



香港中華基督教青年會
Chinese YMCA of Hong Kong

沙田青少年外展社會工作隊
Shatin Youth Outreaching
Social Work Team



全民做BOSS



沙 鷗

3 / 2022

中心簡介

▶ 使命宣言

香港中華基督教青年會是全球基督教青年會運動的一員，又為一建基香港之基督教服務組織，本著「非以役人，乃役於人」之基督精神，聯合同道，推廣天國，致力倡導及培育青年肩負社會責任、關懷祖國、放眼世界；並通過多元化服務、全人發展、對弱群之承擔及推動從個人至社會修和；努力建設一個文明、有愛心的香港。

▶ 目標

1. 為有需要的青少年在教育、職業、家庭、社群或個人問題上提供指導、輔導及轉介服務；
2. 協助青少年發揮潛能，給予身心全面發展的機會；
3. 預防青少年受到不良的影響

▶ 服務對象

年齡由6至24歲，經常在公眾場所（如球場、網吧、桌球室、遊戲機中心、快餐店、商場等）流連和聚集，且易受不良環境影響之青少年。

▶ 引言

本隊抱著「非以役人，乃役於人」的基督精神，誠意為處於危機的青少年提供多元化的優質服務，幫助他們建立積極人生，並致力培育服務對象在德、智、體、群四方面的全人發展，並於生活中付諸實行。

▶ 工作手法

1. 個案輔導

透過面談和家訪等，協助青少年處理其在家庭、學業、就業、朋輩與情緒等各方面的困難，並於有需要時，聯絡或轉介其他有關專業人士。

2. 小組工作

由註冊社工主動接觸和介入自然結集的小組和群黨，為對象舉辦小組活動。

3. 社區工作

透過講座、調查研究、展覽、探訪等社區活動，聯同區內組織，讓有關人士關注青少年之問題和需要，協助服務的推展，加強服務成效，為青少年之健康成長，創造更理想的環境。

▶ 申請及退出使用服務方法

申請使用服務：

由註冊社工主動接觸的6至24歲青少年可豁免申請；本隊亦接受自我轉介、家長或合法監護人、社區人士或機構轉介。

退出使用服務：

註冊社工接服務對象之情況作出適當評估以終止服務；服務對象亦有權隨時提出申請退出服務。

▶ 服務範圍

大圍小隊：

Tam C、金菇、彭姑、Sam、阿吉



新翠邨、隆亨邨、顯耀邨、顯徑邨、秦石邨、豐盛苑、新田圍邨、美林邨、美田邨及大圍市中心等。

沙田及馬鞍山小隊：

家明Sir、江Sir、小丸、Wayness



禾輦邨、瀝源邨、豐和邨、沙田市中心、沙角邨、乙明邨、博康邨、水泉澳邨、穗禾苑、駿洋邨、碩門邨、沙田第一城、愉翠苑、廣源邨、富安花園、錦泰苑、恆安邨、欣安邨、頌安邨等。

目錄

中心簡介及目錄	P.2-3	Follow我啦	P.18
督導的話	P.4	我想講你知	P.19-22
隊長的話	P.5	活動回顧	P.23-24
BOSS特質	P.6-9	社企介紹	P.25
做BOSS前須知	P.10	服務質素標準SQS	P.26
做BOSS資金篇	P.11	國際及內地事工	P.27
BOSS初體驗平台	P.12-17		

督導的話

Shirley Miss

提起「創業」、「初創」、「Startup」，令我想起我最近追看的一套電視劇「IT狗」。這套劇講述幾位IT人在創業道路上的經過，男主角阿信突然被裁員，在一個婚宴上無現金俾人情，從而啟發他創業的念頭，他在共享辦公室裡遇上一班各有專長的有心人，然後集合眾人之力嘗試開發電子婚宴人情App，他們便展開了一段有血有淚的生命故事。

而劇裡我最深刻的一幕是主角阿信在《初創有明天》比賽時，分享他設計「電子人情」Apps的初衷和感言：「很多人認為他們的vision是make a better world，但這個理念對現在的我來說實在太大，我只是想為香港……make a better tomorrow！」。近年香港文創市集風氣盛行，見到有不少有能力、有創意的年青人都會嘗試創業擺檔，將自己所思所想注入自己設計的產品之中或他們的手製作品都有他們想同大家分享的故事。每一個檔主都有他們想同大家分享的理念。所以我每次逛市集去買心頭好時，都會與檔主傾計，聆聽他們產品背後的故事和理念。

而今次一講起「創業」，我也很想和大家分享一下沙田外展搞新社企——「YM HAIR」的初衷和理念。YM HAIR緣起於這幾年沙田外展積極於社區推行義剪服務，培訓年青人組成義剪隊，為區內有需要的長者剪頭髮。在剪髮的過程中我們見到年青人能學習到與長者相處和溝通之外，每當長者照鏡見到自己理髮後的樣子時，總會展露開心的笑容，這份肯定除了讓年青人獲得滿足感之外，亦讓他們發掘到自己對髮型行業的興趣。自2020年起因新冠病毒的疫情下，各行各業都大受影響，可是單剪店卻越開越多，於是我們的同工見到髮型行業仍然是我們的

年青人喜歡做的事，亦見到單剪店在市場的需求越來越大，於是我們嘗試膽粗粗去申請「伙伴倡自強」，希望能夠開一間揉合培訓、就業、創業及回饋社會理念的單剪店——「YM HAIR」，為沙田區居民提供價廉物美的剪髮服務，希望一班有心有力的青年人可以運用自己剪髮的專長為沙田區make a better community！



我哋期待嘍YM HAIR見到大家

有幸我們成功申請到「伙伴倡自強」的資助，又遇上了一位有心培育青年人的髮型導師和5位對髮型行業充滿熱誠的青年人，我們好快就在石門京瑞廣場2期開業，期待到時在「YM HAIR」見到大家，再同大家分享我們創業道上的一點一滴的小故事吧！

隊長的話

伍姑娘

「你要做boss?」、「邊有咁容易?!」、「老闆唔易做ar!」大家有無聽過類似的說話?的而且確，以前要做老闆好像遙不可及，要有實力、資金、天時、地利人和，才可以成事；隨著時代的轉變及科技的發達，原來現時做老闆已經不是夢，只要你敢想敢做，機遇處處；當然，機會是留給有準備的人，究竟要如何做好準備呢，大家就不可以錯過今期的沙鷗。

今期專題「全民做BOSS」令我回想起原來我也算做過老闆，而且當中的經歷、經驗及得著，都令我很難忘，記憶猶新。還記得那年就讀中六，與朋友到青少年中心參加活動，被社工邀請一起籌辦年宵活動，二話不說就答應了。我們一共有5位組員，每人籌集資金後就展開策劃會議，商討投標年宵市場的地點及位置，訂立目標顧客、檔攤名字、銷售的貨品、風險評估、價格訂立、銷售策略及組員分工等。隊員決定運用一半資金到內地批發市場入貨，另一半資金用於自家設計賀年產品，希望分散投資及分散風險。當一切就緒後，就到年宵市場觀察及準備，看看我們貨品的獨特性及檢視原本的價格定位是否合適或需要調節，也要決定貨品的最高及最低價格。組員會流輪當值，分配不同崗位，並需要緊密溝通，不時按日子、貨存及人流去檢討及作出應變策略。當中最難忘的一日一定是年三十晚，也就是我們最後擺賣的日子，大家一起叫賣、不停銷售。儘管沒有休息的空間、叫到聲嘶力竭，但收到客人的光顧及支持都有一份莫名的成功感。鄰近天亮的時候，可以與其他檔攤進行以物易物的經驗也非常特別。經過點算後，入貨的貨品獲得盈利，而自家設計的福袋獲得虧本，但總括來說每投資五百元能夠賺到一個麥當勞餐。雖然表面只是賺到很少金錢，當中得到的寶貴經驗、學習到溝通的技巧及團隊的合作精神，這些得著賺得遠比金錢多。

如果沙田外展之後舉辦類似的活動，你就千萬不要錯過！記得不要小看自己，趁你們還年青的時候，要多嘗試、多探索不同的領域。你又怎會知道下個成為BOSS的人不是你呢？只要相信夢，定能飛，「Boss，係你啦！」



全民做BOSS



根據政府統計處在2020年的人口資料顯示，沙田區15至24歲的青少年人數約有62,300名，而當中約有20,900名青少年正處於就業狀況，屬全港十八區之中第三區最多青少年就業的區份。提起青少年就業方向及工作態度，大家會聯想到什麼？快餐店店員？便利店店員？餐廳侍應？還是廢青？遲到早退？神射手？其實在時代轉變下，不論是青少年的就業方向，還是工作態度都產生了不少變化。「炒散」、「SLASH」、「Work life balance」、「創業」等等，都是青少年就業方向及工作態度的新模式。

提到創業，每個人心裡可能曾經都有過一剎「我要做老闆」的念頭，但隨著環境、年紀、心態的轉變，與「做老闆」的距離可能會越來越遠。有人話：「做老闆？都無錢。」，又有人話：「我咩都唔識，點做呀？」。因此，接下來我們將向大家介紹甚麼特質適合做老闆、創業前的須知和一些年青人可以嘗試創業的平台及方法。

1



BOSS特質

潮流興創業，在網上可以見到很多創業的成功例子，但是否有理想、有熱情、有衝勁就能成功呢？以下是一個小測驗，讓我們一起評估自己是否具備創業或者做老闆的特質。

各答案分數：A——4分 B——3分 C——2分 D——1分

10題滿分為40分，分數越高，代表越適合創業。

1 我是一個自動自覺的人嗎？

- A. 是，我喜歡創新和思考新主意，並加以實現。
- B. 假如有人幫我開個頭或者給我主意，我絕對可以實行到底。
- C. 我比較喜歡跟程序或者別人的指示行事。
- D. 我十分被動，甚至不喜歡想事情和做事情。

3 對於下決心要做的事，我能否堅持到底？

- A. 我一旦下定決心，通常都能夠堅持到底。
- B. 如果是做自己喜歡的事情，我大機會能夠堅持到底。
- C. 剛開始可以，但如果遇到困難，就想找藉口逃避或放棄。
- D. 我經常自怨自艾，覺得自己做不好，經常難以堅持。

5 在沒有固定收入的情況下，你和家人可以維持生計嗎？

- A. 可以，如果有這種情況的話。
- B. 希望不會有這樣的情況，但我了解這可能是必要的過程。
- C. 我不確定可不可以。
- D. 我無法接受這種狀況。

2 我願意一星期工作60小時，甚至更多嗎？

- A. 如果有必要，我一定願意。
- B. 剛剛創業的話，或者可能可以工作60小時或更多。
- C. 不一定，但我認為還有許多事情比工作重要。
- D. 絕對不能，我只要工作一天就會腰痠骨痛。

4 我對於自己的未來，有沒有規劃？

- A. 我已經訂立好10年後的目標。
- B. 我只規劃好5年以內的道路。
- C. 我只做了1年的規劃。
- D. 我從來都不規劃，見步行步。

6 對於經常1個人孤獨工作，你覺得如何？

- A. 很好，不受身邊人士干擾，工作效率可以提高。
- B. 偶爾會寂寞，不過大致覺得自由。
- C. 覺得無聊，會想辦法找機會放鬆。
- D. 不能接受，只要一天不跟人說話就會發瘋。

7 我是非常個人主義，還是寧可安於現狀呢？

- A. 我喜歡自己思考，照自己的方式行事。
- B. 我間中十分有原創性。
- C. 工作交給專人負責就好，我比較沒有個人主義。
- D. 我一直認為個人主義者有點奇怪，甚至討厭。

8 我能否妥善處理壓力？

- A. 我可以在短時間內回復原來的狀態，不會影響工作情緒。
- B. 我必須等半天以上才能讓自己回復。
- C. 我必須找別人傾訴才能舒緩壓力。
- D. 即使和別人傾訴或者經發洩之後，依然長時間不能釋懷。

9 如果客戶當面令我難堪，我會如何？

- A. 我還是笑臉迎人，無論如何客戶都是對的。
- B. 我可以扮笑臉，但是一轉身就罵個不停。
- C. 我會當場垮下臉，盡力忍耐，但不會駁嘴。
- D. 我會當場回嘴，和客戶爭辯。

10 我喜歡我所選擇的創業行業？

- A. 非常喜歡，這個事業是我這輩子最想做的事。
- B. 喜歡，但是轉行都可以。
- C. 還好，只是因為剛畢業就做這行，別無選擇。
- D. 不喜歡，不過看在錢的面子上勉強苦撐。



總括而言，以上的題目是反映你有沒有以下的創業者特質：

- 1 **慾望及熱情(Desire and Passion)**：我有堅毅不屈的精神，有成功的慾望。人之所以創業，背後都懷有慾望和理想，例如想為社會帶來轉變、想令人生活方便等等。這些理念和慾望就是創業最大的推動力。
- 2 **面對不能預知未來的勇氣(Ability to thrive on uncertainty)**：創業時會遇到很多未知之數，我要有勇氣應付工作的難題及不確定性。
- 3 **決心及抗逆力(Determination and Resiliency)**：我能在困難時堅持，有耐力和活力去面對困難，並快速復元。
- 4 **責任感(Accountability)**：我會為自己的成功與失敗承擔責任。
- 5 **自律性(Self-Discipline)**：創業後，沒有人指派工作給我，我有自律性及自發性可以一個人努力工作。
- 6 **解難能力(Problem Solving)**：我有能力解決不同的困難，我能迎難而上，有一定的抗壓能力。
- 7 **社交網絡(Networking)**：社交網絡對創業十分重要，可以開拓客源、互相支持、增加不同機遇、增加合作夥伴等。我能夠真誠地與不同人士相處。我亦可以與不同人士建立策略性的關係。
- 8 **市場觸覺(Market Awareness)**：我會不斷求變，能評估市場的需要及有潛力的發展方向。
- 9 **行商知識(Business Knowledge)**：我知道如何讓公司有效運作及作出合理的商務決定。如果我有聘請員工，我有能力看到員工的專長而安排合適的工作崗位。

每個人都有想追逐的夢想，但並非每個人都適合做自由工作者或創業者。如果有打算創業的你們，不妨先認真了解自己的性格，了解創業者的特質，做好準備，再去追夢！



2



做BOSS前須知

創業是一個既複雜又重大的決定，事前需要足夠資金及處理文件和程序，開立公司後又會遇到不同風險和困難。創業前需要仔細評估、規劃和準備來提升其成功率。

創業前要準備啲咩？



問1 開公司有啲咩支出？

問2 公司名稱有咩要求？

問3 做咩生意好呢、賣咩好呢？

問4 喺邊到開舖好？



答1

1. 開業資金：包括商業註冊費、裝修和購買設備的費用以及流動資金儲備。這是一次性的支出。
2. 營運成本：包括所有營運中所需的金錢，例如租金、員工工資、入貨、水費、電費、維修費用等等。

答2

1. 不可與公司註冊處的《公司名稱索引》的名稱相同
2. 不可以令人反感
3. 不可以違法
4. 簡而易記，有助建立品牌和聲譽，讓你在競爭對手中脫穎而出。

答3

1. 熟悉你所賣的產品或服務
2. 評估產品或服務的需求
3. 評估目標產品或服務對象

答4

1. 成本決定地點
地舖／樓上舖／格仔舖／網店／市集／商業區／工廠區／屋邨商場
2. 研究地點受眾的人流、年齡、收入水平和消費模式
3. 評估地點附近的競爭對手，研究某個行業的市場飽和度與市場佔有率。假如你想喺旺角中心開美甲舖，附近已有超級多同類店舖，賺錢的難度便大大增加。

所謂「知己知彼 百戰百勝」，創立公司之前記緊準備足夠資金、思考和了解自己的產品和服務的獨特性、優勢和弱點、目標對象及研究競爭對手。

以上是四個創業前需要思考的基本問題和條件，讓你能初步評估自己的創業想法是否可行。當然，創業的路途上仍會面對很多無法預計的困難和艱辛，不能確保百分百成功。如果有創業想法的你想獲得一些創業資金或支援，市面上也有非牟利機構和基金提供相關協助，有興趣的你可以參考下一章節。



做BOSS資金篇

「每個人都想做老闆，唔通每個人都有錢做老闆咩？」。其實現時香港政府都有不少資源及機會，專為有興趣創業的青年人提供幫助。以下是一些政府及非政府機構提供的創業基金，只要你們有想法及符合資格便可以申請，大家可以掃描下面的QR CODE去了解一下。



Youth叻實踐基金
香港賽馬會



社創基金
香港特別行政區



香港青年創業計劃
香港青年協會



青年理想實踐基金
香港中華基督教青年會



恆生青年前路探索計劃
香港善導會





除了不同基金支援年青人創新的創業想法外，針對一些希望初嘗做老闆年青人，其實還有不同的方法實踐體驗經營小生意。現在就向大家介紹一下三個時下較為熱門的「老闆小體驗」的方法。

格仔鋪

格仔鋪起源於日本，當時在日本的格仔鋪是寄賣二手玩具、懷舊玩具為主。在2006年正式在香港興起，主要集中地為旺角、西九龍，近年來於石門的京瑞廣場更加是熱門格仔鋪地點。格仔鋪主要以出租格仔的模式營運，月租範圍以店鋪人流而定，大概每月\$500-\$700左右。有些格仔鋪的業主會從每格的收入中收取佣金。「格主」的主要職責便是打理好自己的小「店鋪」，由決定產品價格，到佈置整個格仔，都要由「格主」一手一腳自己準備。



格仔鋪的好處

1. 不需要親自管理
2. 業務營運簡單
3. 租金便宜，不需要其他雜費，如水電煤及商業登記

格仔鋪的風險

1. 由店主代理，有一定風險
2. 與眾多不同類型產品並排，競爭較大
3. 宣傳需要有策略，要多宣傳來提升營業額



注意事項

1. 大部分須向店主出示正貨單，不容許出售翻版貨。
2. 部分格仔鋪拒絕同場出售同類貨品，以免互相競爭，故需要先與店主了解及親身到現場視察。
3. 租格前必須清晰所有條款，並列明雙方的責任及保障範圍。
4. 格主有機會需要先繳交最少兩個月的租金，故需要預先有收入及支出的基本預算。

創意市集

除了格子鋪外，創意市集也是一個時下年青人初嘗做生意的熱門方法。創意市集有別於平時的市集，其以文化及藝術為主題，為香港手作人提供交流平台。創意市集主要舉辦於大型商場或舊式工業大廈裡。市面上亦有不同營運市集的主辦商，主要負責為市集的檔主準備好一切於場地的物資，如：枱、椅子、燈光、儲物等。而租金以日租形式收取，價錢大概\$400-\$700／日，價錢會因場地人流情況而決定。創意市集通常會以不同的主題舉行，從而吸引不同類型的顧客及檔主，例如《毛孩市集》是專為寵物主人而設的市集，故會吸引不少專買賣寵物用品的人士。年青人在此過程，可以開發自己的小手作市場，嘗試一至兩天的擺賣，體驗成為小老闆，並為自己的產品作市場調查。

創意市集的好處

1. 能夠體驗實體與顧客溝通的機會
2. 以日租形式營運，檔主及定價彈性大
3. 除租金外，不需要從營業額中分佣金，收入全歸檔主

創意市集的風險

1. 只有一至兩天營業時間，不確保有盈利
2. 大部分市集只能擺賣DIY產品，相對目標檔主種類較窄
3. 需要檔主花一至兩天的時間去管理檔口。



注意事項

1. 通常辦一次市集都會有100-200檔的檔主在擺賣不同種類的產品，故要在眾多的攤位中脫穎而出，檔攤的設計風格是需要考功夫。
2. 由於市集需要一整天在攤位中擺賣，故最好2人一同租一個攤位，便可以隨時互相補位休息。
3. 由於整個攤位都是由自己管理，故需要預先準備好帳目及錢袋，並清晰每一樣貨品的價錢。
4. 不同市集的主題是會吸引不同的公眾來觀看，故必須要做足事前的預備，如了解當日市集的客源及主題。

以下為一些經常舉辦市集的營辦單位，讓大家可以緊貼最新市集的資訊



夠薑媒體
Dare Media HK



白紙市集
White Market



Marketoo



麥田捕手·假日市集



港嘜市集
KongMark



去年11月，一共有6位年青人參加了由香港賽馬會撥款「賽馬會鼓掌·創你程計劃」的活動，其中一個任務是需要應用字體書法班及電繪班中所學到的知識來製作個人產品，並於《南豐紗廠》中擺賣兩天的市集。參加了這個計劃的6位年青人均對於擺賣自己的產品於市集中感到新鮮，過程亦有十分大得著，以下便是他們在營運市集中的分享：



Ylam

喺市集入面，我化身為一個小商人，面對陌生嘅路人，要主動介紹自己嘅產品。可能路人未必對產品有興趣，但自己都要明白，唔係做得唔好，而係每一個人都有自己鍾意嘅嘢，可能只係擊唔中佢嘅喜好。當日就好似派成績表咁，見成果。

喺今次市集活動入面，我最深刻嘅地方係製作產品嘅過程，特別係由畫畫同埋同組員一齊討論同埋合作直至完成活動。我喺市集當日學習咗同其他人溝通嘅技巧，同埋遇到顧客嘅問題要有耐心咁說明自己產品設計。



慧伶



小三

令我最深刻嘅地方就係我喺字體書法班學到新技能，而且喺寫字過程可以令我好放鬆，俾到一個休息嘅空間自己。喺市集嗰日，我見識到唔同人製作嘅產品，我覺得呢件事好「正」，所以十分推介搞市集。

得知成個市集我哋6個人一齊賺到4位數字，我覺得好有滿足感同成功感，好似賺到人生第一桶金，希望自己嘅設計能普及化！



Helen

以上便是其中四位年青人對於整個活動的感受，大家如果對於他們的產品感到好奇，可以揭到這本書刊的中間頁，我們為大家附送了他們部分的产品。

IG Shop

相信大家都有聽講過網上購物（網購）這個詞語，自2009年香港人開始接觸網購，但當時好多網購的平台都是外國網站。而2010年Instagram社交平台發佈後，更加把網購的熱潮帶起，而IG SHOP在香港變得更平民化和普及化。現在Instagram都相繼加入了商店功能，讓網店店主可以在平台上直接宣傳和銷售產品，平台本身和商店功能都是免費的，只有在下廣告時才需要付款。



IG Shop的好處

1. 低成本
2. 營運簡單
3. 彈性工作時間

IG Shop的風險

1. 需要花時間不斷更新
2. 同類商店競爭大，難突圍
3. 如缺乏系統性，易於影響顧客觀感

注意事項

1. 開辦前需要申請商業登記(BR)
2. 需要勤回覆客人，否則會流失客人
3. 某類型店舖需要申請牌照（如食物、酒類……）

IG Shop店主分享

讀大學嗰陣店主都無心向學，所以就諗住搵啲嘢一齊做！三位店主又貪靚，就選擇咗飾品呢一行發展。其中一位店主細細個收過屋企人親手織嘅袋，印象好深刻，覺得手工嘢好溫暖，同埋又想推廣編織文化，所以我哋決定試下鈎織手製耳環。一路以嚟都有好多挑戰，因為人手編織耳環真係好花時間同精神，店主們一直都係到學習點樣平衡生活同夢想，同時好希望我哋既產品可以滿足到客人嘅需要。好幸運地，我哋嘅客人都好窩心，試過有客人買完耳環後寫咗一段文字俾我哋，感謝我哋售後耐心地解答佢嘅問題。其實有客人留意到我哋背後嘅努力，同埋鍾意我哋嘅產品，就已經係我哋最大嘅動力。



JMCraft



Kulukulu

我開始做網店係因為冇做全職工作後想試吓創業，係朋友鼓勵下開咗IG shop，最大困難係我個人無咩planning，對於計算成本、入貨、影產品相、出廣告……都要預早計劃好，賺唔賺到錢要睇計劃同埋放幾多努力，雖然出咗廣告後都有人買嘢，但一懶散唔update IG就會淡返落黎。不過而家IG有商品功能，所以其實開shop成本低咗，同埋方便咗。

另外開IG shop一定要做自己好想做，同埋有興趣嘅嘢，咁你先有動力去進行推廣，例如產品影得靚D，同埋令自己店舖有風格，咁先會漸漸吸引到有興趣嘅人繼續留意同埋記得你。

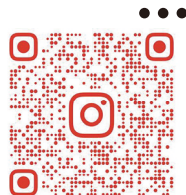
Follow我啦!



金菇



大家好！我係語重心長甘姑娘，大家鍾意叫我金菇，我都好鐘意呢個名呢！金菇通常配肥牛，所以年青人好喜歡問我：「金菇，肥牛喺邊啊？」，好鬼搞笑。我平日興趣好多㗎，想知道有啲咩？我會喺大圍區出沒，到時候見面再講啦。好期待認識你！



KAMKU18



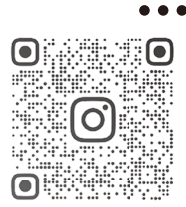
阿吉



Halo! 我係新入職嘅社工——吉Sir！大家見到我可以叫我「阿吉」！歡迎大家follow我IG: official_gut2020。至於點解叫「阿吉」，大家不妨估吓，想知答案嘅可以DM我或者見到我嗰陣問我啦！

雖然我平時鍾意食同嘞，但玩都好鐘意架，最鍾意就係玩啲新嘢，大家有啲咩有興嘅都可搵埋我丫，我哋可以一齊搞搞佢！我平時都有唔少嘢鐘意玩㗎，靜嘅會打機、睇戲、聽香港Rap……動嘅會做GYM、踩板、跑步、踩單車……仲有啊我呢排會試吓玩菲林相，唔知你又會唔會有興趣呢？

平時我會喺美林、美田、大圍市中心出沒，如果你都喺個頭，想玩或者你哋有嘢想講吓都可以搵我㗎，見到我可以過嚟搵我傾下計，或者我會走過嚟搵下你㗎！之後見啦！



OFFICIAL.GUT2020

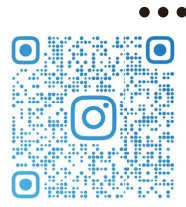


小丸



Hi! 大家好！我係新入職嘅社工小丸呀呀呀～我個人平時就最鍾意睇劇、聽歌、食嘢同埋同人傾計！我都好鍾意學好多唔同嘅才藝㗎（不過有一樣嘢學得叻xd），所以歡迎大家都教我我唔同嘅運動同興趣，等我都可以有多啲唔同嘅興趣！我最近都因為有年青人教我排球，開始想學打排球呀，大家可以約吓我一齊打排球，我會好開心yeah～

我會喺水泉澳邨、碩門邨、廣源邨、沙田第一城、愉翠苑出沒㗎！歡迎大家見到個矮小但美麗嘅社工就過嚟同我傾吓計，我隨時都願意同大家一齊笑一齊喊一齊成長的！P.S. 大家可摸以幫我follow 我嘅IG！等我都可以有多啲followers (*~*) 多謝大家！



SIU.YUENNN



我想講你知

卡卡



轉眼間就兩年啦，陪咗你同你屋企人渡過一個又一個難關，感受到佢哋同你舊朋友仍然好緊張你支持你，我見到你已經習慣宜家嘅生活，做番最真實嘅自己，亦好相信你知道將來條路係點行！

Panda



呢兩年見到你好大轉變，同你一齊工作，見到你由觀察、不斷學習，到宜家變成有承擔、可靠、穩重，有一顆責任心、好態度，我相信呢一切嘅經驗會成就更好嘅你，受到其他人欣賞，喺學習或工作上有一個好發展。

肥希



估唔到你真係可以讀晒個課程，仲要考埋試，勁呀！知你都有好多嘢想做，希望你好好安排時間，做晒你想做嘅嘢，加油。

彌敦

經一事長一智呀，希望你呢次可以大步攬過，因為都睇到你改變咗好多，之後唔好咁傻仔啦！



家明Sir



CHUNGHAMING0702



Sam Sir



SAM.YSMAK2

表弟



睇番以前嘅相，原來你都參加好多活動，由當時一個運動健將，好動好鬥心嘅你，變成宜家會勤力工作，期望穩定生活，懂得待人接物，會計劃將來嘅一個好男子。趁年輕去努力奮鬥吧！

Eason



2021年，同你經歷過好多喜怒哀樂，我見你到好努力面對自己，亦開始學識關心身邊嘅朋友。人生變幻無常，有嘢事我哋控制唔到，但我哋可以掌握就係自己嘅將來，追尋未完成嘅夢想。
「最難過總想起我們笑口，能代你更勇敢的向前走」

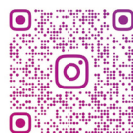
劉肥



唱歌好聽，好多謝你參加YM busking，我都係第一次玩。未來多D參加活動啦，唔一定淨係督波嘅，YM都好多嘢玩，期待同你經歷更多。

鞍仔

YO，雖然近年先至再熟悉你多D，但原來大大話話都識咗你兩三年啦！今年同你傾多啱計，熟悉多咗你自己嘅信念同埋想法。知道你好想照顧身邊好多重視嘅人，呢個係你一個好好嘅特質。不過有時都要識得照顧自己，要了解一下自己嘅需要，為自己多多著想。



SZETAMC



Tam C

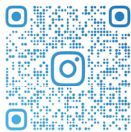
卓智

見到你而家努力去適應生活，好想俾大大力嘅掌聲你。要番工搵錢真係唔容易，仲要照顧家人，身心一定會好疲勞。但係唔緊要呀，我哋一齊撐住你！劫嘅時候可以讓自己好好休息，再出發！



金菇

呢排同你見就見得多，不過好多時候都係四目相投，哈哈。不過知道你可能而家面對緊好多「好想」同埋「好唔想」嘅選擇困惑，我都青春過，都十分明白！盼望我能夠同你一齊喺呢個過程入面探索呢D選擇對自己嘅利與弊。



SIU.YUENNN



小丸

好多謝妳願意讓我陪伴妳一齊經歷呢段困難嘅時間，我知道呢段時間嘅妳一啲都唔容易～現在經歷嘅迷惘、憂慮喺呢段旅程都會經歷的～但最重要係我見到妳呢段時間嘅努力及成長，要相信妳係可以憑住自己去做最合適嘅選擇㗎！記住我成日講個句：勇於嘗試！好多嘢都要嘗試後先知道個答案的！就嚟完成呢段旅程了，好快又會展開新嘅旅程♡相信自己！期待見證蛻變後的妳～



lokyi

YY

嗰日陪伴妳喺美林嘅時間好難忘～見到你嘅情緒釋放就感受到一直嘅妳有幾抑壓。知道你一直被夾喺中間好辛苦、好難受、好委屈，但好開心聽到嗰次嘅經歷可以令你有所成長，學習到如何同他人溝通，亦會勇於去講出自己嘅想法 \((\odot_\odot)\) 記住身邊有好多人都好愛妳㗎！勇敢走出屬於自己嘅道路！



小三

呢段時間聽到同見證到妳人生中的跌盪，相信呢一刻嘅妳亦未消化到咁多突如其來嘅感受。呢段日子嘅無助、徬徨、悲傷，都係真真實實地存在的，試吓俾少少時間自己去感受及接納當刻嘅情緒，我會陪妳一齊去面對的！知道妳唔想煩到我，但記住小丸點都係會擔心小三，所以即管放馬過嚟啦！小丸會喺度陪妳～



Hin Jai

恭喜你Pass咗筆試呀！！預祝你到時考車嗰時都成功可以1 take pass！！嚟緊要俾心機學車，好似你平時返工咁，將來要做個負責任嘅司機。其實我好欣賞你一直以來嘅決心，希望你呢份決心可以感染到你身邊嘅人啦，加油呀！



鳳翎
大帥哥

好希望你可以睇到呢一期嘅沙鷗，因為咁就代表咗事情已經完結。你係一個情感豐富嘅人，我知道你內心有好多嘢想表達，但又唔知點講好，但我相信真誠的付出，別人是會感受到的。願你平安就好，夢想達到。



唐妹

或者呢一期會係你最後一期收到嘅沙鷗了。呢段時間大家又多咗好多經歷，我好慶幸又再與你同行，而呢段時間入面充滿歡樂，但願呢一切嘅歡樂能夠抵擋著負能量的侵襲，讓你成為一個更愉快的人。送你一段歌詞：「在寬廣的未來……無懼的，去唱著歌。無憾的，可做我」。加油！



Chi Wing

恭喜你平安渡過2021年帶俾你的震撼！收到你嘅消息時，我真係覺得超級勁爆開心！記唔記得我同你講過：「我信你」？而你一直都證明俾我知，我無信錯你。人生仲有好漫長嘅路，路上有好多難關，願你仍然可以抱著勇氣和決心，逐一擊破！



Wayness



WAYNESS.HERE



Sam

迷惘的小男孩！見到你由唔知想揀咩科好，之後同你玩生涯卡、玩活動、陪你睇課程、報課程，慢慢到你發掘到初步想發展嘅方向，好替你開心。希望你你可以行到你嚟行嘅路呀，支持你！



源

送首歌比你：「你是你本身的傳奇 前路裡振翅再高飛」，希望你快啲振作再展翅，重新出發起飛！



江sir



MATT-KONG.HEW



Sam

今年要努力呀，仲有半年時間比你追，見到你冇進步嘅，期待你好消息！送首歌比你：「你是你本身的傳奇 憑著你志氣會成大器；學會爭氣 未能放棄」



勁

「高與低 得與失即使無法躲避 你是你本身的傳奇」
可以隨時搵我傾下計啊！



JESSICA

欣賞你是個充滿生命力的女孩子，雖遇上人生大大小小的風浪，當中有氣憤，有不安，有失望，但都咬緊牙關一一跨過，願你成為一個更好的人。



家駿

感謝你在我怕一個人嘅時候講了一句：「唔洗怕啦，我陪你」我會一直記住，多謝。



嘉寶, 彤

恭喜你哋升級做了媽媽，這是一個很珍貴的身份，因為世界上有人將要緊緊地依靠著你，望住佢真是百般滋味在心頭，願你們好好享受每一刻。



企鵝

恭喜你有了新的開始，雖然工作是辛苦，但腳踏實地工作所得到的安心與回報，是你所值得的。加油。



JPCW2405



彭姑



HELEN

情緒就好似迴轉壽司，甜、酸、苦、辣什麼都會出現在你面前，無論你喜歡與否都不由你控制，但你可以選擇是否將佢哋放入口，讓情緒在你體內發酵，還是可以俾你好好感受情緒為你帶來人生五味。無論點都好，藝術家就是最會細味人生，亦好易跌入情緒陷阱，記住，倦了就要休息，點到即止。休息是為走更長的路。



TED, 銳

恭喜你哋完成YM HAIR培訓，距離成為專業髮型師近了一大步。

人生真正嘅滿足感是來自努力經營的成果，過程中一定不容易，還要經歷許多引誘及考驗，我相信你哋都能一一克服。真心期待你哋的新開始。



細彭

恭喜你有新居，希望你有新開始，就能建立新嘅健康人生，加油。

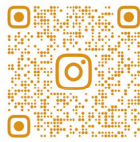


Sam

一年之計在於春，新一年新開始！休息過後，要好好開始計劃虎年大計la~~



伍姑



NG.KU.MISS.NG



慧伶

生命不是要超越別人，而是要超越自己。好開心上年陪你一齊踏出一大步，證明你係有能力嘍，俾多啲信心自己，繼續衝破限制~~

活動回顧

Project C.H.O.I.C.E 擇·善

本隊獲禁毒基金撥款於2021年6月至2022年11月推行「Project C.H.O.I.C.E 擇·善」計劃。計劃開始至今，已順利推行了第一期的興趣體驗班，包括結他班、跳舞及美甲班，亦完成了第一期的結他深化班及跳舞深化班，讓參加者建立正面興趣。此外，本隊還推行了「心歷程」小組，讓參加者透過小組探索自我內在需要，遠離毒品。

現時正推行「抗毒Production」活動，參加者跟製作公司及KOL 合作拍攝禁毒宣傳片，請各位拭目以待。

活動由禁毒基金活動贊助



跳舞班



心歷程大聚



抗毒Production



結他班

「S.T.A.R 自肥企畫」

在2021年8至11月期間，6位年青人參加了由香港賽馬會慈善信託基金贊助的「S.T.A.R 自肥企畫」。他們於8-10月參加了字體書法班及電繪班，並開始裝備自己不同的技能，為著11月13-14日於南豐紗廠的創意市集準備。由產品設計、與職人吸取經驗以及市集的風格都是他們六人包辦。市集當天，他們亦十分願意與顧客溝通，並從銷售過程中認識自己。當天的營業額十分理想，年青人都十分滿意，並計劃會將全數收益捐給有需要的動物慈善團體。

活動由香港賽馬會慈善信託基金贊助



打工看世界

2021年8月至12月期間，一班年青人，參加了生涯規劃桌遊，嘗試了經歷人生不同範疇的決擇，豐富了理財的概念。他們又分別參加了攝影、美甲、電競、咖啡沖調、健身的培訓，了解行業概況、學習新技能。見到一顆顆肯學肯做的初心，發掘了每位年青人的另一個專注、熱誠的樣子，年青人潛能無限、活力發光發熱發亮。他們大部份都受到導師賞識，進入工作體驗，擴闊了眼界視野，有些更是嘗試了第一份工作。

2022年了，不知道這一班年青人在學業、工作、甚或人生目標上有沒有轉變呢？

活動由沙田區青年活動委員會贊助



健身



生涯規劃桌遊



攝影



美甲



咖啡沖調



電競

沙TEEN人情味

本計劃獲得沙田社會福利署批款，活動中參加者進行長者義工服務，包括到沙田瀝源邨「盛記麵家」派發飯盒及禮物包；在「綠領行動」帶領下到沙田街市收集剩菜，然後派發予有需要的長者，隨後也有專業導師教授參加者烹飪技巧。

活動由沙田社會福利署贊助



家長打機



青年遊樂競技



親子包煮餃子



我們的快樂時代（親子平行小組）

疫情下，除了在家上學、工作及網絡上，大家與家人相處又如何呢？

3位青年，由打機互相認識、同聲同氣，去過遊樂競技場，回想兒時與父母玩耍片段，欣賞親情電影，學識了表達自己。

3位母親，重新了解家庭關係，交流管教模式，突破自己，拿起手掣打機，進入年青人世界，願意重新理解兒子想法。

3對親子一同買餸、包餃子，互相讚賞，造就珍貴時刻。

而你，你又會何時再抽時間陪伴你的家人，創出屬於你們的快樂時代呢？

「無毒有你」社區教育計劃 2021

本隊獲禁毒基金撥款於2021年11月及12月分別推行「無毒桌球」、「無毒足球」及「無毒Busking」，透過不同的興趣讓青少年及社區人士了解到毒品的禍害及求助方法，更可讓青少年親身向社區人士宣揚禁毒訊息。

活動由禁毒基金贊助



無毒BUSKING



無毒桌球



無毒足球

五位年青人由2021年10月至12月參與由九龍會所舉辦的剪髮培訓，在太子VIVA SALON上課，並於2021年12月至2022年1月進行四次義剪服務。

YM HAIR五子即將踏上髮型師之路

YM HAIR



**密切留意社會企業
YM HAIR單剪店
將於沙田石門京瑞廣場二期1樓122號鋪開店**

持本頁沙鷗正本光顧本店
可獲減\$10剪髮優惠一次
有效日期至2022年8月31日

服務質素標準SQS

為使大家能清楚了解SQS內容，本隊列出每項標準的細則俾大家參考，如果有任何疑問，歡迎大家詢問本隊職員。

- ✦ **標準1：** 服務單位確保製備說明資料，清楚陳述其宗旨、目標和提供服務的形式，隨時讓公眾索閱。
- ✦ **標準2：** 服務單位應檢討及修訂有關服務提供方面政策和程序。
- ✦ **標準3：** 服務單位存備其服務運作和活動的最新準確記錄。
- ✦ **標準4：** 所有職員、管理人員、管理委員會和／或其他決策組織的職務及責任均有清楚的界定。
- ✦ **標準5：** 服務單位實施有效職員招聘、發展、訓練、評核及調派守則。
- ✦ **標準6：** 服務單位定期計劃、檢討及評估本身的表現，並制定有效的機制，讓受助人、職員及其他關注的人士就服務單位的表現提出意見。
- ✦ **標準7：** 服務單位實行政策及程序以確保有效的財政管理。
- ✦ **標準8：** 服務單位遵守一切有關法律責任及專業精神。
- ✦ **標準9：** 服務單位採取一切合理步驟，以確保職員和受助人處身於安全的環境。
- ✦ **標準10：** 服務單位確保受助人獲得清楚明確的資料，知道如何申請接受和退出服務。
- ✦ **標準11：** 服務單位運用有計劃的方法以評估和滿足受助人的需要。
(不論受助對象是個人、家庭、團體或社區)。
- ✦ **標準12：** 尊重服務使用者對所得服務作出知情的選擇。
- ✦ **標準13：** 服務單位尊重受助人的私人財產權利。
- ✦ **標準14：** 服務單位尊重受助人保護私隱和保密權利。
- ✦ **標準15：** 每一位服務使用者及職員均有自由申訴其對機構或服務單位的不滿，而毋須憂慮遭受責罰，所提出的申訴應得到處理。
- ✦ **標準16：** 服務單位採取一切合理步驟，確保受助人免受侵犯。

Our new international arrivals

It has been over two years since we had international interns in our Chinese YMCA of Hong Kong. The ongoing pandemic has halted all international trips of the Association and made it nearly impossible to host international YMCA friends in Hong Kong.

Travelling nowadays seems not the easiest and safest thing to do, not to mention all the procedures and follow-ups upon arrival at your destination. But even with these challenges, our Association was delighted to welcome six young German interns who are Sarah, Pascal, Magdalena, Maurice, Hanna and Kai arrived on 2 October. They spent two weeks of quarantine at a designated hotel plus one week of self-monitoring in their new home, the Wu Kwai Sha Youth Village. They had to be fully vaccinated before landing in Hong Kong and get tested several times for Covid-19 during the quarantine period.

This experience has been very unique to them as they keep on learning and understanding Hong Kong's Zero- strategy. In Germany, the government is trying to ease the prevention restrictions like wearing masks are not mandatory outdoors and seems everything is possible whether you are tested, vaccinated or recovered from Covid-19. To protect its citizens, the German government emphasizes and encourages people to get vaccinated. Yet, there is an increasing number of local cases daily.

The German interns are willing to go through all these precaution requirements because they are eager to volunteer in the Association and engage with our YMCA members. Some of them waited for this opportunity for over a year, as their internship was cancelled in 2020 due to travel restrictions. Being able to explore Hong Kong for ten months while getting to know its culture and traditions is a valuable opportunity that will never be forgotten.

If you happen to meet them in your centre, please feel free to introduce yourself and show them the welcoming and candid spirit of Hong Kong. They will surely be happy to meet you all.





香港中華基督教青年會
沙田青少年外展社會工作隊
Chinese YMCA of Hong Kong
Shatin Youth Outreaching Social Work Team

地址：大圍新翠邨新偉樓平台223-226號

電話：2693 5097

傳真：2693 0219

督導：岑慧儀協調幹事

督印人：伍佩晶隊長

編輯小組：譚詩敏、余嘉詠、江顯朗、麥越勝

印刷數量：600本

出版日期：3/2022



本隊facebook QR Code



本隊Instagram QR Code



本隊網頁QR Code