香港青年協會
青協解憂號
義工招募

簡介

香港青年協會(青協)承蒙滙豐150週年慈善計劃撥款，於2017年1月展開了為期5年的Project Step—青少年情緒健康計劃，致力帶動青少年正面認識情緒和學習關愛，鼓勵他們求助、自助和建立積極人生。計劃第一步為預防教育及外展關顧，於社區層面推動情緒健康意識教育工作，以及在社區建立情緒支援網絡，其中透過推出「青協解憂號」，穿梭於社區及學校，推廣情緒健康訊息。現誠邀義工成為「青協解憂號」推廣大使，支援流動車的工作，詳情如下：

主題

「青協解憂號」以Wellness族群的故事背景，深入淺出介紹情緒健康概念，鼓勵大家認識「情緒健康三部曲」—覺察、表達及管理自己的情緒。每位參觀車廂的市民均可獲得「解憂號」車票，憶起各種情緒滋味，同時得到會心微笑的回饋，鼓勵大家將微笑分享給身邊人。此外，車廂內設有解憂樹，讓公眾可將心事投放至樹洞，解憂專員將會回答信件，分擔苦惱。

時期

2018年7月1日至2019年5月底， 逢星期五至三，每節4小時

地點

青協解憂號將穿梭於香港不同區域，包括學校區、大型屋苑、商業區及鬧市旺區等附近地點停泊。

工作內容

「青協解憂號」推廣大使需主動邀請途人參與車內活動，包括:

- 解憂車票
  在車票寫下你的情緒回憶，多點覺察及關注自己的情緒狀態！完成分享後，你可於車票上擦出神秘字句，為自己或身邊人打打氣！

- 解憂樹
  奇妙樹洞會聆聽你的心事並給予回信，告訴你如何疏導及處理情緒。只要你樂意表達自己的情緒，將煩憂/心事投入樹洞，就會收到奇幻解憂樹的回音，告訴你如何疏導及處理情緒。

- 解憂香薰
  透過天然的草本香薰，呼吸「寧、靜、醒、平、樂、念」的舒壓氣味，學習放慢腳步，放鬆心情，好好管理自己的情緒。

- 特備活動
  「解憂號」將定期舉行神秘解憂活動，包括VR忘憂體驗、手作坊、唱作表演、扭出好心情等，為你心靈注入能量！

致：香港青年協會
傳真：2776 2125
電郵：mcc@hkfyg.org.hk

「青協解憂號」推廣大使
義工報名表

請回覆至 mcc@hkfyg.org.hk 或傳真至 2776 2125

日期：2018 年 10 月 1 日至 2018 年 10 月 31 日，逢星期五至三
時間：下午 12:00 – 4:00 / 下午 4:00 – 8:00 (每節 4 小時)
地點：見下表 (有機會按路面情況作出改動)
名額：每節最多 3 人

機構名稱: _____

聯絡人姓名：_____ 職銜：_____

聯絡電話：_____ 電郵：_____

傳真：_____ 簽署：_____

請於方格內加✓，可選多於一項。

☐ 10 月 1 日(一) ☐ 12-4pm / ☐4-8pm 義工人數: _____ 地點：北角 春秧街 / 糖水道	☐ 10 月 2 日(二) ☐ 12-4pm / ☐4-8pm 義工人數: _____ 地點： 香港知專設計學院	☐ 10 月 3 日(三) ☐ 4-8pm 義工人數: _____ 地點： 黃大仙正德街	☐ 10 月 5 日(五) ☐ 12-4pm / ☐4-8pm 義工人數: _____ 地點：基督教香港信 義會心誠中學	☐ 10 月 6 日(六) ☐ 12-4pm / ☐4-8pm 義工人數: _____ 地點： 鰂魚涌海壇街
☐ 10 月 7 日(日) ☐ 12-4pm / ☐4-8pm 義工人數: _____ 地點：銅鑼灣廣場 一期	☐ 10 月 8 日(一) ☐ 12-4pm / ☐4-8pm 義工人數: _____ 地點： 香港科技大學	☐ 10 月 9 日(二) ☐ 12-4pm / ☐4-8pm 義工人數: _____ 地點： 香港科技大學	☐ 10 月 10 日(三) ☐ 12-4pm / ☐4-8pm 義工人數: _____ 地點： 香港科技大學	☐ 10 月 11 日(四) ☐ 12-4pm / ☐4-8pm 義工人數: _____ 地點： 香港科技大學
☐ 10 月 12 日(五) ☐ 2-4pm / ☐4-8pm 義工人數: _____ 地點： 香港科技大學	☐ 10 月 13 日(六) ☐ 12-4pm / ☐4-8pm 義工人數: _____ 地點： 灣仔電腦城	☐ 10 月 14 日(日) ☐ 12-4pm / ☐4-8pm 義工人數: _____ 地點： 旺角波鞋街	☐ 10 月 15 日(一) ☐ 4:30-7pm 義工人數: _____ 地點： 屯門富泰邨	☐ 10 月 16 日(二) ☐ 4:30-7pm 義工人數: _____ 地點： 屯門井財街
☐ 10 月 17 日(三) ☐ 12-4pm / ☐4-8pm 義工人數: _____ 地點： 尖沙咀港晶中心	☐ 10 月 19 日(五) ☐ 12-4pm / ☐4-8pm 義工人數: _____ 地點： 橫頭磡富美東街	☐ 10 月 20 日(六) ☐ 12-4pm / ☐4-8pm 義工人數: _____ 地點： 銅鑼灣利園山道	☐ 10 月 21 日(日) ☐ 12-4pm / ☐4-8pm 義工人數: _____ 地點： 尖沙咀加連威老道	☐ 10 月 22 日(一) ☐ 12-4pm / ☐4-8pm 義工人數: _____ 地點： 上環永樂街
☐ 10 月 23 日(二) ☐ 12-4pm / ☐4-8pm 義工人數: _____ 地點： 中環中環中心	☐ 10 月 24 日(三) ☐ 12-4pm / ☐4-8pm 義工人數: _____ 地點： 深水埗公園	☐ 10 月 26 日(五) ☐ 12-4pm / ☐4-8pm 義工人數: _____ 地點： 九龍塘牛津道 1-2 號	☐ 10 月 27 日(六) ☐ 12-4pm / ☐4-8pm 義工人數: _____ 地點： 中環碼頭	☐ 10 月 28 日(日) ☐ 12-4pm / ☐4-8pm 義工人數: _____ 地點： 天后電氣道
☐ 10 月 29 日(一) ☐ 12-4pm / ☐4-8pm 義工人數: _____ 地點： 香港理工大學	☐ 10 月 30 日(二) ☐ 12-4pm / ☐4-8pm 義工人數: _____ 地點： 香港理工大學	☐ 10 月 31 日(三) ☐ 12-4pm / ☐4-8pm 義工人數: _____ 地點： 深水埗發祥街		