



旺角街坊會陳慶社會服務中心

好慶誌

2025 年

4

6

月

通

訊

進修課程(p41-p49)

可即日報名

各項活動於2025年3月11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.6-7 – 劏房服務
- p.8 – 活動宣傳

1-3 月份活動

- p.9-13 – 兒童及青少年活動 (TC)
- p.14-20 – 家庭及社區活動 (TF)
- p.21-25 – 家庭增值活動 (FS)
- p.26 – 學童課餘託管服務 (S)
- p.27-28 – Non-Chinese Residents Programs(NCR)
- p.29-36 – 婦女活動 (W)
- p.37-38 – 新來港人士活動 (NA)
- p.39-40 – 閱讀室活動 (R)



p.41-49 – 1-3 月進修課程 (A/L/P/T/AP/AT)

- p.49-50 – 中心小組招募 (G)
- p.50-53 – 陳慶「義」Touch(V)
- p.53 – 服務使用者意見表

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

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\$29）
 家庭會員：家庭直系親屬（每個家庭年費 HK\$58）

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\$29
- 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\$58
- 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。

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，請儘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。

會員退籍

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。



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



* 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)

標準九

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安全的環境。

中心制定安全政策及相關的程序，確保本中心的服務使用者、職員和訪客處身於安全的環境，同時確保職員明瞭和遵守安全工作指引，及指導職員和服務使用者如何應付緊急事故。為此，中心於各服務及不同工作環境內制訂不同的環境安全指引，並包括：

- 定期進行環境及安全評審，並實施解決有關問題的計劃
- 定期進行火警演習、疏散演習等安全程序
- 妥善維修有關設備，並訓練職員和服務使用者使用這些設備
- 定期檢討和修訂安全政策及程序
- 安排職員接受安全政策及程序的訓練
- 存備文件記錄，並定期檢討有關文件，以確定潛在的危險

標準十

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。

中心於各服務制訂不同政策，讓服務使用者及其家屬，與及中心職員清楚知道各服務收納服務使用者的一般做法，包括：

- 為參與收納服務使用者的職員提供指引，使他們清楚知道須遵守的工作程序
- 讓服務使用者知道接受和退出服務時，可以採取甚麼步驟
- 讓服務使用者申請服務時知道服務單位作出受理和不受理決定的原因

標準十一

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，包括個人、家庭、團體或社區。

中心不同職級職員會恆常地透過不同途徑，例如偶到服務的日常工作接觸、小組、興趣班、各類型活動，與及出席中心內部及參與外間地區會議，收集及討論服務使用者及社區需要情況，並藉此釐定工作方向、策略及工作計劃，確保服務使用者及社區需要得到關注及滿足。

劏房服務

目標

- 🏠 發掘並支援區內居住的「劏房」人士的需要；
- 🏠 讓「劏房」人士增加認識社會及福利資源；
- 🏠 建立區內「劏房」人士互助網絡；
- 🏠 動員「劏房」人士服務社區及關注自身權益。

**「劏房」日後要變身成「簡樸房」！
此規管對每個劏房戶息息相關，
你對政策了解嗎？一齊探討、分享吧！**

行政長官在 2024 年《施政報告》中宣布以立法方式制訂住宅樓宇分間單位（劏房）的出租制度，合標單位將名爲「簡樸房」。政府提出「簡樸房」規管制度建議方案，涵蓋規管時間表、規管範圍、現存分間單位登記制度、「簡樸房」認證制度、「簡樸房」居住環境的最低標準等等。規管框架中，合規格的「劏房」可以登記爲「簡樸房」，標準是必須有窗、有獨立廁所、面積不少於 8 平方米、樓底有高度要求等。早前，政府已完成諮詢，收集意見後，稍後會提條例草案到立法會。此規管對每個劏房戶息息相關，包括全部現存劏房業主要登記，業主要做簡單或整個單位改裝。未立法的階段，各劏房租戶仍然受《業主與租客（綜合）條例》（第 7 章）第 IVA 部 - 分間單位規管租賃保障，例如有 2+2 的租住權保障。一切關乎大家住屋的權益，大家要認知。

此分享會歡迎你，一齊探討及分享你的意見！

簡樸房分享會

日期：11/4/2025(五)
時間：8:00 - 9:30pm

地點：本中心
負責人：林啓銘、李麗萍

公屋申請諮詢講座 2025

你要申請公屋嗎？

講座會介紹最新申請公屋的資格及所需文件，解釋一般家庭及長者申請公屋的分別，一人申請計分制，解答有關申請公屋的申請、輪候及配房階段的疑問，亦提到未來公屋單位落成的分佈。

日期：26/4/2025(六)

時間：7:30 - 9:30pm

地點：本中心

費用：全免

對象：社區人士

備註：如於講座時間有小朋友需要託管，請報名通知職員。

負責人：林啓銘、李麗萍

「拍拍手·#me 打氣」計劃

#me 打氣活動一：

橋咀島連島之旅

遇上水退大家可以由橋咀島的石灘行到半月灣，兩島相連，十分美麗，絕對係香港奇景和打咭位，歡迎劏房街坊一齊參與，開開心心齊減壓！

日期：6/4/2025(日)

時間：8:15am - 4:30pm

地點：西貢橋咀島

對象：居住劏房家庭或人士

費用：\$30(大小同價)

備註：1) 費用包括車費及簡單燒烤食品

2) 參加者需要參加活動二(關懷長者探訪)

負責人：林啓銘、李麗萍

#me 打氣活動二：

關懷長者探訪

劏房街坊化身成爲義工小隊，帶備湯水爲地區劏房長者打氣，送出滋潤湯水和關懷。

探訪日期：

1/5/2025(四) 公眾假期 或

1/6/2025(日)

時間：2:00 - 4:00pm

對象：參加 #me 打氣活動一的參加者 或 居住劏房的人士

地點：旺角或大角咀區

負責人：林啓銘、李麗萍

秘密花園

你有沒有秘密想分享？但又不想跟家人/朋友說出來？無論你有開心或唔開心，你很想與人分享或發洩出來。歡迎你們留言/寫信給我們，我們可以與你傾談，分享你的喜與憂！

你亦可以匿名寫出你的秘密/故事/感與想。只要你傾訴，我們都在這裡等你！我們的對話內容會被保密！

對象：就讀小學及中學學生

負責同事：袁詠珊、黃璋



TF419 玩轉復活節

復活節就到了！一齊來陳慶中心挑戰不同任務，包括：「尋蛋」、「換蛋」、「滾蛋」，讓大家一起共度歡樂假期！

日期：13/4/2025 (日)
時間：2:00-5:00pm
地點：本中心
對象：親子家庭及社區人士
費用：免費



負責同事：袁詠珊、黃璋

備註：

1. 參加者穿著輕便運動服飾；
2. 歡迎各位參加者穿著節日服飾及裝扮。

TC401

故事天地

大朋友，小朋友，你喜歡聽故事嗎？原來孩子自小便開始聽故事，不僅可以有助激發其思維，建立詞彙，更加可以讓他們學習喜愛書本，為他們將來在學業及生活上的成功鋪路！

因此，我們的「故事姐姐」、「故事哥哥」將會定期在康樂室為大家送上精彩的故事！就讓我們一同來「上山下海」、「飛天遁地」、「屏息靜氣」、「目瞪口呆」、「笑到肚痛」……共享故事的樂趣吧！！

日期：每月星期五 (4/4 及 18/4 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。

TC402

絕地學院光劍小組

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

日期：3/4-19/6/2025 (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：1/5/2025 暫停一次。

TC403

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：5/4-14/6/2025 (逢六)
時間：11:00am-12:30pm
地點：本中心
對象：9-15 歲
費用：\$90(會員)、\$125(非會員)

- 備註：1. 19/4、31/5/2025 暫停；
2. 自備田宮迷你四驅車及田宮比賽用馬達。

負責人：溫智均 (Dan sir)

TC404

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：5/4-21/6/2025 (逢六)
 時間：3:30-5:00pm
 地點：本中心
 對象：9-15 歲
 費用：\$80(會員)、\$110(非會員)



備註：1. 19/4、10/5、24/5、31/5 暫停；
 2. 費用包括花式搖搖一個；
 3. 歡迎新手加入。

負責人：溫智均 (Dan sir)

TC405

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：12/4、26/4、10/5、24/5、7/6、28/6/2025 (六)
 時間：4:15-5:45pm
 地點：本中心
 對象：8-18 歲
 費用：免費

負責人：黃璋

備註：有興趣人士請報名，亦歡迎即場參與。

TC406

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：7/4-23/6/2025 (逢一)
 時間：4:30-6:00pm
 地點：本中心
 對象：12-24 歲
 費用：\$100(會員)、\$135(非會員)

備註：1. 21/4、5/5 暫停；
 2. 自備結他，如有困難可在報名時提出；
 3. 歡迎新手參加。

負責人：溫智均 (Dan sir)

TC407

「陪你成長」學童功課輔導班

「陪你成長」學童功課輔導班主要服務對象是小二至小六學生，由中學生義工協助教授英、數功課，如有需要請先留名，中心社工將盡快約見。

日期：全年 (逢星期一至五)
 時間：4:20-6:00pm
 地點：本中心
 對象：7-14 歲
 費用：免費



備註：1. 參加學童必需在成績表有英、數不合格；
 2. 申請家庭必需是獲批學生資助半額 / 全額津貼，或是綜援受助家庭。

負責人：區碧華

TC408

「我係 STEM 小達人」探索工作坊



這個 STEM 工作坊專為小學生設計，旨在以有趣和易於理解的方式教授生物學和工程學的基礎概念。我們透過互動式的動手活動，幫助孩子們在學習的同時培養對 STEM (科學、技術、工程、數學) 的興趣，讓他們在未來的學習中更具優勢。工作坊分為三節課：

第一、二節課 (5/4、12/4 - 實體課程)：孩子將參加小組活動和實驗，親自探索 STEM 的基礎知識，並發揮創意設計自己的簡單項目。

第三節課 (26/4 - 實地考察) (待定)：孩子將前往企業參觀，了解 STEM 在真實世界中的應用，感受科技如何影響我們的日常生活。(時間為 3-6 pm，地點待定)

日期：5/4、12/4 及 26/4/2025 (六)
 時間：4:00-5:00pm
 4:00-5:00pm(26/4) (待定)
 地點：本中心
 對象：6-14 歲
 費用：免費

備註：1. 此活動由義工團體 Funcation 和 EdQuity 的義工哥哥姐姐為中心的孩子舉辦！
 2. 有興趣的參加者可連續報名參加兩節或個別一次之實體工作坊，報名時請註明。
 3. 如果報名參加了第一或第二節而又有出席者，第三節 (待定) 將會優先預留名額給該位孩子。

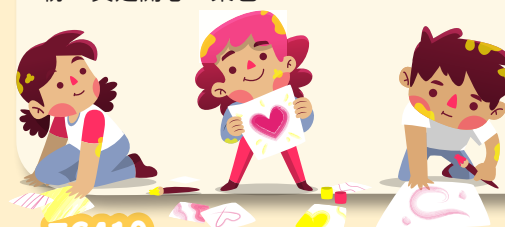
負責人：區碧華

TC409

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：12/4/2025 (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

TC410

青馬日落遊

青衣自然教育徑是合家歡行山路線，我們會上山觀賞日落中的青馬大橋和城市景色，小朋友一起來體驗行山的樂趣啦！

日期：12/4/2025 (六)
 時間：4:30-8:30pm
 地點：青衣自然教育徑
 對象：8-14 歲
 費用：\$20(會員)、\$55(非會員)

備註：1. 參加者自備車費，往返需乘坐公共交通工具；
 2. 自備適量糧食和食水，穿適合衣服及運動鞋；
 3. 日落後天色漸暗，參加者請自備小電筒供照明用；
 4. 沿路有梯級上落，教育徑步行約 1 小時。

負責人：周貴梅

TC411

芝士火腿酥皮卷

小朋友可以親手做酥皮美食，材料簡單易做，有興趣的小朋友，快D嚟報名參加。

日期：12/4/2025 (六)
時間：11:00am-12:30pm
地點：本中心
對象：6-12歲
費用：\$30(會員)、\$65(非會員)

備註：1. 費用包括所有材料費；
2. 自備食物盒及圍裙。

負責人：梁杏英

TC412

童手小玩意—水晶滴膠掛飾



水晶滴膠可以製作不同藝術品，大家齊來發揮創意，製作與眾不同的掛飾。

日期：26/4/2025 (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：1. 每位參加者可獲製成品一份；
2. 作品風乾需時，於活動完結後3日到中心領取。

負責人：劉鈺瑩

TC413

兒童摺紙樂

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

日期：3/5/2025 (六)
時間：11:00am-12:30pm
地點：本中心
對象：7-12歲
費用：\$20(會員)、\$55(非會員)

備註：費用已包括所有材料費。

負責人：吳麗嫻

TC414

溫馨的母親節前夕

一年一度母親節又到來！今年母親節的前夕，邀請你一起做手工，再外出太子遊蹤，為媽媽準備一份溫馨的禮物，送上小小心意。

日期：10/5/2025 (六)
時間：10:00am-1:00pm
地點：本中心及太子
對象：7-13歲
費用：\$40(會員)、\$75(非會員)

負責人：張盼

TC415

街市遊蹤

在星期五晚上，讓小朋友自己設計菜單，再到街市買食物，最後回中心為自己準備一餐晚餐。

日期：23/5/2025 (五)
時間：5:00-8:00pm
地點：本中心
對象：8-12歲
費用：\$40(會員)、\$75(非會員)

TC416

小「煮」廚：木糠布甸篇

美味水果配上軟軟的「木糠」，味道究竟係點架呢？鍾意食甜品又鍾意食木糠布甸的你，千祈唔好錯過啦！快啲報名啦！

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。

日期：14/6/2025 (六)
時間：3:00-4:15pm
地點：本中心
對象：6-12歲
費用：\$50(會員)、\$85(非會員)

負責人：麥小華

TC417

扎染環保袋

扎染是一種有趣的手作體驗，能享受色彩的樂趣，還能親手製作獨一無二的環保袋，何樂而不為！

備註：1. 費用已包材料費；
2. 每人將獲環保袋一個。

日期：21/6/2025 (六)
時間：10:30am-12:00nn
地點：本中心
對象：7-15歲
費用：\$20(會員)、\$55(非會員)

負責人：張盼

TC418

魔鏡魔鏡我最靚

魔鏡魔鏡邊個最靚，要最靚當然要有一塊鏡子，鏡子會用黏土或奶油膠製作，想擁有一個屬於自己獨一無二的鏡子，就快點報名參加啦！

日期：21/6/2025 (六)
時間：2:30-4:00pm
地點：本中心
對象：7-12歲
費用：免費

備註：參加者完成可帶走作品。

負責人：袁詠珊

TF401

親子野餐樂悠遊

春天來了，和你至愛的家人一同出遊吧！我們會一同製作小食，然後一起出發去野餐，鳥語花香，呼吸大自然的清新空氣，享受與家人同樂同聚的輕鬆快樂！

上午：在本中心與家人一同製作小食（小食份量未必足夠飽肚，亦請各家庭自行攜帶其他已製成的午餐食物）；

下午：前往佐敦谷公園進行野餐、親子活動及遊戲。

日期：6/4/2025 (日)
 時間：10:30am-4:30pm
 地點：本中心 / 佐敦谷公園
 對象：親子家庭
 費用：\$50(會員)、\$85(非會員)
 (大小同價)
 (未滿2歲小童免費，不佔旅遊巴座位)

備註：1. 費用包括自製小食的材料費及來回旅遊巴費用；
 2. 請自備足夠飲用水、防蚊、防晒、晴雨工具；
 3. 請穿著輕便衣物及自攜野餐用品。

負責人：麥小華、袁詠珊

TF402

Henna 手繪藝術體驗



Henna(可稱作 Mehndi, 中文可叫南亞手繪), 超過五千年的南亞文化藝術。顏料為 100% 天然植物製造。Henna 用於裝飾手腳，為畫在身上的藝術，一種很美麗而暫時性的身體裝飾，蘊含祝福意義。是次體驗將透過繪畫不同圖案，練習細緻的線條，歡迎有興趣的你，一起感受手繪藝術。

日期：12/4/2025 (六)
 時間：10:30am-12:00pm
 地點：本中心
 對象：12-59 歲
 費用：\$20(會員)、\$55(非會員)
 (大小同價)

負責人：張盼

備註：1. 費用已包括材料費：Henna 顏料錐；
 2. 不適合皮膚過敏、植物過敏及蠱豆症人士參與；
 3. 沒有繪畫基礎的人士也歡迎參與，由南亞婦女教授。

TF403

開心親子半天遊



踏入四月，一家大小，開心親子半天遊。
 第一站：消防及救護教育中心暨博物館，參觀多款消防車展示及設備，有機會穿上消防制服。
 第二站：將軍澳海濱公園，欣賞美麗海景，漫步休閒好去處。

日期：13/4/2025 (日)
 時間：1:00-5:30pm
 地點：消防博物館及將軍澳海濱公園
 對象：親子家庭成員
 費用：\$40(會員)、\$75(非會員)
 (大小同價)(未滿3歲小童免費)

備註：參觀活動尚在申請中。

負責人：施志偉

TF404

親子入廚樂：朱古力布朗尼

親子入廚樂系列邀請大家同小朋友一齊嚟製作美味的布朗尼，等緊你哋報名啊！

日期：18/4/2025 (五) (公眾假期)
 時間：10:30am-12:30pm
 地點：本中心
 對象：親子 (兒童須為 4-12 歲)
 費用：\$50(會員)、\$85(非會員)
 (大小同價)

備註：1. 費用包括所有材料費；
 2. 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

TF405

親子半 DAY 遊

大埔海濱公園設有昆蟲屋、兒童遊樂場、風箏區及多個主題花園等等，在園內玩樂逛遊一番。隨後到香港文化博物館，參觀常設展覽及館內的兒童探知館。享受親子時光~

日期：20/4/2025 (日)
 時間：1:00-5:30pm
 地點：本中心
 對象：大埔海濱公園及香港文化博物館
 費用：\$40(會員)、\$75(非會員)(大小同價)
 (未滿3歲小童免費)

備註：1. 活動包括來回旅遊巴接送；
 2. 參加者穿著合適衣服和運動鞋；
 3. 請自備飲用水及適量糧食。

負責人：周貴梅

TF406

梅窩樂一天



趁假日到離島一日遊，優哉悠哉地放鬆身心，今次一齊去梅窩出走，遊覽銀礦灣瀑布、銀礦洞、文武廟等，欣賞優美風景，感受離島風情，行下，Chill 下，一樂也！

日期：27/4/2025 (日)
 時間：9:30am-4:15pm
 地點：梅窩
 對象：3-59 歲社區人士
 費用：\$40(會員)、\$75(非會員)

備註：1. 由運輸署「離島遊計劃」提供免費船票；
 2. 費用只包去程旅巴及來回渡輪，中環碼頭解散；
 3. 參加者宜可步行最少 1.5 小時；
 4. 自備食物或自費用膳；
 5. 自備晴雨天用品、穿著輕便衣物及運動鞋。

負責人：陳美寶

TF407

與牛軋糖邂逅

自製牛軋糖！這款牛軋糖的做法超簡單，有濃香的奶味和豐富的果仁，好吃不粘牙，而且越嚼越香。快來報名吧！

日期：6/5/2025 (二)
 時間：10:15am-12:00nn
 地點：本中心
 對象：15-59 歲
 費用：\$50(會員)、\$85(非會員)

負責人：黃凱芯 (芯姑娘)

TF408

意味嚼……

城市生活的職人時刻都好忙，找一刻的早上弄個簡單意式雲吞變奏版！幸福的感覺即沖上天花板啊（意味忌廉大蝦雲吞）！

日期：13/5/2025 (二)
 時間：10:15am-11:30pm
 地點：本中心
 對象：8-59 歲
 費用：\$50(會員)、\$85(非會員)

備註：包材料費。

負責人：黃凱芯 (芯姑娘)

TF409

印巴美食篇 - Pakora and milk tea

Pakora 是印巴常見小食之一，即蔬菜混合香料的炸物，外表雖不討好，但味道相當不錯。配合印巴風味的拉茶，絕對係下午茶的不二之選。

日期：14/5/2025 (三)
 時間：10:00am-12:30pm
 地點：本中心
 對象：18-59 歲
 費用：\$30(會員)、\$65(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



TF410

參觀金管局資訊中心

參觀位於金管局資訊中心的展覽館，透過導賞及自由參觀，讓大家認識香港金融、銀行及貨幣發展史，館內介紹香港貨幣的設計、防偽特徵、製作過程和其他趣味知識，更有不同多媒體互動裝置及遊戲等，更可於館內欣賞優美的維港景致呢！

日期：17/5/2025 (六)
 時間：10:00am-12:15pm
 地點：金管局資訊中心
 對象：6-59 歲社區人士
 費用：\$30(成人會員)、
 \$65(成人非會員)
 \$20(6-12 歲會員)、
 \$55(6-12 歲非會員)

備註：1. 包來回旅遊巴；
 2. 12 歲或以下小童必需由成人陪同參加。

負責人：陳美寶



TF411

社區音樂會

這場社區音樂會，歡迎任何年齡人士參加，只要你 / 妳喜歡聽歌 / 唱歌 / 音樂 / 舞動肢體，這個活動就啱晒你 / 妳啦！義工團體「有時」是集合一班不同年齡層的音樂發燒友，他們希望透過與大家分享及交流音樂（包括不同年代的中、西流行曲、古典音樂等），在過程中或許與大家游走回憶兒時 / 年青時曾觸動你 / 妳的音樂與歌曲，又或是在重新認識及開啟五感的過程中，感受音樂帶給大家的療癒力量！

備註：1. 活動費用全免，敬請報名；
 2. 是次活動邀請了義工團體「有時」協助分享主題，歡迎瀏覽 <https://www.instagram.com/itstime.hk/profilecard/?igsh=ODNzcXlmcHZjczFu>

負責人：區碧華



TF412

頌鉢療癒體驗日

頌鉢 (英文: Singing Bowl) 流傳自西藏及尼泊爾地區, 又被稱為西藏頌鉢、尼泊爾頌鉢或喜瑪拉雅鉢, 是一種會發出療癒聲音的樂器。近年十分流行頌鉢療法, 其實它對身心靈充滿很多好處, 具有音樂治療的效果, 也可藉此工具為日常生活減壓之餘, 更可以增潤親子關係啊! 這個活動歡迎親子組合參加!



日期: 30/5/2025 (五)
 時間: 8:15-9:30pm
 地點: 本中心
 對象: 8-59 歲
 費用: \$80(成人會員)、\$115(成人非會員)、\$50(8-12 歲會員)、\$85(8-12 歲非會員)

- 備註: 1. 活動導師: Sandy 老師, 又名阿魚, 是一位「頌鉢聲音療癒師」, 同時擁有「薩滿鼓節奏療癒師」及「神聖 Solfeggio 頻率音義療癒師」資歷, 也是一位註冊社工。
 2. 活動收費包括所需之基本工具、物資及導師費。
 3. 參加者請自備瑜伽蓆或大毛巾, 並請穿著輕便運動服。
 4. 活動歡迎親子組合參加, 例如一位家長及一位孩子、兩位家長及一位孩子、一位家長及兩位孩子等。

負責人: 區碧華

TF413

陪玩放電遊

這次我們會到西灣河兒童探索博物館及香港抗戰及海防博物館, 放電之餘又可以吸收知識, 一齊 GO GO GO。



- 備註: 1. 請自備膳食或海防博物館自費用膳;
 2. 於西灣河兒童探索博物館逗留 1.5 小時;
 3. 包括入場費及交通。

日期: 8/6/2025 (日)
 時間: 9:15am-3:00pm
 地點: 西灣河兒童探索博物館及香港抗戰及海防博物館
 對象: 社區人士
 費用: \$150(會員)、\$185(非會員) (大小同價)

負責人: 王培明姑娘

TF414

親子 DIY 一弦絲畫

弦絲畫就是利用絲線纏繞在釘子上, 通過線的層層疊加與顏色搭配變化創作出來的作品, 是結合了繪畫、手工的裝飾品, 快來體驗一下這麼特別的弦絲畫!



日期: 14/6/2025 (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: \$70(會員)、\$105(非會員) (大小同價)

備註: 每對親子可獲製成品一個。

負責人: 劉鈺瑩

TF415

郊野燒烤樂

考完試, 可以放鬆下, 親近大自然, 開心燒烤玩樂。活動也會帶你走入遠足研習徑, 體驗行山小知識。



日期: 15/6/2025 (日)
 時間: 8:45am-3:00pm
 地點: 大帽山扶輪公園
 對象: 家庭成員
 費用: \$50(會員)、\$85(非會員) (大小同價) (未滿 3 歲小童免費)

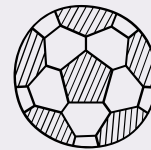
- 備註: 1. 自備燒烤食物、飲品及餐具;
 2. 中心提供燒烤炭、叉及蜜糖。

負責人: 施志偉

TF416

二人畫「足」

趁著父親節將至, 與爸爸一起畫出專屬你們的足球啦!



日期: 15/6/2025 (日)
 時間: 10:30am-12:00nn
 地點: 本中心
 對象: 3-59 歲社區人士 / 親子家庭
 費用: \$100(會員)、\$135(非會員) (大小同價)

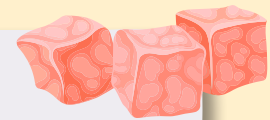
- 備註: 1. 參加者完成可帶走足球一個;
 2. 參加者可帶備圍裙;
 3. 此活動必須爸爸出席及參與。

負責人: 袁詠珊

TF417

手作鳳梨酥

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



日期: 21/6/2025 (六)
 時間: 10:30am-12:30pm
 地點: 本中心
 對象: 親子 (子女須為 8-12 歲)
 費用: \$50(會員)、\$85(非會員) (大小同價)

- 備註: 1. 費用包括所有材料費;
 2. 自備食物盒;
 3. 自備圍裙。

負責人: 梁杏英

就業支援服務系列

TF418

共創手藝 DIY 培訓實習計劃 (第四期)

就

不論你是想創業，想憑自己一雙手製作貨品增加收入，又或是想學另一門手藝的你，也可以參加這個創業培訓實習計劃，活動詳情如下：



日期：2025年4月至7月
 時間：10:30am-12:00nn
 地點：本中心
 對象：18-65歲失業人士
 費用：\$300(會員)、\$435(非會員)

負責人：袁詠珊

創業培訓 — 必修課

日期	時間	內容	地點
5/5-19/5/2025 (逢五) 3 堂	10:30am-12:00nn	1. 財務管理以及社交媒體管 2. 市集分析及網絡營銷方法、渠道 3. 手作多種發展渠道	本中心

手藝技能學習 — 選修科 (三選一)

日期	時間	內容	地點
1/4-29/4/2025 (逢二) 5 堂	10:30am-12:30pm	Face Painting (適合於不同場合如：生日會、公司 PARTY、嘉年華會等)	本中心
7/5-11/6/2025 (逢三) 5 堂 (28/5 暫停 1 堂)	10:30am-12:30pm	扭氣球 (適合於不同場合如：生日會、公司 PARTY、嘉年華會等)	本中心
5/6-3/7/2025 (逢四) 5 堂	10:30am-12:30pm	黏土 / 麵粉公仔製作 (適合於學校活動 / 攤位展示)	本中心

備註：1. 參加者先登記留位，負責職員在個別聯絡及面談後，方通知來中心交費；
 2. 每人只可報讀一個選修班，並以先到先得登記為準。

故事系列



FS401

「故事爸媽」 「悅」讀學堂

故

目標

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

日期：28/5/2025 (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

玩出故事無限創意

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，為不同階層的兒童講英文故事加強學生英語閱讀和學習。



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

FS402

親子故事樂園 (幼兒篇) 第二十四期

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：1/4、8/4、15/4/2025 (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

FS403

故事爸媽「兒童啟蒙老師」 家長訓練計劃 (第四十六期)

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：8/5、15/5及22/5/2025 (逢三)
時間：7:30-9:00pm
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. 完成三節工作坊的家長更可獲贈優質繪本一本；
3. 完成三節工作坊的家長可享用本中心的「故事爸媽天地之書包圖書館」借書服務；
4. 視實際情況安排託管服務，家長如有需要，請先於報名時留下兒童資料；
5. 如於早前已完成此項活動者，不宜重覆報名。

負責人：麥小華、劉鈺瑩



「書包圖書館」外借服務



書包內的圖書全是色彩艷麗的繪本【繪本指以圖畫為主的圖書】，而且由教育學家精心挑選及推薦，非常適合0-12歲兒童閱讀。



書包借用資格

1. 凡已完成由本中心舉辦的「故事爸媽『兒童啟蒙老師』家長訓練工作坊」3節後，會員便可享受書包外借服務。
2. 必須成為中心會員及使用服務時必須出示會員證。
3. 每個家庭每次限借「書包圖書」一個，為期14天；續借只限一次，每次限期14天。
4. 逾期罰款：每天一元港幣。
5. 若遺失或損壞圖書，須購回該新書或照價賠償。

此服務與「書伴我行(香港)基金會」(BRING ME A BOOK HK) 合辦

地點：本中心
費用：免費
負責人：麥小華、劉鈺瑩



FS404

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：6/5、13/5、20/5及27/5/2025 (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。



單親支援系列

FS407

「同心樂聚社」單親互助小組 (4-6月/2025)

單

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。

日期	時間
9/4/2025 (三)	10:30am-12:00nn
14/5/2025 (三)	10:30am-12:00nn
11/6/2025 (三)	10:30am-12:00nn

地點：本中心
對象：單親家長
費用：免費

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

FS408

和媽媽一起走一轉

單

趁著母親節和媽媽一起到南丫島遊覽一下，享受南丫島的寧靜。

日期：11/5/2025 (日)
時間：9:00am-4:00pm
地點：本中心
對象：區內單親家庭
費用：\$80(會員)、\$115(非會員)
(大小同價)

負責人：袁詠珊、劉鈺瑩

- 備註：
1. 費用已包括船票、旅遊巴士及午膳之費用；
 2. 自備晴天用品、防蚊用品及足夠食水；
 3. 穿著輕便衣物及運動鞋；
 4. 活動正申請運輸署「離島計劃」。



FS405

親親孩子遊戲小組 (18-24 個月幼兒)

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

日期：5/6、12/6、19/6 及 26/6/2025 (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



照顧者系列

照

FS406

「照顧同行」小組

平日照顧子女已佔用不少時間，相信爸爸媽媽也希望能有屬於自己的「ME TIME」。此小組為照顧者提供一個「ME TIME」的機會。利用孩子上學的時間，定期聚會，每月均有不同主題，讓家長可以放鬆之餘，也可擴闊社交圈子，一同成為「愛自己愛孩子愛家庭」的家長。

日期：11/4、9/5、20/6/2025 (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：\$20(會員)、\$55(非會員) (每月)

編號	日期	時間	主題
FS406A	11/4/2025 (五)	10:30am-12:00nn	麻糬波波
FS406B	9/5/2025 (五)	10:30am-12:00nn	母親節鮮花
FS406C	20/6/2025 (五)	10:30am-12:00nn	皮革散紙包

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



S404

學童課餘託管計劃

為雙職、單親在職，有特別困難家庭之子女提供課餘託管服務，透過群體學習及參與各類活動，加強兒童多元智能的發展，促進孩子人際關係及提升自我照顧能力，增強自信心和自尊感。會提供茶點、功課輔導、康樂活動、個案輔導、每月生日會及興趣培訓。

日期：2025-2026 學年（星期一至六）
時間：3:15-7:30pm（一至五）
8:30am-6:30pm（六）
地點：本中心
對象：就讀小一至小六（中心會員）
費用：\$1450(會員) (每月)

負責人員：劉鈺瑩

備註：1. 每年 4 月 1 日接收新學年申請；
2. 填妥申請表格，再待職員面見；
3. 如無空缺，將列入後補名單，不作另行通知；
4. 如經濟有困難的家庭，可申請學費減費。

課餘託管接送服務

可向參加本中心「學童課餘託管計劃」的學童提供放學接返中心服務，只適用於就讀大角咀天主教小學、基全小學、路德會沙崙學校。接送時間為正常放學時間，包括考試、全校早放學等。若個別課後活動遲放，家長須自行安排。

日期：2025-2026 學年（星期一至五）
時間：3:15-7:30pm（一至五）
地點：本中心
對象：參加課餘託管計劃的學童
費用：\$280(會員) (每月)

負責人員：劉鈺瑩

緊急暫託服務

為雙職、單親在職提供緊急暫託服務，提供茶點、功課輔導、康樂活動、每月生日會及興趣培訓。

備註：1. 須提前預約；
2. 留名後再面見。

日期：星期一至六
時間：3:15-7:30pm（一至五）
8:30am-6:30pm（六）
地點：本中心
對象：就讀小一至小六（中心會員）
費用：\$20 每小時（三小時計）
\$22 午餐(如有需要)

負責人員：劉鈺瑩

NCR401

SA Kids Group

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

Date: 1-14/4, 28/4-10/7/2025 (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: Nancy Wong



NCR402

SA Secondary Group

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

Date: 1-10/4, 24/4-26/6/2025 (Every Mon, Tue, Thur, except school holidays)
Time: 7:00-8:30pm
Venue: Room 450
Target: South Asian Secondary Students
Fee: Free

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

Responsible Staff: Nancy Wong

NCR403

Sweet Connections: Labor Day Sharing

Inviting non-Chinese youth to create delicious dessert such as Mango Mochi and share it with cleaning workers on Labor Day. This is a great opportunity to connect, express, and foster community bonds.

Date: 1/5/2025 (Thur)
Time: 10:30am-1:30pm
Venue: Tai Kok Tsui
Target: Non-Chinese Youth
Fee: Free

Responsible Staff: Miss Echo, Ivan

NCR404

DIY Bracelet

Join us for a fun DIY bracelet-making workshop, express your unique style.

Date: 5/4/2025 (Sat)
Time: 4:00-6:00pm
Venue: Centre
Target: Non-Chinese Children
Fee: Free

Remarks All materials will be provided.

Responsible Staff: Miss Echo

NA407B

屯門遊 (Tuen Mun Fun Time)

How a cool moment if stay in water pool in hot summer. Let go and stay in the water.

Remarks 1. Please prepare your own water and lunch.
2. Bring personal toiletries, swimming attire, and extra clothes.

Date: 28/6/2025 (Sat)
Time: 11:00am-6:00pm
Venue: T-Park, Tuen Mun
Target: Non-Chinese Resident
Fee: \$20 (member),
\$55 (non-member)

Responsible Staff: Miss Nancy & Miss Echo

2025年4月至6月〈婦女瑜伽〉

編號	名稱	日期 / 堂數	時間	收費	對象	導師
W401A	週二 A 班	8/4 至 17/6 (11 堂)	9-10 am	會員 \$550 非會員 \$585	59 歲 或以下 婦女	April Shum
W401B	週二 B 班		10-11 am			
W401C	週三伸展班	9/4 至 18/6 (11 堂)	9-10 am	會員 \$550 非會員 \$585	59 歲 或以下 婦女	Feeling Chong
W401D	週三班		10-11 am			
W401E	週四 伸展舒緩班	10/4 至 19/6 (10 堂) <1/5 公假停 1 堂 >	9-10 am	會員 \$500 非會員 \$535		Joyce Lau
W401F	週四 普拉提班		10-11 am			

1. A 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) > ;
2. 報名前, 請參閱最新章程;
3. 新參加者可於 <活動報名日> 報名尚有名額的婦女瑜伽班;
4. 活動前 2 小時, 如遇 8 號或以上風球, 所有課堂暫停, 不作補堂及退款安排。

備註

負責人: 陳美寶



W402

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。

主題內容

編號	每月主題
W402A (3/4)	四月：「春雨」 4月4日-清明 4月20日-穀雨
W402B (2/5)	五月：「立夏」 5月5日-立夏 5月21日-小滿
W402C (2/6)	六月：「夏至」 6月5日-芒種 6月21日-夏至

負責人：區碧華



日期：3/4 (四)、2/5(五)、2/6/2025 (一)
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。

W403

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：16/4-30/4/2025 (逢三) 3 次
時間：10:15-11:15am
地點：本中心
對象：25-59 歲婦女
費用：\$120(會員)、\$155(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

W404

「字療我心」婦女小組 (2025 年 4-6 月)

「我手寫我心」、專注及重覆地練習寫字，能達自我療癒之效。只要你有一雙手、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：利用沾水筆 (Dip Pen) 書寫西洋書法，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。

小組歡迎初學者 / 經驗者參加！

日期：6/5-27/5/2025 (逢二) 4 次
時間：10:15-11:30am
地點：本中心
對象：25-59 歲婦女
費用：\$240(會員)、\$275(非會員)

備註：1. 活動邀請了鄭詠虹小姐教授及分享，她是經驗教授西洋書法 (Calligraphy) 導師，鄭小姐亦是亞洲禪繞畫認證導師 (Certified Zentangle Teacher, CZT-Asia) 及和諧粉彩正指導師 (JPHAA Advance Instructor)；
2. 活動費用包括材料及物資費、導師費；
3. 自備沾水筆，或於上課前由導師代為購買(大約\$140)，也可集體「淘寶」。

負責人：區碧華

W405

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：14/4-23/6/2025 (逢一)
 時間：11:00am-12:30pm
 地點：本中心
 對象：18-59 歲婦女
 費用：\$90(會員)、\$125(非會員)

備註：1. 21/4 及 5/5 暫停；
 2. 自備結他，如有困難可在報名時提出；
 3. 歡迎新手參加。

負責人：溫智均 (Dan sir)



W407

「慢舞人生」婦女小組 (2025年4-6月)

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」。這些歌詞帶給妳什麼聯想？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：9/5-30/5/2025 (逢五) 4 次
 時間：10:15-11:30am
 地點：本中心
 對象：25-59 歲婦女
 費用：\$240(會員)、\$235(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

W406

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
W406A	28/4/2025 (一)	一人有一首人生之歌
W406B	26/5/2025 (一)	羽毛禪繞
W406C	30/6/2025 (一)	好書分享

時間：10:00-11:30am
 地點：本中心
 對象：25-59 歲婦女
 費用：\$20(每次)(會員)、\$55(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

W408

食物速寫工作坊 - 香港舊式西餅

「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「香港舊式西餅」作繪畫對象，畫畢後大家齊齊開心吃掉它！此活動適合新手 / 有經驗者參加。

日期：14/5-28/5/2025 (三) 共 3 次
 時間：10:15-11:30am
 地點：本中心 / 大角咀區內食肆 (待定)
 對象：25-59 歲婦女
 費用：\$180(會員)、\$215(非會員)



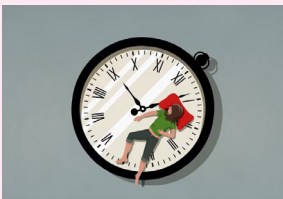
負責人：區碧華

備註：1. 此活動適合新手 / 有經驗者參加。
 2. 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；
 3. 活動收費包括所需之基本工具、物資及導師費；
 4. 第三節 (28/5) 將會是戶外速寫環節，暫定在大角咀區內食肆進行，當日自備費用購買食物和飲品。

W409

靜心睡眠工作坊

人一生中的有三分之一歲月是在睡眠中度過的，妳有沒有遇到失眠、熬夜、嗜睡、淺睡眠的狀況？此工作坊將會與大家一起探討如何改善自己的睡眠質素，並透過靜心冥想 (Meditation) 的實踐，讓大家可小睡片刻，並讓自己能獲得真正的休息！



日期： 6/6-13/6/2025 (五)共 2 次
 時間： 10:15-11:30am
 地點： 本中心
 對象： 25-59 歲婦女
 費用： \$100(會員)、\$135(非會員)

負責人：區碧華

備註：1. 活動邀請導師松蟲姑娘協助帶領，她是一位資深前社工，她擁有豐富的婦女服務、家庭教育及輔導、特殊學習需要兒童服務、綠色親子教育等經驗，曾任情意自然教育導師。她也鼓勵大家實踐愛自然的生活。

W410

療心和諧粉彩工作坊



作為女性，需要兼顧不同的角色與任務，實在令人疲憊不堪。如果能在藝術世界中找到療癒心靈的工具，將會令自己得著輕省。工作坊內容將會分享「活力太陽花」及「空氣玫瑰」兩個教案。此活動適合初學者 / 有經驗者參加。參加此活動的姊妹並可獲贈 12 色粉彩一盒、所需畫紙及定型劑 (Fixer) 一支。

備註：1. 此活動適合新手 / 有經驗者參加。
 2. 活動導師：Sandy 老師，又名阿魚。她是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，也是一位「頌鉢聲音療癒師」，同時擁有「薩滿鼓節奏療癒師」及「神聖 Solfeggio 頻率音義療癒師」資歷，同時也是一位註冊社工。
 3. 活動收費包括所需之基本工具、物資及導師費，參加者並可獲贈 12 色粉彩一盒、所需畫紙及 Fixer 一支。

日期： 3/6-10/6/2025 (二) 2 次
 時間： 10:00-11:30am
 地點： 本中心
 對象： 25-59 歲婦女
 費用： \$200(會員)、\$235(非會員)

負責人：區碧華

W411

西洋書法 X 禪繞畫 - 珪藻土杯墊



工作坊內容將會融合簡單禪繞圖案及西洋書法中的 Faux Calligraphy 和 Brush Calligraphy。

第一節作品：珪藻土杯墊、第二節作品：陶瓷招財貓。
 「此活動適合初學者 / 有經驗者參加。」



備註：1. 此活動適合新手 / 有經驗者參加。
 2. 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；
 3. 活動收費包括所需之基本工具、物資及導師費。

日期： 1/4-8/4/2025 (逢二) 2 次
 時間： 10:15-11:30am
 地點： 本中心
 對象： 25-59 歲婦女
 費用： \$200(會員)、\$235(非會員)

負責人：區碧華

W412

「食用香草種植及應用」園藝講座

講座由導師介紹香草植物的栽種及食用方法。想認識多些園藝知識，就記得報名參加喇！

日期： 14/6/2025 (六)
 時間： 2:30-4:30pm
 地點： 本中心
 對象： 25-59 歲婦女
 費用： 免費

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



負責人：陳美寶

W413

婦女咖啡小組

咖啡對你嚟講係啲咩？手沖咖啡除咗提神，沖煮過程仲可以幫助減壓同控制情緒。如果你鍾意飲咖啡就快啲報名啦。

日期：10/4-19/6/2025 (四)
 時間：10:30-11:30am
 地點：本中心
 對象：25-59 歲婦女
 費用：\$90(會員)、\$125(非會員)

備註：1/5、8/5 暫停。

負責人：溫智均 (Dan sir)



W414

婦女簡易影片製作入門班

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

日期：22/5-9/6/2025 (一、四) 6 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. 第一節課堂將會抽籤安排座位。

負責人：陳美寶



NA401

新來港兒童適應課程

課程合共 60 小時，主要協助新來港學童早日適應本港環境及教育制度。內容包括學習英文、廣東話、繁體字、基本學習技巧、個人成長及社會認識等。

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

備註：1. 此課程由教育局贊助；
 2. 報名可聯絡新來港人士服務組同事。

負責人：黃瑋、施志偉

NA402

讀書樂 - 新來港學童功課輔導計劃

由中學生義工提供服務，協助新來港學生解決英文功課上所遇到的困難。

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

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」。

NA403

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 NA403A

日期：11/4、2/5、30/5、6/6、20/6/2025 (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 NA403B

日期：9/5、16/5、13/6、27/6/2025 (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

NA404

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

NA405

到鶴咀走一走

鶴咀位於香港島南區，是近年熱門的郊遊景點。其自然景觀令人嘆為觀止，有一望無際的海岸，亦有歷史悠久的燈塔，值得一去！

備註：1. 包旅遊巴來回；
2. 路線簡單，需時約3小時行走；
3. 請自備充足糧水。

日期：18/5/2025 (日)
時間：8:30am-1:30pm
地點：鶴咀
對象：新來港家庭
費用：\$20

負責人：黃瑋、張盼

NA406

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，外出散心，建立社交互助網絡。

負責人：黃瑋、張盼

日期：9/4、14/5、18/6/2025 (三)
時間：10:30am-12:00nn
地點：本中心 / 外出
對象：來港不足三年婦女
費用：免費

備註：歡迎介紹新來港婦女出席聚會。

NA407A

屯門遊 (Tuen Mun Fun Time)

夏日又來臨，一起到T-PARK[源·區]享受T SPA (水療設施)，同時感受源區的環保文化；再到沙灘享受夏日風情，曬太陽，落水暢泳...，有個寫意週末。

備註：1. 旅遊巴來回；
2. 請自備泳衣及替換衣物；
3. 自備午膳。

日期：28/6/2025 (六)
時間：11:00am-6:00pm
地點：屯門
對象：新來港及少數族裔家庭
費用：\$20(未滿3歲小童免費)

負責人：黃瑋、張盼



漂書點



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

什麼書籍可接受作漂書？



以兒童繪本、青少年讀物、勵志、休閒、文學等類別，適合大眾閱覽之書籍為主。

什麼書籍不可接受作漂書？



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

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

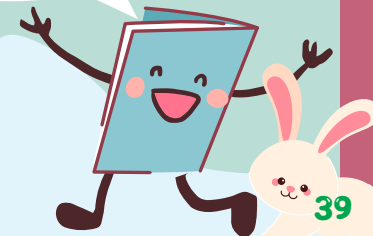
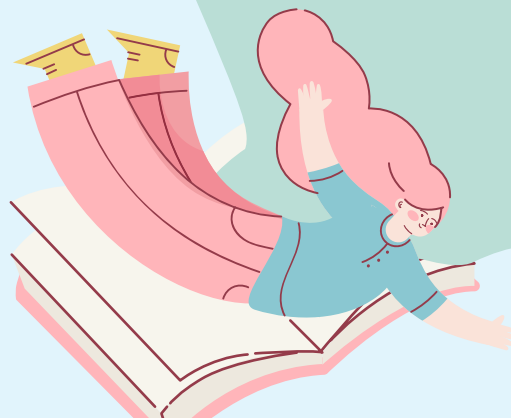
地點：本中心4樓閱讀室

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：7/4 至 8/4/2025(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



R401

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.

獎狀

2025 年度最高借書率達 150 本或以上可得金獎狀乙份
 2025 年度最高借書率達 100 本或以上可得銀獎狀乙份
 2025 年度最高借書率達 80 本或以上可得銅獎狀乙份

日期：4 至 6/2025
 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

負責人：黃凱芯

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

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。



R402

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：3/5、17/5/2025 (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

A401

鋼琴班

彈奏鋼琴不單可為學員培養優良的個人涵養，又可訓練耐力及毅力、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 4 至 6 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。



A402

小提琴班

拉奏小提琴不單可為學員培養優良的個人涵養，又可訓練耐力及毅力、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 4 至 6 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



A405

兒童創意繪畫班

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

日期：12/4/2025 (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)

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

查詢人：吳麗嫻

A406

兒童卡通漫畫班

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

日期：12/4/2025 (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)

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：吳麗嫻

A407

兒童繪畫技巧班

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

日期：12/4/2025 (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)

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

查詢人：吳麗嫻

A408

素描班

教授素描筆的用法，實用寫生，靜物寫生處理等等。

日期：16/4/2025 (逢日) 10 堂
 時間：2:55-4:10pm
 地點：本中心
 對象：6-15 歲
 費用：\$700(會員)、\$770(非會員)

備註：每堂自備 (HB 型號鉛筆) 及 (A3 Size 畫簿)。

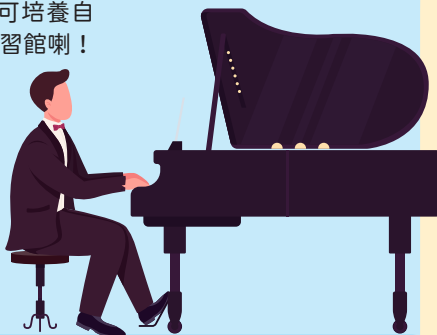
查詢人：黃凱芯

A403

練琴研習館

學琴可使學員發掘個人涵養，訓練耐性，練琴可培養自製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 4 月至 6 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：1. 每月的 15 號起，請親臨本中心詢問處辦理，預訂下月練琴時間及繳費；
 2. 2.1 同一張收據繳費 1 - 4 節 (每節 55 分鐘 \$25)；
 2.2 同一張收據繳費 5 - 9 節 (每節 55 分鐘 \$21)；
 2.3 同一張收據繳費 10 節或以上 (每節 55 分鐘 \$20)；
 3. 這研習館是鋼琴練習是沒有導師從旁指導；
 4. 參加者可選預訂或即時繳費使用練琴服務；
 5. 一經落實預訂練琴時間，是決不可隨便更改；
 6. 但如遇「8 號風球」或「黑色暴雨」可另選時間補回，不作退款；
 7. 是項練琴服務，只供會員參與 (9 歲或以下人士，才可與家長或監護人陪同練琴)；
 8. 不設外租教琴服務。

查詢人：黃凱芯

A404

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：12/4/2025 (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：吳麗嫻

L401

珠心算班

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

日期：12/4/2025 (逢六) 10 堂
 時間：2:00-3:00pm
 地點：本中心
 對象：K2-K3
 費用：\$800(會員)、\$880(非會員)

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

查詢人：黃凱芯

L402

中文寫作班

香港各學校已逐漸開始使用普通話作爲中文科教學語言。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)

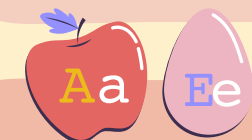
日期：12/4/2025 (逢六) 10 堂
 時間：10:00-11:00am
 地點：本中心
 對象：小三至小六
 費用：\$1100(會員)、\$1180(非會員)

查詢人：黃凱芯

備註：講義費 \$ 70 於首堂繳交。



L403



Phonics 英文拼音班



本課程採用一套容易學習，有系統的拼音方法，讓學生了解字母和發音的基本關係，明白常用的發音規則。小朋友害怕學習英語，不外以下原因：害怕讀錯，寫錯。本課程會教導學生一套簡單易學的拼音方法，訓練學生看字就可以讀音，聽音就可以拼字，增進閱讀的速度和發音的準確。提升他們對學習英語的興趣及自信。

日期：12/4/2025 (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

L404

中文閱讀理解班



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

日期：12/4/2025 (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)

(以普通話及分組形式授課)

查詢人：黃凱芯

備註：講義費 \$ 70 於首堂繳交。

L405

初小 Reading Class

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

日期：12/4/2025 (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



L406

高小 Writing & Reading

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

日期：12/4/2025 (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

P401

兒童芭蕾舞啟蒙班

芭蕾舞除可訓練學員舞蹈及音樂感外，亦可培養出個人修養、優雅舉止。現開辦之芭蕾舞班以英國皇家芭蕾舞學院編制之課程為教學基礎，學生可報考英國皇家芭蕾舞考試，考獲之證書均獲世界各地之舞蹈學院承認；導師亦可安排學生參與不同之演出及比賽。

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

查詢人：吳麗嫻



備註：芭蕾舞衣物於開課後由導師代購。

P402

兒童芭蕾舞班

芭蕾舞除可訓練學員舞蹈及音樂感外，亦可培養出個人修養、優雅舉止。現開辦之芭蕾舞班以英國皇家芭蕾舞學院編制之課程為教學基礎，學生可報考英國皇家芭蕾舞考試，考獲之證書均獲世界各地之舞蹈學院承認；導師亦可安排學生參與不同之演出及比賽。

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

查詢人：吳麗嫻



備註：芭蕾舞衣物於開課後由導師代購。

P403(A 班) P404(B 班)

兒童芭蕾舞爵士舞班

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

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

查詢人：吳麗嫻



備註：爵士舞衣物於開課後由導師代購。

P405

空手道組

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

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

查詢人：梁杏英

備註：教練可協助初學者代購道袍。



P406

跆拳道組

跆拳道是韓國的國術，於 2000 年正式列為奧運比賽項目，本班由香港智道跆拳道總會委派認可教練任教，內容包括：體能訓練、各種腿法、拳法、自衛術及搏擊實戰技術等，我們定期設有升級試供學員參加，升級至黑帶更可考取國際認可的資格。

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

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



P407

兒童空手道班

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

日期：9/4/2025（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



AP401(A班) AP402(B班)

健康運動太極訓練班



都市人生活緊張，缺乏適當運動，心、肺、胃、腸功能減弱，疾病因應而生，本課程教授楊式太極拳、養生內家拳功心法、太極劍、太極刀、太極槍、推手、站樁養生功，提高身體組織系統增強抵抗力，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：\$350(會員)、\$430(非會員)

備註：學員須穿著輕便衣服上課。

查詢人：吳麗嫻

AP403

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，是開啟瑜珈生活的美好關鍵。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：8/4/2025 (逢二) 12 堂
時間：7:00-8:00pm
地點：本中心
對象：15-59 歲
費用：\$660(會員)、\$740(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珈磚上課。

查詢人：黃凱芯

AP404

星期二 Power yoga

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

日期：8/4/2025 (逢二) 12 堂
時間：8:10-9:10pm
地點：本中心
對象：15-59 歲
費用：\$660(會員)、\$740(非會員)

備註：1. 學員須穿著輕便衣服；
2. 每堂須自攜地墊及瑜珈磚上課。

查詢人：黃凱芯

AP405

星期四瑜伽



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，是開啟瑜珈生活的美好關鍵。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：10/4/2025 (逢四) 10 堂
時間：7:30-8:30pm
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珈磚上課。

查詢人：黃凱芯

AP406

成人爵士健康舞班



本課程適合初學人士，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：23/4/2025 (逢三) 10 堂
時間：7:30-8:30pm
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：吳麗嫻

G401

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：吳麗嫻





V403

招募〈義務導師〉

如果你有一技之長……

如果你想把專長與不同的社區人士(婦女、家長、青年、小朋友)分享……

招募對象：有志服務社區，年齡 18 歲以上，男女均可

服務形式：小組

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

日期：全年
地點：本中心
對象：14-59 歲
費用：免費

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

負責人：區碧華

V404

義工技能培訓 - 瑜伽體驗



活動將會透過專業瑜伽導師教授瑜伽入門，並且一嚐瑜伽的樂趣。

備註：1. 活動義務導師：Michele，她擁有瑜伽導師資歷；
2. 參加者請自備瑜伽蓆或大毛巾，並請穿輕便運動服。

日期：24/5/2025 (六)
時間：8:15-9:15pm
地點：本中心
對象：14-59 歲中心登記義工
費用：\$20(會員)、\$55(非會員)

負責人：區碧華

V405

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：27/6/2025 (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)

G402

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：吳麗婷



日期：全年
地點：本中心
對象：14-59 歲
費用：免費

負責人：區碧華

V401

義工招募

無論你是甚麼年紀，只要有興趣服務本區或有需要人士，發展自我潛能，歡迎加入成為中央義工，協助本中心同事推行不同社區活動。我們將有社工為你介紹社區特色與需要、中心的不同服務、培訓義工應有態度及技巧，以及與不同服務對象相處的技巧。本中心亦會按大家的興趣，盡量安排不同活動及服務讓大家實踐。

此外，為嘉許協助服務及活動的義工，只要大家於一年內(1 - 12 / 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

備註：請往中心詢問處填妥義工登記表即可。

V402

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：25/4/2025 (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



V408

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4-6月每個星期五(4/4及18/4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
(按情況或會改以實體形式進行)
對象：16歲或以上有興趣人士
費用：免費

備註：1. 有興趣人士可Whatsapp至號碼：5547-0980向負責職員查詢及報名，我們將於稍後與您們聯絡協調服務時間及內容；
2. 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

V406

親子義工計劃 - 「拍拍手·給鼓勵」(High Five) 社區有愛系列

活動一：安老院探訪

久居院長者因為身體較虛弱，健康欠佳，特別需要社區人士的關心和鼓勵！親子義工可以一齊做毛巾小兔子，又可以和長者傾偈，送上心意和祝福。

日期：13/4/2025(日)
時間：2:00-4:15pm
地點：大角咀區安老院

備註：自備廁紙一條(大約10-12卷)。

活動二：靚媽節(母親節)同慶賀

自製小花束一齊於社區派發，慶祝母親節！

日期：10/5/2025(日)
時間：2:00-4:00pm
地點：大角咀區
對象：親子義工

活動三：端午節老友記同慶賀

自製端午節吉祥龍舟卡，探訪獨居長者，送上社區關懷！

日期：25/5/2025(日)
時間：2:00-4:00pm
地點：大角咀區
對象：親子義工

備註：每個家庭探訪2戶長者，自備2份水果。

活動四：煲呔節(父親節)同慶賀

自製鬚鬚煲呔送給社區的父親，同賀父親節！

日期：15/6/2025(日)
時間：2:00-4:00pm
地點：大角咀區

備註：出席3次或全勤，可獲「拍拍手·給鼓勵」(High Five)出席嘉許證書一張。

負責人：李麗萍

V407

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

服務使用者意見表

為提昇中心的服務質素，歡迎閣下向我們提出寶貴意見，稱讚或批評均可。我們收到意見後，將會在七個工作天內回覆。在此先多謝閣下對本中心的支持及所提供之寶貴意見。

意見及建議：_____

日期：_____

希望你可以留下電話以便聯絡。

姓名：_____ 會員 非會員

聯絡電話：_____

上述所收集的個人資料純屬跟進及回覆之用，不作其他用途。
請將意見及個人資料填寫完畢，交回中心詢問處或傳真(2391 4320)至本中心。



旺角街坊會陳慶社會服務中心
 社區綜合服務部
 地址：九龍大角咀福全街四十五號
 電話：2395 3107 傳真：2391 4320
 網頁：<https://www.mkchanhing.org.hk>
 電郵：ifochssc@mkkfa.org.hk

1	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



印刷日期：：2025年2月
 印刷數量：2500本

請將刊物廣泛傳閱，用後請放入回收箱，多謝支持環保。