



賽馬會沙田青少年
綜合服務中心
Jockey Club Shatin Integrated Service
Centre for Children & Youth

城中棧道

2022年2月至5月

共融 和諧

新體驗



正向人生

無障礙

活動報名日方法
網上登記抽籤

即日起至20/1 (三)
報名詳情請閱P.7

2022-23 會費豁免優惠
詳情請閱P.4

2022 年 2 月至 5 月中心通訊內容更正

頁數	CODE	活動名稱	原有內容	新增/更正為
封面		報名日期	即日起至 20/1(三)	即日起至 18/1(二)
P.9	ST21-P043A	2021 年度會員大會	12/2/2022(六)	ST22-P243 改為:10/4/2022(日) 12 歲以上參加者必須接種最少一劑新冠疫苗。 報名時參加者必須提供有效香港身份證明文件上之姓名、性別、出生年齡及香港身份證明文件號碼。 另外因應當時防疫措施更動，本活動部份內容或會更改，請留意本中心 Facebook。
P.12	ST22-P509	跆拳道 C	星期三	星期二
P.12	ST22-P510	跆拳道 D	星期三	星期二
P.24	ST22-P164	木藝時鐘手作班	星期五	星期四
P.30	ST22-P101	萬宜水庫地質遊	活動日期：22/5/2022 時間：12:00-17:15 收費：會員\$200 非會員\$230	活動日期：20/3/2022(日) 時間：13:30-18:30 收費：會員\$50 非會員\$80 以上費用包括來回交通

目錄

中心職員介紹	P.2
中心開放通告	P.3
會員須知	P.4-6
服務質素標準	P.7
報名方法	P.8
推介活動	P.9-11
興趣班	P.12
兒童活動	P.13-20
青年活動	P.21-25
家庭活動	P.26-30

中心職員介紹

中心經理：黃欣懿小姐 (Tiffany) ※◎

中心行政工作隊

中心經理：黃欣懿小姐 (Tiffany) ※◎
黃曉鈴小姐 (Ling)
盧琮華小姐 (華姐)

青年及中學支援隊

團隊隊長：林文浩先生 (Jacky Sir) ※
楊麗姬小姐 (Kate) ※*
譚玉環小姐 (譚姑娘) ※*
劉存敬先生 (劉Sir) ※
張曉珊小姐 (珊姑娘) ※
譚一龍先生 (譚Sir)

兒童及家庭工作隊

團隊隊長：馮梓忠先生 (Dick Sir) ※
洪阮玲小姐 (Elaine) ※*
林芸瑾先生 (瑾Sir) ※*
陳旒小姐 (青姑娘) ※
何偉燕小姐 (Joanne) ※◎
蔡小思小姐 (小思姑娘) ◎
劉欣欣小姐 (欣欣姑娘)

課餘託管工作隊

何偉燕小姐 (Joanne) ※◎
蔡小思小姐 (小思姑娘) ◎

導師：

陳美顏老師# 區秀蓮老師#
駱潔怡老師# 張慧婷老師#
曾穎珊老師# 林雅玲老師#

駿洋分處工作隊

團隊隊長：周順安先生 (安Sir) ※
蔡嘉寶小姐 (嘉寶) ※
陳雅思小姐 (思姐姐)
衛曉敏小姐 (敏姐姐)

融入里工作隊-社區投資共享基金

胡小霞小姐 (Renee) ※
林曉毅先生 (Edward) ※

※註冊社工 #兼職職員 ◎同一職員 *駐校社工

新職員簡介



周順安

大家好，我係駿洋分處新社工同事安sir！我主要負責駿洋邨嘅兒童及家庭事工。如果你地對行山露營、踢波、打機、手工藝、煮野食等等有興趣，都可以上黎駿洋邨搵我。我都好鍾意小動物，自己有養貓，以往都曾經做過寵物照顧嘅義工。我平時較少時間嚟第一城出沒，如果你地嘅第一城見到我，記得話我知，等我可以認識下大家！

中心開放通告

中心暫停開放通告

全日	
日期	內容
2022年2月1-5日 (二至六)	年初一至年初五
2022年4月4日 (一)	中心盤點日
2022年4月5日 (二)	清明節
2022年4月15-18日 (五至一)	復活節
2022年5月2日 (一)	勞動節翌日
2022年5月9日 (一)	佛誕翌日

颱風及暴雨警告處理措施

訊號	中心開放時間	中心內活動	戶外活動
一號風球	✓	✓	😊
三號風球	✓	✓	🚫
八號風球或以上	✗	🚫	🚫
黃色暴雨警告	✓	✓	😊
紅色暴雨警告	✓	☁️	🚫
黑色暴雨警告	☆	☁️	🚫

✓ 照常 ✗ 停止

☆ 如未開放，則停止開放；如已開放，則照常開放。



活動照常，但會視乎天氣轉變決定是否延期/取消/終止活動



延期/取消/終止活動



如未開始，則延期/取消；如已開始，則視乎天氣、路面及交通情況，安排參加者暫留中心或離開

備註：

- 以上安排均屬原則性考慮，如天氣突變，以活動當日中心通知為準。因天氣而取消活動實非得已，而採取之相應措施主要希望盡量減輕各方面之損失，敬希見諒及與中心衷誠合作
- 所有取消之活動，中心將退回款項；惟提供有關服務之機構如向中心收取費用(例如宿營之膳食費)，又或中心已購置之物資(如炭、燒烤包等等)中心將扣回有關支出，退回餘款。
- 如因天氣問題取消之兒童興趣班，若房間及導師許可下，將安排補堂，參加者如未能出席補堂或因天氣問題再次取消，中心將不作退款安排；但中心未能安排補堂，中心將按比例退回該堂學費，已用於購買材料之費用則不會退回。
- 如八號風球、紅/黑色暴雨警告於活動及興趣班開始前2小時除下，所有活動及興趣班照常，戶外活動則按天氣情況另行通知。
- 參加戶外活動時，參加者/家長宜留意有關當局發出之酷熱/寒冷警告、紫外光強度、空氣污染指數、雷暴警告，自行視乎個人體力及健康狀況而決定是否出席活動，唯退出與否，中心恕不退款。

入會須知



網上入會 / 續會QRCode

入會手續：

申請人必須親臨中心並帶備以下文件辦理手續：

1. 填妥之會員申請表
2. 近照1張
3. 出示有效身份證文件（如出世紙或身份證）
4. 會員年費（每年按社會福利署所規定金額收取）

服務對象：

1. 個人會員：6-24歲之兒童及青少年
2. 家庭會員：組合形式
3. 父 / 母及子女（年齡少於6歲者，必須以家庭會員形式申請成為會員）
4. 服務區內學校學生
5. 服務區內高危或傷殘青少年

入會收費表

會員	會藉有效期： 4月1日 至 翌年3月31日	個人會員：\$29			
		家長會員（直屬關係）			
		2位	3位	4位	5位或以上
		\$49	\$70	\$93	\$109

*因疫情關係，中心由將豁免2022-23年度會員費。

會員須知

一) 會員福利

1. 會員可以會員價，報名參加中心活動及興趣班。
2. 定期收取中心通訊。
3. 免費享用中心各類指定服務及設施。
4. 借用圖書及申請悅書好獎勵計劃。

二) 會員權利

1. 查閱或修改有關其個人儲存於中心的資料。
2. 查閱有關中心服務的資料（中心將於7個工作天內回覆查詢）。
3. 要求中心提供及確保其在安全環境下參加活動。
4. 會員提交任何個人資料，將得到保密處理，並只應用於中心各項宣傳及有關中心服務事宜。
5. 如會員對中心有任何不滿及意見，可循正式途徑申請，中心須確保所提出的意見得到保密處理，並需於6個工作天內回應。
6. 中心有政策保障服務使用者之私人財產權利受到尊重。

三) 會員責任及義務

1. 支持中心推廣「傷健融合」的精神。
2. 提交中心所需之個人資料，未能提供者，中心將未能為其提供服務。
3. 遵守中心規則及各項活動須知守則，如「活動報名程序」及「出席活動須知」等。
4. 以續會形式支持中心工作。
5. 向中心提出有建設性的意見。

四) 活動報名程序

1. 請按中心指定報名日期，帶同所需文件及費用，親臨中心報名。
(如於每季報名日報名，請留意每期中心通訊之派籌或抽籤安排)
2. 報名者須填妥中心活動報名表。
3. 中心只接受以現金或支票形式繳交報名費用，並請盡量自備零錢，以便找續。
4. 報名後請小心核對有關收據，如有錯漏，請即日於辦公室時間內聯絡本中心。
5. 活動一經報名，除中心自行取消外，參加者將不獲發回有關費用。
6. 報名後請保留有關收據至活動或興趣班完結為止。
7. 中心部份活動會因應活動特色及需要，報名程序會作特別安排，敬希留意有關宣布。

五) 出席活動須知

1. 所有活動及興趣班不接受更換已報名之參加人士。
2. 出席首堂興趣班及任何活動，請攜帶有關收據，以便稽查。
3. 為免影響他人，參加者須準時出席所參加之活動，逾時有候，所繳費用恕不發還。
4. 出席活動前，請留意天氣變化，詳情請參閱「颱風及暴雨警告措施」。
5. 凡18歲或以下之會員報名參與戶外活動時，必須於報名時填寫「戶外活動家長同意書」，方能報名參加是項活動。

六) 中心規則

1. 凡欲享用中心任何康樂設備，必須出示有效會員證。
2. 如參加中心活動，必須遵守「活動報名程序」及「出席活動須知」。
3. 敬請愛護公物，恪守公德。
4. 務請衣履整齊進入中心。
5. 須經中心職員同意方可進入辦公室。
6. 請勿攜帶家禽或寵物進入中心。
7. 中心內請勿吸煙或賭博。
8. 中心內不得喧嘩，奔跑或說粗言穢語。
9. 除獲中心職員同意外，請勿於中心內進食。
10. 請保持中心地方清潔及愛惜公物，如有任何損失，本中心概不負責。
11. 開關任何電制(如電燈，電視等)，須知會職員代為開啟，以保安全。
12. 使用中心各項設施後，敬請放回原處。
13. 中心電話號碼只供會員查詢資料。
14. 中心嚴禁以言語或身體侵犯他人，如有被侵犯情況，請即向中心職員申訴。
15. 請自行看管個人財物。
16. 中心保留修訂各項中心規則之權利。

七) 會員退會須知

1. 退會手續
 - 1.1 會員可自行申請退會，只需填妥退會申請表(可向中心索取)，連同會員證，親臨或郵寄交回中心即可。
 - 1.2 會員證期滿前自行退會，已繳會費恕不發還。
 - 1.3 凡未按時續會者，亦作自行退會論。
 - 1.4 會員若違反中心規則者，本會有權利終止其會籍，已繳會費將按比例退回。
詳情請參閱「要求會員退會準則」。
 - 1.5 所有自行要求退會會員之有關資料，將在單位主管發出確認信之後，一個月內刪除。
2. 要求會員退會準則：會員如有違反中心規則，中心有權終止其會籍，程序如下：
 - 2.1 單位主管以口頭勸諭。
 - 2.2 單位主管可採取以下行動要求會員退會。
 - 2.3 以書面終止其有關會籍，會員若有異議，可於一個月內書面方式向協會服務總監提出申訴。

八) 會員申訴安排

1. 會員如有任何申訴要求，可以口頭形式向中心職員尋求協助。
2. 如會員未能滿意中心職員之協助或安排，可以口頭或書面(可向中心索取表格)形式向
單位主管作出正式申訴，單位主管須於七個工作天內作出回應。
3. 如會員仍未能滿意中心職員之協助或安排，可以書面形式依次序向服務總監，
總幹事及董事局作出申訴。
4. 所有申訴必須於事發一個月內提出，方為受理。
5. 中心設有意見箱供各位會員提供意見或申訴。
6. 會員擁有投訴的自由，而毋須顧慮受到責罰。

報名及出席活動須知

1. 報名者需出示有效之會員証及已填妥之活動報名表。
2. 報名後請小心核對收據，如欲進行任修改，請於報名當日盡快聯絡本中心。
3. 活動報名翌日開始，除中心自行取消小組、活動或興趣班外，將不接受任何理由之轉班、轉名或退款之申請。
4. 為保障閣下利益，報名後請保留有關收據至活動或興趣班完結為止。
5. 請留意收據所列日期及時間，按時出席活動或興趣班；除特殊原因外，中心將不另作個別通知。
6. 出席活動或興趣班，請帶備有關收據，以便核查。
7. 為免影響他人，參加者務請準時出席有關活動，逾時不候，所繳費用恕不發還。
8. 出席活動前，請留意天氣變化。詳情請參閱「颱風及暴雨警告措施」。
9. 凡18歲或以下之會員報名參與戶外活動，必須於報名時填交「戶外活動家長同意書」，方能報名參與該項活動。

退款手續

1. 中心活動如要取消，將於活動取消當日起計一個月內，向報名者作出退款通知。
2. 退款者必須於接獲通知起一個月內，帶同收據到中心辦理退款手續。逾期無效，敬請垂注。

申請活動退款、轉移或轉名注意事項

申請方法：

1. 暑假活動(即7至8月的活動)在特殊情況下，如需申請退款，必須於6月30日前向中心書面提出。
2. 其他月份的申請退款期為以小組/活動/興趣班開始前一個月。
3. 區域經理將按個別情況作出考慮，並於七個工作天內回覆。

申請程序：

A. 退款申請

本中心原則上不接受因個人事故而未能出席活動之退款申請，唯因學校活動則可以書面申請，並附上學校證明文件。如申請成功將一律收取每位參加者每項活動\$20作為退出活動的「行政費」，餘額將退回參加者。

B. 轉移報名

如申請者並非因學校活動而引致未能出席活動之轉移申請，唯需有合理原因並附上證明文件。所有轉移活動必須為同季度活動；如申請成功將一律收取每位參加者每項活動\$10作為退出活動及轉移的「行政費」，餘額將退回參加者。

C. 轉名申請

如申請者並非因學校活動而引致未能出席活動之轉名申請，唯需有合理原因並附上證明文件。如申請成功將一律收取每位參加者每項活動\$10作為退出活動及轉名的「行政費」，餘額將退回參加者。

標準編號	標準的扼要內容
標準1	服務資料 > 服務單位確保製備說明資料，清楚陳述其宗旨、目標和提供服務的形式，隨時讓公眾索閱。
標準2	檢討及修訂政策和程序 > 服務單位應檢討及修訂有關服務提供方面的政策和程序。
標準3	運作及活動紀錄 > 服務單位存備其服務運作和活動的最新準確記錄。
標準4	職務及責任 > 所有職員、管理人員、管理委員會和／或理事會或其他決策組織的職務及責任均有清楚的界定。
標準5	人力資源 > 服務單位/機構實施有效的職員招聘、簽訂職員合約、發展、訓練、評估、調派及紀律處分守則。
標準6	計劃、評估及收集意見 > 服務單位定期計劃、檢討及評估本身的表現，並制定有效的機制，讓服務使用者、職員及其他關注人士就服務單位的表現提出意見。
標準7	財政管理 > 服務單位實施政策及程序以確保有效的財政管理。
標準8	法律責任 > 服務單位遵守一切有關的法律責任。
標準9	安全的環境 > 服務單位採取一切合理步驟，以確保職員和服務使用者處身於安全的環境。
標準10	申請和退出服務 > 服務單位確保服務使用者獲得清楚明確的資料，知道如何申請接受和退出服務。
標準11	評估服務使用者的需要 > 服務單位運用有計劃的方法以評估和滿足服務使用者的需要（不論服務對象是個人、家庭、團體或社區）。
標準12	知情的選擇 > 服務單位盡量尊重服務使用者知情下作出服務選擇的權利。
標準13	私人財產 > 服務單位尊重服務使用者的私人財產權利。
標準14	私隱和保密 > 服務單位尊重服務使用者保護私隱和保密的權利。
標準15	申訴 > 每一位服務使用者及職員均有自由申訴其對機構或服務單位的不滿，而毋須憂慮遭受責罰，所提出的申訴亦應得到處理。
標準16	免受侵犯 > 服務單位採取一切合理步驟，確保服務使用者免受侵犯。

活動報名安排

兒童、青少年及家庭活動報名安排 (須知及介紹)



報名登記

- 本季度活動報名日為2022年1月22日(六)。
- 以先登記，後依時段報名作為安排，請各位會員多多留意！
- 各位會員可以在網上登記抽籤，本中心抽出報名當日的時序籌號。會員於1月22日(六)當日依所獲分配的時間到中心作即時報名。此舉為減少會員輪候，亦可讓會員即時獲知報名結果。
- 建議會員讀好本中心FB專頁，以獲取有關暑期活動報名日安排的即時消息及提示。
請於Facebook搜尋 hkphabst

想報名就要記實以下時間表了！

1. 網上登記抽籤

由即日起至18/1 (二)

2. 抽籤結果公佈

20/1 (四)

3. 會員報名日 (已登記人士)

22/1 (六)
上午10:00 開始

4. 公開報名日

25/1 (二)
晚上7:00 (先到先得)

注意事項

1. 登記報名期

- 會員需填寫部份個人資料作登記及核實，**家庭會籍成員只需登記一次**，便可以在獲抽時段為該家庭會籍名單下所有成員報名。
- 建議填寫 **具備Whatsapp功能** 的電話號碼作登記之用。
- 重覆登記者亦只會以最後一次登記的資料為實。
- 如有遇上疑難，可於開放時間親臨或致電2637 2266本中心職員查詢。

2. 獲知抽籤結果

- 中心以Whatsapp 通知抽籤結果。亦可在登記時選擇以email 獲取結果。
- 如會員於1月21日(五)還未能收到結果，會員亦可致電本中心查詢情況。
- 如申請人未能於所獲派的時段到中心報名，可選擇當天較後的時段報名，或委託親屬/朋友於該時段到中心報名。
- 會員請保留有關Whatsapp內容作報名日之用。

3. 已登記會員報名日

- 於1月22日(六)會員報名日當天，每張「籌」號可為其家庭內直繫之兒童報名，每人最多可報名：5個興趣班、5個兒童活動、4個家庭活動。
- 請預先填妥活動報名表，以便加快報名效率。
- 請按「籌」上列印的時間到中心等候報名。
- 會員請在獲發的時段提前15分鐘到達，以便工作人員處理行政工作。
例：會員A獲派10:00時段，
請10:00或之前達，按原先派發之籌號排序；
如10:00後到達，可在該時段隊尾跟隊。
- 報名程序需時，請耐心等待。
- 中心只接受現金或支票形式繳交報名費用。
- 活動滿額狀況，將於本中心facebook專頁定時更新。
- 請於報名前核實活動的日期及時間，並衡量能否如期參與。
- 所有活動費用一經繳交，一律不予退還。

4. 公開接受報名

- 於1月25日(二) 晚上7:00起接受公開報名。請帶備會員証及填妥的報名表格。
中心只接受現金或支票形式繳交報名費用。



兒童及家庭圖書館重新開放 悅書好獎勵計劃

只需要成為會員，就可以登記成為悅書好會員。可以借閱過百本兒童繪本、故事叢書、文字小說，亦有合適家長借閱的各式工具和勵志書，內容包括親子管教、心靈勵志等等。書本亦會定期更新，也有好書推介。

收 費： \$10 (全年)

報名方法： 中心開放時間向職員查詢

2021年度會員大會

ST21-P043A

內 容： 一年一度會員旅行暨會員大會又嚟喇！我哋今次去有香港天空之鏡的流水響遊山玩水，再參觀壁畫村和屯赤隧道，中午在元朗享用傳統粵菜。

日期/時間： 12/2/2022(六) / 9:00-16:00

費用/堂節： (會員) \$250 (非會員) \$270 / 2節

對象/名額： 中心會員及其直繫親屬 / 60人

地 點： 戶外

備 註： 活動內容包括集體遊戲、會員問卷、會員抽獎

負責同事： Dick Sir、Jacky Sir



ST21-P073A

四葉草義工組 (復活節籌備小組)

參加四葉草義工組，一同籌備復活節攤位活動。參加義工組，可以提升小朋友的自信心、解難能力和社交技巧。

日期/時間： 17/3, 24/3, 31/4/2022 (四) / 17:00-18:00
8/4/2022 (三) / 19:00-21:00 (服務日)

費用/堂節： 免費 / 4堂

對象/名額： 小四至小六 / 8位

地點： 本中心

負責同事： 青姑娘



ST22-P070

四葉草義工組 (長者義工服務)

這個小組會讓參加者有機會服務一班老友記，除了可以提升小朋友的自信心、解難能力和社交技巧外，更可讓小朋友和長者溝通，更了解長者的需要，促進長幼共融。

日期/時間： 22/4, 29/4, 6/5(五)/17:00-18:00
13/5/2022(五)/17:00-18:00(服務日)

費用/堂節： 免費 / 4堂

對象/名額： 小一至小六 / 8位

地點： 本中心

負責同事： 青姑娘



童Fun學堂(高小組)

ST21-P083A

透過不同的小組活動，照顧參加者的需要，並針對參加者的成長所需設計適切的活動。

日期/時間：19/2, 5/3, 19/3/2022 (六) / 10:00-11:00

費用/堂節：\$100 / 3堂

對象/名額：小四至小六 / 4名

地點：本中心

備註：1. 懷疑或確診特殊需要之兒童
(如：自閉症 / 過度活躍症 / 專注力不足 / 讀寫障礙之兒童)
2. 完成第一節小組後負責同事會以面談或電話方式聯絡家長，以了解參加者的需要，以設計更合適的服務。

負責同事：青姑娘

童Fun學堂(初小組)

ST21-P083B

透過不同的小組活動，照顧參加者的需要，並針對參加者的成長所需設計適切的活動。

日期/時間：19/2, 5/3, 19/3/2022 (六) / 15:00-16:00

費用/堂節：\$100 / 3堂

對象/名額：小一至小三 / 4名

地點：本中心

備註：1. 懷疑或確診特殊需要之兒童
(如：自閉症 / 過度活躍症 / 專注力不足 / 讀寫障礙之兒童)
2. 完成第一節小組後負責同事會以面談或電話方式聯絡家長，以了解參加者的需要，以設計更合適的服務。

負責同事：青姑娘



活動編號	活動名稱	內容 / 備註	日期	時間	地點	堂數	費用	名額	對象
舞蹈班									
ST22-P502	英國皇家 芭蕾舞考試班	導師介紹: 藝苗舞蹈學院 藝術培訓需在潛移默化的環境下進行。像培植幼苗一樣, 小朋友需從小開始學懂欣賞藝術, 由懂得怎樣欣賞別人, 從而體會怎樣欣賞自己。本校的教學宗旨是在有趣的舞蹈課程中培訓出小朋友應有的堅毅不為放棄的精神, 建立他們的自信心, 發展出他們的創作潛力, 與此同時, 讓小朋友鍛鍊出健康的體態和體魄。 芭蕾舞內容: 教授傳統芭蕾舞的舞蹈 爵士舞內容: 注重動感及節奏感, 配合音樂, 靈活多變 (學生優先)	02/04- 25/06/2022 暫停: 16/04、 14/05、 04/06	11:15-12:15	中心	10	\$1,000	8	P1-P2
ST22-P504	澳洲教師 爵士舞考試班		13:00-14:00	13:00-14:00	中心	10	\$1,000	8	P1-P2
劍擊班									
ST22-P506	兒童劍擊班	劍擊是一項講求手眼協調的運動, 須動用全身肌肉, 屬強身健體, 鍛鍊意志的運動, 而當中的戰術, 千變萬化, 極具觀賞性。 黃智輝(花劍教練)為前港隊成員, 曾代表香港出戰亞洲及參與世界性比賽。林曼蔚(佩劍教練)為前法國國家隊成員的學生, 曾到訪德國、法國等國家接受集训。兩位教練更為多間本港中學及國際學校現職劍擊教練, 積極培養本港青少年, 及推動本地劍擊發展。 備註: 1. 此乃恆常課程 2. 須穿著運動服裝 *因疫情關係, 建議參加者須購買面罩。 3. 第一堂帶\$400(兒童班)現金向導師購買。	07/04至 23/06/2022 (四)	20:30-21:30	中心	12	\$2,280	8	P2-P6
跆拳道班									
ST22-P508	跆拳道B	教授跆拳道技巧, 包括套拳、伸展動作、體能鍛鍊、手技散打、基本自衛術及搏擊練習, 旨在培養學員紀錄、服從性, 並藉此鍛鍊體魄, 增強學員自信心及團體精神。 **此活動為恆常興趣班, 故舊生將可優先報名。	01/04至24/06 (五) 暫停:15/4、3/6	20:30-22:00	中心	三個月 一期	\$630	8	9-12歲
ST22-P509	跆拳道C		12/04至28/06 (三)	19:00-20:30	中心				5-8歲
ST22-P510	跆拳道D			20:30-22:00	中心				13-24歲

自理小廚神 (高小組) ■ ST21-P014A

一直深受歡迎的自理小廚神再次舉辦。組員除了會有更多機會自己動手製作美食外，工作人員亦會陪同組員一同親自收拾清潔。從而提升組員的自理能力，並培養組員負責任的處事態度。

日期/時間： 9/2, 16/2, 23/2, 2/3/2022 (三) / 19:00-20:30

費用/堂節： \$200 / 4堂

對象/名額： 小四至小六 / 6位

地點： 本中心

備註： 1. 費用已包括材料。
2. 請自備圍裙及食物盒。

負責同事： 青姑娘



自理小廚神 (初小組) ■ ST21-P015A

組員除了會有更多機會自己動手製作美食外，工作人員亦會陪同組員一同親自收拾清潔。從而提升組員的自理能力，並培養組員負責任的處事態度。

日期/時間： 9/3, 16/3, 23/3, 30/3/2022 (三) / 19:00-20:30

費用/堂節： \$200 / 4堂

對象/名額： 小一至小三 / 6位

地點： 本中心

備註： 1. 費用已包括材料。
2. 請自備圍裙及食物盒。

負責同事： 青姑娘



ST21-P011A

小廚神 - 香蕉朱古力可麗餅

一直深受歡迎的自理小廚神再次舉辦。組員除了會有更多機會自己動手製作美食外，工作人員亦會陪同組員一同親自收拾清潔。從而提升組員的自理能力，並培養組員負責任的處事態度。

日期/時間：26/3/2022(六) / 10:30-11:30

費用/堂節：\$50 / 1節

對象/名額：小二至小三 / 6人

地點：本中心

備註：請自備食物盒

負責同事：Dick Sir



復活節雞蛋大菜糕

ST22-P001

大菜糕？咩叫大菜糕？想知道就參加復活節雞蛋大菜糕啦。

日期/時間：6/4/2022(三) / 19:15-20:15

費用/堂節：\$40 / 1節

對象/名額：小一至小三 / 6人

地點：本中心

備註：
1. 費用已包括材料。
2. 請自備圍裙及食物盒。

負責同事：青姑娘



朱古力雀巢

ST22-P002

用粟米片及朱古力加上復活蛋製作而成的朱古力雀巢，真的很吸引！讓我們一齊整這個甜品慶祝復活節！

日期/時間：6/4/2022(三) / 17:00-18:00

費用/堂節：\$40 / 1節

對象/名額：小一至小三 / 6人

地點：本中心

備註：
1. 費用已包括材料。
2. 請自備圍裙及食物盒。

負責同事：青姑娘



ST22-P003

小廚神 - 迷你漢堡包

一口迷你漢堡，大人細路都做到

日期/時間： 9/4/2022(六) / 10:30-11:30
費用/堂節： \$80 / 1節
對象/名額： 小四至小六 / 6位
地點： 本中心
備註： 材料有牛肉成份，參加者敬請留意。請帶備食物盒。
負責同事： Dick Sir



芝士麻糬波波

ST22-P004

麵包店的芝士麻薯波波煙煙韌韌很好吃，原來自己整也很簡單，只需幾樣材料便可以做到！

日期/時間： 27/4/2022 (三) / 19:15-20:15
費用/堂節： \$40 / 1堂
對象/名額： 小四至小六 / 6位
地點： 本中心
備註： 1. 費用已包括材料。
2. 請自備圍裙及食物盒。
負責同事： 青姑娘



ST22-P005

晴天系列：正向甜品屋

透過製作不同的甜品帶出正向情緒的概念，讓參加者輕鬆一下。

日期/時間： 5/5, 12/5, 19/5, 26/5/2022 (四) / 17:00-18:00
費用/堂節： \$200 / 4堂
對象/名額： 小四至小六 / 6位
地點： 本中心
備註： 1. 費用已包括材料。
2. 請自備圍裙及食物盒。
負責同事： 青姑娘



童心自悠畫

ST21-P044A

我們每一個都可以用圖畫表達自己，不需要懂得用美麗的筆觸，想畫就可以畫。過程讓小朋友可以隨心而畫，講講屬於自己的故事。

日期/時間：7, 14, 21/3/2022(一) / 17:00-18:00
 費用/堂節：\$120 / 3節
 對象/名額：小一至小二 / 8人
 地點：本中心
 備註：費用包括畫簿。參加者請自備圍裙。
 負責同事：Dick Sir



晴天系列：繪本的故事

ST21-P043

透過繪本用生動的方式帶出情緒相關的主題，並用集體遊戲和做手工等小組活動，運用經驗學習法的技巧鞏固參加者的得着。

日期/時間：10/2, 17/2, 24/2, 3/3/2022 (四) / 17:00-18:00
 費用/堂節：\$100 / 4堂
 對象/名額：小一至小三 / 8名
 地點：本中心
 負責同事：青姑娘



晴天系列：角落小劇場

ST21-P039A

參加者會一同排練有關正向情緒主題的小短劇，並作演出。

日期/時間：11/2, 18/2, 25/2/2022 (五) / 17:00-18:00
 (表演日) 4/3/2022 (五) 7:30-8:30
 費用/堂節：\$100 / 4堂
 對象/名額：小四至小六 / 8位
 地點：本中心
 備註：歡迎家長出席欣賞小朋友於表演日的演出，表演日的安排會於成功報名後作另行通知。
 負責同事：青姑娘



BOARD GAME 腦筋急轉彎

ST22-P005

「考反應、表達和聯想！」小朋友利用玩board game開心之餘，又可以有多種好處，讓兒童學習到如何表達自己心中想法，和別人討論計謀，更有些競速類型的可訓練兒童的反應力呢！

日期/時間：3/5、10/5、17/5 (二) / 17:00-18:00
 費用/堂節：\$100 / 3堂
 對象/名額：小一至小三 / 6位
 地點：本中心
 負責同事：欣欣姑娘



新春利是封製作班

日期/時間： 26/1/2022(三) / 19:15-20:15
 費用/堂節： \$50 / 1節
 對象/名額： 小四至小六 / 6人
 地點： 本中心
 備註： 費用包括材料費，預計每名參加者可以製作20個利是封
 負責同事： Dick Sir



新年派利是一般都會買回來的利是封，有無過親手設計和造利是封？這樣是不是更有心意呢？小朋友可以

Photomo 攝影浮雕

ST21-P006A

日期/時間： 4/3, 11/3, 18/3, 25/3/2022(五)
 17:00-18:00
 費用/堂節： 120/ 4堂
 對象/名額： 小四至小六 / 8位
 地點： 本中心及第一城
 備註： 參加者的作品會於中心內展出
 負責同事： 青姑娘



攝影浮雕是一運用照片製作多層次立體的作品。在本小組參加者會製作攝影浮雕作品，藉此能夠提升他們對社區的歸屬感以及細心觀察的能力。而透過展出其作品可以提升他們的成功感。

擦膠印章製作班

ST22-P006

日期/時間： 26/4、3/5/2022(二) / 19:15-20:15
 費用/堂節： \$100 / 2節
 對象/名額： 小四至小六 / 4人
 地點： 本中心
 備註： 費用包括材料費用。
 負責同事： Dick Sir



平時時日日都用擦膠，但係其實都可以將它變成印章。咁神奇？大家都做到呀！

收縮手作家

ST22-P007

日期/時間： 13/4、20/4、27/4(三) / 17:00-18:00
 費用/堂節： \$90 / 3堂
 對象/名額： 小四至小六 / 6位
 地點： 本中心
 負責同事： 欣欣姑娘



利用收縮膠做出不同小手作，磁石、掛飾、扣針、手鍊、戒指...發揮無限的創意去做一個手作家，創作獨一無二的作品！

ST21-P010A

躲避盤訓練小組

日期/時間： 28/1、11/2、18/2、25/2 (五) / 19:30-20:30
 費用/堂節： \$40 / 4節
 對象/名額： 小四至小六 / 10位(舊生優先)
 地點： 本中心
 備註： 請穿著輕便服裝。
 負責同事： 譚SIR

躲避盤是近年的新興運動，玩法是結合了飛碟和閃避盤，考驗參加者的團體合作和反應。期望每一位參加者都可以認識到本運動的玩法和基本技巧，領略到當中的趣味！

ST22-P008

氣槍射擊體驗班

日期/時間： 6/4-27/4 (三) 15:45-16:45
 費用/堂節： \$150 / 4節
 對象/名額： 小四至小六 / 6位
 地點： 本中心
 備註： 請穿著輕便服裝。
 負責同事： 小思姑娘

係手機食雞就試得多啲，不如試下體驗氣槍射擊既樂趣，亦可以了解多D射擊既安全守則，玩得開心又放心。

ST22-P009

玩轉腦朋友

日期/時間： 7/4, 14/4, 21/4, 28/4/2022(四)
 14:00-18:00
 費用/堂節： \$80 / 4堂
 對象/名額： 小一至小三 / 8位
 地點： 本中心
 負責同事： 青姑娘

透過玩不同的遊戲，例如：合作遊戲、解難遊戲、溝通遊戲等可以提升參加者的社交情緒技巧。



ST22-P010

復活“滾蛋”大比併

日期/時間： 9/4/2022 (六) / 11:30-12:30

費用/堂節： \$30 / 1堂

對象/名額： 小一至小二學生 / 8位

地點： 本中心

備註： 參加者可得復活節小禮物一份!

負責同事： JOANNE姑娘

透過活動讓
兒童認識復活節的
由來，並參與傳統滾
復活蛋遊戲及一起比
賽。



棋樂尼

ST22-P011

卡卡城 (Carcassonne)、花磚物語 (AZUL)

日期/時間： 7/4、14/4、21/4/2022(四) /
19:15-20:15

費用/堂節： \$50 / 3節

對象/名額： 小四至小六 / 4人

地點： 本中心

負責同事： Dick Sir



大家一齊玩經
典的卡卡城桌上遊
戲，考驗參加者的管理資
源、連結網絡的能力。另外
花 物語除了考驗參加者長遠
組織和策略，而且花 也是一
款很精美的桌上遊戲，玩
的時候格外開心。

童時玩-康樂棋

ST22-P012

日期/時間： 12/4、19/4(二) / 19:15-20:15

費用/堂節： \$50 / 2節

對象/名額： 小四至小六 / 4人

地點： 本中心

負責同事： Dick Sir



你的
爸爸可能曾
經玩過的康樂棋，
現在少了地方可以玩。
今次來中心就可以玩了。
技巧像桌球，但規則就很大
分別。希望大家都可以重新喜
歡這項活動。

歷史遊人遊舊區

ST22-P019

日期/時間： 23/4(六) / 9:30-13:00

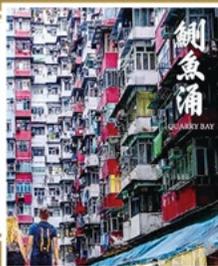
費用/堂節： \$30 / 1堂

對象/名額： 小四至小六 / 6位

地點： 港島鰂魚涌(中心集合)

備註： 當日需自備八達通及足
夠散銀作交通費

負責同事： 欣欣姑娘



一齊
乘搭巴士、
叮叮車，遊港島
區，去興建得密密麻麻
的巨型大樓，俗稱「怪
獸大廈」(香港海山樓)、
還有林中的紅磚、紅屋
親身感受香港多年的
歷史建築!

戶外活動

ST21-P027A

社企旅行團 - 黑暗中對話

世界上最美的事物，看不到摸不著，必須用心來感受。

- 海倫·凱勒

透過這次全黑體驗不但可以讓參加者體會視障人士的世界，更可以讓他們挑戰自己，反思生活。

日期/時間： 26/2/2022 (六) 10:15-12:45
 費用/堂節： \$50 / 1節
 對象/名額： 小四至小六 / 4人
 地點： 黑暗中對話賽馬會對話體驗館
 負責同事： 青姑娘
 備註： 工作人員會帶領參加者由本中心出發，一同乘坐公共交通工具前往位於荔枝角D2 Place的體驗館。請為小朋友餘額足夠的八達通。



「我都做得到」- 兒童自理日營

ST22-P020

參加者要購買食材和設計午餐，也會學習使用露營用具煮食。下午時間在營地進行不同充滿挑戰性的合作活動，學習自己的事自己做。

日期/時間： 23/4/2022(六)9:30-17:00
 費用/堂節： \$250 / 2節
 對象/名額： 小四至小六 / 18人
 地點： 本中心 / 營地(待定)
 負責同事： Dick Sir



漁排釣魚體驗

ST22-P021

漁業曾經是香港重要的行業。雖然經已日漸息微，但是在本還有一些漁排可以。我們可以一起認識漁排，也可以嘗試在漁排上釣魚。

日期/時間： 30/4/2022(六) / 12:00-17:30
 費用/堂節： \$300/ 2節
 對象/名額： 小五至小六 / 15人
 地點： 本中心 / 大美督漁排
 負責同事： Dick Sir
 備註： 建議參加者帶少量現金，或需要購買額外魚糧。



HIP HOP DANCE

透過資深導師教授，參加者可以由1人到團隊組合，一些在音樂節奏感中，強化身體協調造型和對音樂的敏感度。參加者會在課程中學習不同STYLE、舞蹈編排和如何把靈活將技術運用。

Level 1: 初嘗試參加者-基礎班

Level 2: 曾於中心參與Hip Hop Dance的課程

日期/時間： Level 1:初嘗試參加者-基礎班(ST21-P291C)
日期:23/2-9/3/2022(3節)(星期三) / 時間:7:15-8:15pm

Level 2:曾於中心參與Hip Hop Dance的課程(ST21-P291B)
日期:23/2-30/3/2022(6節)(星期三) / 時間:6:00-7:00

費用/堂節： Level 1:初嘗試參加者-基礎班:\$300
Level 2:曾於中心參與Hip Hop Dance的課程:\$600

對象/名額： 中學生 / 10位

地點： 本中心

備註： 大家可自行組隊，並自選學跳舞時間。

負責同事： 珊姑娘



粉彩療心篇

ST21-P281D

顏色是由心而選擇，如果你想透過繪畫去了解自己的心，再了解他人的心。一同運用藝術去表達自己的內在心聲。如果你有興趣藝術，又有興趣運用藝術與人溝通。就一同透過集體繪畫創作，探索內在和他人內在想法。

日期/時間： 9/2(三)、11/2(五)、16/2(三)、18/2(五)、23/2(三)、25/2(五);
時間:19:15-20:15

費用/堂節： \$30/6 節

對象/名額： 中學生 / 10位

地點： 本中心

備註： 本小組日後將運用這元素與不同人士接觸，並建立社區關懷力量。

負責同事： 珊姑娘



WE GO 義工計劃

ST21-P281E

香香世界，我們可以運用水磨石手法，我們一同整運用礦石泥繪畫並完成水磨石碟運用，義工除了創作外，並更將學習的技巧再教授給小朋友。

日期/時間： 12/3-26/3(六) ;時間:14:30-15:30
服務日(8/4/2022(三)):中心復活節嘉年華；時間:19:00-21:30

費用/堂節： \$60/3節

對象/名額： 中學生 / 10位

地點： 本中心

備註： 1/3/2022-31/8/2-2022期間集合了10小時的服務時數可獲中心證書一張，以作嘉許。

我們的獎勵計劃：

時數	
10小時	基礎義工服務獎
20小時	20小時中心服務獎
30小時	30小時恆常義工獎
100小時	100小時長期義工獎

負責同事： 珊姑娘

職涯探索計劃

ST22-P161

透過職涯探索卡，讓年青人了解自己的職業性向及夢想實踐的阻礙及機會、及邀請時下較受年青人歡迎的工作的講者作分享，讓年青人認識不同行業的趣味。

日期/時間： 12-26/5(四) / 19:30-20:30

費用/堂節： \$100/3節

對象/名額： 中四至中六學生 / 10位

地點： 本中心

負責同事： Jacky Sir



ST21-P280

棋逢敵手 (桌遊義工訓練)

讓參加者學習不同桌遊及桌遊活動帶領技巧

日期/時間： 10-24/3 (四) / 19:00-21:00
費用/堂節： \$100/3堂
對象/名額： 中一至中四/6位
地點： 本中心
負責同事： Jacky Sir



妙探尋兇

ST21-P280A

讓參加者體驗有趣的劇本，代入不同的角色破解奇案。

日期/時間： 10/2 (四) / 19:00-21:00
費用/堂節： 全免/1堂
對象/名額： 中一至中四 / 6位
地點： 本中心
負責同事： Jacky Sir



甜點馬卡龍

ST21-P281

法式小圓餅，是一種法國甜品，外殼堅硬但易碎，內陷黏稠扎實，口感其妙。嘗試在特別的日子製造特別的甜點吧。

日期/時間： 9/2/2022 (三) 16:00-17:30
費用/堂節： \$40/1堂
對象/名額： 中一至中三 / 6位
地點： 本中心
負責同事： 譚SIR



玫瑰蘋果撻

ST22-P167

只需簡單步驟，而且免煮蘋果，就可以整到又靚又好味既蘋果撻，仲唔快啲一齊報名。

日期/時間： 1/4/2022(五) / 19:30-20:45
費用/堂節： \$50 / 1節
對象/名額： 中一或以上青少年 / 8名
地點： 本中心
備註： 請自備食物盒。
負責同事： 劉sir



ST22-P162

氣槍射擊體驗班

係手機食雞就試得多啦，不如試下體驗氣槍射擊既樂趣，亦可以了解多D射擊既安全守則，玩得開心又放心。

日期/時間： 6/4-27/4 (三) / 17:00-18:00

費用/堂節： \$150 / 4節

對象/名額： 中一至中三 / 6位

地點： 本中心

備註： 請穿著輕便服裝。

負責同事： 譚SIR



正向魔術表演班

ST22-P163

學習簡單有趣的魔術技巧，為身邊人帶來歡樂

日期/時間： 7-21/4(四) / 19:30-20:30

費用/堂節： \$150/3節

對象/名額： 中一至中三/6位

地點： 本中心

負責同事： Jacky Sir



木藝時鐘手作班

ST22-P164

體驗如何由原木板處理，再利用木鋸、手鑽、沙紙等工具，嘗試製作出獨一無二的木藝時鐘。

日期/時間： 28/4-19/5 (五) / 16:30-17:30

費用/堂節： \$150 / 4節

對象/名額： 中一至中三 / 6位

地點： 本中心

負責同事： 譚SIR



皮革卡片套手作班

ST22-P165

由原皮開始，經過剪裁、開孔、縫線、打磨，製作出具有自我特色的皮革卡片套。

日期/時間： 29/4-20/5 (五) / 16:30-17:30

費用/堂節： \$100 / 4節

對象/名額： 中一至中三 / 6位

地點： 本中心

負責同事： 譚SIR



山野同行

ST21-P281B

輕鬆行個山，在大自然的環境下，培養健康的身心，面對各種挑戰。參觀海下遊客中心，除咗增加海洋知識外，仲係打卡靚位，點可以錯過呢～

日期/時間：19/3/2022(六) / 10:00-16:00

費用/堂節：\$10 / 1節

對象/名額：中一或以上青少年 / 12名

地點：西貢海下

備註：自備雨晴工具、防蚊防曬用品、替換口罩、午膳、八達通、適量金錢
路線：中心>麥邊>黃石碼頭>大灘>攔路坳>海下灣>海下>西貢市

負責同事：劉sir

跑吧!星期五

ST22-P168

每月一次，我們組一班人一同約在同一時間同一地點跑步。為健康加油～

日期/時間：29/4、27/5、24/6(五);時間:19:15-21:00

費用/堂節：全免/3節

對象/名額：中學生 / 10位

地點：集合本中心;跑步路線約1K-4K。視乎參加者的體能狀況。

備註：參加者自行穿著合適運動服。
請自備食水。

負責同事：珊姑娘

生態一天遊南丫島

由長春社主辦的生態導賞團，認識索罟灣的生態及地理特色，亦會發現騎樓石、靈龜石等奇形怪狀的天然藝術品，以及不同山間與海岸植物。

日期/時間：23/4/2022(六) / 10:00-18:00

費用/堂節：\$20 / 1節

對象/名額：中一或以上青少年 / 12名

地點：南丫島

備註：於中環4號碼頭集合，船票需自費，自備雨晴工具、防蚊防曬用品、替換口罩、午膳、八達通、適量金錢。

路線：索罟灣渡輪碼頭>索罟灣-后廟>騎樓石>石排灣灘>榕樹下>摸達舊村>南丫島>家樂徑>索罟灣渡輪碼頭

負責同事：劉sir

ST22-P166

Me Time 媽媽身心靈

ST22-P089

日期/時間： 隔兩星期的星期四：14/4、28/4、
12/5、26/5 / 19:30-20:45

費用/堂節： \$200 / 4節

對象/名額： 兒童會員的母親/ 6位
(如需要可安排託兒服務，請於活動前確定)

地點： 本中心

負責同事： 小思姑娘、欣欣姑娘



在照顧小孩、家庭和工作各樣中…有沒有好好愛惜一下自己，給予時間去照顧自己呢？適時需要給自己留一個時間，重身專注在自己身上，放下生活的煩擾…

活動包括：DIY手鏈、塑膠彩繪畫木盒、攜香石、香薰護膚和媽咪們一起輕鬆下、聊聊天。



Me Time 皮革八達通套

ST22-P090

日期/時間： 17、24/5/2022(二) / 19:15-21:00

費用/堂節： \$150/ 2節

對象/名額： 兒童會員的家長/ 6位 (如需要可安排託兒服務，請於活動前確定)

地點： 本中心

負責同事： Dick Sir

自己做自己喜歡的事。皮革製品需要就是製作者的專注。一槌一裁、一針一線，做事的義意就會過程中被發現。



Me Time 尋找「愛之語」 (The Five Love Languages)

ST22-P091

日期/時間： 15、22、29/4/2022(三) / 19:15-20:15

費用/堂節： \$100/3堂

對象/名額： 兒童會員的家長(8位)，
如需要托兒安排可於活動前確定

地點： 本中心

負責同事： Dick Sir

「愛之語」溝通方式是來自 Gary Chapman 的一本以兩性溝通為主題的經典著作。每一個人也有自己的愛之語言。用合適的方法與對方溝通可以更容易進入對方的情境。參加者可以認識到五種不同的愛之語言，透過活動了解到如何運用各種愛之語和伴侶或孩子溝通。



平靜·心間

ST22-P092

大人、小朋友在日常面對不同大小事中，總會在不知不覺間，多少在身心裡產生了一點變化/情緒；來感受一下內心現在好嗎，來好好照顧自己。

· 家長Zentangle活動：在繪畫Zentangle時讓我們在相信感覺、放下不強求、不批判、不需有畫畫技巧中，只需專注用簡單線條，一畫一筆地投入其中，讓自己放下一些煩惱思緒…放空一下、享受當下的時刻。

· 兒童藝術活動：兒童在不同的藝術創作中，學習輕鬆的繪畫，享受當中的“平靜”，欣賞別人及自己的“美”，包括有水彩畫、和諧粉彩…

日期/時間： 4/5、11/5、18/5、25/5(三) / 19:30-20:30

費用/堂節： 會員：\$200 / 非會員：\$230 (一大一小) / 4堂

對象/名額： 小學生及其家長 / 6對

地點： 本中心

備註： 家長和小朋友會分開各自進行放鬆體驗活動，享受自己的空間。

負責同事： 欣欣姑娘、小思姑娘



一喜嚐試

ST22-P093

透過親子一齊製作小食，增進親子溝通及合作，並樂在其中。

1. 乳酪杯子蛋糕， 2. 木糠布甸， 3. 香濃朱古力杯子蛋糕

日期/時間： 6/5, 13/5, 20/5/2022 (五) / 19:30-20:45

費用/堂節： 會員：\$ 240 (一大一小) / 3堂

非會員：\$ 270 (一大一小) / 3堂

對象/名額： 小學生家庭 / 4對親子

地點： 本中心

備註： 請自備食物盒。

負責同事： JOANNE姑娘



ST21-P193

一喜嘗試 - Face Painting 親子班

Face Painting 係嘉年華就見得多，你有無諗過自己都可以學埋一份？仲可以同小朋友一齊參加義工活動？

日期/時間： 3/3、10/5、17/5、24/5 (四) 19:30-20:30

義工日：復活節派對8/4/2022 (五) 19:30-21:30

費用/堂節： \$300 / 4節

對象/名額： 小學生家庭 / 6對親子

地點： 本中心

備註： 家長於第一堂可自行購買face painting 材料包約\$350

負責同事： 小思姑娘



ST22-P094

「創意思維 (Design thinking)」 想像與創造工作坊

Design thinking 是一套來自企業運作的理念。近年著重創意，但如何可以激發創意？如何將創意變成可行的實際方法？Design thinking 提供一個系統性思維流程。工作坊除了介紹Design thinking的基本概念，也會透過有活動和遊戲體驗讓大家可以進一步認識。

日期/時間：27/5/2022(五) / 19:15-21:15

費用/堂節：小五至小六及其家長（二人）/十對親子

對象/名額：會員：\$100 非會員：\$130（一大一小）/1堂

地點：本中心

負責同事：Dick Sir



ST22-P095

Kiss Kids 親子義工組招募

透過義務工作，可以讓參加者反思責任與義務，又可以認識到不同志同道合的朋友。大家可以在過程中欣賞到彼此的長處與弱項，一同學習，一同成長。義工組會舉行一個月一次定期聚會，一同策劃不同的義工服務。

日期/時間：待定(由參加者協商)

費用/堂節：小學生及其家長（二人）/

對象/名額：會員：\$50 非會員：\$80（一大一小）/1堂

地點：本中心 / 戶外

負責同事：Dick Sir



大小·粉彩畫

ST21-P205

利用我們的手指和一些小工具，與小孩一起享受和體驗繪畫一幅幅繽紛粉彩畫的時光。

日期/時間：1/3、8/3、15/3(三) / 19:30-20:30

費用/堂節：小學生及其家長 / 4對親子

對象/名額：會員：\$240 非會員：\$270（一大一小）/3堂

地點：本中心

負責同事：欣欣姑娘



水晶粽

ST22-P097

水晶粽比傳統種製作更簡單而且更有營養，仲色彩繽紛好吸引！

日期/時間： 28/05/2022 (星期六) / 10:00-11:00

費用/堂節： \$80一大一小V1堂 (會員價)
\$110一大一小V1堂 (非會員價)

對象/名額： 小學生家庭/ 4對親子

地點： 本中心

備註： 1. 費用已包括材料。
2. 請自備食物盒。

負責同事： 青姑娘



Pancake 冬甩

ST22-P098

平時嘍出面食嘅冬甩因為係油炸嘅，所以會比較油膩。今次我哋整呢個pancake冬甩用簡單嘅材料同焗爐製作而成，食多一兩舊都唔使擔心啦。而且製作方法好簡單，家長同小朋友返到屋企都整到。

日期/時間： 30/4/2022 (星期六) / 10:00-11:00

費用/堂節： \$80一大一小V1堂 (會員價)
\$110一大一小V1堂 (非會員價)

對象/名額： 小學生家庭/ 4對親子

地點： 本中心

備註： 1. 費用已包括材料。
2. 請自備食物盒。

負責同事： 青姑娘



ST22-P099

親親我好媽 - 唧花曲奇

年年母親節都送花束？今年搞搞新意思，爸爸和小朋友一起製作唧花曲奇，送給媽媽，祝媽媽母親節快樂。

日期/時間： 29/4/2022 (五) / 19:15-20:15

費用/堂節： \$80一大一小V1堂
\$110一大一小V1堂 (非會員價)

對象/名額： 小學生家庭/ 4對親子 (爸爸加小朋友)

地點： 本中心

備註： 1. 費用已包括材料。
2. 請自備食物盒。

負責同事： 青姑娘



ST22-P100

「聲音課程」用「語氣」和「態度」建立良好溝通

有沒有想過，其實只需要改變日常的「語氣」和「態度」就可以改善親子溝通？溫蒂·莫傑爾博士發展出一套「聲音課程」(Voice Lesson for Parents) 傳授給不知該如何與孩子溝通的父母親們。學習當中的一些小技巧，便可以將對小朋友的愛有效傳遞到他們當中。

日期/時間：13/5/2022(五) / 19:15-21:00
 費用/堂節：家長 / 10位
 對象/名額：會員：\$70 非會員：\$100 / 1堂
 地點：本中心
 負責同事：Dick Sir

ST21-P212

大堂有機生態園

日期/時間：20/02/2022 (星期日) / 9:30-17:15
 費用/堂節：會員\$200 /人 非會員\$230 /人
 對象/名額：小學生家庭 / 40人
 地點：大堂有機生態園
 備註：部份活動內容或會因天氣狀況而更改
 負責同事：青姑娘

園內有不同的設施和活動可供遊玩，尤其是一些親親大自然的活動，例如：摘士多啤梨、餵飼小動物和DIY工作坊等。費用已包括午餐及來回旅遊巴接送。



萬宜水庫地質遊

ST22-P101

日期/時間：22/5/2022(日) / 12:00-17:15
 費用/堂節：會員\$200 /人 非會員\$230 /人
 對象/名額：小學生家庭 / 20人
 地點：萬宜水庫
 備註：部份活動內容或會因天氣狀況而更改
 負責同事：Dick Sir

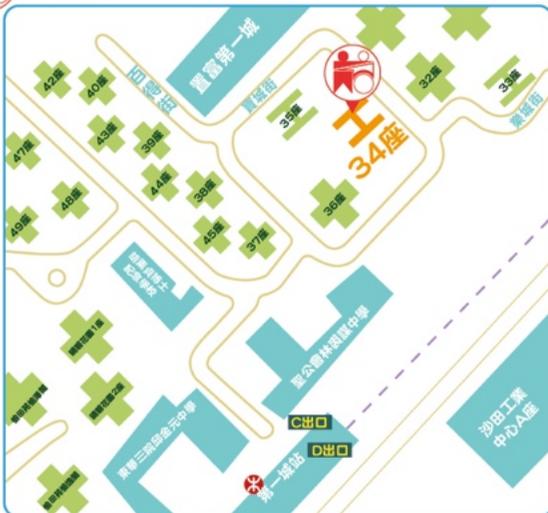
近距離欣賞本港天然特殊地質，另一方面又可以看到壯觀的人工大壩，一個行程，兩種體驗。

1	POSTAGE PAID HONG KONG CHINA 中國香港 郵資已付	Permit No. 特許編號 05250
---	--	-----------------------------

中心開放時間

	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六	星期日
10:00-13:00	✓					✓	
13:00-14:00	午膳時間 (暫停開放)						
14:00-18:00	✓	✓	✓	✓	✓	✓	
18:00-19:00	晚膳時間 (暫停開放)						
19:00-22:00		✓	✓	✓	✓		

中心位置圖



新界沙田第一城恆城街2號34座地下
 G/F., Block 34, 2 Hang Shing Street, City One, Shatin, New Territories.
 電話：2637 2266 電郵地址：stn@hkphab.org.hk
 傳真：2635 1719 協會網址：http://hkphab.org.hk

督印人：黃欣蕊小姐
 編輯製作：香港傷健協會 賽馬會沙田青少年綜合服務中心
 印製日期：2022年1月
 印製數量：1500本
 (第112期非賣品)