



坪洲長者暨
青少年鄰舍中心
Peng Chau Neighbourhood Elderly
cum Children/Youth Centre

24 年 1-3 月 青少年活動通訊

24-25 年度續會及
入會

周五、周六快閃
換禮物

到訪中心獎勵計劃



祝 大家 學業進步 身體健康 家庭幸福

中心開放時間：星期一至四：上午 9:00 – 下午 6:00

星期五及六：上午 9:00 – 晚上 9:00

中心地址：坪洲寶坪街 2 號坪洲街市 1 樓

電話：29839000 電郵：pc@hkphab.org.hk

傳真：29839222 網址：http://pcy.hkphab.org.hk

Facebook：坪洲長者暨青少年鄰舍中心

傷健乃傷殘及健全人士之意思 香港傷健協會致力推動兩者的融合

會員入會及續會安排

日期：6/2/2023 開始接受 24-25 年度續會/入會申請

會員資格：6-24 歲兒童及青少年

收費：待定

入會及 請填妥入會表格，14 歲以下申請人須由家長簽署。新申請者另

續會須知：須帶備「有效身份證明文件」親臨本中心辦理。

入會禮遇：凡成功續會或申請入會的朋友，均可獲發紀念品，數量有限，送完即止！

活動報名須知

- ☺ 活動報名日期及時間：13/1/2024(星期六) 下午 2:00
- ☺ 到中心辦理活動報名手續前，請先填好《活動報名表》，以便加快報名程序，表格刊登於本期通訊內，亦可於中心內索取。
- ☺ 公平起見，報名首日即 13/1/2023(六)下午 2:00，會員/家長只能為其直系親屬(兄弟姊妹)辦理報名手續，當日不接受電話報名。
- ☺ 請自備所需費用之輔幣。
- ☺ 若會員報名收費活動後，而未有出席參加，中心保留不退款的權利。
- ☺ 若活動日期早於報名日期舉行，會員可即日登記報名。

島外活動須知

- ☺ 請參加者自備八達通及準備足夠之餘額，以便乘搭公共交通工具。
- ☺ 請參加者穿著運動鞋，輕便的服飾及褲子。
- ☺ 自備小量零食及食水。
- ☺ 參加者不能擅自離隊，如提前離隊必須填寫家長同意書。



中心廣播站

- ☺ 中心將於下列之公眾假期暫停開放，敬請大家留意。

1 月 1 日 (一) 一月一日翌日

2 月 13 日 (二) 農曆年初四

2 月 10 日 (六) 農曆年初一

3 月 29 日 (五) 耶穌受難節

2 月 12 日 (一) 農曆年初三

3 月 30 日 (六) 耶穌受難節翌日

- ☺ 中心提供 Wi-Fi.HK 無線上網服務，歡迎大家前來中心使用！



青少年中心提供服務時間

時間 \ 星期	一	二	三	四	五	六
下午 2:00 – 6:00	√	√	√	√	√	√
下午 6:00 – 晚上 9:00					√	√

*星期日及公眾假期休息

中心青少年服務職員架構

中心主管：關兆基 (關 sir)
 項目工作員：薛懿賢 (Jackie 姐姐)
 項目及文書助理：黎家寶(Chloe 姐姐)

颱風及暴雨警告訊號下中心應變程序

訊 號	中心開放	戶內活動	戶外活動
一號風球	照 常	照 常	除水上活動外，一般情況下照常舉行
雷暴警告	照 常	照 常	一般情況下戶外活動照常舉行，但亦會按所到之處之特別天氣狀況而決定。所有水上活動及游泳班取消。
黃色暴雨警告	照 常	照 常	取 消
紅色暴雨警告	照 常	取 消	取 消
三號風球	照 常	取 消	取 消
黑色暴雨警告	未開放，則停止開放， 已開放，則照常開放。	取 消	取 消
八號風球或以上	停止開放	取 消	取 消



服務推廣

青少年服務推廣站(3)

活動性質： 服務推廣

活動編號： PCY23-P112

職員： Jackie 姐姐

到訪中心獎勵計劃

目標： 鼓勵會員到訪中心及推介中心活動。

內容： 參加辦法：

- ☺ 《儲印咭》會於每月 1 日起開始計算至該月底，每月計算一次。會員必須於下個月內換領禮物，逾期作廢！
- ☺ 每節簽到可獲儲印一個，不設補印及代人儲印。
- ☺ 《儲印咭》如有遺失，可補領一次，但之前所累積的積分將會作廢。
- ☺ 《儲印咭》不可以轉換或轉贈他人。
- ☺ 中心保留修改規則的權利。

日期： 2/1/2024 - 28/3/2024

儲印時間： (每天最多儲印兩個)

星期一至四，下午 2:00-5:45

星期五及六，下午 2:00-5:45/晚上 6:00-8:45

星期六，上午 10:00-12:00(只限到訪中心參加活動的會員)

對象： 兒童及青少年會員

收費： 免費

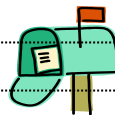
名額： 不限

地點： 中心



會員意見收集

* 中心一切的事情都希望有你的參與，因此若有任何建議或意見，都歡迎你寫下並把本頁撕下交予本中心職員，多謝支持！



教育及發展性

長幼共融創作~新年掛飾

活動性質： 教育及發展

活動編號： PCY23-P094

職員： Jackie 姐姐

目標： 鼓勵青少年會員與長者多接觸，讓長幼一起學習推動共融。
內容： 與長者一起製作利是封新年掛飾佈置家居。
日期： 13/1/24(六)
時間： 上午 10:00 - 11:00
對象： 兒童及青少年會員
收費： 免費
名額： 4 人
地點： 中心



中華電力~

活動性質： 教育及發展

活動編號： PCY23-P061

職員： Meir 姐姐

低碳能源教育中心

目標： 1.認識何謂低碳能源。
2.了解低碳能源如何應對氣候變化。
內容： 參觀中華電力低碳能源教育中心。
日期： 6/2/24(二)
時間： 上午 10:30 - 下午 5:30
集合及 上午 10:30 坪洲碼頭集合
解散時間： 下午 5:30 中環乘渡輪回程
對象： 兒童及青少年會員
收費： 全免(自費交通及午膳費用)
名額： 15 人
地點： 中華電力低碳能源教育中心
備註： ☺詳情請參考 P.2 島外活動須知。



快樂 SQS 問答比賽

活動性質： 教育及發展

活動編號： PCY23-P088

職員： Apple 姐姐

目標： 促進參加者對「服務質素標準」的認識。
內容： 以輕鬆有獎遊戲形式，讓大家認識 16 個「服務質素標準」。
日期： 17/2/24(六)
時間： 下午 4:00 - 5:00
對象： 兒童及青少年會員
收費： 免費
名額： 10 人
地點： 中心



遊戲同樂@意見同講

活動性質： 教育及發展性

活動編號： PCY23-P120

職員： 欣姐姐

目標： 收集大家對中心活動的意見，讓中心服務得以持續改善。
內容： 欣姐姐和大家玩遊戲，並且收集大家對本年活動的意見。
日期： 15/3/24(五)
時間： 晚上 7:15 - 8:45
對象： 兒童及青少年會員
收費： 免費
名額： 10 人



快樂大電影(04)

活動性質： 社交康樂
活動編號： PCY23-P012
職員： 茵穎姐姐

目標：1)透過電影欣賞學習正面訊息。
2)能夠與其他會員歡聚。
內容：於中心播放主題健康的電影。
日期：5/1/24 (六)、16/2/24 (五)、23/3/24 (六)
時間：晚上 7:00 – 8:45
對象：兒童及青少年會員
收費：免費
名額：10 人
地點：中心



新年慶祝~草地野餐

活動性質： 社交康樂
活動編號： PCY23-P092
職員： Jackie 姐姐

目標：1.慶祝新年歡渡假期。
2.透過活動學習與人相處。
內容：到西九龍海濱長廊野餐享受大自然及在公園玩遊戲。
日期：16/2/24(五)
時間：上午 9:45 坪洲碼頭外集合
下午 4:10 乘船返坪洲碼頭散解
對象：兒童及青少年會員
收費：免費(自費午餐及交通費)
名額：8 人
地點：中心
備註：☺自備食物及環保餐具。



☺詳情請參考 P.2 島外活動須知。

活動性質： 社交康樂

周五~周六快閃換禮物

活動編號： PCY23-P115

職員： Jackie 姐姐

目標：1.增加對中心的歸屬感。
內容：1)擲彩虹、2)開心轉盤、3)藍球機，讓大家開開心心換禮物。
日期：2月16、23日(五)
2月17及24日(六)
3月1、8、15、22日(五)
3月2、9、16及23日(六)
時間：下午5:00 — 6:00 (第一節)
晚上7:00 — 8:30(第二節)
對象：兒童及青少年會員
收費：免費
名額：不限
地點：中心



中心歡樂天地(04)

活動性質：社交康樂

活動編號：PCY23-P004

職員：茵穎姐姐

目標：享受玩玩具及電子遊戲機的樂趣；學習社交技巧。
內容：提供玩具及電子遊戲機借用，與友好一起玩樂。
日期：1月 - 3月
時間：下午2:00 - 晚上8:30
對象：兒童及青少年會員
收費：全免
名額：不限
地點：中心
備註：☺ 每次借用玩具時間10分鐘，每天借用次數不限。
☺ 每次借用遊戲機以15分鐘為限，每天最多只可借用兩次。
☺ 中心關門前15分鐘需歸還。



快樂共融會員意見問卷調查(2)

活動編號：PCY23-P109

請於以下 **2023 年 4—2024 年 3 月** 本中心所舉辦之活動中，選出你最喜歡之三個活動，“1”是最喜歡；“2”是第二喜歡；“3”是第三喜歡，並且填上喜歡原因及對中心服務之意見後，於 **20/3/2024** 或前交回中心職員。

鼓勵大家參與起見，中心會於大家所遞交的問卷調查(須妥善填寫所有內容)中，**抽出幸運兒三人，送上心意禮品**，請大家踴躍參與！

選出你們最喜歡的三個活動，“1”是最喜歡；“2”是第二喜歡；“3”是第三喜歡，並且填上喜歡原因

活動名稱	選最喜歡的 三個活動後 排次序(1/ 2/ 3)	喜歡原因
4H 工作坊-室內籃球機大挑戰		
4H 成長活動-「童」你講故事		
4H 成長活動-用得就用		
4H 成長活動-親親大自然		
4H 和諧家庭工作坊		
e 健樂健康大使培訓		
Ninja warrior 忍者體驗		
不是補習班		
中心關愛小義工計劃		
中心歡樂天地		
中華電力-低碳能源教育中心		
天才小廚師		
手機影片拍攝技巧		
永生苔畫實驗室		
共童成長		
安全達人之參觀-坪洲消防局		
自煮學習-魚肉燒賣		
低碳人生		
快樂 SQS 問答比賽		
快樂大電影		

活動名稱	選最喜歡的 三個活動後 排次序(1/ 2/ 3)	喜歡原因
快樂共融會員意見心聲茶聚		
快樂共融會員意見問卷調查		
走動教室共融旅程		
協會戶外賣旗		
周五-周六快閃換禮物		
社交達人		
長幼共融 IPSC 大戰		
長幼共融 Trick or Treat		
長幼共融創作-新年掛飾		
長幼島外活動-O·PARK1		
長幼島外活動-征服長洲北最高點		
長幼智能運動班		
長幼藝術創作坊		
青少年求學及就業加油站		
青少年服務推廣站(3)到訪中心獎勵計劃		
青少年藝術天地		
星期五 4H 成長活動 1-黏土訴心情		
星期六 4H 成長活動 2-環保就係話咁易		
星期六 4H 成長活動 3-解難大挑戰		
星期六 4H 成長活動 4-有動又有靜		
相約迪士尼 2023		
美味爆谷製作		
英語閱讀理解及口語訓練班		
香港青少年培育會義工培訓		
夏日水中歷奇		
島外歡樂遊		
桌遊樂融融		
神奇修圖大挑戰		
悠悠單車樂		
探訪長者小手工製作		
復活節尋蛋之旅		

活動名稱	選最喜歡的 三個活動後 排次序(1/ 2/ 3)	喜歡原因
智身耆境義工活動服務日		
智身耆境義工活動訓練日		
開心 SHARE		
新年慶祝-草地野餐		
會員招募計劃		
聖誕派對		
聖誕閃卡		
聖誕糖果盒 DIY		
跨代桌遊樂		
遊戲同樂@意見同講		
運動培訓系列-青少年健體班		
網上社交平台使用技巧及注意事項		
舞導館		
樂融融手工藝-玻璃顏料小匙扣		
戰區 90		
歷"耆"童樂挑戰營		
親親家人-父親節獻心意		
親親家人-母親節獻心意		
藍曬分享工作坊		
藍曬分享工作坊活動日		
攀石及泡泡足球日營		
繩結製作-斜裨袋		
繽紛色彩沙畫香薰蠟燭		

參加者姓名：_____

現時就讀年級：_____

參加中心年資：_____年(約數)

你最期望中心舉辦的活動：_____

你希望參與的義工活動：_____

你對中心的其他意見：_____

謝謝大家參與，請將填妥的問卷調查交回中心職員收！

《活動報名表》(2024 年 1-3 月)

會員姓名：_____ 年齡：_____ 聯絡電話：_____

活動編號	活動名稱	收費	請填寫 ✓
P046	自煮學習~魚肉燒賣	\$15	
P008	天才小廚師(04)~免焗抹茶芝士蛋糕	\$30	
P057	4H 成長活動-用得就用 圈出報名組別： A / B / C / D	\$15	
P036	社交達人(02)	\$30	
P112	青少年服務推廣站(3)到訪中心獎勵計劃	免費	
P094	長幼共融創作~新年掛飾	免費	
P061	# 中華電力~低碳能源教育中心	免費	
P088	快樂 SQS 問答比賽	免費	
P120	遊戲同樂@意見同講	免費	
P012	快樂大電影(04)	免費	
P092	# 新年慶祝~草地野餐	免費	
P115	周五~周六快閃換禮物	免費	
P087	# 協會戶外賣旗	免費	
P099	探訪長者小手工製作	免費	
P083	e 健樂健康大使培訓	免費	
P087	中心關愛小義工(4)	免費	
P044	運動培訓系列:青少年健體班	免費	
P027	手機影片拍攝技巧(1)	免費	
P028	手機影片製作技巧(2)	免費	
P029	網上社交平台使用技巧及注意事項	免費	

戶外活動

社會服務

協會戶外賣旗

活動性質： 社會服務

活動編號： PCY23-P101

職員： Joe 姐姐

- 目標：藉活動讓青少年參與義務工作，關心社會及建立自信。
內容：招募青少年及家長協助本會賣旗籌款活動。
日期：27/1/24(六)
時間：上午 9:00 – 12:00
對象：青少年及家長
費用：免費
名額：5 人
地點：中環/坪洲
備註：☺由職員帶隊協助會員在戶外賣旗。



探訪長者小手工製作

活動性質： 社會服務

活動編號： PCY23-P099

職員： Chloe 姐姐

- 目標：培養參加者對手工藝製作的興趣及讓參加者於社區服務社群。
內容：製作特式的新年揮春，完成後把製成品送給長者。
日期：27/1/24(六)
時間：下午 2:00-3:00
對象：兒童及青少年會員
費用：免費
名額：6 人
地點：中心
備註：☺於當日下午 3:00 - 4:00 探訪長者。



e 健樂健康大使培訓

活動性質： 社會服務

活動編號： PCY23-P083

職員： Apple 姐姐

目標：1)學習義工服務精神並於服務中實踐。

2)促進與人溝通的信心。

內容：學習溝通技巧及怎樣操作健康檢查設備，擔任「健康大使」，於中心協助長者妥善使用設備檢查身體，促進長者健康。

日期：3/2/24(六)

時間：下午 3:30 - 4:30

對象：兒童及青少年會員

費用：免費

名額：8 人

地點：中心

備註：◎2/1/24 開始接受報名。



中心關愛小義工(4)

活動性質： 社會服務

活動編號： PCY23-P087

職員： Jackie 姐姐

目標：善用餘暇參與有益身心的義工服務活動。

內容：協助中心推行活動、中心當值、節日佈置.....

活動日期及時間	逢星期六及學校假期	2/3/24(六) 下午 3:00-4:00	27/1/24(六) 3:00-4:00	16/3/24(六) 下午 4:00-5:00
工作內容	中心當值	新年前探訪長者	節日佈置	義工分享會

對象：兒童及青少年會員

費用：免費

名額：6 人

地點：中心



興趣及技能學習

運動培訓系列:

活動性質： 興趣及技能學習

青少年健體班

活動編號： PCY23-P044

職員： 南哥哥

目標：1) 養成長期運動習慣。

2) 結識更多運動夥伴。

內容：透過新興運動、體適能遊戲及競技運動培養出良好體格、身體活動能力及團隊合作精神。

日期：19/1/24 (五)及 9/3/24 (六)

時間：晚上 7:30 - 8:30

對象：兒童及青少年會員

收費：免費

名額：8 人

地點：活動室/坪洲體育館

備註：☺請穿著運動鞋及服飾。

☺自備飲用水。



手機影片拍攝技巧(1)

活動性質： 興趣及技能學習

活動編號： PCY23-P027

職員： Leon 哥哥

目標：讓青少年學習手機影片拍攝技巧。

內容：在戶外學習基礎的手機影片拍攝技巧。

日期：20/1/24(六)

時間：上午 11:00 - 12:00

對象：小一至小六學生

收費：免費

名額：10 人

地點：中心小組室及坪洲戶外

備註：☺建議同時報讀 PCY23-P028 「手機影片製作技巧」。



手機影片製作技巧(2)

活動性質：興趣及技能學習

活動編號：PCY23-P028

職員：Leon 哥哥

目標：讓青少年學習手機影片製作技巧

內容：學習如何剪輯及製作手機影片

日期：3/2/24(六)

時間：上午 11:00 - 12:00

對象：小一至小六學生

收費：免費

名額：10 人

地點：中心小組室

備註：☺建議同時報讀 PCY23-P027「手機影片拍攝技巧」。



網上社交平台使用技巧 及注意事項

活動性質：興趣及技能學習

活動編號：PCY23-P029

職員：Leon 哥哥

目標：讓青少年學習網上社交平台使用技巧及使用社交平台時要注意的事項。

內容：學習如何善用網上社交平台及了解使用網上時應該注意的事項。

日期：17/2/24(六)

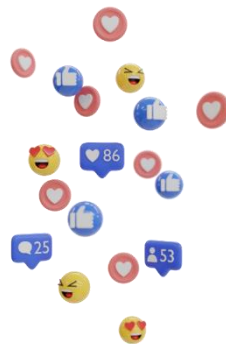
時間：上午 11:00 - 12:00

對象：小一至小六學生

收費：免費

名額：10 人

地點：中心小組室



督印人：關兆基

編輯：黎家寶

印刷日期：24 年 1 月 3 日

印刷數量：220 份

自『煮』學習~魚肉燒賣

活動性質：興趣及技能學習

活動編號：PCY23-P046

職員：Jackie 姐姐

目標：1.增加生活體驗，學習製作小食。

內容：自製魚肉燒賣既可以享受製作過程又可以吃得健康，仲可以同屋企人分享製成品。

日期：23/2/24(五)

時間：下午 5:30 - 6:30

對象：兒童及青少年會員

收費：\$15

名額：6 人

地點：中心

對象：☺自備食物盒。

天才小廚師(04)~

活動性質：興趣及技能學習

活動編號：PCY23-P008

職員：茵穎姐姐

免焗抹茶芝士蛋糕

活動目標：發展參加者烹飪興趣及學習自理。

活動內容：教導製作免焗抹茶芝士蛋糕創意小食。

活動日期：27/3/24(三)

活動時間：下午 3:00 - 4:30

對象：兒童及青少年會員

收費：\$30

名額：8 人

地點：中心

備註：☺請自備食物盒。



社教化

4H 成長活動-用得就用

活動性質：社教化
活動編號：PCY23-P057
職員：William 哥哥

目標：培養參加者環保意識及重用再升級的樂趣。

內容：運用剩餘材料加工製作不同藝術品。

日期	A：旋轉木馬音樂盒	27/1/24 (六)
	B：DIY 揮春	8/2/24 (四)
	C：和諧粉彩齊齊擠	9/3/24 (六)
	D：復活節飾物 Diy	23/3/24 (六)

時間：下午 3:00 - 4:30
對象：兒童及青少年會員
費用：每組\$15
名額：每組 6 人
地點：中心



社交達人(02)

活動性質：社教化
活動編號：PCY23-P036
職員：Apple 姐姐

目標：1)提升參加者對社交禮儀的認識。

2)提升參加者的社交技巧。

內容：透過舉辦打邊爐聚會活動，促進參加者互動並提升社交技巧。

日期：3/2/24(六)

時間：晚上 6:00 - 8:30

對象：兒童及青少年會員

費用：\$30

名額：10 人

地點：中心

備註：☺下午 5:00 中心集合，前往購買食材。





本中心致力推行 16 項服務質素標準(SQS)，本期向大家介紹最近更新了之標準十五：

香港傷健協會

標準十五：服務使用者及職員申訴政策

- 1 目的：明確本會處理任何人士對本會管治或服務提出不滿時的程序、方法和申訴人士的權利和責任
- 2 定義：
 - 2.1 任何由服務使用者、家屬、職員或與本會服務有關人士提出的不滿，無論口頭或書面，均會視作投訴處理。
 - 2.2 本政策適用於對本會管治、運作、服務或對本會董事會、各職級職員、導師及正式登記的義工的投訴。
3. 政策：
 - 3.1 所有職員、服務使用者、家屬或與協會有關人士應知悉他們的申訴權利。
 - 3.2 職員、服務使用者、家屬或與協會有關人士如對香港傷健協會提供的服務有任何不滿，可向服務單位反映而無需顧慮受到責難。協會尊重申訴人的權利，並會作出公平、公正的處理。申訴人不會因投訴而導致個人利益受損；申訴人的身份將會保密*處理。(*若其行為可能對自身或他人構成危害則除外。)
 - 3.3 服務使用者/職員如有任何申訴或要求，可以口頭、電話、電郵、信件形式或直接向中心職員/單位主管尋求協助。另外，服務單位設有意見箱及申訴表格供各服務使用者提供意見或申訴。
 - 3.4 為有助公平、公正地處理投訴事件，申訴人須明白投訴程序，並保證投訴內容確有其事。
 - 3.5 協會在處理投訴的過程中，會知會申訴人及被投訴服務單位 / 部門 / 人士有關投訴正在處理中及其進度。
 - 3.6 所有接獲之投訴，無論記名或不記名、調查結果成立或不成立，均會記錄在案，供有關監管機構檢閱
 - 3.7 如申訴人不滿意處理行動或結果，可進一步向上一級提出申訴，而董事局的決定為協會的最終決定。
4. 相關文件
 - 4.1 處理服務使用者及職員申訴程序(SQS15.2.0)
 - 4.2 申訴處理記錄 (SQS15.2.1)
 - 4.3 申訴表格 (SQS-15.2.2)
 - 4.4 意見表(SQS15.2.3)
 - 4.5 服務使用者/職員意見記錄總表 (SQS15.2.4)
 - 4.6 Incident Report (社會福利署)

此外，由 2023 年 11 月開始，若單位接獲申訴，須要於 7 個曆日內初步回覆及確認申訴內容，詳情可參閱“處理服務使用者及職員申訴程序”(SQS15.2.0)。

2024.01.27

全港賣旗日

Territory-wide Flag Day



捐款支持
Donation

香港上海匯豐銀行 HSBC
111-058004-002

查詢電話 Enquiries: 2551 4161
地址 Address: 香港北角百福道21號1402室
Unit 1402, 21 Pak Fuk Road, North Point, Hong Kong

更多詳情
More Details

公開可徵許可證編號
Public Subscription Permit No.: FD/T022/2023

hq@hkphab.org.hk | https://hkphab.org.hk | HKPHAB



郵票

傷健乃傷殘及健全人士之意思 香港傷健協會致力推動兩者的融合

印刷品