

臺東縣 115 年度青少年生涯探索號計畫 海嘯系列課程 I

壹. 依據：臺東縣 115 年度青少年生涯探索號計畫辦理。

貳. 目的：

- 一. 透過講師分享生命歷程，帶領學員看見不同的選項，引導學員對自己人生的思考，並在經驗不乏挫折與轉機中，學會如何去面對、解決的經驗，可望成為成員們的參考。
- 二. 以職場中實際操作及體驗，讓學員增加對職場的了解，並發掘學員個人技術之優點。
- 三. 拓展成員生命視野。

參. 辦理單位：

- 一、指導單位：教育部發展青年署
- 二、主辦單位：臺東縣政府教育處（學生輔導諮商中心）

肆、參加對象與時間：

一、對象：

- （一）青少年生涯探索號開案學員（優先）。
- （二）國中及高中職生未奠定生涯之青少年。
- （三）未就學及未就業之青少年。

二、期程：115 年

三、地點：台東縣學生輔導諮商中心諮商室或合作商家

伍、實施內容：

- 一、講師生職涯分享，了解各行業起源、回饋及反思、各項活動實體體驗(附件 2)。

陸、注意事項：

- 一、學員自行帶毛巾、水杯及更換衣物。
- 二、主要由電話及網路報名方式。

附件一

115 年 7 月 4 日				
健身體驗				
時間	地點	課程內容	講師	備註
13:00-14:00	報到/填問卷			
14:00-17:00	待定	教練生涯與創業歷程 分享	李宗哲	
		健身基礎知識介紹		
		簡易體能檢測與健身 教學體驗		
17:00-1730	填問卷/賦歸			

115 年 8 月 1 日				
甜點製作				
時間	地點	課程內容	講師	備註
9:00-	報到/填問卷			
10:00-12:00	待定 (lg 貼文公告)	經歷/作品介紹 日式昭和布丁（示範） 如何製作焦糖液 溫度控制、零失敗關鍵 布丁液的製作 口感細緻的關鍵、原物料的篩選、使用不同設備的方式及步驟 如何做出布丁的風味變化	邱紫筠	
12:00-13:00	休息			
13:00-17:00	待定 (lg 貼文公告)	巴斯克乳酪蛋糕（實作） 原物料的挑選與介紹、乳酪麵糊的製作、風味變化的調整、配方換算的方式	邱紫筠	
17:00-	填問卷/賦歸			

115 年 8 月 29 日				
彩妝				
時間	地點	課程內容	講師	備註
13:00-14:00	報到/填問卷			
14:00-17:00	089 舞蹈 教室	講師經歷介紹	李加恩	
		彩妝教學/實作		
		實作回饋與建議		
17:00-	填問卷/休息			

115 年 10 月 03 日				
樹皮手作				
時間	地點	課程內容	講師	備註
08:00-09:00	報到/填問卷			
09:00-12:00	待定 (Ig 貼文公告)	講師經歷介紹	林戎依 蘇鈺婷	
		學員實際操作(燈座)		
		回饋與建議		
12:00-13:	填問卷/休息			

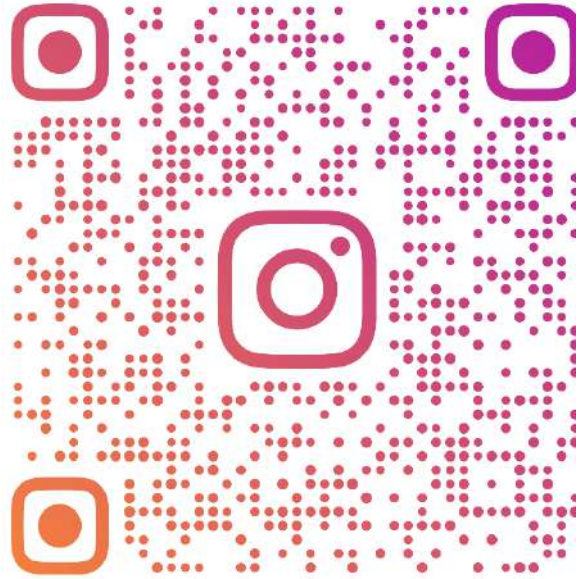
115 年 10 月 03 日				
精工手作				
時間	地點	課程內容	講師	備註
13:00-14:00	報到/填問卷			
14:00-17:00	待定 (Ig 貼文公告)	講師經歷介紹	蘇鈺婷 林戎依	
		學員實際操作 (名牌/書籤)		
		回饋與建議		
17:00-1730	填問卷/賦歸			

115 年 10 月				
美髮體驗				
時間	地點	課程內容	講師	備註
13:00-14:00	報到/填問卷			
14:00-17:00	待定 (Ig 貼文公告)	講師經歷介紹	待定	
		美髮教學/實作		
		實作回饋與建議		
17:00-	填問卷/休息			

報名網址/相關資訊



海嘯計畫 S1 活動報名表



IG(活動主要公告)

臺東縣青少年探索號計畫

海嘯上課吧

家長同意書

姓名		性別	☐ 男 ☐ 女	用餐	☐ 葷 ☐ 素
生日		身分證字號		手機	
特殊疾病或注意事項：					

☐茲同意本人子弟參加臺東縣教育處學生輔導諮商中心所舉辦之青少年生涯探索號計畫措施 B-海嘯系列課程活動，未申請為本計畫學員及報名之參與者，無安全相關保險之保障，敦促其遵守活動期間之安全與活動規範。

家長緊急聯絡電話：

家長身分證字號：

家長簽名(請簽中文全名)：

中 華 民 國 年 月 日

海嘯上課吧—
成效及滿意度調查表

◆ 性別：男☐ 女☐ ☐其他：

◆ 年齡：15-18 歲

1. 是否對活動場地的安排感到滿意？

非常滿意☐ 滿意☐ 普通☐ 不滿意☐ 非常不滿意☐

2. 是否對整體活動內容感到滿意？

非常滿意☐ 滿意☐ 普通☐ 不滿意☐ 非常不滿意☐

3. 是否對講師的安排感到滿意？

非常滿意☐ 滿意☐ 普通☐ 不滿意☐ 非常不滿意☐

4. 透過講師生命歷程的分享，看見自己的人生中有更多的選項？

非常同意☐ 同意☐ 普通☐ 不同意☐ 非常不同意☐

5. 你是否同意講師的生命故事及生命經驗，對於你有正向激勵的作用？

非常同意☐ 同意☐ 普通☐ 不同意☐ 非常不同意☐

6. 下次期待課程：

7. 心得感想分享及建議：

◆ 以線上問卷填寫為主，次則以紙本問卷填寫。

◆ 問卷網址：