



旺角街坊會陳慶社會服務中心

# 好慶誌

2025年1-3月通訊

進修課程(p40-p49)

可即日報名

各項活動於2024年12月17日(二)

開始接受報名



社會福利署資助服務  
Subsidised Service by the Social Welfare Department



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 – 劏房服務
- p.7 – 活動宣傳

## 1-3 月份活動

- p.8-14 – 兒童及青少年活動 (TC)
- p.15-21 – 家庭及社區活動 (TF)
- p.21-25 – 家庭增值活動 (FS)
- p.26-28 – Non-Chinese Residents Programs(NCR)
- p.29-34 – 婦女活動 (W)
- p.35-37 – 新來港人士活動 (NA)
- p.38-39 – 閱讀室活動 (R)



## p.40-49 – 1-3 月進修課程 (A/L/P/T/AP/AT)

- p.49 – 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



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。

## 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

\*農曆年初一、二及三休息。

## 惡劣天氣中心活動安排



活動類別	戶外活動			水上活動		室內活動		進修課程		
	戶外活動	水上活動	室內活動	室內活動	室內活動	進修課程	進修課程	進修課程	進修課程	
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1	×	✓	✓	✓	✓	✓	註2	
黑色暴雨	×	註1	×	×	×	×	×	×	註3	
一號風球	✓	×	✓	✓	✓	✓	✓	✓	註2	
三號風球	×	註1	×	✓	✓	✓	✓	✓	註2	
八號風球	×	×	×	×	×	×	×	×	註3	
極端天氣情況訊號	×	×	×	×	×	×	×	×	註3	

註

- 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。
- 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。
- 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。

## 申請手續

## 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。



## 回甘堂（林仔涼茶）

優惠內容：全單減 \$2  
 電話：2789 0111  
 地址：大角咀欖樹街 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



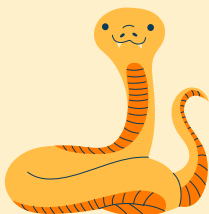
## 凱聲琴行

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



## 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)

## 標準六

**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、職員及其他關注的人士就服務單位的表現提出意見。**

中心會透過服務會議分析社區的需要、轉變，並對中心的優點及弱點進行檢視，另外亦會檢視該年度的服務數量是否達致服務協議的標準。除此之外，中心亦會透過意見箱、意見簿及其他渠道收集服務使用者或有關人士對中心表現的意見。而各服務組別每年均會檢討該年度的工作成效及遇到的困難。

在進行分析、檢討及評估後，服務隊將擬定年度計劃，內容包括工作理念、年度目標、工作手法、人手分配、檢討方法、預計的困難及解決辦法及財政預算等。

## 標準七

**服務單位實行政策及程式以確保有效的財政管理。**

中心備有制訂及確認財政預算、管理財政資源及監察財政表現的程序，包括財政預算、財政報告、恆常財政運作及報價指引等，確保維持有效的財政記錄及善用財政資源。在過程中會確保服務使用者的個人資料不會外洩，及有渠道令服務使用者獲知中心財政紀錄的資料。

此外中心亦制訂政策及詳細工作指引，避免僱員在處理中心事務上發生利益衝突，與及如何處理外界機構或個人的捐款及物資捐贈。而中心僱員亦須遵守中心防貪指引，避免接受個人捐贈。

## 標準八

**服務單位遵守一切有關的法律責任。**

中心制訂程序以確保在提供服務時能符合有關法例及專業操守要求，並且中心員工能認識到在提供服務過程中所涉及的有關法例及專業操守。為此中心備有與運作及服務提供相關的「法例資料檢核表」供同事參閱，同事可依據表上雙語法例資料系統的網址，查閱有關法例條文。而中心亦備有社會福利署提供相關法例網址供同事參閱與社會服務界相關的條例。中心亦已邀請義務法律顧問，在特定有需要的情況下尋求法律意見。

# 劏房支援計劃

**飯後湯水茶圍**  
週三晚上  
由街坊作義工  
準備湯水及甜品，  
與眾分享

**租屋配對計劃**  
為良好業主及租客  
提供免收費免佣  
配對平台

**生活角樂「時分券」  
試行計劃**  
透過個人技能、  
空餘時間賺取時  
分、換領需要的  
服務、物品

**社區資訊發放**  
透過WhatsApp聯絡  
掌握政府及  
社區劏房資訊

## 元宵糖水之夜

日期：2025年2月12日  
星期三晚上8時

地點：福明大廈對面、  
太子道西天橋底

歡迎本區街坊蒞臨  
分享您的寶貴意見

**社區應援會**  
全新/二手物品轉贈  
維修工具借用

**租務諮詢服務**  
平等租約索取  
劏房租管諮詢

**劏房家居維修計劃**  
義工免費進行  
簡約家居維修

對象：

大角咀、太子、旺角的劏房街坊

查詢：林姑娘、柳先生

☎ 23953107    📱 95582351

TF120

# 畫蛇添福嘉年華



農曆新年很快就到，趁著佳節前，讓我們一起玩得開心，畫得開心，送龍迎蛇啦！  
嘉年華設有不同攤位遊戲、揮春工作坊、FACEPAINT 工作坊等！記得過來玩呀！



日期 19/1/2025 (日)

時間 11:00am - 4:30pm

地點 旺角街坊會青少年服務部  
丁天佑活動中心  
(大角咀櫻桃街行人天橋旁)

對象 社區人士

費用全免



負責人

黃璋、袁詠珊



TC101

## 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：每月星期五 (24/1 及 31/1 暫停)  
 時間：8:00-8:45pm  
 地點：Zoom 線上形式進行  
 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。

TC102

## 絕地學院光劍小組

法國擊劍協會在 2019 年已經把光劍對決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：2/1-20/3/2025 (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)

備註：30/1/2025 暫停一次。

TC103

## 四驅研究小組



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：4/1-22/3/2025 (逢六)  
 時間：11:00am-12:30pm  
 地點：本中心  
 對象：9-15 歲  
 費用：\$100(會員)、\$135(非會員)

負責人：溫智均 (Dan sir)

備註：1. 8/2 及 8/3/2025 暫停；  
 2. 自備宮迷四驅車及宮迷比賽用馬達。

TC104

## Yo-man 花式搖搖小組



Yo-man 花式搖搖小組繼續招募新隊員！我哋會一齊練習搖搖基礎三十式，表現良好者有機會參與表演。眼界決定境界，Yo-man 花式搖搖小組需要你！

日期：4/1-22/3/2025 (逢六)  
 時間：3:30-5:00pm  
 地點：本中心  
 對象：9-15 歲  
 費用：\$110(會員)、\$145(非會員)

備註：1. 1/2/2025 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)

TC105

## 陳慶造星結他小組

陳慶造星結他小組教授結他自彈自唱技巧。鍾意音樂嘅你快啲嚟報名啦！

日期：6/1-24/3/2025 (逢一)  
 時間：4:30-6:00pm  
 地點：本中心  
 對象：12-24 歲  
 費用：\$120(會員)、\$155(非會員)

備註：1. 自備結他，如有困難可在報名時提出；  
 2. 歡迎新手參加。

負責人：溫智均 (Dan sir)



TC106

## 幼兒輕鬆手工個半鐘

讓幼兒輕輕鬆鬆地製作一些簡單的小手工，既可陶冶性情，亦可發揮大家的創意及天份，真是開心一樂也。

日期：11/1/2025 (六)  
 時間：11:00am-12:30pm  
 地點：本中心  
 對象：4-6 歲  
 費用：\$25(會員)、\$60(非會員)

備註：費用已包括所有材料費。



負責人：吳麗嫻

TC107

## 試一試，小手大力量

是次活動邀請小朋友們走到社區，與我們的清潔工友一同體驗街頭清潔，並會製作心意禮物予工友們。讓我們一起體驗，學習吧！

日期：11/1/2025 (六)  
 時間：1:00-3:30pm  
 地點：本中心及大角咀  
 對象：9-15 歲  
 費用：免費



負責人：張盼、周蕓梅

TC110

## 大吉大利新春掛飾



新年快到了，小朋友齊來發揮自己的創意，創作獨一無二的裝飾，為家中增添喜氣洋洋的氣氛。

日期：18/1/2025 (六)  
 時間：10:30am-12:00nn  
 地點：本中心  
 對象：6-12 歲  
 費用：\$50(會員)、\$85(非會員)

備註：每位參加者可獲製成品一份。

負責人：劉鈺瑩

TC108

## 那些年，我們一起親手做的玩具

玩具就玩得多，係你出世前嘅玩具又玩過幾多？今次由我地親手製作玩具，體驗一下以前嘅童年回憶啦！

日期：11-25/1/2025 (逢六)  
 時間：3:00-5:00pm  
 地點：本中心  
 對象：8-12 歲  
 費用：\$50(會員)、\$85(非會員)

負責人：吳梓豪 (Rico sir)

備註：費用已包材料費。



TC111

## 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：18/1、8/2、22/2、8/3、22/3/2025 (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：黃瑋



TC109

## 小小藝術家 --- 福蛇迎春

蛇來龍回，新一年繼續創作生肖藝術品。齊來創出希望，創得精彩，喜迎新春。

日期：12/1/2025 (日)  
 時間：2:15-4:00pm  
 地點：本中心  
 對象：7-14 歲  
 費用：免費

備註：作品將用於中心展覽。

負責人：施志偉



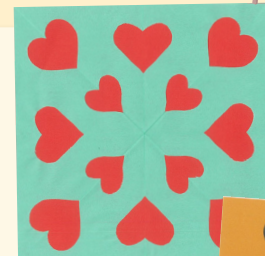
TC112

## 趣味剪紙樂

活動帶領小朋友一起學習剪紙，剪出不同有趣的造型及圖案。

只要一把剪刀、一張紙，就可以發掘剪紙的樂趣。活動可培養小朋友的專注力和手眼腦的協調能力，快來參加啦！

日期：25/1/2025 (六)  
 時間：3:00-4:30pm  
 地點：本中心  
 對象：6-10 歲  
 費用：\$20(會員)、\$55(非會員)



負責人：陳美寶

備註：費用包工具及材料費。

TC113

## 獅子山友樂

這座家傳戶曉的獅子山誰也認識，我們在不同角度看看仰望，側望也有不同的聯想，起行吧！近距離看看廬山真面目！獅子山哦！

日期：27/1/2025 (一)  
時間：10:15am-4:00pm  
地點：樂富獅子山公園  
對象：6-13 歲  
費用：\$70(會員)、\$105(非會員)

備註：1. 交通費自備(帶八達通)；  
2. 包午餐(燒烤)。

負責人：黃凱芯(芯姑娘)

TC114

## 1月28日的一天

星期一至五小朋友返學、做功課、考試咁辛苦，藉著假期前去輕鬆！去玩樂！去吃喝！

日期：28/1/2025 (二)  
時間：10:15am-2:00pm  
地點：海暉道公園  
對象：6-13 歲  
費用：\$50(會員)、\$85(非會員)

負責人：黃凱芯(芯姑娘)

TC115

## 「糕糕慶慶」賀新年

小朋友，農曆新年就到啦！一齊嚟整年糕賀新年啦！

日期：28/1/2025 (二) (年廿九)  
時間：10:30am-12:45pm  
地點：本中心  
對象：6-12 歲  
費用：\$20(會員)、\$55(非會員)

備註：1. 費用包括所有材料費；  
2. 自備食物盒；  
3. 請按需要自備圍裙及手袖；  
4. 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

TC116

## 青年大步走 - 大枕蓋賞吊鐘

在這個初春，邀請年青人們來挑戰自己，一起漫步大枕蓋，欣賞美麗的吊鐘花。

日期：8/2/2025 (六)  
時間：9:00am-6:30pm  
地點：西貢大枕蓋  
對象：12-18 歲  
費用：\$20(會員)、\$55(非會員)

備註：1. 全長 5.9 公里，需時 3 小時，需考驗一定體力，請參加者量力參加；  
2. 自備車費及糧食。

負責人：黃璋

TC117

## 豆豆樂無窮

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

日期：8/2/2025 (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。

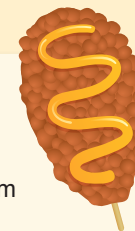
負責人：吳麗輝

TC118

## 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食物，有興趣學習日本食物的你，就要來報名參加啦。

日期：15/2/2025 (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

TC119

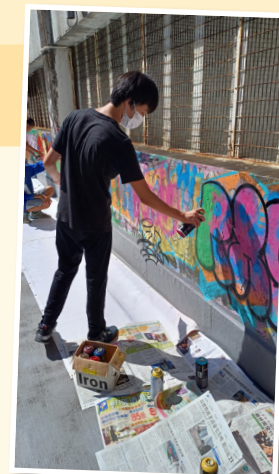
## 青年塗鴉日 2025

青少年人，無論你有或無玩過塗鴉，都歡迎你一起來玩啊！

日期：22/2、1/3/2025 (六)  
時間：6:00-8:00pm  
地點：本中心  
對象：14-35 歲  
費用：\$50(會員)、\$85(非會員)

備註：活動包括導師費、所需噴漆物料。

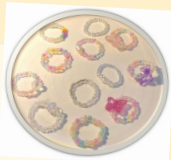
負責人：區碧華





TC120

## DIY Y2K 戒指



DIY (Do It Yourself) 文化之魅力在於能親歷親為，自製手工品，從中獲得滿足感。Y2K 風格是現時不少年輕人喜愛打扮的風格之一，色彩頗繽紛。是次活動將與小朋友們 DIY 屬於自己的 Y2K 風格戒指，製作過程十分專注之餘，還能獲得滿足感呢！

日期：1/3/2025 (六)  
時間：10:30am-12:00nn  
地點：本中心  
對象：8-14 歲  
費用：\$20(會員)、\$55(非會員)

備註：費用已包材料費。

負責人：張盼

TC121

## 郊野烹飪達人

走進郊野，體驗戶外煮食樂趣。活動會分組團隊合作煮食，互相分享煮食成果和步行郊野山徑，大家一齊嚟體驗做廚師啦！

日期：8/3/2025 (六)  
時間：9:30am-2:15pm  
地點：大帽山郊野公園  
對象：8-14 歲  
費用：\$70(會員)、\$105(非會員)

備註：1. 包旅遊巴接送和食物費用；  
2. 請自備餐具、碗、最少500ml的水，穿適合衣服及運動鞋；  
3. 步行郊野山徑時，沿路會有梯級上落。

負責人：周蕙楓

TC122

## 齊來做個縫寶寶



想擁有一個自己親手製作的斜揸包，我們會用皮革同工具製作，快點報名一齊做個縫寶寶啦！

日期：15/3/2025 (六)  
時間：2:30-4:30pm  
地點：本中心  
對象：7-12 歲  
費用：\$100(會員)、\$135(非會員)

負責人：袁詠珊

備註：每位參加者完成後可獲得一個皮革袋。

TF101

## 「一對手同心製作」一天然精油潤唇膏

由你親自製作 DIY 天然精油潤唇膏，送給至愛，保護你及你家人的雙唇。潤唇膏由法國品牌 Florihana 酪梨油、甜杏仁油、奇奇芭油及橄欖油製作，加入 Florihana 純正精油，製成品可送禮自奉。基本每人 / 每組合製作 5 支。

日期：4/1/2025 (六)  
時間：10:30am-12:00nn  
地點：本中心  
對象：6-59 歲社區人士 / 親子家庭  
費用：\$125(會員)、\$160(非會員)  
(以每份材料計算)

負責人：袁詠珊

備註：1. 手作坊由「一對手同心製作」婦女團隊教授；  
2. 費用包括材料：法國品牌 Florihana 酪梨油、甜杏仁油、奇奇芭油、橄欖油及 Florihana 純正精油、天然蜜蜡、維他命 E 油、唇膏筒、裝飾貼紙及精美紗袋。

TF102

## 脫「濕」不求人

很多香港人都患有濕疹，她原來並不是小孩的「專利」，不少成年人也為此煩惱。其實身體有自我修復和自我療癒的能力。是次活動導師曾是濕疹患者，現已康復，想知道她如何「脫濕」，這個活動歡迎大人與小朋友參加！

日期：11/1/2025 (六)  
時間：2:30-4:30pm  
地點：本中心  
對象：8-59 歲  
費用：\$20(會員)、\$55(非會員)  
(大小同價)

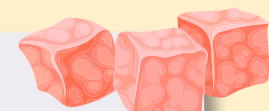
負責人：區碧華

備註：活動導師：松蟲姑娘，她是一位資深前社工，她擁有豐富的婦女服務、家庭教育、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。



TF103

## 賀年馬蹄糕



話咁快蛇年又到，中國人過年，家裡要預備很多糕點，菜餚，預備過年親朋戚友到訪，一齊吃著食物，一起開開心心傾傾講講，歡渡佳節。過年很多糕點可以做，今年教大家做清潤的馬蹄糕，可以作為飯後甜品，有興趣的家長，今次可以同小朋友一齊來參與，實行自家製作。真材實料。

日期：17/1/2025 (五)  
時間：7:00-9:30pm  
地點：本中心  
對象：親子 (兒童須為滿 6 歲或以上)  
費用：\$40(會員)、\$75(非會員)  
(大小同價)

負責人：梁杏英

備註：1. 費用包括所有材料費；  
2. 自備環保袋；  
3. 自備圍裙。

TF104

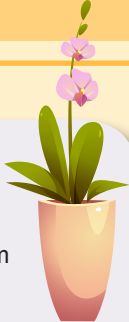
## 新春年花工作坊

教大家製作一盆靚既賀年花歡度佳節，為屋企增添一份節日氣氛。

日期：23/1/2025 (四)  
 時間：10:30am-12:30pm  
 地點：本中心  
 對象：18-59 歲  
 費用：\$260(會員)、\$295(非會員)

負責人：袁詠珊

備註：費用已包括所有花材及盆。



TF105

## 親子桌遊樂

有無試過同小朋友一齊玩桌遊呢？有主持人介紹規則同玩法，說明書都唔需要，一齊黎享受下親子時間！

日期：8/2/2025 (六)  
 時間：2:00-5:00pm  
 地點：本中心  
 對象：親子(兒童須為 8-12 歲)  
 費用：\$50(會員)、\$85(非會員)(以每對親子計算)

負責人：吳梓豪 (Rico sir)



TF106

## 親子入廚樂：腰果朱古力蛋白脆餅

「親子入廚樂」系列邀請大家同小朋友一齊嚟製作腰果朱古力蛋白脆餅，等緊你哋報名啊！

日期：9/2/2025 (日)  
 時間：10:30am-12:15pm  
 地點：本中心  
 對象：親子(兒童須為 4-12 歲)  
 費用：\$35(會員)、\$70(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



TF107

## 元荃古道郊野遊

過年郊遊登山樂～我們會步行元荃古道，路線由荃灣起步至深井終點，路線風景宜人，能夠遠眺青馬大橋，飽覽山勢海洋，此趟旅程絕對不能錯過。  
 \*遠足路線稍長，需講求一定耐力。  
 \*參加者須按身體健康狀況，量力參與。

日期：9/2/2025 (日)  
 時間：8:30am-1:30pm  
 地點：荃灣及深井  
 對象：9-59 歲  
 費用：\$50(會員)、\$85(非會員)  
 (大小同價)

負責人：周貴梅

備註：1. 包旅遊巴接送；  
 2. 請自備適量糧食及至少1L水，穿適合衣服及運動鞋；  
 3. 屬初階遠足路線，沿路會有梯級上落，路程預計約3.5小時(10.4公里)；  
 4. 未滿14歲者須由成人陪同方可參加。



TF108

## 春日親子郊遊樂

春回大地，又是郊遊嘉道理農場暨植物園的好時機，山優美地，探索各種動植物，親近大自然。香港鐵路博物館，為你重拾舊時鐵路軌跡，見證歲月變化。

日期：16/2/2025 (日)  
 時間：9:00am-3:00pm  
 地點：嘉道理農場及香港鐵路博物館  
 對象：家庭成員  
 費用：\$65(會員)、\$100(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及入場費；  
 2. 參加者可以自備食物或在嘉道理農場自費用膳。

負責人：施志偉



TF109

## 印巴美食篇 - 雞抓飯 (Chicken Pulao)

Pulao 可說是印巴一種煮法較為簡單的飯，可配搭肉類或蔬菜，再加上不同香料烹煮，煮後米飯吸收了香濃的汁料，極為美味。

日期：19/2/2025 (三)  
 時間：10:00am-12:30pm  
 地點：本中心  
 對象：18-59 歲  
 費用：\$50(會員)、\$85(非會員)

備註：1. 請自備一個食物盒；  
 2. 由南亞婦女親自教授。

負責人：王培明姑娘



TF110

## 異國風情文化日

有綜合表演，有獎攤位遊戲，有南亞特色手繪及民族服飾攝影等，一齊體驗南亞風情文化！

負責人：王培明姑娘、張盼

日期：22/2/2025 (六)  
 時間：4:00-6:00pm  
 地點：本中心 / 埃華街公園  
 對象：社區人士  
 費用：免費



TF113

## 親子 DIY- 編織手袋

織織復織織，原來手袋都可以自己織出來！快來一起 DIY，屬於你們的手袋。

負責人：劉鈺瑩

備註：每對親子可獲製成品一個。

日期：8/3/2025 (六)  
 時間：10:30am-12:30pm  
 地點：本中心  
 對象：親子 (兒童須年滿 6 歲或以上)  
 費用：\$80(會員)、\$115(非會員)  
 (以每對親子計算)



TF111

## 周日水塘寫意行

周日到香港仔上下水塘走走，可觀賞有百年歷史的下水塘水壩和石橋，全段路線簡單易行，假日出走半天到郊外放鬆一下！

日期：23/2/2025 (日)  
 時間：9:30am-1:30pm  
 地點：香港仔水塘  
 對象：4-59 歲社區人士  
 費用：\$50(會員)、\$85(非會員)

負責人：陳美寶

備註：1. 包來回旅遊巴；  
 2. 行山約 2-3 小時連休息 (4 公里)；  
 3. 自備充足糧水、晴雨天用具，穿輕便衣服及運動鞋。



TF114

## 春日田園遊

趁著春天不如到農莊體驗有機耕作，嘗試翻土、下種、施肥等等工序；除了體驗農夫的工作外，還可以嘗試為自己製作午餐，例如：包餃子、田園蕃茄炒蛋，還會製作小食，最後亦可以製作一條手帕比自己。這麼多活動可以一次過體驗，快點報名參加啦！

負責人：袁詠珊

備註：1. 請穿著輕便運動服裝，並帶備足夠食水、太陽帽、雨具、防蚊及防曬用品；  
 2. 費用已包括車費及午膳費用。

日期：9/3/2025 (日)  
 時間：9:30am-3:00pm  
 地點：一對手農莊  
 對象：親子家庭  
 費用：\$160(成人會員)、  
 \$195(成人非會員)、  
 \$140(3-11 歲會員)、  
 \$175(3-11 歲非會員)

TF112

## 狂玩 @ 屯門

忙碌過後，一家人衝出市區，讓孩子於屯門共融遊樂場瘋狂地玩，行行爬蟲館。再到黃金海岸散散步，渡過寫意悠閒的一天。

備註：1. 請穿著運動服裝；  
 2. 請自備糧水；  
 3. 費用包來回旅遊巴。

日期：2/3/2025 (日)  
 時間：8:30am-2:00pm  
 地點：屯門公園及黃金海岸  
 對象：社區人士  
 費用：\$45(會員)、\$80(非會員)  
 (大小同價)  
 (未滿 3 歲小童免費)

負責人：王培明姑娘

TF115

## 語言之旅

你想開啟新的語言體驗嗎？是次語言文化體驗，將透過互動遊戲及練習，認識巴基斯坦語言 (烏都語) 的基本詞彙。無論你是語言愛好者、好奇者，抑或是語言新手，都歡迎參與是次體驗。活動更提供特色美食品嚐，快來加入我們吧！

負責人：張盼

## مکى لى ع مالى سلا

日期：15/3/2025 (六)  
 時間：10:30am-12:00pm  
 地點：本中心  
 對象：社區人士 (13 歲或以上)  
 費用：\$20(會員)、\$55(非會員)  
 (大小同價)

就

TF119

## 招聘會 @ 陳慶 2025

香港經濟環境有待復甦，爲了協助街坊成功就業，陳慶中心一如既往將邀請不同行業的公司到場進行招聘及即場面試，包括物業管理、清潔、零售、服務、飲食、美容、物流及其他行業等，亦會搜集包括本中心在內的本區職位空缺，供求職者挑選。即場還會邀請再培訓機構介紹最新再培訓課程，詳情請留意宣傳海報及單張。

日期：11/3/2025 (二)  
時間：1:00-5:00pm  
地點：本中心  
對象：區內想求職或轉職人士  
費用：免費



負責人：袁詠珊

TF116

## 神秘面紗 -- 信仰篇



這次會帶大家穿梭尖沙咀南亞裔聚集的地方：印度廟，清真寺，清真肉類街市及重慶大廈等，認識他們的宗教及生活習俗，並淺嚐印巴美食。

日期：23/3/2025 (日)  
時間：10:00am-2:00pm  
地點：本中心 / 尖沙咀  
對象：8-59 歲  
費用：\$50(會員)、\$85(非會員) (大小同價)

負責人：王培明姑娘

備註：1. 請自備交通費及飲用水；  
2. 費用已包括印巴小食。

TF117

## Music Day

青年義工分享音樂，一齊嚟 make some noise!

日期：29/3/2025 (六)  
時間：3:00-4:00pm  
地點：本中心  
對象：年齡不限  
費用：免費

備註：活動無需報名。

負責人：(溫智均 Dan sir)

## 就業支援服務系列



TF118

## Google 雲端硬碟應用



就

Google 雲端硬碟提供了安全、便捷的個人雲端儲存和文件共享服務。你能輕鬆地使用流動裝置、平板電腦或電腦儲存、分享和協作處理檔案和資料夾。本課程將會由基礎開始教授如何應用 Google 雲端硬碟，幫助你充分掌握 Google 雲端硬碟完成不同項目，提高你的雲端效率，讓工作和生活更輕鬆便捷本課程。

日期：11/2、18/2、25/2、4/3/2025 (逢二)  
時間：10:30am-12:00nn  
地點：本中心  
對象：18-59 歲  
費用：\$100(會員)、\$135(非會員)

備註：每人一機直接學習操作。

負責人：袁詠珊



## 故事系列

FS101

## 「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：26/2/2025 (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

情緒處理緊要 D

負責人：麥小華、劉鈺瑩

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，爲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。

FS102

## 親子故事樂園 (幼兒篇) 第二十三期

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：4/2、11/2、18/2/2025 (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



FS103

## 故事爸媽「兒童啟蒙老師」 家長訓練計劃 (第四十五期)

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：19/3 及 26/3/2025 (逢三)  
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. 完成兩節工作坊的家長更可獲贈優質繪本一本；  
3. 完成兩節工作坊的家長可使用本中心的「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，不宜重複報名。

負責人：麥小華、劉鈺瑩



## 「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，會員便享用書包外借服務。
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



FS104

## 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：25/2、4/3、11/3 及 18/3/2025 (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：\$150(會員)、\$185(非會員)  
(以每對親子計算)

「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。



照

FS107

## 甜甜蜜蜜布朗尼

1. 平日照顧家庭及小朋友實在不容易。趁著情人節，一起製作朱古力布朗尼，為自己為愛的人送一些甜蜜禮物。

日期：14/2/2025 (五)  
 時間：10:30am-12:30pm  
 地點：本中心  
 對象：育有 0-17 歲兒童的照顧者  
 費用：\$10(會員)、\$45(非會員)

備註：1. 參加者完成後可取走 4 小件布朗尼；  
 2. 請自備食物盒。

負責人：袁詠珊



## 單親支援系列

FS108

## 「同心樂聚社」單親互助小組 (1-3月/2025)

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
15/1/2025 (三)	10:30am-12:00nn
12/2/2025 (三)	10:30am-12:00nn
12/3/2025 (三)	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

FS109

## 同心新春燒烤夜

新一年新開始，大家聚首一堂，在中心天台燒烤，別有一番風味。亦都歡迎各家庭預備家鄉小食或小菜，與眾同樂。

日期：15/2/2025 (六)  
 時間：6:30-9:00pm  
 地點：本中心  
 對象：區內單親家庭  
 費用：\$20(會員)、\$55 (非會員) (大小同價)

負責人：袁詠珊、劉鈺瑩



FS105

## 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，透過親子嬉遊、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：2/1、9/1、16/1 及 23/1/2025 (逢四)  
 時間：10:30-11:30am  
 地點：本中心  
 對象：18-24 個月幼兒及其家長 (必須親子參與)  
 費用：\$150(會員)、\$185(非會員) (以每對親子計算)



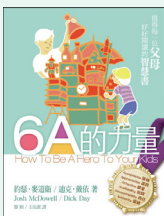
負責人：劉鈺瑩

FS106

## 6A 品格教育家長工作坊 (第十期)

課程特色

本課程 (1A 接納·2A 讚賞·3A 關愛·4A 時間·5A 責任·6A 權威) 主要根據「6A 的力量」原作者約瑟·麥道衛博士的理念而舉行，內容包括：



日期：8/1、15/1、22/1、5/2、12/2、19/2/2025 (逢三) (29/1 為年初一，故暫停一堂)  
 時間：9:45-11:45am  
 地點：本中心  
 對象：家長  
 費用：\$120(會員)、\$155(非會員)

內容

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

備註：如需託管，請報名時留下小朋友姓名及年齡 (按實際情況安排)。

負責人：袁詠珊、麥小華 (兩者皆為：註冊社工及 6A 教育認證導師)

NCR101

## SA Kids Group

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

Date: 2-23/1, 10/2-31/3/2025 (Every Mon, Tue, Thur, except school holidays)  
 Time: 7:00-8:30pm  
 Venue: Room 430  
 Target: K2-P.6 Non-Chinese Students  
 Fee: Free

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

Responsible Staff: Miss Nancy

NCR102

## SA Secondary Group

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

Date: 2-23/1, 10/2-31/3/2025 (Every Mon, Tue, Thur, except school holidays)  
 Time: 7:00-8:30pm  
 Venue: Room 450  
 Target: Non-Chinese Secondary Students  
 Fee: Free

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

Responsible Staff: Miss Nancy

NCR103

## Healthy seed

Playing games, learn how to being kind and love yourself, how to be safety, and keep healthy body and mind.

Date: 4/1, 11/1, 18/1, 25/1, 8/2, 15/2/2025 (Sat)  
 Time: 4:00-6:00pm  
 Venue: Centre  
 Target: 6-12 years old Non-Chinese Children  
 Fee: Free

Remarks This program is cooperate with Be Priceless.

Responsible Staff: Miss Nancy & Miss Echo

NCR104

## Street Artistry

Inviting you guys to join with us for a "street event", let the community to experience the beauty Of Mehndi (Henna). Through the art of Henna, to promote ethnic minority cultures, spread joy and build up more connections between community residents.

Date: 25/1/2025 (Sat)  
 Time: 4:00-6:00pm  
 Venue: Tai Kok Tsui  
 Target: Non-Chinese Women and Community residents  
 Fee: Free



Responsible Staff: Miss Echo

NCR105

## Lunar New Year Fair

Let's stroll around the Lunar New Year Eve Fair, know more about Chinese New Year culture and get holiday cheer!

Date: 27/1/2025 (Mon)  
 Time: 1:00-6:00pm  
 Venue: Hong Kong Victoria Park  
 Target: YTM Non-Chinese family  
 Fee: Free

Remarks Please prepare own transportation fare.

Responsible Staff: Miss Nancy & Miss Echo

NCR106

## Reunion Party

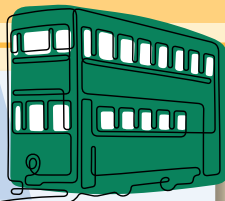
The Chinese New Year is coming. It's a great time for families and friends to be together. Let's catch up, will have fun!

Date: 8/2/2025 (Sat)  
 Time: 1:00-5:00pm  
 Venue: Centre(Hall)  
 Target: YTM Non-Chinese family  
 Fee: \$20 (Free for kids aged under 4 years old)

Responsible Staff: Miss Nancy & Miss Echo

NCR107

# City walk on Hong Kong Island



This program will take you through vibrant community, featuring visits to a mosque, to enjoy delicious halal Dim Sum, a ride on the iconic tram, and a stop at the Public Libraries. It's a wonderful trip for young people to connect with different communities and expand understanding of our dynamic city. Come and join with us!

Date: 16/2/2025 (Sun)  
 Time: 1:00-6:00pm  
 Venue: Hong Kong Island  
 Target: Non-Chinese Youth  
 Fee: \$20

Responsible Staff: Miss Echo

Remarks Please prepare own fare.

NCR108

# Happy Saturday

Learn Chinese by making food, playing games etc.



煮嘢食

Date: 8/3-29/3/2025(Sat)  
 Time: 4:00-5:30pm  
 Venue: Centre / Tai Kok Tsui  
 Target: 4-8 years old  
 Non-Chinese Children  
 Fee: Free

好開心



Remarks Please bring your own drink water.

Responsible Staff: Miss Nancy & Miss Echo

NCR109

# Family City Hunt



An exciting way to discover our city. Use the lowest fee and shortest time to finish all the tasks with your family.

Date: 9/3/2025 (Sun)  
 Time: 1:00-5:00pm  
 Venue: Centre / Yau Tsim Mong  
 Target: 5-12 years old Non-Chinese Family  
 Fee: Free

Remarks Prepare your own drink water and transportation fee.

Responsible Staff: Miss Nancy & Miss Echo

## 2025年1月至3月〈婦女瑜珈〉

編號	名稱	日期 / 堂數	時間	收費	對象	導師
W101A	週二 A 班	18/2 至 25/3 (6 堂)	9-10 am	會員 \$300 非會員 \$335	59 歲 或以下 婦女	April Shum
W101B	週二 B 班		10-11 am			
W101C	週三伸展班	8/1 至 26/3 (11 堂) <29/1 公假停 1 堂 >	9-10 am	會員 \$550 非會員 \$585		Feeling Chong
W101D	週三班		10-11 am			
W101E	週四 伸展舒緩班	9/1 至 27/3 (11 堂) <30/1 公假停 1 堂 >	9-10 am	會員 \$550 非會員 \$585		Joyce Lau
W101F	週四 普拉提班		10-11 am			

1. A 及 B 班 <上課地點: 本中心二樓禮堂, 學員需自備瑜珈墊 >;
2. C 至 F 班 <上課地點: 大角咀市政大廈 6 樓 (大角咀體育館 3 號活動室) >;
3. 有興趣參加的新朋友, 請到中心詢問處留位, 待負責職員跟進聯絡;
4. 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;
5. 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。

備註

負責人: 陳美寶





W102

## 廿四節氣生活提案

一年四季春夏秋冬的變化均有其規律，這些變化影響着機能的氣血盛衰及臟腑強弱。人應當順應自然季節而養生，遵循「春夏養陽，秋冬養陰」的原則，因時制宜，合乎中醫四時養生之道。

是次活動除了會與大家分享節氣的來源及典故，也會分享日常生活起居作息需留意事項外、飲食上的配合，以至於情緒解方均會分享。

日期：3/1、7/2(五)、4/3/2025 (二)  
 時間：9:30-11:30am  
 地點：本中心  
 對象：25-59 歲婦女  
 費用：\$20(會員)、\$55 (非會員)(每月)

- 備註：1. 活動導師：松蟲姑娘，她是一位資深前社工，她擁有豐富的婦女服務、家庭教育、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. 有興趣之參加者可一次過報三個月或每月獨立報名；
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。

### 主題內容

編號	每月主題
W102A	一月：「大小寒」 1月5日-小寒 1月20日-大寒
W102B	二月：「立春」 2月3日-立春 2月18日-雨水
W102C	三月：「春分」 3月5日-驚蟄 3月20日-春分

負責人：區碧華



W103

## Hip Hop 舞動體驗

繼續 HIP HOP 再舞動，讓你嘗試不一樣的舞動感覺，迸發身體潛能，除了可訓練身體的協調能力外，亦讓身體的韻律，樂在於音樂節奏感當中，釋放壓力，一齊參加、一齊動起來！



日期：19/2-12/3/2025 (逢三) 4 次 (暫定)  
 時間：10:15-11:15am  
 地點：本中心  
 對象：25-59 歲婦女  
 費用：\$160(會員)、\$195(非會員)

- 備註：1. 參加者不需有習舞經驗；  
 2. 由專業導師教授；  
 3. 請穿著輕鬆便服及運動鞋。

負責人：陳美寶

W104

## 「字療我心」婦女小組 (2025 年新春版)

「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、一支筆、一張紙，便能投身書法世界，專注在筆尖上忘卻煩憂。自從在 2023 年 10 - 12 月首辦婦女寫字小組後，深受姊妹們的歡迎。今次會再度與大家嘗試一起學習書寫有趣得意的創意揮春，除了在過程中享受自我療癒之外，也可作為送給自己及親友的祝福。此外，最後一節我們將會走進社區，將大家的創意揮春派發區內街坊，將祝福遍佈大角咀區啊！



- 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。
- 日期：8/1-22/1/2025 (逢三) 3 次  
 時間：10:15-11:30am  
 地點：本中心及大角咀埃華街休憩公園  
 對象：25-59 歲婦女  
 費用：\$100(會員)、\$135(非會員)

負責人：區碧華

W105

## 陳慶造星婦女結他小組



陳慶造星—婦女篇教授結他自彈自唱技巧，透過音樂釋放壓力。

日期：13/1-24/3/2025 (逢一)  
 時間：11:00am-12:30pm  
 地點：本中心  
 對象：18-59 歲婦女  
 費用：\$110(會員)、\$145(非會員)

備註：1. 自備結他，如有困難可在報名時提出；  
 2. 歡迎新手參加。

負責人：溫智均 (Dan sir)

W107

## 「慢舞人生」婦女小組



歌手田馥甄 (Hebe) 的「慢舞」中的歌詞這樣寫著：「我，渴望身體是樂土，自然地慢舞，。。。我，渴望心靈是淨土，自由地慢舞」。這些歌詞帶給你什麼聯想？急促的生活節奏令人不能靜下來、忙碌又十分充實的日子令妳忘記「慢」下來的需要及重要。是次小組將會與大家「慢慢地」隨音樂節奏郁動與身心舞蹈，並且與「靈」連接，隨音樂由內而外、由快到慢，找回肢體運動的安適、愉悅和美感。

日期：14/2-28/3/2025 (逢五) 7 次  
 時間：10:15-11:30am  
 地點：本中心  
 對象：25-59 歲婦女  
 費用：\$250(會員)、\$285(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，曾任情意自教育導師。她也鼓勵大家實踐愛自然的生活。

負責人：區碧華

W106

## 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
W106A	13/1/2025 (一)	健康新年小食：薑汁紅棗糕
W106B	24/2/2025 (一)	超慢跑
W106C	3/3/2025 (一)	創作·點藝術 (Dot Art)

時間：10:00-11:30am  
 地點：本中心  
 對象：25-59 歲婦女  
 費用：\$10(每次)(會員)、  
 \$45(每次)(非會員)



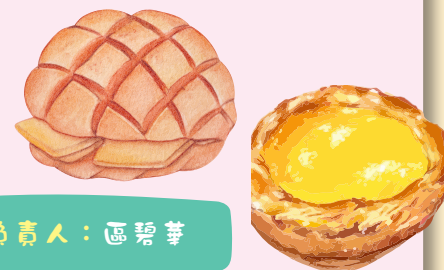
備註：1. 請留意日後宣傳之海報及單張；  
 2. 每次茶座將邀請不同知識範疇的嘉賓 / 導師主講分享相關主題；  
 3. 如有託兒需要，請於報名時提出；  
 4. 活動費用包括所需工具及導師費。

負責人：區碧華

W108

## 食物速寫工作坊 - 茶餐廳篇

「食物速寫」是一種繪畫食物的繪畫藝術，以簡單的工具，透過臨摹實物，繪畫在畫紙上，就像吃掉眼前的食物一樣。這心靈藝術能帶來的平靜與安穩，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。今次我們來一次以港式茶餐廳的食物作繪畫對象，例如菠蘿包、蛋撻、奶茶等經典茶記食物，畫畢後大家齊齊開心吃掉它！



日期：19/2-12/3/2025 (三) 共 4 次  
 時間：10:15-11:30am  
 地點：本中心 / 大角咀區內茶餐廳  
 對象：25-59 歲婦女  
 費用：\$200(會員)、\$235(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；  
 3. 第四節 (12/3) 將會是戶外速寫環節，暫定在大角咀內茶餐廳進行，當節自備費用購買食物和飲品。

W109

## 婦女中文簡報應用入門班

本課程旨在教授電腦微軟 PowerPoint 軟件的初階技巧，讓學員掌握當中的應用竅門。PowerPoint(電腦簡報)可以使構思更有效地表達和說明，從而與觀眾或客戶建立良好的溝通。現時不少學校也需要學生製作簡報提交功課，所以亦可作為與子女溝通的媒介，又可教授子女相關知識，一舉數得。

日期：20/2-20/3/2025 (逢一、四) 9 堂  
 時間：9:15-11:15am  
 地點：本中心  
 對象：25-59 歲婦女  
 費用：\$180(會員)、\$215(非會員)

備註：1. 參加者需有基本電腦操作經驗；  
 2. 第一堂將會抽籤安排座位。

負責人：陳美寶



W110

## 三八婦女節 2025-快閃迎三八

一年容易又三八！在這個相對不被重視的節日裡，妳或許是經由『臉書』(Facebook) 提醒得知，又或許是因為 google 首頁的影片注意到這個節日，妳或許不必像聖誕節這樣歡樂的節日般，逢人就說聲「婦女節快樂」！但妳卻要令自己快樂！！

今年的三八婦女節就讓自己『放假』一天，與一班姊妹一起來慶祝吧！

中心將會派發三八紀念品贈予區內婦女以慶祝婦女節，請自行按時間前往活動地點。(送完即止)

日期：8/3/2025 (六)  
 時間：9:30-10:30am / 3:00-4:00pm  
 地點：本中心、大角咀埃華街休憩公園、旺角塘尾道  
 對象：25-59 歲婦女  
 費用：免費

負責人：區碧華



NA101

## 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

NA102

## 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英文功課上所遇到的困難。

日期：1-3 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

負責人：黃瑋、張盼

備註：1. 需經甄選；  
 2. 參加者家長必須出席每季之家長會；  
 3. 參加者需參加「快樂時刻系列小組」。

NA103

## 快樂時刻系列小組



小組以運動、興趣及藝術等為主題，與新來港小朋友們一起在小組中分享生活、尋找趣味及探索成長之路。

### 快樂成長小組 NA103A

日期：3/1、17/1、14/2、7/3、21/3/2025 (五)  
 時間：5:00-6:00pm  
 地點：本中心  
 對象：新來港小一至小三學生  
 費用：免費

### 快樂友愛小組 NA103B

日期：10/1、24/1、21/2、14/3/2025 (五)  
 時間：5:00-6:00pm  
 地點：本中心  
 對象：新來港小四至小六學生  
 費用：免費

負責人：黃瑋、張盼

NA104

## 家在香港社區服務團

家在香港，成長在香港，歡迎你加入社區義工服務團。  
活動包括：義工訓練、探訪及社區服務。  
完成訓練及社區服務後，可獲頒發義工證書。

日期：每月第三個星期六  
時間：5:00-6:00pm  
地點：本中心  
對象：新來港家庭  
費用：免費



負責人：施志偉、張盼

NA107

## 歲晚團年家聚

新年腳步又近，邀請大家參與歲晚團年家聚。將有趣味的遊戲、美味的家常便飯，更有大家的歡聲笑語。共同迎接新春的到來，分享喜悅吧！

日期：19/1/2025 (日)  
時間：12:00nn-3:00pm  
地點：本中心  
對象：來港不足三年之家庭  
費用：免費



負責人：黃瑋、張盼

NA105

## 婦女的寫意空間

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，發揮所長，建立社交互助網絡。

日期：22/1、12/2、12/3/2025 (三)  
時間：10:30am-12:00nn( 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



負責人：張盼

備註：歡迎介紹新來港婦女出席聚會。

NA108

## 春日樂悠遊

春意盎然，邀請大家到大埔海濱公園一起野餐、放風箏。大埔海濱公園有翠綠草坪，亦有壯麗景色，非常適合春日午後的活動，誠邀你一起前往。

日期：23/2/2025 (日)  
時間：12:30-5:30pm  
地點：大埔海濱公園  
對象：來港不足三年之家庭  
費用：\$20

備註：1. 包旅遊巴接送；  
2. 參加者需自備食物及相關所需物品，進行野餐樂。

負責人：黃瑋、張盼

NA106

## City Hunt：油尖旺探索之旅

這是一次刺激有趣的 City Hunt 活動，將會穿梭在油尖旺的街道，發掘有趣的事物，並與隊友共同挑戰任務。不僅可以刺激比賽，也是深入認識油尖旺區的好機會，來一起創造美好回憶吧。

日期：9/3/2025 (日)  
時間：1:00-5:00pm  
地點：本中心 / 油尖旺  
對象：新來港及少數族裔家庭  
費用：免費

備註：請自備交通費。

負責人：黃瑋、張盼





「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。

### 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

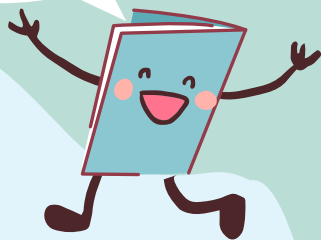
地點：本中心 4 樓閱讀室

對象：區內外人士

負責人：黃凱芯

### 溫馨提示

本室之漂書書籍，會先進行消毒處理。



## 閱讀室雜誌贈閱



本室提供十一份不同類型的雜誌予各會員借閱。而本室每三個月都會將一批較舊的雜誌贈予有興趣的會員，提倡環保之餘亦可讓會員擁有心儀的雜誌。只需在下列日期憑會員證到本室登記便可取最多十本雜誌。

日期：20/1 至 21/1/2025 (一及二)  
 時間：2:00-9:45pm  
 地點：本中心四樓閱讀室  
 對象：會員

負責人：黃凱芯

### R101

## 悅讀閱讀龍虎榜

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. ....

日期：1/1-31/1/2025,  
 1/2-28/2/2025,  
 1/3-31/3/2025  
 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

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）

獎勵

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

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。



### R102

## 聽故事、講故事

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。

日期：1/3、15/3/2025 (六)  
 時間：11:00am-12:30pm  
 地點：本中心  
 對象：5-10 歲  
 費用：\$15(會員)、\$50(非會員)

負責人：梁杏英

A101

## 鋼琴班

彈奏鋼琴不單可為學員培養優良的個人涵養，又可訓練耐力及毅力、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：2025年1至3月  
時間：待安排  
地點：本中心  
對象：5至59歲會員

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。



A103

## 練琴研習館

學琴可使學員發掘個人涵養，訓練耐力，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：2025年1至3月  
時間：自選  
地點：本中心  
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：
- 每月的15號起，請親臨本中心詢問處辦理，預訂下月練琴時間及繳費；
  - 2.1 同一張收據繳費1-4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)；
  - 這研習館是鋼琴練習是沒有導師從旁指導；
  - 參加者可選預訂或即時繳費使用練琴服務；
  - 一經落實預訂練琴時間，是決不可隨便更改；
  - 但如遇「8號風球」或「黑色暴雨」可另選時間補回，不作退款；
  - 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)；
  - 不設外租教琴服務。

查詢人：黃凱芯

A102

## 小提琴班

拉奏小提琴不單可為學員培養優良的個人涵養，又可訓練耐力及毅力、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：2025年1至3月  
時間：待安排  
地點：本中心  
對象：5至59歲會員

備註：留下聯絡資料待負責人聯絡。

查詢人：黃凱芯



A104

## 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：11/1/2025 (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：吳麗璇

A105

## 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。

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。

日期：11/1/2025 (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)

查詢人：吳麗敏

A106

## 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。

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。

日期：11/1/2025 (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)

查詢人：吳麗敏

A107

## 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。

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。

日期：11/1/2025 (逢六) 8 堂  
時間：5:30-6:30pm  
地點：本中心  
對象：7-12 歲  
費用：\$480(會員)、\$560(非會員)

查詢人：吳麗敏

A108

## 素描班

教授素描筆的用法，實用寫生，靜物寫生處理等等。

備註：每堂自備 (HB 型號鉛筆) 及 (A3 Size 畫簿)。

日期：19/1/2025 (逢日) 8 堂  
時間：2:55-4:10pm  
地點：本中心  
對象：6-15 歲  
費用：\$560(會員)、\$640(非會員)

查詢人：黃凱芯

L101

## 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。

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）。

日期：11/1/2025 (逢六) 10 堂  
時間：11:05am-12:05pm  
地點：本中心  
對象：K2-K3  
費用：\$800(會員)、\$880(非會員)

查詢人：黃凱芯

L102

## 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：11/1/2025 (逢六) 10 堂  
時間：10:00-11:00am  
地點：本中心  
對象：小三至小六  
費用：\$1100(會員)、\$1180(非會員)

查詢人：黃凱芯

備註：講義費 \$70 於首堂繳交。



L103

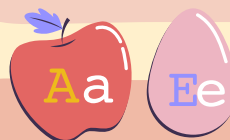
## Phonics 英文拼音班

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：11/1/2025 (逢六) 10 堂  
時間：10:00-11:00am  
地點：本中心  
對象：幼稚園學生  
費用：\$950(會員)、\$1030(非會員)

備註：講義費 \$70 於首堂給導師及自備文具。

查詢人：黃凱芯



L104

## 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：11/1/2025 (逢六) 10 堂  
 時間：11:10am-12:10pm  
 地點：本中心  
 對象：小三至小六  
 費用：\$1100(會員)、\$1180(非會員)

查詢人：黃凱芯

備註：講義費 \$70 於首堂繳交。



L107

## 初小中英數

小學生最「必須」的常規課程。中英數主科，引導孩子對學科的興趣及好奇心，從而對日後的學習能力得以提升。

日期：12/1/2025 (逢日) 10 堂  
 時間：1:30-2:30pm  
 地點：本中心  
 對象：小一及小二  
 費用：\$1100(會員)、\$1180(非會員)

備註：講義費 \$80，於首堂給導師。須自備文具。

查詢人：黃凱芯

L105

## 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：11/1/2025 (逢六) 10 堂  
 時間：11:10am-12:10pm  
 地點：本中心  
 對象：P.1 至 P.3  
 費用：\$1100(會員)、\$1180(非會員)

備註：講義費 \$70 於首堂繳交及自備文具。

查詢人：黃凱芯

L106

## 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：11/1/2025 (逢六) 10 堂  
 時間：12:20-1:20pm  
 地點：本中心  
 對象：P.3 至 P.6  
 費用：\$1100(會員)、\$1180(非會員)

備註：1. 講義費 \$70 於首堂繳交及自備文具；  
 2. 分組形式授課。

查詢人：黃凱芯

P101

## 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)

備註：芭蕾舞衣物於開課後由導師代購。

查詢人：吳麗敏



查詢人：黃凱芯





P102

## 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：吳麗敏

備註：芭蕾舞衣物於開課後由導師代購。

P103(A班) P104(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) 3-4歲  
 (B班) 5-8歲  
 費用：\$440(會員)、\$520(非會員)

查詢人：吳麗敏

備註：爵士舞衣物於開課後由導師代購。

P105

## 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：梁杏英

備註：教練可協助初學者代購道袍。

P106

## 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)



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。

查詢人：梁杏英

P107

## 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：8/1/2025（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)



備註：教練可協助初學者代購道袍。

查詢人：梁杏英

AP101(A班) AP102(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)

備註：學員須穿著輕便衣服上課。

查詢人：吳麗敏

AT101

## 綜合攝影技巧基礎班

本課程由「香港油麻地攝影學會」的專業導師教授，內容包括認識相機種類、如何選擇適合自己的相機、鏡頭種類認識及選擇與運用、光圈與快門配合及景深的控制、藝術攝影[取景構圖]的概念與思維、花卉微距及生態攝影方法、戶外人像拍攝技巧[怎樣拍好一張人像相]、四季自然光類別及怎樣採光與日出日落拍攝方法、學員作品欣賞及分析(導師即場評述學員作品)

日期：13/1/2025 (逢一) 8 堂  
時間：7:30-9:30pm  
地點：本中心  
對象：16-59 歲  
費用：\$520(會員)、\$600(非會員)

備註：學員須自備相機(傳統或數碼均可)。

查詢人：吳麗姩



AP103

## 星期二瑜伽

一系列流暢的式子專為較著重女性身體的特性而編制的，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。

日期：7/1/2025 (逢二) 10 堂  
時間：7:00-8:00pm  
地點：本中心  
對象：15-59 歲  
費用：\$550(會員)、\$630(非會員)

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。

查詢人：黃凱芯



AP104

## 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。(整個課程著重女性身體特性而編制)

日期：7/1/2025 (逢二) 10 堂  
時間：8:10-9:10pm  
地點：本中心  
對象：15-59 歲  
費用：\$550(會員)、\$630(非會員)

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。

查詢人：黃凱芯

AP105

## 成人爵士健康舞班

本課程適合初學人仕，以音樂配合舞蹈，導師會用輕鬆音樂教授爵士舞技巧，令全身伸展增強柔軟度，舒緩身心壓力。

日期：8/1/2025 (逢三) 10 堂  
時間：7:15-8:15pm  
地點：本中心  
對象：14-59 歲  
費用：\$700(會員)、\$780(非會員)

備註：學員須穿著輕便衣服上課。

查詢人：吳麗姩



G101

## 西九龍第 92 小女童軍隊招募隊員

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。

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)

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：吳麗姩



G102

## 西九龍第 92 女童軍隊招募隊員

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。

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

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：吳麗姩

V101

## 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 / 2025)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。

V102

## 義工簡介會

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。

日期：24/1/2025 (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

負責人：區碧華

V103

## 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

負責人：區碧華

- 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。



V104

## 2024 年度義工嘉許禮

經過一年的付出與辛勞，中心特別為義工朋友們安排這個聚會，讓義工們在輕鬆愉快的環境及氣氛下，享受自助午餐及與同路人彼此交流，中心並趁此機會答謝(嘉許)大家在過去一整年在義務工作上的付出、參與和貢獻。現誠邀你參加！

日期：16/3/2025 (日)  
時間：11:00am-3:00pm  
地點：本中心 / 戶外 (待定)  
對象：14-65 歲  
費用：\$80

負責人：區碧華

備註：參加者必需在 2024 年 1 - 12 月期間會協助中心義工服務最少有 10 小時。



V105

## 義工技能培訓 - 塗鴉體驗

活動將會透過專業塗鴉導師教授塗鴉入門，並且一嚐塗鴉的樂趣。

- 備註：1. 活動導師：Potter，她是一位專業塗鴉導師，曾多次協助中心舉辦的塗鴉活動，分別教授兒童、青少年及婦女；  
2. 中心會提供手套及噴漆等物料，參加者當天可穿舊的衣服/鞋子，或帶備圍裙。

日期：18/1/2025 (六)  
時間：6:30-9:30pm  
地點：本中心  
對象：14-59 歲中心登記義工  
費用：\$30(會員)、\$65(非會員)

負責人：區碧華

V106

## 義工技能培訓 - 桌遊體驗

義工服務唔知做咩好？不如玩下 board game 啦！活動教授數款桌遊玩法及帶領技巧。同服務對象一路玩一路傾，開心~

日期：21/3/2025 (五)  
時間：7:30-9:00pm  
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)

負責人：溫智均 (Dan sir)



V109

## 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：2025年1-3月每個星期五  
(24/1及31/1暫停)-  
任君選擇「故事天地」其中一節

時間：8:00-8:45pm

地點：Zoom 線上形式進行

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. 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。

V107

## 親子義工計劃 -

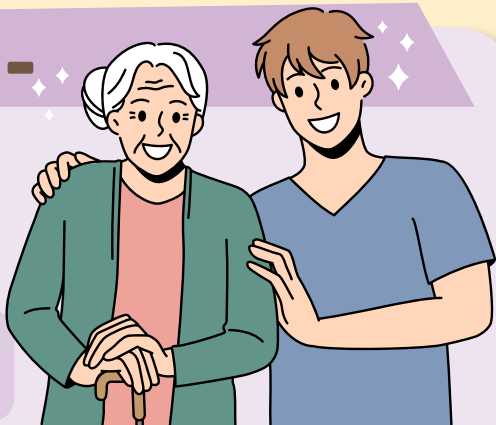
### 活動一：社區襪襪送長者 (安老院長者)

12月/24至20/2/25期間集成人襪，並於新春23/2送予社區安老院的長者。

日期：23/2/2025 (日)

時間：2:00-4:30pm

地點：本中心



### 活動二：親子自家製營養愛心晚膳湯水送獨居長者

親子一起自家煮飯及餸送予獨居長者。

日期：16/3/2025 (日)

時間：2:00-4:30pm

地點：本中心

對象：親子義工

負責人：李麗萍

V108

## 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、張盼及黃璋



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：3500 本

印刷日期：：2024 年 11 月

請將刊物廣泛傳閱，用後請放入回收箱，多謝支持環保。