



旺角街坊會陳慶社會服務中心

# 好慶誌

2010年  
1-3月



進修課程可即日報名  
各項活動 12月13日  
(星期日)開始報名

# 目

# 錄

留聲語 .....	1
各類服務開放時間 .....	2
會員知多 D .....	3
活動及進修課程報名注意事項 .....	4
會員商戶優惠 .....	5
第六屆大角咀廟會 .....	6
「五環的天空」社區健康計劃 .....	8
活動推介 .....	10
1-3 月份活動	
- 兒童及青少年活動 .....	11
- 家庭及社區活動 .....	14
- NON- CHINESE RESIDENTS PROGRAMS .....	18
- 學童課餘託管活動 .....	20
- 婦女活動 .....	21
- 新來港人士活動 .....	26
- 閱讀及自修室活動 .....	29
1-3 月份進修課程 .....	30
中心小組組員招募 .....	40
動人一章 .....	42
遊戲小考 .....	43
義工、導師招募 .....	44
陳慶 Blog 開張啦、服務使用者意見表 .....	45



在編輯今期「好慶誠」時，正值天文台發出寒冷天氣警告，成為香港近10年在11月中便發出警告的日子，即是早來的冬天。但因厄爾尼諾現象，天文台預計今年的冬季會較暖，而春季的雨水則會較多，大家要小心身體和多關注大自然的變化啦！亦是提醒我們要身體力行，多些愛護環境及珍惜地球上的寶貴資源呀！

1-3月為流感高風期，所以大家一定要注意身體，要多做運動，多清潔家居及注意個人衛生呀！在節日期間去到人的地方，如平安夜、除夕夜、年三十晚等，就更加要小心，避免受到感染呀！

「五環的天空」社區健康計劃已將近完結，今期以「農曆新年健康飲食貼士」為題，讓大家可以參考如何食得健康；另外，獎勵計劃已經是最後一期，故此大家記住積極參與一些健康活動，爭取分數，以換取豐富禮物啦！

提提大家，一年一度的大角咀廟會已經進入第六屆啦！大家記住在3月7日來參加這個一整天的多姿多采的活動啦！

最後，歡迎大家對中心的服務提出寶貴意見，讓我們更進一步，為大家提供更優質的服務。



## 中心開放時間

星期一至六 上午九時至晚上十時  
 星期日及公眾假期★ 上午九時至下午一時及下午二時至下午五時

## 各類服務

## 開放時間

### 就業支援服務室(地下) \* 樟樹街八口\*

星期一至五 上午九時至下午一時及下午二時至下午五時  
 星期六 上午九時至下午一時

### 康樂室(三樓)

星期一至六 上午十時至下午一時  
 下午二時至晚上九時三十分  
 星期日及公眾假期★ 上午十時至下午一時及下午二時至下午五時

### 閱讀及自修室(四樓)

星期一至五 下午二時至晚上九時四十五分  
 星期六 上午十時至下午五時四十五分  
 星期日及公眾假期★ 上午十時至下午一時及下午二時至下午五時

### 數碼社區支援中心(四樓)

星期二至六 下午二時十五分至晚上九時十五分  
 星期日及公眾假期★ 上午十時至下午一時及下午二時至下午五時

★ 農曆年三十、年初一、二、三休息



旺角街坊會  
 陳慶社會服務中心

## 惡劣天氣中心活動安排

活動類別 暴雨/ 颱風警告	戶外活動 【活動舉行前兩小時內仍懸掛安排】	水上活動	室內活動	維修課程	
				早上 (1:00PM 或之前)	下午 (1:00PM - 6:00PM) 晚上 (6:00PM - 10:00PM)
黃色暴雨	✓	✗	✓	✓	註2
紅色暴雨	✗ 註1	✗	✓	✓	註2
黑色暴雨	✗ 註1	✗	✗	✗	註3
一號風球	✓	✗	✓	✓	註2
三號風球	✗ 註1	✗	✓	✓	註2
八號風球	✗	✗	✗	✗	註3

\* 註1 營地或租借外間機構場地活動則由負責職員電話通知,才可確實活動照常或改期。

\* 註2 如課程前仍懸掛黃色或紅色暴雨警告,1號或3號風球,所有課程照常舉行,唯家長應注意天氣情況自行決定是否讓子女出席。

\* 註3 若早上8:00,中午12:00,下午4:00以後仍懸掛黑色暴雨或8號風球,則該節的課程暫停。

\* 如有疑問,請致電2395 3107向本中心查詢。

## 旺角街坊會牙醫·西醫·中醫診所

### 西醫開診時間

星期一至五 上午九時半至下午一時半  
 星期一、四及五 下午五時至晚上七時  
 星期六 上午九時半至下午一時  
 (公眾假期上午應診·星期日休息)

☎ 2388 9607

### 牙醫開診時間

星期一、三、五 上午九時至下午三時  
 星期四 下午二時三十分至五時三十分  
 星期一至五 晚上六時至八時  
 (星期日及公眾假期休息)

☎ 2394 5188

### 中醫開診時間

星期一、三、五 上午十時至下午一時  
 (星期日及公眾假期休息)

☎ 3690 2481

# 會員知多D!

**資格** 個人會員：6歲或以上(年費\$33)

家庭會員：家庭直系親屬(每個家庭年費\$66)

## 申請手續

### 個人會員

- (1) 出示身份證明文件
- (2) 填寫簡單申請表
- (3) 繳交年費HK\$33

註：12歲以下申請者須家長於申請表上簽名

### 家庭會員

- (1) 出示身份證明文件(戶主必須年滿18歲)
- (2) 填寫簡單申請表
- (3) 繳交年費HK\$66

註：家庭會員必須為直系親屬(如父母與子女)，每位家庭成員獲發會員証乙張，如需增加家庭成員，只可於下一年度續証時辦理。

- 綜援人士可豁免會員費，須於申請時出示有效的社署批核文件
- 手續簡化，無須繳交相片
- 會員先獲發一張臨時証，1個月後憑臨時証到詢問處簽收會員証
- 會員証有效期：由申請日期起一年內有效

## 會員權利

1. 參加中心舉辦各類型活動可享會員優惠價及優先報名
2. 可使用中心設施如閱讀及自修室、康樂室
3. 憑有效會員証可借五本書，每本書可借兩星期
4. 可定期收到中心郵寄之活動通訊及中心刊物
5. 憑會員証到指定的商就可獲得特別優惠

## 會員義務

1. 使用中心設施或報名須出示會員証
2. 不得將會員証轉借別人
3. 如遺失會員証須即時向中心報失及補領(費用\$5)
4. 遵守中心規則
5. 愛惜中心地方及設施

## 會員續証通知

現本中心實施一年有效期(由申請日期起計算)之會員制度，如各會員証即將到期，請盡快到本中心辦理續証手續，以免因會員証過期而錯失本中心之活動通訊及刊物。續証手續簡便，只需攜帶舊會員証及年費即可，方便快捷。

若閣下不希望繼續收到本中心郵寄宣傳小冊子，  
或不希望接到中心職員以電話推介活動，請致電通知本中心職員。

## 活動及進修課程 報名注意事項



- 報名辦法：請攜同會員証及所需費用，以現金或支票親臨本中心報名即可。  
如以支票報名，請留意以下事項：
  - 請於劃線支票抬頭寫上「旺角街坊會陳慶社會服務中心」
  - 請於支票背面清楚填上姓名、聯絡電話、會員証號碼及活動/課程編號；
  - 本中心恕不接受「期票」報名活動舉辦前3個工作天停止接受支票報名（進修課程除外）。
- 報名時請出示會員証，否則當作非會員收費處理。
- 凡已繳費報名，如參加者因個人理由而不能出席活動/課程，中心恕不退還款項，但參加者可於活動/課程舉辦前另找人士替代，但必須於活動/課程舉辦前親身到中心辦理轉名手續。
- 如在活動/課程舉辦前沒有辦理轉名手續，參加者不得於活動/課程舉辦當日，自行找別人代替其位置，否則中心職員有權拒絕該人士參與活動。
- 如有特殊理由要求退款，須以書面向中心提出，中心是否退款有最終決定權。
- 郵遞支票報名（只限進修課程），可致電向本中心查詢。
- 進修課程為期5堂或以上（月費班除外），參加者出席率達80%以上，可於該課程最後一課在堂上領取免費修業證書，尾課缺席學員可於一個月內到中心地下詢問處領取。證書只保留一個月，逾期不會另行補發。

---

### 進修課程報名表

課程名稱及編號： \_\_\_\_\_

姓名： \_\_\_\_\_ 性別： \_\_\_\_\_ 年齡： \_\_\_\_\_

會員証號碼： \_\_\_\_\_ 聯絡電話：（日） \_\_\_\_\_ （夜） \_\_\_\_\_

如非會員，請填寫下列項目：

身份證號碼： \_\_\_\_\_ 聯絡地址： \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

### 中心專用

支票號碼： \_\_\_\_\_ 收費： \_\_\_\_\_

收據號碼： \_\_\_\_\_ 經手人： \_\_\_\_\_

日期： \_\_\_\_\_

# 會員商戶優惠

## 鍾權君眼科視力中心

驗眼優惠：兒童眼睛視力健康檢查

優惠檢查費：\$150

成人綜合眼科視力健康檢查

優惠價：\$350

(包括光碟攝錄及分析報告)

驗配優惠：1. 驗配眼鏡或隱形眼鏡七五折優惠

2. 學童控制近視漸進 / 成人漸進鏡

(特價優惠)

特別眼科服務優惠：角膜矯形術 (減淺及控制近視方法，適合兒童及成人人士)

——免費試戴計劃

電話：2398 1785 (敬請電話預約)

地址：彌敦道688號旺角中心(第一期)十六樓1611室

## 印氏專業視光中心

優惠內容：專業驗眼\$200、名廠鏡框及鏡片七折、隱形眼鏡特價優惠、角膜矯形鏡片八折

電話：2393 2763

地址：彌敦道655號胡社生行1505室

## 麗晶晚裝公司

優惠內容：凡惠顧訂做婚紗、禮服、新娘化妝髮型、婚禮攝錄、會場佈置晚餐或外租禮服套餐等，均可獲送男士禮服恤、BOW夾及腰封乙套。

備註：本公司保留此優惠最後使用權

電話：2780 0113

地址：邁菜街1A-J威遠商業大廈612A-B室

## 廖艷華驗眼中心

優惠內容：鏡架、鏡片八折、隱形眼鏡特價優惠

電話：2396 8023

地址：九龍彌敦道750號始創中心10樓1013室  
(太子地鐵站B2出口)

## 凱聲琴行

優惠內容：樂器九折、琴書八折

電話：2381 2025

地址：太子道西108-118號康齡大廈1樓D-F室  
(由砵蘭街入)

## 學宜文具洋紙公司

優惠內容：所有貨品九折(特價貨品除外)

電話：2749 5508

地址：大角咀道38號新九龍廣場017舖

## 文康醫療管理有限公司屬下機構

### 素問館

註冊中醫師：(李繼淳醫師)

優惠內容：「睇症」及「執藥」九折優惠

地址：九龍尖沙咀海防道53-55號海防大廈208室

電話：2721 2355 (敬請預約)

## 養心堂

(梁鳳英註冊中醫師)

優惠內容：「睇症」及「執藥」九折優惠

地址：九龍大角咀洋松街33號地下3號舖

(麗華商場)

電話：2392 1918 (敬請預約)

## 旺角街坊會中醫診所

(何家昌註冊中醫師)

優惠內容：街坊優惠診金連一日藥\$50

地址：九龍大角咀福全街四十五號

電話：3690 2481

診証時間：逢星期一、三、五

上午10:00—下午1:00

\* 上述資料僅作參考，商戶可保留優惠最後決定權 \*

# 【第六屆大角咀廟會】

2010年3月7日(星期日)

## 活動簡介

每年農曆二月十三日為洪聖誕，昔日洪聖誕均有盛大賀誕活動，唯已擱置多年，旺角街坊會為弘揚中國文化及延續慶祝洪聖誕的傳統，振興本地經濟，【第六屆大角咀廟會】將於2010年3月7日(星期日)上午10時至晚上9時30舉行活動，是次活動獲油尖旺民政事務處協辦，本年的主題為「活力社區齊創富，和諧凝聚建香江」。

活動當日將封閉部份福全街、檳樹街、杉樹街、合桃街、菩提街作行人專用區，屆時擺設攤位，設置禮台，表演中國傳統藝術，廟會巡遊等，晚上亦有全長500呎夜光龍精彩表演及盆菜宴，盛會空前，不容錯過。



## 活動詳細內容

### ◆ 廟會巡遊

木偶飄色、醒獅、鼓陣、金龍、拉丁舞、南亞青少年舞蹈等等

### ◆ 攤位

中國文化特色攤位如書法、中醫等，青年創業攤位及攤位遊戲

### ◆ 舞台表演

特色時裝表演、中國文化特色表演、南亞裔兒童舞蹈、懷舊歌曲演唱、兒童中國武術等等

### ◆ 千人盆菜宴

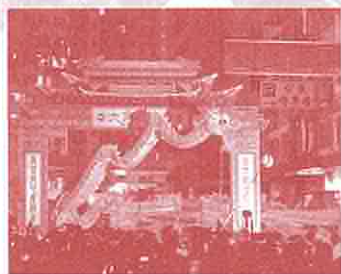
筵開一百席盆菜

### ◆ 壓軸表演

舞動 500 呎夜光龍

### ◆ 攝影比賽

獎品豐富，請稍參閱海報及單張



**如有興趣參一起參與巡遊或於當日擔任義工，歡迎致電 23953107 或將聯絡資料電郵至 ifochssc@mkkfa.org.hk**

查詢電話：23953107 或 瀏覽 <http://www.tktemplefair.org.hk>

**※ 歡迎各位踴躍參與！一家大細一齊出席！※**

家庭 個人 社區

和諧 健康

## 「五環的天空」社區健康計劃

此計劃希望透過不同的活動，提高社區人士對個人健康的關注、改善家庭關係、凝聚家庭力量，建立健康的家庭。本計劃透過社區教育及活動，推動社區健康及建立互助網絡，從而締造一個健康和諧的社區。

### 農曆新年健康飲食貼士

新的一年又到了，很快又會到農曆新年這個中國人的大日子，要在這個又好玩又多美食品嚐的節日裏健健康康，以下的貼士一定要緊記啦！

- 一 新年小食甚為美味，但應有節制，少吃多滋味，更不可以節日小食代替正餐。
- 一 油角、煎堆、笑口棗等都是高熱量及高脂肪的食品，多吃會令體重上升，更會令膽固醇偏高、血壓上升。此外，用來炸食品的油多是反覆加熱使用，不單破壞食油原來的脂肪酸，更含致癌物質，有損肝臟。進食過多油炸食物亦會引致燥熱，喉嚨發炎、頭痛，失眠等。
- 一 過年期間，小朋友吃些糖果，無可厚非，但不宜過量，原因是糖是酸性食物，會引起齲齒，導致胃酸過多而不適；過多的糖份會轉化為脂肪，引致肥胖；亦會消耗胰島素，加重糖尿病患者的病情。小朋友多吃糖，會感到飽滯，影響正餐的營養吸收。此外，糖果含有大量白砂糖，會帶走體內的維生素和礦物質，特別是鈣質。
- 一 過年吃年糕取其「年年高升」的意頭。可能的話，自製糕點既經濟又健康。自製鹹糕點如蘿蔔糕、芋頭糕時，最好多用冬菇、少用腊味，甜點如馬蹄糕，應略減糖份。不過，現代生活繁忙，多半會購買糕點回家弄熱進食。弄熱時，最好是蒸熱而非油煎。另外，由於糕點澱粉質含量高，不宜多吃，吃時配以一杯清茶，有助消化。
- 一 不停地磕瓜子，會大量消耗唾液，容易有口瘡、牙齦炎及消化不良等毛病。經烘焗、加鹽或加上一層糖醬的果仁，破壞了果仁原有的營養，只剩下脂肪。此外，果仁及瓜子都是帶滋補的食物，如感燥熱更應停食。腸胃不適的人亦不應過量進食。糖果盒內可放一些含較低脂肪及低糖份的食物，如杏脯肉，未經烘製、沒有加鹽的果仁。
- 一 向親友贈送水果，有不少的好處：水果價錢便宜，送禮可自行配搭不同種類的水果，花費豐儉由人；而且生果有豐富的維他命、礦物質和纖維，再加上熱量低，又不含脂肪，適合不同年齡的人士。



## 1-3月獎賞活動名單

編號	名稱	分數
TC102	體能比一比(一月號)	1
TC113	體能比一比(三月號)	1
TF103	馬屎洲、三門仔生態一天遊	2
TF109	社區健行樂-港島徑	2
TF110	鳳凰@濕地文化生態遊	2
TF111	自然山野樂一天	2
TF112	健康放大鏡	3
W103	「羽」你同樂	1
W104	舞出新姿-初班	1
W105	舞出新姿(A)	1
W106	舞出新姿(B)	1
W107	婦女瑜珈基本功@初班B	1
W108	婦女瑜珈基本功@週五班	1
W109	婦女瑜珈基本功@中班	1
W112	心靈綠洲	1
P101	兒童芭蕾舞班	1
P102	兒童芭蕾舞啟蒙班	1
P103	空手道組	1
P104	跆拳道組	1
AP103	瑜伽班	1
AP104	社交舞初班	1
AP105	初交舞中班	1
AT101	瑞典式按摩初階	1
AT102	古法線面技巧班	1

「獎賞換領日」登記：  
1月29-30日  
4:00-8:00pm

## 社區健康獎勵計劃

日期：2009年4月至2010年3月

內容：只要報名及出席獎賞活動，就可以獲得到積分紀錄冊一本。當活動完結時，將紀錄冊交給活動負責同事記錄分數便可。當儲夠一定分數可以換取各種獎賞。

- 備註：1. 每季獎賞活動可參閱「好慶誌」內的介紹。
2. 每次出席獎賞活動時請帶同記錄冊，以便負責同事記錄分數。
3. 獎賞換領日會在2010年1月及4月接受登記換領，詳情請留意好慶誌及中心壁佈版的公佈。

負責人：區姑娘 / 何先生

旺角街坊會 康慶社會服務中心

# 五環的天空

## 社區健康獎勵計劃

### 積分記錄冊

2009年4月至  
2010年3月

姓名：\_\_\_\_\_

儲得一分得一分  
終極旅行有我份



# 活動推介

# 健康放大鏡



TF112

日期：2010年3月27日（星期六）

時間：2:30 - 6:00pm

- 內容：
1. 講座(下午2:30 - 4:00)
  2. 身體檢查(下午4:00 - 6:00)：量血壓、度高、磅重
  3. 中醫義診：下午4:00 - 6:00
    - 由註冊中醫師診斷及開藥方
    - 不包括藥材
    - 只限首三十位報名人士

對象：59歲或以下社區人士

費用：全免

地點：本中心

查詢：2395 3107（區姑娘或何先生）

- 備註：
1. 「中醫義診」只限首30位報名參加講座人士
  2. 當日派發「中醫義診」籌號

分數：3分



TC101  
童來做做  
小丸子

TC104  
貧窮面貌  
通識計劃

TC108  
年年有“魚”

TC109  
今天是  
我的生日

TC115  
「小」團體，  
「大」智慧

TF106  
開心親子  
水上遊

TF108  
春遊

TF101  
一家大細  
燒野食

TF107  
挪亞方舟  
之旅

TF111  
自然山野  
樂一天



## 1-3 月份兒童及青少年活動

### TC104 貧窮面貌通識計劃

日期：23/1, 30/1, 20/2, 27/2, 13/3 及 27/3/2010 (六)

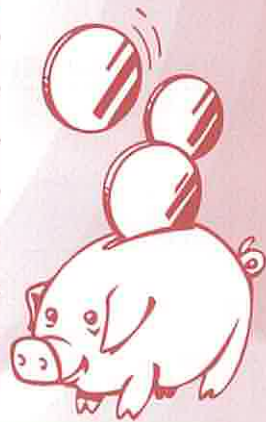
時間：11:00am-12:30pm 地點：本中心及樂施會 對象：中二至中四學生

費用：\$30 (會員) \$65 (非會員)

內容：香港這個貌似富裕的城市，背後又有多少個令人動容的真實故事呢？透過這個計劃讓我們去認識香港的另一面：有一群生活於貧窮線下的人，亦讓我們去反思平日自己的消費模式，從而更有效地運用資源，出一份力去幫助社會上有需要的人。計劃內容包括了解香港的貧窮情況、親身到訪天光墟體驗窮人的跳蚤市場以及了解香港的消費模式，從而抗衡消費主義。

- 備註：
1. 費用包括樂施會活動費用
  2. 出席滿 80% 及投入活動之參加者可有證書乙張
  3. 往天光墟活動需於零晨 5:00am 到達深水埗天光墟 (天光墟市場營業於 6:00am 完結)

負責人：周昱廷



課程編號	名稱	日期/時間	地點	對象	費用		內容	備註	負責人
		(次)			會員	非會員			
TC 101	童來做做小丸子	9/1/2010 (六) 11:00-12:30pm	本中心	4-6歲	\$15	\$50	湯圓與舞獅、舞龍的球一樣，都是月亮的象徵物，亦是一種中國人在農曆正月十五元宵節必吃的食品。不如就趁呢次機會大家齊來泡製不同味道的湯圓吧！	1. 已包括所有材料費 2. 自備食物餐盒	吳麗娥
TC 102	體能比一比 (一月號)	16/1/2010 (六) 2:30-4:00pm	本中心	6-10歲	\$15	\$50	有各項不同的體能競技比賽，讓小朋友在課餘鍛鍊一下體能。	—	何志明
TC 103	小香花飾物製作	23/1/2010 (六) 10:30am-12:30pm	本中心	8-12歲	\$30	\$65	用香化製作飾物，既可美化家居亦可將香花味道四處飄散，清新怡人！	1. 費用已包括所有物資 2. 每位小朋友可自製吊飾及座飾一份	李麗萍



# 1-3 兒童及青少年活動

月份



課程編號	名稱	日期/時間	地點	對象	費用		內容	備註	負責人
		(次)			會員	非會員			
TC 105	賀年小食品	30/1/2010 (六) 10:00am-12:30pm	本中心	8-12歲	\$15	\$50	學識製作簡單的過年民間小食，如脆創花、糖環、笑口棗，愉快開心地迎接新年。	1. 費用包括材料 2. 預備一個食物盒	李慧嫻
TC 106	摺紙樂無窮	30/1/2010 (六) 2:30-4:00pm	本中心	5-10歲	\$10	\$45	教授小朋友以七彩繽紛的色紙，摺成不同的有趣動物，更可認識動物的中英文名稱及其特性；從中享受學習的無窮樂趣。	費用包括手工藝材料	陳美寶
TC 107	齊來賀新年	6/2/2010 (六) 11:00am-12:30pm	本中心	6-15歲	\$10	\$45	我們學習用利是封，造出一條美麗的金魚裝飾以及一串串的炮仗，放於家中增添喜氣洋洋的氣氛！	費用包括材料費	周昱廷
TC 108	年年有"魚"	6/2/2010 (六) 2:30-5:00pm	本中心	6-10歲	\$15	\$50	農曆新年美食雲雲，梗有一樣係年糕。我地一如既往，繼續誠邀有興趣的小朋友來陳慶一齊整魚年糕，同屋企人一齊過一個年年有餘的新年。	請自備一個食物盒	王培明
TC 109	今天是我的生日	20/2/2010 (六) 10:30-12:30pm	本中心	5-12歲	\$25	\$60	相處了一年的牛年從歡欣鼓舞中渡過，跟隨著虎年又接著而來，你對它有期望嗎？你對它有祝福嗎？襯著今天是你我的生日，不如我們一齊來吃吃喝喝許個願吧！	—	黃凱芯
TC 110	串串樂無窮	6/3/2010 (六) 11:00am-12:30pm	本中心	8-12歲	\$20	\$55	市面上有很多不同款式的串珠飾物，五彩繽紛，活動將會教大家串珠基本法，小朋友亦可利用不同款式的彩珠去做出自己心愛的飾物，快來發揮大家的創意吧！	費用包括材料費	吳麗娥

課程編號	名稱	日期/時間 (次)	地點	對象	費用		內容	備註	負責人
					會員	非會員			
TC 111	小小故事室	13-20/3/2010 (逢六) 10:00-11:15am (2次)	本中心	4-6歲 幼兒	\$20	\$55	讓幼兒在遊戲及聽故事中，掌握故事的寓意，學習積極地運用在日常生活中。	如屬綜援人士，必須於報名時出示證明文件	謝玉慧
TC 112	日本美食 延續篇	13/3/2010 (六) 2:30-4:30pm	本中心	8-14歲	\$25	\$60	日本美食，如壽司、刺身、手卷、天婦羅炸物及烏冬等，都是大人及小朋友喜歡的食物，有興趣學習日本食物的你，就要來報名參加啦。	1. 費用包括所有材料費 2. 自備食物盒	梁杏英
TC 113	體能比一比 (三月號)	20/3/2010 (六) 2:30-4:00pm	本中心	6-10歲	\$15	\$50	有各項不同的體能競技比賽，讓小朋友在課餘鍛鍊一下體能。	—	何志明
TC 114	七彩繽紛 復活蛋	27/3/2010 (六) 11:00am-12:30pm	本中心	5-10歲	\$20	\$55	復活節點少得復活蛋呢！買又點會好味過自己整呢？我地會用朱古力整復活蛋，有得整有得食，你又點可以錯過呢！	請自備一個食物盒	王培明
TC 115	「小」團體，「大」智慧	27/3/2010 (六) 2:30-4:30pm	本中心	8-12歲	免費	\$35	本活動對象為小學生，並以遊戲形式考考參加者的智慧與合作性。而且亦讓參加者獲得合力解決問題的經驗。	—	陳英傑



# EASTER

3 1-3 兒童及青少年活動  
月份





課程編號	名稱	日期/時間	地點	對象	費用		內容	備註	負責人
		(次)			會員	非會員			
TF 101	一家大細燒嘢食	2/1/2010 (六) 9:30 - 4:00pm	西貢	區內外人士	\$40	\$75	2009悄悄地給它溜走了，又到2010的來臨，新的開始新氣象，不如我們放下生活煩瑣，到城市以外的綠舟玩個痛快、吃過不停喇！行程：參觀—西貢復興橋及上窩民俗文物館，玩樂—西貢大澳門燒烤	1. 4歲以下免費 2. 收費包車費、炭、蜜糖	黃凱芯
TF 102	情迷朱古力 Part III	15/1/2010 (五) 7:30 - 9:30pm	本中心	親子： 1大 1細 (子女須為 6-12 歲)	\$25 (大小 同價)	\$60 (大小 同價)	不論大人細路都很喜歡吃朱古力，它的香甜、軟滑、濃郁，簡直吸引世人，新年將至，大家有無想過齊來學習親手製做各樣朱古力美食，送給至愛親朋，這比購買坊間賀年禮品更有心思，更具意義，今次家長及兒童都可以一齊來參與，有興趣就要快D報名啦。	1. 費用包括所有材料費 2. 自備食物盒 3. 自備圍裙	梁杏英
TF 103	馬屎洲、三門仔生態一天行	17/1/2010 (日) 8:30-4:30pm	馬屎洲、三門仔	3-60歲	\$95	\$130	馬屎洲位於吐露港上，彼鄰近有三數小島，這些小島有著各式各樣的地質特徵、透過馬屎洲自然教育徑上的傳意牌，你可欣賞到時間如何將地貌改變。地面上的化石、菊石、腕足動物、苔蘚蟲、珊瑚、海百合及植物一起將我們來回百萬年前的景觀。同時，一起參觀昔日三門仔漁村的作業，如果有時間，更可以搵一下蜆，就在這一天，讓我們一起感受下三門仔的真貌。	1. 費用包括漁村風味午膳 2. 專業導賞講解 3. 穿輕便服飾 4. 步行約2小時 5. 3歲或以下免費	李慧嫻

課程編號	名稱	日期/時間	地點	對象	費用		內容	備註	負責人
		(次)			會員	非會員			
TF 104	我愛大自然——新娘潭燒烤遠足遊	24/1/2010 (日) 9:00-17:00pm	大埔新娘潭	家庭或16-59歲以上社區人士	\$40	\$75	今次帶大家去睇新娘……潭和照鏡潭，做運動前梗係要食下野啦，所以我們先來個郊野BBQ，食飽飽梗係要做下運動啦，我們會由新娘潭起步，經自然教育徑至照鏡潭，最後原路返回。	1. 此段路難度約為三星(五星為最難) 2. 請自備燒烤食物及個人用具，食水 3. 穿著輕便服飾 4. 中心只提供燒烤叉及炭	王培明
TF 106	開心親子水上遊	31/1/2010 (日) 9:00am-5:30pm	創興水上活動中心	家庭成員	\$80 (15歲或以上)	\$115 (15歲或以上)	趁住假日，與家人參與戶外活動，增進家庭關係和親子感情。活動包括：親子遊戲、水上單車、射箭、營地設施及戶外煮食。	1. 費用包括來回旅遊車、餐費、膳食及水上活動費用 2. 活動適合3-4人家庭參加，以便進行戶外煮食	施志偉
TF 107	挪亞方舟之旅	7/2/2010 (日) 9:30am-6:00pm	挪亞方舟	6-59歲社區人士	\$110 (13歲或以上)	\$145 (13歲或以上)	我們會遊覽方舟多媒體博覽館、方舟花園以及大自然公園。當中有180度環迴影院及四維立體影院，讓大家親歷大洪水的威力，亦觀看由不同珍貴動物組成的幻彩生命廊。另外亦有各式野生和部份稀有及瀕危動物雕塑，快來一起遊覽啦！	1. 費用包括車費，以及挪亞套票：方舟花園，方舟多媒體博覽館以及大自然公園 2. 午膳往附近餐廳用膳，需自費 3. 十二歲以下小童需由成人陪同參加	周昱廷





課程編號	名稱	日期/時間	地點	對象	費用		內容	備註	負責人
		(次)			會員	非會員			
TF 108	春遊	21/2/2010 (日) 8:30am-4:30pm	嘉道理農場、林村許願樹、雲泉仙館、大尾篤	社區人士	\$80 (13歲或以上) \$60 (4-12歲)	\$115 (大小同價)	漫行嘉道理農場這個香港人的大花園，既可賞花觀木，感受春日美好，身心舒暢；往許願樹及午膳品嚐素菜，為新的一年消滯添福氣；大尾篤一家踏幸福家庭單車，放紙鳶、自然家肥屋潤添歡笑！	1. 包括午膳 2. 自費單車、放紙鳶和許願樹祈福活動	李麗萍
TF 109	社區健行樂 - 港島徑	14/3/2010 (日) 8:30am-3:30pm	港島徑第七及八段	12-59歲社區人士	\$40	\$75	港島徑全長五十公里，充滿大自然的氣息。是次行程為港島徑第七及八段，由大潭水塘出發，沿引水道至土地灣，可見一個水清沙幼的泳灘，村內有土多供應飲食。及後上700多級樓梯，再登山200多米高，便可站立在龍脊山上觀賞石澳的海天一色，接而深入樹林之間，山溪處處，寧靜的環境，繼而遠觀澎湃的大浪灣海岸。全程約16公里。	1. 費用包括來回車費，糧水自備 2. 路途較遠，參加者必需具備良好的體格及力量，且身體健康 3. 路程難度屬三星(五星為最艱辛)，需良好體力完	施志偉
TF 110	鳳園@濕地文化生態遊	14/3/2010 (日) 9:30am-3:30pm	大埔鳳園蝴蝶保育區、香港濕地公園	6歲或以上/社區人士/家庭	\$80 (13歲或以上) \$70 (4-12歲)	\$115 (13歲或以上) \$105 (4-12歲)	蝴蝶的存活除有賴於寄主及蜜源植物外，牠們的繁殖能力更對環境的變化非常敏感。活動除了讓參加者認識蝴蝶的生態外，也會透過參觀「濕地公園」認識濕地生態，生物的多樣性，以至於香港的保育工作及發展。	1. 活動費用包括車費、導賞費用，參加者請自備膳食(參加者可於香港濕地公園進膳) 2. 參加者請穿著輕便服裝、自備乘涼用品及足夠食水 3. 十二歲或以下之參加者，必須有成人陪同參與	區碧華

課程編號	名稱	日期/時間	地點	對象	費用		內容	備註	負責人
		(次)			會員	非會員			
TF 111	自然山野樂一天	21/3/2010 (日) 9:00am-3:30pm	馬鞍山郊遊徑、獅子會自然教育中心	6-59歲社區人士	\$40 (13歲或以上)	\$75 (13歲或以上)	馬鞍山郊遊徑：從馬鞍山村起步至大水井，途經美麗的昂平草原，於觀景台，可俯覽西貢半島景色，沿郊遊徑前行，途經馬鞍山村及廢礦場，最後拾級而下到達終點北港。再往附近的獅子會自然教育中心，中心環境優美，低谷有些小型耕地和農圃，展出各類農作物和植物標本，另外園林展區、展覽館和其他趣味盎然的景點。	<ol style="list-style-type: none"> <li>行山需時：約2.5小時（4.5公里）、難度屬2星（5星為最艱辛）、初段有不少梯級</li> <li>參加者須具備良好體格</li> <li>費用包括來回車費</li> <li>自備足夠糧水</li> </ol>	陳美賢



1-3 家庭及社區活動  
月份



# 1-3 Non-Chinese Residents Programs

JAN-FEB



No.	Title	Date / Time	Venus	Target	Fee	Content	Remark	Enquires
NCR 101	SA Junior Group	4/1 to 31/3/2010 (Every Mon, Wed, Thur, except school holidays) 7:00-8:45pm	Centre Room 220	South Asian Kindergarten Students	\$10	Doing homework, drawing pictures and playing developmental games with all of us. Bring your books and come to us!	1. Be punctual 2. You have to bring your homework and stationery. 3. Please make appointment with Tina for interview.	Tina
NCR 102	SA Kids Group	4/1 to 31/3/2010 (Every Mon, Wed, Thur, except school holidays) 7:00-8:45pm	Centre Room 220	South Asian Primary Students	\$10	Doing homework is fun. Especially if we do it all together. So, come and join us and do your homework together with the other children. We will also teach you Chinese words in the class!	1. Be punctual 2. You have to bring your homework and stationery. 3. Please make appointment with Tina for interview.	Tina
NCR 103	Women Force	13/1 to 31/3/2010 (Wed) 2:00-3:30pm	Centre Room 230	South Asian Women	Free	*Beauty Tips *Health Talk *Cooking Class *Common Knowledge in Daily Life	—	Tina
NCR 104	Cub Scout	3/1-28/3/2010 (Sun) 4:00-5:30pm	Centre	South Asian Children 7-12yrs	Free	Training and learning multi skill, to enhance their ability in performance and discipline.	1. Be punctual 2. Arrange interview.	Tina
NCR 105	Kung Fu Training Course	7/1-25/3/2010 (Thur) 7:15-8:45pm	Centre	South Asian Children	Free	Training and learning Chinese Kung Fu, to enhance their ability in performance and discipline.	1. Be punctual 2. Arrange interview	Tina

No.	Title	Date / Time	Venus	Target	Fee	Content	Remark	Enquires
NCR 106	Lion and Dragon Dance Training Course	8/1-19/3/2010 (Fri) 7:00-8:00pm	Centre	South Asian Children	Free	Training and learning Chinese Kung Fu, to enhance their ability in performance and discipline.	1. Be punctual 2. Arrange interview	Tina
NCR 107	Little Star	16/1-31/3/2010	Centre	South Asian Children	Free	If you are helpful and want to bring joy to others, or want to learn more, to be our volunteer is your choice.	—	Nancy
NCR 108	Have a Happy Chinese New Year!!!	11/2/2010 (Thu) 7:00-8:30pm	Centre	South Asian Children	Free	What is Chinese New Year? What do Chinese do? What do they eat? Come and join us, you can get all the answers.	—	Nancy
NCR 109	My Easter Egg	27/3/2010 (Sat) 3:00-4:30pm	Centre	South Asian Children	\$10	Do you like Easter? Do you Like Easter Egg? Do you like chocolates? If yes, let's join us and make chocolate Easter eggs together.	Please prepare your own food box.	Nancy
NCR 110	Rabbit DIY	31/3/2010 (Wed) 7:00-8:30pm	Centre	South Asian Children	\$5	How wonderful if you can make a rabbit by yourself, and it must very cutey.	—	Nancy





目的：為雙職、單親在職、有特別困難之父母提供課餘託管服務，透過群體學習及參與各類活動，加強兒童多元智能的發展，促進孩子人際關係及提升自我照顧能力，以增強自信心和自尊感。

活動編號	名稱	日期/時間	對象	費用	內容	負責人
S 101	學童課餘託管服務 全日制小學學生	星期一至星期五 3:15-7:30pm 星期六 8:30am-6:30pm  (星期日及公眾假期休息)	升小一至小五學生	\$900 包括星期六午餐	提供茶點、功課輔導、康樂活動、個案輔導、每月生日會及興趣培訓	謝玉琴 李麗萍
S 102	接送放學服務	—	只適用於塘尾道官立小學/ 大角咀天主教小學/ 基全小學/沙崙小學之學生	\$250 (按月計算) \$10 (按次計算)	放學接返中心	
S 103	暫託服務	星期一至星期五 3:15-7:30pm 星期六 8:30am-6:30pm  (星期日及公眾假期休息)	家有突發事故而避免子女 獨留家中。 期限會以個別案情而考慮 升讀小一至小六學生	每小時\$12 每日午膳\$13 如經濟有困難之家長可 聯絡負責同事申請減費	提供茶點、功課輔導、康樂活動	

報名方法：先填妥報名表格交中心職員或致電 2395 3107 與負責同事聯絡，待稍後約見傾談入讀事宜。如無空缺，將列入後補名單。



W102

## \*三八婦女節 2010\*

內容：一年一度的三八婦女節又黎啦！今年攞嘍鬼？活動內容有專題分享，互動遊戲、體驗分享、展覽、身體檢查（量血壓）等。

日期：6/3/2010（星期六）

時間：2：30 - 4：30pm

地點：大角咀埃華街休憩公園

對象：婦女及社區人士

費用：免費

備註：請留意日後宣傳之海報及單張。

負責人：區碧華、陳美寶



課程編號	名稱	日期/時間	地點	對象	費用		內容	備註	負責人
		(次)			會員	非會員			
W103	「羽」你同樂	分享會 5/1/2010 (二) 10:15-11:30am	分享會 中心 活動室	女性 (小學生 家長)	\$35	\$70	現今婦女面對壓力繁多，不如一起來做運動，減減壓，又可從興趣活動中，認識志趣相投的朋友，分享生活點滴！健康生活，從今天開始！	1. 參加者必須出席1月5日之分享會 2. 參加者須穿著輕便衣服及不脫色運動鞋 3. 中心備有羽毛球拍及羽毛球借用	陳美寶
		羽毛球同樂 12/1, 19/1, 26/1, 2/2, 9/2, 2/3, 9/3, 16/3, 23/3, 30/3 (二) 10:00am-12:00nn (10次)	羽毛球 同樂 大角咀 體育館 (7樓羽毛 球場)						





課程編號	名稱	日期/時間	地點	對象	費用		內容	備註	負責人
		(次)			會員	非會員			
W 104	舞出新姿 - 初班	6/1-30/3/2010 (三) 10:15-11:45am (11次)	(1月、3月): 大角咀體育館 (1、2號活動室)  (2月): 本中心禮堂	65歲或以下女性朋友	\$180	\$215	<b>歡迎初學者參加</b>  專業導師教授不同種類之集體舞，參加者透過學習舞蹈，增強心肺功能及舒展筋骨外；亦可達致減壓及精神之果效。	27/1、17/2/2010 (年初四) 共暫停2次	陳美寶
W 105	舞出新姿 (A)	5/1-30/3/2010 (二) 10:00-11:30am (12次)	本中心禮堂	65歲或以下女性朋友	\$200	\$235	專業導師教授不同種類之集體舞，參加者透過學習舞蹈，增強心肺功能及舒展筋骨外；亦可達致減壓及精神煥發之果效。	—	陳美寶
W 106	舞出新姿 (B)	7/1-25/3/2010 (四) 10:15-11:45am (11次)	大角咀體育館 (6樓3號活動室)		\$180	\$215		18/2/2010 (年初五) 暫停1次	
W 107	婦女瑜伽基本功@初班B	5/1-30/3/2010 (二) 9:00-10:15am (12堂)	大角咀體育館 (6樓1號活動室)	婦女	\$250	\$285	瑜珈是運動的一種，既可鍛練體魄，又可以健美身段，要知道對你有沒有幫助，何不快快參加這個活動。活動內容將會分享瑜珈基本功，包括呼吸、熱身、式子、拉筋及放鬆動作。	1. 活動適合初學者參加 2. 大角咀體育館備有瑜珈墊給學員使用 3. 16/2/2010 (年初三) 暫停	區碧華

課程編號	名稱	日期/時間	地點	對象	費用		內容	備註	負責人
		(次)			會員	非會員			
W 108	婦女瑜伽 基本功@ 週五班	8/1-26/3/2010 (五) 10:15-11:30am (12堂)	本中心 220室	婦女	\$250	\$285	瑜伽是運動的一種，既可鍛鍊體魄，又可以健美身段，要知道對你有沒有幫助，何不快快參加這個活動，活動內容將會分享瑜伽基本功，包括呼吸、熱身、式子、拉筋及放鬆動作。	1. 活動歡迎初學者參加 2. 請自備瑜伽墊或大毛巾上課	區碧華
W 109	婦女瑜伽 基本功 @中班	5/1-30/3/2010 (二) 10:30-11:45am (12堂)	大角咀 體育館 (6樓1號 活動室)	婦女	\$250	\$285		1. 活動適合曾學習本中心舉辦之〈婦女瑜伽基本功@初班〉(即週五班)學員參加。 2. 大角咀體育館備有瑜伽墊給學員使用。 3. 16/2/2010(年初三)暫停。	區碧華
W 110	時事新聞眼	(逢星期二) 2:30-4:00pm (12次)	本中心 320室	65歲或 以下 婦女	免費	\$35	透過小組內時事討論，讓婦女關心社會之餘，亦培養時事觸覺及擴闊視野。	參加者須每月報名	區碧華
W 111	婦女自務 小組	(逢星期三) 2:30-4:00pm (12次)	本中心 320室	婦女	\$15	\$50	有沒有想過三五知己可以聚首一堂，傾下心事、嘗試自行籌組不同之事工？今次有機會了，而且每月附設生日會，並於每月底最後一個星期三舉行。	1. 此活動乃月費形式報名，每月為\$15(會員) 2. 17/2/2010(年初四)暫停一次	區碧華
W 112	心靈綠洲	8、22/1、26/2、 12、26/3 (五) 2:30-4:00pm (5次)	本中心	婦女	免費	\$35	閱讀文章，分享個人感受和見解，以正面的思考，啟發思維，開啟心靈的另一扇窗，從智慧中達至精采自在的生活。	參加者須每月報名	陳美賢



課程編號	名稱	日期/時間	地點	對象	費用		內容	備註	負責人
		(次)			會員	非會員			
W 113	「婦女IT計劃」之Cyber圖書館	1-3月/2010 (逢星期五/公眾假期除外) 10:30-11:30am (10次)	本中心 470室 (電腦室)	婦女	免費		本活動逢星期五上午開放，如果你有需要借用電腦，又或者想多D練習自己的電腦技巧，歡迎參加。	<ol style="list-style-type: none"> <li>活動並非課程，旨在開放電腦室資源，鼓勵婦女學習</li> <li>當值職員及義工將會提供適量協助</li> <li>有興趣者請於每星期五舉行時間直接上活動室登記，先到先得</li> <li>12/2 (年廿九) 及19/2 (年初六) 暫停</li> </ol>	區碧華
W 114	Facebook溝通有妙法	5/1-26/1/2010 (二) 7:30-9:00pm (4次)	本中心 470室 (電腦室)	婦女	\$60	\$95	Facebook不只是網上相簿這麼簡單？為何個個一開Facebook便能知道朋友的近況？父母又可以透過Facebook找到和子女溝通的好方法！想知道怎樣用Facebook幫你對身邊的人有更多的了解，便來看看吧！一起用這個又自然，又潮的玩意去打開和別人的聯繫！	<ol style="list-style-type: none"> <li>懂得基本電腦操作，上網及中文輸入法</li> <li>參加者需已有電子郵箱</li> </ol>	周昱廷
W 115	婦女電腦學習不求人	2/2-9/2/2010 (二) 10:00-11:30am (2次)	本中心 470室 (電腦室)	婦女	\$30	\$65	本活動將於星期二舉行，屆時將會教授婦女各種電腦硬件設備，電腦運作原理，如何自己動手更換電腦零件，選購電腦時需注意之事項，活動可以讓婦女學習如何自行組裝/升級電腦，對電腦作出簡單的檢查，達致「自己動手做，學習不求人」的原則。	參加者必須對電腦有基本認識	陳英傑



課程編號	名稱	日期/時間	地點	對象	費用		內容	備註	負責人
		(次)			會員	非會員			
W 116	賀卡表心意	15、17、22/3/2010 (一、三) 10:30am-12:00nn (3次)	本中心 470室 (電腦室)	婦女	\$45	\$80	有沒有想過親自設計及製作一張精美的賀卡，送給摯愛的家人或朋友呢！活動透過教授「非常好色」電腦軟件，讓你可以花花心思及創意，以電腦親自製作一別出心裁之賀卡，為親友或摯愛送上祝福及情意！	1. 參加者須對電腦操作有基本認識 2. 費用包括顏色信封及印製之賀卡	陳美寶
W 117	中文倉頡輸入法班	11/1-8/2/2010 (一、三) 9:15am-11:15pm (9次)	新世紀 廣場 五樓 515A室	婦女	\$40		教授中文倉頡輸入法的原理及通則，一方面增加文書處理的技能，另一方面使參加者能廣泛應用電腦，從此脫離「電腦盲」行列，享受使用電腦帶來的樂趣。	1. 此課程由勞福局贊助，出席率必須有80% 2. 參加者需懂電腦基本使用方法 3. 費用包括導師費、教材及一人一機學習 4. 有興趣參加者請先填報名表，經甄選後才交費用 5. 交費時需出示身份證	區碧華
W 118	婦女基礎電腦證書班	25/2-1/4/2010 (二及四) 9:15am-11:15am (11次)	新世紀 廣場 五樓 515A室	區內 婦女	\$50		教授婦女基本電腦入門及知識，如電腦運作、多媒體應用、文書處理及互聯網使用等。(適合初學者，已懂電腦者不適合參加此課程)	1. 此課程由勞福局贊助 2. 費用包括導師費、教材及一人一機學習 3. 參加者需先填寫報名表格，經甄選後才交費用 4. 交費時需出示身份證	施志偉
W 101	普通教育英文中班	24/2-26/3/2010 (三及五) 9:15-11:15am (10次)	本中心 440室	婦女	\$50		提高婦女的英文能力及認識，以達致小學高等程度，並增加其面對及使用英語的信心。	1. 此課程由勞福局贊助 2. 報名者可往詢問處填寫申請表，負責職員將安排約見 3. 交費時需出示身份證	施志偉



# 1-3 月份 婦女活動



課程編號	名稱	日期/時間	地點	對象	費用		內容	備註	負責人
		(次)			會員	非會員			
W 119	婦女實用普通話粵普對照班	13/1-10/2/2010 (三及五) 9:30-11:30am (9次)	本中心	婦女	\$40		普通話越來越普及，課程目標及內容為進一步提昇婦女普通話的聽講能力，並且能應用日常生活中，最後達致「終身學習」的理想和目標。	1. 此課程由勞福局贊助，出席率必須有80% 2. 費用包括導師費及筆記參加者對普通話有基礎認識或曾參加本中心過去舉辦之〈婦女實用普通話粵普對照班〉尤其適合(只適用於W120中班) 交費時需出示身份証	區碧華
W 120	婦女實用普通話粵普對照班 - 中班	12/1-9/2/2010 (二及四) 9:30-11:30am (9次)							

新

## 1-3 月份新來港人士活動

課程編號	名稱	日期/時間	地點	對象	費用	內容	備註	負責人
		(次)						
NA 101	新來港兒童適應課程	每季進行 (時間待定)	本中心活動室及戶外	來港不足一年 6-18歲學生	免費	課程合共60小時，主要協助新來港學童早日適應本港環境及教育制度。內容包括學習英文、廣東話、繁體字、基本學習技巧、個人成長及社會認識等。	1. 此課程由教育局贊助 2. 報名可聯絡新來港人士服務組同事	施志偉
NA 102	創意英語教室	第一期： 11/1-5/2/2010 (逢一、三及五) 第二期： 1/3-31/3/2010 (逢一、三及五) 6:30-8:00pm	本中心活動室	來港不足三年學生	第一期： \$240 第二期： \$240	為期3個月的英文課程，協助新來港學童學習英語及解決功課上的困難，提昇其學習興趣及信心。每班6-12人，按學生程度分班。(小學及初中學生)	如經濟有困難者，可申請減費。詳情可向負責職員查詢	王汝琪

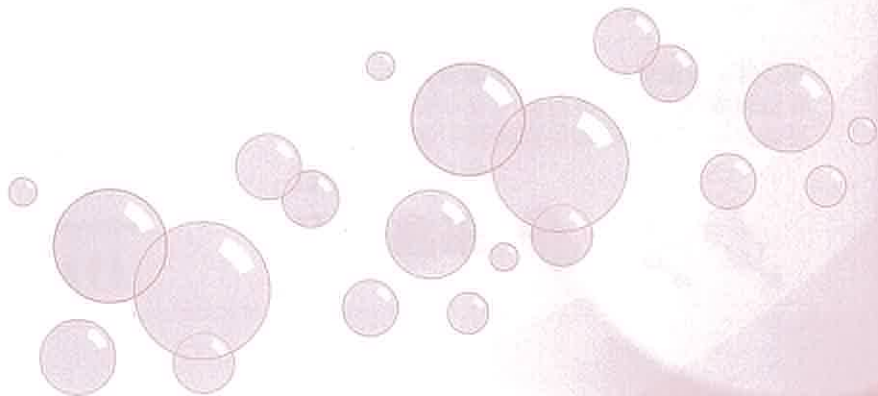
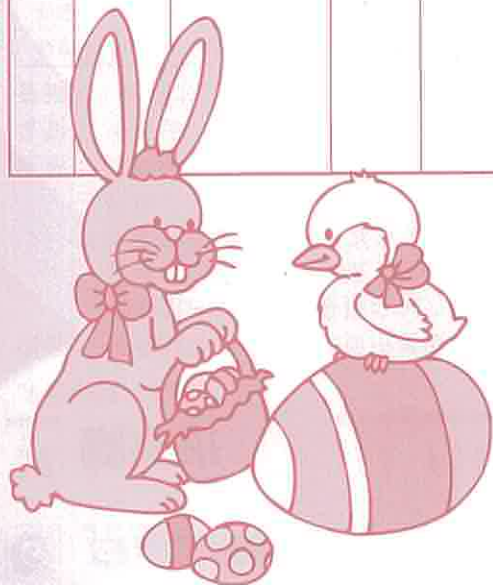
課程編號	名稱	日期/時間	地點	對象	費用	內容	備註	負責人
		(次)						
NA 103	「開心一聚」小組	4/1, 18/1, 1/2, 22/2, 8/3, 22/3/2010 (星期一) 9:30-11:00am	本中心三樓320室	來港不足三年的婦女	免費	「開心一聚」為維繫和凝聚新來港婦女的小組，透過每兩星期一次的聚會，讓參加者結交新朋友，認識香港社會生活的不同景況。	歡迎介紹新來港婦女出席聚會	施志偉
NA 104	樂在香港人—新來港人士適應小組	7/1-4/2/2010 9:30-11:00am (逢星期四)	本中心三樓320室	來港不足三年的婦女	免費	為期五節小組，增加剛來港的人士對社會的認識，內容包括介紹就業、內容包括就業、子女升學、技能培訓、公屋申請及電腦學習等，同時可以結交新朋友，擴闊生活圈子。	歡迎介紹新來港婦女出席聚會	施志偉
NA 105	「用心去愛」—新來港婦女義工小組	11/1, 25/1, 8/2, 1/3, 15/3, 29/3/2010 (星期一) 9:30-11:00am	本中心三樓320室	來港不足七年的婦女	免費	發掘新來港婦女潛質和能力，付出愛心，服務社會，貢獻自己。小組會定期探訪社區上有需要的群體，促進建立一個關懷互愛的社區。	—	施志偉
NA 106	延續愛—新來港中學生義工小組	每月第二及第四個星期五 4:30-6:00pm	中心或戶外	新來港中學生	免費	招募新來港中學生參與義務工作，擴闊對香港社會的了解，發揮潛能，服務社會。	—	王汝琪
NA 107	成人課程系列—基礎中文打字學習班	第一班 5/1-2/2/2010 (逢星期二) 第二班 2/3-30/3/2010 (逢星期二) 8:15 - 9:30pm	本中心電腦室	來港不足三年的街坊	\$20	學習基本電腦操作及基礎中文打字(速成輸入法)。	報名時，請出示來港的證明文件(例如：身份證或單程證)	施志偉

課程編號	名稱	日期/時間	地點	對象	費用	內容	備註	負責人
		(次)						
NA 108	「每月一聚」同學會	16/1及20/3/2010 (六) 8:15-9:30pm (2次)	本中心活動室	來港不足三年的小學生	免費	「每月一聚」同學會的成員主要新來港的小學生所組成，每月舉辦不同的活動，詳情如下： 一月份：電影欣賞 (16/1/2010 星期六晚上8:00 - 9:00) 三月份：復活蛋製作 (20/3/2010 星期六晚上8:00 - 9:00)	—	施志偉
NA 109	「活出快樂 傳揚愛心」社區嘉年華會	6/2/2010 (六) 2:15-5:00pm	中心二樓禮堂	社區人士	免費	內容包括綜藝表演、攤位遊戲及抽獎等活動，讓街坊感受一個快樂和愛心的社區。	—	施志偉
NA 110	「社區加油站」	16/1及20/3/2010 (六) 8:00-9:30pm (2次)	本中心活動室	新來港人士	免費	定期舉辦社區講座及活動，以增加新來港人士對社會的了解和認識。 一月份主題：「做個網絡香港人」－如何協助兒童上網 (6/1/2010) 三月份主題：「做個健康快活人」－健康運動舞會 (20/3/2010)	—	施志偉
NA 111	樂在香港新生活	24/1/2010 (日) 8:30am-4:30pm	保良局賽馬會大棠渡假村	來港不足三年之家庭	\$10 3歲或以下免費	讓新來港人士及其家庭成員參加，愉快歡度假日。日營活動包括：親子遊戲、及營地設施等活動，促進新來港家庭間的聯繫和認識，同時增進家人的關係。	1. 活動包括營費、午膳及來回旅遊車 2. 活動由民政事務總署贊助	施志偉
NA 112	新來港人士日常英文班	8/1-10/2/2010 (逢三及五) 9:15-11:15am (10次)	本中心活動室	來港不足七年之婦女	\$30	提高新來港人士的英文能力及認識，學習基本日常英文用語及會話，增強對香港生活的心。	1. 此課程由勞福局贊助 2. 交費時需出示有效證件，如：單程證或身份證	施志偉



## 1-3 月份閱讀及自修室活動

活動編號	名稱	日期/時間	地點	對象	費用	內容	備註	負責人
		(次)			會員			
R 101	考考您	每月的25號至 下月20號派發	本中心	小學生	全免	<p>哈囉你好！2010年度01至03期的「考考您」又同大家見面喇！</p> <p>索取問題表格如下： 每月的25號起請到圖書館索取問題表格，之後便考考您的大腦急彎轉喇！</p>	<p>索取問題表格日期：每月的25號至下月20號派發 索取問題表格地點：4/F圖書館 截收問題表格日期：每月20號前，交還圖書館 公佈積分地點：圖書館門外壁報板 地球獎、太陽獎、宇宙獎得主可得獎品乙份</p> <p>2009年度內累積240分或以上者可獲「課外活動獎狀」乙張。</p>	黃凱芯





## 兒童☆藝術課程



## 鋼琴班



課程編號：A101

內容：彈奏鋼琴不單可為學員培養優良的個人涵養，又可訓練耐性及毅力、發揮自制力和藝術細胞，同時更能陶冶性情，舒緩緊張，並可發展一技之長。內容主要教授彈琴技巧及考試範圍等。（中心可為學員代報公開考試）

地點：本中心 日期：待安排（逢星期一至日）

時間：待安排 對象：5歲或以上人士

查詢人：黃凱芯 備註：留下聯絡資料，待負責人聯絡。

級數	30分鐘（4堂）	45分鐘（4堂）	60分鐘（4堂）
初級	\$300	\$450	—
一級	\$320	\$480	—
二級	\$360	\$530	—
三級	\$400	\$600	—
四級	—	\$670	—
五級	—	\$750	\$1,000
六級	—	\$860	\$1,150
七級	—	\$990	\$1,320
八級	—	\$1,140	\$1,520

## 小提琴班



課程編號：A102

內容：拉奏小提琴既可陶冶性情，也可學習一技之長。課程包括教授拉奏技巧及考試範圍等。（中心可為學員代報公開考試）

地點：本中心 日期：待安排

時間：待安排

對象：5歲或以上人士

查詢人：何志明

備註：留下聯絡資料，待負責人聯絡。



級數	費用	時間	
		30分鐘(4堂)	45分鐘(4堂)
初級		\$300	\$450
一級		\$320	\$480
二級		\$360	\$530
三級		\$400	\$600
四級		\$450	\$670
五級		\$500	\$750
六級		\$630	\$860



## 五級樂理



課程編號：A103

內容：學習與認識五線譜上的譜表、音名、調號開始，直至能掌握大調三和弦。本課程最少上（15小時）才可報考英國皇家音樂學院五級樂理考試。

地點：本中心活動室

日期：每月初

時間：待定

對象：五級鋼琴 / 中一以上人士

收費：1) (會員) 個別教授 \$750/45分鐘 (4堂)  
2) 2-4人小組 1小時 \$750 (4堂)

備註：1) 個別教授或小組教授  
2) 中心代報考試及考試費自付  
3) 考試費以考試局為準  
4) 填妥聯絡資料待中心職員安排時間上課

查詢人：黃凱芯

## 練琴研習館



課程編號：A104

內容：學琴可使學員發掘個人涵養，訓練耐性，練琴可培養自制能力及使琴藝更精煉。快來加入我們的練琴研習館喇！

地點：本中心 210 室 收費：\$200/10 小時

日期 / 時間：自選 \$105/5 小時

對象：會員 \$22/1 小時

備註：1) 每月的 15 號起，請親臨本中心詢問處辦理，預訂下月練琴時間及繳費  
2) 這研習館是鋼琴練習是沒有導師從旁指導  
3) 參加者可選預訂或即時繳費使用練琴服務  
4) 一經落實預訂練琴時間，是決不可隨便更改  
5) 但如遇上「8號風球」或「黑色暴雨」可另選時間補回，不作退款  
6) 是項練琴服務，只供會員參加  
7) 不設外租教琴服務

查詢人：黃凱芯



# 1-3

## 進修課程

月份





## 兒童☆藝術課程

課程編號	名稱	日期/時間 (堂數)	地點	對象	費用		內容	備註	查詢人
					會員	非會員			
A 105	硬筆字 書法班	16/1/2010 (六) 4:15 - 5:15pm (8堂)	本中心	6-15歲	\$340	\$420	教授一般原子筆字的寫法，內容包括：執筆方法、基本筆法、章法、書寫速度及引導學員自創風格而令學員對自己的字體增加信心。	每堂自備原子筆及九宮格簿。	黃凱芯
A 106	素描班	16/1/2010 (六) 5:20-6:20pm (8堂)	本中心	6-15歲	\$340	\$420	教授素描筆的用法，實用寫生，靜物寫生處理等等。	每堂自備素描筆及畫簿	黃凱芯
A 107	兒童國畫班	23/1/2010 (六) 3:00-4:00pm (10堂)	本中心	8-12歲	\$340	\$420	教授兒童利用筆墨線條，配合水墨之深、淺、濃、淡、繪畫蔬果、花卉、山水畫，由淺入深，使學員能於短期內掌握繪畫國畫之基礎；並按學員不同程度，個別指導。	材料費\$15，首堂交導師，自備毛筆兩支、瓦礫兩隻。	梁杏英
A 108 (A班)	兒童畫班	23/1/2010 (六) 3:00-4:00pm (8堂)	本中心	4-6歲	\$320	\$400	本課程將透過不同的題材，加深兒童對四周事物的認識，更可藉著繪圖來培養其創造力和想像力。	每堂均需帶備A3畫簿、鉛筆、間尺、擦膠、木顏色及鉛筆刨。	吳麗娥
A 109 (B班)		4:15-5:15pm (8堂)		7-10歲					
A 110	兒童 英文畫班	23/1/2010 (六) 5:30-6:30pm (8堂)	本中心	4-7歲	\$320	\$400	本課程以英文字母為基礎，將有關之英文詞語配合繪畫之圖象，加深學童對英文詞語之認識和印象，每堂均以兩至三個英文字母為主題作畫。	每堂均需帶備A3畫簿、鉛筆、間尺、擦膠、木顏色及鉛筆刨。	吳麗娥



課程編號	名稱	日期/時間	地點	對象	費用		內容	備註	查詢人
		(堂數)			會員	非會員			
L 101	Phonics 英文拼音 (第一期)	9/1/2010 (六) 10:30-11:30 (10堂)	本中心	5-8歲 (就讀 幼稚園 高班起)	\$420	\$500	本課程採用一套容易學習，有系統的拼音方法，讓學生了解字母和發音的基本關係，明白常用的發音規則。小朋友害怕學習英語，不外以下不因：害怕讀錯，寫錯。本課程會教導學生一套簡單易學的拼音方法，訓練學生看字就可以讀音，聽音就可以拼字，增進閱讀的速度和發音的準確。提升他們對學習英語的興趣及自信。(本課程共分4期完成，要經測驗才可升班)	已包括所有講義費	黃凱芯
L 102	珠心算班 (初級 第一期)	17/1/2010 (日) 12:15-1:30pm (8堂)	本中心	幼稚園 高班(K3) 至小學 二年級(P2)	\$450	\$530	本課程利用中國古代珠算方法，再配合現代教育概念，有系統地訓練兒童，最終使珠算內化成心算，提高計算速度。在學習過程中，亦可增強記憶力和集中力，同時也可有效地開發大腦的潛能。	1 須於首堂付材料費\$100 (包括算盤、練習簿) 2 初級共分三期	何志明





## 兒童☆體能課程

課程編號	名稱	日期/時間 (堂數)	地點	對象	費用		內容	備註	查詢人
					會員	非會員			
P 101	兒童 芭蕾舞班	每月初開班(日) 9:30-10:30am (4堂)	本中心	5歲或 以上	\$280	\$360	芭蕾舞除可訓練學員舞蹈及音樂感外,亦可培養出個人修養、優雅舉止。現開辦之芭蕾舞班以英國皇家芭蕾舞學院編制次課程為教學基礎,學生可報考英國皇家芭蕾舞考試,考獲之證書均獲世界各地之舞蹈學院承認;導師亦可安排學生參與不同之演出及比賽。	芭蕾舞衣物於開課後由導師代購或自行購買	吳麗娥
P 102	兒童 芭蕾舞班 啟蒙班	每月初開班(日) 10:30-11:30am (4堂)		3-4歲					
P 103	空手道組	每月初開班 (二) 7:00-9:30pm	本中心	9-50歲	\$120	\$200	日本空手道,早於20年前已列入亞運會比賽項目,取中國國術各派之精萃,以赤手空拳對敵為特色,本班由系東流空手道香港振武會任教,課程包括:體能訓練、基本攻防技術、套拳、自衛術及搏擊技術等,學員表現良好可報考升級試。	教練可協助代購道袍	梁杏英
P 104	跆拳道組	每月初開班 (四) 7:00-9:30pm	本中心	9歲或 以上	\$120	\$200	跆拳道是韓國的國術,於2000年正式列為奧運比賽項目,本班由多位香港智道跆拳道總會委派認可教練任教,內容包括:體能訓練、各種腿法、拳法、自衛術及搏擊實戰技術等,學員表現良好可報考升級考試。	在首一個月可穿著一般運動服上課,如於下月繼續上課,必須購買道袍	梁杏英
P 105	龍獅武術 訓練班	每月初開班(五) 8:00-10:00pm	本中心	12-25歲	\$120	-	教授舞動南北獅子,金龍、螢光龍及彩龍、鼓陣,鑼鼓敲擊的節奏法(俗稱打鼓)及舞獅的基本動作的節奏配合。武術基本功、拳、刀、槍、劍、耙、雙人對拆及集體操等。	1. 18歲或以下要有家長同意 2. 待教練接見後才決定是否收生	吳麗娥



## 成人☆藝術課程

課程編號	名稱	日期/時間	地點	對象	費用		內容	備註	查詢人
		(堂數)			會員	非會員			
AA 101	粵曲舞台表演訓練班	每月初開班 (四) 6:15-7:45pm (4堂)	本中心	15歲或以上人士	\$320	\$400	近年粵曲演唱會以「造手身段」配合大行其道，有謂「時代在變、潮流在變」，各方唱口皆在追求「聲、色、藝」三方面配合，提升「出騷」表演層次水平。本課程內容包括掌握舞台表演知識要訣，個人形象設計，適當造手身段之教授，與表演拍攝及曲目配合技巧，如何留住觀眾專注力等等。為使學員學以致用，內容以講解、實習、個別指導及討論形式進行，本課程由著名導師黃碧琪小姐任教。	—	吳麗娥
AA 102	粵曲唱藝進階	每月初開班 (四) 7:45-9:45pm (4堂)	本中心	15歲或以上有興學習曲藝人士	\$340	\$420	本粵曲班由著名青年粵曲家黃碧琪小姐——平子喉（任、白名腔）擔任導師，專為初學及對粵曲有認識人士而設，理論與實習並重，既有基本樂理和曲目結構介紹，也有選唱名曲實習和講解唱功技巧。	另須自備錄音機及於首堂付講義費 \$ 10	吳麗娥



## 成人☆語言課程

課程編號	名稱	日期/時間	地點	對象	費用		內容	備註	查詢人
		(堂數)			會員	非會員			
AL 101	成人英語拼音班	20/1/2010 (三) 7:30-9:00pm (8堂)	本中心	15歲或以上具初中程度之人士	\$350	\$430	一般人害怕學習英語，不外乎以下原因：害怕讀錯、寫錯。本課程會教導學員一套簡單易學的拼音方法，使學員能看字就會讀音，聽音就會串字。提升學員對動習英語的興趣。	須於首堂付講義費 \$ 15	吳麗娥

# 1-3

### 進修課程 月份





## 成人 ☆ 體能課程

課程編號	名稱	日期/時間	地點	對象	費用		內容	備註	查詢人
		(堂數)			會員	非會員			
AP 101 (A班)	健康運動 太極訓練班	每月初開班 (一、五) 8:30-10:00am	本中心	16歲 或以上 人士	\$200	\$280	都市人生活緊張，缺乏適當運動，心、肺、胃、腸功能減弱，疾病因應而生，本課程教授楊式太極拳、養生內家拳功心法、太極劍、太極刀、太極槍、推手、站樁養生功，提高身體組織系統增強抵抗能力，達養生功效。	學員須穿著輕便衣服上課	吳麗娥
AP 102 (B班)		(一、三) 8:00-9:30pm							
AP 103	瑜伽班	5/1/2010 (二) 7:15-8:15pm (10堂)	本中心	15歲 或以上 人士	\$350	\$430	瑜伽可幫助血液循環、腸胃舒暢及身材健美，特別適合疏於運動之城市人。	1. 學員須穿著輕便衣服 2. 每堂須自攜地墊上課	黃凱芯
AP 104	社交舞初班	20/1/2010 (三) 7:15-8:30pm (10堂)	本中心	16歲 或以上 人士	\$320	\$400	本課程根據國際標準社交舞科目編家教材，初階教授有喳喳、慢四、牛仔、探戈、華爾茲等六種社交舞。	——	黃凱芯
AP 105	社交舞中班	20/1/2010 (三) 8:30-9:45pm (10堂)	本中心	曾習 初班者	\$350	\$430	本課程根據國際標準社交舞科目編定教材，把初階所教的喳喳、慢四、牛仔、探戈、華爾茲等適當地加插花式，務使學員在短期內能活學活用，課程適合曾習初階者參加。	——	黃凱芯



課程編號	名稱	日期/時間	地點	對象	費用		內容	備註	查詢人
		(堂數)			會員	非會員			
AT 101	瑞典式按摩初階	12/1/2010 (二) 7:30-9:00pm (4堂)	本中心	15歲或以上女性	\$200	\$280	本課程主要教授瑞典式按摩，內容包括：講解肌肉的結構，透過按摩舒緩肌肉緊張、通淋巴、排毒排水、促進新陳代謝、舒緩情緒、緊張，改善睡眠質素，而且更可增加肌肉張緊力，有效地矯正關節及骨骼問題。	—	何志明
AT 102	面部刮痧技巧課程	29/1/2010 (五) 7:30-9:00pm	本中心	15歲或以上 (男女均可)	\$50	\$130	本課程教授中國傳統民間療法，溶入中醫穴位經絡的互通之處，即時改善面部肌肉紋理。	材料費\$30，首堂交導師。	何志明
AT 103	攝影技巧班	25/2/2010 (四) 7:30-9:00pm (18堂)	本中心	16歲或以上有 興趣人士	\$450	\$530	本課程由「香港油麻地攝影學會」的專業導師教授，內容包括傳統相機與數碼相機種類與運用、鏡頭種類及運用、光圈快門及景深的運用與配合、數碼攝影簡介、自然光攝影、構圖學、怎樣運用濾色鏡、日出日落拍攝技巧、戶外人像採光及取景、近攝及微距攝影、荷花拍攝技巧。並舉辦月賽、燈光人像拍攝、學員作品分析、賽後評術名家學術攝影講座等。	學員須自備相機 (傳統或數碼均可)	吳麗娥





課程編號	名稱	日期/時間	地點	對象	費用		內容	備註	查詢人
		(堂數)			會員	非會員			
AT 104	國際專業美容師 (二級資歷) 文憑 (單元一)	3/3/2010 (三) 7:00-10:00pm (10堂)	國際美健培訓中心	15歲或以上 (男女均可)	\$2200	\$2280	專業面部護理： 1) 卸妝、潔面、去角質、護理 2) 法式按摩護理全套 3) 軟、硬模粉應用 4) 皮膚老化、病變原因及治療方法 5) 頭、面解剖學 6) 皮膚分析及客戶諮詢技巧 7) 確立療程技巧 8) 護理前的皮膚測試 9) 皮膚學 10) 電學、儀器應用	1. 材料費\$1000，包括堂上用品、工具、美容袍 2. 全期課程分三個單元，完成三個單元課程後可代報考 City & Guilds 文憑或中國國家職業美容師中級資歷(考試費用另付) 3. 上課地址： 九龍漆咸道87-105號百利商業中心8/F 812室	何志明
AT 105	晚宴髮型設計課程	9/3/2010 (二) 7:30-9:00pm (4堂)	本中心	15歲或以上 (男女均可)	\$200	\$280	教授迎合潮流變化的日常束髮及晚宴宴會編織技巧，運用髮夾的特性以配合晚裝髮型變化的技巧。上課所需工具包括：公仔頭一個、長尾梳兩把及髮夾	可自備工具或於報名時登記代購(約\$200，費用於首堂交導師)	何志明
AT 106	新娘及晚裝頭飾製作初階	12/3/2010 (五) 7:30-9:30pm (3堂)	本中心	15歲或以上 (男女均可)	\$300	\$380	本課程將會教授三款時尚典雅的新娘及晚裝頭飾，最適合新娘使用。所用的材料包括羽毛和其他頭飾配件等。	材料費\$300，首堂交導師	何志明

課程編號	名稱	日期/時間 (堂數)	地點	對象	費用		內容	備註	查詢人
					會員	非會員			
AT 107	髮型初班- 基礎剪髮 技巧	18/3/2010 (四) 7:30-9:00pm (8堂)	本中心	15歲或 以上	\$400	\$480	本課程為初學者面設，由淺入深，提升學員對髮型設計的興趣。包括：掌握梳剪技巧、剪刀及牙剪混作、基礎實線髮型、層次提升髮型、多角度配合設計、短裝髮型、男裝刮青技巧。	課程所需工具如下： 剪刀1把、牙剪1把、梳3把、夾4隻、假髮1個、架座1個。可於第一堂時登記代購(約\$430)。如學員選擇自行購買，請於第一堂時向導師詢問詳情。	何志明





# 中心 小組組員招募

## W121 婦女義工組

性質：婦女義工小組

宗旨：如果你好有興趣做吓義工，又不知從何入手的話？咁依家就有一個機會放係你眼前啦！「婦女義工組」是一群有志從事義務工作的婦女朋友組成的，成立已多年，過往均致力協助陳慶中心之「長者網絡計劃」，定期探訪區內之獨居長者，並配合定期之電話慰問。現在我們再次招募「有心人」入伍，你會參加這有意義的行動嗎？小組活動形式是每單月（即1、3、5……月的第一個星期一）一起往探訪長者一次，及雙月（即2、4、6……月的第一個星期一）下午2：30—4：00舉行約小組會議（非定期），另外期望組員平日自行致電慰問有關長者。

日期：全年（星期一）（6次）

時間：10：00—11：00am（上午家訪）或2：00—3：00pm（下午家訪）/  
4：00—5：00pm（非定期小組聚會）

對象：婦女 費用：免費 地點：本中心及旺角/大角咀區 負責人：周昱廷

備註：1) 如有興趣報名者，請直接與負責職員聯絡  
2) 探訪獨居長者時間可按個別義工時間另行安排

## W122 婦女關注平等機會小組

性質：婦女關社小組

宗旨：推動參加者關心與婦女有關的課題，如：婦女健康、女性退休保障……等。並透過團隊合作，向社區推廣有關訊息。

日期：逢每月第二個及第四個星期一下午  
2：30—4：00pm 於本中心集會

對象：婦女 費用：免費

時間：2：30—4：00pm

地點：本中心320室 負責人：區碧華

## G101 粵劇軒

內容：集結對粵劇有興趣的人士，以粵劇作媒介，培養組員間的團隊精神，分享彼此對粵劇的興趣，推廣中國優良的傳統藝術。教授舞台基本功架，並定期排練折子戲。

地點：中心禮台

日期：逢星期四

時間：8：00—9：45pm

對象：59歲以下

負責人：陳美寶

收費：\$250/月費

備註：如有興趣，請於中心詢問處登記，負責職員將個別聯絡以作跟進。

## W123 Cyber老友記

性質：婦女義工小組

內容：Cyber老友記是一個義工小組，小組既有電腦技巧培訓，也有義務提供服務去協助區內婦女打破數碼隔膜。如果你也有這個使命，歡迎加入我們的行列。

日期：每月第2及第4個星期五集會/公眾假期除外

時間：11:30am—1:00pm

對象：掌握電腦操作之女性朋友

地點：本中心 費用：免費

備註：如有興趣者，請於中心詢問處登記，負責職員將會安排個別約見或電話聯絡。

負責人：區碧華

## G102 南亞功課輔導班義工

內容：為南亞兒童提供功課輔導及溫習

日期：逢一、三、四（其中一天）

時間：晚上七時至八時四十五分

地點：本中心

對象：中五或以上人士

報名：請與負責同事聯絡或於接待處留名

負責人：李慧嫻或王培明姑娘

## G103 義工藝製作室

內容：組員分享穿珠吊飾製作技巧，透過互動分享、學習，渡過一個開心的下午。並於每季最後一次集會中，將製成之珠子

飾物，親自送贈予弱勢群體。

地點：本中心 320 室

日期：(1—3月)逢星期四

時間：2:30—4:00pm

對象：婦女 負責人：陳美寶

收費：(會員) \$35；(非會員) \$70

- 備註：1. 2月11、18日(年廿八、初五)共暫停2次、  
2. 約集會的一半時間為教授手工藝，其餘為手工藝練習時間、  
3. 活動將由小組組員義務教授。  
4. 有興趣參加之新朋友，請先致電中心負責人聯絡。

## G104 親子義工小組

內容：歡迎親子齊來做義工，不但可增加親子感情，還可以提升孩子的情意教育。從義工工作中，小朋友可學習關懷和施愛，提升孩子的社交能力；家長亦可以互相支持，互相勉勵。

我們的小組會於假期時間做義工工作，例如親子探訪、賣旗、攤位……等。歡迎你們成為我們家庭的一份子。

日期/時間：待定

對象：親子

負責人：李麗萍

收費：全免

備註：先留名再特聯絡

## G105 拉闊義工組

內容：拉闊——Life，拉闊生命，由義工生活開始，服務有需要的人士，擴闊生活圈子，從不同的角度了解和關心社會。

日期/時間：待定

對象：中三或以上學生

地點：本中心或區內

備註：先留名再聯絡

負責人：王培明姑娘

## G106 義用閩人

內容：有志投身義工行列的你，願意為南亞裔人士服務嗎？願意接受不同文化嗎？若願意，誠邀你加入成為我們的一員，為南亞人士提供義工服務，多些了解他們，接納他們。

日期/時間：待定

對象：有志服務南亞裔人士

地點：本中心

備註：先留名再聯絡

負責人：王培明姑娘

## G107 西九龍第92隊 女童軍隊招募隊員

性質：制服小組

內容：根據八項綱領編排活動，包括手工藝、個人照顧及家務學習、遊戲、歌唱及定期集會等……以讓參加者健康而愉快地成長。

日期：逢星期六

時間：2:15—3:45pm

對象：6—9歲小女孩

地點：本中心 320 室

費用：\$10 (每月費用)

備註：1) 參加者必須成為中心會員

- 2) 集會時須穿著制服，制服可於參加後才購買

負責人：吳麗娥

## G108 西九龍第92隊 女童軍隊招募隊員

性質：制服小組

內容：根據八項綱領編排活動，包括露營、水上活動、工藝、烹飪及定期集會，透過組織和參與過程，在德、智、體、群、美各方面充分發展，培養良好品德。

日期：逢星期六

時間：4:00—6:00pm

對象：10—18歲小女孩

地點：本中心 220 室

費用：\$15 (每月費用)

備註：參加者必須成為中心會員，集會時需穿著制服，制服可於參加後才購買。

負責人：吳麗娥

## 買個奇蹟

茉莉亞伸直身子，好把襁褓中的弟弟麥可看清楚點。

他躺在嬰兒床裡，她聞到身邊桌上的藥味。

爸媽告訴她，麥可病的很重。

她並不清楚麥可到底有什麼問題，只知道他似乎不太高興。

他老是哭，現在也是。她輕聲細語：「麥可，別哭了。」

麥可奇蹟似地不哭了，盯著他姊姊看，眼中泛著淚光。

她牽起他的小手，看著他肥肥的手指，滿是汗水的手指求救般地抓住她的一根指頭。

茉莉亞安撫地緊握了一下。

這時，她聽到父母在隔壁房裡說話。

茉莉亞雖然只有6歲，但她知道，當大人壓低聲音說話時，就是在討論重大的事情。

六歲的茉莉亞很好奇，親了親弟弟，踮起腳尖走到門邊去。

她父親說：「開刀太貴了，我們付不起。我最近連帳單都付不出來。」

她母親回答：「現在只能靠奇蹟來救麥可了。」

茉莉亞疑惑著：「奇蹟是什麼？他們怎麼不去弄一個來？」

她跑進房間，從存錢筒裡拿出一塊錢，她要去買個奇蹟給弟弟！

茉莉亞跑到對街的超市，收銀台前的隊伍排得很長，茉莉亞插隊進去，但大家並不介意，有些人甚至還覺得好笑。

第一個和這個臉色紅咚咚的小女孩說話的人，是收銀台前的收銀員。

他臉上掛著燦爛的笑容問道：「小妹妹，我可以為你服務嗎？」

她說：「謝謝，我要買個奇蹟。」

收銀員說：「對不起，要什麼？」

「嗯，我弟弟麥可真的病的很重，我要買個奇蹟。」

收銀員一頭霧水。

他對小孩沒什麼經驗，於是說：「誰來幫助這小孩？我們沒賣什麼奇蹟啊。」

一個穿著體面的男士問：「妳弟弟需要什麼樣的奇蹟？」

包括茉莉亞在內，大家都轉過身來看他。

「我不知道，爸媽說麥可病的很重，他需要動手術。」

穿著體面的男士彎下身，示意要她走近一點。

他問：「妳有多少錢？」

茉莉亞說：「一塊錢。」

他拿起一塊錢，道：「我想，現在一個奇蹟大約就是這個價錢，我們去看你弟弟。也許我有你需要的那奇蹟。」

幾個月後，茉莉亞看著站在嬰兒床上的弟弟。

她的父母正和那位穿著體面的男士交談，原來他是位知名的神經外科權威。

茉莉亞的媽媽說：「醫生，我們還是不知道手術費是誰付的，你說是位匿名的善心人士，他一定花了一筆不少的錢。」

醫生心想：「沒有，只花了一塊錢和一個小女孩的信心。」

## 信心是最好的良藥

## 遊戲小考

請由S至G前進，必須步行至比現在格子數字大的格子裡，完成路線圖後，請交回中心地下詢問處。

截止日期：1月30日      公佈日期：2月8日（將貼三樓康樂室告示板）  
我們將抽出10名幸運兒，並送出紀念品乙份。

參加者資料：

姓名：\_\_\_\_\_ 會員証號碼：\_\_\_\_\_

電話：\_\_\_\_\_

S

10	12	14	16	20	21	22	23	27	30	32	24	36	40
11	16	20	22	21	23	24	26	29	38	34	36	38	42
12	14	16	23	22	26	32	33	35	40	42	45	48	50
14	19	18	25	24	30	31	36	40	39	41	44	47	49
16	18	20	23	26	33	32	33	36	38	44	50	49	51
18	21	23	24	27	34	33	35	37	39	46	52	51	53
20	24	27	26	29	36	34	37	38	42	50	54	52	56
23	24	26	28	30	32	35	36	39	43	47	57	53	55

G

資料來源：「右腦急轉彎—挑戰你的創造力」  
嘉來達之助，傑克魔豆，2005

# 義工招募

無論你是甚麼年紀，只要有興趣服務本區有需要人士，發展自我潛能，歡迎加入成為中央義工，協助本中心同事推行不同社區活動。我們將有專業社工為你介紹本中心服務、培訓義工應有態度，以及與不同服務對象相處的技巧。本中心將會按大家的興趣，安排不同活動及服務讓大家實踐。

為嘉許本中心協助服務的義工，中心參加了由社會福利署舉辦的「義工運動」計劃，各位義工可獲發義工記錄冊一本，只要大家於一年內（1-12/2010）服務滿一定之時數，並將年底前交回負責社工，中心將可頒發證書以嘉許願意付出之義工，計算時數方法如下：

1. 服務滿 50 小時～義工服務銅獎
2. 服務滿 100 小時～義工服務銀獎
3. 服務滿 200 小時～義工服務金獎

義工簡介會日期：29/1/2010(五)

時間：7:00 - 8:30pm

地點：本中心 230 室

- 對象** 有志從事義工服務人士
- 收費** 免費
- 報名方法** 請往中心詢問處填妥義工登記表即可
- 負責人** 區碧華姑娘
- 備註** 義工參與簡介會後，工作人員將會就閣下填寫之資料，並按大家的興趣及中心即將舉行的活動作出編配

## TF105 義工相聚一刻

內容：做義工除了服務別人之外，大家也需要彼此打氣，互相加油！透過定期的義工聚會，互相結識一班有共同志向的義工朋友，亦彼此分享及交流當義工的心得，輕鬆的渡過一個下午。活動內容主要包括集體遊樂、義務工作分享及享用小食和閒談等。

地點：本中心 日期：30/1/2010 (六)

時間：4:30 - 6:00pm

對象：已登記做義工的會員

負責人：周昱廷

收費：免費

備註：1. 如有興趣報名者，請直接與負責職員聯絡。

2. 如有興趣登記做義工，可於詢問處填寫表格。

## 招募義務導師

如果你有一技之長……

如果你想把專長與不同婦女分享……

**對象**：有志服務社區，年齡 18 歲以上，男女均可

**服務形式**：小組

**服務內容**：教授中心婦女會員烹飪、手工藝、舞蹈、繪畫及運動等。

\*如有查詢，請致電本中心職員區碧華姑娘聯絡

\*備註：服務日期及時間，可於日後聯絡時協定



## 服務使用者意見表

為提昇中心的服務質素，歡迎閣下向我們提出寶貴意見，稱讚或批評均可。我們收到意見後，將會在七個工作天內回覆。在此先多謝閣下對本中心的支持及所提供之寶貴意見。

意見及建議：  
 \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_

日期：\_\_\_\_\_

希望你可留下電話以便聯絡。

姓名：\_\_\_\_\_  會員  非會員

聯絡電話：\_\_\_\_\_

上述所收集的個人資料純屬跟進及回覆之用，不作其他用途。  
 請將意見及個人資料填寫完畢，交回中心詢問處或傳真(2391 4320)至本中心。



# 旺角街坊會陳慶社會服務中心 社區綜合服務部

地址：九龍大角咀福全街四十五號

電話：2395 3107 傳真：2391 4320

網頁：<http://www.mkchanhing.org.hk>

電郵：[ifochssc@mkkfa.org.hk](mailto:ifochssc@mkkfa.org.hk)

優惠級

## 關懷互建·共融社區



印刷數量：8,000本

印刷日期：2009年11月