

仁愛堂青年夢工場

《「青年號」計劃 – 青年地區參與式提案項目》

第三屆「破浪青年」- 影子實習計劃

計劃簡介及內容

計劃簡介

《「青年號」計劃 – 青年地區參與式提案項目》獲「嘉里集團郭氏基金會」支持，旨在培育地區青年關注社區議題及發展，推動青年參與社區事務。本項目以不同形式的活動讓青年認識地區需要、連絡社區資本網絡及增潤青年自身能力發展並進而以行動回饋社區；其中以「社區提案」為項目實踐主軸，推動青年以自身對社區參與的熱誠與經驗而提出建設理想社區的自主提案，於社區引發正面改變。

第三屆「破浪青年 - 影子實習計劃」為本項目其中一個重點計劃，計劃將邀請地區不同機構，例如：社區組織、社創 / 社企組織或文創機構等，提供共 20 個實習名額，讓青年從實習中學習社區介入手法及接觸社區不同群體，並在過程中整理及記錄實習經驗，以讓青年在實習中回饋社區和推動青年自身成長發展。

仁愛堂青年夢工場將會為參與本計劃的大專生安排 (1) 計劃簡介會 (2) 實習前培訓 (3) 實習督導。大專生需要通過面試，入選者將在 2026 年 7 至 8 月期間，在配對的

機構進行 96 小時的實習，從中向組織創辦人或負責人了解地區及社區群體需要，以累積社區參與經驗及開拓社區資本網絡。實習生在實習期間需構思「個人實踐」活動以將實習所學轉化為具體活動以鞏固實習所學，並在「計劃成果展」將實習所學和個人成長轉化為展示內容向社區人士展示。

目標

- 提升青年對社區議題及群體的了解；
- 加深青年對社區介入手法的認識及累積實踐經驗；
- 協助青年開拓社區資本網絡；
- 提升青年對參與社區的理解和信心

計劃時間線

內容	時間	活動
報名	即日起至 2026年6月8日(一)	開放接受青年報名
簡介會	2026年5月30日(六) 16:00 – 18:00 2026年6月7日(日) 16:00 – 18:00	計劃簡介會 (Zoom) 計劃簡介會 (實體)
面試及 配對階段	2026年6月12日至 2026年6月14日	面試
	2026年6月18日(四)	聯絡青年公佈入選及機構配對結果
	2026年6月18至23 日	青年回覆確認實習名額； 或進行替補配對 (如需要)
培訓階段	2026年7月4日(六) 11:00-18:00 ; 及 2026年7月5日(日) 15:00-18:00	實習前培訓 (兩日均需出席)

實習階段	2026 年 7 月 6 日至 2026 年 8 月 30 日 (實習日期由實習機構與 青年共同議訂)	<p>進行共 96 小時實習</p> <p>每位青年配對 1 間社區機構/社企組織</p> <p>近距離學習及掌握社區狀況，過程中以 日誌形式記錄實習經歷及得着</p>
		<p>個人實踐</p> <p>就實習期間關注的議題或社群，以活 動、作品、裝置或其他形式設計實踐項 目，實踐所學並帶入社區</p>
		<p>實習機構督導 (共 2 次)</p> <p>中期督導 1 次 & 終期督導 1 次</p>
成果展示日	2026 年 8 月 30 日(日) 12:30 – 17:30	<p>實習成果展</p> <p>實習青年以攤位展示活動及佈置，向社 區人士分享學習成果</p>

招募對象

- 大專院校青年優先 (年級不限);
- 在屯門區居住或讀書、或對屯門有興趣有熱誠的 17-35 歲青年
- 對地區組織工作或藝文工作有興趣，並期望透過實習以了解相關地區介入工作
以探索自身發展路向的青年

青年將會：

- 認識一群有志參與社區的青年，過程間建立合作友誼；
- 親身在地區組織學習及實踐社區介入手法，近距離接觸社區不同社群的機會；
- 每位實習青年可獲至少兩次督導；
- 每位實習青年在完成整個實習計劃後，可獲津助\$4,500；
- 每位完成整個實習計劃的青年將獲頒實習證明，表現優異者可獲單位推薦信。

備註

- 實習青年需同意本單位會按照計劃進行問卷評估或質性訪談，以量度青年及計劃設計的成效；
- 計劃過程中會進行攝錄，本單位會事前與實習青年講解有關安排
- 如欲了解或查詢更多有關詳情，可先報名參加計劃簡介會，或致電 2462

2270/WhatsApp 5271 3845 與 青年夢工場同事 Coco/Hugo 聯絡。

報名方法

- 於 2026 年 6 月 8 日 (一) 23:59 或之前遞交以下電子報名表

<https://forms.cloud.microsoft/r/9Q5aV0rGZP>