

115 年「花蓮縣兒童及少年結束安置後續追蹤輔導暨自立生活適應協助方案」暑期活動報名簡章

壹、活動緣起

社團法人中華育幼機構兒童關懷協會（CCSA）自民國 91 年起投入失家少年追蹤輔導及自立生活服務，並於民國 108 年於花蓮設立東區工作站及自立宿舍，提供結束安置、家庭支持系統薄弱或面臨自立轉銜挑戰之青少年相關服務。多年來，陪伴無數青少年逐步從受照顧者角色邁向獨立生活，學習承擔責任、發展能力並探索未來方向。

青少年階段是自我認同、人際關係、生涯探索及價值建立的重要時期。對於結束安置或家庭支持不足之青少年而言，除需面對就學、就業、經濟及居住等現實挑戰外，更需學習建立人際界線、發展親密關係、培養問題解決能力及面對未來生活的信心。

爰此，本會規劃 115 年度暑期系列活動，以「自我探索、關係發展、生活自立及社會參與」為核心主軸，透過體驗教育、冒險挑戰、職場探索、療癒創作及數位安全等多元活動，引導青少年從實際參與中認識自己、理解他人、累積成功經驗及發展自立能力，進而提升面對未來生活挑戰之信心與韌性，協助青少年穩健邁向自主且具希望的人生道路。

貳、活動目標

- 一、透過多元講座及冒險挑戰營隊，促進青少年自我探索與能力發展，提升自信心、問題解決能力及面對挑戰之韌性。
- 二、藉由同儕互動、親密關係討論及團體生活經驗，協助青少年學習人際溝通、情感表達、關係界線與合作能力，建立健康互動關係。
- 三、以職場體驗、自我實現等主題，引導青少年累積自立生活所需知識與經驗，增進未來社會適應與獨立生活能力。

參、辦理單位

指導單位：花蓮縣政府社會處

主辦單位：社團法人中華育幼機構兒童關懷協會（CCSA）

肆、招募對象

本會或網絡單位服務對象；報名時，請留意各活動適用對象年紀，年紀以足歲計。

肆、活動一覽表

活動名稱	日期/時間	活動地點	適合對象	名額	報名截止日
<技能培力>把夢想變成行動：從想像到做到	7/11（六） 14:00~17:30	CCSA 東區工作站	15~23 歲	15人	7/3(五)
蘇帆海洋冒險營隊	7/14(二)~7/17 (五)【共4天3夜】	蘇帆海洋基金會(CCSA東區工作站集合)		8人	7/7(二)
青少年療癒與數位安全體驗	8/3（一） 13:30~17:30	路易莎咖啡 【民國門市】	12~23 歲	15 人	7/28(二)
戀愛練習曲： 青春關係與自立生活營	8/11(二)~8/14 (五)【共4天3夜】	月眉民宿 (CCSA東區工 作站集合)	12~18 歲	8人	8/4(二)

伍、活動說明

(一) 技能培力<把夢想變成行動：從想像到做到>

項目	內容		
活動日期	7/11(六) 14:00~17:30		
活動地點	CCSA東區工作站（花蓮市國聯四路79號）		
活動流程	時間	內容	講師/主持人
	14:00~14:30	報到	CCSA東區工作站/社工
	14:30~17:30	圓夢經驗與行動規劃	澎湖縣社區農村再生輔導與培根計劃/ 毛維汝 計劃助理
	17:30~	賦歸	CCSA東區工作站/社工
活動備註	1. 請學員自備飲水用具，並準時出席課程。 2. 邀請今年參與教育部【青年百億海外圓夢基金計畫】之青年，以海外產業培訓及青年行動分享經驗，請學員保持開放態度參與，並可事先思考自身興趣、想嘗試的目標或未來方向。		

(二) 蘇帆海洋冒險營隊

項目	內容
活動日期	7/14(二)11:50~7/17(五)15:30
活動地點	蘇帆海洋文化藝術基金會(壽豐鄉鹽寮村148號)
活動特色	Day 1：【適應環境】學會跟海相處 下午：【海泳練習】在開放水域，搞懂救生衣、練習踩水，習慣海浪與浮力。 晚上：【轟炸廚房】提供神秘菜單，如何合力把廚房炸出美味晚餐。 Day 2：【練習技術】開始駕馭趴板衝浪、雙人獨木舟 上午：【海洋知識】認識潮汐、海流、風向與天氣變化，學會避開風險，不讓自己陷入困境。 下午：【海上操作】練習趴板衝浪、獨木舟划槳技巧並結合海象觀察才划得動。 晚上：【轟炸廚房】提供神秘菜單，如何合力把廚房炸出美味晚餐。 Day 3：【正式挑戰】遠征與突破 上/下午：【實戰航行】實際操作雙人獨木舟出海航行，挑戰海浪地形。這是體能與團體默契的考驗！ 晚上：【轟炸廚房】提供神秘菜單，如何合力把廚房炸出美味晚餐。 Day 4：【收心回航】最後的整理 上午：【海邊休息】海邊自由活動，放鬆心情。 下午：【回饋與整理】環境整理並分享這四天的訓練心得。
活動備註	1. 本活動為四天三夜戶外海洋體驗教育，僅限能「全程參與」的夥伴報名唷！不接受中途離隊或單日參與。活動期間，雖會穿戴救生衣及教練們全程在旁保護學員安全，但需日曬、浸泡海水、無冷氣、無彈簧床、需團體備餐，請成員衡量自身體力、意願再報名參與。 2. 集合時間：7/14(二)11:50 於 CCSA 東區工作站 報到、吃午餐，預計12:30準時統一出發！ 3. 賦歸時間：7/17(五)預計15:30前平安抵達 CCSA 東區工作站。 4. 為維護地球、海洋永續，不提供一次性備品及化學防曬品，須自備所需之個人盥洗用品(含：牙膏、牙刷、刮鬍刀等)、足夠的

	換洗衣物、常備藥品及物理防曬用品等。
--	--------------------

(三) 青少年療癒與數位安全體驗

項目	內容		
活動日期	8/3(一) 13:30-17:30		
活動地點	路易莎咖啡【民國門市】(花蓮市民國路79-3號)		
活動流程			
	時間	內容	講師/主持人
	13:30~14:00	報到	CCSA東區工作站/社工
	14:00~16:30	調香原理介紹與製作	東華大學諮商中心/ 黃仕綸 心理師
	16:30~17:30	數位互動體驗遊戲－ 認識數位性剝削	CCSA東區工作站/ 楊東逸 社工督導
	17:30~	賦歸	CCSA東區工作站/社工
活動備註	1. 凡參與本活動之學員、隨行家長及老師，每人可自行點選茶點（含飲料及餐點），總金額以新臺幣200元為上限，品項及份數不限。主辦單位將於活動開始前完成備餐，為利訂餐作業，請於報名時確實註明飲料冰塊及甜度需求；如未填寫完整，將取消該份餐點。 2. 「數位互動體驗遊戲」環節，需使用智慧型手機即時投票，投票結果將影響活動劇情發展與體驗內容。為確保參與品質，請事先備妥電量充足智慧型手機。如有充電需求，建議自行攜帶行動電源及充電線。		

(四) 戀愛練習曲：青春關係與自立生活營

項目	內容
活動日期	8/11(二)09:30~8/14(五)14:00
活動地點	月眉民宿(壽豐鄉月眉村月眉路三段61-1號)
活動講師	雲子綺 社工師
活動特色	<u>Day 1：【愛情起跑線】全體夥伴上線！</u> 下午：【團體破冰】團隊相見歡！

	晚間：【轟炸廚房】提供神秘菜單，看我們如何合力把廚房炸出美味晚餐。一邊吃吃喝喝、聊聊今天新鮮事。 Day 2：【熱戀與平淡】關係經營 上午：【青春關係研究室】交往後的「熱戀期」怎麼維持？當熱情退去、進入「平淡期」又該怎麼溝通？（詳細課程籌備中） 下午：【烘焙教室】親手揉捏、烘烤外酥內軟的鹽可頌，為晚餐加菜！ 晚間：【轟炸廚房】經歷一天相處，今晚料理默契肯定大升級。一樣在餐桌上放鬆圍坐，聊聊今天最深刻的活動感受。 Day 3：【練習說再見】好好分手的超能力 上/下午：【情感療癒時光】當愛已成往事，如何好好說再見？陪你走過爭執、分手等關係歷程，學習如何療癒受傷的自己，轉身變成更好的人。（詳細課程籌備中） 晚間：【深夜食堂】最後的晚餐 暫時保持神秘，等你親自揭曉。在星光與溫馨的氛圍中，我們會一起圍坐、大口吃肉聊天，整理這三天的收穫、感動！ Day 4：【職場體驗】解鎖房務員超能力 上/下午：【房務員體驗】直擊飯店不為人知的房務祕辛 親手挑戰客房與衛浴打掃、完美補充備品、更換乾淨床單與被套。
活動備註	1. 本活動為四天三夜深度營隊，僅限能「全程參與」的夥伴報名！ 不接受中途離隊或單日請假。 2. 集合時間 (1) 統一集合：8/11（二）09:30 ~ 10:00 於 CCSA 東區工作站 報到，10:00 準時出發！ (2) 沿途接送：若順路能安排沿途或 壽豐火車站 接送，有需求的夥伴請在報名表內備註，<u>若無備註視為統一集合。</u> (3) 自行前往：請務必於 11:00 前抵達月眉民宿，請在報名表內備註，<u>若無備註視為統一集合。</u> 3. 賦歸時間：8/14(五)15:00結束活動，預計16:00前平安抵達 CCSA 東區工作站。 4. 民宿不主動提供一次性備品(含：牙膏、牙刷、刮鬍刀等)，須自備所需之個人盥洗用品、足夠的換洗衣物與常備藥品等。

陸、報名資訊



一、報名連結：<https://reurl.cc/Wb6Wy0>

二、聯絡方式

- (一) 電話：(03)857-2307 分機 14 張君豪社工、分機 16 楊東逸 社工督導
- (二) 傳真：(03)857-2306
- (三) E-mail：jun@childrenhome.org.tw、dongyi0623@childrenhome.org.tw

柒、注意事項

- 一、請夥伴留意報名截止日，逾時不候。
- 二、活動前 5 個日曆天，以 Email 寄送行前通知，故聯繫方式務必正確。
- 三、本活動將協助成員投保旅遊平安險，請務必填寫正確個人資訊。若因故無法參與，請提前來電告知取消報名。
- 四、若活動日遇重大災害、颱風等不可抗力因素停班停課，採延期並另行通知。
- 五、主辦單位保留隨時修正、暫停、終止或解釋本活動之權利。