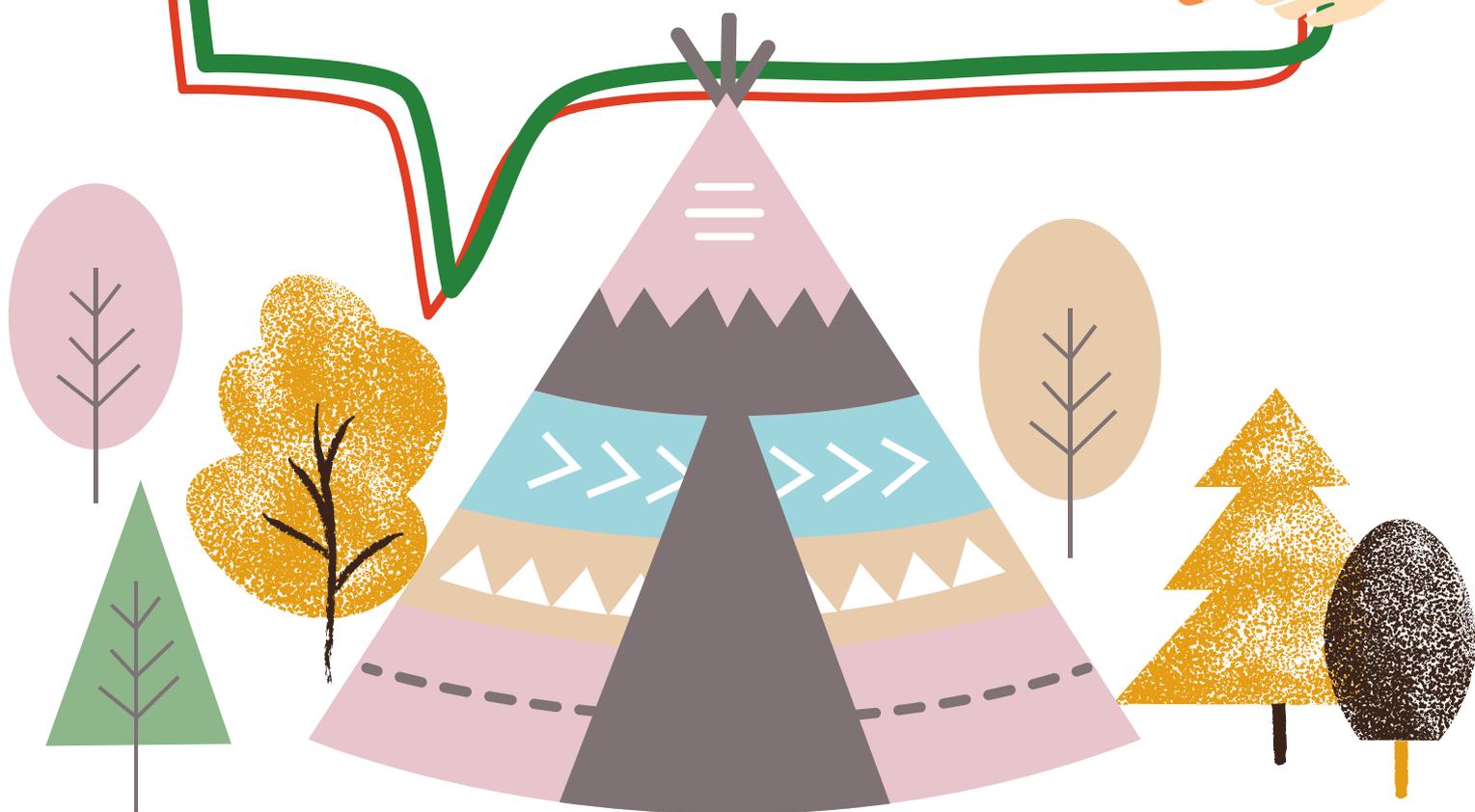




伯樂計劃通訊

2020年7-9月號



本計劃由



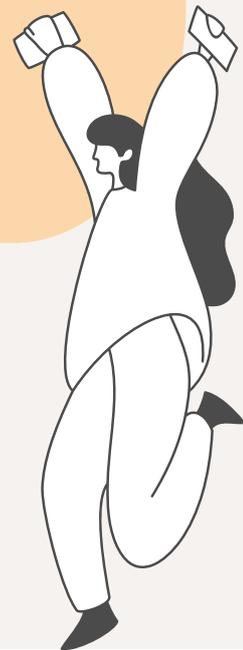
透過



撥款資助

生涯規劃小組

伯樂計劃於7月13、16、20、23日為培敦中學SEN學生舉行了4節生涯規劃小組，共有23人次參與。學員從小組中以遊戲，影片，及個案分享學習認識自己的性格、能力和興趣、為自己訂立目標，及學習良好的面試態度，提升學員的生涯規劃動機。



本計劃由



透過



香港公益金
THE COMMUNITY CHEST

撥款資助

音樂治療體驗工作坊

伯樂計劃於7月10日舉行了 2節音樂治療工作坊，共有16人次參與。音樂治療導師帶領組員以節奏、樂器演奏及圖卡認識自己及抒發情緒，使組員體驗以音樂分享個人想法及放鬆自我。



本計劃由



透過



撥款資助

徒步行工作坊

伯樂計劃於7月7日舉行了徒步行工作坊，共有12人參與。徒步導師分享徒步意義、技巧及徒步經歷，然後與工作員一同透過遊戲認識香港社區。組員表示對生活模式有所啟發，並學習到欣賞社區。



人際關係模組

伯樂計劃於7月2及9日合共舉行了兩節人際關係小組，是次活動共25人次出席。兩節小組主要透過破冰遊戲及解難遊戲，促進會員間的彼此認識。此外，希望學員透過分組遊戲提升與人社交溝通的自信及提升社交言語或非言語溝通的能力。



桌樂無限小組

伯樂計劃於8月舉行了3節「桌樂無限」小組，3節小組合共有37人次。小組使用網上視像通訊軟件進行。小組先透過熱身遊戲，促進彼此認識，建立關係。其後，透過遊戲圖卡，了解會員在抗疫期間的近況，幫助會員在疫症下紓緩壓力，邁向身心健康。



網上分享會

伯樂計劃早前邀請了4位計劃導航員於網上進行分享及宣傳計劃。分享會前期，工作員安排了兩節工作坊予導航員，讓會員反思於計劃所學，並訓練會員的表達技巧。分享會於8月28日舉行，學員向公眾分享參與計劃心得。學員表示他們能夠擔當演說嘉賓，是一個寶貴的學習經驗，在活動過程中有所成長。



本計劃由



透過



撥款資助