



旺角街坊會陳慶社會服務中心

好慶誌



2014年10-12月通訊

進修課程可即日報名
各項活動 9月18日（星期四）
開始報名

目錄

各類服務開放時間.....	P1
會員知多 D.....	P2
會員商戶優惠.....	P3
2014 暑期活動花絮.....	P4
新同事介紹.....	P4
活動及進修課程報名注意事項.....	P6
樓宇檢驗及維修支援計劃.....	P7
特別活動推介一：「多元文化 • 結伴同行」計劃.....	P8
特別活動推介二：青年貧窮 關 • 你 • 體 • 事.....	P9
特別活動推介三：〈My Own Book〉體驗工作坊.....	P9

10 - 12 月份活動

• 兒童及青少年活動.....	P10
• 家庭及社區活動.....	P14
• 家庭增值活動.....	P21
• Non-Chinese Residents Programs.....	P24
• 學童課餘託管.....	P25
• 婦女活動.....	P26
• 新來港人士活動.....	P33
• 閱讀室活動.....	P37
• 兒童藝術課程.....	P38
• 兒童語言課程.....	P40
• 兒童體能課程.....	P43
• 成人藝術課程.....	P46
• 成人語言課程.....	P46
• 成人體能課程.....	P46
• 成人技能課程.....	P48
小組組員招募.....	P50
義工招募.....	P52
一頁動人集.....	P53
服務使用者意見表.....	P53

中心開放時間

星期一至六
星期日及公眾假期

上午九時至晚上十時
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) * 櫟樹街入口 *

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

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
暴雨/ 颱風警告	(活動舉行前兩小時內仍懸掛安排)			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。

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。

會員商戶優惠

油蔴地旅遊優惠

憑中心會員証於「油蔴地旅遊」分社報名參加本地旅遊、亞洲旅遊、中國長線、短線旅行團、機票或澳門酒店，可享 \$10 至 \$50 折扣優惠

條款及細則如下：

- 優惠有效出發日期至 2014 年 12 月 31 日止
- 名額有限，先到先得
- 此優惠不可與其他優惠同時使用
- 如有任何爭議，以油蔴地旅遊之最終決定為準

優惠詳情可參閱中心網頁 <http://www.mkchanhing.org.hk>

查詢電話：25162303

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

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 38 號新九龍廣場 084 舖

上述資料僅作參考，商戶可保留優惠最後決定權

兒童及青少年 2014

立法會與市區更新特「搜」之旅



人在野星空下歷險



翱遊天際 任飛翔



與童樂宿



陽光小孩—有機農場全體驗



大澳漁村樂悠悠



新同事介紹

張嘉瑩

Hello, 大家好! 我叫張嘉瑩 (Iris), 是新入職的社區幹事, 負責「樓宇檢驗及維修支援計劃」, 歡迎各位查詢有關樓宇檢驗及維修的事宜。



袁永健

大家好, 我叫阿健, 好高興可以服務各位街坊, 我主要負責「樓宇檢驗及維修支援計劃」的社工。各位想了解更多大廈成立業主立案法團、申請「強制驗樓資助計劃」或「樓宇維修綜合支援計劃」的資訊, 可以找我查詢。希望可以和各位街坊一齊建做一個更舒適的居住環境。

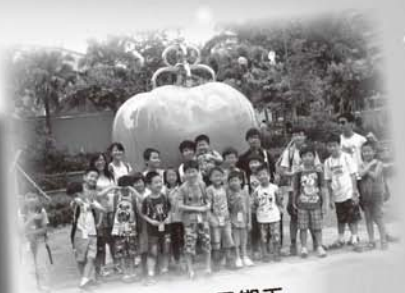


暑期活動花絮

孖「保」齊出動



一本個人書的誕生體驗工作坊



智趣暑期天



童TEEN露營



玩盡暑期天之暑期活動開幕禮



登「綠」長洲文化行



飛上雲霄總動員



手創風箏任飛翔



網球體驗同樂日 2014

劉鈺瑩

大家好！我是「家庭支援網絡隊」的新同事，可以叫我「呀 Cat」或「蓮姑娘」，因為我很喜歡貓！歡迎各位街坊來中心找我傾偈！

劉鈺瑩

大家好，我名字係劉鈺瑩，你們可以叫我劉姑娘或 Jessy 姑娘，興趣是整甜品和做運動。我是負責「新來港人士服務」，歡迎你們找我啊！



活動及進修課程

報名注意事項



1. 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）。
2. 報名時請出示會員証，否則當作非會員收費處理。
3. 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。
4. 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。
5. 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。
6. 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。
7. 郵遞支票報名（只限進修課程），可致電向本中心查詢。
8. 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：_____

樓宇檢驗及維修支援計劃

主動接觸 推動社區發展

服務介紹

目前，港島、九龍、荃灣及葵青區內約有過萬幢樓齡在 20 年或以上的私人樓宇，在舊市區的樓宇老化問題日益嚴重。強制驗樓及驗窗的法例也於 2012 年 6 月 30 日實施，屋宇署每年會在全港揀選樓齡 30 年或以上的大廈進行強制驗樓及驗窗計劃，也會揀選樓齡 10 年或以上的大廈進行強制驗窗計劃。

本中心自 2013 年 12 月開始，獲市區重建局委託進行一項計劃名為「推廣強制驗樓資助計劃 / 樓宇維修綜合支援計劃及相關業務」。為了回應社區的需要及發展，本中心成立一支服務工作隊，名為「樓宇檢驗及維修支援計劃」主要為旺角、大角咀及太子區內 20 年或以上的樓宇，又或收到屋宇署強制驗樓的區內大廈，提供各項支援服務，包括：成立業主立案法團、協助業主或法團申請各項樓宇維修的基金和津貼、協助推行樓宇復修等。歡迎區內的業主、大廈互委會、業主立案法團等有需要人士，與本計劃的同工聯絡。

服務對象

- 1) 旺角、大角咀及太子區內 20 年或以上的樓宇及
- 2) 收到屋宇署強制驗樓的區內大廈或
- 3) 收到其他政府部門的維修命令（例如：消防安全指示 572）

服務目的

- * 提升對樓宇維修及保養意識
- * 協助組織業主立案法團
- * 組織樓宇復修，改善居住環境
- * 聯繫政府部門，推動社區發展

服務統計（截至 2014 年 7 月）

- * 成立法團大廈數目：15 幢大廈
- * 申請「強制驗樓資助計劃」數目：34 幢大廈
- * 申請「公用地方維修津貼 / 公用地方免息貸款」數目：13 幢大廈

協助申請各項樓宇維修資助計劃

業主立案法團的資助 / 津貼

籌組業主立案法團的資助
公用地方維修津貼
舊樓業主立案法團津貼（關愛基金）

個別業主的貸款 / 補助金 / 津貼

公用地方維修免息貸款
家居維修免息貸款
樓宇安全貸款計劃（屋宇署）
長者維修自住物業津貼計劃（房協）

個別業主的貸款 / 補助金 / 津貼

補助金一適用於符合資格的長者、殘疾人士及低收入人士，為全數核准工程費用或貸款總額，上限為每單位一萬元。

聯絡電話：2395 3107

計劃同工：施志偉先生 袁永健先生 張嘉瑩小姐 陳志冠先生

強制驗樓你要知 維修基金幫到你

「多元文化 結伴同行」計劃

香港有著不同種族人士居住，這計劃以認識及了解少數族裔的文化及生活需要，增強及提昇社區人士的文化敏感度，互相接納及尊重是雙向性，故也會培養南亞家庭適應香港地道文化，亦希望能在輕鬆和諧氣氛下，互相學習及交流，增強溝通，建立友誼。計劃透過以一連串文化敏感度活動，達致互相關懷，建立一個和諧的社區。

活動目標：透過活動、遊戲、戶外活動及探訪形式，鼓勵社區人士認識及了解少數族裔的文化，彼此接納。推動關懷弱勢社群，建立支援網絡，增進鄰舍生活和諧。

活動內容：

活動	活動名稱	日期 / 時間	地點	服務對象	費用	活動形式和內容
NCR 1004	青少年之多元文化裝備工作坊 (A組)	A組 21/8 及 28/8 (四) 上午 10:00-12:00	本中心	南亞及本地青少年	免費	透過工作坊和遊戲，培訓參加者互相認識彼此的文化的特色，提昇文化敏感度。
		22/8 (四) 及 26/8 (一) 上午 10:30-12:30	本中心	南亞及本地青少年	免費	以不向主題分享及交流，讓參加者互相學習，認識生活習俗、食物及手工藝等。
NCR 1005	青少年之多元文化裝備工作坊 (B組)	B組 27/9 及 11/10 (六) 上午 10:30-12:30	本中心	南亞及本地青少年	免費	透過工作坊和遊戲，培訓參加者互相認識彼此的文化的特色，提昇文化敏感度。
		18/10 及 25/10 (六) 上午 10:30-12:30	本中心	南亞及本地青少年	免費	以不向主題分享及交流，讓參加者互相學習，認識生活習俗、食物及手工藝等。
NCR 1006	提昇多元文化工作坊	22/9/2014 (一) 上午 10:00-12:00	本中心	南亞及本地婦女	免費	透過工作坊和遊戲，培訓參加者互相認識彼此的文化的特色，提昇文化敏感度。
		8/10/2014 (三) 上午 10:00-12:30	本中心	南亞及本地青年及婦女	免費	以不向主題分享及交流，讓參加者互相學習，認識生活習俗、食物及手工藝等。
NCR 1007	社區生活樂同行	12/10/2014 (日) 及 26/10/2014 (日) 上午 10:00-3:00 (暫定)	油尖旺區及港島區 一些宗教廟宇	婦女及青少年	免費 (乘坐公共交通工具)	透過實地社區觀察，了解彼此的宗教及生活實況，彼此接納及關注。
NCR 1008	結伴同行樂探訪	11月 - 12月 (待定)	油尖旺區	南亞及本地家庭	免費	鼓勵互相探訪，及一同探訪區內獨居長者，送上自製家鄉小食，表達關懷，並建立支援網絡的基礎。
NCR 1009	結伴同行郊遊樂	16/11/2014 (日) (暫定) 上午 9:30 - 下午 4:00	大尾篤郊野公園 (暫定)	南亞及本地家庭 (曾參加工作坊及探訪交流活動優先) 請先留名，後通知結果。	免費 (自備午餐食物，中心提供旅遊車接送)	透過戶外活動，讓參加者互相加深認識，開心同享受大自然，並以自備食物會友，分享習俗，增進和諧家庭關係。
NCR 1010	多元文化街展	12月 (六) 下午 4:00-5:30	大角咀埃華街休憩公園	區內街坊	免費	透過小形街展攤位，使坊眾認識南亞人士的文化及風俗習慣。
NCR 1011	結伴嘉年華	13/12/2014 (六) 下午 2:15-4:30	本中心禮堂	區內街坊	免費	透過嘉年華會活動，讓參加者和社區人士聚首一堂，分享活動感受、表演及攤位遊戲，促進彼此了解，達致社區共融。

特別活動推介二：

TC1001 青年貧窮 關・你・體・事

內容：(意思係青年貧窮你要來關注、來體驗、來議事 睇下點解關你事同看看當中發生什麼事)

目標：1. 促進他們培養獨立思考及議事能力

2. 加強青少年對青年貧窮現況的了解及對青年貧窮的關注

3. 從青少年角度，反思現時青年發展制度及構想未來能讓青年向上遊的發展方向。

日期：9/2014—2/2015 (15次)

地點：油尖旺區各合辦團體的中心

費用：\$100 (已包括整個計劃所有活動及訓練宿營費用)

對象：14-29 歲青年

負責人：李芷欣

項目	日期及時間
面試日	26-27/9/2014 (星期五、六其中一日)
計劃簡介會	3/10/2014 (星期五)
兩日一夜歷奇訓練營	11-12/10/2014 (星期六、日)
活動內容：社區體驗及訓練工作坊 (社區體驗、訪問議員及學者、專題講座、活動籌備訓練、議事技巧訓練……)	18/10、31/10、7/11、21/11、28/11、20/12、27/12/2014 (星期五及六) 晚上 6:30—9:30
街站及講座籌備	2/1、30/1、6/2/2015 (星期五)
計劃總結匯報 (街站)	8/2/2015 (星期日)
計劃檢討	13/2/2015 (星期五)

備註：1. 有興趣者，請先向李芷欣姑娘留名報名

2. 面試日期：26-27/9/2014 (星期五、六其中一日)

面試地點：九龍旺角上海街 557 號旺角綜合大樓三樓，香港遊樂場協會

旺角青少年綜合服務中心 (近朗豪坊酒店)

特別活動推介三：

TC1002 〈My Own Book〉體驗工作坊

日期：16/11-21/12/2014 (日) (6次)

時間：10:00am—1:00pm

地點：戶外寫生、西九長廊、佐敦谷公園、中央圖書館、賽馬會創意藝術中心 (待定)、九龍灣、本中心

對象：小四至中一的學生

費用：免費

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。內容共有六節工作坊，第一節—戶外寫生、第二節—工作坊、第三節—參觀印刷工場、第四節—工作坊、第五節—參觀、第六節—中心學習釘裝“個人書”。這樣，一本“個人書”就誕生了！

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。

3. 活動獲青年事務委員會及青年活動統籌委員會撥款贊助。

4. 活動需遴選，有興趣參加者先行登記報名，待工作人員聯絡及落實參加者名單。

負責人：區碧華

TC1003 色彩繽紛織橡筋

日期：11/10/2014 (六)

時間：3:00—4:30pm

地點：中心活動室

對象：6-12 歲

費用：\$20 (會員) / \$55 (非會員)

內容：色彩繽紛的橡筋，睇到已經好吸引？各位小朋友，快啲嚟齊齊織橡筋啦！親自動手編織屬於自己的作品，亦都可以送俾人哋做禮物架！仲諗？名額有限，快啲報名啦！

備註：是次活動將會帶領參加者完成橡筋編織作品一件。

負責人：麥小華



TC1004 香蕉變變香蕉船

日期：18/10/2014（六）

時間：11:30am — 12:30pm

地點：中心活動室

對象：6-12 歲

費用：\$20（會員）/ \$55（非會員）

內容：香蕉似船？船似香蕉？真係要小朋友想像吓，唔知乜野叫香蕉船的小朋友，快D問吓爸爸媽媽，然後報名參加啦，大家一齊做香蕉船。

備註：1. 費用包括所有材料費

2. 自備食物盒及圍裙

負責人：梁杏英

TC1005 童樂會

日期：18/10、22/11、13/12/2014（六）（3次）

時間：（初小組）10月及11月2:00 - 3:15pm、12月2:30 — 4:30pm

（高小組）10月及11月3:30 - 4:45pm、12月2:30 — 4:30pm

地點：主要為本中心

對象：初小組（小一至小三兒童）/ 高小組（小四至小六兒童）

費用：免費

內容：作為孩子的父母，你希望孩子長大後成為一個怎樣的人？事業有成？頂天立地？唔行差踏錯？又或是平安幸福……「童樂會」是一個陪伴孩子成長的小組，透過不同的成長活動，陪伴孩子活出正面健康人生！

備註：1. 有興趣報名者，請於中心詢問處登記，負責職員將於稍後安排面試甄選

2. 優先收取現任「童樂會」組員

負責人：麥小華



TC1006 懷舊小玩意

日期：25/10/2014（六）

時間：2:30 — 3:30pm

地點：本中心

對象：6-10 歲小童

費用：\$20（會員）/ \$55（非會員）

內容：手機、電腦遊戲你就玩得多，懷舊玩具如拋豆袋、織草蜢、彈波子等等你又玩過嗎？快來報名自製小玩意，既可動動腦筋，又可與其他小朋友鬥一番！

負責人：劉鈺瑩

TC1007 11 月帶你遊花園

日期：8/11/2014（六）

時間：10:30am — 3:00pm

地點：九龍仔公園

對象：區內外人士（6-12 歲）

費用：\$40（會員）/ \$75（非會員）

內容：九龍仔公園建於一座小山之上，內有網球場、足球場、運動場和泳池等設施，除了設施與設施之間的路徑較空曠之外，公園內種植了不少樹木，很多路徑都有樹蔭覆蓋，像今天溫度頗高的日子，步行感覺仍相當清涼……

備註：自備交通費（帶八達通，八達通內盈餘最少有 \$50）、包午餐、帶飲用水。

負責人：黃凱芯

TC1008 動感大激鬥（11 月）

日期：15/11/2014（六）

時間：11:00am — 12:30pm

地點：本中心

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

TC1009 童創豆豆畫

日期：22/11/2014（星期六）

時間：11:00am — 12:30pm

地點：本中心

對象：4 至 6 歲

費用：\$20（會員）/ \$55（非會員）

內容：小朋友用顏色筆畫畫就畫得多啦，今次會同大家一齊用各種不同的豆豆去創作一幅豆豆畫，既可提升幼兒的小肌肉發展，亦可訓練大家的專注力、創造力及手眼協調能力，一舉多得！

備註：費用已包括所有材料費

負責人：吳麗娥

TC1010 自製小筆袋

日期：29/11/2014（六）

時間：10:30am — 12:00nn

地點：本中心

對象：8-12 歲

費用：\$30（會員）/ \$30（非會員）

內容：一個純色的小筆袋，怎樣才可以變得又漂亮又可愛？那就要靠你的創意和一雙小手啦！快快報名，齊來為小筆袋裝扮一下，來個大變身。

備註：請帶備小手套及圍裙

負責人：王培明

TC1011 幼兒聖誕掛飾 DIY

日期：6/12/2014（星期六） 時間：2:30pm — 4:00pm

地點：本中心 對象：4 至 6 歲

費用：\$30（會員）/ \$65（非會員）

內容：普天同慶的聖誕節快將到了，大家一定會忙著為家中佈置增添聖誕氣氛，就讓小朋友們一起來發揮創意做一個自家製的聖誕掛飾吧！

備註：費用已包括所有材料費

負責人：吳麗娥

TC1012 童玩樂 Part II — 玩玩星期六

日期：13/12/2014（六） 時間：2:30 — 4:00pm

地點：本中心 對象：6-11 歲

費用：\$15（會員）/ \$45（非會員）

內容：溫書好累？成個人集中唔到？想趁考試前來輕鬆一下，快 D 來參加玩玩星期六啦！玩下遊戲，做下小手工，咁就可以渡過一個開開心心的周末啦！

負責人：李芷欣

TC1013 嶺南之風寫生樂

日期：14/12/2014（日） 時間：1:30 — 4:30pm

地點：美孚荔枝角公園 對象：6-12 歲

費用：\$30（會員）/ \$65（非會員）

內容：嶺南公園風景怡人，動聽的水聲，優雅的中式花園，園內有十個景區，十分適合戶外寫生，大家用畫簿記下你的所見所聞。

備註：1. 繪畫導師及材料費用

2. 活動將乘搭地鐵往美孚，參加者自備八達通

負責人：施志偉

TC1014 派對美食篇

日期：20/12/2014（六） 時間：10:30am — 12:30pm

地點：中心活動室 對象：8-14 歲

費用：\$30（會員）/ \$65（非會員）

內容：開 Party 整野食，好鬼易，點解？因為去陳慶中心學到很多做食物的技巧，今次活動會教大家製作幾款派對美食，想學多幾樣不同美食，就快 D 報名啦。

備註：1. 費用包括所有材料費

2. 自備食物盒及圍裙

負責人：梁杏英

TC1015 聖誕雪花吊飾 DIY



日期：20/12/2014（六）

時間：3:00 — 4:30pm

對象：8-12 歲

地點：本中心活動室

費用：\$10（會員）/ \$45（非會員）

內容：聖誕節將到喇！小朋友想過親手做些聖誕裝飾嗎？活動讓小朋友認識大自然現象外，也可一起學習製作美麗獨特的雪花吊飾，為家居增添聖誕氣氛呢！

備註：費用包括材料物資

負責人：陳美寶

TC1016 12 月帶你遊花園

日期：29/12/2014（一）

時間：10:30am — 3:00pm

對象：6-12 歲

地點：西九長廊

費用：\$40（會員）/ \$75（非會員）

內容：我很喜歡這個地方（西九長廊），雖然交通有點不便，但確是繁囂都市中的一片靜土，除了可欣賞維港景色，也可以靜靜的慢步和運動。自從有了單車徑後我更喜歡帶小朋友來這裡，除了可以運動一下，也可以從文化燈飾走廊給小朋友灌輸一點文化知識！

備註：自備交通費（帶八達通，八達通內盈餘最少有 \$50）、包午餐、帶飲用水。

負責人：黃凱芯

TC1017 慶祝新年聯歡會

日期：31/12/2014（三）

時間：11:00am — 12:30pm

對象：6-10 歲

地點：本中心

費用：\$15（會員）/ \$50（非會員）

內容：雖然還未到 2015 年，但仍可以趁假期到中心慶祝一下。活動有遊戲、有比賽、有獎品，一定玩得開心。

負責人：何志明

TC1018 愛家大角咀——青少年多元文化共融生活營

日期：30 - 31/12/2014（二至三）

時間：2:00pm — 翌日 2:00pm

對象：8-14 歲

地點：鯉魚門公園渡假村

費用：\$20（會員與非會員同價）

內容：透過兩日一夜的生活營、啟動遊戲、團體合作活動等，讓一群新來港學童、南亞裔學童及本地學童共同生活和合作，認識彼此生活文化，促進彼此交流和接觸，學習欣賞彼此的不同。

備註：1. 此活動由「青年事務委員會及青年活動統籌委員會」贊助

2. 需經面試甄選

負責人：王培明 / 劉鈺瑩

青少年特別活動

TC1019 青年塗鴉大行動

日期：10/2014 - 2/2015（星期六或日 / 確實日期待定）（5 堂）

時間：7:00 — 10:00pm 地點：本中心

對象：14-29 歲之青少年 費用：免費

內容：「塗鴉」是一門藝術，一般人可能會對「塗鴉」有所誤解，以為是一種反社會的行為，其實她是一種藝術，也是一種文化的展現。我們會透過專業導師的指導，在中心各層後梯體驗塗鴉，過程中並分享「塗鴉」的知識、技巧及方法，也會藉此探討「塗鴉」藝術與文化。

備註：1. 活動費用包括車費、導師費、所需噴漆物料。

2. 有興趣的參加者可連續參加五次或個別一次之塗鴉。

3. 活動獲青年事務委員會及青年活動統籌委員撥款贊助。

負責人：區碧華

TF1001 偶遇釣魚翁

日期：26/10/2014（日）

時間：9:00am — 3:00pm

地點：釣魚翁郊遊徑

對象：15 至 60 歲 / 有興趣人士

費用：會員 \$45（成人）/ \$80（小童）

內容：又到遠足的好季節，是次除了帶大家觀賞清水灣的藍天碧海外，還會順道到西貢三尖之一的釣魚翁走一走，欣賞難得一見的海天一色，必能令你心曠神怡。

備註：1. 費用只包去程車費

2. 中心集合，寶林鐵路站解散。

3. 飲食自備。

4. 難度屬三星。

負責人：陳志冠

TF1002 坪洲一天遊

日期：2/11/2014（日）

時間：8:20am — 4:00pm

地點：坪洲

對象：3-60 歲

費用：\$30（會員）/ \$65（非會員）

內容：坪洲當地民風純樸，不會有吵鬧的感覺，坪洲島周邊風光，多是沒有人工修飾的景象，在現今的香港已很難找到這種小島風情了。坪洲島上最高的手指山，正是俯瞰區內市集的好地方。永安街是坪洲島上的中心，也是商業區的所在，街道上的茶餐廳、雜貨店等，有時間可租單車遊覽大小街道，看看昔日舊街風貌，認識一個天然生態及寧靜的小島。

備註：1. 午膳自費

2. 此計劃由「離島遊計劃 2014-15」提供免費船票

3. 13 歲以下或 70 歲以上必需有成人陪同參加

負責人：李慧嫻

TF1003 文化與美食博物館一天遊

日期：9/11/2014（日）

時間：9:30am — 4:30pm

地點：香港文化博物館及稻香飲食文化博物館

對象：家庭成員

費用：\$50（會員）/ \$75（非會員）

內容：1. 暢遊香港文化博物館，自由參觀 12 個場內展館，豐富對文化的認識。

2. 中文大學校園內自費午膳，順道參觀校園景色。

3. 參觀稻香飲食文化博物館，領略及體驗飲食文化的特色和趣味。

備註：1. 費用包括旅遊車接送；

2. 參加者可以自費在中文大學用膳。

負責人：施志偉

TF1004 地質考察知多 D

日期：16/11/2014（日）

時間：9:30am — 4:30pm

地點：西貢蕉坑獅子會自然教育中心、西貢市中心、西貢海濱公園「火山探知館」及「西貢地質文化資訊中心」、橋咀島。

對象：4-59 歲社區人士、親子家庭

費用：（會員）\$110 成人、\$100 小童（12 歲或以下）

（非會員）\$145 成人、\$135 小童（12 歲或以下）

內容：在城市生活中，我們沒有多大機會去認識及探索大自然的奧秘，香港雖然是彈丸之地，但郊野公園處處，因此近年香港政府銳意宣傳香港的地質公園特色，鼓勵市民認識及探索，並推動環境保育工作。是次活動並會有認可地質導賞員與我們參觀西貢蕉坑獅子會自然教育中心，中午在西貢市中心午膳後會參觀「火山探知館」及「西貢地質文化資訊中心」，在認識了一些圖片及文字資訊後，下午會乘船往橋咀島實地考察，大家快來參加這個通識教育之旅吧！

備註：1. 活動費用包括車費、導賞費用、船費，不包午餐，參加者可於西貢市中心自由午膳。

2. 參加者請穿著輕便服裝、自備乘涼用品、足夠食水。

3. 12 歲或以下兒童必需有成人陪同參與活動。

負責人：區碧華



TF1005 親子絲印工作坊

日期：22/11、29/11/2014（六）（2次）

時間：2:30 — 4:00pm 地點：本中心

對象：59歲以下社區人士（1位家長及1-2位小朋友）

費用：\$100（會員）/ \$130（非會員）大小同價

內容：近年大行其道的D.I.Y.手作，大人小朋友均可以發揮自己的創意，創作自己心愛圖案的布袋。同時可以學習創作絲網圖案模、上色、以及印製布袋過程的樂趣。

備註：費用包括2個布袋及2個絲網模

負責人：李芷欣

TF1006 羗山大澳自由行

日期：23/11/2014（日）

時間：8:00am — 4:00pm 地點：羗山郊遊徑、大澳

對象：有興趣人士（15-60歲）

費用：\$20（會員）/ \$55（非會員）

內容：羗山郊遊徑起步點鄰近狗嶺涌營地，營地不但擁有水清沙幼的海灣，兼有小橋流水，林蔭處處。而嶼南界碑則屹立於狗嶺涌60米高的山坡上，三面臨海，視野寬闊。根據漁農自然護理署資料，界碑源於1898年6月9日，中英政府簽訂了《中英展拓香港界址專條》，其後由英軍在1902年豎立，作為勘界之用。想看看美麗的山海之境及界碑古蹟，就請快些報名。

備註：1. 費用只包去程車船費（船費由運輸署離島遊計劃資助）。

2. 中環往梅窩碼頭集合，東涌解散。

3. 將乘搭上午8:30船往梅窩，因辦理乘船手續需時，切勿遲到，逾時不候。

4. 飲食自備。

5. 難度屬三星。

負責人：陳志冠

TF1007 親子結伴齊歷奇

日期：23/11/2014（日）

時間：1:00 — 6:00pm

地點：灣仔「聖雅各福群會」歷奇活動中心

對象：親子（子女需為6歲或以上）

費用：\$5（會員）/ \$40（非會員）（大小同價）

內容：每次見到小朋友玩「歷奇」都好羨慕？親子歷奇你又試過未？今次家長你哋都可以一齊參與啦！既好玩又有挑戰性的活動你又點可以錯過呢！快啲同小朋友一齊報名啦！

備註：1. 活動包來回車費及活動費，不包膳食，請於集合前先完成午膳

2. 請自備食水、晴雨天用具、穿著輕便衣物

負責人：麥小華



TF1008 愛心曲奇多樂趣

日期：28/11/2014（五）

時間：7:30 — 9:30pm

地點：中心活動室

對象：親子：1大1小（子女須為6-12歲）（大小同價，按人頭收費）

費用：\$30（會員）/ \$65（非會員）

內容：大家一齊做曲奇餅，加D牛油加D糖，加D麵粉加D奶，放進焗爐，好快有得食啦。有興趣的家長及小朋友，快快報名參加，學吓先！

備註：1. 費用包括所有材料費

2. 自備食物盒及圍裙

負責人：梁杏英



TF1009 我愛大自然——小灘

日期：2/11/2014（日）

時間：8:00am — 2:30pm

地點：小灘

對象：8- 60 歲或以上社區人士（12 歲以下需有成人陪同）

費用：\$55（會員）/ \$90（非會員）（大小同價）

內容：秋高氣爽的秋天，沒理由留在家中吧！和我們一起行山欣賞郊外美景吧！小灘位於新界東北部，老虎石頂以東，牛屎湖山之西北方，是一荒廢村落，但風景實在不錯。路線：由烏蛟騰出發，經三桠灣至小灘，沿路折返，需時約 3.5 至 4 小時。難度屬兩星半。

備註：1. 穿著運動服裝。

2. 自備糧水。

3. 做足防曬措施。

負責人：王培明

TF1010 健康專題講座暨體檢日

日期：6/12/2014（星期六）

時間：2:30 — 5:00pm

地點：本中心二樓禮堂

對象：區內家庭成員

內容：講座：預防病媒傳播的疾病

身體檢查：量血壓、心跳率、脂肪百份比及基礎代謝率

參加者均可獲贈清潔包乙份

收費：免費

* 活動由油尖旺健康城市執行委員會主辦

TF1011 小鴨仔去大澳大冒險 @ 親子同行篇

日期：7/12/2014（日） 時間：9:00am — 6:00pm

地點：大澳（安徒生會大澳中心及大澳漁村）

對象：親子家庭（家中有 3-12 歲子女）

費用：\$220（會員）/ \$255（非會員） 大小同價

故事主人翁：醜小鴨

活動故事背景：醜小鴨因樣子醜陋，動物仔都唔鍾意佢，唔同佢玩呀！佢好傷心咁一路行，途中遇到一個長了翅膀既小男孩，原來小男孩係神仙伯伯既徒弟！佢仲教識左醜小鴨一個可以變得俊俏既方法！
小男孩悄悄地告訴醜小鴨：「只要你去大澳呢個地方，完成我給你的任務，你便可以變成一隻靚靚的小鴨，放心，我會找一班小動物協助你達成任務，陪伴你一起遊歷。」



內容：讓家長們及孩子們化身為故事人物，齊齊伴著醜小鴨去大澳，觀察棚屋居民的生活習性及環境，了解如何節約能源，到「橫坑」尋找紅樹林區的水筆仔及老鼠勒，認識大澳火燒棚屋時的遺址及新基橋的由來，在棚屋品嚐大澳漁村風味午餐，親身體驗製作鹹蛋，遊河涌觀看中華白海豚以了解保護環境的重要性，親子齊齊完成拯救醜小鴨行動。

備註：1. 大小同價，費用包括由中心來回大澳交通費、導賞活動費、材料費及棚屋風味午餐。

2. 自備水、晴雨工具及防蚊用品。

負責人：譚安琪



TF1012 「童心友愛・成就共享」計劃之「童FUN嘉年華」

日期：21/12/2014（日）

時間：2:00 — 5:00pm

地點：大角咀埃華街休憩公園

對象：社區人士

費用：免費

內容：「童心友愛・成就共享」計劃是由一群中心的青年義工帶領一群來自小四至中一的青苗義工，以「師友」同行形式，帶領孩子建立正向思維、提升抗逆力、解難能力和對社區的關懷心，從而推動孩子繼續投入義工服務，教與學相長的活動。計劃來到第八個單元，誠邀大家來到我們的嘉年華會，與我們一同分享活動成果，有您的支持和認同，會讓我們更有力量將社區關懷一直延續下去！

備註：1. 有興趣人士可於 2014 年 11 月 1 日開始，到本中心地下詢問處索取活動門券。

2. 門券先到先得，送完即止。

負責人：李芷欣、李麗萍、麥小華



TF1013 野趣童真

日期：21/12/2014（日）

時間：：9:00am — 4:00pm

地點：元朗錦田音樂農莊

對象：3 - 59 歲 / 親子（子女需為 3 歲或以上）

費用：\$160（會員）大小同價 / \$195（非會員）大小同價

內容：透過各種大自然生態環境有直接關餘的遊戲及手工藝製作，例如跳竹舞、搭草屋、金魚編織、草風車編織、彩石畫等等，還可以一起煨蕃薯，讓大家重新接觸大自然的一草一木，返璞歸真，重拾童真。

備註：1. 費用包括入場費、膳食費及車費

2. 活動由音樂農莊導師協助帶領

3. 如欲與未滿 3 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：劉鈺瑩

TF1014 迎接 2015 愛無限聯歡大派對

日期：27/12/2014（六）

時間：3:00 — 5:00pm

地點：中心禮堂

對象：綜援及低收入家庭的親子（子女就讀幼稚園或小學）

費用：免費

內容：聖誕及新年假期，家長與小朋友打算過一個盡興的一天嗎？中心為大家預備了一個老少咸宜的聖誕暨新年聯歡大派對，歡迎家長連同子女一同參加！屆時有表演、遊戲，還可以贏取獎品！快快一齊報名啦！

備註：1. 低收入家庭包括：符合公屋申請資格或獲學生資助全額或半額的家庭，報名時出示有關文件，或向負責職員查詢

2. 活動與「愛無限義工隊」合辦

負責人：林啟銘



TF1015 冬日樂活行——齊登獅子山

日期：28/12/2014（日）

時間：9:00am — 3:00pm

地點：（路線）獅子山郊野公園>獅子山>沙田坳道>黃大仙

對象：16-59 歲

費用：\$30（會員） / \$85（非會員）

內容：橫看成嶺側成峰，遠近高低各不同……趁一年將盡之時，齊登上海拔高 495 米的獅子山，山頂處可飽覽整個九龍半島，實為理想不過了！是次路程由獅子山公園起步，登上九龍坳上的回歸亭，再登獅子山頭至山背，經沙田坳道至黃大仙離開。

備註：1. 適宜具行山經驗人士參加，路程難度屬 3 星（5 星為最艱辛），步行約 3-4 小時。

2. 費用只包去程旅遊巴士；中心集合，黃大仙解散。

3. 自備糧水、晴雨天用品。

負責人：陳美寶



TF1016 親親孩子歷奇日營

日期：28/12/2014 (日)

時間：8:00am — 5:00pm

地點：保良局北潭涌渡假營

對象：親子家庭 (子女必須 5-14 歲)

費用：成人 \$40 / 兒童 \$20 (會員) / 成人 \$75 / 兒童 \$55 (非會員)

內容：6A 品格教育中 4A 是「親密時間」，愛的城堡是由「時間」建構而成的，你的孩子多麼渴望你們的陪伴。現在就讓父母及子女放下工作與功課、放下電子產品、放下城市的煩擾，在環境優美的郊外，與孩子享受共聚的時間，挽著他們的小手、凝望他們的眼神、接觸他們的心靈，透過親子歷奇活動，一家人攜手建立一天親密又美好的時光！

備註：1. 請自備食水、防蚊、防曬及雨具

2. 必須穿著輕便衣服及運動鞋

負責人：譚安琪

TF1017 笑出正能量

透過「笑瑜伽」練習，令你學習「笑」的功力，重拾久違的歡笑聲。

日期：2014 年 10 月 10、24 日

11 月 14、28 日

12 月 5、12 日 (星期五) (6 堂)

時間：上午 11:00- 中午 12:00

地點：本中心活動室

對象：社區人士 (18 歲以上)

收費：免費

內容：「笑瑜伽」已在全球迅速興起，為不少情緒低落的人帶來快樂之法。

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

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」。

- 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
- 日期、時間及地點按需要彈性安排
- 諮詢服務時間約為 15 分鐘
- 費用全免

備註：欲使用服務之人士可致電中心向社工陳志冠先生登記。

FS1001 「健康『攻』房」小組 (10至12月)

日期：小組聚會日期：11/10、8/11、20/12/2014 (六) 共3次

時間：(11/10) 1:00 — 6:00pm 親子歷奇活動
(8/11、20/12/14) 2:30 — 4:00pm (例會)

地點：本中心活動室及聖雅各福群會

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：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

FS1002A, FS1002B 跳出我天地 (10月至12月份班)

日期：10月班 (FS1002A) 3/10、10/10、17/10、24/10、31/10/2014 (五) 共5堂

11至12月班 (FS1002B) 7/11、14/11、21/11、28/11、5/12、12/12、19/12/2014 (五) 共7堂

時間：2:15 — 3:15pm

地點：本中心活動室

對象：單親家長

費用：10月班：\$50 / 11至12月班：\$70

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

FS1003 生活・藝術・身心樂 @ 工作坊

對象：單親家長

目的：單親家長在照顧孩子、自己及生活上常感到身心疲乏，透過工作坊讓單親家長從藝術走入生活、從創作點綴身心、從成功增強自信、從友情強化網絡、讓生活藝術化，藝術生活化！藝術不是高不可攀，更不是束之高閣的東西，只要打開心靈它無處不在，讓大家用心地去感受！

日期：10月：8/10、15/10、22/10、29/10

11月：5/11、12/11、19/11、26/11/2014

時間：上午 10:00 — 中午 12:00

地點：市建一站通 (大角咀福全街6號)

負責人：譚姑娘

課程內容：生活皮革創作及生活手工藝

贊助及協辦單位：「市區重建局」市建一站通



FS1004 愛家補一補講座系列之 「有效的家長管教模式」



日期：21/11/2014（五）

時間：8:00 — 9:45pm

地點：本中心

對象：家長及有興趣人士

費用：免費

內容：1. 協助家長了解自己的管教模式，並透過了解不同的管教模式對子女在各方面的正負面影響，以協助子女的身心靈發展。

嘉賓講者：張燕玲小姐（現任「靈躍計劃」首席輔導心理學家），她具備豐富的臨床經驗，尤擅於處理各種家庭、婚姻、親子衝突及溝通等，她亦是親子專欄作家，為晴報和 Jessica Family 的「心」活百態專欄執筆撰寫文章。

備註：活動附設託管服務，請於報名時向詢問處登記子女姓名、年齡。

負責人：譚安琪

FS1005 家長每月茶聚

日期：29/10、26/11、17/12/2014（三）共 3 堂

時間：10:00 — 11:30am

地點：本中心活動室

對象：家長

費用：免費

內容：天下父母都希望兒女安全快樂，但在這重視「學業」、「如何贏在起跑線」等等壓力下，往往對子女製造了無形的壓力，甚至破壞了父母與子女之間的關係，到了青少年時發生更多衝突……，如果你想學習如何與孩子溝通、明白孩子多一點，歡迎你參加「家長每月茶聚」，彼此分享教育孩子的心得，彼此支持、彼此鼓勵！

備註：1. 有興趣的家長可於中心地下詢問處登記，負責職員將稍後聯絡；
2. 有興趣的家長必須出席以上三次的茶聚（因配合活動設計的連貫性）

負責人：譚安琪（社工及 6A 品格認可證導師）

FS1006 6A 品格教育家長學堂—工作坊（6 課）第十四期

日期：13/11、20/11、27/11、4/12、11/12、18/12/2014（四）（6 堂）

時間：10:00am — 12:00nn

地點：本中心

對象：家長

費用：\$100（會員）/ \$135（非會員）/ \$50（綜援及低收入家庭）

內容：1. 與孩子建立健康及親密關係的原則
2. 如何建立孩子的自我形象及增加他們的安全感
3. 「愛」對孩子的意義及正確使用愛的語言
4. 如何處理與孩子的衝突及建立孩子的責任感
5. 檢視自己的「管教」模式及學習 6A 教育模式

備註：報名時請取一份前測表，於第一堂交給譚姑娘

負責人：譚安琪（社工及 6A 品格認可證導師）



「6A 家長同學會」工作坊：「夫妻關係與子女心理發展」家長工作坊

14FS1007A (A組：子女為 5-11 歲的家長)
 14FS1007B (B組：子女為 12 歲以上的家長)
 日期：30/9、7/10、14/10、21/10/2014 (二) (4 堂)
 時間：10:00am — 12:00nn 地點：本中心
 對象：已完成「6A 品格家長教育」工作坊的家長學員
 費用：免費



目標：協助家長了解夫妻關係對子女心理關係的影響，並學習從建立融洽夫婦關係中，建立有效的身教。

- 內容：
1. 協助家長了解自身的夫妻關係及家庭的相處模式
 2. 讓家長了解自己於家庭的角色及親子管教的方法
 3. 從發展心理學的角度，淺談子女在其成長階段心理和社會方面的需要及問題
 4. 讓家長學習有效的溝通技巧

導師：「靈躍計劃」輔導心理學家，包括林少聰小姐及鄭雅心小姐
 負責人：譚安琪

FS1008 家長管教規條檢視小組第六期

日期：7/10、14/10、21/10、28/10/2014 (逢星期二) (4 次)
 時間：10:15 — 11:45am 地點：本中心
 對象：父母 費用：\$10 (會員) / \$45 (非會員)
 內容：為令孩子有「好」的發展，我們經常會要求子女遵從我們的訓示和教導，但偏偏很多時他們並不理解和不肯聽從，甚至因此令親子關係變差。究竟我們要求孩子聽從的「規條」，是怎樣形成的？背後又隱藏著什麼價值或道德觀？而當中又是否全都是孩子所需要的？讓我們藉檢視「家庭規條」及「父母信念」，來改善我們的親子關係。
 負責人：陳志冠

FS1009 故事爸媽「兒童啟蒙老師」家長訓練計劃 (第四期)

日期：1/11、8/11/2014 (六) (2 節)
 時間：10:00am — 12:00nn 地點：320 室
 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成為「故事爸媽天地」會員及合資格享用本中心的「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

FS1010 故事爸媽天地之「書包圖書館」

地點：本中心

費用：免費

內容：書包內的圖書全是色彩艷麗的繪本（繪本指合 0-12 歲兒童閱讀）。

書包借用須知：

1. 必須成為中心會員及出示會員證
2. 首次借用必須先參加「故事爸媽「兒童啟蒙老師」家長訓練工作坊」，完成後兩個工作天方可外借
3. 每個家庭限借「書包圖書」一個，為期 14 天；續借只限一次，每次限期 14 天。
4. 逾期罰款：每天一元港幣
5. 若遺失損壞圖書，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

NCR1001 SA Kids Group

Date : 6/10 — 23/12/2014

(Every Mon, Tues, Thur, except school holidays)

Time : 7:00 — 8:30pm

Venue : Room 320

Target : South Asian K3 to Primary Students

Fee : Free

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

NCR1002 SA Secondary Group

Date : 6/10 — 23/12/2014

(Every Mon, Tues, Thur, except school holidays)

Time : 7:00 — 8:30pm

Venue : Room 430

Target : South Asian Secondary Students

Fee : Free

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

NCR1003 Women Force

Date : 15/10 — 17/12/2014 (Wednesday)

Time : 2:00 — 3:30pm

Venue : Room 230

Target : South Asian Women

Fee : Free

Content : * Beauty Tips

* Health Talk

* Cooking Class

* Common Knowledge in Daily Life

Responsible Staff : Tina

S1001 課餘託管服務

日期：3/10-31/12/2014（星期一至六）

地點：學託五樓

時間：3:15 — 7:30pm（星期一至五）、8:30am — 6:30pm（星期六）

對象：就讀小一至小五

費用：\$1,000（會員）

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。本服務特設有放學接返中心，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，正常放學時間，收費每月 \$250。

負責人：李慧嫻 / 吳麗娥

S1002 緊急暫託服務

日期：4/10-27/12/2014（星期六）

時間：8:30am - 6:30pm

地點：學託五樓

對象：就讀小一至小五

費用：會員（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

S1003 親親家長同樂日

日期：19/10/2014（星期日）

時間：8:45am — 4:30pm

地點：南丫島

對象：學託學童及其家屬

費用：學託學童 \$10、家屬 \$30

內容：早上一家大細步行上山遠眺整個沙丘，到名勝古蹟風力發電，俯瞰整個南丫島，探究南丫島的歷史，增進親子關係，有個愉快週日。

備註：1. 此計劃由「離島遊計劃 2014-15」提供免費船票

2. 午膳自費

負責人：李慧嫻

W1001 簡易瑜伽伸展班

日期：3/10-19/12/2014（五）（12次）

時間：11:20am — 12:20nn 地點：本中心 230 室

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. 活動適合初學者及較年長之婦女參加。

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

W1002 婦女瑜伽基本功 @ 週五班

日期：3/10-19/12/2014（星期五）（12次）

時間：10:15 — 11:15am

地點：本中心 230 室

對象：65 歲或以下之婦女

費用：\$300（會員）/ \$335（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. 請自備瑜伽墊或大毛巾上課。

負責人：區碧華

W1003 婦女瑜伽基本功 @ 週二班

日期：14/10-16/12/2014（星期二 / 公眾假期除外）（10次）

時間：9:00 — 10:00am

地點：本中心二樓禮堂（禮台）

對象：65 歲或以下之婦女

費用：\$250（會員）/ \$285（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. 活動適合曾學習本中心舉辦之〈婦女瑜伽基本功 @ 初班或週五班〉的學員參加。

2. 由於大角咀體館於 10/2014-3/2015 進行場地維修，故活動改在中心二樓禮堂之禮台進行。

3. 學員請自備瑜伽蓆或大毛巾上課。

4. 由於場地能容納名額有限，學員只可選週二班或週三班上課，敬請體諒。

負責人：區碧華

W1004 婦女瑜伽基本功 @ 週三班

日期：15/10-17/10/2014（星期三 / 公眾假期除外）（10 次）

時間：9:00 — 10:00am 地點：本中心二樓禮堂（禮台）

對象：65 歲或以下之婦女 費用：\$250（會員）/ \$285（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. 活動適合曾學習本中心舉辦之〈婦女瑜伽基本功 @ 初班或週五班〉的學員參加。
2. 由於大角咀體館於 10/2014-3/2015 進行場地維修，故活動改在本中心二樓禮堂之禮台進行。
3. 學員請自備瑜伽蓆或大毛巾上課。
4. 由於場地能容納名額有限，學員只可選週二班或週三班上課，敬請體諒。

負責人：區碧華

W1005 「羽」你同樂

日期：4/11 - 30/12/2014（逢二）（9 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. 參加者自由出席及輪流參與
2. 中心提供羽毛球拍及羽毛球予參加者使用

負責人：陳美寶

W1006 舞出新姿—初班

日期：8/10-31/12/2014（逢星期三）（13 次） 時間：10:00 — 11:30am

地點：中心 2 樓禮堂（待定）10 月 18 日：大角咀體育館（6 樓 3 號活動室）

對象：65 歲或以下婦女 費用：\$260（會員）/ \$295（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

W1007 舞出新姿 (A) / (B) W707 (A 班) , W708 (B 班)

日期：(A 班) 7/10-30/12/2014（逢星期二）（13 次）

(B 班) 9/10-18/12/2014（逢星期四）（11 次）

時間：10:00 — 11:30am

地點：中心 2 樓禮堂 對象：65 歲或以下婦女

費用：(A 班) \$260（會員）/ \$295（非會員）

(B 班) \$220（會員）/ \$255（非會員）

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：參加者宜對跳舞有基本認識

負責人：陳美寶

W1008 「魔力橋」自務小組

日期：每月星期二（10-12/2014）（逢星期三 / 公眾假期暫停）13 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）/ \$10（非會員）每日

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：參加者須每月報名

負責人：區碧華

W1009 義工藝製作室

日期：10-12/2014（逢四）（11 次） 時間：2:30 — 4:00pm

地點：本中心 320 室

對象：65 歲或以下之婦女

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

W1010 婦女生活茶座

日期：27/10、24/11、29/12/2014（一）（3 次）

時間：10:00 — 11:15am

地點：本中心

對象：65 歲或以下之婦女

費用：免費（會員）/ \$35（非會員）

內容：婦女在社會上擔當一個非常重要的角色，承受各方面的壓力。「婦女生活茶座」是讓婦女互相分享減壓方法的平台，以及發揮互相幫助的精神，從而建立支援網絡。讓婦女擴大生活圈子，減輕家庭、照顧子女及事業所帶來各式各樣的壓力。我們將會每月聚會一次，給予婦女空間，並且在過程中充一充電，重新在自己的生活中努力。10 月專題為「齊學魔力橋」、11 月專題為「延伸運動齊齊做」、12 月專題為「自製環保小手工」。

備註：1. 請留意日後宣傳之海報及單張。

2. 參加者可分別報名每月的茶座，或 1 次報 3 個月的茶座。

3. 部份專題將會邀請義務導師協助推行。

負責人：區碧華

W1011 推拿按摩工作坊

日期：17/11-22/12/2014（一）（6次）

時間：9:30—11:00am

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：教學著重理論與實踐的相互配合，互相推拿練習，內容包括：

1. 人體生理結構簡介
2. 肩頸背、手肘、腰、膝部推拿理論
3. 手法臨床實習
4. 安全有效的姿勢要求
5. 推拿禁忌

備註：1. 活動由義務導師（蔡姑娘）教授，她具備「耳穴自然療法治療師」的資歷。

2. 費用包括筆記。

負責人：區碧華

W1012 「耳穴療法」工作坊（下午班）

日期：17/11-22/12/2014（一）（6次）

時間：1:30—3:00pm

地點：本中心

對象：65歲或以下之婦女

費用：\$50（會員）/ \$85（非會員）

內容：耳穴可以治療失眠、身體痛症、減肥、婦科等問題，此活動將會與參加者認識及學習「耳穴療法」，認識奇妙的耳朵，並了解它的功能及穴位，從而對自己的身體有更多的認識及掌握！暫定首五節為學習環節，第六節為實習課（對象為長者）。

備註：1. 活動由義務導師（蔡姑娘）教授，她具備「耳穴自然療法治療師」的資歷。

2. 費用包括筆記。

負責人：區碧華

W1013 韓國有氧操 x Funky Dance（體驗篇）

日期：17/10/2014（五）

時間：7:30—8:30pm

地點：本中心

對象：59歲以下婦女

費用：免費（會員）/ \$35（非會員）

內容：韓國有氧操相信係不少女士都有在家嘗試過，能夠不需在戶外活動，在家便能輕鬆做運動。除此之外，透過簡單的舞步及輕快的音樂節奏，不但針對收緊身體不同的部位，而且是很大的有氧運動，能有效提高心肺功能，消耗卡路里，改善身體的線條。是次為體驗課程，免費參加，名額有限，先到先得！

負責人：李芷欣



W1014 韓國有氧操 α Funky Dance (正式篇)

日期：12/12、19/12/2014 (五) (2次)

時間：7:30 — 8:30pm

地點：本中心

對象：59歲以下婦女

費用：\$85 (會員) / \$120 (非會員)

內容：韓國有氧操相信係不少女士都有在家嘗試過，能夠不需在戶外活動，在家便能輕鬆做運動。除此之外，透過簡單的舞步及輕快的音樂節奏，不但針對收緊身體不同的部位，而且是很大的有氧運動，能有效提高心肺功能，消耗卡路里，改善身體的線條。

負責人：李芷欣

W1015 婦女健康檢查日

日期：14/12/2014 (日) 暫定

時間：2:30 — 4:00pm

地點：本中心

對象：65歲或以下之婦女

費用：免費 (會員 / 非會員)

內容：「年年驗身，令你放心」！定期的身體檢查可預防婦女疾病，這顯淺的道理所有人都知道，但知易行難，不少人也因各種原因而未有實踐定期身體檢查的習慣。我們透過是次講座，嘗試與大家尋找一個解決方法，去建立正確觀念及實踐之外，也會透過此活動讓參加者進行相關的身體檢查。

負責人：區碧華

妳有得「簡」系列

W1016 妳有得「簡」系列——惜食識活

日期：28/10/2014 (二)

時間：9:00 — 11:30am

地點：惜食堂

對象：59歲以下婦女

費用：免費 (會員) / \$35 (非會員)

內容：「咪做大咗鬼 惜食為香港」呢句廣告口號，相信好多人都聽過，你又知唔知香港剩食的狀況有幾嚴重？香港人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，齊齊為「惜食」活動出一分力！

負責人：李芷欣

W1017 妳有得「簡」系列——換物派對

日期：15/11/2014 (六)

時間：3:00 — 4:30pm

地點：本中心

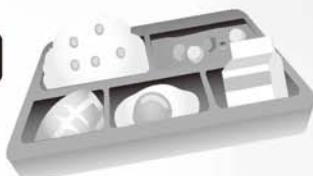
對象：59歲以下婦女

費用：免費 (會員) / \$35 (非會員)

內容：換物派對又再次舉行，鼓勵參加者將家中不再用的物品，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8/11/2014前到中心詢問處報名

負責人：陳美寶



W1018 妳有得「簡」系列——環保飲用酵素

日期：24/11/2014（一）

時間：7:30 — 9:00pm

地點：中心

對象：59 歲以下婦女

費用：\$45（會員）/ \$80（非會員）

內容：酵素（enzyme），學名“酶”，是一種具有催化能力和控制身體代謝的蛋白質，仰賴酵素的作用，才能完整地維持身體的平衡性和穩定性。是次製作可飲用的酵素，不但能夠增加蔬果食材的酵素水平，也能使食物中的維他命、礦物質和精華更容易被人體吸收，達到更好的效益。

備註：1. 費用包括製作材料

2. 需帶備 1 玻璃瓶作容器

負責人：李芷欣

W1019 妳有得「簡」系列——綠「惜」生活

日期：3、10、17/12/2014（逢三）

時間：2:30 — 4:00pm

地點：本中心活動室

對象：59 歲以下婦女

費用：免費（會員）/ \$35（非會員）

內容：今時今日，你應該對綠色生活已經不再陌生，但在日常生活中，又可以如何實踐呢？知易行難，除於生活中認識不同的綠色資訊外，關心綠色生活的你，歡迎你參加這次一連四次的活動，大家可以，一起分享及認識不同的綠色議題，從地球資源、生態、以至於生活中衣食住行等，例如基因食物標籤、家居廢物徵費等政策問題，另外更可以一起製作環保手工 DIY，而最後一次作戶外參觀或生態呢！

備註：1. 戶外活動日期及地點將於小組內一起商議後訂定。

2. 參加者需自備戶外活動的舟車費。

負責人：陳美寶

W1020 妳有得「簡」系列——環保小 tips 講座

日期：12/12/2014（五）

時間：10:30am — 12:30pm

地點：本中心

對象：59 歲以下婦女

費用：\$20（會員）/ \$40（非會員）

內容：相信不少婦女都有參加過中心的環保 DIY 課程，我們希望再進一步加強大家的環保概念，特意舉辦是次環保小 tips 講座，內容包括環保小 tips 簡介，家居清潔小 tips 及環保小實驗。

備註：費用包括小實驗工具

負責人：李芷欣

W1021 「婦女 IT 計劃」之 Cyber 圖書館

日期：10-12/2014（逢五 / 公眾假期除外）（12 次）

時間：10:30 — 11:30am

地點：本中心 360 室（電腦室）

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

W1022 家庭電腦「網絡」遊蹤

日期：17/11、24/11/2014（星期一）（2 次）

時間：2:30 — 4:00pm

地點：本中心電腦室

對象：59 歲或以下婦女

費用：\$30（會員）/ \$55（非會員）

內容：今天身處網絡時代，可利用互聯網搜尋與生活息息相關的資訊，令生活變得更輕鬆。課堂內教授如何利用網上有用的資訊網站，如地圖、交通、語文翻譯、吃喝玩樂等網站介紹，透過示範及練習，讓婦女掌握網絡的日常應用。

備註：參加者須對互聯網及電腦操作有基本認識

負責人：陳美寶

W1023 婦女中文倉頡輸入法班

日期：13/11-18/12/2014（逢星期一及四）暫定（11 次）

時間：9:15 — 11:15am

地點：本中心電腦室

對象：59 歲或以下婦女

費用：\$40（會員）/ \$40（非會員）

內容：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。內容及大綱包括：「倉頡」輸入法簡介及正確的使用方法、輸入法的安裝和設定、基本文件存檔、倉頡取碼原則、拆字的原理及技巧、認識複雜字形的拆法、容易混淆的字形等。

備註：1. 此課程現正申請「勞工及福利局」的贊助，如成功開課，參加者必須有 80% 的出席率。

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. 有興趣之參加者請填寫報名表，經甄選後才交費。

5. 交費時需出示身份證。

6. 第一節課堂將會抽籤安排座位。

負責人：區碧華

NA1001 新來港兒童適應課程

日期：每季進行

時間：待定

地點：中心活動室及戶外

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：劉鈺瑩

NA1002 讀書樂——新來港學童功課輔導計劃

日期：10 月至 12 月（學校假期除外）逢星期一至五

時間：4:00 — 5:30pm

地點：本中心活動室

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：劉鈺瑩

NA1003 好好同學會

日期：18/10、22/11、13/12/2014（六）（3 次）

時間：3:30 — 5:00pm

地點：中心活動室

對象：來港不足三年的小學生

費用：免費

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：

10 月份：電影欣賞

11 月份：夢想飛揚

12 月份：關懷社區

負責人：劉鈺瑩

NA1004 「友情 TEEN 地」——新來港小學生義工組

日期：10/10、31/10 及 14/11/2014（五）（3 次）

時間：4:30 — 6:00pm

地點：本中心

對象：新來港小學生

費用：免費

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

負責人：劉鈺瑩

NA1005 「青新一族」——新來港中學生義工組

日期：3/10、24/10 及 21/11/2014（五）（3次）

時間：7:30 — 9:00pm

地點：本中心

對象：新來港中學生

費用：免費

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

負責人：劉鈺瑩

NA1006 「青蔥少年夢」——新來港中學生領袖訓練營

日期：11-12/10/2014（星期六及日）

時間：1:30pm — 翌日 2:30pm 地點：西貢白普理營

對象：12-18 歲來港不足三年之中學生 費用：\$15

內容：透過兩日一夜領袖訓練營，讓參加者認識及突破個人潛能，提升個人領導技巧能力及發揮團隊合作。

備註：1. 費用包括車費、營費、食物及訓練等所需物資。

2. 參加者需參加青蔥義工小組及社區服務活動。

3. 活動由民政事務處撥款贊助。

負責人：劉鈺瑩

NA1007 「青蔥少年夢」——新來港小學生領袖訓練營

日期：22-23/11/2014（星期六及日）

時間：1:30pm — 翌日 2:30pm 地點：西貢白普理營

對象：6-12 歲來港不足三年之小學生 費用：\$15

內容：透過兩日一夜領袖訓練營，讓參加者認識及突破個人潛能，提升個人領導技巧能力及發揮團隊合作。

備註：1. 費用包括車費、營費、食物及訓練等所需物資。

2. 參加者需參加青蔥義工小組及社區服務活動。

3. 活動由民政事務處撥款贊助。

負責人：劉鈺瑩

NA1008 「青蔥少年夢」野外露營訓練

日期：6-7/12/2014（星期六及日）

時間：1:00pm — 翌日 2:30pm

地點：創興水上活動中心

對象：6-18 歲來港不足三年之青少年

費用：\$15

內容：透過兩日一夜野外露營訓練營：學習搭建營幕、郊外烹飪、水陸訓練等，讓新來港學生學習團隊合作精神和提升個人照顧能力。

備註：1. 費用包括車費、營費、食物及訓練等所需物資。

2. 活動由民政事務處撥款贊助。

負責人：施志偉

NA1009 新來港職青會

日期：18/10、15/11 及 20/12/2014（六）（3次）

時間：10:00 — 11:30am

地點：中心

對象：在職新來港青年

費用：免費

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

NA1010 「開心一聚」——新來港婦女小組

日期：8/10、5/11、3/12/2014（三）（3次）

時間：9:30 — 11:00am

地點：本中心三樓 320 室

對象：來港不足三年的婦女

費用：免費

內容：每個人都有自己的興趣，也擁有不同的技能，我煮得一手佳餚，你擅長手工，她是孩子的好知己……我們可以開心一聚，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：劉鈺瑩、王培明

NA1011 開心好友同樂行

日期：第一次：22/10 城門水塘

第二次：17/12 石澳龍脊

時間：8:30am — 12:30pm

地點：城門水塘及石澳

對象：來港不足三年的婦女

費用：免費

內容：每逢雙月一次早上的行山遠足的活動，與新來港的婦女結伴同行，踏遍香港的郊外景色，認識香港之餘，也可以結交好友，更可以悠閒地吸收清新的空氣，強身健康，舒緩生活壓力。

備註：1. 交通費自備，穿著運動服裝

2. 自備糧水

3. 自備車資

負責人：王培明



NA1012 「健康樂聚」小組

日期：6/10、20/10、3/11、17/11、1/12、15/12/2014（一）（6次）

時間：10:00 — 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，也可以體健身體。

備註：歡迎介紹新來港婦女出席聚會

負責人：劉鈺瑩

NA1013 「開心義工組」——新來港婦女義工小組

日期：15/10、12/11、10/12/2014（三）（3次）

時間：9:30 — 11:00am

地點：本中心三樓 320 室

對象：來港不足三年的婦女

費用：免費

內容：「開心義工」為維繫和凝聚新來港婦女的小組，透過義工服務，關心及探訪社會有需要的群體，傳揚愛心，助人自助。

備註：歡迎介紹新來港婦女出席聚會

負責人：劉鈺瑩

NA1014 開心爹口會

日期：27/10、24/11 及 29/12/2014（一）（3次）

時間：8:15 — 9:45pm

地點：本中心三樓 320 室

對象：新來港家庭之父親

費用：免費

內容：分享新來港家庭爸爸的角色和生活壓力，掌握舒緩方法和鞏固家庭關係。

負責人：施志偉

NA1015 新來港人士歡迎會

日期：22/11/2014（六）

時間：8:00 — 9:30pm

地點：本中心活動室

對象：新來港人士

費用：免費

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。（例如：學生資助、教育資訊、公屋申請、醫療服務、勞工法例等）

負責人：施志偉

NA1016 彩虹日營——挪亞方舟之旅

日期：12/10/2014（日）

時間：9:30am — 4:30pm

地點：挪亞方舟

對象：來港不足三年之家庭

費用：\$15

內容：首個香港生態旅遊景點，集合旅遊、環境保護和濕地保育。訪客中心設有挪亞方舟為一個富有互動教育的場所，展出了生命的教育、多元智能發展和通識教育等題材，可以讓大小朋友在此愉快地學習。參觀展館包括：生命教育館、跨越奇園及珍愛地球館。

備註：1. 費用包括來回車費、入場費及午餐；

2. 活動由彩虹基金有限公司贊助。

負責人：施志偉

R1001 考考您

日期：1-12/2014

地點：中心閱讀室

對象：小學生

費用：免費

內容：哈囉你好！10至12月的「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

R1002 聽故事、講故事

日期：23、30/12/2014（二）（2次）

時間：11:00am — 12:30pm

地點：中心活動室

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：25-26/9/2014（星期四至五）

時間：2:00 — 9:45pm

A1001 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



A1002 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

A1003 素描班

日期：18/10/2014（六）（10 堂）

時間：2:00 - 3:15pm

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

A1004 兒童國畫班

日期：18/10/2014（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

A1005 兒童繪畫班

日期：18/10/2014（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，由淺入深地灌輸繪畫技巧，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



A1006 兒童英文畫班

日期：18/10/2014（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

A1007 兒童卡通漫畫班

日期：18/10/2014（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



L1001 兒童漢語班

日期：18/10/2014（六）（10 堂）

時間：9:30 - 10:30am

地點：本中心

對象：P.1 至 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

L1002 兒童漢語寫作班

日期：18/10/2014（六）（10 堂）

時間：10:40 — 11:40am

地點：本中心

對象：P.1 至 P.3

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

L1003 幼兒弟子規

日期：18/10/2014（六）（10 堂）

時間：11:50am — 12:50pm

地點：本中心

對象：3 至 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）

備註：講義費 \$30 於首堂繳交

查詢人：黃凱芯

L1004 珠心算班（初級第一期）

日期：19/10/2014（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



L1005 英文文法初班

日期：18/10/2014（六）（10 堂）

時間：9:30 — 10:30am

地點：本中心

對象：小一至小三（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

L1006 英文文法高班

日期：18/10/2014（六）（10 堂）

時間：11:50am — 12:50pm

地點：本中心

對象：小四至小六及曾習本中心英文文法班

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

L1007 Phonics 英文拼音初階

日期：18/10/2014（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

L1008 Phonics 英文拼音進階

日期：18/10/2014（六）（10 堂）

時間：1:00 - 2:00pm

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

P1001 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



P1002 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

P1003 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：本班由系東流空手道香港振武會黑帶五段教練任教，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

（所有黑帶證書經由日本系東流總部簽發及國際認可）

備註：教練可協助代購道袍

查詢人：何志明

P1004 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



P1005 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



P1006 兒童拉丁舞及標準舞班

日期：1/11/2014（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

AA1001 粵曲唱藝進階

日期：每月初開班（四）

時間：7:30 - 9:30pm

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

AL1001 成人英語拼音班

日期：20/10/2014（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

**AP1001（A 班）
AP1002（B 班） 健康運動太極訓練班**

日期：每月初開班（10 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

AP1003 社交舞初班

日期：8/10/2014（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

AP1004 社交舞中班

日期：8/10/2014（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

AP1005 瑜珈班

日期：16/12/2014（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



AT1001 皮革製作——拉鍊小收納包

日期：17/10/2014（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：本課程教授皮革裁切、手縫技巧、拉鍊和金屬零件安裝。小收納包會使用頭層羊皮製作，成品約 210x148mm，適合外出用膳，攜帶隨身物品或放置工具、文具、化妝品等等。

備註：1. 工具借用、金屬零件及皮料費 \$60，首堂交導師

2. 第一堂必須出席

查詢人：何志明



AT1002 魅力化妝時尚坊——日妝篇

日期：21/10/2014（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：本課程主要教授日間化妝的程序、修改眉型的技巧、掌握化妝品的認識和工具的運用，配合眼影顏色的配搭和塗胭脂的竅門，理論與實習並重，務求讓學員在完成課程後，能掌握化日妝的技巧。

備註：1. 材料費 \$100，首堂交導師

（包括 12 枝掃及乾濕粉卜各一及上堂用品）

2. 請自備頭箍

查詢人：何志明

AT1003 古法線面技巧班

日期：23/10/2014（四）

時間：10:00 - 11:30am

地點：本中心

對象：15 至 59 歲女性

費用：\$60（會員）/ \$140（非會員）

內容：本課程教授中國傳統民間美容手法：線面，如何利用一根線令面部又嫩又滑。透過課堂示範及學員的互相實習。

查詢人：何志明

AT1004 魅力化妝時尚班——新潮大眼妝

日期：6/11/2014（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：本課程主要教授繪畫新潮大眼妝的技巧，配合眼影的色調搭配，及配戴假眼睫毛的竅門，學員何透過示範，理論與實習並重，務求讓學員在完成課程後，能掌握化新潮大眼妝技巧。

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

查詢人：何志明

**AT1005 面部刮痧瘦面療法**

日期：27/11/2014（四）

時間：10:00 - 11:30am

地點：本中心

對象：15 至 59 歲女性

費用：\$60（會員）/ \$140（非會員）

內容：本課程主要教授利用牛骨梳及刮痧法手法進行瘦面療法；透過課堂示範及學員的實習，可即時提升面部輪廓、減少面部浮腫及去水腫，促進面部的血液循環，都有一定療效。

備註：1. 材料費 \$30，首堂交導師（包括刮痧板一塊及上堂用品）

2. 請自備頭箍

查詢人：何志明

G1001 慶威鳴響劇藝苑

日期：逢星期四

時間：8:00 — 9:45pm

地點：中心禮台

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

G1002 西九龍第 92 女童軍隊招募隊員

日期：逢星期六

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：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。

查詢人：吳麗娥

G1003 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。

查詢人：吳麗娥

G1004 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

G1005 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

G1006 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

G1007 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：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

G1008 童樂玩 Part II 義工大招募

日期：5/12、6/12、12/12、13/12/2014（星期五、六）（4次）

時間：5/12 及 12/12（星期五）7:30 — 9:00pm

6/12 及 13/12（星期六）2:30 — 4:00pm

地點：本中心

對象：15-59 歲社區人士

費用：免費

內容：繼上次【童樂玩】義工大招募成功後，今季再接再厲，希望吸納更多義工新力軍，無論你高矮肥瘦，做咩行業都好，義工呢份工肯定啱你做，除左可以幫到人外，仲可以令到自己有意想不到的得著呢！我地將會再次舉行義工訓練活動，讓大家去學習做義工的技巧。是次將會進行有 3 次工作坊，參加者必須出席兩次工作坊及 13/12 童樂玩 Part II—玩玩星期六。

備註：是次將會進行有 3 次工作坊，參加者必須出席兩次工作坊及 13/12 童樂玩 Part II—玩玩星期六。

負責人：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：31/10/2014（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：請往中心詢問處填妥義工登記表即可

負責人：區碧華

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。



牆壁上的咖啡

一日，我和朋友在洛杉磯一家有名的咖啡店閑坐，品嚐著咖啡。

這時進來一個人，坐在我們旁邊的那張桌子旁。他叫來服務生說：「兩杯咖啡，一杯貼牆上。」

他點咖啡的方式令人感到新奇，我們注意到只有一杯咖啡被端了上來，但他卻付了兩杯的錢。

他剛走，服務生就把一張紙貼在牆上，上面寫著：一杯咖啡。這時，又進來兩個人，點了三杯咖啡，兩杯放在桌子上，一杯貼在牆上。

他們喝了兩杯，但付了三杯的錢，然後離開了。

服務生又像剛才那樣在牆上貼了張紙，上面寫著：一杯咖啡。

似乎這種方式是這裏的常規，但卻令我們感到新奇和不解。不過由於事不關己，我們喝完咖啡，付了錢，就走了。

幾天後，我們又有機會去這家咖啡店。當我們正在享受咖啡時，進來一個人，此人的衣著與這家咖啡店的檔次和氛圍都極不協調，一看就是個窮人。他坐下來，看看牆上，然後說：「牆上的一杯咖啡。」

服務生以慣有的姿態恭敬地給他端上咖啡。那人喝完咖啡沒結賬就走了，我們驚奇地看著這一切，只見服務生從牆上揭下一張紙，扔進了紙簍。

此時，真相大白，當地居民對窮人的尊敬讓我們感動得熱淚盈眶。咖啡既不是社會的基本需要，也不是生活的必需品，但需要指出的是，當我們享受任何美好的東西時，也許我們都應該想到別人，有些人也喜歡這樣的東西，但卻無力支付。

再說說那位服務生，他在為那個窮人服務時一直都是面帶笑容。而那位窮人，他進來時，無須降低自己的尊嚴，討要一杯免費的咖啡，他只需看看牆上。

我們要記住那面牆！

人們提前買了咖啡，讓付不起的人享受溫暖。這善行開始於意大利那不勒斯(Naples)，現已傳遍全世界，就連香港，最近也有咖啡店參與類似善行。

文章來源：《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。



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

E	POSTAGE PAID HONG KONG	PERMIT NO. 6379
---	---------------------------	-----------------------

關懷互建·共融社區

