



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

# 2024年 2-5月 中心通訊



中心復活節派對  
詳情請留意中心FACEBOOK

2024-25 年度會費豁免優惠  
詳情請閱 P.4

## 活動報名日方法

網上  
登記抽籤

10/1 - 14/1

會員報名日  
20/1 (六)

公開報名日  
23/1 (二)

## 目錄

|        |         |
|--------|---------|
| 中心開放通告 | P.2     |
| 中心職員介紹 | P.3     |
| 會員須知   | P.4-6   |
| 報名方法   | P.7     |
| 服務質素標準 | P.8     |
| 推介活動   | P.9-13  |
| 青年活動   | P.14-25 |
| 兒童活動   | P.26-33 |
| 家庭活動   | P.34-38 |

## 中心暫停開放通告

## 全日暫停開放

| 日期                             | 內容      |
|--------------------------------|---------|
| 2024 年 2 月 10 至 13 日 (六至二)     | 年初一至年初四 |
| 2024 年 2 月 14 日 (三)            | 中心清潔    |
| 2024 年 3 月 29 日至 4 月 1 日 (五至一) | 復活節     |
| 2024 年 4 月 4 日 (四)             | 清明節     |
| 2024 年 5 月 1 日 (三)             | 勞動節     |
| 2024 年 5 月 15 日 (三)            | 佛誕      |

## 半日暫停開放

2024 年 2 月 9 日 (五) 年三十晚

## 颱風及暴雨警告處理措施

|           |         | 中心開放時間 | 中心內活動 | 戶外活動 |
|-----------|---------|--------|-------|------|
| T1        | 一號風球    | ✓      | ✓     | ☺    |
| 3         | 三號風球    | ✓      | ✓     | ⊘    |
| 8<br>或 更烈 | 八號風球或以上 | ✗      | ⊘     | ⊘    |
| 黃色暴雨警告    | 黃色暴雨警告  | ✓      | ✓     | ☺    |
| 紅色暴雨警告    | 紅色暴雨警告  | ✓      | !     | ⊘    |
| 黑色暴雨警告    | 黑色暴雨警告  | ☆      | !     | ⊘    |

✓ 照常

✗ 停止

☺ 活動照常，但會視乎天氣轉變決定是否延期 / 取消 / 終止活動

☆ 如未開放，則停止開放；如已開放，則照常開放。

⊘ 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，中心將退還款項；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。

## 中心經理

黃欣懿小姐 (Tiffany 姑娘)

## 中心社工

陳汶燕小姐 (Mandies 姑娘)

張文昶先生 (昶 Sir)

林建誠先生 (Terry Sir)

岑梓祺先生 (Jacky Sir)

李思穎小姐 (Cherry 姑娘)

施諾先生 (諾 Sir)

吳詠嵐小姐 (Riann 姑娘)

黃詠棋小姐 (Vicky 姑娘)

## 中心職員

蔡小思小姐 (小思姑娘)

譚一龍先生 (譚 Sir)

劉欣欣小姐 (欣欣姑娘)

郭凱嘉小姐 (Pion 姑娘)

黃曉鈴小姐 (Ling 姐姐)

盧琮華小姐 (華姐)

## 駐校社工

洪阮玲小姐 (Elaine 姑娘)

楊麗姬小姐 (Kate 姑娘)

蘇媚媚小姐 (Ivy 姑娘)

吳庭謙先生 (謙 Sir)

## 課餘託管導師

區秀蓮老師

駱潔怡老師

張慧婷老師

馮美蘭老師

## 駿洋分處社工

周順安先生 (安 Sir)

胡小霞小姐 (Renee 姑娘)

何偉燕小姐 (Joanne 姑娘)

林曉毅先生 (Edward Sir)

## 駿洋分處職員

陳雅思小姐 (思姐姐)

莊清蘭小姐 (蘭姐)

## 新職員介紹



Hello 大家好，我係新加入嘅社工 Vicky 姑娘，負責「快樂、起動」社區推廣計劃，好期待認識大家啊！我平時鍾意打下機，煲下劇，間唔中玩下樂器，歡迎大家得閒可以嚟搵我吹下水，互相交流交流～

## 入會須知

## 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  
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)
3. 服務區內學校學生
4. 服務區內高危或傷殘青少年

## 入會收費表 (中心由即日起豁免 2024-25 年之會費)

| 會員 | 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  |

會籍有效期：4 月 1 日至翌年 3 月 31 日

## 會員須知

## 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。

## 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 個曆日內回覆查詢)。
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 7 個曆日內回應。
6. 中心有政策保障服務使用者之私人財產權利受到尊重。

## 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。

## 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。

## 中心規則

1. 凡欲享用中心任何康樂設備，必須為有效會員及於接待處登記。
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。

## 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。

## 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。

## 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，單位主管須於七個曆日內作出回應。
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。

### 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。

### 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。

## 兒童、青少年及家庭活動報名安排

## (須知及介紹)

本季度活動報名日為 **2024 年 1 月 20 日(六)**。

1. 以先登記，後依時段報名作為安排，請各位會員多多留意！
2. 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。
3. 建議會員讀好本中心 FB 專頁及追蹤 Instagram 專頁，以獲取有關活動報名日安排的即時消息及提示。請於 Facebook 及 Instagram 搜尋 hkphabst。

1

網上登記抽籤

由 10/1 至 14/1 (三至日)

2

抽籤結果公佈

16/1 (二)

3

會員報名日  
(已登記人士)

20/1 (六) 上午 10:00

4

公開報名日  
(先到先得)

23/1 (二) 晚上 7:00

網上登記抽籤



## 注意事項

## 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家庭會籍名單下所有成員報名。

1. 建議填寫具備 Whatsapp 功能的電話號碼作登記之用。
2. 重複登記者亦只會以最後一次登記的資料為實。
3. 如有遇上疑難，可於開放時間親臨或致電 26372266 本中心職員查詢。
4. 請登記者保留完成登記的截圖，以作日後翻查之用。

## 獲知抽籤結果

1. 中心於 **1 月 16 日(二)** 以 **Whatsapp 通知** 抽籤結果。
2. 如會員於當日未能收到結果，會員亦可於當日中心開放時段致電本中心查詢情況。
3. 如抽籤所獲的時段因事未能到中心報名，可委託親友在該時段代辦報名程序。
4. 會員請保留有關 Whatsapp 內容作報名日之用。

## 已登記會員報名日

1. 於會員報名日當天，每個籌號可為其家庭內直系之兒童報名。
2. 請預先填妥活動報名表，以便加快報名效率。
3. 請按 Whatsapp 內獲發的時間到中心等候報名。
4. 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 或之前到達，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。
5. 報名程序需時，請耐心等待。
6. 中心只接受現金或支票形式繳交報名費用。
7. 活動滿額狀況，將於本中心 facebook 及 instagram 專頁定時更新。
8. 請於報名前核實活動的參加資格日期及時間，並衡量能否如期參與。
9. 所有活動費用一經繳交，一律不予退還。

## 公開接受報名

1. 以先到先得形式報名，於當日晚上 7:00-9:45 接受公開報名。請帶備填妥的報名表格。中心只接受現金或支票形式繳交報名費用。

## SQS 服務質素標準

| 標準編號  | 標準的扼要內容                                                                         |
|-------|---------------------------------------------------------------------------------|
| 標準 1  | <b>服務資料</b><br>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  | <b>檢討及修訂政策和程序</b><br>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  | <b>運作及活動紀錄</b><br>服務單位存備其服務運作和活動的最新準確記錄。                                        |
| 標準 4  | <b>職務及責任</b><br>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  | <b>人力資源</b><br>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  | <b>計劃、評估及收集意見</b><br>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  | <b>財政管理</b><br>服務單位實施政策及程序以確保有效的財政管理。                                           |
| 標準 8  | <b>法律責任</b><br>服務單位遵守一切有關的法律責任。                                                 |
| 標準 9  | <b>安全的環境</b><br>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 | <b>申請和退出</b><br>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 | <b>評估服務使用者的需要</b><br>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 | <b>知情的選擇</b><br>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 | <b>私人財產</b><br>服務單位尊重服務使用者的私人財產權利。                                              |
| 標準 14 | <b>私隱和保密</b><br>服務單位尊重服務使用者保護私隱和保密的權利。                                          |
| 標準 15 | <b>申訴</b><br>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 | <b>免受侵犯</b><br>服務單位採取一切合理步驟，確保服務使用者免受侵犯。                                        |

# 2024 年度會員大會 禾田喜山親子遊

## 2024年2月24日 (星期六) 上午9:00 - 下午5:30

### \$180 (大小同價)

ST23-P053

負責同事：昶 Sir

一年一度中心會員大會今年繼續推行，禾田喜山位於沙頭角，場內設有風車區滑草、彈床、沙地、滑梯、鞦韆、手搖船、腳踏高卡車、兒童繩網、滑水梯等，並且一起享用 BBQ，當然還有最期待的中心大抽獎。仲要諗？快 D 來中心報名啦，名額有限，先到先得。

對象 / 名額 6-12 歲兒童及其家長 / 55 位

活動地點 沙頭角禾田喜山

集散地點 沙田第一城及駿洋中心

備註 費用包括活動套票、BBQ、旅遊巴及大抽獎



2024年2月

## 元宵節. 猜猜燈謎活動

ST23-P053A

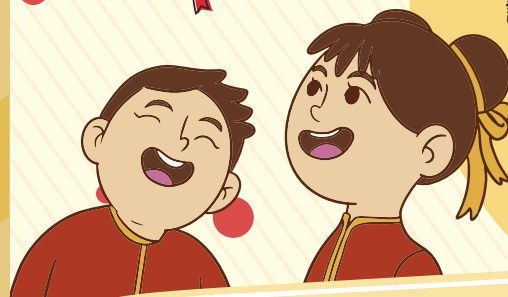
元宵猜燈謎將係新一年中心舉辦，到時記得經過一下中心，入來睇下七彩繽紛的燈謎會掛左係邊度！？有趣題目除考考你智慧，仲有掛起滿滿燈籠的中心都更有節日氣氛，到時過來感受一下啦！聽講猜中一定數量的答案，仲會有小禮物送呢～  
記低活動日期啦～

日期 21-24/2/2024

時間 中心開放時間內進行

地點 本中心

費用 全免



## 復活彩蛋之 YEAH!

ST23-P049C

一年一度復活節又到啦！今年我哋係中心準備咗唔同嘅攤位，等大家一齊嚟共度復活節之夜。除此之外，我哋仲收埋咗隻神秘蛋，唔知你哋可唔可以搵到呢隻神秘蛋呢？今年復活節約定大家一齊嚟玩啦！（細細聲話比大家聽：搵到隻神秘蛋之後會發生神秘嘢㗎）

日期 22/3 /2024 (五)

時間 19:15-21:15

地點 本中心

費用 全免

備註

最新詳情請留意本中心  
FACEBOOK 及 IG

## 恆常課餘 託管招收

日期 星期一至星期五

對象 小一至小六學生

收費 每月計算，視乎參加日數而定

備註

1. 只接受就讀 K3-P6 學生申請
2. 學員交表後，中心會按現有學額數目聯絡參加者出席面見，面見後再通知學員是否被取錄；
3. 若學額已滿，未被約見之申請者會成為後備名單，當服務有空缺時，再按交表先後次序約見申請者；
4. 中心會按申請者之情況而決定是否取錄，取錄與否，中心有最終之決定權，申請者不得異議。

### 收費如下

| 班別  | 時段                 | 費用      |
|-----|--------------------|---------|
| 全日班 | 星期一至五<br>3:30-7 PM | \$1,960 |

### 託管服務時間表

| 時間        | 內容            |
|-----------|---------------|
| 3:30-3:35 | 點名            |
| 3:35-4:35 | 功課輔導          |
| 4:35-5:00 | 休息及茶點時間       |
| 5:00-6:00 | 功課輔導 或 多元智能活動 |
| 6:00-7:00 | 功課輔導          |

任何查詢，請致電 2637 2266 向  
岑梓祺先生及蔡小思姑娘聯絡

有意者，請於中心辦公時間內，  
親臨本中心填寫及遞交申請表格。

# 樂娃娃合唱團 招募新團員 (K2-P3 年級)

推介活動

歌唱訓練時間 每月逢星期六、下午 2:15-3:15

小組活動時間 每月一次小組、下午 3:15-3:45

學費 每堂 \$80 (以月費形式計算，  
每月收費因應該月堂數而定)

資格 K2-P3 兒童會員

內容 學員會透過從律動、聆聽等多方面學習不同風格、語言的樂曲，學習音樂知識及歌唱技巧。亦透過簡單的樂曲或練習，學習閱譜和視唱訓練。導師會根據學員的水平，調節樂曲的深淺程度，因材施教，從循序漸進式的提高學員的音樂水平。

### 報名方法

可於中心辦公時間到中心詢問處取「合唱團參加表格」，填妥後交回中心職員，負責職員於收妥表格後，會於稍後時間聯絡有關試音事宜，試音合格後即可加入成為本團一分子。(試音由本團導師協助，試音者需預備一首歌作試音之用。)

### 查詢電話

可於辦公時間致電 2637 2266  
聯絡負責職員小思姑娘

### 中心地址

沙田第一城恆城街  
2 號 34 座地下

# 中心圖書閣 - 「悅書好」

興奮的和大家分享～

中心圖書閣位置將於新一年 4 月來個大翻新～

會有新的面貌提供給大家😊大家可以到時留意！

同時間～「悅書好圖書獎勵計劃」兒童圖書閣會推出帶有更多精美圖案的繪本～

讓親子可以借閱帶回家慢慢細看～享受在繪本的世界中～

只需要成為中心會員，同 \*參加「悅書好圖書獎勵計劃」方法\*

時參加「悅書好圖書獎勵

對象

中心兒童會員

計劃」成為「悅書好成員」

全年收費

\$10 (與中心會籍有效期相同)

借閱圖書及獎勵計劃的詳情，歡迎於中心開放時間向中心職員查詢，謝謝

ST23-P

## 「悅書好」義工

喜愛繪本的色彩繽紛和美麗圖案的你，又愛做手工、又有創意力去佈置中心圖書閣的小朋友，誠意邀請你們呀！

日期 / 時間 20/2,27/2,5/3/2024 (二) 17:00-18:00

費用 / 堂節 \$30 / 3 堂

地點 本中心

負責同事：欣欣姑娘

### 特別事項

出席率 100% 的義工在活動後將獲得參與證書及收到繪本一本😊鼓勵義工可將閱書的喜悅和益處和身邊人一起分享、一起看看繪本世界。



JOIN US



#留一天望著海喘息



#靜默也是一種陪伴



#Keep Smiling



#Behind the clouds is the sun still shining.



#保持童真  
#Be pure and simple



#休息是為了走更長的路

Youth-niverse

# 街舞 K-pop Dance

3-5 月

我哋會用 k-pop 同街舞音樂，增強音樂節奏感、拍子，喺課堂中期仲會 freestyle 一下，你有 freestyle 嗎？期望大家中後期可以跳出自己舞蹈風格，So how far are you willing to go for dance ?

| 活動編號       | 活動名稱                 | 日期                                                              | 時間          |
|------------|----------------------|-----------------------------------------------------------------|-------------|
| ST23-P261G | 街舞 K-pop Dance (3 月) | 6/3/2024 (三)<br>13/3/2024 (三)<br>20/3/2024 (三)<br>27/3/2024 (三) | 19:30-21:30 |
| ST24-P261  | 街舞 K-pop Dance (4 月) | 3/4/2024 (三)<br>10/4/2024 (三)<br>17/4/2024 (三)<br>24/4/2024 (三) | 19:30-21:30 |
| ST24-P261A | 街舞 K-pop Dance (5 月) | 8/5/2024 (三)<br>22/5/2024 (三)<br>29/5/2024 (三)                  | 19:30-21:30 |

費用 / 堂節：每堂 \$40 (以月費形式計算，每月收費因應該月堂數而定)

對象 / 名額：11-24 歲 / 14 位 (舊生優先報名)

地點：本中心

備註：留意是逐個月報名的，如有興趣參加 3 個月的跳舞活動，請報 3 個月的班。

負責同事：Cherry 姑娘



# Chill 住 ART Jamming

「Jam 歌」聽得多 ...Art Jamming 你又聽過未？Art Jamming 即是即興藝術嘅意思。大家可以兩手掙掙咁嚟中心，聽住歌，Chill 住咁自由、即興、隨意地創造自己嘅作品、透過無限制、無負擔嘅藝術創作，讓你放鬆心情，暫時放低忙碌嘅生活，感受藝術創作帶來嘅療癒，學習放空。

| 活動編號       | 內容    | 日期          | 時段 A        | 時段 B        |
|------------|-------|-------------|-------------|-------------|
| ST23-P263A | 酒精水墨畫 | 2 月 6 日 (二) | 16:00-18:00 | 19:00-21:00 |
| ST23-P263B | 自由油畫  | 3 月 5 日 (二) | 16:00-18:00 | 19:00-21:00 |
| ST24-P262  | 酒精水墨畫 | 4 月 2 日 (二) | 16:00-18:00 | 19:00-21:00 |
| ST24-P263  | 自由油畫  | 5 月 7 日 (二) | 16:00-18:00 | 19:00-21:00 |

費用 / 堂節：\$40 / 1 節

對象 / 名額：11-24 歲 / 8 位

地點：本中心

備註：活動每月 2 節，可任選一個時段參加。活動會提供畫具 / 畫紙 / 顏料，每節可以製作最多 1 個作品。

負責同事：嵐姑娘



YOUTH  
動手作

## ○ 實用手作：軟綿綿手袋 ○

ST23-P280

棉布內灌棉花，形成直徑粗大的毛線，因為不用工具，可以快速創造出大型和厚實的紡織品。

日期 / 時間 2/2/2024 (五) / 19:30-21:00

費用 / 堂節 \$80/1 節

對象 / 名額 11-24 歲 / 6 位 備 註 費用已包括材料。

地 點 本中心 負責同事 嵐姑娘

## ○ HEART SHAKER 滴膠吊飾手作 ○

ST23-P264B

挑選你喜歡的模型、顏色、小飾品，親手製作一個獨一無二的流沙鎖匙扣。

日期 / 時間 15/3/2024 (五) / 19:30-21:00

費用 / 堂節 \$50/1 堂

對象 / 名額 11-24 歲 / 6 位 備 註 費用已包括材料費

地 點 本中心 負責同事 PION 姑娘



## ○ Make Your Own：穿戴甲 ○

ST24-P264

穿戴甲係一款可以反覆使用嘅短暫美甲工具，方便隨時轉換款式及卸除。過程中，除了會教授穿戴甲不傷真甲的操作方法外，亦會教授美甲基礎知識及彩繪技巧；零經驗或知識，亦可以應付自如。

日期 / 時間 11/4, 18/4, 25/4, 2/5/2024 (逢四) / 16:30-17:30

費用 / 堂節 \$100/4 堂

對象 / 名額 11-24 歲 / 6 位

地 點 本中心

備 註 活動提供甲片、甲油膠及美甲工具。費用包括一套參加者自製的穿戴甲。

負責同事 嵐姑娘

## ○ 皮革工作坊 ○

ST24-P265

就算是未接觸過皮革製作，亦都可以學習到穿針、修邊、打磨的技巧，利用兩針一線親手縫製出屬於自己的真皮銀包，亦期望參加者可透過堂節中的小時光，嘗試放鬆自己身心靈，享受皮革製作的樂趣。

日期 / 時間 23/4, 30/4, 7/5, 14/5/2024 (逢二) / 16:15-17:45

費用 / 堂節 \$200/4 堂

對象 / 名額 11-24 歲 / 6 位 備 註 費用已包括材料乙份及使用皮革工具。

地 點 本中心 負責同事 譚 SIR

## ○ 手手相印 ○

ST24-P266

只需要拖住你嘅「親愛的」另一隻手黎中心，就可以製作你地獨一無二紀念品啦，仲可以為佢畫上獨有嘅設計添。

日期 / 時間 20/5/2024 (一) / 16:15-17:45

費用 / 堂節 \$100/1 節

對象 / 名額 11-24 歲 / 6 位 備 註 費用已包括材料、木底座及玻璃外罩。

地 點 本中心 負責同事 嵐姑娘



## ○ 織織又織織 ○

ST24-P267

會教大家用一雙手及綿線，織出很多不一樣的手作品，主打編織鎖匙扣、杯墊等等。

日期 / 時間 14/5, 21/5, 28/5/2024 (二) / 19:30-20:30

費用 / 堂節 \$80/3 堂

對象 / 名額 11-24 歲 / 6 位 備 註 費用已包括材料費

地 點 本中心 負責同事 PION 姑娘

## ○ 3D 軟陶體驗班 ○

ST24-P268

軟陶 (polymer clay) 又稱低溫泥。如泥膠般的軟陶操作簡單，只需用雙手「搓圓揸扁」造型後，再用焗爐令軟陶硬化就能輕鬆完成作品！今次會同大家一齊整 3D 卡通公仔點綴你的家居日常。

日期 / 時間 11/4, 18/4, 25/4/2024 (四) / 19:30-20:30

費用 / 堂節 \$150/3 堂

對象 / 名額 11-24 歲 / 6 位

地 點 本中心

備 註 費用已包括材料費

負責同事 PION 姑娘

## ○ 和諧粉彩工作坊 ○

ST24-P269

「和諧粉彩」(Pastel Nagomi Art) 是由日本 細谷典克先生於 2002 年創立，「和諧粉彩」是以乾粉彩柔和材質的特徵，將其製成粉末狀，並以手指頭及簡單的工具，將乾粉彩的粉末在畫紙上慢慢上色，每堂都會完成 1 幅美麗動人的作品。亦期望參加者可透過堂節中的小時光，嘗試放鬆自己身心靈，享受藝術中的樂趣。

日期 / 時間 8/4, 15/4, 22/4, 29/4 (逢一) / 16:15-17:45

費用 / 堂節 \$200/4 堂

對象 / 名額 11-24 歲 / 6 位

地 點 本中心

備 註 費用已包括畫紙及使用顏料畫具。

負責同事 譚 SIR

YOUTH  
運動系列

## 雪菇四友



ST23-P209

全港最新早雪大型模擬滑雪機，用上金針菇形早雪，滑行像真度與真雪更接近，更適合初學的雪友練習各種滑行技巧！

日期 / 時間 2/2/2024 (五) / 14:00-17:00 (55 分鐘滑雪機上練習)

費用 / 堂節 \$250 / 1 堂

對象 / 名額 11-24 歲 / 4 位

地點 大角咀海輝道 8 號

浪澄灣商場 2 樓 3 號鋪

(URBAN TERRAIN)(中心集散)

備

註

費用已包括教練費用、租借滑雪器材及護具，參加者需自備交通費及飲用水。

負責同事 Cherry 姑娘



## 漆彈任務大戰



ST23-P209A

馬來西亞沉浸式任務遊戲 Bomb Battle 結合現代科技、遊戲節目、動作電影同逃脫遊戲等元素，玩家必須合作完成任務。如果完成唔到其中一個回合，就要受到彩色油漆懲罰啦！

日期 / 時間 28/3/2024 (四) / 16:00-19:00

費用 / 堂節 \$250 / 1 堂

對象 / 名額 11-24 歲 / 8 位

地點 香港觀塘鴻圖道 81 號

Contempo Place 3 樓 B 室 (中心集散)

備

註

費用已包括 7.5 升油漆炸彈、60 分鐘遊戲體驗、全身防護服、防護裝備、鞋套、照片 (電子檔)、視頻、儲物櫃，參加者需自備交通費及飲用水。

負責同事 Cherry 姑娘



## 滑板之子 (體驗版)



ST23-P210

沒有規限的服飾穿搭、板鞋、花式，或者一邊滑板一邊聽音樂，都會強烈突顯不同滑板人的風格和個性。沒有特定規限，你也沒有要戰勝的競爭對手，你要跨越的只有自己。

日期 / 時間 23/3/2024 (六) / 15:45-17:00

費用 / 堂節 \$75 / 1 堂

對象 / 名額 11-24 歲 / 6-8 位

地點 沙田歷奇單車場 (中心集散)

備註 由專業教練指導；活動提供滑板，亦歡迎自攜滑板，護具則需自行準備。

負責同事 嵐姑娘



## 室內 Parkour 飛躍道 (體驗版)



ST24-P270

全港唯一室內 Parkour，安全地學習靈活運用身體，重新掌握身體潛能。包括跳躍、攀爬、平衡、撐越等元素，無須經驗，無運動習慣都可以參加。

日期 / 時間 13/4/2024 (六) / 16:15-17:45

費用 / 堂節 \$200 / 1 節

對象 / 名額 12-24 歲 / 6-8 位

地點 VAULTX 沙田石門安平街 6 號  
新貿中心 A 座 8 樓 6 室 (石門站集散)

備註 由專業教練指導，護具則需自行準備。

負責同事 嵐姑娘



## 籃球班



ST24-P271

讓參加者學習籃球的基本知識及技術，另外亦會透過小組比賽，增強他們的團體合作及溝通能力，以及增加對籃球的興趣。

日期 / 時間 5/4, 12/4, 19/4, 26/4,  
3/5, 10/5, 17/5, 24/5/2024 (五) / 19:00-21:00

費用 / 堂節 \$400 / 8 堂

對象 / 名額 8-16 歲 / 25 位

地點 牛皮沙街籃球場

備註 請自備飲用水、毛巾及防蚊防雨用具。

負責同事 譚 SIR



## 吾跑五得 (4-6 月)



ST24-P272

一齊將跑步變成習慣，成為你嘅恆常運動之一。每個月兩個星期五，一齊跑出去！

日期 / 時間 12/4, 19/4, 10/5, 24/5, 7/6, 21/6/2024 (五) / 20:00-21:00

費用 / 堂節 免費

對象 / 名額 11-24 歲 / 6 位

地點 中心集散；沿城門河兩旁跑步，每次跑約 3-4K

負責同事 PION 姑娘

YOUTH  
煮野食

## 一口腰果酥



ST23-P193A

農曆新年傳統應節小食之一，係過年前一齊焗送禮自用佳宜嘅賀年小食啦！

日期 / 時間 6/2/2024 (二) / 19:30-20:30

費用 / 堂節 \$80 / 1 堂

對象 / 名額 11-24 歲 / 6 位 備 註 費用已包括材料費。

地點 本中心 負責同事 PION 姑娘



## 試一次砵仔糕



ST23-P193B

平時買就買得多啦，自己整又試過未呢？砵仔糕其實都無想像中咁難整既，材料亦都非常簡單。有興趣嘅話就記得黎報名「試一次」啦。

日期 / 時間 21/2/2024 (三) / 16:15-17:45

費用 / 堂節 \$50 / 1 堂

對象 / 名額 11-24 歲 / 6 位

地點 本中心

備 註 參加者可自備圍裙及食物盒。

負責同事 譚 SIR



## 髒髒流心芝士曲奇



ST23-P193C

髒髒包嘅可可粉、TIRAMISU 嘅軟滑口感、香脆咖啡曲奇... 當三者合而為一會成為令你驚豔的好味道。

日期 / 時間 23/2/2024 (五) / 19:30-21:00

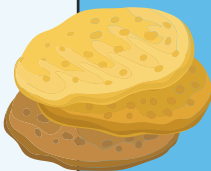
費用 / 堂節 \$80 / 1 堂

對象 / 名額 11-24 歲 / 6 位

地點 本中心

備 註 費用已包括材料費。

負責同事 PION 姑娘



## 忌廉水果三文治



ST24-P191

一齊試做日本近年流行水果三文治，三文治中的夾著新鮮水果及忌廉，打卡、味道一流！

日期 / 時間 16/4/2024 (二) / 19:30-20:30

費用 / 堂節 \$80 / 1 堂

對象 / 名額 11-24 歲 / 6 位

地點 本中心

備 註 費用已包括材料費。

負責同事 PION 姑娘

YOUTH  
FUN

## 魔哩魔哩空



ST24-P281

細細個以為啲魔術師係魔法師，好似有神奇力量咁！但原來魔術背後嘅手法居然好簡單！真係傷透我個心！想知魔術師點去做表演？就唔好錯過呢個小組啦！ It's magic !

日期 / 時間 3/5, 10/5, 17/5, 24/5/2024 (五) / 19:30-20:30

費用 / 堂節 \$250 / 4 堂

對象 / 名額 11-24 歲 / 4 位

地點 本中心

負責同事 Cherry 姑娘



## 占。星互助台



ST23-P288A

一個互相交流占卜、星座知識以至生活中挑戰嘅平台。歡迎邀請你及你嘅朋友加入，大家一齊學習占卜、星座課題。

日期 / 時間 21/2, 6/3, 20/3/2024 (三) / 19:30-20:30

費用 / 堂節 \$50 / 3 節

對象 / 名額 11-24 歲 / 8 位

地點 本中心

備 註 有卡牌提供於小組內使用，參加者亦可自備卡牌。

負責同事 嵐姑娘



## 天空收集



ST24-P282

生活忙碌，邀請你哋一齊走到香港唔同地方收集天空美景，學習慢活放鬆，用心經歷，透過不同拍攝技巧，以相片記下。

日期 / 時間 11/5, 25/5, 1/6/2024 (六) / 14:00-18:00

費用 / 堂節 \$20/3 節

對象 / 名額 11-24 歲 / 6 位

地點 烏溪沙石灘、銅鑼灣避風塘燈塔、觀塘海濱

備 註 參加者需自備交通費。

負責同事 Mandies 姑娘



YOUTH  
社交

## 愛の語體驗



ST23-P288B

我哋會用 5 種愛的語同埋體驗活動，幫助青年將佢哋心鎖 Unlock !

日期 / 時間 8/2, 15/2, 22/2, 29/2/2024 ( 四 ) / 17:00-18:00

費用 / 堂節 \$100 / 4 堂

對象 / 名額 11-24 歲 / 10 位 ( 男女不限 )

地點 本中心

負責同事 Cherry 姑娘



## 真人版飛行棋



ST23-P288C

相信有唔少人都有玩過飛行棋，但係真人版嘅飛行棋大家又玩過未呢？我地呢個活動仲可以俾大家貼身體驗遊戲添，大家可以親身企係地墊上面，再以擲骰仔決定你行嘅步數！

日期 / 時間 16/2/2024 ( 五 ) / 20:00-21:00

費用 / 堂節 \$20 / 1 堂

對象 / 名額 11-24 歲 / 16 位

地點 本中心

負責同事 Cherry 姑娘



## 三國、狼人、劇本殺！



ST24-P283

三國殺，狼人殺、劇本殺，未玩過？聽唔明咩叫「天黑請閉眼。」？想玩，想試下，但係唔夠人組隊玩？咁就岩啦，嚟中心玩下呢啲熱門嘅燒腦遊戲啦！

日期 / 時間 3/5, 10/5, 17/5, 24/5/2024 ( 五 ) / 16:30-18:00

費用 / 堂節 \$150 / 4 堂

對象 / 名額 11-24 歲 / 8 位

地點 本中心

備註 費用已包括所需卡牌，劇本殺需時較長，會分兩節進行或與組員商議。

負責同事 嵐姑娘

YOUTH  
義工

## 復活節派對裝飾設計義工



ST23-P212D

平時出街鍾意同裝飾打卡影相？好奇佢地係點製作嚟嘅？機會來了，中心將舉行復活節派對，需要想法的「你」發揮你既創意，將你嘅設計實體化，一齊創造出獨一無二嘅復活節派對啦！

日期 / 時間 討論及設計 - 23/2/2024 ( 五 )、製作 - 1/3, 8/3/2024 ( 五 )

服務日 15/3/2024 ( 五 ) / 19:00-21:00

費用 / 堂節 全免 / 4 節

地點 本中心

對象 / 名額 11-24 歲 / 8 位

負責同事 嵐姑娘



## 抱抱浪浪



ST23-P215B

被遺棄嘅小動物需要你嘅擁抱，用你嘅愛心幫忙清潔、整理佢哋暫時嘅小窩居，做一日小主人。

| 內容  | 日期              | 時間          | 地點                     |
|-----|-----------------|-------------|------------------------|
| 簡介會 | 29/2/2024 ( 四 ) | 20:00-21:00 | 本中心                    |
| 訓練日 | 2/3/2024 ( 六 )  | 13:00-15:00 | 元朗區 ( 待定 )<br>( 中心集散 ) |
| 服務日 | 2/3/2024 ( 六 )  | 15:00-18:00 |                        |

費用 / 堂節 \$50 / 3 節

負責同事 Mandies 姑娘

對象 / 名額 11-24 歲 / 8 位

備註 參加者會先留位，活動前由負責同事先約見參加者了解是否合適參與再正式報名。參加者需自備交通費。



## 扭扭樂



ST24-P211

學習用氣球扭出不同復活節相關的裝飾，在中心復活節派對粉飾中心每個角落！

日期 / 時間 17/4, 24/4, 8/5/2024 ( 三 ) / 20:00-21:00

服務日 22/3/2024 ( 五 ) / 19:00-21:00

費用 / 堂節 \$40 / 3 節

對象 / 名額 11-24 歲 / 10 位

地點 本中心

負責同事 Mandies 姑娘



## 1VollAll 義工組 招募



招募新義工成員：中一至中六學生

義工組定期聚會：每月一次，確實日期及時間與義工們再商討。

義工組服務：不定期服務活動

費用：全免

內容：義工組聚會——商討小組發展方向、

職務分工、義工訓練

義工組服務——兒童服務、長者探訪、社區活動、中心大型活動等等

報名及查詢：可於辦公室時間內致電 2637 2266 與負責同事 Mandies 姑娘聯絡，會與參加者先面見。



1VollAll,  
One for ALL!

# GUITAR & DRUM CLASS

## 流行鼓班

導師：凌仲文先生  
資歷：RockSchool Grade 8 - Drum Kit  
對象：8-24歲兒童及青少年  
報名及查詢方法請WHATSAPP( 65303049 )聯絡譚SIR。

| 星期     | 時間     | 地點      | 收費      |
|--------|--------|---------|---------|
| 逢二、三、五 | 30分鐘/堂 | 中心BAND房 | \$110/堂 |

## 結他及電結他班

導師：黃智勇先生  
資歷：RockSchool Grade 8 - Guitar  
對象：8-24歲兒童及青少年  
報名及查詢方法請WHATSAPP( 65303049 )聯絡譚SIR。

| 星期               | 時間     | 地點    | 收費                                                              |
|------------------|--------|-------|-----------------------------------------------------------------|
| 逢一至六<br>(中心開放時間) | 60分鐘/堂 | 中心結他房 | 1對1教學 基礎：\$170/堂<br>進階：\$240/堂<br>2人小組 基礎：\$130/堂<br>進階：\$200/堂 |

## 共「響」空間 ST23-P199

對象為8-24歲兒童及青少年  
所有租用人及同行之BAND友，必須為中心有效會員及遵守BAND房使用規則。  
第一次租用前必須參加BAND房簡介會(需預約時間)  
報名及查詢方法請WHATSAPP( 65303049 )聯絡譚SIR。

租用BAND房收費：\$30 / 節 ( 55分鐘/節 )

## 興趣班

| 活動編號      | 活動名稱       | 日期                                      | 時間          | 地點 | 堂數   | 費用     | 名額 | 對象    |
|-----------|------------|-----------------------------------------|-------------|----|------|--------|----|-------|
| ST24-P501 | 英國皇家芭蕾舞幼兒班 | 06/04-22/06/2024( 六 )<br>暫停 :18/5 , 8/6 | 10:30-11:15 | 中心 | 10 堂 | \$800  | 10 | K1-K3 |
| ST24-P502 | 英國皇家芭蕾舞考試班 |                                         | 11:15-12:15 | 中心 | 10 堂 | \$1000 | 10 | P1-P2 |
| ST24-P503 | 澳洲教師爵士舞幼兒班 |                                         | 12:15-13:00 | 中心 | 10 堂 | \$800  | 10 | K1-K3 |
| ST24-P504 | 澳洲教師爵士舞考試班 |                                         | 13:00-14:00 | 中心 | 10 堂 | \$1000 | 10 | P1-P2 |

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易放棄的精神，建立他們的自信心，發掘出他們的創作潛力，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 (舊生優先)

爵士舞內容：注重動感及節奏感，配合音樂，靈活多變 (舊生優先)

## 跳舞班

兒童活動

## 劍擊班

| 活動編號      | 活動名稱  | 日期              | 時間          | 地點 | 堂數   | 費用     | 名額 | 對象    |
|-----------|-------|-----------------|-------------|----|------|--------|----|-------|
| ST24-P505 | 劍擊幼兒班 | 11/04-          | 19:15-20:15 | 中心 | 11 堂 | \$2090 | 10 | K2-P1 |
| ST24-P506 | 劍擊兒童班 | 20/06/2024( 四 ) | 20:15-21:15 | 中心 | 11 堂 | \$2090 | 10 | P2-P6 |

導師簡介：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、法國等國家接受集訓。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。

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。是次機構邀請黃智輝 (花劍教練) 及林曼蔚 (佩劍教練) 主理恆常幼兒及兒童劍擊課程，希望讓中心會員能以相宜的價錢體驗到優質的運動課程。

備註：

1 此乃恆常課程 (舊生優先)

2. 須穿著運動服裝

\* 因衛生問題，建議參加者須購買面單。第一堂帶 \$ 400 (兒童班) 現金向導師購買。

## 跆拳道班

| 活動編號      | 活動名稱  | 日期                    | 時間          | 地點 | 堂數     | 費用    | 名額 | 對象      |
|-----------|-------|-----------------------|-------------|----|--------|-------|----|---------|
| ST24-P507 | 跆拳道 A | 05/04-28/06/2024( 五 ) | 19:00-20:30 | 中心 | 三個月為一期 | \$630 | 12 | 5-8 歲   |
| ST24-P508 | 跆拳道 B |                       | 20:30-22:00 | 中心 |        | \$630 | 12 | 9-12 歲  |
| ST24-P509 | 跆拳道 C | 02/04-25/06/2024( 二 ) | 19:00-20:30 | 中心 |        | \$630 | 12 | 5-8 歲   |
| ST24-P510 | 跆拳道 D |                       | 20:30-22:00 | 中心 |        | \$630 | 12 | 13-24 歲 |

教授跆拳道技巧，包括套拳、伸展動作、體能鍛鍊、手技腿技、基本自衛術及搏擊練習。旨在培養學員紀律、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，舊生將可優先報名

ST24-P090

## 童 Fun 學堂 (初小組) (六色積木 · 社交及專注力)

小組由六色積木三級認證導師教授，運用 Lego Six Bricks 六色積木，讓兒童透過不同六色積木遊戲及訓練，提升自己的情緒管理、社交技巧和專注力。

日期 / 時間 8/4, 15/4, 22/4, 29/4/2024 (一) / 17:00-18:00  
費用 / 堂節 \$100 / 4 堂  
對象 / 名額 小一至小三 / 4 位  
地點 本中心  
備註 1. 懷疑或確診特殊需要之兒童。  
2. 負責同事會在第一節小組前約見參加者及家長，以了解參加者的需要，以設計更合適的服務，亦會在最後一節小組後向家長匯報參加者在小組的觀察狀況或留意事項，以便日後跟進。  
3. 凡出席率達 75% 的參加者，可獲得一套 Lego Six Bricks 以作鼓勵。

負責同事 諾 Sir

童 Fun 學堂

ST24-P086

## 西式餐廳實習日

首先，活動首三堂會讓小朋友學識煮餐湯、前菜、主菜、甜品及餐飲。最後一堂會由小朋友擔任侍應及廚師，制作以上食物服務自己的家長。透過活動讓小朋友體驗侍應及廚師之工作，其中亦學習自理、待人接物、合作、禮貌、尊重、以及提升親子關係。

日期 / 時間 29/2、7/3、14/3/2024 (四) / 19:00 - 20:30  
實習日期 / 時間 15/3 (五) / 19:00 - 21:00 (本節需要家長出席)  
費用 / 堂節 \$200 / 4 堂  
對象 / 名額 小四至小六 / 4 位 (一大一小)  
地點 本中心  
備註 1. 自備食物盒  
2. 家長需要出席擔任客人：15/3 (五) / 19:00 - 21:00  
負責同事 Jacky Sir

## 繪本系列

### 每月一繪本

透過不同的繪本故事分享有趣的主題及內容，培養小朋友的專注力，及建立閱讀的良好習慣，並且藉著小手工、音樂及遊戲等互動元素，提昇及深化小朋友於繪本中的學習。

| 活動編號       | 活動名稱         | 日期 / 時間                       |
|------------|--------------|-------------------------------|
| ST23-P076  | 每月一繪本 (2 月篇) | 23/2/2024 (五) / 17:00 - 18:00 |
| ST23-P077  | 每月一繪本 (3 月篇) | 22/3/2024 (五) / 17:00 - 18:00 |
| ST24-P016  | 每月一繪本 (4 月篇) | 19/4/2024 (五) / 17:00 - 18:00 |
| ST24-P016A | 每月一繪本 (5 月篇) | 17/5/2024 (五) / 17:00 - 18:00 |

費用 / 堂節 \$40 / 1 堂  
對象 / 名額 6-8 歲 / 6 位  
地點 本中心  
備註 留意是逐個月報名的，如有興趣參加 4 個月的繪本，請報 4 個月的班。  
負責同事 昶 Sir

ST24-P090A

## 童 Fun 學堂 (高小組) (社交及專注力)

活動融合於多元遊戲，藉着多元感官（視覺、聽覺、觸覺等）學習整合多元感覺於遊戲之中，並提升參加者的情緒控制、信心、社交技巧及專注力。

日期 / 時間 12/4, 19/4, 26/4, 3/5/2024 (五) / 17:00-18:00  
費用 / 堂節 \$100 / 4 堂  
對象 / 名額 小四至小六 / 4 位  
地點 本中心  
備註 1. 懷疑或確診特殊需要之兒童。  
2. 負責同事會在第一節小組前約見參加者及家長，以了解參加者的需要，以設計更合適的服務，亦會在最後一節小組後向家長匯報參加者在小組的觀察狀況或留意事項，以便日後跟進。

負責同事 Jacky Sir

ST23-P017A

## 輕黏土之桔「龍」波

下年就係龍年，我地利用黏土製作龍同桔混合埋一齊既新年黏土

日期 / 時間 2/2/2024 (五) / 17:00-18:00  
 費用 / 堂節 \$40 / 1 堂  
 對象 / 名額 小四至小六 / 6 位  
 地點 本中心  
 負責同事 小思姑娘



ST23-P017B

## Board Board 趣 (初小組)

透過桌上遊戲提升專注力和記憶力，共同享受玩桌遊的樂趣。

日期 / 時間 19/2, 26/2, 4/3, 11/3/2024 (一) / 17:00-18:00  
 費用 / 堂節 \$80 / 4 堂  
 對象 / 名額 小一至小三 / 6 位  
 地點 本中心  
 負責同事 諾 Sir

ST23-P017C

## Board Board 趣 (高小組)

透過桌上遊戲提升邏輯思維和合作精神，共同享受玩桌遊的樂趣。

日期 / 時間 28/2, 6/3, 13/3, 20/3/2024 (三) / 17:00-18:00  
 費用 / 堂節 \$80 / 4 堂  
 對象 / 名額 小四至小六 / 6 位  
 地點 本中心  
 負責同事 諾 Sir

ST23-P023

## 曲奇之四重奏

製作不同味道曲奇

日期 / 時間 29/2、7/3、14/3/2024 (四) / 17:00-18:00  
 費用 / 堂節 \$120 / 3 堂  
 對象 / 名額 小三至小六 / 6 位  
 地點 本中心  
 備註 自備食物盒  
 負責同事 小思姑娘



ST24-P049D

## 復活兔兔小托盤

利用石塑黏土製作兔子造形小托盤，完成後可放小飾物或復活蛋

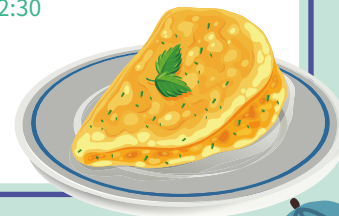
日期 / 時間 20/3、21/3/2024 (三、四) / 17:00 - 18:00  
 費用 / 堂節 \$80 / 2 堂  
 對象 / 名額 小三至小六 / 6 位  
 地點 本中心  
 負責同事 小思姑娘

ST24-P001

## 早晨！台式煎蛋餅

大家有冇自己烹調煎蛋餅做早餐呢？一齊嚟整啦

日期 / 時間 6/4/2024 (六) / 11:00-12:30  
 費用 / 堂節 \$50 / 1 堂  
 對象 / 名額 小四至小六 / 6 位  
 地點 本中心  
 備註 自備食物盒  
 負責同事 Jacky Sir



ST24-P002

## 媽咪！我愛你！（初小組）

媽咪每日都好用心照顧小朋友，趁住母親節就到，小朋友係呢個時候就用行動去表示你地嘅愛意，動動手一齊整束花送俾媽咪啦！

日期 / 時間 9/5/2024 (四) / 17:00-18:00  
 費用 / 堂節 \$80 / 1 堂  
 對象 / 名額 小一至小三 / 6 位  
 地點 本中心  
 負責同事 小思姑娘

ST24-P002A

## 媽咪！我愛你！（高小組）

媽咪每日都好用心照顧小朋友，趁住母親節就到，小朋友係呢個時候就用行動去表示你地嘅愛意，動動手一齊整束花送俾媽咪啦！

日期 / 時間 10/5/2024 (五) / 17:00-18:00  
 費用 / 堂節 \$80 / 1 堂  
 對象 / 名額 小四至小六 / 6 位  
 地點 本中心  
 負責同事 小思姑娘

ST24-P003

## 童·Art 系列

小朋友總有無限想像、創意多多～放手讓他們展現原有的「能力」，跳出日常的框框去創作，擁有更多自己選擇和發揮的空間！讓腦袋的想法不受局限！「腦袋想像思考 + 創意力 = 解決問題能力 UP UP UP!!!」一起投入在手工 + 繪畫 + 沉浸式創作的世界裡～

日期 / 時間 11/4, 18/4, 25/4/2024 ( 四 )  
16:45-18:00

費用 / 堂節 \$180 / 3 堂

對象 / 名額 小一至小三 / 6 位

地點 本中心

備註 請帶備圍裙 / 穿著可塗污的衣服

負責同事 欣欣姑娘

ST24-P094

## 第一 · 城膠戰 ( 復活節篇 )

第一 · 城膠戰繼續同大家見面，昶 Sir 會一如以往安排不同挑戰同任務，再來一場腥風血雨的膠戰，一齊大玩團體合作遊戲，既可增進大家之間友誼，還可以一起感受「膠戰膠到量」的滋味。

日期 / 時間 3/4/2024 ( 三 ) /  
11:15-12:30 ( 學校假期 )

費用 / 堂節 \$50

對象 / 名額 8-12 歲 / 6 位

地點 本中心

負責同事 昶 Sir

## 戶外活動系列

ST24-P024

## 尋找復活蛋之旅

春天到啦！天氣唔太凍，最好就係出去走走，趁住復活節假期我地出發去玩遊戲，尋尋復活蛋。

日期 / 時間 5/4/2024 ( 五 ) / 10:00 - 1500 ( 學校假期 )

費用 / 堂節 \$50 / 1 堂

對象 / 名額 小二至小六 / 8 位

地點 啟德郵輪碼頭公園

備註  
1. 請自備飲用水、  
2. 需自備足夠金額的八達通 / 散銀  
3. 自費於美食廣場午餐  
4. 請穿著輕便服裝、運動鞋及防曬防風用品

負責同事 小思姑娘

ST24-P025

## 「一」「童」周圍遊 · 樂場

每次都想和小朋友遊走到香港不同的區域～今次！第一城小朋友齊齊一起遊走不同地方，親身用眼睛去看看和去玩香港不同的遊樂場，有著什麼的特色、設施和吸引處，一起探究好玩處，做個小報告。

日期 / 時間 27/4, 4/5, 11/5/2024 ( 六 ) 9:30-13:00

費用 / 堂節 \$80 / 3 堂

對象 / 名額 小四至小六 / 6 位

地點 茶果嶺海濱公園 / 觀塘海濱公園 / 第一城 ( 最後一節會在第一城中心做小報告 )

備註  
1. 會一起乘坐公共交通工具遊出第一城，需自備足夠金額的八達通 / 散銀  
2. 請穿著輕便服裝、運動鞋及自備足夠飲用水、防雨防曬防風用品

負責同事 欣欣姑娘

ST24-P026

## 行山郊遊遊

今次我哋會去水泉澳行到慈雲山上蓋，沿途有機會見到吊鐘花，中途會嘆個豆腐花，之後會行返到水泉澳，搭車返第一城。

日期 / 時間 4/5 ( 六 ) / 9:30-13:00

費用 / 堂節 \$50 / 1 堂

對象 / 名額 小四至小六 / 4 位

地點 沙田圍地鐵站集合 ( 中心解散 )

備註 自備八達通、水及毛巾，請穿著運動衣物及波鞋

負責同事 Jacky Sir

ST24-P060

## 財疏學錢

理財，唔一定同錢有關，日常生活中有好多事都需要我地去理財，自己零用都可以自己管，一齊玩下同金錢有關的遊戲，了解金錢的概念。

日期 / 時間 6/4, 20/4, 4/5, 11/5/2024 ( 六 ) /  
11:00-12:15

費用 / 堂節 \$200 / 4 堂

對象 / 名額 小四至小六 / 8 位

地點 本中心

備註  
1. 11/5/2024 第四堂會邀請家長一起參與  
2. 小組導師為「認可兒童財商導師」

負責同事 昶 Sir

ST24-P075

## L.E.D 領袖訓練

活動目的是招募一班高小年級學生，期望透過活動可以令小朋友成為社會上的光貢獻社會，照亮他人。提升他們自信心、解難能力和社交技巧，並透過義工服務，把他們的學習成果實踐於服務日回饋社區。

小組日期 / 時間 1/3, 8/3, 15/3/2024 ( 五 ) /  
17:00-18:00

服務日期 / 時間 22/3 ( 五 ) / 19:00 - 21:00

服務活動 中心攤位活動

費用 / 堂節 \$100 / 4 堂

對象 / 名額 小四至小六 / 6 位

地點 本中心

備註 出席率及表現良好可以獲得義工證書

負責同事 Jacky Sir

ST24-P061

## 童 · 你營一轉

復常都有一段時間，係呢段時間你去過日營玩未呀？趁住呢個時間，又到夏日，大家一齊出去走一走，活動一下啦！

**日期 / 時間** 5/5/2024 (日) / 09:00-17:00  
**費用 / 堂節** \$120 / 1 堂  
**對象 / 名額** 小二至小六 / 20 位  
**地點** 西貢戶外康樂中心 (營地申請中，如未能成功將退款)  
**備註** 1. 請自備飲用水、  
 2. 請穿著輕便服裝、運動鞋及防曬防風用品  
**負責同事** 小思姑娘

ST24-P027

## 大埔行山執垃圾之旅

大埔滬林徑屬大埔滬自然護理區內，是香港早期的自然護理區。這次選擇當中的藍路，路程約 4 公里，全程有少許高低起伏，可於林蔭間穿梭，沿路亦有小溪間。今次除了行山外，我們都一起戴上手套和帶備其他工具去清潔山頭，保護大自然，為環境保育出一分力！

**日期 / 時間** 準備日：24/5 (五) / 17:00-18:00  
 外出日：25/5 (六) / 14:30-17:30  
**費用 / 堂節** \$20 / 2 堂  
**對象 / 名額** 小三至小六 / 8 位  
**地點** 大埔滬林徑 (中心集散)  
**備註** 1. 請自備足夠交通費用。  
 2. 請穿輕便服裝及自備足夠飲用水、防蚊防曬防雨用具。  
**負責同事** 諾 Sir

## 家庭活動

## 推介活動



## 唱到 Ma Ma 聲

相信有唔少媽媽都鍾意音樂或者唱歌，平時要返工或者打理家頭細務，沒有太多機會唱歌，或者係同一班媽媽一齊唱歌，媽媽都需要時間放鬆，所以想約埋各位有興趣唱歌的媽媽來到中心，唱下歌，似下偈，促進各位媽媽身心靈的發展。

ST23-P141 (2-3 月)

**日期 / 時間** 2/2, 1/3, 15/3/2024 (五) / 19:30-20:30

**費用 / 堂節** \$120/3 堂

**對象 / 名額** 各位媽媽 / 5 位  
**地點** 本中心

ST24-P138 (4-5 月)

**日期 / 時間** 5/4, 19/4, 3/5, 17/5/2024 (五) / 19:30-20:30

**費用 / 堂節** \$160/4 堂

**備註** 媽媽如果有樂器歡迎自備  
**負責同事** 昶 Sir

ST24-P158

## 爸媽照顧者減壓小組

為減輕照顧者壓力和回應社區需求，是次小組希望透過六色積木 Lego Six Bricks 和不同小遊戲或活動，不但讓照顧者能夠減壓，亦可和小朋友提升親子關係。

**日期 / 時間** 10/5, 17/5, 24/5, 31/5/2024 (五) 19:30-20:30  
**費用 / 堂節** \$100 / 4 堂  
**對象 / 名額** 家長 / 6 位  
**地點** 本中心  
**備註** 費用已包括 Lego Six Bricks 1 套。  
**負責同事** 諾 Sir

ST23-P113

## 一家大細 SHOW 春茗

大家平時黎中心參加活動就多，黎中心參加整野食活動都唔少，但有冇試過一班人響中心一齊食春茗呢？今年誠邀大家一齊參加中心的春茗，一家人在中心享用盆菜宴，玩集體遊戲，仲有小心心意的「小抽獎」，希望可以提昇參加者與家人的關係。歡迎各家庭自備小食或甜品，到時可以與其他家庭一起開心 SHARE!!!!

日期 / 時間 2/3/2023(六) / 19:15-21:30

費用 / 堂節 \$120(大小同價) / 1 堂

對象 / 名額 6-12 歲兒童及其家長 / 30 位

地點 本中心

備註 如家庭會自備小食或甜品，請報名後與昶 Sir 聯絡會提供自備的食物

負責同事 昶 Sir 及小思姑娘



ST23-P142

## 用愛膚肌

皮膚是人體最大器官，生活中充斥著各種不能分解的毒素，透過皮膚無形地影響我們身體。各位家長一起為自己和家人製作天然護膚品，學習了解如何利用天然原材料去舒緩敏感性皮膚問題。

日期 / 時間 28/2/2024 (三) / 10:30-12:30

費用 / 堂節 \$200 / 1 堂

對象 / 名額 6-12 歲兒童的家長 / 10 位

地點 本中心

備註 費用已包括所有材料費及製成品

負責同事 昶 Sir



ST23-P133

## 爆炸貓親子狂歡夜

爆炸貓是一隻簡單、歡樂和刺激的派對遊戲。在農曆新年前，家長和小朋友一起享受爆炸貓狂歡派對，究竟誰能避開炸彈維持到最後成為贏家呢？

日期 / 時間 6/2/2024 (二) / 19:30-21:00

費用 / 堂節 \$60 (一大一小) / 1 堂

對象 / 名額 小學生及其家長 / 5 對

地點 本中心

負責同事 諾 Sir

ST24-P102A

## 馬賽克吊燈

讓你和小朋友一起體驗 DIY 馬賽克吊燈

日期 / 時間 3/5/2024 (五) / 19:15-21:00

費用 / 堂節 \$120 (一大一小) / 1 堂

對象 / 名額 小學生家庭 / 6 對

地點 本中心

負責同事 小思姑娘



ST24-P102B

## 健康乳酪杯

製作健康低脂乳酪杯

日期 / 時間 17/05/2024 (五) / 19:30-20:30

費用 / 堂節 \$80 (一大一小) / 1 堂

對象 / 名額 小學生家庭 / 6 對

地點 本中心

備註 請自備食物盒

負責同事 小思姑娘



ST24-P102

## 寶石大師爭霸戰

璀璨寶石是考驗玩家的邏輯思考，以及手牌分配，需要良好的策略管理，才有辦法從遊戲中勝出，成為文藝復興的大富豪！透過璀璨寶石桌遊提升和記憶力，共同享受玩桌遊的樂趣。

日期 / 時間 24/4, 8/5, 22/5, 29/5/2024 (三) / 19:30-21:00

費用 / 堂節 \$100(一大一小) / 4 堂

對象 / 名額 小學生及其家長 / 4 對

地點 本中心

負責同事 諾 Sir

## MaMa ME · Time

成為了媽媽後，要照顧家人、家庭、小朋友、工作或學業…有特意留一個空間和時間給自己嗎？有關心自己？有照顧一下自己的身心靈嗎？來讓自己可休息一會兒，做做自己喜歡的事吧。每次見面可以選擇享受當中 / 靜靜的參與 / 專注自己 / 陪陪自己 / 觀察自己 / 隨心分享…

每季有不同活動內容，今季有：(\* 不分先後次序)

香薰蠟燭、咖啡拉花體驗 + 咖啡畫、做甜品

日期 / 時間 22/2, 21/3, 25/4, 23/5 / 2024(四) / 19:15-20:30

費用 / 堂節 會員 \$260 / 4 堂

對象 / 名額 會員媽咪 / 6 位

地點 本中心

備註 活動當日可安排託兒服務，活動前請向職員預先確定

負責同事 小思姑娘、欣欣姑娘

ST24-P155

## KissKids 親子義工招募

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道合的朋友。大家可以在過程中欣賞到互相的長處與弱項，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。

ST23-P156A (2-3 月)

日期 / 時間 23/2, 22/3/2024 (五) / 19:30-20:30

費用 / 堂節 \$25(一大一小) / 2 堂

對象 / 名額 小學生家庭 / 6 對親子

地點 本中心

ST24-P155 (4-5 月)

日期 / 時間 26/4, 31/5/2024 (五) / 19:30-20:30

費用 / 堂節 \$25(一大一小) / 2 堂

備註 現有成員不需重覆報名

負責同事 昶 Sir

ST24-P102C

## 藍色流沙畫 (親子)

生活忙碌…不如和孩子來一起製作一幅流沙畫，流沙主色是藍色～望著沙在不同速度流下來，形成不同形狀，感覺療癒和意想不到，讓觀賞的我們可以靜下心來…你可發現到心情會轉變了和每次都形成了新一幅的畫作。

日期 / 時間 12/4/2024 (五) 19:15-20:15

費用 / 堂節 \$100 / 1 堂

對象 / 名額 小學生及其家長 / 6 對親子

地點 本中心

負責同事 欣欣姑娘

## 家庭戶外活動

ST24-P106

## 活諾遊：親子大澳之旅

大澳隱藏於大嶼山深處的海岸邊，是遠離繁囂城市的好去處。走進這個歷史悠久的漁村，不妨放慢腳步，讓大澳帶你回到舊時光，感受這裡純樸的人情味和豐厚的文化。今次我們將會有大澳導賞、棚屋體驗、親子們製作咸蛋和暢遊大澳。趁著假日，小朋友和家人悠閒享受一日大澳體驗吧！

日期 / 時間 簡介會：3/4/2024(三) / 19:30-20:30

外出日：7/4/2024(日) / 09:00-17:30

費用 / 堂節 \$240(一大一小) / 2 堂

對象 / 名額 小學生及其家長 / 13 對

地點 大澳(中心集散)

備註 1. 費用已包括旅遊巴費用及咸蛋製作費。  
2. 午餐費用及購買紀念品自付。  
3. 請穿輕便服裝及自備足夠飲用水、防蚊防曬防雨用具。

負責同事 諾 Sir



ST24-P107

## 親 · 蜜營聚日

齊來動動身體，玩玩親子遊戲、營地活動，過一個甜蜜假期

日期 / 時間 26/5/2024(日) / 09:00-17:00

費用 / 堂節 \$180(一大一小) / 1 堂

對象 / 名額 小學生家庭 / 20 對

地點 鯉魚門公園渡假村(營地申請中，如未能成功將退款)

備註 1. 請自備飲用水  
2. 請穿著輕便服裝、運動鞋及防曬防風用品

負責同事 小思姑娘

|   |                                                    |                             |
|---|----------------------------------------------------|-----------------------------|
| 1 | POSTAGE PAID<br>HONG KONG<br>CHINA<br>中國香港<br>郵資已付 | Permit No.<br>特許編號<br>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



 新界沙田第一城恒城街 2 號 34 座地下  
G/F., Block 34, 2 Hang Shing Street,  
City One, Shatin, New Territories.

 2637 2266

 2635 1719

 [stn@hkphab.org.hk](mailto:stn@hkphab.org.hk)

 <https://hkphab.org.hk>

督印人：黃欣懿小姐

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：2024 年 1 月

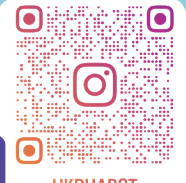
印製數量：1200 本

(第 118 期非賣品)

FACEBOOK



YOUTH IG



HKPHABST