及價值，透過親手實踐來增加對蠟燭塑形、裝飾的認識，理解天然及合成精油同異之處，並運用在香療蠟燭製作當中。	包材料
HSK-S20-315	冰透浮油花瓶 DIY	12-18 歲	25/8 (二)	16:00-17:00	1	本單位	\$150	8	瓶中花瓣搖曳生姿，伴隨些微氣泡緩緩飄浮。製作療癒心靈、風靡少女的浮游花瓶擺設，挑選你喜愛的植物標本，保存大自然的曼妙，更可設計你的專屬名字或訂製訊息，加上麻繩吊牌裝飾。	包材料
HSK-S20-316	押花立體相框 DIY	12-18 歲	25/8 (二)	17:30-18:30	1	本單位	\$150	8	認識多種押花花材，配襯你喜愛的輕柔風色調，排列入玻璃相框中，加入值得紀念的文字或別具意義的相片，親手製作你的夢幻唯美桌飾。	包材料
HSK-S20-317	環保飲料提袋製作	13-18 歲	27/7 (一)	14:00-16:00	1	本單位	\$70	8	炎炎夏日，大家手中一定離不開一杯冰涼的台式飲品！希望為環保出一份力的你，一起編織屬於你的環保飲品提袋吧！	包材料
HSK-S20-318	自然系藤環編織捕夢網	12-18 歲	28/7 (二)	16:30-18:00	1	本單位	\$90	8	北美奧吉布瓦人相信掛上捕夢網能夠捕捉好夢，過濾惡夢。從手作中學習描線、串珠及綁繩技巧，製作獨一無二的捕夢網。	包材料
HSK-S20-321	皮革手鐲	11-23 歲	12/8 (三)	18:00-22:00	1	本單位	\$220 📄\$200	8	導師教授參加者親手用皮革製作手鐲。更可在手鐲刻上英文名，自用或送禮都是不錯的禮物。	包材料
HSK-S20-322	夏「禪」x Tote bag 製作	15-20 歲	28/7-18/8 (逢二)	14:00-16:00	4	本單位	\$180	8	來自美國的「Zentagle 禪繞畫」風靡一時，富藝術感又易掌握，畫著畫著，作品就完成了！工作坊將教授「Zentagle 禪繞畫」繪畫技巧，製作手繪文青袋！	包材料
HSK-S20-323	和諧粉彩體驗班	15-20 歲	6/8 - 13/8 (逢四)	14:00-16:00	2	本單位	\$200	10	「0 藝術細胞」都能輕易掌握！運用手指和簡單用具就能繪畫出柔和美觀的和諧粉彩畫作！	包材料

活動編號	活動名稱	對象	日期	時間	節數	地點	費用	名額	內容	備註
HSK-S20-324	文青手作 x 創業夢	16-24 歲	24/7-14/8 (逢五)	14:30-16:00	4	本單位	\$250	10	由網店和實體店 Maxsellerhk 店主親身教授手作、手機實物拍攝和打「吸睛 caption」，並分享作為青年的創業經驗！對經營網店或創業的你，快點報名吧！	包材料
HSK-S20-325	水拓畫 x 手帳 DIY	13-18 歲	10/8-17/8 (逢一)	14:00-16:00	2	本單位	\$200	8	想新學年擁有獨一無二的手帳，不妨考慮被譽為「大理石花紋紙藝術」的水拓畫，將顏料滴於水面，繪畫出流動圖案，再拓印手帳，封面或內頁設計均美觀！	包材料
HSK-S20-326	再造紙手帳製作	10-12 歲	23/7-30/7 (逢四)	14:30-16:00	2	本單位	\$120	8	「廢紙放入藍色回收箱」一定聽過，有否想過動手，做 DIY 環保小先鋒？是次工作坊教授原始造紙法，自製環保再造紙手帳，鼓勵生活上將資源循環再用。	參加者需自備廢紙
HSK-S20-327	正向光瓶青年班	12-18 歲	24/7 (五)	16:00-17:15	1	本單位	\$100	10	運用七彩繽紛的夜光物料，讓學員動手製作獨一無二的星空夜光瓶，覺察生活中屬於自己的小確幸。	包材料
HSK-S20-328	皮革証件套	12-23 歲	19/8 (三)	19:00-22:00	1	本單位	\$220  \$200	8	導師教授參加者親手用皮革製作証件套。更可在手鐲刻上英文名，自用或送禮都是不錯的禮物。	包材料
HSK-S20-329	Soft gel 美甲	16-24 歲	3/8-10/8 (逢一)	17:00-18:00	2	本單位	\$400	6	本課程教授基本修甲護甲技巧，並利用不同素材設計款式。	包材料
HSK-S20-330	倉頡輸入	11-16 歲	4/8-25/8 (逢二)	17:00-18:00	4	本單位	\$360  \$340	8	本課程講解倉頡拆字取碼的方法，記憶輔助字形的秘訣、簡易、字首及字身、複合字、特殊字、難字及包含替代等。	
HSK-S20-331	街頭藝術板模噴畫	12-24 歲	3/8-10/8 (逢一)	18:00-19:00	2	本單位	\$300	8	由專業導師教青年 Spray Painting、模板切割及運用的技巧。然後，由青年製作不同的噴漆藝術畫及獨特噴漆名片。	包材料
HSK-S20-332	傳統工藝霓虹燈牌	12-24 歲	25/8 (二)	19:00-22:00	1	本單位	\$300	8	「霓虹燈」工作坊可以透過冷光線自由創作出具特色又方便攜帶的扭扭燈牌，成為拍照的好工具及家中的擺設。	包材料 製成品約 20x30cm
HSK-S20-334	星空水彩畫	12-24 歲	4/8-11/8 (逢二)	17:00-18:00	2	本單位	\$300	8	水彩能夠呈現透明感，顏色千變萬化創作獨一無二的星空水彩畫。	包材料
HSK-S20-335	潮流夾公仔達人	13-24 歲	11/8 (二)	19:00-22:00	1	本單位	\$200	6	由經營夾公仔公司的專業達人教授夾公仔技巧，並破解夾公仔機的運作。	包材料
HSK-S20-225	UV 樹脂海立方手工藝	12 -18 歲	15/7-5/8 (逢三);	15:00-16:00	4	本單位	\$220	8 名	UV 滴膠的外表和簡單工序，讓它在日本手藝展中大放異彩。透過親手設計出屬於自己的 UV 樹脂工藝品，發掘個人潛能、提升個人自信心及創意力。	包材料

青年活動-音樂藝術

📄 網上報名收費優惠

活動編號	活動名稱	對象	日期	時間	節數	地點	費用	名額	內容	備註
HSK-S20-155	青年木結他基礎班 7 月	13-18 歲	4/7-25/7 (逢六)	20:00-21:00	4	本單位	\$440 📄\$420	6	導師教授多種指法、掃法技巧及彈奏要訣。亦會教授自彈自唱中、港、台及西方流行經典歌曲。期望初學者在 4 堂木結他完成，能彈奏出一首或以上在堂上學習的歌曲。	另設 1 對 1 教學，收費 \$850/位 詳情向職員查詢
HSK-S20-156	青年木結他基礎班 8 月	13-18 歲	1/8-29/8 (逢六)	20:00-21:00	5	本單位	\$550 📄\$525	6		
HSK-S20-158	低音電結他基礎班	12-18 歲	23/07-27/08 (逢四)	18:00-19:00	6	本單位	\$600 📄\$570	3		
HSK-S20-162	JUST DREAM IT 青年歌唱訓練 A	15-24 歲	7/7-28/7 (逢二)	19:00-20:00	/	本單位	\$800/4 堂	3	適合具唱歌經驗的青年歌手，於基礎能力及技巧上提升歌唱能力，成為真正的表演者。 導師: Aeolus Wong (Rock school Vocal 8 級) 資深歌唱表演者。	
HSK-S20-163	JUST DREAM IT 青年歌唱訓練 B	12-18 歲	9/7-30/7 (逢四)	20:00-21:00	/	本單位	\$600/4 堂	3	適合初階訓練並熱愛唱歌表演的青年歌手，期望透過正規訓練學習歌唱技巧與及出台的訓練。導師: Sunny Lai 資深表演者，全民造星。	

青年活動-媒體 (u media)

📄 網上報名收費優惠

活動編號	活動名稱	對象	日期	時間	節數	地點	費用	名額	內容	備註
HSK-S20-336	攝影研習課	14-18 歲	6/8-27/8 (逢四)	15:00-16:30	4	本單位	\$100	8	教授不同的技巧，以風景，人像，紀實，商品四堂不同題材。由淺入深去學習各類攝影基本法則。參加者需要在堂上或自行完成題材功課，作展出用。	
HSK-S20-337	文青系列 菲林攝影	15-26 歲	6/8-27/8 (逢四)	20:00-21:30	4	本單位	\$500 📄\$480	6	教授新時代菲林攝影的技巧及菲林攝影的義意，也在課堂中教授如何在現代科技沖菲林及掃瞄菲林。務求將一切菲林攝影現代化，亦不失文青味。	
HSK-S20-338	人像攝影 實戰學	14-19 歲	4/8-23/8 (逢二)	17:30-19:00	4	本單位	\$300 📄\$280	8	課程以教授人像攝影的概念技巧，主要教參加者拍攝讓人心動的拍攝技巧，課堂會以四種不同人像攝影做主題，學生及專業照，擺拍造型照，街拍及場景作主題，合適喜歡人像攝影或被攝影的你。	
HSK-S20-339	青年航拍	14-18 歲	28/7-18/8 (逢二)	18:00-19:00	4	本單位	\$400 📄\$380	6	教授參加者基本航拍飛行技術，讓參加者體驗以航拍拍攝短片及自拍照。	
HSK-S20-341	Photoshop 圖像處理	14-24 歲	9/7-30/7 (逢四)	19:00-20:00	4	本單位	\$420 📄\$380	4	教授數碼圖像處理，色彩調整，圖像退地，合成圖像的基礎教學，無論你想 P 圖、製作海報皆能掌握最重要的入門技巧，學生及在職者的必修課。	

活動編號	活動名稱	對象	日期	時間	節數	地點	費用	名額	內容	備註
HSK-S20-340	瑜珈提斯 Yogalates	18 歲 或以上	8/7-26/8 (逢三)	20:30-21:30	8	本單位	\$800  \$780	6	結合瑜珈與 Pilates 的修身運動，瑜珈着重身體各部位的拉伸、平衡和放鬆，Pilates 則是增強肌肉力量的運動，兩者結合下能有效塑造線條，達致排毒及修身的效果。	-自備瑜珈墊 -上課前 1 小時不宜進食太飽
HSK-S20-072	青年 HipHop	12-18 歲	7/7-25/8 (逢二)	20:00-21:15	8	本單位	\$980  \$960  \$900	8	為街頭舞風，配合街頭節拍同時融合街舞形態。	
HSK-S20-221	初級直立板 一段章及二 段章證書課 程	14-25 歲	18/07- 19/07	09:00-17:00	4	大美督 戶外活 動中心	\$450  \$430	8	直立板是近年新興的團隊運動，由滑浪板演變而成的新興趣，考驗平衡及身體協調能。透過初段訓練，掌握基本直立板技術，在海面上沒有艇倉拘束，享受水上活動樂趣。	參加者需自 備車費及午 餐費(合格者 證書費\$50) 需多帶一套 衣服及鞋下 水。
HSK-S20-134	直立板水球 訓練 A	14-25 歲	09/08	09:00-17:00	2		\$350	6	直立板水球訓練是全新的水上體驗。以 3 對 3 的形式，在指定範圍內，利用直立板，突破對方的防守，將水球送入龍門。以用直立板代替獨木舟，更靈活、更多空間的水球競技體驗。並必須持有 直立板初級或以上資歷	
HSK-S20-135	直立板水球 訓練 B	14-25 歲	16/08	09:00-17:00	2		\$350	6		
HSK-S20-136	康樂緣繩下 降技術證書 課程	14-29 歲	25/7 及 1/8	09:00-17:00	4	活動場 地 待定	\$830 (合格者 證書費 \$50)	12	技術證書主要為有興趣人士，提供緣繩下降基本課程。參加者於十六小時課程，可以認識基本個人保護器材(PPE)，繩結運用，保護技巧及緣繩下降技術。體驗緣繩下降樂趣及保護技巧，安全地進行緣繩下降活動。一技傍身，隨時受用	