



逸夫書院
2022/23 年 (下學期) 學生發展項目

項目分類	活動名稱	重點內容	日期及時間	語言	詳情及報名	截止日期
暑期計劃		內容包括外語及文化學習、禪修、實習及環境可持續發展	2023 年 6 月至 8 月	不適用		已截止報名
新生啟導計劃	“Strengths Profile” 自我探索工作坊	認識自身長處，以助大學規劃及長遠事業發展	1 月 17 日(二) 晚上 6 時 45 分至 9 時 45 分 2 月 17 日(五) 晚上 6 時 45 分至 8 時 45 分	廣東話/英語		已完結
藝術人生系列	「影照我心」攝影工作坊	學習攝影技巧，並發揮創意，通過拍照，將日常生活中經常被人忽略的人/事/物，與人分享	2 月 11 日(六) 下午 3 時至 5 時 2 月 17 日(五) 下午 7 時至 9 時 2 月 18 日(六) 下午 2 時至 4 時 2 月 25 日(六) 下午 2 時至 5 時 3 月 4 日(六) 下午 2 時至 5 時 3 月 10 日(五) 下午 2 時至 5 時	廣東話		已完結
社區服務項目	懷仁社區服務項目計劃	資助同學推行社區服務項目	6 月至 8 月	不適用		5 月 15 日(一) 下午 1 時
	SoF 大使計劃	以腳底練習方法幫助 SEN 學生減少憤怒引致的衝動或激進行為	3 月至 5 月	廣東話/英語輔助		已截止報名

語文提升及文化促進項目	「煮好 D 英文」工作坊	以英語學習烹飪，沒有烹飪基礎的同學也歡迎參加	4 月 6 日(四) 4 月 11 日(二) 4 月 13 日(四) 上午 11 時 30 分至下午 1 時 30 分 同學可參加任何一節或所有節數的課堂	英語	已截止報名
	社交及跨文化交流英語工作坊	提升社交英語能力	2 月 20 & 27 日(一) 3 月 13 & 20 日(一) 晚上 7 時至 9 時	英語	已截止報名
	生活廣東話工作坊	學習日常生活的廣東話用語，並於最後一課走出班房，進行實戰練習	2 月 23 日(四) 3 月 2、16 & 23 日(四) 晚上 7 時至 9 時	英語、廣東話	已截止報名
	粵語司儀訓練班	司儀訓練及講稿撰寫技巧	2 月 16 & 23 日(四) 3 月 2、16 & 23 日(四) 晚上 7 時至 9 時	廣東話	已截止報名
正念活動	禪攝影展覽	展出常霖法師及早前參加禪攝影工作坊學員的作品	1 月 9 日至 20 日 週一至五: 上午 9 時至晚上 10 時 週六: 上午 9 時至下午 6 時	不適用	已完結
	朱古力.禪工作坊	親手製作及品嚐朱古力，並學習禪修練習	2 月 5 日(日) 上午 10 時至下午 5 時	粵語(可提供英文或普通話翻譯)	已完結
	電影禪	電影欣賞「深夜加油站」，以及由常霖法師主持映後分享會	3 月 2 日(四) 下午 3 時 30 分至 6 時 30 分	英語 (中英文字幕)	已完結
	Meditate with Freedom	與院長梁耀堅教授以呼吸、拉筋、冥想等方式來減壓	3 月 1、8、15、22 及 29 日(三) 4 月 12 及 19 日(三) 中午 12 時至下午 1 時	英語、廣東話	已截止報名

	從死看生	走訪火葬場、撒灰花園及殯儀社企，反思生命價值，學習「從死看生、活好當下」	3月26日(日) 上午10時至下午5時	廣東話	已完結	
工作體驗計劃	領袖培訓課程-高效能人士的7個習慣	學習提升個人效能的7個習慣，為進入職場奠定基礎	2月4日及11日(六) 上午9時30分至下午5時30分	廣東話	已完結	
	一對一就業指導	MBTI® 16型人格 X 你的職業導向	2023年3月 (書院將與成功報名同學進行預約)	廣東話	已截止報名	
	專業形象指導工作坊	專業化妝師及髮型師進行即場示範-講解不同場合的服裝要求	2023年3月29日(星期三) 下午3:30-5:30	廣東話		3月23日(星期四)
	模擬面試工作坊	學習如何在求職面試突圍而出	2023年4月14日(星期五) 下午7:00-9:00	廣東話		3月31日(星期五)
師友計劃	學長夜話『成功方程式?』	兩位皆畢業於政政系的逸夫師兄起點似乎相同，但在人生跑道上各自跑出了截然不同的兩條大道，究竟有著甚麼成功方程式？在各自的跑道上又看到甚麼不一樣的風景？	2023年3月24日(星期五) 下午7:30-9:30	廣東話	已完結	

		兩位校友香港海關副關長陳子達先生(政治與行政 94)及商業一台總監及主持郭志仁先生(政治與行政 01)將作出分享			
圓夢計劃		資助同學實踐夢想及貢獻社區	2022/23 學年	不適用	已截止報名
文化共融計劃	新年慶祝派對	與來自不同國家及文化背景的同學共同慶祝農曆新年	1 月 16 日(一) 晚上 7 時至 9 時	英語	已完結
	東平洲生態文化之旅	暢遊東平洲，及認識來自不同國家及文化背景的同學	2 月 12 日(日) 上午 8 時 30 分至晚上 7 時	廣東話/英語	已完結
	孫中山史蹟徑導賞	介紹孫中山史蹟徑的歷史及背景	3 月 25 日(六) 下午 2 時 30 分至 5 時 30 分	廣東話/英語	已截止報名
	荔枝窩生態文化之旅 x [Exercise Well] Hiking with Freedom	與 Freedom 暢遊荔枝窩，深入了解那裡的文化及生態	4 月 1 日(六) 上午 8 時 15 分至下午 5 時	英語	已截止報名
資訊科技分享小組	Adobe Photoshop 教學工作坊 (初階)	教授基礎 Adobe Photoshop 技巧	2 月 13, 20 & 27 日 (一) 晚上 7 時至 9 時	廣東話	已完結
	Adobe Photoshop 教學工作坊 (進階)	教授進階 Adobe Photoshop 技巧	3 月 20 & 27 日 (星期一) 晚上 7 時至 9 時 30 分	廣東話	已完結

	Adobe Illustrator 教學工作坊 (初階)	教授基礎 Adobe Illustrator 技巧	3月1 & 8日(三) 晚上7時至9時	廣東話	已完結
	Adobe Illustrator 教學工作坊 (進階)	教授進階 Adobe Illustrator 技巧	3月15 & 22日(三) 晚上7時至9時	廣東話	已完結
	Adobe Premiere Pro 教學工作坊 (初階)	教授基礎 Adobe Premiere Pro 技巧	2月23日(四) 晚上7時至9時	廣東話	已完結
	Adobe Premiere Pro 教學工作坊 (進階)	教授進階 Adobe Premiere Pro 技巧	3月2 & 9日(四) 晚上7時至9時	廣東話	已完結
	Adobe InDesign 教學工作坊 (初階)	教授基礎 Adobe InDesign 技巧	2月6日(一) 晚上7時至9時	廣東話	已完結
	Microsoft Excel 教學工作坊 (初階)	教授基礎 Microsoft Excel 技巧	2月21日(二) 晚上7時至9時	廣東話	已完結
	Canva 教學工作坊 (初階)	教授基礎 Canva 技巧	3月29日(三) 晚上7時至9時	廣東話	已截止報名
	康體訓練課程	韓式潮流舞 蹈		2月21 & 28日(二) 3月7, 14, 21 & 28日(二) 晚上6時30分至8時	廣東話
泰拳			2月9, 16 & 23日(四)	廣東話	已截止報名

		3月2, 9, 16, 23 & 30日(四) 晚上6時30分至8時		
普拉提 健體班		2月16 & 23日(四) 3月2, 9, 16 & 23日(四) 晚上7時至8時30分	廣東話	已完結
網球		2月16 & 23日(四) 3月2, 16, 23, 30日(四) 晚上6時至8時	廣東話	已截止報名
瑜珈		2月20 & 27日(一) 3月6, 13, 20 & 27日(一) 晚上6時30分至8時	廣東話	已完結
高爾夫球 初班		2月15, 22 & 24日 3月1, 3 & *8日 (三及五) 下午5時30分 至7時30分 *下午4時至6時	廣東話	已完結
獨木舟 (一星章)		4月2日(日) 早上9時30分至下午5時	廣東話	已截止報名
獨木舟 (二星章)		4月16日(日) 早上9時30分至下午5時	廣東話	已截止報名
風帆入門訓 練班 (第一級)		4月22&23日(六 & 日) 早上9時30分至下午5時	廣東話	已截止報名