



財團法人普仁青年關懷基金會

「2025 年優職人生夏令營」報名簡章

一、活動緣起：

本會以「青少年安心就學受教、探尋人生發展方向」為宗旨，培育增進青少年領導、就業與競爭能力，免於落入再一個世代的貧窮循環，讓青少年有勇氣、有動機的迎向未來，為自己開啟人生的另一扇窗。

為此辦理本活動，提供小太陽學習自主思考及溝通表達的能力、人際互動技巧等技能的機會，協助小太陽找到未來生涯方向，能有機會翻轉人生，建立正向的自我價值。

二、活動目的：

（一）人際互動與溝通：

經由團體課程及體驗活動，學習表達技巧，並強化個人的人際互動能力。

（二）生(職)涯方向探索：

藉由認識、參訪各行(職)場探索課程與活動，初步了解各行各業所需特質和能力，進而評估省思是否符合自己的特質、價值觀，作為日後自我充實、學習的方向指引。

（三）時間規劃：

透過一日行程的活動及任務，以體驗學習的方式，運用現有資源做好時間、交通規劃及風險管理，並達成交付的任務。

（四）自我認同與探索：

藉由各項自我探索的課程與活動，提升自信心與人際互動能力，以期能以客觀、正向及積極的態度看待自我的生命經驗，建構正向的自我價值觀，將是成功生涯發展的重要關鍵。

（五）善的循環：

由本會「育成計畫」扶助之績優大學生擔任小隊輔，透過這批年紀相仿的哥哥姐姐們以親切溫暖地引導互動，並由已畢業的小太陽所組成的青年團成員，分享自己的人生經驗等，將有別於課程學堂的啟發，可以誘發小太陽更為不同的體悟與感受。於此同時，亦能培養小太陽助人為樂、感恩回饋的價值觀，進而形成良性的社會循環。

三、活動日期：

2025 年 07 月 09 日(三)~2025 年 07 月 13 日(日)，合計 5 天 4 夜。

四、活動地點：

淡水聲寶訓練中心(新北市淡水區 251 坪頂路 696 號)



五、活動特色及流程：

探索課程：柯俞安心理師、喬如筠心理師帶領認識職業及認識自我

職業認識：參訪知名跨國科技公司-Microsoft、職業分享

捷運任務：搭乘捷運探索台北的風景及體驗文化

青年團分享：已畢業小太陽分享個人人生經驗

感恩晚會：在歡樂之餘，也提供一個展現自我的表演舞台

日期	上午	下午	晚上
07/09(三)	● 板橋車站集合 (10:30-11:00)	● 始業式 ● 職業探索課程	● 歡迎晚會
07/10(四)	● 捷運任務	● 捷運任務	● 捷運任務分享
07/11(五)	● 職場參訪	● 職場參訪	● 小隊時間
07/12(六)	● 青年團分享	● 自我探索課程	● 感恩晚會
07/13(日)	● 活動統整 ● 結業式	● 板橋車站解散 (15:00-)	

六、報名及徵選方式：

(一) 報名資格：

參加本會「助學計畫」、「引導計畫」或「育成計畫」之國、高中學生。(應屆畢業生及7月開始補助同學亦可報名)

(二) 報名方式：

1. 報名期限：自即日起受理報名，至 2025年06月13日 止。
2. 報名名額：預計招收 60名。
3. 報名方式：填妥附件之報名文件(報名表、肖像權同意書)，以傳真(02-2325-9088)、電子郵件(youcare18@you-care.org.tw)等方式擇一回傳後，請來電確認本會是否收到。
4. 甄選辦法：
 - A. 態度積極及負責，自我照顧能力佳，能自行搭車北上至板橋車站地下一樓高鐵售票處集合。
(工作人員會在高鐵板橋站及台鐵板橋站進行引導與接送)
 - B. 若報名人數過多，將參酌老師推薦函、作業繳交狀況(學習心得、志工時數)及社團出席率。
 - C. 不曾參加過活動的同學優先錄取。
 - D. 錄取名單將依學校為單位個別通知，並於 6月20日 公佈於本會官網。



七、活動重要須知：

(一)活動費用及交通費用均由本會支出，需同學自行訂票或學校協助訂票，最多補助來回車資合計 3,000 元(請勿訂購商務艙)，實支實付，本會將根據報到時提供之票根或購票證明之金額，預計於 08/05(二)透過匯款方式發放來回車資。

◇ 07/09(三)報到請訂上午 11:00 前抵達高鐵板橋站/台鐵板橋站的車票。

◇ 07/13(日)返家請訂下午 15:00 後由高鐵板橋站/台鐵板橋站發車的車票。

(二)活動後同學需於 7/23(三)前繳交活動心得(300-600 字)並將返家車票郵寄回本會(106 台北市大安區建國南路一段 299 號 3 樓，紀盈竹小姐收)

◇ 活動心得請 mail 至 youcare18@you-care.org.tw。

◇ 未於期限內回傳心得或寄回返家車票，將不補助車資。(以郵戳為憑)

八、獎勵：

(一)全程參與本活動者，頒發結業證書以茲鼓勵。

(二)積極參與者，將優先推薦參加本會育成計畫之申請人選。

九、聯絡資訊：

電話：(02)7723-1288，分機 18，紀盈竹小姐

Email：youcare18@you-care.org.tw

十、本計畫內容如有未盡事宜，得隨時修正之。