

總有路走

第二版

SEN年青人的職涯規劃

傳恩惠您

www.iCare.world

「傳恩惠您 - 資訊科技義工隊」成立於2009年6月，願景為「社福機構與弱勢社群」提供社區關顧及義教服務；並於2012年12月12日正式註冊成為香港非牟利機構「傳恩惠您」(編號91/12252) 以全義工模式運作，善用資訊科技及新媒體平台作為媒介，結合基督教傳統品格教育，義務為自閉症青少年提供資訊科技職業培訓及實習工作機會。

我們深信，自閉症人士可以藉著認識及受訓於資訊科技而能夠改寫自己的未來；已受訓的自閉症青少年將會被分配於機構旗下的不同社企裡，擔任 動畫師、剪接師、配音員及App程式製作人員，以隊工模式合力製作德育、心靈健康及復康復健的App程式、動畫及短片頻道，傳遞品格教育及積極正面的價值觀。

在機構踏入第二個十年，我們以「善用資訊科技，倡導傷健跨代共融」為方向。提升自閉症青少年成為IT導師，支援社區內「銀髮族及長期病患者」的資訊科技義教服務，以熟悉智能手機及樂齡復健復康器材的應用。

感謝 The Lee Yuen Haan Memorial Charitable Foundation 及匯豐銀行慈善基金的支持，開展「樂齡科技數碼大使」資訊科技行業培訓先導計劃，讓受訓的年青人團隊，善用社交平台，製作不同復健復康影片及應用程式；關懷鼓勵不同傷病老弱及家屬，一起走過苦病低谷，開展積極的人生下半場。

「樂齡科技數碼大使」計劃採用Train-The-Trainer為基礎的職業實習培訓方式，發掘及栽培SEN年青人成為銀髮族的資訊科技導師，並透過服務社會的過程，讓家長們了解發展方向。



創辦人盼望：常存信望愛
善用科技，推動傷健跨代共融社會

IT義工隊成立

2009-2011

凝聚300位業內有心人
成立「IT義工隊」支援不同社福機構
參與YWCA「長者IT教室」培訓導師統籌
技術支援「癌症網友團契」





註冊成為慈善機構

2012年

將信望愛及品格教育帶入社區
提供弱勢社群資訊科技義務教育
舉辦「德育程式創作大獎」
建立品格教育的親子社交媒體
建立45萬粉絲社群



成立iCare資訊科技社會企業

2016年

《童樂編程》資訊科技義教計劃
成立《與別不同》遊戲工作室
製作400個德育App，獲得550萬下載
榮獲HKICT 智慧市民大獎及教與學金獎



成立 親子Online 動畫製作社企

2018年

舉辦10周年《慈善藝術展》
設立《青少年動畫師》培育計劃
為108間科學園企業製作公司動畫
榮獲香港十大優質社會服務大獎



首個培訓中心成立

2021年

培訓中心為錄音、錄影及綠幕拍攝場地
開展《共融電視台》Youtube頻道
疫情期間製作《SEN在家培訓》影片系列



開拓SEN樂齡科技數碼大使計劃

2023-現在

舉辦15周年《慈善藝術展》
《樂齡科技數碼大使》培育計劃
開展每月《長者 AI 教室》至今40場
製作《智能手機 – 網絡防騙課》教材套
成立《遊戲兵工廠》製作銀髮族體感遊戲

SEN青少年的左腦潛力 – 童樂編程

「童樂編程」是特別為SEN而設計的「左腦思維培訓計劃」。我們深信每一個孩子都擁有獨特的潛能，只要悉心栽培，透過合適的資訊科技培訓，便能發揮所長，實現「善用資訊科技，發展SEN潛能」的願景。

本計劃透過「寓教於樂」的互動學習模式，推動學員在輕鬆愉快的氣氛下，培養邏輯思維、專注力及問題解決能力。同時，課程特別注重團隊合作及溝通技巧，鼓勵學員們彼此協作、互相支持，從而建立自信和團隊精神，實踐「助人自助」的機構理念。

在 iCare 多年來的培訓經歷裡，我們發現許多SEN青少年具備驚人的專注力與創造力，特別是資訊科技應用及數碼創意方面更有突出的天賦。

「童樂編程」計劃秉承這精神，以系統化、專業化的方式，讓實習學員透過善用編程及科技創新，發揮自身潛能。

讓SEN青少年將天馬行空的想法，學習製成App及動畫，讓父母及公眾更了解孩子的世界。



鳴謝：

數碼港 Cyberport　Microsoft　CSOFT

Grand Award 大獎 Hong Kong ICT Awards 香港資訊及通訊科技獎

學員曾說：我最想
我的家人能玩到我創作的遊戲

右腦啟發 – 慈善藝術教育計劃

「慈善藝術教育計劃」是一個特別針對SEN青少年的「右腦藝術思維而設計的培訓項目」。包括Ai共融T袖製作、動畫師培育計劃、影片拍攝及剪輯、實體畫製作及慈善藝術畫展。

我們深信藝術不僅是一種技能，更能啟發孩子對世界的好奇心、觀察力和創意表達能力，從而豐富他們的內心世界，並提升情緒管理和人際溝通技巧。

透過伙伴畫室既專業及有系統的藝術導師培訓，培育一群具備高度同理心、良好情緒管理能力的SEN藝術導師，陪伴SEN學童與低收入家庭孩子共同成長。

本著「人人都做得到」為教學理念，舉辦藝術義教課及創意動畫工作坊，鼓勵親子家庭一同參與豐富多元的藝術創作，包括平面、半平面及立體作品，激發他們的創意潛能，突破限制。並且舉辦「慈善藝術展」，不僅展現孩子們的努力與才華，更讓他們學習以自身的能力回饋社會，培養關懷他人的心靈。

我們希望透過藝術連結社區，推動傷健共融，讓每一位參與的學員都能從藝術創作中找尋自信，展現潛能，成為生命的奇蹟與希望。

感恩社會的認同，榮獲獅子會的「香港十大優質社會服務大獎」，讓生命繼續感染生命。



鳴謝：

社會福利署 Social Welfare Department　VYOND　Find Arts Studio　Artiste Studio 展藝創作室　&dear　香港十大優質社會服務

藝術導師曾說：藝術教育
啟發了小朋友對世界事物的好奇與主動探索

我們看見SEN青少年的潛力

社會上對SEN人士（特殊教育需要人士）常有刻板印象，認為他們在身體殘障、專注力、社交溝通或情緒管理等各方面，存在着不少弱項。確實，許多SEN青少年在日常生活、學習和工作中，可能會面對手眼協調欠佳、語言表達困難、注意力不足、多動或情緒易波動等挑戰。

這些特質容易讓他們在傳統學校環境或職場中遇到挫折，甚至被誤解、被標籤，甚至被歧視。然而，弱項並非他們生命的全部。SEN人士往往擁有許多獨特而寶貴的特質，例如：專注於自己感興趣的領域，對細節特別敏銳，視覺記憶力突出，不少對電腦資訊科技的應用，具有良好的學習能力，甚至有特殊的天份。

不過，現今香港社會，以為他們容易學習到一技之長，以便投身社會。便普遍以零售、餐飲、清潔、搬運或勞動性質的工作培育SEN年青人。

作為父母，我們都渴望子女平安及健康地成長，即使自己從事勞動工作，也不一定希望子女走上相同道路。這些普通人基本的工作，特別是很多SEN年青人的「前庭覺」（即身體的平衡感及空間感知能力）較弱；其實SEN人士自小便經歷多年感統訓練，才能改善其手腳協調及平衡力。單單在捧餐盤、搬動貨架貨物及餐桌間穿梭，平衡身體並不是一朝兩日的事情。另外，不少SEN年青人有「社交障礙」，要突破公眾目光，並與陌生人交流接觸，當中需要莫大的勇氣及親友的支持鼓勵。



與其勉強年青人要遷就不適合的工作環境，不如嘗試善用科技。並且，在Ai人工智能的輔助下，學習文書應用、Ai圖片或動畫製作、社交媒體影片剪輯工具等，幫助發揮他們的潛能。

透過適切的培訓和耐心的栽培，SEN年青人絕對可以突破心理障礙，甚至在科技領域裡找到屬於自己的一片天，建立自信，活出有尊嚴的生命。

家長曾說：我們彼此砥礪前行
一起構建傷健跨代共融的社區

SEN人士要融入社會，很困難嗎？

現時不少社福機構都積極提倡「因材施教」，嘗試透過不同培訓課程，幫助SEN人士發揮潛能。過去十年，政府更大力推動社會企業的成立，鼓勵為弱勢社群提供一些較彈性的工作崗位，讓SEN年青人可以逐步適應職場環境，這無疑是一個正面的發展。

然而，現實是SEN人士佔人口超過7%，單憑慈善、社福機構及社企，難以滿足龐大的求職需求。更重要是，若要真正讓SEN人士融入社會，除了提供培訓及特設崗位，更需要整個社會，尤其僱主的參與和接納。

不少僱主可能對SEN人士的能力及工作表現抱有疑慮，甚至誤解他們只能從事基層工作。事實上，許多SEN人士擁有獨特的長處，例如細心、有耐性及善長重覆性工作，甚至有不錯的學歷。僱主若能夠放下既有的印象，以開放態度嘗試聘請及培訓，SEN年青人不但能勝任工作，更能為企業帶來意想不到的效益。

在起步階段，鼓勵僱主以「兼職」或「實習」形式聘用SEN青年，是一個有效的策略。透過兼職崗位，既能讓企業減輕招聘及管理成本，同時亦為SEN人士提供了逐步適應職場節奏的空間，讓他們在合適的環境下發揮潛能，建立自信，融入社會。

不少SEN家長本身是各公司的中層管理者，擁有豐富的社會經驗及專業技能。引致近年有家長與剛畢業SEN子女一起成立小型社會企業，以家庭為單位共同創業。這種「親子共同創業」的模式，不單能讓SEN青年在熟悉的環境中逐步適應營商節奏，亦可以讓父母有更多機會陪伴和指導子女，讓子女在家庭支持下，發揮潛能，建立自信，逐步融入社會。





作為家長，你可以善用自身的專業知識及經驗，陪伴子女一起在工作中成長。在這過程中，你不僅為子女的未來創造機會，也為其他家庭帶來啟發和鼓勵。

學員說：與長者們的聊天，或許他們只是在講述以前的經歷，但從中我學到很多經驗

從受助者，轉化為助人者?

在社會競爭激烈的環境中，弱勢社群經常被忽略和排斥。經過機構十多年來的親身培訓及實踐經驗，特別是與各學校老師傾談後，了解到SEN青少年和基層群體面對著就業挑戰，並確信只要能用心發掘和培育他們的長處，是可以轉化角色，由受助者逐漸脫變成為貢獻社會的助人者。

透過「Train-The-Trainer」（助理導師培訓計劃）及「社會服務實習」，聯合伙伴機構為SEN青年提供超過100小時的深入培訓，並安排參與機構實習，從矇憧無知的「初階學員」逐步成長為游刃有餘的「進階學員」，再進一步成為「助理導師」，負責統籌課程及帶領新學員。

這種階梯式的培訓模式，讓年青人認真建立自信，學會表達自我，並建立一個自己能與別人有效互相的溝通模式。



此外，我們也鼓勵SEN青年參與各項社區服務，特別是在長者及長期病患人士的資訊科技義教計劃中，發揮所學技能，推動傷健跨代共融，實踐「助人自助」的精神。透過服務他人，年青人不僅能體會助人的快樂，更能發現自身的潛能，重新定位未來發展方向。



我們相信，只要社會上有合適的需求崗位，並能結合弱勢群體的獨特長處，這將會是一股「勢不可擋的融合力量」，推動社會變得更和諧美好。

讓我們攜手同行，支持並見證每一位SEN年青人，從曾經需要幫助的人，逐漸成長為能夠回饋社區、關愛他人的伙伴。



從被動的「受助者」，一步一步轉化為能主動貢獻社會的「助人者」。

導師曾說：願我們同心合力，共同創建一個跨代共融而且和諧互諒的社會環境

我們的路不平坦，但「總有路走」

社會常常以為人生像一場競賽，用輸贏排名來衡量一個人的能力和才華，拼命爭取所謂的「贏在起跑線」。

然而，人生更像是一趟漫長的旅程，沿途會有高峰，也會有低谷；會有歡笑，也必然有淚水。「龜兔賽跑」的故事中，烏龜雖然爬得慢，但牠清楚自己的方向，持續不懈地往前走，最終總會抵達目標。

作為弱勢社群的家長，我們的路途或許比別人更崎嶇、更漫長；但請記住，這條路絕不是孤單的。當遇到困難和挫折時，請不要害怕主動尋求幫助，因為身邊總有人願意伸出援手，陪你我一起度過難關。正是這些彼此扶持的溫暖，讓我們更加堅強、更加勇敢，也讓孩子們看見希望的光芒。

當你跨過困難，生活順利並處在高處時，不要忘記自己曾經受過的幫助與溫暖。請抬起頭來，細心觀察四周，看看是否有人正徘徊在低谷，需要你的關心與鼓勵。向別人伸出援手，分享你的心路歷程與力量，這樣的善意，不僅能照亮他人的人生，也能豐富自己的生命。

人生並非競賽，而是攜手同行的旅程。不論當前處境如何，只要我們心中有明確的目標，懷著不放棄的精神，總會有路可走。

讓我們一同懷抱希望，彼此守望，
共同建立更溫暖、更和諧的社會。



創辦人曾說：最美的風景，常常不在終點
而在於一路上的陪伴與守望

父母是孩子一生的導師

我們相信，父母不僅是孩子成長路上的陪伴者，更是最重視他們、最了解和最能體貼支持他們的老師。因此，iCare絕大部分的工作培訓和就業實習，都是以整個家庭為單位，一起參與培訓及實習工作。

在實習工作過程中，我們會安排父母與子女共同投入職場，實踐各種職業技能，並透過工作中的實際經歷，深入認識彼此的能力、潛能及需要改進的地方。每次的實習之後，我們也會即場與父母進行分析及工作評估，讓父母能即時掌握子女的表現，並與導師共同商討下一步的成長計劃。

透過這種「親子同工」的模式，我們希望父母和子女之間能更深入地理解、溝通和合作，從而建立更緊密的親子關係。許多父母在這個過程中，更能細緻地留意子女的獨特長處，發掘他們平日未被察覺的潛能，並找到更適合子女的發展方向。

這個模式不僅協助SEN青年更順利地融入社會，更重要的是，讓父母真正成為他們生命中的引導者和同行者。

透過親身參與和陪伴，深入了解子女的內心世界，發現他們的獨特潛能，在成長路上給予最有效的支持、鼓勵與指引。

父母與子女並肩同行，亦是一場共同學習、共同成長的旅程，並成為子女踏出自信而且堅實基礎的一步。也讓父母從中獲得滿足感與成就感，見證著孩子一步一步邁向人生的新里程。



聖經教導我們：教養孩童
使他走當行的道，就是到老他也不偏離

SEN人士也可以有職涯規劃?

SEN人士的職涯規劃是一個不容忽視的課題，許多SEN人士的父母已日漸年邁，父母們亦擔憂子女未來的工作安排和規劃。另一方面，香港經濟環境下滑，不少僱主自身難保，難以提供合適的職位予不同能力的求職者。雙重困難下，SEN人士的就業亦變得更加嚴峻。

近幾年，本機構創辦人Tiffany經歷了腦幹中風及長期療養，與及透過我們在老人院的服務經驗中，有一個重要的觀察和啟發：『老人服務』及『樂齡科技』行業，相信是SEN人士一個具潛力的長遠就業機會。

香港社會正在快速老齡化，長者的人口比例不斷增加，老人院舍、日間護理中心及社區照顧服務的需求亦相應持續上升。然而，目前社福及長者服務行業內，不少前線服務人員及助理正逐漸步入退休年齡，面臨人手不足的情況持續惡化。

正當長者服務行業急需人才的同時，SEN人士卻面對就業不足的狀況，不少人苦於找不到適合自己能力的工作崗位。事實上，許多SEN人士擁有細心、耐性、專注及穩定性高等等的特質，正好切合老人服務及樂齡科技支援工作。

於是，我們看到了這兩大社會需求之間的契合點與各種新機會。嘗試推行「樂齡科技－數碼大使計劃」(SEN人士資訊科技行業培訓先導計劃)，透過專業培訓及實習，讓SEN青年掌握資訊科技、數碼應用及樂齡科技的專業技能。

計劃涵蓋資訊科技技能、智能手機及平板電腦應用、社交媒體管理、動畫及影片製作等，同時安排學員直接參與社企實習及長者義教服務，實踐「助人自助」的理念，讓他們從實踐中建立自信，逐步邁向職場獨立。透過這個計劃，我們希望從根本上解決SEN人士的職涯規劃難題，並且培育他們成為長者服務及數碼科技領域內的人才。

我們團隊深信，各人際遇不同
每個人都有可能會輸在人生當中的起跑線.....
但適時適切的生涯規劃
可以幫助大家重新定位
甚至有一天
人人都可以贏在生涯規劃當中的轉捩點！

學員說：一位90多歲的婆婆每天堅持走路鍛鍊身體
她們都在用行動及故事告訴我堅持的重要性

「總有路走」慈善基金成立目的

機構創辦人及義務總幹事 Tiffany 善用資訊科技及不同社交媒體，具有超過15年SEN家庭的培訓資歷，並得到多個國際性及業內知名獎項的認同與公開肯定；惟 Tiffany 於2021年初，工作期間突然暈倒，入院後被證實為「腦幹大範圍缺血性中風」，現時經已接近70%腦幹細胞受損。

中風復健的四、五年間，Tiffany善用不同社交媒體平台，招聚超過26萬中風、癌症 及 長期病患者家屬群體；成立了「總有路走」Facebook專頁，立志以生命影響生命！用自己中風復健的心路歷程，關懷鼓勵不同病患及家屬，一起走過苦病低谷，開展積極的人生下半場。

Tiffany 深知自己已踏入生命的最後階段，經過謹慎的考量，毅然決定投入自己的危疾保險金，成立「總有路走」慈善基金，貢獻自己微薄的力量，為她一生最重視的特殊學障家庭 及 社區內年邁無依的老人家，倡導香港的市民大眾同心合力，共同創建一個跨代共融而且和諧互諒的生活環境；藉此，身體力行，推動社會各界有心人仕遺愛人間。

我們深信：
一個人能為社區做的不多，但同心合力！我們一群人可以為整個世界創造無限可能；藉著慈善基金的運作模式，匯集政商校企不同界別有心人的才思及力量，彼此砥礪前行，一起構建傷健跨代共融的社區。

理念
善用資訊科技，倡導傷健跨代共融

信念
深信SEN青少年人可以藉著資訊科技改寫自己的未來；建設社會，祝福弱勢社群

盼望
藉著適時適切的「職涯規劃」讓SEN家庭重燃自力更新，突破局限的希望

愛心
培訓 SEN 青少年人，參與長者及長期病患者的社福服務，建立傷健跨代共融社區



Tiffany 朴陶
2019年香港人道年獎得主

創辦人曾說：任何人都會遇上難熬的逆境與困局
有時候，我們都須要一些激勵人心的真實分享
彼此互相打氣！

Establish "Tech for Good" indicators Recognize and honor individuals, schools, and organizations that practice "Tech for Good"

IT Festival
Tech for Good Award

建立“科技向善”指標
表彰並獎勵實踐“科技向善”的個人、學校和組織



退休學員說：我現在識用好多電話功能
多謝阿Sir的教導和Tiffany鼓勵，好感謝

科技向善：全年計劃



SPRING
樂齡科技同樂日



SUMMER
童樂編程親子課



FALL
iCare科技節



WINTER
科技向善表揚禮

實習生曾說：
我們一定要想多些項目給老人家

科技向善：為社會帶來正面的改變

我們將以『科技向善』為年度指導方針，核心策略是與本地大專院校合作推行『樂齡科技數碼大使 -- 實習生計劃』。此計劃將重點培訓及賦能各專上院校的 SEN 青年，在每一季度共同策劃一項『科技向善』主題活動。

同時，我們亦將積極聯合各大資訊科技機構，共同研發更多惠及社群的創新項目，為四季活動注入更多元的科技力量：

春季：樂齡科技同樂日
在新春佳節，攜手受訓中的實習生，為長者帶來有人情味的科技體驗與關懷，共享數碼樂齡生活，傳遞節日祝福。

夏季：童樂編程親子課
炎炎夏日，舉辦親子編程課，由受訓後的助理導師引領，啟發孩子創意潛能，促進家庭互動學習，共建Roblox共融遊樂園 及 運動場。

秋季：iCare科技節
秋日豐收，透過「科技節」活動展示「科技向善」的年度成果，匯聚創新意念與傷健共融的實踐，與社區共享科技的魅力。

冬季：科技向善表揚禮
歲末感恩，嘉許在「科技向善」路上努力不懈的青年人、夥伴機構及積極於科技向善的企業，凝聚力量，展望未來。



iCare 誠邀商界學界有心夥伴，一起參與『科技向善』計劃，賦能社群，共建關愛香港！

您的智慧與資源能點亮生命，並是對SEN青年與長者最暖的鼓舞。讓我們攜手，讓科技服務社群，創造可能。

一位老太太說：這些年青人
願意為我們發展科技，真是年青有為

科技向善 Tech for Good

在 iCare 的理念裡，**「科技向善」(Tech for Good)** 並非一句空泛的口號，而是我們貫徹始終的行動綱領與核心價值。科技的真正力量，在於如何被運用來觸碰生命、彌合差距，並為社會帶來正面的改變。我們的願景是「善用資訊科技，倡導傷健跨代共融」，將冰冷的技術轉化為溫暖的關懷，特別是為 SEN（有特殊教育需要）的青年和年邁的長者社群服務。

許多SEN青少年在資訊科技應用及數碼創意方面擁有驚人的專注力與天賦。「科技向善」的實踐，首先從「賦能」開始。透過「童樂編程」左腦思維培訓計劃，以及「慈善藝術教育計劃」右腦藝術啟發項目，我們為SEN青年提供系統化的資訊科技職業培訓及實習機會，涵蓋動畫製作、影片剪輯、App程式開發，乃至時下熱門的AI人工智能工具應用。

採用「Train-The-Trainer」的培育模式，讓學員從初階的學習者，逐步成長為能夠指導他人的助理導師。這個過程不僅是技能的提升，更是自信心的建立，讓他們從昔日的「受助者」，一步步轉化為能夠主動貢獻社會的「助人者」。

我們深信，只要給予適當的土壤和耐心的栽培，SEN 青年絕對可以在科技領域裡找到屬於自己的一片天，改寫未來。



當SEN青年掌握了科技技能後，iCare便引導他們將所學回饋社區，實踐「助人自助」的精神。

「樂齡科技數碼大使」計劃便是「科技向善」的重點項目之一。受訓的SEN青年化身為 IT導師，進入社區支援「銀髮族及長期病患者」，教導他們使用智能手機、平板電腦，以及創作樂齡遊戲。

這些互動不僅傳遞了科技知識，更促進了傷健之間的理解與跨代共融，讓長者感受到科技的溫暖，也讓 SEN 青年在服務中找到自我價值和社會歸屬感。

創辦人曾說：我們的理念是
人人都做得到

長者IT教室

智能手機防騙指引

保護個人資料



防範假冒來電：

騙徒會冒充政府部門、銀行或知名公司
特別是冒充電訊公司，要求核實個人資料

謹慎處理來歷不明的電話或短信：

不輕易回應，不要提供個人信息
不要抱著挑戰及擊退騙徒，直接忽略便可

不要分享個人資料：

包括身份證號碼、信用卡/銀行賬戶、密碼



識別騙局

請勿貪圖獎品獎勵，誤信網絡廣告：

看到特別優惠的網絡廣告或活動宣傳
騙徒會冒認知名公司假扮優惠或抽獎活動
抱著懷疑態度，小心點擊，不要隨便傳遞

不輕信陌生連結 / 鏈接(Link)：

要抱著懷疑態度，朋友發來也未必可信
避免參加心理測驗遊戲 或 社交媒體連結
騙徒是在騙取社交網絡或智能手機的授權

安全應用 安全防護



下載應用程式要小心：

避免在不知名網站下載App應用程式
只從官方應用商店下載
（Google Play 或 Apple App Store）

啓用雙重驗證：

最少加入SMS短訊 或 電郵驗證
增加安全保護，防止他人的未授權登錄

遇到可疑來電要冷靜：

不要急於回應，先與家人或朋友討論
盡量拖延 或 直接收線

我們在防騙上是業餘。騙徒在騙案上是專業
有需要時報警備案，切勿逞強

警方 - 防騙易熱線
18222

poe.com 人工智能課

Poe

「POE」是現時最容易使用的 Ai 人工智能工具箱
您可以查詢解答，也可以用來做設計，更可以傾談溝通
以下是一些給長者及SEN家長的活學活用 Ai 工具



Q版卡通人物創作

示範:
長者, 女性, 開心, 大笑,
黃色衣服, 工作服,
田園背景

poe.com/ChiBi.Drawing

Ai 健康食譜 (測試版)

為您提議適合的食譜
您想做給誰吃?
甚麼時候吃?
與及選用甚麼食材?

poe.com/iCare_recipe





認識淋巴癌 Ai 助手

一位長期義工患了淋巴癌
其他義工製作Ai助手幫助她
希望安慰患者情緒
並讓病人及照顧者了解
飲食建議及起居的注意事項

poe.com/Lymphoma.Cancer

善用 Ai 人工智能
成為日常生活 及 建議健康食譜的高智能好幫手

樂齡 Ai 人工智能課是「數碼大使計劃」的其中一個實習培訓部份。

SEN 實習生透過學習 AI 工具 (poe.com) 及運用當中的 Ai 知識庫理念，為「銀髮族」及「長期病患者」，製作合用的 Ai 智能助手。

並且編寫教材套，透過Zoom、實體課及展攤活動，讓銀髮族創作「智能心意卡」、「社交媒體頭象」及「設計 Tee 袖 圖案」，創意無限，並將想法實踐。



經一事長一智

為基督徒的AI搜尋工具
擅長於聖經金句及
基督教語錄

poe.com/iCare.Bible

SEN家長聆聽者(測試版)

我們常因子女壓力而失眠
又或者「有苦無路訴」
我們建立 Ai 聆聽者
一步一步舒緩壓力情緒
(所有內容只有您知道)
poe.com/AutismCounselor





情緒精靈阿Bob

歡迎來到「情緒森林」
我是「情緒精靈」阿Bob
您好，我哋傾吓計丫
所有內容只有您知道)

poe.com/Emotion.Angel

iCare傳恩惠您

When nobody truly cares,
i ... Care!

www.icare.world

info@icare.world

+852 3481 1311

youtube.com/@iCare_Family

贊助及支持：

THE LEE YUEN HAAN
MEMORIAL CHARITABLE FOUNDATION