



旺角街坊會陳慶社會服務中心

2024年4-6月通訊

好慶誌



進修課程(p42-p49)

可即日報名

各項活動於2024年3月12日(二)

開始接受報名

溫馨提示: Whatsapp「群發訊息名單」功能已開始使用。
敬請將本中心號碼:5918 0024 儲存在個人通訊錄中,以接收中心訊息。



請將刊物廣泛傳閱,用後請放入回收箱,多謝支持環保。

中心網站

中心 Facebook 專頁

- p.1 – 各類服務開放時間
- p.2 – 會員知多 D
- p.3 – 會員商戶優惠
- p.4 – 活動及進修課程報名注意事項
- p.5 – 服務質素標準 (SQS)
- p.6 – 垃圾收費 MSW Charging

4-6 月份活動

- p.6-12 – 兒童及青少年活動 (TC)
- p.12-22 – 家庭及社區活動 (TF)
- p.23-28 – 家庭增值活動 (FS)
- p.29-32 – Non-Chinese Residents Programs(NCR)
- p.32-37 – 婦女活動 (W)
- p.37-39 – 新來港人士活動 (NA)
- p.40-41 – 閱讀室活動 (R)



p.42-49 – 1-3 月進修課程 (A/L/P/T/AP/AT)

- p.50 – 中心小組招募 (G)
- p.50-53 – 陳慶「義」Touch(V)
- p.53 – 服務使用者意見表



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)* 欖樹街入口*

星期一至五 上午十時至下午一時及下午二時至下午五時
星期六、日及公眾假期 休息

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

惡劣天氣中心活動安排



活動類別	活動類別			進修課程
	戶外活動	水上活動	室內活動	
暴雨/颶風警告	(活動舉行前兩小時內仍懸掛安排)			早上(1:00PM 或之前) 下午(1:00-6:00PM) 晚上(6:00-10:00PM)
黃色暴雨	✓	×	✓	✓ 註2
紅色暴雨	×	×	✓	✓ 註2
黑色暴雨	×	×	×	×
一號風球	✓	×	✓	✓ 註2
三號風球	×	×	✓	✓ 註2
八號風球	×	×	×	×
極端天氣情況訊號	×	×	×	×

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。
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。
3. 若早上 8:00、中午 12:00、下午 4:00 以後仍懸掛黑色暴雨、8 號風球或極端天氣情況訊號, 則該節的課程暫停。



石一燒

優惠內容： 凡惠顧大餐牌即可享 9 折
 電話： 5281 5420 (大角咀) 6299 8565 (九龍城)
 地址： 大角咀鐵樹街 10 號富多來新邨一期地下 13 號舖
 九龍城啟德道 55 號 AVA55 地下 6 號舖

回甘堂 (林仔涼茶)

優惠內容： 全單減 \$2
 電話： 2789 0111
 地址： 大角咀樺樹街 48 號地舖

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

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： 3586 1805
 門市地址： 大角咀道 38 號新九龍廣場 084 舖
 門市電話： 2390 9528

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)

KA'MI FLORIST 水禾橋花藝

優惠內容： 九折優惠
 祝賀花籃 (開張、週年、表演、喬遷)
 生果花籃 (過大禮、週年、開張)
 喜慶花束 (生日、畢業、升職、洗禮、問候)
 帛事花圈 (慰問)
 電話： 2739-1200 / 6519-8884
 地址： 九龍大角咀嘉善街 4 號地下

資格

個人會員：6 歲或以上 (年費 HK\$33)
 家庭會員：家庭直系親屬 (每個家庭年費 HK\$66)

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。
- 領取綜援人士、獲批在職家庭津貼家庭、學生資助辦事處「中、小學、幼稚園」全額資助家庭可豁免會員費，須於申請時出示有效文件；
 - 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。
- ★ 中心向各會員延續優惠，2024 至 2025 年度社區綜合服務部新做個人或家庭會員及續會均可繼續免收會員費一年。



申請手續

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 HK\$5)
4. 遵守中心規則
5. 愛惜中心地方及設施

會員通知

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。

會員退會

1. 會員可隨時自願退出會籍，只需致電或以書面通知中心職員，唯已繳交之會員費恕不退還。
2. 如會員會籍到期後沒有辦理續會手續，則當自願退出會籍。



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。

* 上述資料僅作參考，商戶可保留優惠最後決定權 *

- 報名辦法：請攜同會員証及所需費用，以現金或支票親臨本中心報名即可。如以支票報名，請留意以下事項：
 - ▶ 請於劃線支票抬頭寫上「旺角街坊會陳慶社會服務中心」
 - ▶ 請於支票背面清楚填上姓名、聯絡電話、會員証號碼及活動 / 課程編號
 - ▶ 本中心恕不接受「期票」報名
 活動舉辦前 3 個工作天停止接受支票報名（進修課程除外）。
- 報名時請出示會員証，否則當作非會員收費處理。
- 凡已繳費報名，如參加者因個人理由而不能出席活動 / 課程，中心恕不退還款項，但參加者可於活動 / 課程舉辦前另找人士替代，但必須於活動 / 課程舉辦前親身到中心辦理轉名手續。（每項活動 / 課程轉名須收取 \$10 手續費）
- 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：

聯絡地址：_____

中心專用

支票號碼：_____ 收費：_____

收據號碼：_____ 經手人：_____

日期：_____

認識 16 個 服務質素標準 (SQS)



標準一

服務單位確保製備說明資料，清楚陳述其宗旨、目標和提供服務形式，隨時讓公眾索閱。



中心各服務

本中心及所提供的各項服務均備有服務單張及網頁介紹，讓公眾人士可以查閱及了解，如欲了解本中心服務，可前來中心地下詢問處索取服務單張，或到中心網址：<https://mkchanhing.org.hk> 瀏覽。

季度活動

每季中心之季度活動資訊均會預先刊登於每季出版的「好慶誌」，並以郵寄方式寄給已登記之會員，非會員亦可親身到中心索取。「好慶誌」同時亦會上載於中心網站供公眾人士瀏覽。

標準二

服務單位應檢討及修訂有關服務提供方面的政策和程式。

中心設有機制檢討及修訂不同服務質素標準的政策及程序，並訂定每三年進行週期檢討及修訂每一個服務質素標準（下次為 6/2026），或於收到員工 / 服務使用者的意見或投訴時修訂個別標準。

在週期檢討期時，會向包括服務使用者、員工及其他關注人士諮詢及收集所有服務質素標準的意見，並按所收集到的意見對不同服務質素標準進行草擬及修訂，之後提交至「服務表現監察制度」協調會議討論、確立及修訂有關文件。

修訂後之服務質素標準文件會存放於「服務質素標準公開手冊」供本中心職員及外界人士查閱。



垃圾收費 MSW Charging

都市固體廢物收費 (垃圾收費) 是按「污染者自付」, 針對全港所有住宅和非住宅 (包括工商業界) 產生的垃圾按量收費, 其目的為推動改變產生垃圾的行為, 從而減少整體垃圾棄置量。

- 2021年8月立法會通過條例草案
- 準備期
- 2024年8月1日正式實施
- 6個月適應期



垃圾收費網站
MSW Charging Website



香港減廢網站
Hong Kong Waste Reduction Website



綠在大角咀 大角咀埃華街 117-119 號大益樓地下 C 及 D 號舖

如各位街坊居民、法團委員或清潔工友, 就垃圾收費有任何意見或關注, 歡迎您與本中心社工周先生或施先生聯絡 (中心電話: 2395 3107 / 9125 3208)。

管制即棄膠餐具和其他塑膠產品

立法會於 2023 年 10 月 18 日通過《2023 年產品環保責任 (修訂) 條例草案》, 以管制即棄膠餐具和其他塑膠產品, 以及優化兩個現行生產者責任計劃。

- 主要規管包括: 管制即棄膠餐具, 禁止在本地銷售即棄膠餐具和禁止餐飲處所向顧客提供九類即棄膠餐具。
 - 其他塑膠產品, 即棄塑膠產品的製造、銷售和供應同樣受到管制。
- 以上規管分兩個階段實施:
第一階段管制: 2024 年 4 月 22 日開始
第二階段管制: 暫定為二〇二五年



截手塑
CUT THE PLASTICS



TC401

故事天地

大朋友, 小朋友, 你喜歡聽故事嗎? 原來孩子自小便開始聽故事, 不僅可以有助激發其思維, 建立詞彙, 更加可以讓他們學習喜愛書本, 為他們將來在學業及生活上的成功鋪路! 因此, 我們的「故事姐姐」、「故事哥哥」將會定期在康樂室為大家送上精彩的故事! 就讓我們一同來「上山下海」、「飛天遁地」、「屏息靜氣」、「目瞪口呆」、「笑到肚痛」……共享故事的樂趣吧!!

日期: 每月星期六
時間: 3:00-4:00pm
地點: Zoom 線上形式進行 (按情況或會改以實體形式進行)
對象: 兒童、家長及其他社區人士
費用: 免費

負責人: 麥小華、劉鈺瑩

備註: 1. 有興趣人士可 Whatsapp 至號碼: 5547-0980 向負責職員查詢及報名;
2. 如想加入故事天地義工團隊, 為社區的孩子講故事, 歡迎與負責職員聯絡。

TC402

吃一燒

復活節過後, 來一場燒烤, 與一班小孩相聚, 是最熱鬧不過的事哦!

日期: 2/4/2024 (二)
時間: 2:00-5:30pm
地點: 本中心
對象: 6-13 歲小學生
費用: \$70(會員)、\$105(非會員)

備註: 包食物及飲品。

負責人: 黃凱芯



TC403

復活節過後!

主題區內設有草地、座椅、遮陽設施、兒童平衡車試驗空間等, 而為善用場地特點, 建築師於部分陸地斜面海堤上設置遊樂滑梯和安全地墊, 讓小朋友能盡情玩樂。

日期: 3/4/2024 (三)
時間: 10:15am-3:00pm
地點: 炮台山的東岸公園
對象: 6-13 歲小學生
費用: \$60(會員)、\$95(非會員)

備註: 包午餐, 乘公共交通工具來回 (車費自備)。

負責人: 黃凱芯



TC404

Yo-man 花式搖搖隊

Yo-man 花式搖搖隊繼日 期： 6/4-22/6/2024 (逢六)
續招募新隊員！表現良 時 間： 3:30-5:00pm
好者有機會參與表演。 地 點： 本中心
眼界決定境界，Yo-man 對 象： 9-11 歲
花式搖搖隊需要你！ 費 用： \$110(會員)、\$145(非會員)



- 備註：1. 18/5 暫停；
2. 費用包括花式搖搖一個；
3. 歡迎新手加入。

負責人：溫智均 Dan sir

TC405

陳慶造星 - 結他篇

陳慶造星—結他篇教授結他自彈自唱技巧。鍾意音樂嘅你快啲嚟報名啦！

日 期： 8/4-17/6/2024 (逢一)
時 間： 4:30-6:00pm
地 點： 本中心
對 象： 12-24 歲
費 用： \$100(會員)、\$135(非會員)



- 備註：1. 10/6 暫停一次；
2. 自備結他，如有困難可在報名時提出；
3. 歡迎新手參加。

負責人：溫智均 Dan sir

TC406

絕地學院光劍訓練班

法國擊劍協會在 2019 年已經把光劍對決定為正式競技項目，旨在鼓勵年輕人放下手機多做運動。活動教授光劍對決種類、規則和技巧。一起化身絕地武士，保衛宇宙和平！

日 期： 11/4-20/6/2024 (逢四)
時 間： 4:30-6:00pm
地 點： 本中心
對 象： 10-15 歲
費 用： \$110(會員)、\$145(非會員)

負責人：溫智均 Dan sir

TC407

四驅研究所

唔想成日揸手機，可以玩啲咩？活動透過迷你四驅車教授解難方法，一步一步將自己嘅賽車改成最快最穩定，征服每一條賽道成為大角咀車神！

日 期： 13/4-15/6/2024 (逢六)
時 間： 11:00am-12:30pm
地 點： 本中心
對 象： 9-11 歲
費 用： \$80(會員)、\$115(非會員)

- 備註：1. 20/4、27/4 暫停；
2. 自備田宮迷你四驅車及田宮比賽用馬達。

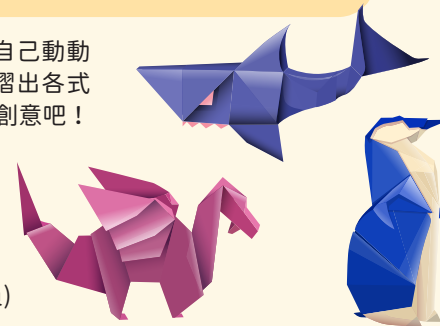
負責人：溫智均 Dan sir

TC408

兒童摺紙樂

透過不同的摺紙技巧，加上小朋友自己動動腦筋去發揮想像力和創造力，便可摺出各式各樣的趣味摺紙出來，快來發揮你的創意吧！

日 期： 13/4/2024 (六)
時 間： 11:00am-12:30pm
地 點： 本中心
對 象： 7-12 歲
費 用： \$20(會員)、\$55(非會員)



- 備註：費用已包括所有材料費。

負責人：卓麗敏

TC409

桌遊一下

在桌遊一下的時段內，你可以認識及遊玩不同的桌遊。如果你想找人一起玩，或是有一群朋友想找個聚腳點玩桌遊，歡迎來桌遊一下。

日 期： 20/4、4/5、18/5、
1/6、15/6/2024 (六)
時 間： 4:15-5:45pm
地 點： 本中心
對 象： 8-18 歲
費 用： 免費



- 備註：有興趣人士請報名，亦歡迎即場參與。

負責人：黃璋

TC410

「生活小百科」探索工作坊

義工團體 Funcation 和 EdQuity 的義工哥哥姐姐為中心的孩子舉辦三天的活動，寓學習於遊戲，大家快來報名啊！

編號	日期	主題
TC410A	27/4	Firstaid & Medicine
TC410B	4/5	Astronomy
TC410C	11/5	Basic Chemistry

負責人：區碧華

日期：27/4、4/5、11/5/2024 (六)
(確實日期待定)
時間：4:00-5:00pm (待定)
地點：本中心
對象：6-14 歲
費用：免費

備註：1. 活動全免；
2. 有興趣的參加者可連續參加三次或個別一次之工作坊。

TC413

小士兵團

想讓小朋友學習獨立？最有效的方式是讓小朋友親身體驗！當中有不同任務挑戰要小士兵幫忙，如去超級市場買東西，金錢的找續！角色扮演模擬家庭環境，訓練小朋友懂得做家务等等，讓小士兵完成所有自理挑戰任務。生活化和有趣的訓練活動改善兒童的自理及激發照顧自己的動力。

日期：11/5、18/5、25/5、
1/6/2024 (六)
時間：2:30-4:00pm
地點：本中心
對象：6-8 歲
費用：\$50(會員)、\$85(非會員)

備註：1. 每節活動請穿著輕便運動服飾；
2. 帶備足夠飲用水及八達通。

負責人：袁詠珊



TC411

童手小玩兒—不一樣的花

快到母親節了，花花心思，製作不一樣的禮物，送給你最愛的媽媽。

日期：4/5/2024 (六)
時間：10:30am-12:00nn
地點：本中心
對象：6-12 歲
費用：\$60(會員)、\$95(非會員)



備註：參加者可獲製成品一個。

負責人：劉鈺瑩

TC414

藝術古蹟遊—九龍城篇

九龍城有不少好去處，牛棚藝術村、宋皇臺公園及懷舊冰室等。是次活動將乘搭屯馬綫，透過定向方式觀賞沿途景色及品嚐道地美食，來個藝術古蹟遊！

日期：18/5/2024 (六)
時間：2:00-6:00pm
地點：本中心 / 九龍城 / 土瓜灣
對象：8-13 歲
費用：\$10(會員)、\$45(非會員)

備註：1. 參加者需自備車費；
2. 費用包括小食費用。

負責人：張昀

TC412

社交小達人

小朋友唔敢認識新朋友？小組以遊戲方式掌握與人相處的技巧，有趣又好玩！快啲黎一齊玩下遊戲，識下朋友仔啦！

日期：4/5-1/6/2024 (逢六)
時間：2:30-3:30pm
地點：本中心
對象：6-8 歲
費用：\$40(會員)、\$75(非會員)



負責人：吳梓豪 Rico sir

TC415

魔術。奇緣

由導師教授魔術道具使用方法及魔術技巧，體驗魔術的樂趣。



日期：25/5、1/6、8/6、
15/6/2024 (六)
時間：10:30-11:30am
地點：本中心
對象：8-14 歲
費用：\$80(會員)、\$115(非會員)

備註：費用已包括導師費及道具費。

負責人：黃瑋

TC416 Rummikub 研究所

一個玩法簡單、又變化多端的桌上遊戲，考驗你的邏輯思考能力，仲唔快黎挑戰自己極限？

日期：8/6-29/6/2024 (逢六)
 時間：2:30-3:30pm
 地點：本中心
 對象：8-12 歲
 費用：\$40(會員)、\$75(非會員)



負責人：吳梓豪 Rico sir

TC417 日本美食篇

日本美食，如壽司、飯糰、刺身、手卷、天婦羅炸物、捲物、鰻魚飯及麵豉湯等，都是大人及小朋友喜歡的食物，有興趣學習日本食物的你，就要來報名參加啦。

日期：22/6/2024 (六)
 時間：11:00am-12:30pm
 地點：本中心
 對象：6-12 歲
 費用：\$40(會員)、\$75(非會員)

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

TC418 傳統的味道—「水晶餅」篇

「水晶餅」是一種傳統的點心，本是陝西傳統名貴糕點之一，至今已有 800 多年的歷史。水晶餅外表晶瑩透亮，猶如水晶，餡料清甜滋潤，層次分明，油而不膩……讓我們一起動手製作香甜的水晶餅啦！

日期：29/6/2024 (六)
 時間：10:30am-12:15pm
 地點：本中心
 對象：6-12 歲
 費用：\$30(會員)、\$65(非會員)

備註：1. 費用包括所有材料費；
 2. 請按需要自備圍裙及手袖；
 3. 如對食物敏感，請於活動開始前至少一個星期通知活動負責人。

負責人：麥小華

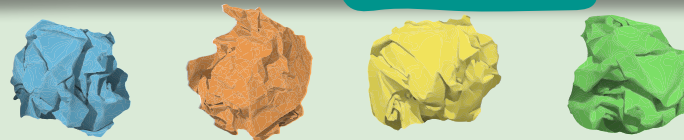
TC419 幼兒搓粒紙畫製作

搓粒紙畫裝飾性，新穎別致，能表現出諸如剪紙、剪貼所不可及的獨特風格。幼兒通過搓紙、粘貼過程，可以鍛煉手指肌肉的靈活性，訓練手腦並用的能力。快來報名一起搓搓貼貼吧！

日期：29/6/2024 (六)
 時間：3:00-4:30pm
 地點：本中心
 對象：4-6 歲
 費用：\$20(會員)、\$55(非會員)

備註：費用已包括所有材料費。

負責人：吳麗敏



TF401 港島山健行

由黃泥涌峽出發往赤柱。起步沿平路紫羅蘭山徑往港島南部，過程欣賞到淺水灣的壯麗景色。其後，需要挑戰甚具耐力的石級樓梯登上孖崗山，此時將會盡收美麗的赤柱海岸景色，最後落山到達赤柱。相信此趟旅程，絕對滿足到喜歡行山的你！
 *參加者須按身體健康狀況，量力參與。

日期：7/4/2024 (日)
 時間：8:15am-2:45pm
 地點：黃泥涌峽及赤柱
 對象：14-59 歲
 費用：\$50(會員)、\$85(非會員)
 (大小同價)

備註：1. 費用只包括旅遊巴接送；
 2. 請自備適量糧食及充足食水，穿適合衣服及運動鞋；
 3. 屬中級遠足路線，部份路段有頗多樓梯上落，會講求一定耐力。路程預計約 3.5 小時 (6 公里)；
 4. 到達目的地赤柱後，參加者可按情況自由進行午膳或逛遊。

負責人：周貴樺





TF405

公屋申請諮詢講座 2024

房署已放寬 2016 年 9 月 30 日前申請者可選擇轉入市區輪候隊，講座會介紹最新申請公屋的資格及所需文件，解釋一般家庭及長者申請公屋的分別，一人申請者計分制，解答有關申請公屋的疑問和最近房署建屋分佈。

日期：19/4/2024 (五)
時間：7:30-9:45pm
地點：本中心
對象：本區居民
費用：免費

備註：如於講座時間有小朋友需要託管，請報名時通知職員。

負責人：林啟銘、李麗萍

TF406

手作鳳梨酥

你、你、你有冇去過台灣，玩完後有冇買手信返香港，果度最出名既係乜東東，之唔係就係～鳳梨酥，它內餡以菠蘿蓉製作，外皮以麵粉、牛油、糖、蛋混合成皮，焗後外酥內軟，令人一食難忘，今次大家一齊有機會試吓、學吓、做吓，快 D 叫埋阿仔阿女一齊報名參加啦。

日期：20/4/2024 (六)
時間：10:30am-12:30pm
地點：本中心
對象：親子：1 大 1 小
(子女須為 8-12 歲)
費用：\$50(會員)、\$85(非會員)
(大小同價)

備註：1. 費用包括所有材料費；
2. 自備食物盒；
3. 自備圍裙。

負責人：梁杏英



TF407

Happy Family@ Happy Farm



趁著周末，和你的家人一起到郊外遊玩，可以遠離煩囂，呼吸新鮮空氣外，更可以認識新式耕作及環保種植模式，農莊更有不同玩樂設施，餵小動物，花田、塗鴉巴士等打卡熱點，一齊嚟享受假期啦！

日期：21/4/2024 (日)
時間：10:00am-5:00pm
地點：元朗 448 農莊
對象：親子家庭

費用：\$100(12歲或以上會員)/
\$50(3-11歲會員)
\$135(12歲或以上非會員)/
\$85(3-11歲非會員)
(2歲或以下小童免費)

備註：1. 費用包括：來回交通及導賞活動費用、午膳及漢堡包工作坊(不包括 2 歲或以下參加者)；
2. 場內部分設施需自費，敬請留意。

負責人：麥小華、袁詠珊

TF402

健康小 tips—百草尋茶

健康知多 D！生活在重重都市大廈，如何尋找健康？活得健康的方法千千萬，其中一個係茶飲，草藥茶、花茶、水果茶……各種各樣的，我們可以仔細挑選，做出最合適的選擇，讓自己變得更健康，以茶代飲，飲出健康，歡迎你齊齊來品茶。



日期：12/4/2024 (五)
時間：10:30am-12:30pm
地點：本中心
對象：18-59 歲
費用：\$20(會員)、\$55(非會員)

備註：1. 費用包括材料費；
2. 如有食物過敏請提前告知負責人。

負責人：黎曼鈺

TF403

親子 RUN RUN FUN

每月一次，與家人一起，跟著教練到櫻桃街公園參加跑步，強身健體。由教練教授跑步時需注意事項及熱身運動，適合初學者參與。

日期：13/4、11/5、8/6/2024 (六)
時間：6:00-7:15pm
地點：櫻桃街公園
對象：6-59 歲
費用：\$20

備註：1. 所有運動均存在風險，參加者需量力參與；
2. 請穿著合身的運動服裝及運動鞋。

負責人：黃璋、張昀

TF404

西貢輕鬆寫意行

上午遊覽西貢蕉坑獅子會自然教育中心，可參觀五個展覽館和多個戶外特色展區，也可步行於蕉坑自然教育徑，是一個郊遊好地方；下午到西貢市中心，閒遊於西貢海濱公園、遊覽天后關帝古廟、火山探知館等，輕鬆寫意渡周日。

日期：14/4/2024 (日)
時間：9:30am-3:00pm
地點：西貢蕉坑、西貢市中心
對象：3-59 歲
費用：\$40(會員)、\$85(非會員)
(大小同價)

備註：1. 包來回旅遊巴；
2. 參加者可自備食物或於西貢自費用膳；
3. 自備足夠糧水、晴雨天用品及防蚊措施。



負責人：陳美寶



TF408

治愈不如自愈—自我舒緩肩頸痛



你是否經常為自己的肩頸僵硬而煩惱？甚至令你夜晚都訓唔好？又或者一覺天光之後發現落枕？這些情況在每一個人身上都是很普遍會發生的，與其去睇醫生舒緩一兩次，不如齊齊來認識導致肩頸僵硬疼痛發生的原因，再學習舒緩疼痛的方式和日常可以練習的運動。

日期：22/4/2024 (一)
 時間：10:30am-12:30pm
 地點：本中心
 對象：18-59 歲
 費用：\$10(會員)、\$45(非會員)

備註：費用包括材料費。

負責人：黎曼鈺

TF409

神秘面紗—生活篇

信仰篇 --- 將會與大家一同走訪大角咀及深水埗區，少數族人士購物日常生活物品的店舖，從與日常生活認識他們，揭開其神秘面紗。

日期：24/4/2024 (三)
 時間：10:30am-1:30pm
 地點：本中心 / 大角咀及深水埗
 對象：18-59 歲
 費用：\$20(會員)、\$55(非會員)

備註：活動需要步行來回深水埗及大角咀。

負責人：王培明姑娘



TF410

坪洲漫漫遊

坪洲既有輕鬆易行的郊遊小徑，亦有純樸恬靜的小島風情。島上除保留昔日手工業的痕跡，島上的永安街，有佈滿藝術塗鴉的秘密花園，亦有特色風情的茶餐廳、雜貨店；除了可登上手指山，俯瞰超美海景外，亦可沿海邊閒遊，欣賞怡人景色。遠離煩囂！坪洲遊一遊！

日期：28/4/2024 (日)
 時間：9:30am-4:30pm
 地點：坪洲
 對象：6-59 歲
 費用：\$50(會員)、\$85(非會員)
 (大小同價)

負責人：陳美寶



備註：1. 由「離島遊計劃」提供免費船票；
 2. 包來回旅遊巴士及來回渡輪費用；
 3. 參加者可自備食物或自費用膳；
 4. 活動步行最少 2.5 小時；
 5. 自備晴雨天用品、穿著輕便衣物及運動鞋。

TF411

雙親節獻禮 2024 多元藝術心意卡製作

疫情過後，家人的共聚更顯寶貴！大家不妨趁母親節及父親節這些溫馨的節日，與家人 (特別是父母與子女) 一起畫聚，一來享受當中與至愛共畫時的美好時光，二來也可以讓親子關係獲得滋養，彼此灌溉雙方的心田呢！活動將會利用多元藝術(如：禪繞、西洋書法、水彩等形式)製作心意卡贈送給爸媽！

日期：4/5/2024 (六) 待定
 時間：8:00-9:30pm
 地點：本中心
 對象：4-59 歲親子組合 (母 / 子女、父 / 子女、父母 / 子女)
 費用：免費(父母)、\$10(18 歲或以下)

負責人：區碧華

備註：1. 活動邀請了亞洲禪繞畫認證導師陳慧心小姐及鄭詠虹小姐 (Certified Zentangle Teacher, CZT-Asia) 教授禪繞畫創作環節；鄭小姐亦是經驗教授西洋書法 (Calligraphy) 導師；
 2. 此活動是雙導師教授，導師為陳慧心小姐 Vivian (Zoom) 及鄭詠虹小姐 Etta (實體)，敬請留意。
 3. 親子組合最多 4 人，但參加組合必須包括母親及孩子 (2-4 人為最理想)；
 4. 活動費用包括材料及物資費、導師費。



TF412

永生花玻璃球

永生花保存期長，收到的人可以長時間觀賞。趁著母親節，向母親表達敬意，一同製作永生花玻璃球，為母親節增添美好回憶。

日期：11/5/2024 (六)
 時間：10:30am-12:00nn
 地點：本中心
 對象：6-59 歲社區人士或親子家庭組合
 費用：\$130(會員)、\$165(非會員)(以每對親子計算)

備註：1. 費用已包材料；
 2. 親子家庭參加者可取走一個成品。

負責人：袁詠珊

TF413

防騙講座

或許「提子」、「提防騙子」的口號大家聽得很多，又或是你總會覺得這些事不會發身在你身上，一些騙案只會係發生在長者、基層人士或新移民身上才會出現的。其實在電子科技及網絡越趨普及，日常生活如消費會使用電子貨幣、網購流行。而且個人私穩亦會相對不受保護，因此我們每天也會收到大量的傳銷電話，十分困擾。所以你、我、他都總會成為騙徒的目標。如不想成為騙徒下一個的目標，就要來參加這個與你息息相關的講座了！

日期：11/5/2024 (六) (待定)
 時間：8:30-9:15pm (待定)
 地點：本中心 (實體及 Zoom 線上形式進行)
 對象：13 歲或以上
 費用：免費



備註：活動將邀請警方網罪科警官主講。

負責人：區碧華

TF414

玻璃底船觀海洋

我們能乘坐玻璃底船考察珊瑚，更能透過遊戲認識海洋與氣候的關係，學懂在日常生活中如何保護屬於你我的大自然。

日期：15/5/2024 (三) (待定)
 時間：1:00-6:00pm
 地點：西貢海下灣海洋生物中心
 對象：親子(兒童須為 5 歲或以上)
 費用：\$220(會員)、\$255(非會員)(大小同價)

備註：1. 費用包交通費及海洋中心入場費；
 2. 請自備食水及小量零食；
 3. 請穿著短褲及帶備涼鞋。

負責人：王培明姑娘

TF415

從青嶼到饒館—親子半天遊

青馬大橋、吸水門大橋及汀九橋狀麗全景，訪客中心認識大橋建築過程及機場核心計劃。饒宗頤文化館座落百年三級歷史建築及遺蹟、自然及人文風貌，可以穿梭歷史及休閒共賞的好體驗。

日期：19/5/2024 (日)
 時間：1:30-5:30pm
 地點：青馬大橋觀景台及饒宗頤文化館
 對象：家庭成員
 費用：\$30(會員)、\$65(非會員)(大小同價)(未滿 3 歲小童免費)

備註：1. 費用包括旅遊車接送；
 2. 參加者必須為親子家庭。

負責人：施志偉

TF416

消「蝨」得無影無蹤!

木蝨又被稱為床蝨，其身體呈扁圓型淺啡色，一旦家中出現一枚床蝨卵，很大機會不停產卵繁殖，影響住戶生活質素和情緒。此工作坊將會分享床蝨成因及滅蝨方法！

日期：24/5/2024 (五)
 時間：8:30-9:30pm
 地點：本中心
 對象：社區人士
 費用：免費



備註：此工作坊由滅蝨經驗豐富之義工分享。

負責人：張盼

TF417

親子玩轉屯門遊

今次的玩轉屯門，首先會到屯門公園—爬蟲館，探索爬蟲動物。再走入園內有名的共融遊樂場，玩耍一翻。然後，遊覽屯門勝地—黃金泳灘，眾人自由玩樂，下水休憩，暢玩整個黃昏下午。希望可以親子可以盡享玩樂時光，製造難忘回憶。

日期：26/5/2024 (日)
 時間：1:00-5:30pm
 地點：屯門公園、黃金泳灘
 對象：親子家庭
 費用：\$30(會員)、\$65(非會員)(大小同價)(未滿 3 歲小童免費)

備註：1. 包旅遊巴接送；
 2. 請自備適量糧食和食水，穿適合衣服及運動鞋；
 3. 如有需要，請帶備泳衣、防曬用具、沙灘墊等等的泳灘用品。

負責人：周貴梅

TF418

「包」你有驚喜長洲遊

趁著周日一同來到長洲製作平安包，亦可以體驗模擬考古發掘，亦有導賞員帶領遊覽長洲景點。午膳還會品嚐海鮮餐，午餐後可自由遊覽長洲景點及品嚐長洲特色美食。

日期：2/6/2024 (日)
時間：8:15am-5:00pm
地點：長洲
對象：親子家庭

費用：\$150(12歲或以上會員)/
\$120(3-11歲會員)
\$185(12歲或以上非會員)/
\$155(3-11歲非會員)
(2歲或以下小童免費)

備註：1. 活動已包旅遊車、船票、工作坊及午膳費用；
2. 請穿著輕便服飾；
3. 因需乘搭渡輪，敬請準時，逾時不候。

負責人：袁詠珊、劉鈺瑩

TF421

大街小巷遊赤柱—親子半天遊

赤柱：大街小巷、舊式市集、迷人海灘、歷史建築，一家人開心休閒好去處，增進感情好機會。

日期：16/6/2024 (日)
時間：1:30-5:30pm
地點：赤柱
對象：親子家庭
費用：\$30(會員)、\$65(非會員)
(大小同價)(未滿3歲小童免費)

備註：1. 費用包括旅遊車接送；
2. 參加者必須為親子家庭。

負責人：施志偉

TF419

親子DIY—神奇流沙畫

流沙畫是由彩沙和透明混合液組成的動態裝飾畫，彩色沙按不同速度下沉到底部，形成層次分明畫面，看著七彩的沙子如沙漏緩緩留下來，非常療癒。

日期：15/6/2024 (六)
時間：10:30am-12:00nn
地點：本中心
對象：親子 (兒童須年滿6歲或以上)
費用：\$100(會員)、\$135(非會員)
(以每對親子計算)



備註：每對親子可獲製成品一個。

負責人：劉鈺瑩

TF422

親子玩轉鐵路 & 萬象館

陪小朋友到萬象館玩足兩小時，午膳後再到大埔鐵道博物館坐舊式火車，一家人開心過半天。

日期：23/6/2024 (日)
時間：9:00am-3:30pm
地點：本中心 / 大埔
對象：親子(兒童須為0-8歲)
費用：\$100(會員)、\$135(非會員)(大小同價)

備註：1. 費用包交通費及萬象館入場費；
2. 請自備食水及午餐自付；
3. 請穿著襪子。

負責人：王培明姑娘

就業支援服務系列

TF426

速成輸入法班



就

速成輸入法為倉頡輸入法演化出來的簡化版本，取碼方法較為簡單，所以較受初學者歡迎。特別在職場上，往往需要懂得中文輸入法，而速成會較為普遍及易學。本班將會教授速成取碼原則、拆字取碼的方法、記憶輔助字形的秘訣及複雜字的拆法等。亦會在課堂上及課堂外提供練習，及即時解答有關疑難。

日期：8、15、22、29/4/2024 (一)
時間：8:00-9:30pm
地點：本中心 360 電腦室
對象：18-65歲求職或在職人士
費用：\$50(會員)、\$85(非會員)

備註：1. 一人一電腦學習；
2. 參加者需全數出席才可獲發證書。

負責人：袁詠珊、柳應龍

TF420

親子入廚樂：美味砵仔糕



「親子入廚樂」系列邀請大家同小朋友一齊嚟製作美味砵仔糕，等緊你報名啊！

日期：16/6/2024 (日) 待定
時間：11:00am-12:15pm
地點：本中心
對象：親子 (兒童須為4-12歲)
費用：\$30(會員)、\$65(非會員)
(大小同價)

備註：1. 費用包括所有材料費；
2. 請按需要自備圍裙、手袖及餐盒；
3. 如對食物敏感，請於活動開始前至少一個星期通知活動負責人。

負責人：麥小華

活動推介

免費 Free

春去夏來 - 社區活動 Early Summer Community Program

地點 Venue 大角咀區 Tai Kok Tsui 對象 Target 社區人士 Resident

四月動力 大角咀社區定向

活動日期 20/4 (六)

活動時間 下午 4:00-6:00

活動地點 大角咀

Action April: Community Orientation

Date 20/4(Sat)

Time 4:00-6:00pm

Venue Tai Kok Tsui

五月關懷 五一工友關懷行動

活動日期 1/5 (三)

活動時間 下午 3:00-5:30

活動地點 中心及大角咀

Caring May: Labor Day Service

Date 1/5(Wed)

Time 3:00-5:30pm

Venue Centre & Tak Kok Tsui

六月初夏 初夏體能大挑戰

活動日期 22/6 (六)

活動時間 晚上 7:30-9:00

活動地點 中心

Sporty June: Early Summer Sport Day

Date 22/6(Sat)

Time 7:30-9:00pm

Venue Centre

負責人: 周貫楓、施志偉
Responsible Staff: Ivan、Stephen

活動編號 Code

四月動力 Action April : TF423
五月關懷 Caring May : TF424
六月初夏 Sporty June : TF425



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」。

服務對象：居住於油尖旺區內的基層人士

由律師提供諮詢服務（以律師實際的專業領域而定）：

內容包括：離婚、撫養權、遺產承辦、
租務、破產、工傷及意外賠償等

登記服務步驟：



此義務律師諮詢服務費用全免
因安排服務時間需時，建議如有急切需要，可自行尋求其他律師協助。



FS401

「故事爸媽」「悅」讀學堂

故

目標

透過主題分享，讓關心子女成長的家長可持續地學習，由兒童心理學專家教大家如何打開「快樂親子關係」的門。

日期：24/4、29/5 及 26/6/2024 (逢三)
 時間：9:30-11:30am
 地點：本中心 / zoom 線上形式進行
 對象：有興趣的家長及社區人士
 費用：免費

主題內容

編號	日期	每月主題
FS401A	24/4	「語言學習」起跑線
FS401B	29/5	幽默正向植在家
FS401C	26/6	從繪畫打開圖畫的話兒

負責人：劉鈺瑩、麥小華

嘉賓導師

王素瑩女士 (Percie Wong) 閱讀教育導師，前南華早報 (SCMP) 教育版 Between the Lines 專欄作家，擁有心理學學士學位，熱心推動家長教育、閱讀教育、提高學生英語的興趣和學習。足跡遍及各大機構和學校教導家長、老師及社工如何利用繪本故事與孩子建立閱讀悅未來。她亦定期到香港公共圖書館及社區中心，為不同階層的兒童講英文故事加強學生英語閱讀和學習。



- 備註：1. 視實際情況安排託管服務（如以實體形式進行），家長如有需要，請先於報名時留下兒童資料；
 2. 我們會在活動前與大家確實現場參與活動的安排。



FS402

親子故事樂園 (幼兒篇) 第二十期

故

孩子開始漸漸長大了，要學習些甚麼呢？品格？創意？概念知識？表達能力？專注力思考能力？解難能力？……相信嗎？這些都可以透過繪本故事得到！聽著故事還會讓你和孩子共渡一個歡樂美好的時光呢！

日期：14/5、21/5、28/5/2024 (逢二)
 時間：10:30-11:30am
 地點：本中心
 對象：3歲或以下的幼兒及其家長 (必須親子參與)
 費用：\$50(會員)、\$85(非會員)

負責人：麥小華

FS403

故事爸媽「兒童啟蒙老師」 家長訓練計劃 (第四十二期)

故

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又有成效
4. 如何為孩子選擇優質的圖書

日期：17/5 及 24/5/2024 (逢五)
 時間：9:30-11:30am
 地點：本中心
 對象：0-10歲子女的家長
 費用：免費

- 備註：1. 此課程與「書伴我行 (香港) 基金會」(BRING ME A BOOK HK) 合辦；
 2. 完成二節工作坊的家長更可獲贈優質繪本一本；
 3. 完成二節工作坊的家長可享用本中心的「故事爸媽天地之書包圖書館」借書服務；
 4. 視實際情況安排託管服務，家長如有需要，請先於報名時留下兒童資料；
 5. 如於早前已完成此項活動者，不宜重覆報名。

負責人：麥小華、劉鈺瑩

FS404

親子童樂讀書會

故

故事世界千奇百趣、一時新奇刺激、一時溫馨暖意，快來跟我們一起走進這些歡樂的故事世界啦！

日期：11/6 及 25/6/2024 (二)
 時間：4:30-5:30pm
 地點：本中心
 對象：4-6歲小童及其家長(必須親子參與)
 費用：\$30(會員)、\$65(非會員)
 (以每位幼兒計算)

負責人：麥小華、劉鈺瑩

備註：完成2節活動後，可獲贈優質圖書1本。

「書包圖書館」外借服務

書包內的圖書全是色彩艷麗的繪本【繪本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. 凡已完成由本中心舉辦的「故事爸媽『兒童啟蒙老師』家長訓練工作坊」3 節後，會員便可享受書包外借服務。
2. 必須成為中心會員及使用服務時必須出示會員證。
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 14 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

地點：本中心
費用：免費
負責人：麥小華、劉鈺瑩



FS406

親親孩子 - 學前遊戲小組系列 (一)

1. 課程內容由中心專業社工設計及任教。
2. 課程設計配合幼兒成長階段的獨特需要，內容包括專心聆聽，聽從指令，課堂規則，社交禮儀等，能提升孩子入讀心儀學校的機會。
3. 活動以輕鬆開心的遊戲模式，讓孩子學習不同概念，合群等課題活動，以協助他們全人發展。

日期：9/4、16/4、23/4、30/4/2024 (逢二)
時間：10:00am-12:00nn
地點：本中心
對象：2-3 歲幼兒及其家長 (必須親子參與)
費用：\$100(會員)、\$135(非會員)

「學前預備真好玩」 10:00-11:00am	「爸媽進修加油站」 11:00am-12:00nn
讓幼兒透過多元智能及感統訓練，強化幼兒在身、心、社、靈各方面的成長，為入學作出最佳準備。	讓家長學習與孩子建立融洽親子關係，以及施行正面管教，從而令孩子更健康成長。

負責人：麥小華、劉鈺瑩

備註：1. 工作坊附設託兒服務 (即 11:00am 至 12:00nn「爸媽進修加油站」進行期間)，讓孩子學習「分離」；
2. 請於「學前預備真好玩」上課時自備小食茶點 (避免糖果類)，由中心提供水杯及飲用水。

FS405

幼兒唱游 Do Re Mi (A)

透過參與互動的遊戲、故事、音樂等等，讓幼兒接觸新環境，認識新朋友，建立語境。

日期：9/5、16/5/2024 (逢四)
時間：10:30-11:30am
地點：本中心
對象：2-3 歲幼兒
費用：\$50(會員)、\$85(非會員)
(以每位幼兒計算)



備註：此活動需由幼兒獨立上堂，請家長衡量小朋友能力後進行報名。

負責人：麥小華、劉鈺瑩

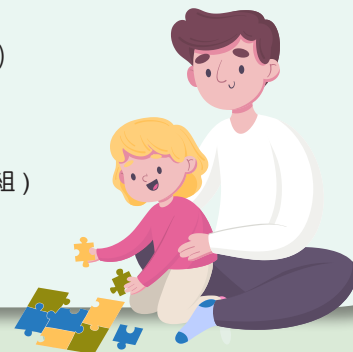
FS407

親親孩子遊戲小組 (18-24 個月幼兒)

課程內容由中心專業社工設計及任教。活動以輕鬆開心遊戲模式進行，透過親子唱遊、繪本故事及遊戲，讓幼兒透過多元智能及感統訓練，強化幼兒在身、心、社、靈各方面的成長，以協助他們全人發展。

日期：7/6、14/6、21/6 及 28/6/2024 (逢五)
時間：10:30-11:30am
地點：本中心
對象：18-24 個月幼兒及其家長
(幼兒必須由一位家長陪同上遊戲小組)
費用：\$100(會員)、\$135(非會員)

負責人：劉鈺瑩、袁詠珊



NCR401

SA Kids Group

To provide homework guidance and revision to solve children's learning and study problems.

Date: 8/4-27/62024 (Every Mon, Tue, Thur, except school holidays)
Time: 7:00-8:30pm
Venue: Room 430
Target: K3-P.6 South Asian Students
Fee: Free

Remarks 1. Be punctual.
2. Make appointment for interview.

Responsible Staff: Miss Nancy, Miss Echo & Mr. Wai

NCR402

SA Secondary Group

1. To provide homework guidance and revision.
2. To teach Chinese words in the class.

Date: 8/4-27/62024 (Every Mon, Tue, Thur, except school holidays)
Time: 7:00-8:30pm
Venue: Room 450
Target: South Asian Secondary Students
Fee: Free

Remarks 1. Be punctual.
2. Make appointment for interview.

Responsible Staff: Miss Nancy

NCR403

Introduction to First Aid Course

Three-hour first aid course: Bleeding and control bleeding, management of fractures, management of Asthma and etc.

Join with us and get First Aid knowledge and skills.

Date: 4-6/2024
Venue: Centre
Target: Non-Chinese Adults
Fee: \$20(Member) - \$55(Non-member)

Remarks 1. If you are interested in this course, please contact Ms Echo at 2395 3107.
2. Taught by St. John.



Responsible Staff: Miss Echo

FS408

六色積木溝通法—親子篇

「溝通」是影響家人之間關係的關鍵因素；若能正面非暴力的溝通，關係會更融洽。此活動運用六色積木，讓大家體驗正面溝通的力量，並尋找良好的溝通方法。

日期: 19/4、26/4/2024 (逢五)
時間: 7:30-9:00pm
地點: 本中心
對象: 親子家庭(一位家長帶同一位 6-12 歲子女參加)
費用: \$100(會員)、\$135(非會員)(以每對親子計算)

負責人: 劉鈺瑩

備註: 完成 2 節工作坊，每對親子可獲六色積木一套。

FS409

讓孩子成為更好的人

近年不少育兒專家都鼓勵父母使用繪本，透過說故事、陪讀，增進孩子的閱讀興趣，豐富親子時間，進行軟性教育。因此，本中心邀請「香港有品」運動舉辦講座，由講師凌葉麗嬋女士與家長分享如何透過故事培養孩子的品格及正面的價值觀、與孩子建立親密關係的共讀技巧及培養愛書的孩子，歡迎家長踴躍參與。

日期: 22/6/2024 (六)
時間: 7:30-9:00pm
地點: 本中心
對象: 18-59 歲
費用: 免費

負責人: 袁詠珊、麥小華

單親支援系列

FS410

「同心樂聚社」單親互助小組
(4 - 6 月 / 2024)

面對單親適應的路不易，身、心、靈也需要重整過來，此小組由一群熱心的單親家長組成，小組本著「單親關懷單親」的互助精神，透過社員之間的團結及合作，彼此相遇、相識及互相關懷，支援其他的單親家及區內有需要的人士，一同學習「健康」地渡過單親適應轉變。

地點: 本中心
對象: 單親家長
費用: 免費

日期	時間
18/4/2024 (四)	10:30am-12:00nn
23/5/2024 (四)	10:30am-12:00nn
13/6/2024 (四)	10:30am-12:00nn

備註: 有興趣參加者，歡迎致電 2395 3107 與負責人聯絡。

負責人: 袁詠珊、劉鈺瑩

NCR404

MaMa me time!

Doing something relaxing together, through Art Express.

Date: 16/4-30/4, 7/5-21/5/2024 (Tue)
 Time: 7:00-8:30pm
 Venue: Room 430
 Target: 18-59 years old
 Non-Chinese Woman
 Fee: Free



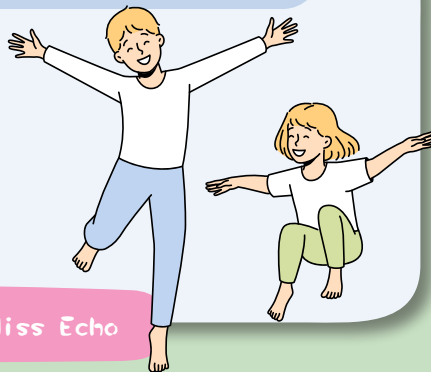
Responsible Staff: Miss Nancy and Miss Echo

NCR405

Relaxing Kids

Doing something relaxing together.

Date: 18/4, 25/4, 9/5, 16/5/2024 (Thu)
 Time: 7:00-8:30pm
 Venue: Room 430
 Target: 6-12 years old
 Non-Chinese Children
 Fee: Free



Responsible Staff: Miss Nancy and Miss Echo

NCR406

Woman Yoga Class

Taking a break from Yoga time.

Date: 9/5, 16/5, 23/5, 30/5/2024(Thu)
 Time: 7:30-8:30pm
 Venue: Centre
 Target: 18-59 years old Non-Chinese Woman
 Fee: Free



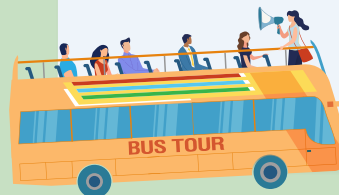
Responsible Staff: Miss Echo

NCR407

Open-Top Bus Tour

Celebrate Eid with Open-top bus tour and dinner gathering.

Date: 20/4/2024 (Sat)
 Time: 4:00-8:30pm
 Venue: Centre
 Target: Non-Chinese Family
 Fee: \$20(Member) 、\$55(Non-member)
 (Same price for adults and children)



Responsible Staff: Miss Nancy and Miss Echo

2024年4月至6月〈婦女瑜珈〉

歡迎 59 歲或以下婦女報名參加

編號	名稱	日期 / 堂數	時間	收費	對象	導師
W401A	週二 A 班	16/4 至 25/6 (10 堂) <11/6 停 1 堂>	9-10 am	會員 \$500 非會員 \$535	59 歲 或以下 婦女	April Shum
W401B	週二 B 班		10-11 am			
W401C	週三伸展班	10/4 至 26/6 (10 堂) <1、15/5 停 2 堂>	9-10 am	會員 \$500 非會員 \$535		Feeling Chong
W401D	週三班		10-11 am			
W401E	週四 伸展舒緩班	11/4 至 27/6 (12 堂)	9-10 am	會員 \$600 非會員 \$635	Joyce Lau	
W401F	週四 普拉提班		10-11 am			

上課地點：大角咀市政大廈 6 樓（大角咀體育館 3 號活動室）。

備註

1. 新參加者可於〈活動報名日〉報名尚有名額的婦女瑜珈班，如已滿額，可留後備，待負責人跟進；
2. 活動前 2 小時，如遇 8 號風球及黑色暴雨警告（停課），不作補堂及退款安排。

負責人：陳美寶

W402

羽你同樂

來吧！騰出一個上午來打羽毛球，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！

日期： 9/4-18/6/2024 (二) 10次
 時間： 10:00am-12:00nn
 地點： 大角咀體育館 (7樓羽毛球場)
 對象： 30-59歲婦女
 費用： \$80(會員)、\$115(非會員)



負責人：陳美寶

- 備註：1. 11/6 暫停一次；
 2. 新參加者請於中心詢問處留名登記，待有餘額，由職員通知交費；
 3. 參加者出席率少於7成，需暫停參加及需重新留位報名；
 4. 參加者須具備羽毛球基本技巧；於活動時間內，自由出席、輪流參與。

W404

陳慶造星 - 婦女篇

陳慶造星一婦女篇教授結他自彈自唱技巧，透過音樂釋放壓力。

日期： 22/4-17/6/2024 (逢一) 8堂
 時間： 11:30am-1:00pm
 地點： 本中心
 對象： 18-59歲婦女
 費用： \$80(會員)、\$115(非會員)



負責人：溫智均 Dan sir

- 備註：1. 10/6 暫停一次；
 2. 自備結他，如有困難可在報名時提出；
 3. 歡迎新手參加。

W403

婦女生活茶座

透過每月聚會一次，給予婦女空間，從中充一充電，並重新讓自己的生活得著力量。

編號	日期	主題
W403A	29/4/2024 (一)	參觀「繪本空間」書店
W403B	27/5/2024 (一)	正念歌曲分享
W403C	24/6/2024 (一)	水彩速寫

時間： 10:00-11:15am
 地點： 本中心
 對象： 25-59歲婦女
 費用： 免費



負責人：區碧華

- 備註：1. 請留意日後宣傳之海報及單張；
 2. 每次茶座將邀請不同的嘉賓 / 導師主講分享相關主題；
 3. 如有託兒需要，請於報名時提出。

W405

和諧粉彩體驗日

體驗「和諧粉彩」這心靈藝術帶來的平靜與安穩，在專注創作的同時，更享受每個當下，豐富及滋養妳內在心靈。

日期： 8/5/2024 (三)
 時間： 10:15-11:30am
 地點： 本中心
 對象： 25-59歲婦女
 費用： \$40(會員)、\$75(非會員)



負責人：區碧華

- 備註：1. 活動導師：鄭詠虹小姐 (亞洲禪繞畫認證導師 Certified Zentangle Teacher, CZT-Asia 及日本和諧粉彩正指導師 / JPHAA Advanced Instructor) 教授創作環節；
 2. 活動收費包括所需之基本工具、物資及導師費。

W406

女人天地之舞動心靈 (2024年4-6月)

妳有多久沒有出一身汗？又有多久沒有獨處片刻，接觸自己的內在小孩 (Inner Child) 和心靈？此小組活動將會透過音樂舞動身體，讓身體自由飛舞，並嘗試連接自己的內在小孩，讓自己由外到內去了解 / 接觸 / 親近和愛惜自己。

日期：17/5-21/6/2024(逢五) 6堂
時間：10:15-11:30am
地點：本中心
對象：25-59歲勇於面對真實自己及帶有開放心靈的姊妹
費用：\$90(會員)、\$125(非會員)

備註：活動邀請導師松蟲姑娘協助帶領，她是一位資深前社工，她擁有豐富的婦女服務、家庭教育及輔導、特殊學習需要兒童服務、綠色親子教育等經驗，曾任情意自然教育導師。她也鼓勵大家實踐愛自然的生活。



負責人：區碧華

W407

「字療我心」婦女小組 (2024年4-6月)

「我手寫我心」、專注及重覆地練習寫字，能達自我療癒之效。只要你有一雙手、準備一支筆、一張紙，便能投身書法世界，專注在筆尖上忘卻煩憂。

日期：22/5-12/6/2024 (三) 共4次
時間：10:15-11:30am
地點：本中心
對象：18-59歲婦女
費用：\$60(會員)、\$95(非會員)

備註：1. 活動邀請了鄭詠虹小姐教授及分享，她是經驗教授西洋書法 (Calligraphy) 導師，鄭小姐亦是亞洲禪繞畫認證導師 (Certified Zentangle Teacher, CZT-Asia) 及和諧粉彩正指導師 (JPHAA Advance Instructor)；
2. 活動費用包括材料及物資費、導師費。



負責人：區碧華

W408

「藥用植物介紹」園藝講座

藥用植物又稱藥草、草藥，是指具有藥用價值的植物。講座將介紹香港常見的藥用植物，想增加對藥用植物的認識，就記得報名參加喇！

日期：8/6/2024 (六)
時間：2:30-4:30pm
地點：本中心
對象：25-59歲婦女
費用：免費

備註：1. 如欲參加請到中心詢問處報名；
2. 講座由「康樂及文化事務署綠化運動組」提供。

負責人：陳美寶

W409

食物速寫體驗工作坊

「食物速寫」是一種繪畫食物的繪畫藝術，以簡單的工具，透過臨摹食物，繪畫在畫紙上，就像吃掉眼前的食物一樣。這心靈藝術帶來的平靜與安穩，在專注創作的同時，更享受每個當下，豐富及滋養妳內在心靈。

日期：19/6、26/6/2024 (三) 共2次
時間：10:15-11:30am
地點：本中心
對象：25-59歲婦女
費用：\$50(會員)、\$85(非會員)



備註：1. 活動導師：鄭詠虹小姐 (亞洲禪繞畫認證導師 Certified Zentangle Teacher, CZT-Asia 及日本和諧粉彩正指導師 / JPHAA Advanced Instructor) 教授創作環節；
2. 活動收費包括所需之基本工具、物資及導師費。

負責人：區碧華

W109

婦女電腦文書處理進階班

教授電腦文書處理的進階編輯，包括字元間距、文字特殊效果；自訂紙張大小及方向；美化文件的圖片，加入美術效果、如美工圖案、向量圖案、特殊符號等的方法和技巧，編輯群組，加上頁首及頁尾、目錄建立等；讓婦女廣泛應用電腦，並享受使用電腦帶來樂趣。

日期：25/4-30/5/2024 (逢一、四) 11堂
時間：9:15-11:15am
地點：本中心
對象：25-65歲婦女
費用：\$80

備註：1. 課程由「勞工及福利局」資助，參加者出席率須達八成；
2. 參加者需有基本電腦操作經驗；
3. 交費時需出示香港身份證；
4. 第一節課堂將會抽籤安排座位。

負責人：陳美寶



W410

婦女簡易影片製作入門班

教授婦女掌握電腦影片製作的基本知識，學習應用微軟平台的免費影片製作軟件 (Movie Maker)，以便將製作好的影片，藉用電子郵件傳送、直接發佈到 YouTube/Facebook 等網站，或燒錄成 DVD 方便在電視上觀賞。

日期：6/6-27/6/2024 (逢一、四) 6 堂
 時間：9:15-11:15am
 地點：本中心
 對象：25-59 歲婦女
 費用：\$80



負責人：陳美寶

- 備註：1. 10/6 公眾假期暫停一次；
 2. 課程由「勞工及福利局」資助，參加者出席率須達八成；
 3. 參加者需有基本操作電腦經驗；
 4. 交費時需出示香港身份證；
 5. 第一節課堂將會抽籤安排座位。

W411

零極限。實踐談

過去分享「零極限」課題已經有兩次，大家還記得當中的核心信念嗎？「對不起！」、「請原諒我！」、「我愛你！」、「多謝你！」這四句很富意義的提醒，過去半年在妳的生活中又有沒有發揮作用？如何學懂、明白及學習應用於日常生活中，使自己內心平和，清理內在的負面磁場，淨化思想和調整能量十分重要。是次活動將會分享大家內在修習的方法、生活實踐及應用呢！

日期：28/6/2024 (五)
 時間：10:00-11:30am
 地點：線上 Zoom 進行
 對象：25-59 歲婦女
 費用：免費

負責人：區碧華

- 備註：1. 活動邀請導師松蟲姑娘協助帶領，她是一位資深前社工，並擁有豐富的婦女服務、家庭教育及輔導、特殊學習需要兒童服務、綠色親子教育等經驗，曾任情意自然教育導師。她也鼓勵大家實踐愛自然的生活；
 2. 此活動歡迎對「零極限」有認識或沒有認識的姊妹參加；
 3. 中心將於活動舉辦兩天前，將 Zoom 連結以 WhatsApp 形式通知參加者。



NA401

新來港兒童適應課程

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。

日期：每季進行
 時間：待定
 地點：本中心
 對象：6-18 歲來港入學不足一年學生
 費用：免費

- 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：黃瑋、施志偉

NA402

讀書樂 - 新來港學童功課輔導計劃

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。

日期：4-6 月 (逢一至五，學校假期除外)
 時間：4:00-5:30pm
 地點：本中心
 對象：來港不足三年小學生
 費用：免費

備註：需經甄選。

負責人：黃瑋、張昕



NA403

好好同學會

每月一次的聚會，舉辦不同的活動，一起認識新事物。

日期：20/4、18/5、15/6/2024 (六)
 時間：8:00-9:30pm
 地點：本中心
 對象：新來港小學生
 費用：免費

負責人：黃瑋

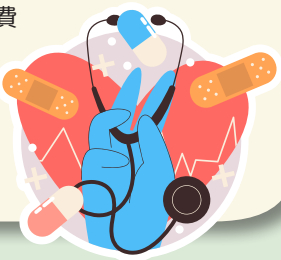
NA404

新。青夢啓翔

隔月一次聚會，邀請各位新來港青年在應付學業之餘共同策劃活動—外出或組織活動、學習技能、參與義工服務等。

4-6月活動如下：
4月：聚會
5月：滾軸溜冰
6月：急救入門

日期：24/4、22/5、19/6/2024 (三)
時間：8:00-9:30pm
地點：本中心
對象：新來港青年
費用：免費



負責人：黃瑋

NA407

親子義工社區服務

透過雙月份的親子義工探訪，關心區內的獨居長者，為他們帶來開心和關懷；增進本地及新來港人士的認識和接觸，促進社區融和。亦可學習義工服務技巧及態度，服務更多社會上有需要的人。

日期：27/4、22/6/2024 (六)
時間：3:00-5:00pm
地點：本中心 / 大角咀
對象：新來港家庭
費用：免費

負責人：黃瑋、張盼

NA408

婦女聚一聚

一月一次的新來港婦女聚會，透過室內或室外之活動，彼此交流，分享日常，外出玩樂，建立社交互助網絡。

日期：17/4、22/5、19/6/2024 (逢三)
時間：8:30-9:30pm (外出時間待定)
地點：本中心 / 外出
對象：來港不足三年婦女
費用：免費

備註：歡迎介紹新來港婦女出席聚會。

負責人：張盼

NA405

「健康樂聚」小組

「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，也可以強健身體。

日期：15/4、29/4、6/5、20/5、3/6、17/6/2024 (逢一)
時間：10:00-11:00am
地點：大角咀市政大廈
對象：新來港婦女
費用：免費

備註：1. 上午9:50大角咀室內運動場門外集合；
2. 歡迎介紹新來港婦女出席聚會。

負責人：張盼

NA409

寫意 T-PARK 遊

在假日與家庭一同遊 T-PARK，參觀之餘也可以享用水療設施。

日期：9/6/2024 (日)
時間：8:30am-4:00pm
地點：T-PARK [源區]
對象：新來港家庭
費用：\$20

備註：1. 包來回車資；
2. 如需享用水療設施，請自備泳衣及替換衣物；
3. 自備午餐。

負責人：黃瑋、張盼

NA406

家聚 - 新來港家庭聚會

「家聚」，每季一次的聚會，有遊戲、聚餐、主題分享等活動，讓新來港家庭透過聚會認識社區、加強家庭間互相認識和聯繫，協助新來港家庭早日適應香港生活，展開新的一頁，以香港為家。

日期：11/5/2024 (六)
時間：7:30-9:30pm
地點：本中心
對象：新來港家庭
費用：免費



負責人：黃瑋、施志偉

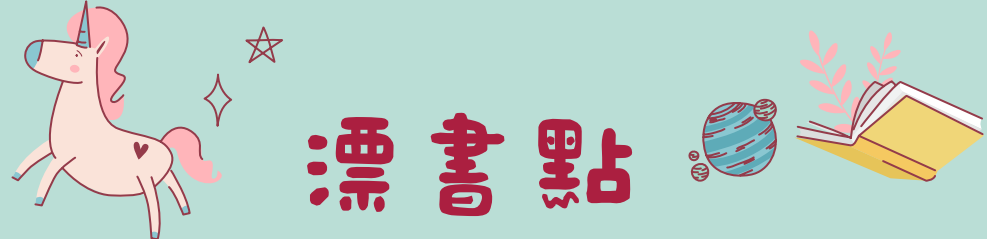
NA410

成人廣東話班

如果你剛來香港，而有需要學習廣東話，本課程會與其他新來港婦女共同學習廣東話，並邀請老師教授。課程合共四堂。

日期：4至6月
時間：10:00-11:00am
地點：本中心
對象：新來港婦女
費用：\$20

負責人：黃瑋、張盼



漂書點

「漂書」起源於歐洲，以分享及互動概念為藍本。令愛書人把書籍「放漂」到公共空間，書的頁面上，蓋上漂書提示標記，鼓勵取閱書本的人閱讀後，繼續以同樣方法把書本再次「放漂」，讓更多愛閱者能取閱，也讓書籍遇到更多知音友，享受更多閱讀樂趣。別讓你的摯愛困在您的書櫃沉睡呀！快快讓它醒來吧！使它活躍、使它有價值，記得放回漂書點，讓它遇上更多知音友。

✓ 什麼書籍可接受作漂書？

以兒童繪本、青少年讀物、勵志、休閒、文學等類別，適合大眾閱覽之書籍為主。

✗ 什麼書籍不可接受作漂書？

破損、污損、塗鴉等情形，時效性（報紙及雜誌）、廣告文宣、宗教及限制級書籍不納入漂書範圍。

溫馨提示

本室之漂書書籍，會先進行消毒處理。

參加方法

- 於閱讀室開放時間內，帶備書籍到本室作漂書。
- 於本室選取漂書（每人每次 5 本）書籍回家閱讀。

閱讀室開放時間

星期一至五： 2:00-9:45pm
 星期六： 10:00am-5:45pm
 星期日及公眾假期： 10:00am-1:00pm 及 2:00-5:00pm

地點：本中心 4 樓閱讀室

對象：區內外人士

負責人：黃凱芯

閱讀室雜誌贈閱

本室提供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：16/4 及 17/4/2024 (二及三)
 時間：2:00-9:45pm
 地點：本中心四樓閱讀室
 對象：會員

負責人：黎曼鈺



R401

悅讀閱讀龍虎榜

日期：1/4-30/6/2024
 時間：閱讀室開放時間
 地點：本中心四樓閱讀室
 對象：3-59 歲會員
 費用：會員免費

負責人：黃凱芯

閱讀的好處

1. 最容易提升自己（知識與壽命）的方式
2. 讀書讓你拿回專注與自我覺察
3. 讀書讓你培養更多好習慣
4. 拓展你的網絡與深化關係
5. 讀書讓你舒壓，做出更好的決策
6. 讀書讓你每天都能激活大腦
7. ……………

遊戲規則

借閱館內的課外書籍、雜誌篇章、中英文均可，需與自己程度相關（不可即日借，即日還）

獎狀

2024 年度最高借書率達 150 本或以上可得金獎狀乙份
 2024 年度最高借書率達 100 本或以上可得銀獎狀乙份
 2024 年度最高借書率達 80 本或以上可得銅獎狀乙份

獎勵

每季最高借書率的 10 位會員可得神秘獎品乙份，得獎名單留意 4/F 壁佈板及下期好慶誌。

恭喜晒！2023 年金獎得主陳建豪，銀獎得主溫宇晴，銅獎得主溫逸朗

R402

聽故事、講故事

日期：11/5、18/5/2024 (六)
 時間：11:00am-12:30pm
 地點：本中心
 對象：小學生
 費用：\$15(會員)、\$50(非會員)

負責人：梁杏英

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，今期主題會講，如何善用暑假時間。

R403

詩詞成語飛花令

日期：每月進行
 時間：閱讀室開放時間
 地點：本中心四樓閱讀室
 對象：會員
 費用：會員免費

飛花令在古時是一項文雅而又趣味的遊戲，今日我們也效仿古人玩飛花令接龍，在圖書館內會放置一張大卡紙，每位來訪者都可以參與。玩法為接龍者所選的詩詞或成語第一個字的開頭需與上一句末尾一字相同，讀者每日參加次數不限，唯內容不能重複，最後于月尾統計接上最多飛花令的一位讀者可獲表彰以及禮品一份，其餘參加的讀者將會隨機抽取三名贈送獎品一份，歡迎大家齊來參與。（例子：舉頭望明月 - 陳大明；月黑風高 - 王小強；高枕無憂 - 李小文）

備註：不得在卡紙上胡亂塗鴉。

負責人：黎曼鈺



A403

練琴研習館

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！

日期：2024年4至6月
 時間：自選
 地點：本中心(210室)
 對象：會員
 費用：1節至4節(每節55分鐘\$25)
 5節至9節(每節55分鐘\$21)
 10節或以上(每節55分鐘\$20)



- 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. 2.1 同一張收據繳費1-4節(每節55分鐘\$25)；
 2.2 同一張收據繳費5-9節(每節55分鐘\$21)；
 2.3 同一張收據繳費10節或以上(每節55分鐘\$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。

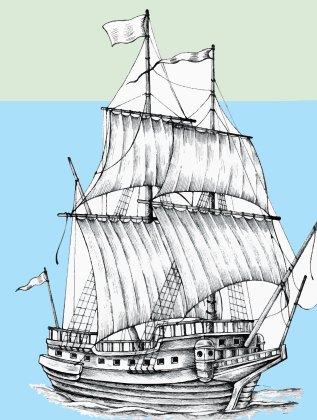
查詢人：黃凱芯

A404

素描班

教授素描筆的用法，實用寫生，靜物寫生處理等等。

日期：7/4/2024(逢日) 12堂
 時間：2:55-4:10pm
 地點：本中心
 對象：6-15歲
 費用：\$840(會員)、\$920(非會員)



備註：每堂自備(HB型號鉛筆)及(A3 Size畫簿)。

查詢人：黃凱芯

A401

鋼琴班

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。

日期：2024年4至6月
 時間：待安排
 地點：本中心
 對象：會員(5歲或以上)

費用

級數	30分鐘(4堂)	45分鐘(4堂)
初級	\$480	\$700
一級	\$520	\$740
二級		\$780
三級		\$860
四級		\$940
五級		\$1080
六級		\$1240
七級		\$1540
八級		\$1840

查詢人：黃凱芯

備註：留下聯絡資料待負責人聯絡。

A402

小提琴班

拉奏小提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。

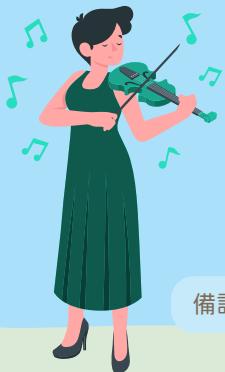
費用

級數	30分鐘(4堂)	45分鐘(4堂)
初級	\$480	\$700
一級	\$520	\$740
二級		\$780
三級		\$860
四級		\$940
五級		\$1080
六級		\$1240
七級		\$1540
八級		\$1840

日期：2024年4至6月
 時間：待安排
 地點：本中心
 對象：會員(5歲或以上)

備註：留下聯絡資料待負責人聯絡。

查詢人：黃凱芯





A405

兒童繪畫基礎班

本課程適合初學者學習，從簡單線條形狀開始，透過每堂不同的主題，去認識日常生活事物，從而啟發及增強學生繪畫能力，提升學生畫畫自信心，為他們的繪畫能力作出基礎練習。

日期：13/4/2024 (逢六) 8 堂
時間：2:00-3:00pm
地點：本中心
對象：3 歲半 -6 歲
費用：\$480(會員)、\$560(非會員)

備註：每堂均需帶備基本文具 (鉛筆、擦膠、間尺)、木顏色 24 色、鉛筆刨、A4 畫簿。

查詢人：吳麗姩

A406

兒童創意繪畫班

本課程透過不同題材去提高學生繪畫興趣和能力，配合運用木顏色和油粉彩作畫，發揮想像力和創作力，由淺入深地貫輸繪畫技巧。

日期：13/4/2024 (逢六) 8 堂
時間：3:10-4:10pm
地點：本中心
對象：4-7 歲
費用：\$480(會員)、\$560(非會員)

備註：每堂均需帶備基本文具 (鉛筆、擦膠、間尺)、木顏色 24 色、油粉彩 25 色、鉛筆刨、A3 畫簿。

查詢人：吳麗姩

A407

兒童卡通漫畫班

本課程以卡通漫畫人物做主題，如熟悉的多啦 A 夢、比卡超等等，透過他們的造型、動作和神情來創作漫畫作品，另外會嘗試學習四格漫畫，令作品更有故事性，提高學生思考能力和表達力。

日期：13/4/2024 (逢六) 8 堂
時間：4:20-5:20pm
地點：本中心
對象：6 歲半 -12 歲
費用：\$480(會員)、\$560(非會員)

備註：每堂均需帶備基本文具 (鉛筆、擦膠、間尺)、木顏色 24 色、鉛筆刨、A4 畫簿。

查詢人：吳麗姩

A408

兒童繪畫技巧班

本課程以學校內最常見視藝題目為骨幹，幫助學生應付未來視藝功課，和為視藝科呈分試作好準備，讓他們提早認識繪畫時要注意事項，如構圖處理、配色等等，幫助他們在繪畫時更得心應手，爭取好成績。

日期：13/4/2024 (逢六) 8 堂
時間：5:30-6:30pm
地點：本中心
對象：8-12 歲
費用：\$480(會員)、\$560(非會員)

備註：每堂均需帶備基本文具 (鉛筆、擦膠、長間尺)、木顏色 24 色或以上、鉛筆刨、A3 畫簿。

查詢人：吳麗姩

L401

珠心算班

珠心算學習是透過算盤和背誦口訣，以及耳聽、眼看、手撥、腦算的訓練，有系統地訓練兒童，把珠算的運算模型與珠碼內化在大腦成為心算。學習珠心算能顯著提高兒童的觀察力、記憶力、集中力，並能有效地開發大腦潛能。

日期：13/4/2024 (逢六) 12 堂
時間：10:00-11:00am
地點：本中心
對象：K2-K3
費用：\$960(會員)、\$1040(非會員)

備註：1. 初學者須於首堂付材料費 \$100(包括算盤、練習簿)；
2. 請自備文具 (鉛筆、擦膠)。

查詢人：黃凱芯

L402

中文寫作班

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。(以普通話及分組形式授課)

日期：13/4/2024 (逢六) 12 堂
時間：10:00-11:00am
地點：本中心
對象：小三至小六
費用：\$1320(會員)、\$1400(非會員)

備註：講義費 \$60 於首堂繳交。

查詢人：黃凱芯

L403

Phonics 英文拼音班

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。

日期：13/4/2024 (逢六) 12 堂
時間：10:00-11:00am
地點：本中心
對象：幼稚園學生
費用：\$1080(會員)、\$1160(非會員)

備註：講義費 \$60 於首堂給導師及自備文具。

查詢人：黃凱芯

L404

中文閱讀理解班

學生在閱讀文章上方面普遍存在粗疏、文法、詞彙不足和文章結構不嚴謹等問題。此課程針對小學常犯的問題而編寫，教授他們考試最熱門的文章主題及文體，並在課堂上增設補底技巧操練，希望能有效地提升學生的閱讀理解能力及技巧。(以普通話及分組形式授課)

日期：6/4/2024 (逢六) 12 堂
時間：11:10am-12:10pm
地點：本中心
對象：小三至小六
費用：\$1320(會員)、\$1400(非會員)

備註：講義費 \$60 於首堂繳交。

查詢人：黃凱芯





P402

兒童芭蕾舞班

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。

日期：每月初開班（逢日）4 堂
時間：10:30-11:30am
地點：本中心
對象：5 歲或以上
費用：\$440(會員)、\$520(非會員)

查詢人：吳麗璇

備註：芭蕾舞衣物於開課後由導師代購。

P403(A 班) P404(B 班)

兒童芭蕾舞爵士舞班

本課程根據澳洲教師協會及英國皇家學院最新課程而教授，課程揉合了爵士舞及芭蕾舞的基本技巧，除有助培養學員藝術氣質，更能全面發揮潛能。藉輕快的舞蹈音樂，揉合了芭蕾舞和爵士舞的基本伸展、跑跳動作，增加學員學習興趣，有助提升學員的專注力和想象力及學習聽從指令，學員完成 6 個月課程或經導師評核，可參加澳洲舞蹈教師協會每年舉辦之考試。

日期：(A 班) 每月初開班（逢四）4 堂
(B 班) 每月初開班（逢三）4 堂
時間：5:15-6:15pm
地點：本中心
對象：(A 班) 3-5 歲
(B 班) 6-8 歲
費用：\$440(會員)、\$520(非會員)

查詢人：吳麗璇

備註：爵士舞衣物於開課後由導師代購。

P405

空手道組

學習空手道，可培養做運動的習慣，還可處理情緒和個人紀律。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。每三個月會安排升級試，表現良好的學員可報考。成功升級者，均可獲升級帶和正式證書（所有黑帶證書經由日本糸東流總部簽發及國際認可）。另外，學員亦有機會參加本地賽事及參與公開表演。課程由糸東流空手道香港振武會黑帶三段或以上教練任教。

日期：每月初開班（逢二）
時間：7:30-9:00pm
地點：本中心
對象：12-49 歲
費用：\$160(會員)、\$240(非會員)



查詢人：黎曼鈺

備註：教練可協助初學者代購道袍。

L405

初小 Reading Class

課程特色：目的旨在提升學生的英文閱讀理解能力
實時講解：堂上即時練習及講解，重點針對學生弱點及常犯錯誤，強化學生批判及分析的能力
專注高效：專注於閱讀理解題型，涵蓋學校常考文章類型，顯著提升應試能力
緊貼進度：適時評估學生進度及調整教學節奏

日期：13/4/2024 (逢六) 12 堂
時間：11:10am-12:10pm
地點：本中心
對象：P.1 至 P.3
費用：\$1320(會員)、\$1400(非會員)



查詢人：黃凱芯

備註：講義費 \$ 60 於首堂繳交及自備文具

L406

高小 Writing & Reading

小學英文閱讀理解和寫作考卷佔分比聆聽和會話卷重，而且不少入學面試也會考學生的閱讀理解能力，從而評估他們的英文水平。課程以主題貫穿閱讀和寫作訓練，透過讓學生閱讀大量篇章，幫助他們掌握英語讀寫的策略，並學習相關詞彙、文法知識、最新的考試題型和答題技巧。教授閱讀理解和作答技巧：找出文章重點、學習不同文體的結構組織、擴充詞彙、拓闊視野，加強思考能力... 教授寫作技巧：學習運用腦圖、分析不同文章結構、腦力激盪法...

日期：13/4/2024 (逢六) 12 堂
時間：12:20-1:20pm
地點：本中心
對象：P.3 至 P.6
費用：\$1320(會員)、\$1400(非會員)

備註：1. 講義費 \$ 60 於首堂繳交及自備文具；
2. 分組形式授課。

查詢人：黃凱芯

備註：講義費 \$ 60 於首堂繳交及自備文具

P401

兒童芭蕾舞啟蒙班

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。

日期：每月初開班（逢日）4 堂
時間：9:30-10:30am
地點：本中心
對象：3-4 歲
費用：\$440(會員)、\$520(非會員)



查詢人：吳麗璇

備註：芭蕾舞衣物於開課後由導師代購。



AP403

星期二瑜伽

日期：9/4/2024 (逢二) 12 堂
 時間：7:00-8:00pm
 地點：本中心
 對象：15-59 歲女性
 費用：\$660(會員)、\$740(非會員)

一系列流暢的式子織在一起，使修習者除可獲得力量與柔和之間的平衡。只要持續下去，是開啟瑜伽生活的美好關鍵。歡迎大家帶著輕鬆的心，一件小地墊，一起體會這趟內在意識轉化的旅程。

查詢人：黃凱芯

備註：1. 學員須穿著輕便衣服；
 2. 每堂須自攜地墊及瑜伽磚上課。



AP404

星期二 Power yoga

Power yoga(強力瑜伽)主要在強調改善內臟及各器官的功能，某些式子姿勢對於強化腹、背肌、脊椎已被運動醫學界證實極為助益。長期規律地實踐，不但可以促進心肺適能，改善肌肉適能，增進柔軟度，減少體脂肪，更可舒解緊張及壓力，因此，強力適能瑜伽是使身心健康的最佳運動。

日期：9/4/2024 (逢二) 12 堂
 時間：8:10-9:10pm
 地點：本中心
 對象：15-59 歲
 費用：\$660(會員)、\$740(非會員)

查詢人：黃凱芯

備註：1. 學員須穿著輕便衣服；
 2. 每堂須自攜地墊及瑜伽磚上課。

AT401

綜合攝影技巧進階班

本課程由「香港油麻地攝影學會」的專業導師教授，內容包括動態攝影(如何運用「搖擺」及「拉爆」拍攝動與靜主體)，瀑布、海浪、流水拍攝(三元色拍攝流水)，多重曝光動感攝影技巧[多種不同重拍方法拍攝，包括多種不同題材]，光影塗鴉(LightPainting)，光繪人像特技攝影，夜景燈飾拍攝方法(重拍、旋轉、搖鏡)拍攝，夜間(飛燈)人像、壓光閃燈人像攝影，星軌銀河、星空、雲海怎樣拍及學員作品分析。

日期：22/4/2024 (逢一) 8 堂
 時間：7:30-9:30pm
 地點：本中心
 對象：16-59 歲
 費用：\$560(會員)、\$640(非會員)

查詢人：吳麗嫻

備註：學員須自備相機(傳統或數碼均可)。



P406

跆拳道組

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，我們定期設有升級試供學員參加，升級至黑帶更可考取國際認可的資格。

日期：每月初開班 (逢四)
 時間：7:30-9:30pm
 地點：本中心
 對象：9 歲或以上
 費用：\$160(會員)、\$240(非會員)



查詢人：梁杏英

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，教練可協助代購道袍。

P407

兒童空手道班

學習空手道，可培養做運動的習慣，還可處理情緒和個人紀律。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。每三個月會安排升級試，表現良好的學員可報考。成功升級者，均可獲升級帶和正式證書(所有黑帶證書經由日本糸東流總部簽發及國際認可)。另外，學員亦有機會參加本地賽事及參與公開表演。課程由糸東流空手道香港振武會黑帶三段或以上教練任教。

日期：3/4/2024 (逢三) 5 堂
 時間：7:30-9:00pm
 地點：本中心
 對象：6-10 歲
 費用：\$300(會員)、\$380(非會員)



查詢人：黎曼鈺

備註：教練可協助初學者代購道袍。

AP401(A 班) AP402(B 班)

健康運動太極訓練班

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。

日期：每月初開班
 時間：(A 班)逢一、五 - 8:30-10:00am
 (B 班)逢一、三 - 8:00-9:30pm
 地點：本中心
 對象：16 歲或以上人士
 費用：\$300(會員)、\$380(非會員)

查詢人：吳麗嫻

備註：學員須穿著輕便衣服上課。



G401

西九龍第92女童軍隊招募隊員

日期：逢六
 時間：2:15-3:45pm
 地點：本中心 230 室
 對象：6-9 歲小女孩
 費用：\$10(會員)(每月費用)

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. 集會時需穿著制服，制服可於參加後才購買。

負責人：吳麗嫻

G402

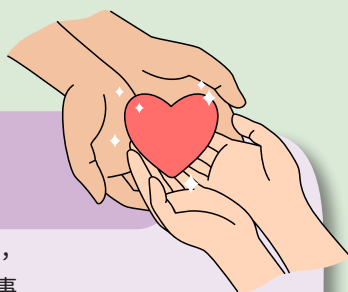
西九龍第92女童軍隊招募隊員

日期：逢六
 時間：4:00-5:30pm
 地點：本中心 230 室
 對象：10-18 歲女孩子
 費用：\$15(會員)(每月費用)

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. 集會時需穿著制服，制服可於參加後才購買。

負責人：吳麗嫻



V401

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社區特色與需要、中心的不同服務、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。本中心亦會按大家的興趣，盡量安排不同活動及服務讓大家實踐。

此外，為嘉許協助服務及活動的義工，只要大家於一年內(1-12/2024)服務滿一定之時數，中心將會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30小時~義工服務嘉許獎
 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

日期：全年
 地點：本中心
 對象：14-59 歲
 費用：免費

負責人：區碧華

備註：請往中心詢問處填妥義工登記表即可。

V402

義工簡介會

日期：26/4/2024 (五)
 時間：8:15-9:30pm
 地點：本中心或 Zoom 線上形式進行 (待定)
 對象：14-59 歲
 費用：免費

簡介中心服務、<中央義工>系統運作及如何讓義工知悉中心招募協助義工的方法。

備註：1. 請往中心詢問處填妥義工登記表即可；
 2. 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。

負責人：區碧華

V403

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、家長、青年、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：教授樂器如：結他、非洲鼓、電子琴、烹飪、手工藝、剪髮、話劇、外語、舞蹈及運動等等。

日期：全年
 地點：本中心
 對象：14-59 歲
 費用：免費

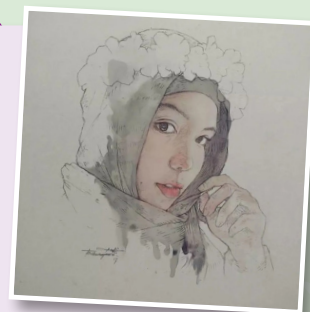
備註：1. 請往中心詢問處填妥義工登記表即可；
 2. 如有查詢，請致電本中心社工區碧華姑娘聯絡；
 3. 服務日期及時間，可於日後聯絡時協定。

負責人：區碧華

V404

義工技能培訓 - 水彩速寫初體驗

是次活動是以簡單的水彩顏料，以及快速繪畫的方法，去創作一幅獨一無二的作品！
 參加這活動，除了能幫助自己獲得心靈上的療癒外，也增加自己的本錢，可以在日後中心的活動中成為好幫手呢！



日期：1/6/2024 (六)
 時間：8:00-9:30pm
 地點：本中心
 對象：14-59 歲中心登記義工
 費用：\$10(會員)、\$45(非會員)

備註：1. 活動導師：鄭詠虹小姐 (亞洲禪繞畫認證導師 Certified Zentangle Teacher, CZT-Asia 及日本和諧粉彩正指導師 / JPHAA Advanced Instructor) 教授創作環節；
 2. 活動收費包括所需之基本工具、物資。

負責人：區碧華

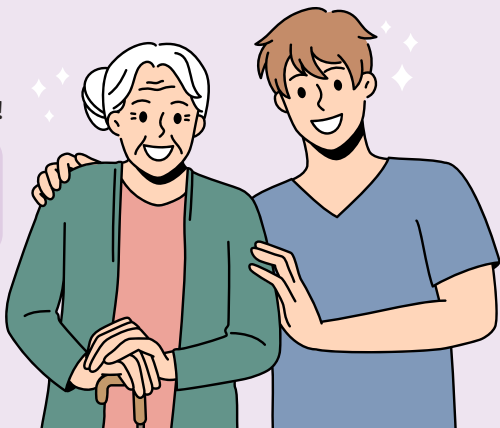
V405

親子義工 「社區有愛同樂日」

單元一：復活節 安老院探訪關懷日

關懷及慰問予安老院長者，送上祝福和愛！

日期：28/4/2024 (日)
時間：2:00-4:30pm
地點：大角咀區



單元二： 親子長者素食同樂日

與公公婆婆一齊包素菜卷，開心同樂日！

日期：15/5/2024 (是日公眾假期) (三)/ 30/6/2024 (日)
(可選擇其中一日參加)
時間：2:00-4:30pm
地點：本中心
對象：親子義工

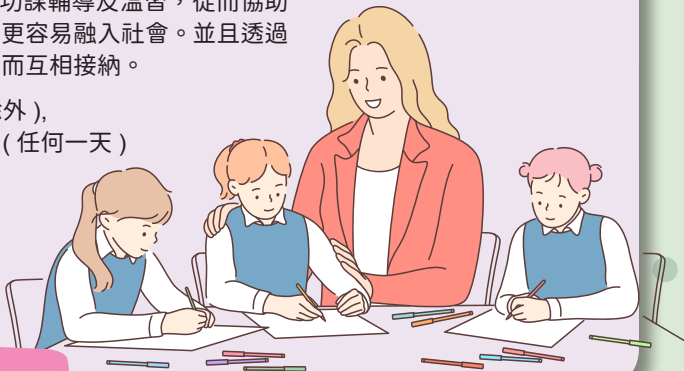
負責人：李麗萍

V406

南亞功課輔導義工

為南亞 K.2 至 P.6 學生提供功課輔導及溫習，從而協助他們解決學業上的困難使其更容易融入社會。並且透過交流，認識彼此的文化，從而互相接納。

日期：全年 (7-8 月除外)，
逢一、二、四 (任何一天)
時間：7:00-8:30pm
地點：本中心
對象：中五或以上
費用：免費



負責人：王培明姑娘、盼姑娘

V407

故事天地 - 「種子故事人」義工招募

成為故事天地義工，為大人和小朋友送上精彩故事，同時為他們締造歡樂與難忘的回憶，在社區播下「閱讀的種子」，更為推廣「閱讀圖書」出一分力。

日期：2024 年 4-6 月每個星期六 -
任君選擇「故事天地」其中一節
時間：3:00-4:00pm
地點：Zoom 線上形式進行
(按情況或會改以實體形式進行)
對象：16 歲或以上有興趣人士
費用：免費

備註：1. 有興趣人士可 Whatsapp 至號碼：5547-0980 向負責職員查詢及報名，我們將於稍後與您們聯絡協調服務時間及內容；
2. 如以線上形式進行活動，義工亦可選擇在本中心使用電腦設備講故事。

負責人：麥小華、劉鈺瑩

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：_____

希望你可以留下電話以便聯絡。

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：<https://www.mkchanhing.org.hk>
 電郵：ifochssc@mkkfa.org.hk

E	POSTAGE PAID HONG KONG CHINA 中國香港 郵資已付	PERMIT NO. 特許編號 6379
---	--	----------------------------



關懷互建



共融社區



印刷數量：3900 本

印刷日期：2024 年 2 月