



旺角街坊會陳慶社會服務中心

好慶誌

2014年7-9月通訊

截止遞交抽籤表：5月20日(二)

暑期活動報名日：5月25日(日)

暑期活動必須透過抽籤安排報名
詳情請參閱第1頁

婦女活動及進修課程報名日：5月14日(三)

走召其月イ寸

正呀

好味!



鳴謝：青年事務委員會及青年活動統籌委員會
香港賽馬會慈善信託基金 贊助

目錄

各類服務開放時間.....	P2
會員知多 D.....	P3
活動及進修課程報名注意事項.....	P4
會員商戶優惠.....	P5
2014 年暑期活動日程表.....	P6
7 - 9 月份活動	
• 兒童及青少年暑期活動.....	P10
• 兒童及青少年活動（非暑期）.....	P33
• 家庭及社區活動.....	P34
• 家庭增值活動.....	P39
• Non-Chinese Residents Programs.....	P41
• 學童課餘託管.....	P43
• 婦女活動.....	P44
• 新來港人士活動.....	P48
• 兒童藝術課程.....	P52
• 兒童語言課程.....	P55
• 兒童體能課程.....	P60
• 兒童技能課程.....	P63
• 成人藝術課程.....	P69
• 成人語言課程.....	P69
• 成人體能課程.....	P69
• 成人技能課程.....	P71
• 閱讀室活動.....	P73
小組組員招募.....	P74
義工招募.....	P76
一頁動人集.....	P77
服務使用者意見表.....	P77

2014 年暑期活動報名安排

如希望報名參加本中心於 7 月至 9 月的活動 (P.10 至 P.73 編號 SYP, TF, NCR, NA, FS, R) 均需依照以下報名安排：

(所有婦女活動及兒童及成人進修課程 (P.44 至 P.72) 則不在此限，可於 5 月 14 日 (三) 開始報名。)

即日起至 20/5/2014(二)	中心會隨今期郵寄小冊子中附上一份抽籤表予各會員；而截止投遞抽籤表日期為 20/5/2014(二) 下午 5:00，懇請各會員於截止前交回本中心收集箱便可。個人會員及家庭會員 (家庭會員以一個家庭為單位) 同時只須填一張抽籤表便可。 (郵寄或傳真：2391-4320 亦可接受) 〈若重覆遞交抽籤表格，只可獲較後之編配籌號〉
21/5/2014(三)	當日上午 11:00 在中心地下大堂公開抽籤，下午 6 時正張貼抽籤結果在地下大堂壁報及上載於中心網頁 www.mkchanhing.org.hk
21/5/2014(三) 至 24/5/2014(六)	各中籤者將獲編配籌號 1 個，中心會個別通知中籤者之出席報名時間，會員亦可於 21/5/2014(三) 下午 6 時後親臨或致電 2395-3107 查詢抽籤結果或到中心網頁瀏覽。
25/5/2014(日)	25/5/2014(日) 早上 9:00 至下午 5:00 為暑期活動報名日。中籤之會員須於 25/5/2014(日) 依據籌號報名時間到中心辦理手續，所得之籌號不得轉讓；如報名者未能依時到達而原先的籌號已過，須依照工作人員重新編排的次序報名；另外每位會員只限報名「5」項 SYP 暑期青少年活動，家庭活動則沒有數量限制。
26/5/2014(一)	上午 9:00 開始接受任何人士報名參加餘下之暑期活動，數量不限。

《注意事項》

1. 如欲與其他會員於同一時間報名參與暑期活動，請將抽籤表格釘在一起 (最多只能 5 張申請表釘在一起) 交回中心即可。
2. 每位中籤之會員於活動報名前必須出示有效之會員証，25/5/2014 當天恕不辦理續會手續。
3. 每位參加者均須填寫報名表格一份。
4. 暑期活動一經報名繳費，恕不退款，不得自行轉讓名額或找他人替代，詳情請參閱 P.4 報名注意事項。

惡劣天氣安排

如 25/5/2014 (日) 上午 9 時前仍懸掛 8 號風球或黑色暴雨警告，中心將暫停活動報名。並順延於 1/6/2014(日) 上午 9 時至下午 5 時繼續進行；餘下之暑期活動報名亦順延至 2/6/2014 (一) 上午 9 時。

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

就業支援服務室(地下) * 樺樹街入口 *

星期一至五 上午十時至下午一時及下午二時至下午五時

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(三樓)

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
星期一 休息

★農曆年初一、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	戶外活動	水上活動	室內活動	進修課程
	(活動舉行前兩小時內仍懸掛安排)			
暴雨/ 颶風警告				
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。

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號可獲得特別優惠

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，請儘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 个工作日停止接受支票報名（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，如活動 / 課程有後備參加者，負責同事可協助安排後備者補上，如活動 / 課程未有後備參加者，則參加者須於活動 / 課程前另找人士替代，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。
- 如活動因天氣或場地關係而需要改期，已報名的參加者可選擇退出該活動。
- 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

九龍珀麗酒店

優惠內容：凡出示有效之會員證，到本酒店之協奏坊西餐廳惠顧海鮮自助晚餐，均可享八折優惠。

優惠條款及細則：

- 優惠有效期至 2014 年 9 月 30 日
- 優惠只適用於協奏坊西餐廳使用。
- 優惠只限於海鮮自助晚餐時段使用。
- 優惠不適用於公眾假期及節假日前夕。
- 優惠只限堂食，加一服務費以定價計算。
- 請於結賬前出示有效之會員證，影印本無效。
- 此優惠不能與其他優惠同時使用。
- 如有任何爭議，九龍珀麗酒店將保留最終決定權



ROSEDALE
KOWLOON
九龍珀麗酒店

地址：九龍大角咀道 86 號

訂座電話：3919 8228

麗光快速沖印公司

優惠內容：九折優惠

電話：2395 1782

地址：大角咀晏架街

73B 號地下

凱聲琴行

優惠內容：樂器九折、琴書八折
(特價貨品除外)

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)

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

鍾權君眼科視力中心

- 優惠內容：
1. 兒童眼睛視力及成人綜合眼科視力健康檢查
 2. 驗配眼鏡或隱形眼鏡七五折優惠
 3. 學童控制近視漸進 / 成人漸進鏡 (特價優惠)
 4. 角膜矯形術——
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

七十歲以上長者歡迎使用醫療券

上述資料僅作參考，商戶可保留優惠最後決定權

2014 年暑期活動日程表 7 月

SUN 星期日	MON 星期一	TUE 星期二	WED
		1	
SYP701 SYP702	6	7	8
13	SYP703	14	SYP704
			15
			SYP705 SYP706 SYP707 SYP708 SYP709
20	SYP716 SYP717	21	SYP718 SYP719
			22
			SYP720 SYP721
27	SYP726 SYP727	28	SYP728 SYP729
			29
			SYP730 SYP731

星期三	THU	星期四	FRI	星期五	SAT	星期六
2		3		4		5
9		10		11		12
16	SYP710 SYP711	17	SYP712 SYP713	18	SYP714 SYP715	19
23	SYP722 SYP723	24	SYP724	25	SYP725	26
30	SYP732 SYP733 SYP734	31				

2014 年暑期活動日程表 8 月

SUN 星期日	MON 星期一	TUE 星期二	WED
3	SYP738 SYP739	4 SYP740 SYP741 SYP742	5 SYP743
SYP747 10	SYP748 SYP749 11	SYP750 12	SYP751 SYP752
17	SYP757 18	19	SYP758
24	25	26	
31			

星期三	THU	星期四	FRI	星期五	SAT	星期六
			SYP735 SYP736	1	SYP737	2
6	SYP744	7	SYP745	8	SYP746	9
13	SYP753 SYP754	14	SYP755 SYP756	15		16
20	SYP759	21	SYP760	22	SYP761	23
27		28		29	SYP762	30

SYP701 「玩盡星期天」之暑期活動開幕禮

日期：6/7/2014（日） 時間：4:00—6:30pm
 地點：大角咀埃華街休憩公園 對象：小朋友、家長、社區人士
 費用：免費

內容：暑假又到啦！小朋友及家長是否已為暑假安排了一連串的活動？中心為了令大家渡過一個充實又有意義的暑假，已經預備了不同的暑期活動，大家除了可報名參加外，我們亦以這個活動作為暑假的揭幕，讓大家可盡情享受暑假的樂趣！活動內容有攤位遊戲及表演節目，歡迎所有社區人士及大、中、小朋友參加！

備註：1. 活動除了可以接受報名外，將會於暑期活動報名日公開派發門票，凡已報名之人士，將會獲通知到中心索取門票。有興趣之朋友可於活動當日到達會場索取門票
 2. 活動歡迎一家大細及有興趣之社區人士參加

負責人：區碧華

SYP702 DSE BU PA 「最終回」放榜升學資訊講座

日期：6/7/2014（日） 時間：3:00—4:00pm
 地點：中心
 對象：應屆 DSE 考生 費用：免費

內容：繼上年開辦放榜資訊講座後，同學反應理想，今年再接再勵，與學友社合辦舉行放榜資訊講座，除了會有學友社派講者來講解升學及就業資訊外，還請到上兩屆的考生同大家分享經驗，有助大家放榜前做好準備！

負責人：李芷欣

SYP703 「一本個人書的誕生」體驗工作坊

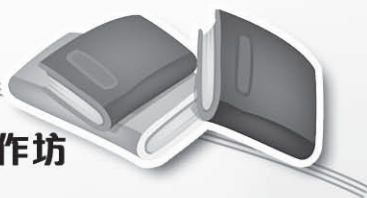
日期：14/7、21/7、28/7/2014（一）（3次）
 時間：第一及第二節 ~ 9:00am—12:00nn
 第三節 ~ 10:00am—12:00nn
 地點：戶外寫生 ~ 山頂、西九長廊或佐敦谷公園（待定）
 參觀 ~ 九龍灣、本中心

對象：升小四至升中一的學生 費用：\$80

內容：一個體驗自行創作、獨立及體驗自主的活動，參加者將會親手繪製一本屬於個人的書本，目的是促進個人的創作及繪作能力，以有趣及活潑的教學方法去學習和體驗、開發個人的創作潛能，並認識一本書的誕生過程，由創作、印刷、釘裝的過程自己一手包辦。內容共有三節工作坊，第一節：戶外寫生、第二節：參觀印刷工場、第三節：中心學習釘裝「個人書」。一本「個人書」就是這樣誕生了！

備註：1. 活動費用包括車費、參觀費、活動費及導師費
 2. 參加者請穿著輕便服裝、自備乘涼用品及足夠食水

負責人：區碧華



SYP704 太平山上大自然

日期：15/7/2014（二）

時間：9:00am—4:00pm

地點：太平山及山頂公園

對象：6-12 歲

費用：\$60

內容：小朋友，有無嘗試過寄明信片給親人，說說你心中話呢？我們一起去乘坐香港最古老的交通工具—纜車，到太平山走一走，遠眺維港兩岸景色，同時，再到山頂公園去，站在港島最高位置，傲視南區壯闊的景色，更可以在太平山上郵局，再投一張明信片回家，說說感受，作為留念。

備註：1. 參加者自備毛巾及太陽帽

2. 午膳於麥當奴

負責人：李慧嫻



SYP705 大澳漁村樂悠悠

日期：16/7/2014（三）

時間：9:00am—6:00pm

地點：大澳漁村

對象：8-13 歲（綜援家庭、關愛基金合資格家庭、學生資助獲全額資助學童）

費用：\$20

內容：帶你們參觀大澳漁村，體驗野外定向、乘船探訪中華白海豚、欣賞大澳漁村文化

備註：1. 此活動由「香港小童群益會賽馬會青少年綜合服務中心」合辦

2. 請自備由「奧運站來往東涌站」的車費（建議八達通內最少有\$50 餘額）

3. 費用包括東涌至大澳的來回車費、午膳及活動費

4. 報名時請出示有關文件以便核實參加資格

負責人：譚安琪



SYP706 野外童樂日

日期：16/7/2014（三）

時間：9:00am—3:30pm

地點：大帽山扶輪郊野公園

對象：6-12 歲

費用：\$50

內容：學習搭建營幕、郊外烹飪、製作美味的午餐、短途遠足及野外安全模擬活動和啟導遊戲。讓參加者認識野外生活的體驗及集創意遊戲的戶外活動，培養小朋友對事物的好奇心和大自然的興趣。

備註：費用包括車費、食物及訓練等所需物資

負責人：施志偉

SYP707 We Grow We Goal ~ 社區關懷大使計劃

<p>迎新日</p> <p>日期：16/7/2014 (三)</p> <p>時間：9:00am—4:00pm</p> <p>地點：中心</p>	<p>日營</p> <p>日期：4/8/2014 (一)</p> <p>時間：10:00am—5:00pm</p> <p>地點：西貢北潭涌保良局渡假營</p>
<p>義工服務準備日</p> <p>日期：7/8/2014 (四)</p> <p>時間：11:00am—1:00pm</p> <p>地點：本中心</p>	<p>義工服務日</p> <p>日期：12/8/2014 (二)</p> <p>時間：10:00am—2:30pm</p> <p>地點：待定</p>

對象：8-12 歲

費用：\$50

內容：「We grow, we goal~ 社區關懷大使」，意思是：我們一起成長，一起達到目標。

計劃以訓練小朋友關心社區、促進社區和諧為目標。希望通過舉辦一連串活動，例如：迎新日、日營及義工服務日，活動中會滲入不同社會及世界議題，例如環保、戰爭、兒童權益等，使參加者明白社會與個人的密切關係。每次聚會都為小朋友們創造共同經歷；一同反思自我，一同作新的嘗試，一同體驗人生縮影。經過多次見面，參加者認識志同道合的朋友，大家互勉互勵，共同成長。

計劃完結後，參加者將獲贈證書，正式以「社區關懷大使」畢業，日後繼續為社區和諧出一分力。

- 備註：1. 費用已包括營費及膳食費
2. 參加者需出席 3 節或以上（包括義工服務日），方能獲贈證書
3. 此活動由 Disney Friends for Change 贊助

負責人：李芷欣

SYP708 「童心友愛 • 成就共享」青年義工招募

日期：16/7-28/12/2014 期間（詳情請於報名日索取章程）

地點：本中心

對象：中二或以上青年義工

費用：全免

內容：「童心友愛 • 成就共享」是一個由 7 月至 12 月一連串的大型活動，誠邀中二或以上青年義工參與協辦活動。主要是協助義工組長帶領 40 位兒童參與開幕禮、露營、工作坊、宿營、服務篇及嘉年華會。詳細日期及時間請留意「童心友愛 • 成就共享」章程。義工必須出席 8 月 23 及 24 日的青年培訓活動

備註：出席達 80% 以上可獲頒發義工證書 (2014 年 12 月 28 日分享會頒發)

負責人：李麗萍、麥小華

SYP709 「童心友愛 • 成就共享」計劃

內容：無論作為家長或學生的你，著緊子女或自身學業，然而除了做功課、興趣班之餘，其實孩子的社交發展、自身抗逆力和解難能力以及對社區的認識和關懷同樣重要！如果你認同以上的觀點，誠邀您們一起參與「童心友愛 • 成就共享」計劃：活動會由一班富有義工經驗的青年義工帶領下，以「師友」形式進行一連串訓練及義工服務，讓大家可互相交流學習，互勉成長，讓孩子在「身」「心」「靈」方面得以健康發展。計劃亦會讓孩子可一展所長，實踐創意理念製作攤位，將成就與社區人士分享。

對象及資格：升小四至中一有興趣從事義工服務的小學生（共 40 名）
（綜援家庭、關愛基金合資格家庭、學生資助獲全額或半額資助學童、社工推薦學童）

費用：\$50（已包括活動所有費用）

參與計劃義工組：SMS、NGU、驕陽王子、JS 青年義工組及有興趣參與的青年義工

備註：1. 出席 80% 或以上可獲頒發出席證書
2. 有興趣者請留名，待電話通知面試日期，結果將會個別通知。

負責人：李芷欣、李麗萍、麥小華

計劃啟動禮（中心禮堂）

16/7/2014（三）

2:00-5:30pm

友情共建：露營友 fun

（童軍總會白沙灣譚華正海上活動中心）

25-26/7/2014（五 - 六）

12:00nn- 翌日 2:30pm

訓練（一）工作坊：溝通篇（中心禮堂）

6/8/2014（三）

2:00-5:30pm

訓練（二）工作坊：欣賞篇（中心禮堂）

11/8/2014（一）

2:00-5:30pm

訓練篇（三）黃昏營：合作篇

（香港青年協會賽馬會西貢戶外訓練營）

20/8/2014（三）

1:00-10:00pm



社區關懷服務篇：

安老院關懷探訪（大角咀區）

1/10/2014（三）

12:00nn-5:00pm

社區分享篇：

童 fun 嘉年華（大角咀埃華街花園）

21/12/2014（日）

10:00am-5:00pm

家庭分享篇：

傑出義工嘉許禮（中心禮堂）

28/12/2014（日）歡迎家長出席

11:00am-2:00pm



SYP710 狂舞吧

日期：17/7、31/7、7/8、21/8/2014（四）（4次）
23/8/2014（暑期活動閉幕禮表演）（日）（時間待定）

時間：2:30—4:30pm

地點：本中心

對象：14-19 歲青年人

費用：\$168（共 4 堂費用）

內容：「為左跳舞，你可以去到幾盡！」，2013 年大熱本土電影「狂舞派」主打為夢想努力奮鬥，相信唔少人都有睇過！熱愛跳舞的你、妳、您，仲唔趁住呢個盛夏，同我地一齊練得一身好舞功！學員們於課程後將有機會於中心暑期閉幕禮表演。

備註：已包導師費用

負責人：李芷欣



SYP711 歷史與現在

日期：17/7/2014（四）

時間：10:00am—4:00pm

地點：鯉魚門、饒宗頤文化館

對象：6-12 歲

費用：\$60

內容：上午：鯉魚門是香港海港出口的要道，已有逾 150 年歷史，過去大部分村民都是農夫、漁民和礦工；至今三家村避風港、許願樹、礦場逐漸發展成哪樣？不如我們一起看看了解解吧！

下午：暢遊位於美孚附近的荔枝角山嶺的前荔枝角醫院，已列為三級歷史建築，經活化後以國學大師饒宗頤教授命名「饒宗頤文化館」

備註：包午餐及交通費、自備飲用水

負責人：黃凱芯



SYP712 Running Go! @ Youth

日期：18/7/2014 (五)

時間：10:00am—4:30pm 地點：油尖旺、赤柱

對象：13-19歲 費用：\$30

內容：Hey Youth！今個暑假，我哋約定你一齊穿梭大街小巷，玩餐勁呢！有好多刺激又好玩嘅遊戲同任務等緊你嚟挑戰，仲有機會贏到豐富獎品架！無論你係 man 定係 woman，快啲報名齊齊 Running 啦！

- 備註：
1. 費用包括午膳及活動費
 2. 請自備交通費（如帶八達通，八達通內餘額需最少有 \$60）
 3. 是次活動將會以隊制形式進行
 4. 請自備足夠食水、晴雨用具、防蚊用品、穿著輕便衣物
 5. 是次活動由「驕陽王子」義工組主力策劃及帶領

負責人：麥小華



SYP713 小腳板自由行之金鐘

日期：18/7/2014 (五)

時間：10:00am—4:00pm

地點：金鐘

對象：6-10歲 費用：\$20

內容：這個活動不會乘旅遊車，因為想給小朋友親身去體驗自由行的樂趣。希望小朋友透過香港公園、纜車總站等等，來發掘不一樣的金鐘。

- 備註：
1. 費用已包括午膳
 2. 自備飲用水、雨具及防曬用品

負責人：何志明



SYP714 捐窿捐罅大步走

日期：19/7/2014 (六)

時間：10:00am—4:00pm

地點：吉慶圍、紅磚屋、元朗

對象：6-12歲 費用：\$60

內容：吉慶圍最矚目的，自然是那道厚厚的圍牆。其實，圍牆是在明末清初年間才建造的，當年盜寇猖獗，村民遂以青磚築成圍牆抵禦。雖然一些古舊的建築已被現代樓房所取代，但吉慶圍仍然保留著極具歷史價值的炮樓和護城河，在這裡走一趟，您還是可以回味古城的一些往事。

備註：包午餐及交通費、自備飲用水

負責人：黃凱芯





SYP715 義食團

日期：烹飪訓練工作坊 ~ 19/7、26/7/2014 (六)

服務日 ~ 2/8/2014 (六)

時間：(工作坊：2:30—4:30pm)

(服務日：11:30am—1:30pm)

地點：中心

對象：12-19 歲青少年

費用：\$60

內容：蛋糕、甜品、小食，聽到都令人食指大動，有無諗過自己動手學整？除了可以同家人、朋友分享之外，仲有…仲有…有無諗過將美食分享俾區內有需要的人呢？是次義食團希望招募一班愛煮愛食的年青人，同我地一齊煮嘢食之餘，又可以做下服務，一舉兩得！

備註：1. 每堂工作坊將教授 2 款小食 / 甜品

2. 費用已包括材料費

3. 請自備圍裙及餐盒

4. 服務日詳情會於工作坊內與參加者商討

負責人：李芷欣



SYP716 EDF 動感日營

日期：21/7/2014 (一)

時間：8:45am—3:30pm

地點：元朗錦田音樂農莊

對象：6-14 歲

費用：\$130

內容：EDF=Ecology+Djembe+Farm，一個結合生態、非洲鼓及農耕的動感體驗活動，歡迎充滿好奇心和熱愛大自然小朋友參加。

備註：1. 費用包括活動費、膳食及車費

2. 活動由音樂農莊導師協助帶領

負責人：施志偉

SYP717 包包走天下

日期：21/7/2014（一）（暫定）

時間：8:15am—4:30pm

地點：嘉頓麵包廠、荃灣三棟屋、荃灣環境資源中心

對象：6-10 歲 費用：\$60

內容：早餐有火腿蛋包，茶點有菠蘿包，晚餐有蒜蓉包，生命有七包？咪就係大家都認識嘅「生命麵包」。J.S 青年義工小組帶大家認識麵包的生產過程，小朋友亦會有機會自製及品嚐自製的麵包。午餐後我們會到三棟屋博物館及荃灣環境資源中心。

注意：由於參觀嘉頓麵包廠要進行抽籤，有可能會更改日期或會以另一參觀場地作替代。敬請留意報名日所派發的更改表。

備註：1. 此活動由中心 J.S 青年義工小組帶領

2. 請穿著運動鞋或包頭鞋

3. 請自備食水

4. 請自備防曬用品或帽子

負責人：李麗萍

SYP718 小小廚師見聞行

日期：22/7/2014（二）

時間：10:00am—5:45pm

地點：大埔人類民俗館及稻香飲食文化博物館

對象：6-12 歲 費用：\$80

內容：香港有很多特別的飲食文化，但由自己親手做麵包、薄餅親嘗一口，認識食物是得來不易，不要浪費。同時，帶你參觀稻香飲食文化博物館，認識不同年代飲食文化的特色及轉變。

備註：午膳將於小白鷺享用飯盒

負責人：李慧嫻



SYP719 環保科學知多 D

日期：22/7/2014（二）

時間：10:30am—6:00pm

地點：粉嶺環保資源中心、科學園

對象：6-12 歲 費用：\$50

內容：參觀環保資源中心，了解什麼是環境保護，在導賞帶領下，小朋友會增加認識循環再用、珍惜食水、節約能源、噪音污染等問題，下午帶大家前往科學園，參觀奇趣館、創意館、綠環館，以輕鬆互動的形式去探索科學，讓參加者對各種科學知識產生無窮興趣。

備註：1. 費用已包括午餐及車費

2. 自備防曬用品、飲用水

負責人：梁杏英

SYP720 陽光小孩——有機農場全體驗

日期：23/7/2014 (三)

時間：9:00am—4:00pm

地點：屯門新生互動農場

對象：6-14 歲

費用：\$130

內容：於有機農場內參觀不同主題的教育及觀景區，參與培苗學習坊，齊玩生態遊戲，還可以一起收集不同香草，製作特色有機香草肥皂呢！讓陽光小孩子走出戶外去，一齊認識有機種植及環保知識，齊來渡過開心充實的暑假期！

備註：1. 活動包入場費、活動費及健康小菜午餐

2. 自備防曬、防蚊用品及飲用水

負責人：陳美寶



SYP721 小腳板自由行之屯門

日期：23/7/2014 (三)

時間：10:00am—4:00pm

對象：6-10 歲

地點：屯門

費用：\$20

內容：這個活動不會乘旅遊車，因為想給小朋友親身體驗自由行的樂趣。希望小朋友透過屯門市鎮公園、屯門圖書館等等，來發掘不一樣的屯門。

備註：1. 費用已包括午餐

2. 自備飲用水、雨具及防曬用品

負責人：何志明



SYP722 立法會與市區更新特「搜」之旅

日期：24/7/2014 (四)

時間：9:30am—4:30pm

地點：立法會綜合大樓、市區更新探知館

對象：8-14 歲

費用：\$50

內容：從電視上睇立法會議員開會你就睇得多，有無諗過可以親身喺呢個地方一嘗扮演立法會議員開會的滋味呢？另外，你知道「籠屋」係點樣架嗎？原來有啲人住嘅地方同你嘅屋企係好唔同架啫！想一探佢哋嘅真面目？小特「搜」們，快啲嚟報名參加啦！

備註：1. 請自備防曬用品及飲用水

2. 費用包括午餐及車費

負責人：麥小華



SYP723 智 Kid 兵團 Running Go !

日期：24/7/2014 (四) 時間：10:00am—4:30pm

地點：油尖旺、中環、灣仔

對象：8-12 歲 費用：\$30

內容：今個暑假，智 Kid 兵團正在招募最醒最叻的你、妳、您，同我哋一齊反轉港九各區，用大家的智慧，挑戰一個接一個的不可能任務！是次活動將會以隊制比賽的形式進行，務求令大家接受挑戰之餘，亦可以過一個不一樣的暑假！

備註：1. 費用包午餐

2. 需自備交通費（如帶八達通，八達通內餘額最少有 \$60）

負責人：李芷欣

SYP724 手創風箏任飛翔

日期：25/7/2014 (五)

時間：10:00am—5:30pm

地點：中心及大坳門

對象：8-14 歲

費用：\$70

內容：1. 由「香港風箏競技會」資深風箏導師教授小朋友製作傳統風箏
2. 遠赴香港放風箏勝地：「大坳門」教導小朋友放風箏

備註：1. 由「香港風箏競技會」導師教授

2. 請穿著輕便運動服及鞋、帶足夠食水、防曬用品及雨具

3. 費用包材料、交通及午膳

負責人：譚安琪



SYP725 DIY 蜂 more 豆花團

日期：26/7/2014 (六) 時間：8:50am—4:45pm

地點：永霖休閒農莊、寶生養蜂場、美味豆花團體驗坊

對象：7-14 歲 費用：\$90

內容：小朋友期待已久嘅暑假又到喇！想唔想 DIY 自製一個獨一無二用樹汁液創作嘅環保袋？仲會帶大家去養蜂場探下啲小蜜蜂，見識下佢地點樣造蜜糖，仲可以自費歎番杯冰凍潤喉嘅檸檬蜜糖水。仲有！仲有！有冇試過自己親手整豆漿？唔單止整，仲可食埋豆腐花同飲豆漿添！

備註：1. 自備足夠食水

2. 預備汗巾、雨具、防蚊及防曬措施

3. 穿著輕便衣服

4. 如子女有食物敏感敬請預早通知活動負責人

負責人：梁燕萍

SYP726 「天際」西廊遊

日期：28/7/2014（一）

時間：9:30am—3:30pm

地點：天際 100 及西九龍海濱長廊

對象：7-12 歲

費用：\$45

內容：想從全香港最高的建築物俯覽及近距離觀賞香港維港景色，以及透過不同的大型投影幕及互動設施增加對香港今昔面貌的認識，就不要錯過這次活動。

備註：1. 費用包車費及膳食
2. 自備食水及防曬用品
3. 膳食為小食餐盒

負責人：陳志冠



SYP727 樹屋輕輕水上飄

日期：28/7/2014（一）

時間：9:00am—4:45pm

地點：樹屋田莊

對象：7-13 歲

費用：\$120

內容：有無想挑戰吓自己的信心，學吓點樣爬樹屋、或者乘橫水渡，來來回回在水中，嘗試扮吓印第安人去遊獵，一起玩些合作遊戲，渡過一個開心又有意義的暑假。

備註：1. 參加者請帶備足夠飲用水及防曬用品
2. 費用包車費、入場費及午膳（輕便午餐）

負責人：李慧嫻

SYP728 水警基地初探

日期：29/7/2014（二）

時間：9:00am—12:30pm

地點：大欖水警基地

對象：8-14 歲

費用：\$20

內容：水警的日常工有乜嘢做？夜間如何偵查走私船？水警輪上有什麼設備，參加這次旅程，問題就可一一解開。

備註：1. 費用已包括車費
2. 請自備防曬用品及飲用水

負責人：梁杏英

SYP729 大自然廚房

日期：29/7/2014（二）

時間：9:00am—4:00pm

地點：音樂農莊

對象：6-12 歲

費用：\$130

內容：大自然廚房是小朋友的廚房，在大自然的環境中，除可學習特色煮食外，還可學習餐桌禮儀，進行有關飲食的遊戲，渡過一日完全飲食之旅。活動內容包括：田園麵包製作、心意朱古力、煨蕃薯、野外烹飪比賽、親自下田選割農作物，仲可以隨意購買即場蔬菜添。

負責人：李慧嫻

SYP730 尋幽探秘——南涌之旅

日期：30/7/2014（三） 時間：9:00am—5:00pm

地點：南涌戶外活動中心

對象：8-12 歲 費用：\$70

內容：暑假除了玩電腦、做功課之外，你可以去大自然中感受當中的寧靜，及觀賞當中的美景。南涌是你其中一個選擇，南涌位於新界東北鹿頸旁，鄰近沙頭角，及衛奕信徑與南涌郊遊徑。環境清幽，四周擁有豐富大自然資源。

在南涌裡面，你還會看到大自然中的小生命，例如：招潮蟹、紅樹林、怕醜草、小白鷺等等。你還有機會落手落腳煮出你們的午餐，享受自己作品及田園風味。

想這個暑假有一個難忘的旅程？快 D 報名參加啦！！

備註：1. 費用已包括車費及午餐
2. 參加者需嚴格遵守安全守則，以保安全

負責人：袁詠珊

SYP731 孖「保」齊出動

日期：30/7/2014（三）（暫定） 時間：10:00am—4:00pm

地點：屯門環保園（暫定）及荃灣

對象：8-12 歲 費用：\$60

內容：孖「保」？第一保，參觀環保園，認識如何減少廢物及處理廢物的方法，提升環保意識。第二保，打保齡球，學習正確的打保齡球技巧，培養對運動的興趣。從保護環境及運動開始，讓自己的生活更健康。

備註：1. 請帶備足夠食水
2. 請穿運動裝及運動鞋

負責人：王培明姑娘



SYP732 人在野星空下歷險

日期：31/7/2014（四） 時間：2:00—10:00pm

地點：上水雞嶺村自然脈絡農舍

對象：8-14 歲 費用：\$125

內容：帶大家時光倒流回到古時，在田野燒柴煮食，在漫天星空下上山歷險，體驗非一般的仲夏夜之旅！

備註：1. 費用已包括車費、午餐、活動費及導師費
2. 穿著長褲及運動鞋
3. 自備防蚊、防曬、雨具及足夠飲用水

負責人：譚安琪



SYP733 攀石 @ 大角咀

日期：31/7/2014 (四)

時間：10:00am—1:00pm 地點：大角咀市政大樓

對象：8-15 歲 費用：\$45

內容：如你對攀石活動有興趣，又或想測試一下自己的膽量，就可以來挑戰這幅 8 米高的室內攀石牆，參與這個既健康又刺激，又可以鍛鍊自己自信心的運動。

- 備註：1. 費用包器材及導師費
2. 自備食水
3. 穿著鬆身衣物及運動鞋

負責人：陳志冠

SYP734 與童樂宿

日期：31/7—1/8/2014 (四、五) (暫定)

時間：2:30pm—翌日 2:00pm

地點：西貢戶外康樂中心 (暫定)

對象：6-10 歲 費用：\$120

內容：暑假又到啦！又可以去宿營啦！一個認識新朋友，一起玩團體遊戲和迎接新體驗的機會，讓我們共同參與，為這個暑假留一點點回憶！

- 備註：1. 請穿著輕便服飾及運動鞋
2. 帶備一套內外衣服更換
3. 清潔用品：沐浴露、洗頭水、牙膏牙刷及毛巾等
4. 食水
5. 電筒、防曬、防蚊用品

負責人：王培明姑娘

SYP735 綠識仲夏

日期：1/8/2014 (五)

時間：9:30am—4:30pm

地點：龍虎山環境教育中心、香港大學

對象：6-14 歲 費用：\$60

內容：上午於環境教育中心，參與廚餘紮染工作坊，以咖啡渣製造天然染料，紮染手帕，讓參加者認識製造紡織品對環境的影響。下午由導賞員帶領下，認識香港大學校舍歷史，包括歷史悠久的梅堂、儀禮堂、陸佑堂及其他別具特色的歷史建築。

- 備註：1. 包午膳
2. 大學導賞團全程需時約 1.5 小時，斜路及梯級較多
3. 自備防曬、防蚊用品及飲用水

負責人：陳美寶



SYP736 我的香港、我的漁港

日期：1/8/2014（五） 時間：10:00am—4:00pm
 地點：香港仔漁業教育中心、香港仔避風塘（珍寶海鮮舫）、鴨洲公園
 對象：6-12歲 費用：\$60
 內容：香港是一個歷史悠久的漁港。此活動透過參觀展品、展板、互動遊戲及教育短片，介紹本港各式漁船、捕魚用具、海產，以及漁業管理措施。希望參觀者對本港捕魚業有進一步的認識，提高他們對保育漁業資源及保護海洋環境的意識。
 備註：費用已包括午餐，請自備飲用水
 負責人：黃凱芯

SYP737 不再兒 Hey（兒童暑期訓練營）

1) 營前會 2) 露營
 日期：2/8/2014（六） 日期：9-10/8/2014（六、日）
 時間：2:30—5:00pm 時間：1:00pm—翌日 3:30pm
 地點：西貢海下灣海岸公園（灣仔）
 對象：9-12歲 費用：\$120
 內容：前往西貢海下（灣仔）營地，欣賞動人海岸日夜景緻，並於兩日一夜的訓練營裡，在義工哥哥姐姐帶領和指導下，以團隊合作方式，掌握野外烹飪及求生技能，並透過夜間定向和分享，訓練參加者的獨立及團隊協作能力，感受不一樣的暑假，不再兒嬉！
 備註：1. 費用已包括膳食（連營地工具）及車費
 2. 參加者需出席2/8/2014的營前會
 負責人：李芷欣



SYP738 小腳板自由行之九龍城

日期：4/8/2014（一） 時間：10:00am—4:00pm
 地點：屯門
 對象：6-10歲 費用：\$20
 內容：這個活動不會乘旅遊車，因為想給小朋友親身體驗自由行的樂趣。希望小朋友透過九龍寨城公園、九龍城廣場、宋王台公園等等，來發掘不一樣的九龍城。
 備註：1. 費用已包括午餐
 2. 自備飲用水、雨具及防曬用品
 負責人：何志明

SYP739 智勇脫危間

日期：4/8/2014（一） 時間：12:30pm—5:00pm

地點：本中心及「命逃」真人密室逃脫

對象：8-14 歲 費用：\$55

內容：如果你和其他人不幸被困在密室內，你是否可以有足夠的智慧和
其他人聯手去破解一個個的謎題，衝破一道道的難關，最終令自
自己和隊友化險為夷，安全脫離困境？如果你對自己解謎能力有信
心，今次就給你一個大顯身手的機會。

- 備註：1. 因活動會在封閉式的室內場地舉行，不建議有幽閉恐懼症之參
加者參加
2. 歡迎單獨或自行 6 人組隊參加
3. 費用包括場地租用及車費
4. 自備食水

負責人：陳志冠



SYP740 童 TEEN 露營

日期：5-6/8/2014（二、三）（暫定）

時間：2:15pm—翌日 2:30pm

地點：荃灣下花山村

對象：8-12 歲 費用：\$130

內容：喜歡去露營的朋友仔，一個熱辣辣、曬到爛、「食自己」的野外
露營，又點少得你的參與！如果你準備好和我們一起去
買鑊煮飯，起帳幕，玩個痛快，就快報名啦！

- 備註：1. 請穿著輕便服飾及運動鞋
2. 帶備一套內外衣服更換
3. 清潔用品：沐浴露、洗頭水、牙膏牙刷及毛巾等
4. 食水
5. 電筒、防曬、防蚊用品

負責人：王培明姑娘



SYP741 網球體驗同樂日 2014

日期：5/8/2014（二） 時間：11:00am—6:00pm

地點：本中心、深水埗通州街公園網球場

對象：8-14 歲 費用：\$50

內容：「網球」曾否令你認為是一門很冷門的運動？很難玩？收費好貴？
錯、錯、錯，快來參加這活動，認識、體驗，甚至享受網球運動
的樂趣，並學習有關技巧。活動將會透過遊戲、影片、分享及專
業教練培訓，與參加者探索及發掘網球的樂趣！

- 備註：1. 活動費用包括膳食、活動費及導師費
2. 參加者請穿著輕便服裝、運動鞋、毛巾、乘涼用品及足夠食水
3. 如因天雨關係，後備日期為 12/8/2014（二）11:00am-
6:00pm
4. 請自行攜帶網球拍出席，如沒有網球拍，請向負責職員借用

負責人：區碧華

SYP742 恐龍勁射世界杯 @ 科技任我行

日期：5/8/2014 (二)

時間：9:15am—5:15pm

地點：創意科藝教室

對象：8-14 歲

費用：\$175

內容：踏上「創意科藝工程計劃」，發揮創意與學習，運用由韓國研發的 4D Frame，親手製作立體恐龍模型及足球模型，從中更加深對足球的歷史及設計起源的認識，讓孩子們享受創意的喜悅！

備註：1. 費用包括車費、「創意科藝教室」活動費及午餐

2. 請自備袋子用作活動後裝載模型之用

負責人：麥小華

SYP743 小跳豆獅科行

日期：6/8/2014 (三)

時間：10:00am—4:00pm

地點：獅子會自然教育中心、香港科技大學

對象：6-12 歲

費用：\$50

內容：到焦坑獅子會自然教育中心參觀多個特色主題展覽館，讓大家好認識大自然的寶庫；餐後前往香港科技大學遊覽，讓大家感受一下校園生活的樂趣。

備註：1. 費用已包括來回車費及午餐

2. 自備防曬用品及飲用水

負責人：吳麗娥



SYP744 智趣星期天

日期：7/8/2014 (四)

時間：9:15am—3:30pm

地點：香港海事博物館、太空館

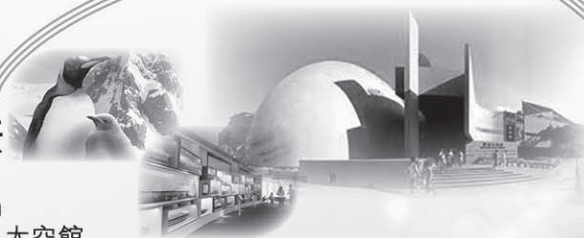
對象：6-14 歲

費用：\$60

內容：上午參觀海事博物館，導賞介紹小小漁港起家的香港，如何蛻變成今天為世界主要的港口，館內有多個珍貴的古船模型，並以互動設計展示現代船隻與港口的風貌，更可認識香港及中國內地航運業於過去的發展歷程。下午參觀太空館展覽廳及欣賞全天域電影《極地之王》，看看國王企鵝艱辛的成長歷程。

備註：費用包括午餐、博物館及全天域電影

負責人：陳美寶



SYP745 飛上雲霄總動員

日期：8/8/2014（五）

時間：9:15am—5:15pm

地點：「香港民航處」及「香港飛行總會」

對象：8-16 歲

費用：\$60

內容：為確保香港航空交通安全，民航處發揮著非常重要的角色，並借助先進航空導航系統科技，推動航空業發展，如果你對香港航空的發展歷史有興趣，又對飛機構造以及發動機運作充滿好奇，而且也想了解民間的飛行訓練工作，邀請你參加我們的行列，向香港航空工作者致敬！

備註：費用包括交通及「民航處」午餐

負責人：譚安琪

SYP746 休閒游閒到上窰

日期：9/8/2014（六）

時間：10:00am—4:00pm

地點：西貢上窰民俗文物館、北潭涌郊野公園

對象：6-12 歲

費用：\$60

內容：上窰民俗文物館位於風景優美的西貢郊野公園內，佔地 500 平方米，是一座建於十九世紀末的客家村舍。上窰村和鄰近的一座灰窰於 1981 年列為法定古蹟，重修後於 1984 年開放為博物館。

備註：費用已包括燒烤午餐及交通費，請自備飲用水

負責人：黃凱芯

SYP747 笑容行動 2014

截止日期：10/8/2014（日）晚上 9:30

頒獎日期：23/8/2014（六）下午 2:30（本中心）

對象：6-25 歲

費用：免費

內容：今年夏天，我延續去年的笑容行動，繼續以笑容去傳播社區，感染社區，匯聚社區正能量。

我們會將人物相片製作成一幅巨型畫報，與社區人士共享笑容。

最佳笑容比賽分為冠、亞、季各一名，優異獎共十名。

獎品：冠軍 \$300 書券、亞軍 \$200 書券、季軍 \$100 書券、優異獎 \$50 書券

參加辦法：參加者可以將 4R 個人笑容相片交回本中心或電郵至 smile_summer2013@yahoo.com

備註：1. 比賽以相中人物作為參加者，參加者年齡為 6-25 歲

2. 所有交來作品，不予退還。本中心有權使用相片作為活動及日後宣傳之用

負責人：施志偉

SYP748 漁村體驗日營

日期：11/8/2014（一）

時間：9:00am—5:00pm

地點：大埔三門仔

對象：6-12 歲

費用：\$100

內容：活動帶大家回歸大自然，認識傳統的漁民生活、乘坐快艇往漁排參觀、同時體驗餵魚的工作，參觀漁村的歷史圖片，捕魚用具、漁船設備等，並由漁民親自教授編織漁網、穿珠、耙蜆及搖槳等活動。

備註：1. 費用已包括營費及午餐

2. 請自備防曬用品

3. 請自備足夠飲用水

4. 請穿著輕便服飾及波鞋

負責人：梁杏英



SYP749 翱遊天際 任飛翔

日期：11/8/2014（一）

時間：10:00am—4:00pm

地點：天際 100 及中心

對象：7-12 歲

費用：\$50

內容：天際？是否上天際 100？無錯，這次會帶大家勇闖天際 100，從香港最高處尋找你不知道的香港資料，任意遊覽天際。下午再親手製作一架玩具飛機，任意飛翔。

備註：1. 請自備一個細飲品膠樽

2. 帶備食水及防曬用品

3. 費用包入場費、交通、午餐及手工費

負責人：王培明姑娘

SYP750 尋古探今小達人

日期：12/8/2014（二）

時間：10:00am—4:00pm

地點：香港文物探知館、賽馬會創意藝術中心

對象：6-12 歲

費用：\$50

內容：上午遊覽香港文物探知館，一同穿越時光隧道，尋找香港的古物古蹟，探索及享受當中的樂趣；餐後前往賽馬會創意藝術中心，參觀現今藝術工作者及藝團的工作室，讓身心流連忘返於藝術和創意空間之中。

備註：1. 費用已包括午餐及來回車費

2. 自備防曬用品及飲用水

負責人：吳麗娥

SYP751 登「綠」長洲文化行

日期：13/8/2014（三）

時間：8:45am—6:15pm

地點：長洲

對象：8-14 歲

費用：\$140

內容：長洲正被打造為一個環保小島，參加者透過導賞活動，會認識更多有關長洲的地理及生態知識，當中會講述不同的地理現象，例如：風化作用、海蝕現象等。同時沿途會講解各種的海濱植物、雀鳥及昆蟲的知識，加深參加者對長洲各式各樣的生態之了解。此外，還讓大家到「張保仔館」認識清朝一名海盜「張保仔」的歷史故事，還可親身製作長洲最具文化特色的「平安包」，將平安帶回家中！

- 備註：1. 費用包括來回車費、船費、午膳、活動費及導師費
2. 請穿著輕便運動服及鞋
3. 自備飲用水、雨具及防曬用品

負責人：譚安琪



SYP752 小腳板自由行之銅鑼灣

日期：13/8/2014（三）

時間：10:00am—4:00pm

地點：銅鑼灣

對象：6-10 歲

費用：\$20

內容：這個活動不會乘旅遊車，因為想給小朋友親身體驗自由行的樂趣。希望小朋友透過維多利亞公園、中央圖書館等等，來發掘不一樣的銅鑼灣。

- 備註：1. 費用已包括午膳
2. 自備飲用水、雨具及防曬用品

負責人：何志明

SYP753 嘉道理海濱之旅

日期：14/8/2014（四）

時間：10:00am—4:00pm

地點：嘉道理農場、大埔海濱公園

對象：6-12 歲

費用：\$50

內容：帶你暢遊大埔海濱公園，登上回歸塔、參觀昆蟲館……；餐後暢遊嘉道理農場，了解有關華南生物的多樣性、本土動植物保育、有機耕作及可持續發展生活模式等保育知識等等，它不但能提供天然的學習資源，亦是一所難能可貴的大自然教室。快來報名參加啦！

- 備註：1. 費用已包括午餐及來回車費
2. 自備防曬用品及飲用水

負責人：吳麗娥

SYP754 剩食大作戰

日期：14/8/2014（四）

時間：2:00—9:30pm

地點：惜食堂及婦女中心

對象：16-29 歲

費用：\$25

內容：「咪做大嘍鬼 惜食為香港」呢句廣告口號，相信好多人聽過，你又知唔知香港剩食的狀況有幾嚴重？香港人平均垃圾量是全球之冠，以 2009 年全年計，每人就棄置了近一公噸垃圾。而這些垃圾中，超過三分一是食物。以每天計算，香港人在丟棄超過三千噸的食物。數字之驚人，令人不得不關注「剩食」這議題！是次與惜食堂及婦女中心合作，進行義工服務，我們會進入惜食堂的心臟地帶「廚房」，一齊包飯盒，以及到婦女中心幫忙收集剩菜，齊齊為「惜食」活動出一份力！

備註：1. 費用包括晚餐費用及活動費用

2. 參加者請盡量穿著輕便衣服

負責人：李芷欣



SYP755 原野小當家

日期：15/8/2014（五）

時間：8:45am—4:45pm

地點：元朗有機農場（一對手農舍）

對象：6-12 歲

費用：\$110

內容：你的一雙手可以做功課，也可以彈奏樂器，可以玩玩具，也可以玩遊戲機……這個暑假，就讓我們回歸大自然，在原野上用你的一雙手，加上簡單工具及自然素材、為自己製造生活用品（包括食具及炊具）以及棲身之所，一起體驗「小當家」的滋味啦！

備註：1. 費用包括來回車費、導師費、午膳及活動費

2. 請穿著輕便衣物及密頭鞋

3. 請自備防曬用品、晴雨工具、飲用水及防蚊用品（不可用噴霧式防蚊用品，因會招惹蜜蜂，並有可能引致其他參加人士化學過敏反應，可用黏貼式會較安全）

4. 請自備小食，農舍不設零食小賣

5. 如有食物敏感，請於活動之前預先告知及留意導師介紹之食物內容

負責人：麥小華



SYP756 乒乓球比賽 2014

日期：15/8/2014（五） 時間：9:00am—12:30pm

地點：通州街公園壁球館

對象：兒童組 ~ 8-10 歲、少年組 ~ 11-13 歲

費用：\$5

內容：本中心已舉行乒乓球比賽多年，目的為推廣康體運動，讓青少年善用餘暇。每組賽事均設有冠亞季及優異獎共四名，各組比賽資格及報到時間如下：兒童組：8-10 歲（上午 9:30）、少年組：11-13 歲（上午 10:30）。

備註：1. 參加者需自備球拍，穿著合適運動衣服（唯顏色不可接近橙色或黃色）
2. 參加者年齡以比賽日計算，需自備證明文件（如：學生手冊或身份證等）

負責人：施志偉

SYP757 濕地文化之旅

日期：18/8/2014（一） 時間：10:00am—4:00pm

地點：香港濕地公園、屏山天水圍公共圖書館

對象：6-12 歲 費用：\$60

內容：暢遊香港濕地公園，可以看見雀鳥追逐嬉水、招潮蟹與彈塗魚在濕地上的泥漿角力等等的畫面，亦可發現更多大自然的奇妙之處；參觀本地首間能讓市民攜書到室外閱讀的圖書館，館內設有戶外庭園，讓大家可以在室外邊欣賞屏山風景，邊享受閱讀樂趣。

備註：1. 費用已包括來回車費、入場費及午餐
2. 自備防曬用品及飲用水

負責人：吳麗娥



SYP758 Pizza 與大學之旅

日期：20/8/2014（三） 時間：8:45am—2:00pm

地點：Pizza Hut、香港城市大學

對象：6-12 歲 費用：\$50

內容：上午帶大家去 Pizza Hut 參觀，並齊齊學習做薄餅，學習飲食文化禮儀，在 Pizza Hut 食飽飽後，跟住帶大家再去位於九龍塘的香港城市大學參觀校園，了解校園生活。

備註：1. 費用已包括午餐及車費
2. 自備防曬用品、飲用水

負責人：梁杏英



SYP759 「元」來咁好玩

日期：21/8/2014（四）

時間：10:00am—5:00pm

地點：大棠有機生態園

對象：8-14 歲（綜援家庭 / 學生資助全額家庭 / 關愛基金合資格家庭）

費用：\$20

內容：夏日炎炎，做功課做到呆了！有什麼好做呢！不如趁這個暑假去郊外走一走啦，元朗大棠郊野公園及大棠有機生態園是一個不錯的選擇，你除了可以在這裡餵飼小動物外，你可以參觀馬房，了解馬兒的生活情況。當然不少得有集體遊戲同大家遊玩啦！就讓我們擁有一個難忘的暑假啦！

備註：1. 費用包括午膳、入場費及活動費

2. 請穿著輕便服飾及運動鞋

3. 請自備防曬用品及飲用水

4. 請自備車費（建議八達通內最少有 \$50 餘額）

5. 報名時請出示有關文件以核實其參加資格

負責人：袁詠珊



SYP760 益 • 智樂夏遊

日期：22/8/2014（五）

時間：10:15am—4:00pm

地點：大埔益力多廠、鐵路博物館

對象：6-12 歲

費用：\$50

內容：上午參觀益力多廠的生產線，專人講解製作過程及其歷史和發展經過；下午參觀香港鐵路博物館，導賞介紹香港鐵路的歷史，看看被列為法定古蹟的火車站大樓，讓參加者穿梭鐵路今昔。

備註：包午膳

負責人：陳美寶



SYP761 「暑期活動閉幕禮暨義工嘉許禮」2014

日期：23/8/2014（六）

時間：2:30—5:00pm

地點：本中心（二樓禮堂）

對象：社區人士、大小朋友、於暑假期間協助中心推行活動之義工

費用：免費

內容：不知不覺又進入暑期的尾聲，學生即將要收拾心情準備回到校園重新學習了。中心會藉此總結各項的暑期活動，亦會嘉許協助暑期活動的義工。活動將有不同的表演節目（芭蕾舞、魔術、什耍及小提琴表演等）、義工心聲分享等等。歡迎所有義工、社區人士及小朋友參加！

- 備註：1. 活動除了可於暑期活動報名日接受報名外，將會於6/7/2014（日）公開派發門票，凡已報名之人士，將會獲通知到中心索取門票，亦歡迎有興趣之朋友於活動當日到達會場索取門票
2. 活動歡迎一家大細及有興趣之社區人士參加
3. 「笑容行動」頒獎禮亦會於當日頒獎

負責人：區碧華



SYP762 幼兒小手工 DIY

日期：30/8/2014（六）

時間：2:30pm—4:00pm

地點：本中心

對象：4-6 歲

費用：\$20（會員）/\$55（非會員）

內容：幼兒應從小學習做手工，從中可以鍛煉幼兒的小肌肉及專注力，完成作品後亦可以與其他小朋友一同分享創作的成果，快來報名參加啦！

備註：已包括所有材料費用

負責人：吳麗娥

TC701 9月帶你遊花園

日期：6/9/2014 (六)

時間：10:30am—3:00pm

地點：馬鞍山公園

對象：6-12歲

費用：\$40 (會員) /\$75 (非會員)

內容：公園位於市中心，登臨吐露港海濱，遠眺八仙嶺群峰，遊人置身其中，盡覽海天一色，實在是賞心樂事。公園內的其他設施包括一個介紹馬鞍山採礦歷史的展覽場、迷宮式設計的花園、設計新穎豐富的兒童遊樂場、鍛鍊身體的健身緩跑徑，還有最新設置的卵石徑及適合長者使用的健身器材等等。

備註：1. 自備交通費 (帶備餘額最少 \$50 的八達通) 及飲用水
2. 包午膳

負責人：黃凱芯

TC702 誰是特務超新星

日期：13/9/2014 (六)

時間：10:30am—12:30pm

地點：中心

對象：6-12歲

費用：\$20 (會員) /\$55 (非會員)

內容：繼特務喜羊羊兒童漫畫小說深受小朋友熱愛後，又有特務超新星吸引著你們，如果你都看過這本小說，又熟悉故事人物，就要參加今次的活動，內容有人物對對碰、成語解說、自製玩具等等，歡迎各位小朋友參加。

負責人：梁杏英

TC703 動感大激鬥 (9月)

日期：20/9/2014 (六)

時間：11:00am—12:30pm

地點：中心

對象：6-10歲小朋友

費用：\$15 (會員) /\$50 (非會員)

內容：玩玩體能、競技遊戲，動感又刺激。還可舒展一下學習壓力。

負責人：何志明

TF701 笑出正能量

日期：11/7、25/7、8/8、22/8、12/9、26/9/2014（五）

時間：11:00am—12:00nn

地點：7月-8月（安泰軒（油尖旺中心））、9月（本中心）

對象：社區人士（18歲以上）

費用：免費

內容：「笑瑜伽」已在全球普及，為不少情緒低落的人帶來快樂之方法。透過「笑瑜伽」練習，令你體會「笑」的功力，重拾久違的歡笑聲。「愛笑俱樂部」會到訪不同角落，為社區帶來歡笑和諧。

備註：此活動與新生精神康復會安泰軒（油尖旺）合辦

負責人：譚安琪

TF702 我與星星有個約會

日期：19/7/2014（六）

時間：6:00—10:30pm

地點：荃灣大帽山

對象：社區人士（3-59歲）

費用：（會員）\$70 成人、\$60 小童（12歲或以下）；
（非會員）\$105 成人、\$95 小童（12歲或以下）

內容：在黑夜的叢林間，靜靜地欣賞，細意體味溪水與微風，感受大自然的韻律、和諧與喜悅，欣賞繁星點點的夜空，及美麗的夜景盡入眼簾，也可藉此讓我們學會用一顆平靜的心來親近大自然；如果有機會，我們還可與螢火蟲及牛群牽牽手，做個好朋友呢！

備註：1. 活動費用包括車費及導賞費用

2. 參加者請穿著輕便服裝、自備乘涼用品、足夠食水、防蚊膏、雨具、照路用電筒及充足電池

3. 此活動不設晚飯時間，如有需要，請自備簡單糧食或進食後才參加活動

4. 此活動乃夜間生態探索活動，由專業生態導賞員沿路介紹，適合一家大細參加，沿途多為山間小徑及平路，全程大約步行2.5小時

5. 12歲或以下之參加者，必須有成人陪同參與

負責人：區碧華

TF703 暑假親子樂 @ 假日農場

日期：10/8/2014（日）

時間：9:00am—5:00pm

地點：新界上水大隴坑村 - 假日農場

對象：親子（子女需為3歲或以上）

費用：\$155（會員）/\$190（非會員）（大小同價）

內容：暑期點止係小朋友放假咁簡單！爸爸媽媽你都一齊嚟放假啦！呢個暑假約定你哋一齊玩轉假日農場，共享親子樂！好多遊戲同活動等緊你哋，有創意自製麵包、親子手工藝、場內仲有好多遊樂設施，例如親子樂飛馳、星球大戰等等！你仲可以自費齊齊玩吓釣魚，喂吓小動物添，節目咁豐富，快啲同你嘅子女齊齊報名啦！

- 備註：
1. 大小同價，費用包括簡單午膳、交通費、導師費；農場內有部分設施需自費，敬請留意
 2. 午膳將安排每人乙個「親子自製三文治」，參加者可按自己需要以食物盒自備食物
 3. 請自備足夠食水、晴雨用具、防蚊用品、穿著輕便衣物
 4. 如欲與未滿三歲的子女一同報名參加，請家長先與負責職員聯絡留位後再待安排報名事宜。

負責人：麥小華



TF704 一家去玩 玩露營

日期：23-24/8/2014（六 - 日）

時間：2:15pm—翌日 12:30pm

地點：荃灣下花山村

對象：親子（子女需為5-13歲）

費用：\$150（會員）/\$185（非會員）

內容：小朋友自己去露營就去過了！和家人一起去有試過嗎？露營是一種令人又愛又恨的活動。讓我們能置身於大自然的懷抱，齊來紮營、參與生態遊、野外烹飪、觀星、遠足及郊外定向等活動，享受一家大小齊露營的樂趣。

- 備註：
1. 請穿著輕便服飾及運動鞋
 2. 帶備一套內外衣服更
 3. 清潔用品：沐浴露、洗頭水、牙膏牙刷及毛巾等
 4. 食水、電筒、防曬防蚊用品
 5. 費用包交通膳食、導師費、營費

負責人：王培明姑娘

TF705 國泰航空之旅

日期：6/9/2014（六）

時間：10:30am—2:00pm

地點：東涌國泰城

對象：親子（子女需為7-13歲）

費用：\$45（會員）/\$80（非會員）大小同價

內容：國泰航空公司曾經被選為全世界最好的航空公司，藉參觀國泰城我們可以一方面了解香港的航空歷史，一方面親眼看看機師及空中服務員受訓的地方，以及了解他們日常工作的情況，更有機會進入模擬飛機艙，感受一下乘坐飛機的感覺。

負責人：陳志冠

TF706 尋找城鄉的故事 - 馬寶寶

日期：21/9/2014（日）

時間：9:00am—3:00pm

地點：粉嶺北馬屎埔村「馬寶寶社區農場」

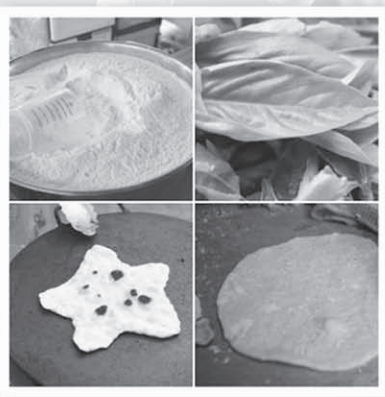
對象：家庭及社區人士

費用：\$180（會員）/\$215（非會員）（大小同價）

內容：粉嶺北馬屎埔村的寶寶，近年卻因政府的新市鎮計劃，引來地產商囤積農地而被慢慢蠶食，村民及關心香港永續發展的朋友共同創立了「馬寶寶」。他們以實踐永續農業為基礎，致力推廣本土農業及自主生活，為香港開拓城鄉共生的永續發展。大家把握今次機會，親身來認識這片土地，聽聽農村故事，一起關心我們腳下的土地、生態、文化和家園。此外，還讓大家參與「印式薄餅工作坊」，由認識麵粉說起，再一起學造自家製印式薄餅（chapati），分享好生活。

備註：此活動參與「馬寶寶社區農場」導賞團，費用已包括：交通費、導賞費及「印式薄餅工作坊」及簡約午膳之費用

負責人：譚安琪



TF707 九月天一家遊

日期：21/9/2014（日） 時間：9:00am—3:30pm

地點：嘉道理農場暨植物園及大埔海濱公園

對象：家庭成員

費用：\$40（會員）/\$75（非會員）

內容：嘉道理農場暨植物園位於大帽山的北坡和山麓，山優美地，有豬場、多種植物園、蜜蜂園、有機耕種等，還有哺乳類動物，昆蟲、鳥類、爬蟲類及兩棲類動物等，為香港最大的大自然教室。大埔海濱公園為康文署最大的公園，斥資二億一千萬元興建，園林景致優美，亦可參觀昆蟲館及香港回歸紀念塔，盡覽吐露港及四周景物。

備註：1. 費用包括旅遊車接送

2. 參加者可以自備膳食或在嘉道理農場自費用膳

負責人：施志偉

TF708 社區服務好幫手「長者服務」講座

日期：26/9/2014（五） 時間：7:30—9:30pm

地點：中心

對象：區內人士

費用：全免

內容：社區服務好幫手，今期專為社區護老者和想了解長者服務的街坊而設。講座內容包括醫療券、長者生活津貼、綜援廣東省及福建省養老計劃、長者公屋申請、聖雅各電器贈長者計劃……等。

備註：如須要託管兒童服務，請報名時登記以便安排

負責人：陳超龍、李麗萍

TF709 神秘面紗—飲食與生活

日期：27/9/2014（六）

時間：10:00am—3:00pm

地點：大角咀及深水埗

對象：16-60 歲有興趣認識南亞文化人士

費用：\$30（會員）/\$65（非會員）

內容：身處香港這個多元社會，你有趣深入認識本地南亞裔人士嗎？全新的神秘面紗系將與大家一同走進不同的南亞圈子，走坊不同的宗教廟宇、品嚐或親自製作地道小食，從宗教、飲食和日常生活認識本地的印度人、巴基斯坦人等？從而對他們有更多的認識及了解。

生活篇—將與大家一起走進本區特色南亞店舖，了解南亞裔人士日常食用材料，以及親自製作簡單南亞小食，從飲食文化方面了解南亞人士的日常生活。

備註：費用包簡單小食

負責人：王培明姑娘



TF710 鰂魚涌樂遊遊

日期：27/9/2014（六）

時間：10:00am—3:30pm

地點：柏架山道自然徑

對象：區內人士（8-60歲）

費用：\$55（會員）/\$90（非會員）

內容：今次我哋由鰂魚涌起步，路經柏架山道，大風坳，到達大潭水塘，欣賞水塘美景，再由大潭道離開。路程難度為二星，全程約9公里，需時4小時（未計休息時間）。

備註：已包來回車費及自備糧水

負責人：李芷欣

TF711 樂活行—紫羅蘭山徑

日期：28/9/2014（日）

時間：9:00am—3:30pm

地點：黃泥涌水塘—大潭篤水塘

對象：10-59歲社區人士

費用：\$50（會員）/\$85（非會員）

內容：由黃泥涌水塘旁起步，沿途可遠眺深水灣、南朗山和淺水灣美麗的海景，繞過大潭水塘畔，最後轉入風光如畫的大潭水塘道，抵達終點大潭篤水塘後；於水塘一帶休息遊覽。

備註：1. 路程難度屬2星（5星為最艱辛），全長約7.5公里，

遠足路程約3.5小時

2. 自備糧水、晴雨天用品

3. 費用包來回旅遊巴士

負責人：陳美寶



FS701

「健康『攻』房」小組（7至9月）

日期：12/7、13/9/2014（六）（2次） 時間：2:30—4:00pm

地點：本中心

對象：單親家長

費用：免費

內容：面對單親適應的路不易，身、心、靈也需要重整過來。此小組為單親家長與同路人相遇、相識、扶持的機會，一同學習「健康」地渡過單親適應的轉變。

備註：1. 有興趣參加者，必須透過電話或面談形式向負責人報名
2. 8月份休會

負責人：譚安琪

FS702

跳出我天地（7月份班及9月班）

日期：7月份班 4/7、11/7/2014（五）

9月份班 5/9、12/9、19/9、26/9/2014（五）

（7月及9月共6堂）

時間：2:15—3:15pm

地點：本中心

對象：單親家長

費用：7月及9月 \$60

內容：參加者透過學習舞蹈，可增強心肺功能、舒展身心、有效減壓及增加快樂之法，更可結識同路知己。

備註：有興趣參加者，必須透過電話或面談形式向負責人報名。

負責人：譚安琪

FS703

「愛家補一補」講座系列：

「專心一點點」兒童專注力家長工作坊

日期：13/9/2014（六）

時間：8:00—9:30pm

地點：本中心

對象：子女為高班至小二之家長或有興趣之家長

費用：免費

內容：有無留意你的子女常常會有不專心的情況出現，無論是吃飯，或是做功課，都需要你提醒？究竟子女為什麼常常不能集中精神？你又可以做些什麼提升子女的專注力？透過是次講座，讓我們一起探討箇中因由！

備註：名額有限，先到先得！

負責人：麥小華

FS704 故事爸媽「兒童啟蒙老師」家長訓練計劃（第四期）

日期：20/9、27/9/2014（六）（2節）

時間：2:30—4:30pm 地點：本中心

對象：0-8歲子女的家長 費用：免費

由父母成為子女人生中第一位老師，為孩子將來的成功鋪路

- 目標：
1. 提升孩子對閱讀的興趣
 2. 促進親子關係
 3. 推動親子共讀氣氛

- 內容：
1. 明白親子共讀對孩子的重要性
 2. 如何建立每天朗讀的習慣及克服挑戰
 3. 如何令朗讀活動充滿趣味及有成效
 4. 如何為孩子選擇優質的圖書

- 備註：
1. 此課程與「書伴我行（香港）基金會」（BRING ME A BOOK HK）合辦
 2. 完成兩節工作坊的家長可獲贈一本優質圖書及精美相架一個
 3. 完成兩節工作坊的家長將獲發一張「故事爸媽天地」借書證，亦可合資格享用中心的「故事爸媽天地之書包圖書館」借書服務

負責人：譚安琪 / 麥小華

故事爸媽天地之「書包圖書館」

內容：書包內的圖書全是色彩艷麗的繪本（繪本是指以圖畫為主的圖書），而且由教育學家精心挑選及推薦，非常適合0-12歲兒童閱讀。

書包借用資格：

1. 凡完成兩節由本中心舉辦的「故事爸媽『兒童啟蒙老師』家長訓練工作坊」者，均可獲發「借用證」乙張；首次借用須於工作坊完成後兩個工作天方可進行外借
2. 每次必須出示「借用證」借書包；「借用證」不可借予或轉讓他人使用
3. 每個家庭每次限借「書包圖書」一個，為期14天；續借只限一次，每次限期7天
4. 逾期罰款：每天一元港幣
5. 若遺失或損壞圖書，須購回該新書或照價賠償

此服務與「書伴我行（香港）基金會」（BRING ME A BOOK HK）合辦

負責人：譚安琪 / 麥小華

義務律師諮詢服務

如在法律上遇到疑難或問題，需尋求法律上的意見，可向本中心尋求「義務律師諮詢服務」協助。

- 法律諮詢內容：離婚、撫養權、遺產承辦、租務、破產、工傷及意外賠償等
- 由律師提供諮詢服務
- 按需要安排電話或面談諮詢
- 諮詢服務時間約為15分鐘
- 日期、時間及地點按需要彈性安排
- 費用全免

備註：欲使用服務之人士可致電中心向

陳志冠先生、譚安琪姑娘或麥小華姑娘登記。

NCR701 SA Kids Group

Date : 3/7 — 30/9/2014 (Every Mon, Tues, Thur, except school holidays)

Time : 7:00 — 8:30pm

Venue : Centre

Target : South Asian K3 to Primary Students

Fee : \$20

Content : 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 !

Remarks : 1. Be punctual.

2. You have to bring your homework and stationery.

3. Please make appointment with Tina for interview.

Responsible Staff : Tina

NCR702 SA Secondary Group

Date : 11/9 — 30/9/2014 (Every Mon, Tues, Thur, except school holidays)

Time : 7:00 — 8:30pm

Venue : Centre

Target : South Asian Secondary Students

Fee : \$10

Content : Doing homework and learning Chinese. Bring your books and come with us!

Remarks : 1. Be punctual.

2. You have to bring your homework and stationery.

3. Please make appointment with Tina for interview.

Responsible Staff : Tina

NCR703 Kung Fu training course

Date : 4/7 — 26/9/2014 (Friday)

Time : 6:30 — 7:45pm

Venue : Centre

Target : South Asian Children

Fee : Free

Content : Training and Learning Chinese Kung Fu, to enhance their ability in performance and discipline.

Remarks : 1. Be punctual.

2. Arrange interview.

Responsible Staff : Tina

NCR704 Cub Scout

Date : 6/7 — 28/9/2014 (Sunday)

Time : 2:30 — 4:30pm

Venue : Centre

Target : South Asian Children 7-12 years

Fee : Free

Content : Training and Learning multi skill, to enhance their ability in performance and discipline.

Remarks : 1. Be punctual.

2. Arrange interview.

Responsible Staff : Tina

NCR705 Eid Party 2014

Date : 9/8/2014 (Saturday)
 Time : 9:30am — 4:30pm
 Venue : Centre and country park
 Target : South Asian Family
 Fee : \$10
 Content : Let's celebrate a new year.
 Responsible Staff : Tina

NCR706 Happy Summer in Ocean Park - - - -

Date : 19/8/2014 (Tuesday)
 Time : 9:00am — 5:00pm
 Target : South Asian Families
 Content : Let's gather together and visit Ocean Park.
 Remarks : 1. Be punctual.
 2. We provide traffic fare.
 3. CSSA Family.
 Responsible Staff : Tina

NCR707 Concern visit

Date : 6/9/2014 (Saturday)
 Time : 2:00pm — 5:00pm
 Target : South Asian Children
 Content : Leading and playing games with the elderly; Dancing performance by Ethnic Minority children; Gifts giving.
 Remarks : Be punctual.
 Responsible Staff : Tina

NCR708 Airplane diy - - - -

Date : 12/9/2014(Friday)
 Time : 7:30—8:30pm
 Target : SA Children
 Content : Make the toy airplane by yourself with simple materials, and play together.
 Responsible Staff : Nancy

學童課餘託管服務

7-8月/2014年學童課餘託管服務

目的：為雙職、單親在職，有特別困難家庭之子女提供課餘託管服務，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，增強自信心和自尊感。

對象：就讀小一至小五（中心會員）

	日期	時間	費用
全期暑假託管， 全日班	16/7—31/8/2014	8:30-7:00（星期一至五） 8:30-6:30（星期六）	\$2500 （包括午膳費）
暑期半個月， 上午班或下午班 （不提供午膳）	16/7—31/7/2014 1/8—15/8/2014 16/8—31/8/2014	8:30-1:00（星期一至六） 2:30-7:00（星期一至五） 2:00-6:30（星期六）	\$500
暑期半個月， 全日班	16/7—31/7/2014 1/8—15/8/2014 16/8—31/8/2014	8:30-7:00（星期一至五） 8:30-6:30（星期六）	\$1000 （包括午膳費）
暑期8月份， 全日班	1/8—31/8/2014	8:30-7:00（星期一至五） 8:30-6:30（星期六）	\$1600 （包括午膳費）

- 備註：1. 請先填表，再待聯絡。
2. 確認收生後，需要即時繳交暑期託管費用。
3. 星期日及公眾假期，不設託管服務。
4. 7月及8月暑期班（除半日班不提供午膳外）費用已包括茶點雜費。
5. 如有任何查詢，歡迎致電 23953107 內線 29 與李慧嫻姑娘或吳麗娥姑娘聯絡。

課餘託管服務

日期：1/9 - 30/9/2014（一至六） 地點：本中心

時間：3:15 - 7:30pm（一至五）

8:30am - 6:30pm（六）

對象：就讀小一至小五 費用：\$1,000

內容：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。

備註：留名後再面見。如無空缺，將列入後補名單。本服務設有放學接返中心，但只適用於塘尾道官立小學、基全小學、沙崙小學及基榮小學之小學學生，收費每月 \$250

負責人：李慧嫻 / 吳麗娥

緊急暫託服務

日期：5/7 - 27/9/2013（六） 時間：8:30am - 6:30pm

地點：本中心 對象：就讀小一至小五

費用：每小時 \$12，接送每次 \$12、午餐 \$15

備註：留名後再面見

負責人：李慧嫻 / 吳麗娥

W701 婦女瑜伽基本功 @ 週五班

日期：4/7/2014—26/9/2014 (五) (13 次) 時間：10:15 — 11:25am

地點：中心 對象：65 歲或以下之婦女

費用：\$325 (會員) / \$360 (非會員)

內容：瑜伽是運動的一種，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伽基本功，包括呼吸、熱身、式子、拉筋及放鬆動作。

備註：1. 活動歡迎初學者參加
2. 請自備瑜伽墊或大毛巾上課

負責人：區碧華

W702 簡易瑜伽伸展班

日期：4/7/2014—26/9/2014 (五) (13 次) 時間：11:30am — 12:30pm

地點：本中心 對象：65 歲或以下之婦女

費用：\$325 (會員) / \$360 (非會員)

內容：瑜伽是運動的一種，既可鍛練體魄，又可以健美身段，此班尤其適合及歡迎新手。活動內容將透過一些簡單道具，如椅子、網球等分享瑜伽基本功，包括呼吸、熱身、式子、拉筋及放鬆動作。

備註：1. 活動歡迎初學者參加
2. 請自備瑜伽墊或大毛巾上課
3. 課程主要以學習拉筋為主，並輔以道具練習。

負責人：區碧華

W703 婦女瑜伽基本功 @ 暑期班

日期：15/7/2014 (二 / 公眾假期暫停) (6 次) 時間：9:00 — 10:00am

地點：大角咀體育館 (活動室 - 待定)

對象：65 歲或以下之婦女 費用：\$175 (會員) / \$210 (非會員)

內容：瑜伽是運動的一種，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伽基本功，包括呼吸、熱身、式子、拉筋及放鬆動作。

備註：1. 活動適合曾學習瑜伽，或曾參加本中心舉辦之瑜伽班學員參加。
2. 大角咀體育館備有瑜伽墊給學員使用
3. 由於活動場地未能確定，因此先報名，後交費

負責人：區碧華

W704 婦女瑜伽基本功 @ 初班 A

日期：2/9/2014—30/9/2014 (二 / 公眾假期除外) (4 次)

時間：10:30 — 11:45am 地點：大角咀體育館 (活動室待定)

對象：65 歲或以下之婦女 費用：\$100 (會員) / \$135 (非會員)

內容：瑜伽是運動的一種，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伽基本功，包括呼吸、熱身、式子、拉筋及放鬆動作。

備註：1. 活動適合曾學習瑜伽，或曾參加本中心舉辦之瑜伽班學員參加。
2. 大角咀體育館備有瑜伽墊給學員使用
3. 9/9/2014 (公眾假期暫停)
4. 先報名，後交費

負責人：區碧華

W705 婦女瑜伽基本功 @ 初班 B

日期：2/9/2014—30/9/2014 (二 / 公眾假期除外) (4 次)

時間：9:00 — 10:15am

地點：大角咀體育館 (活動室 - 待定)

對象：65 歲或以下之婦女 費用：\$100 (會員) / \$135 (非會員)

內容：瑜伽是運動的一種，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伽基本功，包括呼吸、熱身、式子、拉筋及放鬆動作。

- 備註：1. 活動適合初學者參加
2. 大角咀體育館備有瑜伽墊給學員使用
3. 9/9/2014 (公眾假期暫停)
4. 先報名，後交費

負責人：區碧華



W706 舞出新姿——初班

日期：9/7/2014 (逢三) (12 次)

時間：10:00 — 11:30am

地點：大角咀體育館 (6 樓 3 號活動室) (暫定)

對象：65 歲或以下婦女 費用：\$240 (會員) / \$275 (非會員)

內容：歡迎初學者參加，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。

負責人：陳美寶

舞出新姿 (A) / (B) W707 (A 班) · W708 (B 班)

日期：A 班：8/7/2014 (二) (12 次) 時間：10:00 - 11:30am

地點：大角咀體育館 (6 樓 3 號活動室) / 中心禮堂 (暫定)

對象：65 歲或以下婦女 費用：\$240 (會員) / \$275 (非會員)

- 備註：1. 參加者宜對跳舞有基本認識
2. 上課地點待定

日期：B 班：3/7/2014 (四) (13 次) 時間：10:00 - 11:30am

地點：大角咀體育館 (6 樓 1 號活動室) / 中心禮堂 (暫定)

對象：65 歲或以下婦女 費用：\$260 (會員) / \$295 (非會員)

- 備註：1. 參加者宜對跳舞有基本認識
2. 上課地點待定

內容：專業導師教授不同種類之集體舞，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。

備註：若課堂因天氣惡劣 (颱風、紅雨或黑雨)，一概不獲發還學費或補課。

負責人：陳美寶

W708 「羽」你同樂

日期：2/9—28/10/2014 (二) (8次)

時間：10:00am — 12:00nn

地點：大角咀體育館 (7樓羽毛球場)

對象：59歲或以下婦女 費用：50(會員) / \$85(非會員)

內容：騰出一個上午來做運動，減壓之餘，更可認識志趣相投的朋友，分享生活點滴！健康生活，從今天開始！

備註：1. 由於場地待定，參加者需報名留位，待通知交費。

2. 參加者自由出席輪流參與

3. 中心備有羽毛球拍及羽毛球予參加者使用

負責人：陳美寶



W709 「魔力橋」自務小組

日期：7-9/2014 (每月星期二 / 公眾假期暫停) (12次)

時間：2:30 — 4:00pm 地點：本中心 380室

對象：65歲或以下之婦女

費用：免費(會員) 每季 / \$35(非會員) 每季

內容：「魔力橋」(Rummikub)是一種新興的玩意，集智力及數學一身的橋牌遊戲，大家一起研究，以及享受當中的樂趣吧！

備註：1. 參加者須每月報名

2. 1/7 及 9/9/2014 (公眾假期暫停)

負責人：區碧華



W710 義工藝製作室

日期：7月—9月(四) (13次)

時間：2:30 — 4:00pm

地點：本中心

對象：婦女

費用：\$50(會員) / \$85(非會員)

內容：由義務導師分享串珠飾物製作技巧，透過互動分享，學習製作造型有趣的小飾物，並於一次外出探訪服務中，將製成品親自送贈予探訪對象。

備註：1. 小組由義務導師分享教授

2. 有意參加者，請先致電與負責人聯絡

3. 每季一次的外出探訪服務，日期待定

負責人：陳美寶

W711 綠色社區—換物派對

日期：16/8/2014 (六)

時間：3:00 — 4:30pm

對象：婦女

地點：本中心

費用：免費(會員) / \$35 (非會員)

內容：換物地攤又再次舉行，鼓勵參加者將家中不用的物品，於活動中與他人以物易物，可減少因物品不合用而掉棄浪費呢！

** 歡迎參加者帶同有用且品質良好的物品與其他參加者交換 **

備註：參加者請於 9/8/2014 前到中心詢問處報名。

負責人：陳美寶



W712 快閃 Free 野

日期：13/9/2014 (六)

時間：10:30 — 11:30am

地點：大角咀區

對象：59 歲以下婦女

費用：免費

內容：我地今次將換地攤搬出戶外，等更多的區內街坊能夠一齊 join，齊齊為環保出一分力，誠邀大家嚟幫手做義工之餘，又捐物件出嚟同大家分享。

負責人：李芷欣

備註：有興趣者

W713 環保系列 - 手工潤唇膏

日期：29/9/2014 (一)

時間：7:30 — 9:00pm

地點：本中心

對象：59 歲或以下之婦女

費用：\$50 (會員) / \$85 (非會員)

內容：天氣乾燥濕度低，嘴唇因而出現爆擦及甩皮的情況，潤唇膏可是秋冬的滋潤恩物。自製的香薰潤唇膏不含化學防腐劑，對其皮膚有好處，亦可同時享受 D.I.Y. 的樂趣！

備註：1. 費用已包材料費

2. 工作坊後，各參加者能獲得兩支手工潤唇膏

負責人：李芷欣

W714 「婦女 IT 計劃」之 Cyber 圖書館

日期：7-9/2014 (逢五 / 公眾假期除外) (12 次)

時間：10:30 — 11:30am

地點：本中心

對象：65 歲或以下之婦女

費用：免費(會員)

內容：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。

備註：1. 活動並非課程，旨在開放電腦室資源，鼓勵婦女學習

2. 當值職員及義工將會提供適量協助

3. 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

負責人：區碧華

14NA701

新來港兒童適應課程

日期：每季進行

時間：待定

地點：中心及戶外

對象：來港不足一年 6-18 歲學生

費用：費用全免（教育局贊助）

內容：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。

備註：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

負責人：施志偉

14NA702

讀書樂—新來港學童功課輔導計劃

日期：10/9/2014 開始（逢星期一至五） 時間：4:00 — 5:30pm

地點：本中心

對象：來港不足三年學生

費用：免費

內容：由中學生義工提供服務，協助新來港學生解決功課上所遇到的困難。

備註：需經甄選

負責人：王培明姑娘

14NA703

「開心一聚」小組

日期：7/7、22/9/2014（一）（2次）

時間：9:30 — 11:00am

地點：本中心

對象：來港不足三年的婦女

費用：全免

內容：「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。

備註：歡迎介紹新來港婦女出席聚會

負責人：施志偉

14NA704

好友同樂行

日期：8/9/2014（一）

時間：9:00am — 2:00pm

地點：太平山頂及龍虎山

對象：來港不足三年的婦女

費用：全免

內容：透過每月一次早上的行山遠足的活動，與新來港的婦女結伴同行，踏遍香港的不同地方，認識香港之餘，也可以結交好友，更可以強身健康，紓緩生活壓力。

備註：自備車資

負責人：王培明姑娘

14NA705

「健康樂聚」小組

日期：1/9、15/9、29/9/2014（一）（3次）

時間：9:00 — 11:00am

地點：大角咀室內運動場 7 樓

對象：來港不足三年的婦女

費用：\$10

內容：「健康樂聚」主要讓新來港婦女可以透過羽毛球活動，以運動會友，結交新朋友之餘，也可以鍛鍊身體。

備註：歡迎介紹新來港婦女出席聚會

負責人：王培明姑娘

14NA706

好好同學會

日期：25/7、29/8、26/9/2014（五）（3次）

時間：4:30 — 6:00pm

地點：本中心

對象：來港不足三年的小學生

費用：全免

內容：好好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：

（7月份：社區探索；8月份：電影欣賞；9月份：夢想飛揚。）

負責人：施志偉



14NA707

有情 TEEN 地

日期：15/7、29/7、12/8/2014（二）（3次）

時間：3:00 — 4:30pm

地點：本中心

對象：新來港小學生

費用：全免

內容：「友情、親情、鄰舍情」，歡迎新來港小學生加入「有情 TEEN 地」義工小組，服務社會有需要的人。

負責人：王培明姑娘

14NA708

青新一族

日期：15/7、29/7、12/8/2014（二）

時間：5:00 — 6:30pm

地點：本中心

對象：新來港中學生

費用：全免

內容：只要有熱誠、有愛心，歡迎新來港中學生加入「青新一族」—新來港中學生義工小組，服務社會，擴闊視野，豐富生活經歷。

負責人：施志偉

14NA709

「新來港職青會」

日期：18/9/2014（四）

時間：8:00 — 9:30pm

地點：本中心

對象：在職新來港青年

費用：全免

內容：新來港職青會：顧名思義，此小組乃凝聚一群在職的新來港青年，透過定期的聚會，分享新來港青年來港後面對工作上的苦與樂，同時也可擴闊社交圈子，認識新朋友。

負責人：施志偉

14NA710

新來港家庭歡迎會

日期：13/9/2014（六）

時間：8:00 — 9:30pm

地點：本中心

對象：新來港人士

費用：全免

內容：認識社區及中心服務，介紹地區上的資訊，以增加新來港人士對社會的了解。

負責人：施志偉

14NA711

書友仔樂營營

日期：17-18/7/2014（四 - 五）（暫定）

時間：2:00pm — 翌日 2:00pm

地點：麥理浩夫人渡假村（暫定）

對象：新來港兒童

費用：\$30

內容：哦！放暑假啦！期待已久的宿營終於可以去啦！誠邀你一起去玩個痛快，透過團體遊戲，增加朋友間的認識。快快報名，為這個暑假增添難忘回憶！

- 備註：
1. 請穿著輕便服飾及運動鞋
 2. 帶備一套內外衣服更換
 3. 清潔用品：沐浴露、洗頭水、牙膏牙刷及毛巾等
 4. 食水、電筒、防嗮、防蚊用品

負責人：施志偉 / 王培明姑娘

14NA712

小人物 天際探索遊

日期：21/7/2014（一）

時間：2:30—7:00pm

地點：油尖旺

對象：新來港兒童

費用：\$25

內容：嘩！上天際 100？！無錯！今次我們會帶大家一起衝上天際 100，從高處居高臨下認識香港。

備註：帶備足夠食水及防嗮用品

負責人：施志偉 / 王培明姑娘



14NA713

大潭石澳親子遊

日期：7/9/2014（日）

時間：9:30am — 4:30pm

地點：大潭水塘及石澳海灘

對象：來港不足三年之家庭

費用：\$15

內容：大潭水塘：一家人燒烤野餐，樂也融融；
石澳海灘：一家人去海灘暢泳遊玩，享受家庭之樂。

- 備註：
1. 來回車費、炭及燒烤叉等；
 2. 食物自備。

負責人：施志偉

A701 鋼琴班

日期：待安排（逢星期一至日） 時間：待安排
 地點：本中心 對象：4歲或以上人士會員
 費用：

級數	30分鐘(4堂)	45分鐘(4堂)	60分鐘(4堂)
初級	\$320	\$480	/
一級	\$340	\$510	/
二級	\$380	\$570	/
三級	\$420	\$630	/
四級	/	\$700	/
五級	/	\$780	\$1040
六級	/	\$890	\$1190
七級	/	\$1020	\$1360
八級	/	\$1170	\$1560

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）

備註：留下聯絡資料待負責人聯絡

查詢人：黃凱芯

A702 五級樂理班

日期：待安排 時間：待安排
 地點：本中心 對象：五級鋼琴/中一以上會員
 費用：（會員）\$195（每堂）

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。

備註：個別教授，每堂45分鐘

查詢人：黃凱芯



A703 暑期鋼琴班

日期：7-8/2014（待安排）（8堂） 時間：待安排
 地點：本中心 對象：初學者
 費用：（會員）初級30min \$640、初級45min \$960

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、與此同時更可充實一個有實質的暑假。

備註：1. 首堂帶五線譜

2. 自費琴譜約\$60-\$70

查詢人：黃凱芯

A704 練琴研習館

- 日期：自選 時間：自選
 地點：本中心（210 室） 對象：會員
 費用：1- 4 小時（每小時 \$22）、5- 9 小時（每小時 \$21）、10 小時或以上（每小時 \$20）
 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！
 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
 2.1 同一張收據繳費 1-4 小時（每小時 \$22）
 2.2 同一張收據繳費 5-9 小時（每小時 \$21）
 2.3 同一張收據繳費 10 小時或以上（每小時 \$20）
 3. 這研習館是鋼琴練習是沒有導師從旁指導
 4. 參加者可選預訂或即時繳費使用練琴服務
 5. 一經落實預訂練琴時間，是決不可隨便更改
 6. 但如遇「8 號風球」或「黑色暴雨」可另選時間補回，不作退款
 7. 是項練琴服務，只供會員參與（9 歲或以下人士，才可與家長或監護人陪同練琴）
 8. 不設外租教琴服務

查詢人：黃凱芯

A705 兒童國畫班

- 日期：12/7/2014（六）（10 堂）
 時間：3:00 — 4:00pm 地點：本中心
 對象：8-12 歲
 費用：\$370（會員）/ \$450（非會員）
 內容：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。
 備註：1. 材料費 \$15，首堂交導師。
 2. 自備毛筆兩枝、瓦碟兩隻或水彩碟。

查詢人：梁杏英

A706 兒童繪畫班

- 日期：12/7/2014（六）（8 堂）
 時間：3:00 — 4:00pm 地點：本中心
 對象：4-6 歲
 費用：\$340（會員）/ \$420（非會員）
 內容：本課程透過不同題材去提高兒童繪畫興趣，靈活地引導他們欣賞身邊事物，發揮想象力和創作力，由淺入深地貫輸繪畫技巧，並增加其色彩感，引導及鼓勵兒童突破常規，敢於嘗試，用以擴闊其創作空間。

備註：每堂均需帶備鉛筆、擦膠、間尺、木顏色 24 色、鉛筆刨、A3 畫簿
 查詢人：吳麗娥

A707 兒童英文畫班

日期：12/7/2014 (六) (8 堂)

時間：4:15 — 5:15pm

地點：本中心

對象：4-6 歲

費用：\$340 (會員) / \$420 (非會員)

內容：本課程透過不同的生活主題，加深兒童認識周圍環境事物，從簡單精確的執筆描繪，加上英文配合，加強兒童對身邊事物的認識和加深印象，打好繪畫素材的基礎，提升兒童繪畫能力及享受繪畫帶來的樂趣。

備註：每堂均需帶備鉛筆、擦膠、間尺、木顏色 24 色、鉛筆刨、A3 畫簿

查詢人：吳麗娥

A708 兒童卡通漫畫班

日期：12/7/2014 (六) (8 堂)

時間：5:30 - 6:30pm

地點：本中心

對象：7-12 歲

費用：\$340 (會員) / \$420 (非會員)

內容：本課以卡通漫畫做主題，透過不同角色造型、背景、動作及神情配合，發揮學員創作空間及想象力，除了定格的漫畫插圖，更會嘗試漫畫故事的創作，提高學員思考能力及表達能力。

備註：每堂均需帶備鉛筆、擦膠、間尺、黑色水筆、木顏色 24 色、鉛筆刨、A3 畫簿

查詢人：吳麗娥

A709 素描班

日期：19/7/2014 (六) (10 堂)

時間：4:15 - 5:30pm

地點：本中心

對象：6-15 歲

費用：\$500 (會員) / \$580 (非會員)

內容：教授素描筆的用法，實用寫生，靜物寫生處理等等。

備註：每堂自備素描筆及 A3 畫簿

查詢人：黃凱芯



L701 **多元創意寫作 (初小)** ♥ ♥ ♥ ♥ ♥

日期：16/7/2014 (三) (5 堂)

時間：10:00 — 11:00am

地點：本中心

對象：升小一至小三學生

費用：\$280 (會員) / \$360 (非會員)

內容：人一睜開眼便納入各式各樣的色彩，透過觀察，把這些「經驗的」色彩加入作文文章中，便能豐富文章的內容。本課程教授學生通過綜合運用文章欣賞、猜謎語、童謠欣賞視覺觀察法、相似聯想法、象徵聯想法，提高小學生描寫事物的能力，從而提高寫作的的能力。

備註：材料費每學員 40 元正於首堂交導師

查詢人：吳麗娥

L702 (A 班) **Grammar 新概念** ♥ ♥ ♥ ♥ ♥
L703 (B 班)

日期：16/7/2014 (三) (5 堂)

時間：(A 班) 11:15am — 12:15pm

(B 班) 3:30 — 4:30pm

地點：本中心

對象：(A 班) 升小一至小三

(B 班) 升小四至小六

費用：\$280 (會員) / \$360 (非會員)

內容：我們生長在非英語系的國家，在學習英語的過程中，對文法的掌握更是馬虎不得。有鑒於此，本書以初學者為對象，對基本文法概念和各種文法規則，作了簡明扼要的講解，同時提供大量例句，並且採用「你知道嗎？」和「文法指南」為提點方式，使初學者進一步加深對文法的理解。

備註：材料費每學員 40 元正於首堂交導師

查詢人：吳麗娥

L704 **閱讀理解策略 (初小)** ♥ ♥ ♥ ♥ ♥

日期：16/7/2014 (三) (5 堂)

時間：12:30 — 1:30pm

地點：本中心

對象：升小一至小三學生

費用：\$280 (會員) / \$360 (非會員)

內容：怎樣才能提高閱讀的能力？很多人認為多閱讀就是最有效的方法。其實，在多閱讀以外，也要掌握一定的方法，才能有效提高閱讀的能力。這些方法，就是「閱讀的策略」。初小階段，學生最重要的是能找出句子的重點、主題句及關鍵詞；掌握歸類、繪畫心像、表列法等，令閱讀變得輕鬆有趣。

備註：材料費每學員 40 元正於首堂交導師

查詢人：吳麗娥

L705 **多元創意寫作 (高小)** ♥ ♥ ♥ ♥ ♥

日期：16/7/2014 (三) (5 堂) 時間：2:15 — 3:15pm
 地點：本中心 對象：升小四至小六學生

費用：\$280 (會員) / \$360 (非會員)

內容：本課程以生活化、多樣化的教材設計，去除學生對作文的恐懼感，再以「簡單的任務」、「減緩的學習坡度」、「分類的強化」來安排作文練習。透過有系統的訓練，由命題至完成作文，幫助學生掌握寫作技巧，解除他們畏難情緒，培養他們對寫作的興趣。

備註：材料費每學員 40 元正於首堂交導師

查詢人：吳麗娥

L706 **閱讀理解策略 (高小)** ♥ ♥ ♥ ♥ ♥

日期：16/7/2014 (三) (5 堂) 時間：4:45 — 5:45pm
 地點：本中心 對象：升小四至小六學生

費用：\$280 (會員) / \$360 (非會員)

內容：怎樣才能提高閱讀的能力？很多人認為多閱讀就是最有效的方法。其實，在多閱讀以外，也要掌握一定的方法，才能有效提高閱讀的能力。這些方法，就是「閱讀的策略」。高小階段，學生要理解篇章，從而獲取篇章意義的認知過程，其中就包括下述因素：1. 視力 2. 對篇章內容的已有知識 3. 解釋字詞的能力 4. 將各個字詞意義組成整體意思的能力 5. 抽取最重要意思的能力 6. 記憶容量要掌握這個因素，學生就需要推斷詞意、標示語、撮寫段意、撮寫主旨、撰寫概念圖。

備註：材料費每學員 40 元正於首堂交導師

查詢人：吳麗娥

L707 (A 班) **Comprehension 新概念** ♥ ♥ ♥
 L708 (B 班)

日期：17/7/2014 (四) (5 堂)
 時間：(A 班) 10:00 — 11:00am
 (B 班) 11:15am — 12:15pm

地點：本中心

對象：(A 班) 升小一至小三
 (B 班) 升小四至小六

費用：\$280 (會員) / \$360 (非會員)

內容：Comprehension 一直是中小學生應試必考之題目，把握好 Comprehension 之閱讀策略，那怕是一篇完全未接觸過的文章，學生都能充滿信心，把答題迎刃而解。本課程以應付考試及課業為目的，對基本閱讀概念和各種技巧，作了簡明扼要的講解，同時提供 stories, poems, essays 及 articles，並且採用「主題」和「撮要」、「推理」、「猜度」為主要技巧，使學員進一步加深對文章的理解。

備註：材料費每學員 40 元正於首堂交導師

查詢人：吳麗娥

L709 **英文生字強效記憶** ♥ ♥ ♥ ♥ ♥

日期：17/7/2014 (四) (5 堂)

時間：12:30 — 1:30pm

地點：本中心

對象：升小三至小六

費用：\$280 (會員) / \$360 (非會員)

內容：英文生字記憶小故事在每個記憶故事內的單詞彼此在形、音、義上都有某種相關性，因此記住一個，就記住了其餘單詞，讓學員不僅記憶多個單詞，更重要是掌握學習方法，由已知詞匯導向未知詞匯，通過聯想及對比，使學員迅速擴展詞匯量！

備註：材料費每學員 40 元正於首堂交導師

查詢人：吳麗娥

L710 (A 班)

L711 (B 班) **舉一反三奧數學訓練** ♥ ♥ ♥ ♥

L712 (C 班)

日期：17/7/2014 (四) (5 堂)

時間：(A 班) 2:15 - 3:15pm

(B 班) 3:30 - 4:30pm

(C 班) 4:45 - 5:45pm

地點：本中心

對象：(A 班) 升小一至小二

(B 班) 升小三至小四

(C 班) 升小五至小六

費用：\$280 (會員) / \$360 (非會員)

內容：當前奧林匹克數學競賽已在香港普遍開展，經驗證明，通過競賽，能激發同學們學習數學的積極性和興趣，能使學生擴大知識，發展能力，提高素質。

我們所編定的奧數課程，由高中初共三級，重點在於集中競賽中「典型題例」，先作出分析和指引；繼而找出詳細或不同的解法；最後對例題有關的知識、方法、技巧進行歸納和深化，舉一反三。務求在五星期內將最常見的題例迎刃而解，培養學生的自信心。

備註：材料費每學員 40 元正於首堂交導師

查詢人：吳麗娥

L713 兒童漢語班

日期：19/7/2014（六）（10 堂）

時間：9:30am - 10:30am

地點：本中心

對象：升 P.1 至升 P.3

費用：\$480（會員） / \$560（非會員）

內容：讓學員於有限時間內學會普通話的基本拼音知識。通過活動及遊戲的學習模式，使學員掌握國語的基礎知識，如聲母、韻母、聲調及拼音等方面能力。

備註：講義費 \$30 於首堂繳交

查詢人：黃凱芯

L714 兒童漢語寫作班

日期：19/7/2014（六）（10 堂）

時間：10:40 — 11:40am

地點：本中心

對象：升 P.1 至升 P.2

費用：\$480（會員） / \$560（非會員）

內容：香港各學校已逐漸開始使用普通話作為中文科教學語言。本課程特別針對學生在中文課堂中以普通話學習的困難，以漸進的方式及多元有趣活動，讓學生適應以普通話的教學模式，提升普通話聽說能力，並加強學習信心和興趣；內容包括詞句練習、看圖作文、創意寫作等。

備註：講義費 \$30 於首堂繳交

查詢人：黃凱芯

L715 幼兒弟子規

日期：19/7/2014（六）（10 堂）

時間：11:50am — 12:50pm

地點：本中心

對象：3-5 歲

費用：\$500（會員） / \$580（非會員）

內容：「弟子規」是德育教育的基本要素：優質品格、尊重、誠實、負責、關心、信任、友誼等等……是完全相輔相成的。對於孩子來講，也不會很艱深，琅琅上口，易懂好學，並親身實踐系統式學習，令學生在它的規範下受益，早早懂得為他人著想，孝順父母等等。
（本課程以普通話授課）

查詢人：黃凱芯



L716 **Phonics 英文拼音初階** ♥ ♥ ♥ ♥

日期：26/7/2014 (六) (10 堂)

時間：10:40 - 11:40am

地點：本中心

對象：5-8 歲

費用：\$450 (會員) / \$530 (非會員)

內容：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，不外以下原因：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。
(包講義及自備文具)

查詢人：黃凱芯

L717 **Phonics 英文拼音進階** ♥ ♥ ♥ ♥ ♥

日期：26/7/2014 (六) (10 堂)

時間：9:30 - 10:30am

地點：本中心

對象：5-8 歲 (曾讀初班者)

費用：\$450 (會員) / \$530 (非會員)

內容：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，不外以下原因：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。
(包講義及自備文具)

查詢人：黃凱芯

L718 **英文文法班** ♥ ♥ ♥ ♥ ♥ ♥ ♥

日期：26/7/2014 (六) (10 堂)

時間：11:50am — 12:50pm

地點：本中心

對象：升小一至升小三 (6-9 歲)

費用：\$500 (會員) / \$580 (非會員)

內容：英文文法是組成句子的優先元素，如想學好英文必須先學習文法。此課程是英文文法 (Intensive Grammar) 常規課程，透過講義、多元化的教學活動及有趣的遊戲，教授學生重要英文文法專題及其運用，有助鞏固學生的文法技巧，為日後打好英語基礎。

備註：講義費 \$30 於首堂給導師及自備文具

查詢人：黃凱芯

L719 **珠心算班 (初級第一期)**

日期：17/8/2014 (日) (8 堂)

時間：1:30 - 2:45pm

地點：本中心

對象：幼稚園高班至小學二年級

費用：\$480 (會員) / \$560 (非會員)

內容：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。

備註：1. 須於首堂付材料費 \$100 (包括算盤、練習簿)

2. 初級共分三期

查詢人：何志明

P701 **兒童芭蕾舞啟蒙班**

日期：每月初開班 (日)

時間：9:30 - 10:30am

地點：本中心

對象：3-4 歲

費用：\$300 (會員) 4 堂 / \$380 (非會員) 4 堂

內容：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之課程為教學基礎，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。

備註：芭蕾舞衣物於開課後由導師代購或自行購買

查詢人：吳麗娥

P702 **兒童芭蕾舞班**

日期：每月初開班 (日)

時間：10:30 - 11:30am

地點：本中心

對象：5 歲或以上

費用：\$300 (會員) 4 堂 / \$380 (非會員) 4 堂

內容：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之課程為教學基礎，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。

備註：芭蕾舞衣物於開課後由導師代購或自行購買

查詢人：吳麗娥

P703 空手道組

日期：每月初開班（二）

時間：7:30 — 9:30pm

地點：本中心

對象：9 歲或以上

費用：\$120（會員） / \$200（非會員）

內容：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粹，以赤手空拳對敵為特色，本班由糸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。

備註：教練可協助代購道袍

查詢人：何志明

P704 跆拳道組

日期：每月初開班（四）

時間：7:30 - 9:30pm

地點：本中心

對象：9 歲或以上

費用：\$120（會員） / \$200（非會員）

內容：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試。

備註：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。

查詢人：梁杏英

P705 龍獅武術訓練班

日期：每月初開班（五）

時間：8:00 - 10:00pm

地點：本中心

對象：12-25 歲

費用：\$120（會員）

內容：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。

備註：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

查詢人：吳麗娥

P706 **兒童拉丁舞及標準舞班**

日期：5/7/2014 (六) (8 堂)

時間：10:00 - 11:00am

地點：本中心

對象：5-15 歲人士

費用：\$600 (會員) / \$680 (非會員)

內容：想子女得到健康而有趣的課程，就來參加本中心的兒童拉丁舞及標準舞訓練班。兒童拉丁舞及標準舞課程，是特別為開拓孩子潛能而設，以互動形式激發兒童發揮天份。舞蹈訓練從基本入手，培養音樂感和掌握節拍感。兒童學習拉丁舞 / 標準舞好處包括：

- * 增進左右腦協調及發展，使大腦潛能開展至最高極限
- * 改善兒童的體形及不良的姿勢，克服彎腰駝背
- * 增強體力和靈活性
- * 增強自信和記憶力
- * 學習團隊精神和紀律
- * 學習合群和社交禮儀

備註：中心可為學員代報公開考試

查詢人：黃凱芯

P707 **兒童游泳初學班 (A)**

日期：16/7/2014 (逢一、三、五) (7 堂)

時間：8:45 - 10:00am

地點：大角咀游泳池

對象：6-13 歲

費用：\$560 (會員) / \$640 (非會員)

內容：本課程特色乃按學員年齡及程度分組教授，一位教練對 6-8 人，教練並親自落水示範及糾正學員姿勢，務使學員能於短期內學識游泳。

- 備註：
1. 學員請自備八達通或輔幣入場，14 歲以下 \$8，14 歲或以上 \$17。
 2. 請預備 \$5 硬幣以使用泳池儲物櫃。
 3. 家長請預先著子女穿上泳衣或泳褲。
 4. 第 1 堂教練免費贈送泳帽及泳鏡。
 5. 學員游泳合格證書於課程結束當日免費派發。

查詢人：梁杏英

P708 **兒童游泳初學班 (B)**

日期：17/7/2014 (逢二、四、六) (7 堂)

時間：8:45 - 10:00am

地點：大角咀游泳池

對象：6-13 歲

費用：\$560 (會員) / \$640 (非會員)

內容：本課程特色乃按學員年齡及程度分組教授，一位教練對 6-8 人，教練並親自落水示範及糾正學員姿勢，務使學員能於短期內學識游泳。

- 備註：
1. 學員請自備八達通或輔幣入場，14 歲以下 \$8，14 歲或以上 \$17。
 2. 請預備 \$5 硬幣以使用泳池儲物櫃。
 3. 家長請預先著子女穿上泳衣或泳褲。
 4. 第 1 堂教練免費贈送泳帽及泳鏡。
 5. 學員游泳合格證書於課程結束當日免費派發。

查詢人：梁杏英

P709 兒童游泳進階班 (A)

日期：6/8/2014 (逢一、三、五) (7 堂)

時間：8:45 - 10:00am

地點：大角咀游泳池

對象：6-13 歲

費用：\$560 (會員) / \$640 (非會員)

內容：本課程特色乃按學員年齡及程度分組教授，一位教練對 6-8 人，教練並親自落水示範及糾正學員姿勢，務使學員能於短期內學識游泳。

備註：1. 學員請自備八達通或輔幣入場，14 歲以下 \$8，14 歲或以上 \$17。

2. 請預備 \$5 硬幣以使用泳池儲物櫃。

3. 家長請預先著子女穿上泳衣或泳褲。

4. 第 1 堂教練免費贈送泳帽及泳鏡。

5. 學員游泳合格證書於課程結束當日免費派發。

查詢人：梁杏英

P710 兒童游泳進階班 (B)

日期：7/8/2014 (逢二、四、六) (7 堂)

時間：8:45 - 10:00am

地點：大角咀游泳池

對象：6-13 歲

費用：\$560 (會員) / \$640 (非會員)

內容：本課程特色乃按學員年齡及程度分組教授，一位教練對 6-8 人，教練並親自落水示範及糾正學員姿勢，務使學員能於短期內學識游泳。

備註：1. 學員請自備八達通或輔幣入場，14 歲以下 \$8，14 歲或以上 \$17。

2. 請預備 \$5 硬幣以使用泳池儲物櫃。

3. 家長請預先著子女穿上泳衣或泳褲。

4. 第 1 堂教練免費贈送泳帽及泳鏡。

5. 學員游泳合格證書於課程結束當日免費派發。

查詢人：梁杏英

T701 腦海島書戰圖

日期：14/7/2014 (一) (5 堂)

時間：10:00 — 11:00am

地點：本中心

對象：7-12 歲

費用：\$280 (會員) / \$360 (非會員)

內容：腦海島地圖漫遊學習法是一項企劃與筆記技巧重大突破的系統，能節省一半以上的做功課時間，並讓學校作業成為一件有趣的事情；並且開創天賦潛能、啟發創意潛能，令學習變得輕鬆和富有成就感。

備註：材料費每學員 40 元正於首堂交導師

查詢人：吳麗娥

T702 高效記憶魔法

日期：14/7/2014（一）（5堂） 時間：11:15am — 12:15pm
 地點：本中心 對象：7-12歲
 費用：\$280（會員）/\$360（非會員）
 內容：我們正處在資訊爆炸的時代，如果不能及時充電，很容易面臨被淘汰的危險。然而，只有擁有超強記憶力才能做到快速學習。本培訓形式生動活潑，趣味性強。對視覺記憶、聽覺記憶、觸覺記憶等進行全面培訓，對記憶力進行一個快速有效的強化訓練！本課程以多項好玩方法，刺激孩子的記憶天賦。
 備註：材料費每學員 40 元正於首堂交導師
 查詢人：吳麗娥

T703 專注力訓練

日期：14/7/2014（一）（5堂） 時間：12:30 — 1:30pm
 地點：本中心 對象：7-12歲
 費用：\$280（會員）/\$360（非會員）
 內容：專注力是記憶力、觀察力、想像力、思維能力的準備狀態。缺乏集中力，各種智力因素，觀察、記憶想象和思維等將得不到一定的支持而失去控制。通過集中力訓練，能夠改善腦神經的活動，加強大腦對信息的加工處理速度，使大腦和身體互相協調，從根本上提高集中力。
 備註：材料費每學員 40 元正於首堂交導師
 查詢人：吳麗娥

T704 數學解難小精靈

日期：14/7/2014（一）（5堂） 時間：2:15 — 3:15pm
 地點：本中心 對象：7-12歲
 費用：\$280（會員）/\$360（非會員）
 內容：數學解難方法包括圖示法、倒推及順推法、分類討論、尋規律、實驗與猜想、觀察與聯想、形數結合、整體思想、有序思考等。據數學家波爾的經典著作《如何解題》中，指出數學解難中的四個步驟；本課程根據波爾的原則，設計出數理化解釋策略，讓學生成為一個有信心、有技巧的快樂解難者。
 備註：材料費每學員 40 元正於首堂交導師
 查詢人：吳麗娥

T705 高效學習 25 招

日期：14/7/2014（一）（5堂） 時間：2:30—4:00pm
 地點：本中心 對象：8-14歲
 費用：\$280（會員）/\$360（非會員）
 內容：這套課程是集中提升學習效率，學習能掌握技巧，必能事半功倍。而掌握學習的本領，比掌握知識本身來得更為重要，這裏介紹的 25 招，有趣而實用，為學習打通經絡，令人終身受用！
 備註：材料費每學員 \$40，首堂交導師
 查詢人：吳麗娥

T706 我要考高分—應試技巧 (高小)

日期：14/7/2014 (一) (5 堂)

時間：4:45 — 5:45pm

地點：本中心

對象：升小五至小六

費用：\$280 (會員) / \$360 (非會員)

內容：訓練學生掌握考試策略，認識多種試題陷阱，掌握自己最好的表現能力，爭取最佳成績。本課程以多份校內試題作分析題材。

備註：材料費每學員 40 元正於首堂交導師

查詢人：吳麗娥



T707 (A 班) 文字題圖像解難法

T708 (B 班)

日期：15/7/2014 (二) (5 堂)

時間：(A 班) 10:00 — 11:00am

(B 班) 11:15am — 12:15pm

地點：本中心

對象：(A 班) 升小一至小三

(B 班) 升小四至小六

費用：\$280 (會員) / \$360 (非會員)

內容：文字題圖像解難法是根據抽象變具體的方向，針對少兒抽象思維未成熟的弱點，與及香港學童在處理文字題的困難而發展。特別集中處理比、和、差、共等關鍵字在文字運算題的特點；以圖像運算，解決兒童處理文字題之難點，問題變得迎刃而解，讓學童重拾對數學的信心。

備註：材料費每學員 40 元正於首堂交導師

查詢人：吳麗娥

T709 圖形思考法

日期：15/7/2014 (二) (5 堂)

時間：12:30 — 1:30pm

地點：本中心

對象：7-12 歲

費用：\$280 (會員) / \$360 (非會員)

內容：說到圖解法時，你腦中浮現的影像是什麼呢？圖的類型豐富，因此如何活用成了一門學問。但是以「整理思緒的圖解法」來說，須記住的圖並不多。要掌握並解決一般的問題，只要活用階層構造圖、集合關係圖(圓餅圖)、分類圖(行列圖)、位置關係圖(點狀圖)、連鎖關係圖(流程圖)這五個圖形就足夠了，因為其它圖形都是從這五個基本圖衍生出來。這個課程能使學員活用教學重點的圖形思考技巧，以確實學員能運用於日常生活中所面對的困難，衝破思考障礙。

備註：材料費每學員 40 元正於首堂交導師

查詢人：吳麗娥

T710 幼兒手指快算加減

日期：15/7/2014（二）（5堂）

時間：2:15—3:15pm

地點：本中心

對象：4-5歲

費用：\$280（會員）/\$360（非會員）

內容：手指快算法根據左右腦分工理論，結合兒童好動、好奇之心理特點，利用形象化思維方式，大大提高少年兒童運算速度，激發學習興趣，增強記憶力，更能促進大腦整體機能的發育。不必用算盤，祇憑一雙手，一種新穎的數學訓練方式，開發右腦智力，使少兒經過有系統的訓練，使手指靈活，計算準確迅速。堅持練習，手算變心算，速度可超過計算機。兒童在玩中學、學中樂，手巧心靈。

備註：材料費每學員 50 元正於首堂交導師

查詢人：吳麗娥

T711 手指快算法初階加減篇

日期：15/7/2014（二）（5堂）

時間：3:30—4:30pm

地點：本中心

對象：6-7歲

費用：\$280（會員）/\$360（非會員）

內容：手指快算法根據左右腦分工理論，結合兒童好動、好奇之心理特點，利用形象化思維方式，大大提高少年兒童運算速度，激發學習興趣，增強記憶力，更能促進大腦整體機能的發育。不必用算盤，祇憑一雙手，一種新穎的數學訓練方式，開發右腦智力，使少兒經過有系統的訓練，使手指靈活，計算準確迅速。堅持練習，手算變心算，速度可超過計算機。兒童在玩中學、學中樂，手巧心靈。

備註：材料費每學員 50 元正於首堂交導師

查詢人：吳麗娥

T712 手指快算法進階乘除篇

日期：15/7/2014（二）（5堂）

時間：4:45—5:45pm

地點：本中心

對象：8-10歲

費用：\$280（會員）/\$360（非會員）

內容：手指快算法根據左右腦分工理論，結合兒童好動、好奇之心理特點，利用形象化思維方式，大大提高少年兒童運算速度，激發學習興趣，增強記憶力，更能促進大腦整體機能的發育。不必用算盤，祇憑一雙手，一種新穎的數學訓練方式，開發右腦智力，使少兒經過有系統的訓練，使手指靈活，計算準確迅速。堅持練習，手算變心算，速度可超過計算機。兒童在玩中學、學中樂，手巧心靈。

備註：材料費每學員 40 元正於首堂交導師

查詢人：吳麗娥

T713 (A 班) 陶藝創作課程

T714 (B 班)
日期：18/7/2014 (五) (5 堂)
時間：(A 班) 10:00—11:00am
(B 班) 11:15am—12:15pm

地點：本中心

對象：(A 班) 4-6 歲 (B 班) 7-12 歲

費用：\$430 (會員) / \$510 (非會員)

內容：陶泥本身塑造性甚高，可在平面、立體、拼貼及組合等變化出萬千意念，而且有強烈的表達性及創作自由度。學童透過陶藝創作，發揮其內在潛能，對思想正在發育中的學童具有極大的啟發性。而在製作過程中，學員可在輕鬆氣氛下互相交流，擴闊其思考領域及促進人際關係。

備註：費用已包括 \$160 材料費

查詢人：吳麗娥

T715 魔術天才 MAGIC SHOW

日期：18/7/2014 (五) (5 堂) 時間：12:30—1:30pm

地點：本中心

對象：6-12 歲

費用：\$430 (會員) / \$510 (非會員)

內容：在製作魔術道具前學員必先研究魔術，有助啟發思維及促使他們自發研製新魔術。透過道具製作過程，除可以解開魔術之奧秘外，更學會了解瞬間魔術幻變是需要充分的準備工作。此外，更會教授學員即席運用身邊僅有的東西，加以變化，使人有意想不到的震撼，豐富學員的創造力。而製作過程中，學員在輕鬆的環境下學習交流，可擴闊學員的思考空間及促進人際關係。

備註：費用已包括 \$160 材料費

查詢人：吳麗娥

T716 小偵探訓練所

日期：18/7/2014 (五) (5 堂) 時間：2:15—3:15pm

地點：本中心

對象：5-8 歲

費用：\$430 (會員) / \$510 (非會員)

內容：可以加強學員的責任心及歸屬感，而且可以教導學員作一系列的偵探裝備及學習搜集證據的技巧，從而訓練耐力及專注力。除此以外，密碼的解構及偵探遊戲，更可以提升學員多元智能的發展及其觀察事物的能力。在此課程內將會教授學員製作偵探用具，同時亦會培養他們對科學的認知，如接駁電路的技巧、倒後鏡應用等。

備註：費用已包括 \$160 材料費

查詢人：吳麗娥

T717 CSI 鑑證行動

日期：18/7/2014（五）（5堂）

時間：3:30—4:30pm

地點：本中心

對象：8-12歲

費用：\$430（會員）/\$510（非會員）

內容：學員可以透過鑑證分析，反覆驗證過程中，訓練個人之分析、觀察能力、應變技巧。除此以外，藉著訓練過程，培養學員良好的情緒智商、細密之心思、冷靜的頭腦及危機處理，豐富學員之創造力。

備註：費用已包括 \$160 材料費

查詢人：吳麗娥

T718 特務總動員

日期：18/7/2014（五）（5堂）

時間：4:45—5:45pm

地點：本中心

對象：6-12歲

費用：\$430（會員）/\$510（非會員）

內容：學員可以動手製作自己的特務裝備，希望學員透過裝備及用具製作過程，訓練個人之分析、觀察能力、應變能力（例如指南針的應用，破解密碼等）。除此以外，藉著訓練過程（如密碼應用，地圖記號），培養學員良好的情緒智商，細密之心思、冷靜的頭腦危機處理，豐富學員之創造力。

備註：費用已包括 \$160 材料費

查詢人：吳麗娥

T719 兒童簡易皮革製作班

日期：25/7/2014（五）（2堂）

時間：2:00—3:30pm

地點：本中心

對象：8-12歲

費用：\$200（會員）/\$280（非會員）

內容：本課程將會教授簡單的皮革製作技巧，包括：工具運用、安裝零件，每位學員可以完成兩件作品，包括筆袋及八達通套。

備註：1. 工具借用、金屬零件及皮料費 \$40，首堂交導師

2. 第一堂必須出席

負責人：何志明



AA701 粵曲唱藝進階

日期：每月初開班（四）

時間：7:45 - 9:45pm

地點：本中心

對象：15 歲或以上有興趣學習曲藝人士

費用：\$360（會員）4 堂 / \$440（非會員）4 堂

內容：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。

備註：另須自備錄音機及於首堂付講義費 \$10

查詢人：吳麗娥

AL701 成人英語拼音班

日期：14/7/2014（一）（8 堂）

時間：7:30 - 9:00pm

地點：本中心

對象：15 至 59 歲具初中程度之人士

費用：\$400（會員）/ \$480（非會員）

內容：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。提升學員對學習英語的興趣。

備註：須於首堂付講義費 \$15

查詢人：吳麗娥

AP701（A 班）

AP702（B 班）

健康運動太極訓練班

日期：每月初開班（7 月初收新生）

時間：（A 班）逢星期一、五 ~ 8:30 — 10:00am

（B 班）逢星期一、三 ~ 8:00 — 9:30pm

地點：本中心

對象：16 歲或以上人士

費用：\$250（會員）/ \$330（非會員）

內容：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。

備註：學員須穿著輕便衣服上課

查詢人：吳麗娥

AP703 社交舞初班

日期：9/7/2014（三）（10堂）

時間：7:15 - 8:30pm

地點：本中心

對象：16至59歲

費用：\$340（會員）/ \$420（非會員）

內容：本課程根據國際標準社交舞科目編定教材，初階教授有喳喳、慢四、牛仔、探戈、華爾茲等六種社交舞。

查詢人：黃凱芯

AP704 社交舞中班

日期：9/7/2014（三）（10堂）

時間：8:30 - 9:45pm

地點：本中心

對象：曾習初班者

費用：\$370（會員）/ \$450（非會員）

內容：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。

查詢人：黃凱芯

AP705 瑜珈班

日期：16/9/2014（二）（12堂）

時間：7:15 - 8:15pm

地點：本中心

對象：15歲或以上人士

費用：\$440（會員）/ \$520（非會員）

內容：瑜珈可幫助血液循環、腸胃舒暢及身材健美，特別適合疏於運動之城市人。

備註：1. 學員須穿著輕便衣服

2. 每堂須自攜地墊上課

查詢人：黃凱芯

AT701 魅力化妝時尚班——晚妝篇

日期：22/7/2014（二）（2堂）

時間：10:00—11:30am

地點：本中心

對象：15-59歲女性

費用：\$120（會員）/\$200（非會員）

內容：本課程主要教授晚妝的程序和遮瑕的運用，光陰影的運用技巧，日妝轉晚妝的程序，配戴假睫毛和修飾臉型的竅門，學員可透過示範，理論與實習並重，務求讓學員在完成課程後，能賞識化艷麗的晚妝技巧。

- 備註：1. 材料費 \$60 首堂交導師（包括上堂用品）
2. 請自備頭箍
3. 學員第二堂必須自備化妝掃

負責人：何志明

AT702 專業美容師訓練初班

日期：24/7/2014（四）（6堂）

時間：10:00 - 11:30am

地點：本中心

對象：15至59歲女性

費用：\$360（會員）/\$440（非會員）

內容：本課程主要為有意投身美容行業的人士而設。內容包括各種皮膚分析和護理、防止皺紋及敏感皮膚之保護、面部按摩、磨砂脫屑、面膜技巧、暗啞及缺水皮膚之護理、清除黑頭、酒米及暗瘡等。亦會介紹自行創業的知識、工具的選購等。學員可透過示範，理論與學員互相實習，務求讓學員在完成課程後，能掌握專業美容師訓練技巧。

- 備註：1. 材料費 \$100，首堂交導師
2. 請自備頭箍

查詢人：何志明

AT703 皮革製作——多用途咕套

日期：25/7/2014（五）（2堂）

時間：7:00—9:00pm

地點：本中心

對象：15-59歲

費用：\$200（會員）/\$280（非會員）

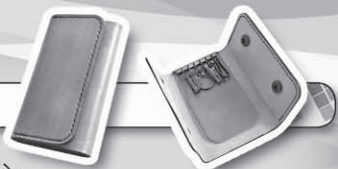
內容：本課程教授使用頭層牛皮製作多用途咕套。每位學員除了可在堂上製作多用途咕套外，還可學習工具運用、安裝金屬零件、縫合皮料技巧。

- 備註：1. 工具借用、金屬零件及皮料費 \$30，首堂交導師
2. 第一堂必須出席

負責人：何志明



AT704 皮革製作——手染鎖匙包



日期：5/8/2014 (二) (2 堂)

時間：7:00—9:00pm

地點：本中心

對象：15-59 歲

費用：\$200 (會員) / \$280 (非會員)

內容：本課程教授使用頭層牛皮製作鎖匙包。每位學員除了可在堂上製作鎖匙包外，還可學習工具運用、安裝金屬零件、縫合皮料技巧。另外亦會學習手染技巧，替自己的作品添上獨特色彩。

備註：1. 工具借用、金屬零件及皮料費 \$30，首堂交導師

2. 第一堂必須出席

負責人：何志明

AT705 攝影技巧班

日期：7/8/2014 (四) (18 堂)

時間：7:30 — 9:30pm

地點：本中心

對象：16-59 歲有興趣人士

費用：\$550 (會員) / \$630 (非會員)

內容：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，賽後評述名家學術攝影講座等。

備註：學員須自備相機 (傳統或數碼均可)

查詢人：吳麗娥

AT706 簡易臍燭技巧班

日期：11/9/2014 (四)

時間：10:00—11:30am

地點：本中心

對象：15-59 歲女性

費用：\$60 (會員) / \$140 (非會員)

內容：本課程主要教授利用臍燭療法，有助女性減低及舒緩各種痛症，透過課堂示範及學員的互相實習，配合按摩手法可協助修腰減肥效果。

備註：材料費 \$30，首堂交導師 (包括臍燭一支及上堂用品)

負責人：何志明

AT707 頭肩頸舒緩按摩班

日期：25/9/2014 (四)

時間：10:00—11:30am

地點：本中心

對象：15-59 歲女性

費用：\$60 (會員) / \$140 (非會員)

內容：本課程內容教授針對舒緩頭肩頸按摩，配合按摩油及舒緩按摩手法。透過課堂示範及學員的互相實習，有效舒緩和減壓鬆弛作用，從而達到消除疲勞。

負責人：何志明

R701 **考考您** ::

日期：1-12/2014 地點：本中心閱讀室
 對象：小學生 費用：免費
 內容：哈囉你好！7至9期的「考考您」又同大家見面喇！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，之後便考考你的大腦急彎轉喇！
 備註：1. 索取問題表格日期：每月的25號至20號派發
 2. 索取問題表格地點：4樓圖書館
 3. 截收問題表格日期：每月20號前，交還圖書館
 4. 公佈績分地點：圖書館門外壁報板
 5. 地球獎、太陽獎、宇宙獎得主可得獎品乙份
 2014年度內累積240分或以上者可獲「課外活動獎狀」乙張
 負責人：黃凱芯

R702 **聽故事、講故事** ::

日期：26/7、2/8/2014（六）（2次）
 時間：11:00am — 12:30 pm 地點：本中心
 對象：小學生 費用：\$10（會員）/ \$45（非會員）
 內容：聽故事可以啟發小朋友的閱讀興趣及增進他們的語文能力，是最直接的情感知識灌輸的途徑，是培養學生閱讀興趣的最佳方式，為培養小朋友對文學的喜好及興趣，進而充實小朋友的生活，增進他們的知識，啟發小朋友的智慧，使其有個充滿歡樂的成長，不是喜歡看書的小朋友，都歡迎你參加，聽聽別人講故事，學習多一點。
 備註：費用包括飲品及獎品
 負責人：梁杏英

閱讀室雜誌贈閱

本室提供二十份不同類型的雜誌予各會員借閱。而本室每三個月都會將一批較舊的雜誌贈予有興趣的會員，提倡環保之餘亦可讓會員擁有心儀的雜誌。只需在下列日期憑會員證到本室登記便可取最多十本雜誌。

日期：26-27/6/2014（星期四至五）

時間：2:00 — 9:45pm

G701 慶威鳴粵劇藝苑

日期：逢四

時間：7:45 — 9:30pm

地點：本中心

對象：59 歲以下

費用：\$640 (會員) 雙月費

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。

備註：有意參加者，請於中心詢問處登記。

負責人：陳美寶

G702 西九龍第 92 女童軍隊招募隊員

日期：逢六

時間：4:00 — 6:00pm

地點：本中心

對象：10-18 歲女孩子

費用：\$15 (會員) 每月費用

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。

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

G703 西九龍第 92 小女童軍隊招募隊員

日期：逢六

時間：2:15 — 3:45pm

地點：本中心

對象：6-9 歲小女孩

費用：\$10 (會員) 每月費用

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。

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

G704 九龍童軍一三六旅

日期：逢星期日上午集會

時間：9:00am — 12:00nn

地點：本中心

對象：1. 只招募 4 歲半至 17 歲學童 (男女均可)

2. 截止日期為 31/7 報名

3. 約於 8 月中至 9 月初進行面試

費用：視乎個別旅團而定，詳情可於面試時向團長查詢。

內容：野外生活訓練，技能訓練及團隊紀律訓練等體驗，發掘青少年的潛能，擴闊視野。

查詢人：施志偉

G705 南亞功課輔導義工

日期：逢星期一、二、四（其中一天）

時間：7:00 — 8:30pm

對象：中五或以上有志服務南亞裔人士

地點：本中心

內容：義工哥哥姐姐你好嗎？交出寶貴時間是你嗎？可否某日來陪我，解決功課……你願意為南亞小學生提供功課輔導及溫習嗎？從而協助他們解決學業上的困難使其更容易融社會。並且透過交流，認識彼此的文化，從而互相接納。

備註：請與負責同事聯絡或於接待處留名，再聯絡。

負責人：王培明姑娘 / 李慧嫻

G706 婦女義工組

日期：全年（六次）

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）

地點：本中心及旺角 / 大角咀區

對象：65 歲或以下之婦女

費用：免費（會員）

內容：如果你好有興趣做下義工，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地區長者中心之「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、7、9、11 月的第一個星期一）一起往探訪長者一次，及雙月（即 2、4、6、8、10、12 月的第一個星期一）下午 2:30 — 4:00 舉行的小組會議（非定期 / 按需要），另外期望組員平日自行致電慰問有關長者。此外，我們也會不定期往老人院探訪，將歡樂及溫暖傳給他們。

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。

負責人：區碧華

G707 Cyber 老友記

日期：每月第 2 及第 4 個星期五集會 / 公眾假期除外（6 次）

時間：11:30am — 1:00pm

地點：本中心

對象：掌握電腦操作之女性朋友 / 65 歲或以下

費用：免費

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。

備註：1. 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。

2. 8 月份暫停集會。

負責人：區碧華

G708 JS (Jewelry Star) 義工小組組員招募

日期 / 時間：會議：26/6/2014(四) / 2:30—4:30pm

攤位：6/7/2014(日) / 4:00—6:30pm

扭氣球研習：5/8、12/8 及 19/8/2014(逢二) /
10:00am—12:00nn

表演日：30/8/2014(六) / 2:30—5:00pm

地點：本中心及大角咀區

對象：中一至中三學生

費用：免費

內容：我們是中一至中三的義工小組，歡迎大家加入我們的義工行列，既能關懷社區，送暖給有需要的人士；也能學習策劃、推行和實踐自己的理念和計劃。持續投入持續學習持續成長和提升。

暑期活動：扭氣球學習和服務日

負責人：李麗萍、李芷欣

招募義務導師

如果你有一技之長……

如果你想把專長與不同的社區人士(婦女、小朋友)分享……

招募對象：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：教授非洲鼓、電子琴、烹飪、手工藝、舞蹈及運動等。

* 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

義工招募

無論你是甚麼年紀，只要有興趣服務本區或有需要人士，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。我們將有社工為你介紹本中心服務，培訓義工應有態度及技巧，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。

此外，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(1-12/2014)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：

服務滿 50 小時 ~ 義工服務銅獎

服務滿 100 小時 ~ 義工服務銀獎

服務滿 200 小時 ~ 義工服務金獎

義工簡介會日期：20/6/2014(五)

暑期活動配對日：27/6/2014(五)

時間：8:00 — 9:30pm

地點：230 室

對象：有志從事義工服務人士

收費：免費

報名方法：請往中心詢問處填寫義工登記表即可

負責人：區碧華

備註：1. 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。

2. 如舊義工或已曾參加〈義工簡介會〉則只需出席「暑期活動配對日」即可。



如果生活充滿了否定句

朋友非常孝順，父親過世後，辭去美國的高薪工作回台灣陪伴母親。不到半年，朋友就來找我，請我想辦法找出為什麼她與母親不合，每次母親一開口說話，她心中就好像火山要爆發，她知道母親寂寞，希望她多陪陪她，畢竟這是她回國的目的，但是，不知怎的，三句話沒說完，她就發火，如果要避免對母親頂撞，她就必須講完她要說的話立刻走開。

我們檢討了半天，都找不出為什麼「母慈子孝」卻總合不來。直到有天她送來一卷在家中與母親對話的錄音帶，請我分析。分析完畢，我知道為什麼了。

在這卷錄音帶中，母親的話佔五分之四，我的朋友回答都很簡短。

母親的句子中絕大部分是否定句，例如：

「不要穿這件衣服」、「不要塗深色口紅」、

「不要擦地板了，先去買菜」、「不要放那麼多洗衣粉」、

「不要用這種醬油，有色素」、「不要看這個連續劇」；

到了晚上，她母親要她換一件厚一點的睡衣時，我的朋友就爆發了。

人天生有保護自己的本能，當一個人總是批評你，你的大腦很快就形成一個防衛機制，只要一看見這個人，全身細胞就緊張起來，進入備戰狀態，這個人講的每一句話都會先從負面去解釋，先篩選可能的敵意，再處理語意。

當你想做一件事而有人攔阻你時，第一次你會勉強順從，第二次你便不想讓他知道，因為你不喜歡駁回的感覺，久了以後，便什麼事都不讓母親知道了。但是越是不想讓母親知道，母親越是拐彎抹角地想打聽出來，這時女兒便覺得隱私權被侵犯，於是母女關係就惡化下去了。

我們常常對越是親密的人講話越不小心，忽略了對方需要尊重。父母要學會尊重孩子的選擇，說話時要避免用「不要」這個字作為句子的開頭，讓孩子覺得被否定。小時候這種否定會造成自信心的低落，如果孩子已經去外面闖了個天下，建立了自信心，這種說話方式會使孩子迴避你，雖然孩子也知道父母是好意，可心理學上的研究已經讓我們知道理智和感情是分家的，是不同的神經迴在處理的，心中知道該怎麼做並不代表一定會快樂的去做。當奉養父母，變成不得不做的義務時，雙方都會很痛苦。天下沒有什麼事，比親子間不和更令人傷心的了。



(本文為認知神經科學專家所著)

插圖：芳子

資料來源：《溫暖人間》/Online 傳說

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。

