

## 社區教育活動系列

● *We Chat We Connect* 與藝術家之聯繫  
讓曾參與藝術治療小組的服務使用者與本地藝術家聯繫及合作，共同以情緒健康為主題進行藝術交流及創作。

● *Dialogue in Arts* 藝術中的對話  
透過社區互動平台，展示參加者與本地藝術家共同創作的藝術品，讓她們與社區大眾人士以藝術對話形式作彼此交流。

● 青年女性情緒健康研討會  
邀請關注年青女性情緒健康的社區人士參與跨專業研討會，共同商議、推動及建立一個情緒友善（Emotion friendly）的社區。

● *It's All About Me and Emotion*  
社區劇場  
以一人一故事劇場（Playback Theatre）形式，讓青年女性、藝術家及社區人士分享個人故事，並表達對情緒健康的看法。

● *Community Art Jamming*  
社區藝術活動  
讓公眾人士共同參與、經歷創意藝術的過程，感受藝術創作的力量。



有關活動最新詳情，請瀏覽中心網站：  
<http://charrette.caritas.org.hk>

本中心亦歡迎各學校、社福機構與我們合作舉辦公開講座、創意藝術工作坊及小組，或其他社區教育活動。

如有查詢，請與我們聯絡  
電話：2467 8455 / 6162 6984  
傳真：2467 3655  
電郵地址：[ycschctr@caritassws.org.hk](mailto:ycschctr@caritassws.org.hk)  
地址：新界沙田文禮路23-25號3樓



編印日期：2014年9月  
編印數量：2000份

# Show my Color

## 青少年情緒健康支援計劃

一個以情感、創作出發的  
青少年情緒健康服務



明愛青少年及社區服務

Johnson & Johnson 強生(香港)有限公司贊助

# Show my Color

青少年情緒健康支援計劃

本計劃獲得「強生(香港)有限公司」贊助，為10至24歲有情緒困擾的女性提供多元化情緒支援服務。計劃為期一年，由2014年9月至2015年8月。

女性面對情緒困擾及壓力時，容易壓抑內心感受及需要。因此，我們期望以創意藝術治療(Creative Arts Therapy)為介入手法，運用視覺藝術、音樂、舞動、戲劇等元素為有情緒困擾的女性提供不同形式的情緒支援及輔導服務，幫助她們走出情緒陰霾，並以嶄新的創意藝術媒介與社會聯繫。

我們亦會推動公眾關注青年女性情緒健康，舉辦一系列的預防、強化及教育性社區藝術活動，讓社會認識情緒健康的重要性及青年女性的情感需要。



## ● Show my Potential

### 創意藝術工作坊

讓關注自己情緒健康的女性嘗試運用不同種類的藝術媒介探索及表達內心感受。

## ● Show my Art 創意藝術治療小組

邀請有情緒困擾的女性參加6節創意藝術治療小組，讓她們在一個安全、被接納的環境下釋放負面情緒，重拾能量及信心，重塑自我。

## ● Show my Care 個別輔導

為參與創意藝術治療小組後需要跟進的女性提供個別輔導。



## ● Show my Concern 公開講座

傳遞有關女性精神及情緒健康訊息，讓公眾關注她們的情緒健康。

## ● Show my Strength 公開展覽

展示服務對象的作品，讓公眾了解她們的心聲及處境。

## ● Show my Mind 情緒健康網站

讓公眾認識受情緒困擾的女性的情感、想法及內在需要，並提供有關促進情緒健康的方法及社區資源。

