

各類服務開放時間

- P.2 各類服務開放時間
- P.3 會員知多D
- P.4 會員商戶優惠
- P.5 活動及進修課程報名注意事項
- P.6 第十九屆大角咀廟會
- P.7 服務質素標準 (SQS)

1-3月月份活動

- P.8-14 兒童及青少年活動 (TC)
- P.14-21 家庭及社區活動 (TF)
- P.21-25 家庭增值活動 (FS)
- P.25-28 Non Chinese Residents Programs(NCR)
- P.28-34 婦女活動 (W)
- P.34-35 新來港人士活動 (NA)
- P.36-37 閱讀室活動 (R)
- P.38-48 1-3月進修課程 (CIA/LPIA/LIAP)
- P.49 中心小組招募 (G)
- P.50-53 陳慶「義」Touch (V)
- P.54 服務使用者意見表



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) (櫻樹街入口)

- 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及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。

恶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
暴雨/ 颱風警告	(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1 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。
 *註2 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。
 *註3 若早上8:00、中午12:00、下午4:00以後仍懸掛黑色暴雨或8號風球或極端天氣情況訊號，則該節的課程暫停。

如有疑問，請致電 2395 3107 向本中心查詢。

溫馨提示：WhatsApp「群發訊息名單」功能已開始使用。
 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。



資格



個人會員：
6歲或以上 (年費 \$29)



家庭會員：
家庭直系親屬 (每個家庭年費 \$58)

申請手續

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證乙張，如需增加家庭成員，只可於下一年度續證時辦理。

- 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；
- 會員證有效期：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. 憑有效會員證可借五本書，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. 憑會員證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證；
2. 不得將會員證轉借別人；
3. 如遺失會員證須即時向中心報失及補領 (費用\$5)；
4. 遵守中心規則；
5. 愛惜中心地方及設施。

會員續證通知

現本中心實施一年有效期 (由申請日期起計算) 之會員制度，如各會員證即將到期，請盡快到本中心辦理續證手續，以免因會員證過期而錯失本中心之活動通訊及刊物。續證手續簡便，只需攜帶舊會員證及年費即可，方便快捷。

退出會籍

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。

會員知多D

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。

會員商戶優惠

回甘堂 (林仔涼茶)

優惠內容：全單減\$2
電話：2789 0111
地址：大角咀樺樹街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：2390 9834
門市地址：大角咀38號新九龍廣場084舖
門市電話：3586 1805

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)
電話：常事花圈 (慰問)
門市地址：2739 1200 / 6519 8884
門市電話：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



認識16個 服務質素標準 (SQS)

標準十五

每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，而無須顧慮受責罰，所提出的申訴亦應得到處理。

中心視投訴程序為檢討及改善本身服務的方法之一，透過嚴格的保密政策，服務使用者及其家屬，若對中心所提供的服務或個別職員的態度或工作表現有不滿，可向本中心投訴。收到投訴後，本中心會以大公無私的原則，虛心的態度，由特定的投訴主任積極展開調查，並在限期內回覆投訴人調查結果及之後的改善和跟進工作。

中心內同時設有「意見箱」及「服務意見書」，歡迎提供書面意見。在中心各服務單位亦備有「服務改善意見簿」，紀錄服務使用者或各界人士提供的口頭意見，並由服務單位主管作出跟進及回應。

標準十六

服務單位採取一切合理步驟，確保服務使用者免受侵犯。

中心制定相關政策，以確保服務使用者及職員處身於一個安全、被受尊重及保障的環境，免受任何形式的侵犯，包括言語上、身體上、性騷擾及性侵犯等。並且確保服務使用者及職員有安全及容易使用的渠道，提出對任何侵犯事件的關注及申訴，與及知悉當服務單位接獲舉報後，對侵犯事件採取的處理程序和步驟。

服務單位會以謹慎的態度，公平、開放和不偏不倚的原則處理任何侵犯事件，並依從個人私隱條例和性別歧視條例的精神，在個人的尊嚴和私隱得到保障的情況下，盡快調查和處理任何侵犯事件，避免因任何延誤而令受侵犯者傷害加深。



「陪你成長」學童功課輔導班

26TC101

「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)

對象：7-14歲

時間：下午4:30-晚上6:00

費用：免費

地點：本中心

負責人：
區碧華



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。

故事天地

26TC102

大朋友，小朋友，你喜歡聽故事嗎？原來孩子自小開始聽故事，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

對象：兒童、家長及其他社區人士

時間：晚上8:00-8:45

費用：免費

地點：Zoom 線上形式進行

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，歡迎與負責同事聯絡。

玩Heroclix學英文(26年1-3月)

26TC103

玩Heroclix學英文透過刺激有趣嘅桌上遊戲增加小朋友接觸英文嘅機會。玩吓玩吓就會發現其實英文都唔係咁難啫~

日期：3/1-21/3/2026(逢六)

對象：10-15歲

時間：下午2:00-3:30

費用：\$220(會員)、\$250(非會員)

地點：本中心

負責人：
溫智均(Dan sir)

備註：

31/1, 21/2, 7/3暫停。



四驅研究小組(26年1-3月)

26TC104

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：3/1-21/3/2026(逢六) **對象：**9-15歲
時間：上午11:00-下午12:30 **費用：**\$100(會員)、\$130(非會員)
地點：本中心

負責人：
溫智均(Dan sir)

備註：
1. 31/1、7/3暫停；
2. 自備田宮迷你四驅車及田宮比賽用馬達。

陳慶造星結他小組(26年1-3月)

26TC105

教授結他自彈自唱技巧。鍾意音樂嘅你快啲嚟報名啦！

日期：5/1-23/3/2026(逢一) **對象：**12-24歲
時間：下午4:30-6:00 **費用：**\$120(會員)、
地點：本中心 \$150(非會員)

負責人：
溫智均(Dan sir)

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。

絕地學院光劍小組(26年1-3月)

26TC106

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，並培養自律、尊重、關心、勇氣、冷靜等個人特質。

日期：8/1-19/3/2026(逢四) **對象：**10-15歲
時間：下午4:30-6:00 **費用：**\$200(會員)、\$230(非會員)
地點：本中心

負責人：
溫智均(Dan sir)

備註：
19/2暫停。

桌遊一下

26TC107

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：10/1、24/1、7/2、21/2、
7/3及21/3/2026(六) **對象：**8-18歲
時間：下午4:15-5:45 **費用：**免費
地點：本中心

負責人：
黃瑋

備註：
有興趣人士請報名，亦歡迎即場參與。



幼兒輕鬆手工個半鐘

26TC108

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：17/1/2026(六) **對象：**4-6歲
時間：上午11:00-下午12:30 **費用：**\$25(會員)、\$55(非會員)
地點：本中心

負責人：
吳麗娥

備註：
費用已包括所有材料費。

COOKING BABY

26TC109

一起製作不同美食，做個小廚師。同時，亦會有繪本故事分享，令活動更充實。

日期：22/1、26/2、19/3/2026(四) **對象：**3-6歲
時間：下午4:00-5:30 **費用：**\$100(會員)、\$130(非會員)
地點：本中心

負責人：
袁詠珊

備註：
1. 自備食物盒；
2. 費用已包括所有材料費用；
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。

攝。山

26TC110

拿起你的攝影工具，由淺入深漫步香港不同郊遊路線，拍攝香港美景。將有一次日落活動、一次遠足活動。

24/1/2026

8/3/2026

下午2:30-晚上8:30 (魔鬼山)

上午9:00-下午4:30 (泥涌)

日期：24/1、8/3/2026(六&日)

對象：9-16歲

時間：上午/下午(見內容)

費用：\$20(會員)、\$50(非會員)

地點：魔鬼山/泥涌

負責人：
黃璋備註：
自備車費及糧食。

大吉大利

26TC111

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：7/2/2026(六)

對象：6-12歲

時間：下午2:30-4:00

費用：\$40(會員)、

地點：本中心

\$70(非會員)

備註：
每位參加者可獲製成品一份。負責人：
劉鈺瑩

社區的情人節 - 情意滿街

26TC112

在浪漫情人節的這日，我們一起做手工，再走到社區贈送予不同的社區人士，分享溫暖，分享浪漫。

日期：14/2/2026(六)

對象：6-14歲

時間：上午10:00-下午12:30

費用：免費

地點：大角咀

負責人：
張盼

整年糕，迎新年！

26TC113

小朋友，農曆新年就到啦！一齊嚟整年糕賀新年啦！活動將會製作迷你鯉魚年糕。

日期：16/2/2026(一) (年廿九)

對象：6-13歲

時間：上午10:45-下午12:15

費用：\$20(會員)、\$50(非會員)

地點：本中心

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

搓搓湯圓過年宵

26TC114

年宵食湯圓，係中國人的傳統，代表團團圓圓，誠邀各位小朋友一齊搓下搓下，自己整湯圓，應該特別好味。

日期：28/2/2026(六)

對象：8-12歲

時間：上午10:30-下午12:00

費用：\$20(會員)、\$50(非會員)

地點：本中心

備註：
請自備一個食物盒。負責人：
王培明姑娘

Yo-man花式搖搖小組 (26年1-3月)

26TC115

Yo-man花式搖搖隊繼續招募新隊員！表現良好者有機會參與表演。眼界決定境界，Yo-man花式搖搖隊需要你！

日期：3/1-21/3/2026(逢六)

對象：9-15歲

時間：下午4:00-5:00

費用：\$180(會員)、\$210(非會員)

地點：本中心

備註：

- 1.31/1、21/2、7/3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)

日本美食篇

26TC116

日本美食，如壽司、飯糰、刺身、手卷、天婦羅炸物、捲物、鰻魚飯及麵鼓湯等，都是大人及小朋友喜歡的食物，有興趣學習日本食物的你，就要來報名參加啦。

日期：7/3/2026(六) **對象：**6-12歲
時間：上午11:00-下午12:30 **費用：**\$40(會員)、\$70(非會員)
地點：本中心

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

幼兒摺紙樂

26TC117

透過不同的摺紙技巧，可促進幼兒的手指靈活性，還能讓幼兒動動腦筋，去發揮想像力和創造力！

日期：7/3/2026(六) **對象：**4-6歲
時間：下午3:00-4:30 **費用：**\$15(會員)、\$45(非會員)
地點：本中心

備註：
費用已包括所有材料費。

負責人：
吳麗娥

小小律師工作坊

26TC118

此工作坊將會透過生動有趣的方法將法律知識融入生活，讓小朋友們能從遊戲中慢慢對法律有更深入的理解。

內容包括：第一節：介紹法律概念以及世界各地有趣的法律、第二節：香港法律系統基本介紹、第三節：重要的法律概念及元素、第四節：簡易版模擬法庭。
快來一起探索吧！

日期：7-28/3/2026(六) **對象：**6-14歲
時間：下午4:00-5:00 **費用：**免費
地點：本中心

備註：
1.此活動由義工團體 Law4All 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四節或個別一次之實體工作坊，報名時請註明。

負責人：
區碧華

快樂孩子@OH Cards鬆一鬆

26TC119

透過「OH Cards」，以色彩和圖案抒發心聲，釋放壓力，一起探索感受的奇妙旅程！讓我們一起開心成長！

日期：28/3/2026(六) **對象：**6-8歲
時間：晚上7:45-8:45 **費用：**免費
地點：本中心

備註：
參加者需能獨立上堂。

負責人：
麥小華



「一對手同心製作」- 天然精油潤唇膏

26TF101

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、荷荷芭油及橄欖油製作，加入Florihana純正精油，製成品可送禮自奉。課堂由「一對手同心製作」婦女團隊教授，基本每人/每組合製作5支。

日期：3/1/2026(六) **對象：**3-59歲
時間：下午2:30-3:30 **費用：**\$130(會員)、\$160(非會員)
地點：本中心
負責人：袁詠珊
(社區人士或親子家庭組合)

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、荷荷芭油、橄欖油及Florihana純正精油、天然蜜蜡、維他命E油及唇膏筒及裝飾貼紙及精美紗袋。



AI助手入門分享

26TF102

是次工作坊將分享簡單易明的AI軟件使用方法，例如Google Gemini、Grok及Poe等，一起探索AI與日常生活的關係。

日期：17/1/2026(六) **對象：**12-59歲
時間：下午3:00-4:30 **費用：**免費
地點：本中心

負責人：
張盼、麥小華



2026親子離島遊 - 南丫島

26TF103

2026健康最緊要，健康運動，由家庭做起。
離島遠足，適合一家大小，欣賞海岸風光，賞心樂事，又是消閒好去處。

日期：18/1/2026(日)
時間：上午9:15-下午5:15
地點：南丫島
對象：6-59歲
費用：\$50(會員)、\$80(非會員)
(大小同價)

負責人：
施志偉

備註：1.自備水及防晒用品；
2.宜穿著運動服裝及運動鞋；
3.由運輸署「離島遊」提供免費船票；活動費用包括來回旅遊巴；
4.參加者宜可遠足步行最少2小時。



親子入廚樂：布甸麵包

26TF104

「親子入廚樂」系列邀請大家同小朋友一齊製作布甸麵包，等緊你哋報名啊！

日期：25/1/2026(日)
時間：上午10:30-下午12:00
地點：本中心
對象：親子(兒童須為4-12歲)
費用：\$40(會員)、\$70(非會員)
(大小同價)

負責人：
麥小華

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。



龍脊·冬日遠足之旅

26TF105

龍脊位於港島東部，曾被譽為「香港最佳遠足路線」之一。由港島徑第八段出發，步步登高，登頂後飽覽遼闊海景與環抱島嶼。回程走入大浪灣，沿路風景如畫，行得出汗又出「相」，絕對係冬日行山首選！

1.遠足路線稍長，需講求一定耐力；
2.參加者請按身體健康狀況，量力參與。

日期：25/1/2026(日)
時間：下午12:00-晚上6:30
地點：龍脊
對象：9-59歲(未滿14歲參加者，必需家長陪同參與)
費用：\$65(會員)、\$95(非會員)
(大小同價)

負責人：
周貴楓

備註：1.包旅遊巴接送；
2.請自備水及糧食，穿適合輕便衣服及行山鞋；
3.屬初級路線，沿途設有梯級上下，部分路段為泥石地形，全程約8.5公里，預計需時約4小時。

大熱大熱

26TF106

來自意大利的中空長螺旋形意大利粉，不僅吸睛，更能緊緊鎖住醬汁，讓每一口都濃郁飽滿，入口滑溜彈牙，比普通意大利粉更有層次感。適合配搭各式海鮮及醬汁，令味道同口感都能大大升華……

日期：27/1/2026(二)
時間：上午10:15-11:30
地點：本中心
對象：15歲或以上人士
費用：\$50(會員)、\$80(非會員)
(大小同價)

負責人：
黃凱芯(芯姑娘)

士多啤梨雲泉遊

26TF107

士多啤梨季節又來了，誠邀一家大小一齊去摘士多啤梨，遊雲泉仙館，認識道教文化。

日期：1/2/2026(日)
時間：下午12:30-5:00
地點：粉嶺
對象：59歲以下社區人士
費用：\$100(12歲或以上會員)、
\$80(3-11歲會員)、
\$130(12歲或以上非會員)、
\$110(3-11歲非會員)
(未滿3歲小童免費)

負責人：
王培明姑娘

備註：1.費用包括來回巴士及摘士多啤梨費用；
2.費用包括的士多啤梨磅數會因應家庭人數而安排，敬請留意當日講解；
3.請自行午餐後出席活動。



賀年馬蹄糕

話咁快馬年又跑到來，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。

26TF108

日期：6/2/2026(五)
時間：晚上7:00-9:30
地點：本中心
對象：6-59歲
費用：\$40(會員)、\$70(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。

在色彩中迎接新年

新春來臨之際，邀請家長和小朋友們參加「和諧粉彩」親子活動，用色彩描繪出快樂的新春景象。和諧粉彩不需畫畫基礎，隨意發揮，輕鬆自在迎接新年。

26TF109

日期：7/2/2026(六)
時間：上午10:00-11:30
地點：本中心
對象：親子(小朋友須為6-15歲)
費用：\$30(會員)、\$60(非會員)
(以每對親子計算)

負責人：
張盼

小手拉大手兒童創意市集

是次活動由孩子與家長將共同合作，讓孩子學習從產品製作到銷售實踐技巧，並結合傳統文化、藝術、手作和環保，培養孩子的創意思維、自信心與解決問題的能力，家長則通過參與了解孩子的潛力，增強親子互動，真正做到寓學於樂。

於市集前，將會有3節準備工作坊：

- 製作產品：如手工藝品、創意飾品、環保用品等；
- 構思宣傳：設計攤位標誌、製作海報、推廣產品；
- 學習銷售技巧，與顧客互動；
- 管理財務：計算成本與收益，進行簡單記帳。

市集當天活動：

在市集當天，孩子將成為小攤主，以實踐為主，體驗完整的「創業」過程，並與家長共同合作完成。

日期：工作坊：
7/2、28/2、7/3/2026(六)
市集進行：
14/3/2026(六)
時間：下午2:30-4:00
地點：本中心
對象：親子家庭
費用：\$100(會員)、\$130(非會員)
(大小同價)

負責人：
袁詠珊



26TF110

馬灣尋跡·親子之旅

帶你到青嶼幹線觀景台，觀賞大橋風景。然後走入最新旅遊景點：馬灣1868，欣賞充滿文藝風格的彩虹小屋，並探索地方歷史足跡。大家一起放慢腳步，享受親子時光。

26TF111

日期：8/2/2026(日)
時間：下午1:00-5:30
地點：馬灣
對象：3-59歲親子家庭
費用：\$40(會員)、\$70(非會員)
(大小同價)
(未滿3歲小童免費)

負責人：
周貫楓

備註：1.包旅遊巴接送；
2.請自備水；
3.穿輕便衣服及運動鞋。

賀年金元寶

餃子是華人在農曆新年和冬至等節日的重要食品，在中國北方可作為全年食用的主食之一，餃子通常由碎肉和蔬菜餡料包裹成一片薄生麵團後包好捏緊，包好的餃子可以拿來製作成蒸餃、煎餃或湯餃則有截然不同樣貌和做型來作應節食物。

26TF112

日期：10/2/2026(二)
時間：上午10:15-11:30
地點：本中心
對象：15-59歲
費用：\$50(會員)、\$80(非會員)

負責人：
黃凱蕊(蕊姑娘)

港島輕鬆寫意行

上午參觀香港海防博物館，其前身為舊鯉魚門炮台，館內展出香港六百多年海防歷史的珍貴藏品。中午可選擇在博物館或石澳自費/自備午餐。下午前往石澳，遊覽色彩繽紛的小屋、情人橋及大頭洲，欣賞海景奇石，悠閒地享受假日！

26TF113

日期：15/2/2026(日)
時間：上午9:30-下午3:30
地點：香港海防博物館、石澳
對象：4歲或以上社區人士
費用：\$60(會員)、\$90(非會員)
(大小同價)

負責人：
陳美賢

備註：1.費用包來回旅遊巴；
2.全日步行時間約2小時；
3.自備/自費午餐、晴雨天用品、穿著輕便衣物及運動鞋；
4.未滿14歲者須由成人陪同方可參加。



新春大自然文化之旅

26TF114

新春伊始，親近大自然，遊覽嘉道理農場暨植物園是最佳選擇。香港文化博物館，參觀不同常設展覽及節目，認識香港歷史、藝術和文化，寓學習於消閒。

日期：1/3/2026(日)
時間：上午9:00-下午3:00
地點：嘉道理農場及香港文化博物館
對象：65歲以下社區人士
費用：\$70(會員)、
\$100(非會員)
負責人：施志偉

備註：1.費用包括旅遊車接送及入場費；
2.參加者可以自備膳食或在嘉道理農場自費用膳。

親子放飛燒烤樂

26TF115

春天來了，和你至愛的家人一同出遊吧！開開心心BBQ，放飛自在樂悠悠。

日期：1/3/2026(日)
時間：上午9:30-下午4:00
地點：大尾篤
對象：親子
費用：\$60(會員)、\$90(非會員)
(大小同價)
(未滿3歲小童免費)

負責人：
麥小華、袁詠珊

備註：1.費用已包括車費、炭、蜜糖及燒烤叉；
2.燒烤食物自備。

親子DIY - 編織手袋

26TF116

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。

日期：14/3/2026(六)
時間：下午2:30-4:30
地點：本中心
對象：親子(兒童須年滿6歲或以上)
費用：\$80(會員)、\$110(非會員)
(以每對親子計算)

負責人：
劉鈺瑩

備註：每對親子可獲製成品一個。



樂遊坪洲

26TF117

約定你一齊際參加這次坪洲之旅，坪洲既有輕鬆易行的郊遊小徑，亦有藝術塗鴉的秘密花園，特色風情的茶餐廳、雜貨店；除了可登上手指山，俯瞰海景外，亦可沿海邊慢步，優哉悠哉地享受假日！

日期：22/3/2026(日)
時間：上午9:30-下午4:30
地點：坪洲
對象：5歲或以上社區人士
費用：\$50(會員)、\$80(非會員)
(大小同價)

負責人：
陳美寶

備註：1.由運輸署「離島遊計劃」提供免費船票；
2.費用包來回旅遊巴及渡輪；
3.參加者宜可遠足步行最少2.5小時；
4.參加者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；
6.未滿14歲者須由成人陪同方可參加。



Microsoft 文件處理小組

26TF118

本小組旨在教授和分享 Microsoft 文件處理的實用技巧，包括 Word、Excel 和 PowerPoint 等常用工具。通過系統化的學習與實踐，幫助參加者掌握文件編輯、數據分析、報告製作及演示文稿設計等技能，提升日常工作效率。

日期：3/3、10/3、24/3、
31/3/2026(二)
時間：上午10:30-下午12:00
地點：本中心
對象：18歲或以上社區人士
費用：\$100(會員)、\$130(非會員)
(大小同價)

負責人：
袁詠珊

備註：1.因17/3為招聘會，暫停一次；
2.每人一機直接學習操作。

招聘會@陳慶 2026

26TF1119

香港經濟環境有待復甦，為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：17/3/2026(二)
時間：下午1:00-5:00
地點：本中心
對象：18歲或以上區內想求職或轉職人士
費用：免費

負責人：
袁詠珊



僱傭條例及MPF講座

26TF120

本工作坊旨在幫助學員全面了解《僱傭條例》的核心內容及其對僱員權益的影響，特別聚焦於強積金「對沖」安排的最新變化。

透過專業講解與互動討論，參加者將深入認識相關法例，掌握實用知識，並學會如何更好地保障自身的勞動權益。這是一個不可錯過的機會，讓您了解最新政策並增強自我保護能力！

日期：20/3/2026(五)
時間：晚上8:00-9:30
地點：本中心
對象：社區人士
費用：\$20(會員)、\$50(非會員)
(大小同價)

負責人：
袁詠珊



「故事爸媽」「悅」讀學堂 (2026年2月)

26FS101

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。

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。

主題內容：從繪畫打開圖畫的話兒

日期：25/2/2026(三)
時間：上午9:30-11:30
地點：zoom線上形式進行
對象：有興趣的家長及社區人士
費用：免費

備註：
線上連結會於活動開始前發放。



負責人：
麥小華、劉鈺瑩

故事爸媽「兒童啟蒙老師」 家長訓練計劃(第四十九期)

26FS102

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：11/3及18/3/2026(三)
時間：晚上7:45-9:15
地點：Zoom線上或實體形式
對象：0-10歲子女的家長
費用：免費

負責人：
麥小華、劉鈺瑩

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，不宜重複報名。



親子故事樂園(幼兒篇) - 第二十七期

26FS103

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：20/1、27/1、3/2/2026(逢二)
時間：上午10:30-11:30
地點：本中心
對象：3歲或以下幼兒及其家長
(必須親子參與)

費用：\$50(會員)、
\$80(非會員)

負責人：
麥小華

親親孩子遊戲小組 (18-24個月幼兒)

26FS104

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：22/1、29/1、5/2及
12/2/2026(四)
時間：上午10:30-11:30
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)、\$180(非會員)
(以每對親子計算)

負責人：
劉鈺瑩

親親孩子-學前遊戲小組系列(一)

26FS105

「學前預備真好玩」 上午10:00-11:00

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。

「爸媽進修加油站」 上午11:00-下午12:00

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。

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：24/2、3/3、10/3及
17/3/2026(逢二)

時間：上午10:00-下午12:00

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)、\$180(非會員)
(以每對親子計算)

備註：

1. 工作坊附設託兒服務(即上午11:00至下午12:00「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。

負責人：
麥小華、劉鈺瑩

6A品格教育家長工作坊(第十二期)

26FS106

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：

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。

日期：8/1-12/2/2026(逢四)

時間：晚上7:45-9:30

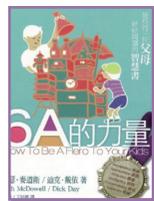
地點：本中心

對象：家長

費用：\$120(會員)、\$150(非會員)

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：
袁詠珊及麥小華姑娘
(兩者皆為：註冊社工及
6A教育認證導師)



六色積木溝通法

26FS107

「溝通」是影響家人之間關係的關鍵因素；若能正面非暴力的溝通，關係一定會更融洽。此活動運用六色積木，讓大家體驗正面溝通的力量，並尋找良好的溝通方法。

日期：12/1及19/1/2026(一)

時間：晚上7:45-9:15

地點：本中心

對象：家長

費用：\$50(會員)、\$80(非會員)

負責人：
劉鈺瑩

「斷、捨、離」線上分享會

26FS108

是次活動會講解「斷捨離」的由來，如何擺脫不捨得的心態，讓大家從櫥櫃開始，加強保持整潔的決心。

「讓你從看得見的世界，走向看不見的世界…」(雜務管理諮詢師-山下英子)



主持人：林淑敏 (Man)
解夢師、催眠治療師、正念教練、情緒支援熱線義務工作者。

日期：9/2/2026(一)

時間：晚上8:00-9:30

地點：Zoom線上形式進行

對象：社區人士

費用：免費

負責人：
麥小華

備註：

線上連結將於活動開始前發放。

爸媽鬆一鬆

26FS109

平日照顧子女已佔用不少時間，相信爸爸媽媽也希望可以有屬於自己的「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：1-3/2026

時間：上午10:30-下午12:00

地點：本中心

對象：育有0-17歲兒童的照顧者

費用：\$20(會員)(每月)、\$50(非會員)(每月)

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

編號	日期(2026年)	時間	主題
FS109 A	9/1/2026(五)	上午10:30-下午12:00	伸展運動
FS109 B	6/2/2026(五)	上午10:30-下午12:00	甜品：布朗尼
FS109 C	6/3/2026(五)	上午10:30-下午12:00	桌上遊戲：OH Cards

同心新春遊

26FS110

趁著春暖花開的時候，與孩子一同到戶外走走，一起燒烤，放鬆平日生活壓力。

日期：8/3/2026(日)

時間：上午9:00-下午4:00

地點：大尾督

對象：單親家庭

費用：\$40(會員)、\$70(非會員)(大小同價)

備註：

1. 費用已包括車費、炭、蜜糖及燒烤叉；
2. 燒烤食物自備。

負責人：
袁詠珊、劉鈺瑩



「同心樂聚社」單親互助小組 (1-3月/2026)

26FS111

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：7/1、11/2、18/3/2026(三)
時間：上午10:30-中午12:00
地點：本中心
對象：單親家長
費用：免費

負責人：
袁詠珊、劉鈺瑩

備註：
有興趣參加者，歡迎致電2395 3107與負責人聯絡。

日期 (2026年)	時間
7/1/2026 (三)	上午10:30-下午12:00
11/2/2026 (三)	上午10:30-下午12:00
18/3/2026 (三)	上午10:30-下午12:00

孩子，你好嗎？

你懂你自己嗎？你懂你的孩子嗎？我們希望家長能透過個人輔導讓你和你的孩子可以正面積極地成長，共同擁抱幸福！



26FS112

日期：個別約見
時間：個別約見
地點：本中心
對象：自感有親職困難的小學生家長
費用：免費

負責人：
麥小華、劉鈺瑩

備註：
有興趣的家長請直接致電2395-3107，或WhatsApp至5547-0980 向負責職員報名或查詢！

NCR Kids Group

26NCR101

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

Date: 5/1-12/2,2/3-31/3/2026
(Every Mon, Tues, Thur, except school holidays)
Time : 7:00-8:30pm
Venue : Centre
Target : Non-Chinese K2 to P6
Fee: Free
Remarks : 1.Be punctual.
2.make appointment for interview.

Responsible Staff:
Miss Nancy and Miss Echo

NCR Secondary Group

26NCR102

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



Date: 5/1-12/2,23/3-31/3/2026
(Every Mon, Tues, Thur, except school holidays)
Time : 7:00-8:30pm
Venue : Centre
Target : Non-Chinese Secondary Students
Fee: Free
Remarks : 1.be punctual.
2.make appointment for interview.

Responsible Staff:
Miss Nancy and Miss Echo

Pretty Woman @ Relaxing Zone

26NCR103

It is a relaxing moment for all super Mother, join us for Chinese Class, food making, handcraft etc. Welcome to enjoy your me time with us!

Date: 9/1-13/2,6/3-27/3/2026(Fri)
Time : 10:00-11:30am
Venue : Centre
Target : 18-59 years old
Fee: Free

Responsible Staff:
Miss Nancy and Miss Echo

Sunset Stroll

26NCR104

Join us for a delightful evening to explore our community. This time we will go Sham Shui Po for enjoying a beautiful sunset at Garden Hill, then grab dinner together. Experience the charm of our surrounding neighborhood.

Date: 24/1/2026(Sat)
Time : 5:00-7:30pm
Venue : Sham Shui Po
Target : non-Chinese Youth
Fee: \$20
(members and non-members)
(Free for children under 3 years old)

Responsible Staff:
Miss Echo

Lunar New Year Fair

26NCR105

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

Date: 14/2/2026(Sat)
Time: 1:00-5:00pm
Venue: Hong Kong Victoria Park
Target: YTM Non-Chinese family
Fee: Free
Remarks: Please prepare own fare.

Responsible Staff:
Miss Nancy and Miss Echo

Reunion Party

26NCR106

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

Date: 28/2/2026(Sat)
Time: 6:00-8:30pm
Venue: Centre(Hall)
Target: YTM Non-Chinese family
Fee: \$20
 (members and non-members)
 (Free for children under 3 years old)

Responsible Staff:
Miss Nancy and Miss Echo

DIY Workshop

26NCR107

Unleash your creativity and enjoy hands-on fun, such as phone straps, lamps, and more...Come explore.

Date: 7/3/2026(Sat)
Time: 4:00-6:00pm
Venue: Centre
Target: non-Chinese kids and Youth
Fee: \$10
 (members and non-members)

Responsible Staff:
Miss Echo

Eid Party

26NCR108

Let's celebrate Muslim Eid festival together. Dining and share happiness with families and friends in our centre !

Date: 28/3/2026(Sat)
Time: 6:00-8:30pm
Venue: Centre(Hall)
Target: YTM Non-Chinese family
Fee: \$20
 (members and non-members)
 (Free for children under 3 years old)

Responsible Staff:
Miss Nancy and Miss Echo

2026年1月至3月

婦女瑜伽

歡迎59歲或以下
婦女報名參加

編號	名稱	日期/堂數	時間	收費	導師
W101 A	週二A班	6/1至31/3 (12堂)	上午9-10	\$660(會員)、 \$690(非會員)	April SHUM
W101 B	週二B班	<17/2公假 停1堂>	上午10-11		
W101 C	週三 墊上普拉提班	7/1至25/3 (11堂)	上午9-10	\$605(會員)、 \$635(非會員)	Feeling CHONG
W101 D	週三班	<18/2 公假停1堂>	上午10-11		
W101 E	週四 毛巾伸展舒緩班	8/1至26/3 (11堂)	上午9-10	\$605(會員)、 \$635(非會員)	Joyce LAU
W101 F	週四 普拉提班	<19/2 公假停1堂>	上午10-11		

上課地點：

大角咀市政大廈 6 樓 (大角咀體育館3號活動室)，可借用瑜伽墊上課。

備註：1. 有興趣參加的新朋友，可即日到中心報名；
 2. W101E 上課需自備毛巾（長度80-90厘米）；
 3. 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。

負責人：
陳美寶

頌鉢療癒體驗工作坊(新春版)

26W102

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、尼泊爾頌鉢或喜馬拉雅鉢, 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, 是次活動在新年伊始, 希望姊妹們可藉頌鉢的聲音下, 帶著澄明的內心為自己訂立個人目標及未來方向啊!

日期: 2/1/2026(五)
時間: 上午10:00-11:30
地點: 本中心
對象: 25-59歲
費用: \$80(會員)、\$110(非會員)

負責人:
區碧華

- 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 (如沒有可向中心借用), 並請穿著輕便運動服。



羽你同樂

26W103

來吧! 騰出一個上午來打羽毛球, 減壓之餘, 更可認識志趣相投的朋友, 分享生活點滴! 健康生活, 從今天開始!

日期: 6/1-24/3/2026(二) 共10次
時間: 上午10:00-下午12:00
地點: 大角咀體育館(7樓羽毛球場)
對象: 30-59歲
費用: \$100(會員)、\$130(非會員)

負責人:
陳美寶

- 備註:**
1. 17/2; 24/2暫停2次;
 2. 新參加者請於中心詢問處留名登記, 待職員聯絡通知交費;
 3. 參加者須具備羽毛球基本技巧; 於活動時間內, 自由出席、輪流參與;
 4. 中心提供羽毛球拍(可自備球拍)及羽毛球予參加者使用。

「字療我心」(2026年新春版)

26W104

「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!

日期: 9/1-23/1/2026(五) 共3節
時間: 上午10:00-11:30
地點: 本中心及大角咀埃華街休憩公園
對象: 25-59歲
費用: \$150(會員)、\$180(非會員)

負責人:
區碧華

- 備註:**
1. 活動邀請了Sandy 老師教授及分享, 她是經驗教授創意文字導師, Sandy 老師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. 活動歡迎「新手」及有經驗者參加。

婦女咖啡小組(26年1-2月)

26W105

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: 15/1-5/2/2026(逢四) 共4節
時間: 上午10:30-11:30
地點: 本中心
對象: 18歲或以上婦女
費用: \$80(會員)、\$110(非會員)

負責人:
溫智均(Dan sir)



婦女生活茶座

26W106

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。

日期：26/1、30/3/2026(一)
時間：上午10:00-11:30
地點：本中心
對象：25歲或以上
費用：\$20(會員)、\$50(非會員)

負責人：
區碧華

編號	日期	主題
25W106 A	26/1/2026	新年健康小食
25W106 B	30/3/2026	探索馬灣1881

備註：1.請留意日後宣傳之海報及單張；
 2.二月份茶座暫停，三月份茶座請預留上午9-12時，負責人會於活動前個別聯絡參加者相約集合時間及地點，自備車費；
 3.每次茶座將邀請不同的嘉賓 / 導師主講分享相關主題；
 4.如有託兒需要，請於報名時提出。

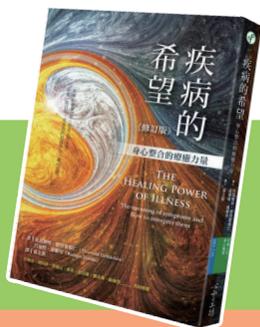
疾病的希望

26W107

疾病，是內心世界的象徵。身體所表現出的事實，往往正是病者不願承認的部分。疾病與健康，宛如太極圖的黑與白。兩者既對立又共存，同時存在於體內。我們無法只要「健康」，不要「疾病」。身體的病，是心理的暗喻，潛意識透過它提醒我們內心的不完整，可以說是最忠實的朋友。活動將會分享疾病背後反映當事人的身心狀況，妳也有興趣認識和探索一下嗎？

日期：30/1/2026(五)
時間：上午10:00-11:30
地點：本中心
對象：25歲或以上
費用：\$40(會員)、\$70(非會員)

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，也是一位情意自然教育導師。她十分鼓勵大家實踐愛自然的生活。

神奇的蓖麻油

26W108

蓖麻油具自然療癒的力量，她有多種功效，包括：用於治療便秘和腸道不適的潤腸通便作用；滋養皮膚、頭髮、睫毛和指甲，促進生長並提供保濕；舒緩肌肉和關節疼痛；以及幫助身體的淋巴引流，促進整體健康。活動將會分享她的神奇療效、功能與使用方法，妳也有興趣認識一下嗎？

日期：6/2/2026(五)
時間：上午10:00-11:30
地點：本中心
對象：25歲或以上
費用：\$50(會員)、\$80(非會員)

負責人：
區碧華

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，也是一位情意自然教育導師。她十分鼓勵大家實踐愛自然的生活；
 2.參加者請自備一個細小(迷你果Jam 醬size)的玻璃瓶，活動將附送少量蓖麻油。



婦女咖啡小組(26年2-3月)

26W109

咖啡對你嘅講係啲咩？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：26/2-19/3/2026(逢四) 共4節
時間：上午10:30-11:30
地點：本中心
對象：18歲或以上婦女
費用：\$80(會員)、\$110(非會員)

負責人：
溫智均(Dan sir)



食物速寫工作坊 - 烘焙食品篇

26W110

「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。

今次我們主題是「烘焙食品」作繪畫對象，畫畢後大家齊齊開心吃掉它！歡迎「新手」及有經驗者參加！

日期：4/3-18/3/2026(三) 共3節
時間：上午10:30-11:45
地點：本中心/大角咀區內茶餐廳
對象：25-59歲
費用：\$200(會員)、\$230(非會員)

負責人：
區碧華

- 備註：**
- 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；
 - 活動收費包括所需之基本工具、物資及導師費，每次繪畫食材自費/自備；
 - 第一節食材由導師預備，大約每人\$5-\$7，第二節食材上課後討論；
 - 第四節(18/3) 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。



婦女Mocktail體驗工作坊

26W111

Mocktail是「無酒精雞尾酒」的統稱，它是一種不含酒精的調酒，通常使用果汁、汽水、糖漿、茶或辛香料等材料調製而成，口感上模仿傳統雞尾酒的風味和體驗，讓不喝酒的人也能享受到精緻飲品的樂趣。

日期：6-20/3/2026(逢五) 共3節
時間：晚上7:30-9:00
地點：本中心
對象：18歲或以上婦女
費用：\$200(會員)、\$230(非會員)

負責人：
溫智均(Dan sir)

備註：6/11暫停。



三八婦女節2026 - 快閃迎三八

26W112

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：8/3/2026(日)
時間：上午9:30-10:30
下午3:00-4:00

地點：本中心、大角咀埃華街休憩公園、旺角塘尾道

對象：婦女、社區人士
費用：免費

負責人：
區碧華



新來港兒童適應課程

26NA101

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(來港不足一年學生)
費用：免費

- 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

讀書樂 - 新來港學童功課輔導計劃

26NA102

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(逢星期一至五，學校假期除外)
時間：下午4:00-5:30
地點：本中心
對象：來港不足三年小學生
費用：免費

- 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」。

負責人：
黃瑋、張盼

婦女的寫意空間

26NA103

一月一次的新來港婦女聚會，彼此交流，分享日常，建立社交互助網絡。

日期：9/1、13/2、20/3/2026(五)
時間：上午10:30-下午12:00(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。

快樂友愛小組

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。



26NA104

日期： 9/1、23/1、13/2、27/2、13/3、27/3/2026(五)
時間： 下午5:00-6:00
地點： 本中心/外出
對象： 小四至小六新來港學童
費用： 免費

負責人：
張盼

同學茶聚

邀請各位參加者在星期六晚進行不同的活動，從中分享及抒發自己的經驗和壓力。

26NA105

日期： 24/1、21/2、21/3/2026(六)
時間： 晚上8:00-9:30
地點： 本中心
對象： 新來港學童
費用： 免費

負責人：
黃瑋

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，可獲發義工證書。

26NA106

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

負責人：
施志偉、張盼

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！

26NA107

日期： 7/2/2026(六)
時間： 晚上7:30-9:30
地點： 本中心
對象： 新來港家庭
費用： \$20

負責人：
黃瑋、張盼

春日親子樂

在這個春日，讓我們一同去日營，享受營地設施，放鬆心情。



26NA108

日期： 8/3/2026(日)
時間： 上午10:00-下午4:00
地點： 曹公潭戶外康樂中心
對象： 新來港家庭
費用： \$20(會員)、\$20(非會員)
 (大小同價)

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。
- *在本室選取漂書（每人每次5本）書籍回家閱讀。

地點： 本中心四樓閱讀室
對象： 區內外人士
費用： 免費

閱讀室開放時間：

星期一至五 下午2:00-晚上9:45
 星期六 上午10:00-下午5:45
 星期日及公眾假期 上午10:00-下午1:00
 下午2:00-5:00

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

本室提供數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：2/2/2026(一)

時間：下午2:00-晚上9:45

地點：本中心四樓

對象：會員

費用：免費

查詢人：
黃凱芯



悅讀閱讀龍虎榜

26R101

- 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；
- 6.讀書讓你每天都能激活大腦；
- 7.……。

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；

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

日期：1/1-31/3/2026

時間：閱讀室開放時間

地點：本中心四樓閱讀室

對象：會員

費用：會員免費

查詢人：
黃凱芯



聽故事、講故事

26R102

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：10/1、24/1/2026(六)

時間：上午11:00-下午12:30

地點：本中心

對象：5-10歲

費用：15(會員)、\$45(非會員)

查詢人：
梁杏英

備註：

*參加者每次都要帶備會員証。



幼兒編程入門(ScratchJr)

26C101

ScratchJr語言課程是入門者(5-7歲兒童)的程式設計課程，透過使用ScratchJr軟體進程式設計學習。學生將學習基本的程式設計概念。課程也結合實體道具，如學生可利用程式控制模型車完成指定動作。不僅培養了學生的邏輯思維和問題解決課程能力，還增強了他們的動手能力和創造力。此外，課程後續可以銜接更高級別的MakeCode語言以及對python課程的學習打下基礎。

日期：17/1/2026(逢六) 6堂

時間：下午2:15-3:15

地點：本中心

對象：5-7歲

費用：\$1250(會員)、\$1330(非會員)

查詢人：
吳麗娥

兒童編程入門(Scratch)

26C102

透過趣味化的Scratch圖像化編程，孩子將學習基礎邏輯思維與創意表達。課程中，學生會動手設計簡單的互動遊戲和動畫，例如迷宮探險或角色對話，從中掌握事件觸發、循環判斷等核心概念。Scratch的拖曳積木式操作，讓低齡孩子也能輕鬆上手，同時培養解決問題的能力與數位創造力！

日期：17/1/2026(逢六) 6堂

時間：下午3:30-4:30

地點：本中心

對象：6-10歲或完成ScratchJr編程學生

費用：\$1250(會員)、\$1330(非會員)

查詢人：
吳麗娥

AI程式小天才

26C103

跨入AI協作編程的新時代！學生將學習如何對ChatGPT、DeepSeek等AI工具下達精準指令，快速生成代碼、除錯或擴展功能。課程結合實例演練(如自動化任務、小工具開發)，培養「與AI合作」的關鍵能力，為未來進階編程奠定高效基礎！

日期：17/1/2026(逢六) 6堂

時間：下午4:45-5:45

地點：本中心

對象：7-12歲或完成Scratch或以上編程學生

費用：\$1250(會員)、\$1330(非會員)

查詢人：
吳麗娥



兒童初級編程 (MakeCode+Micro:bit)

26C104

該課程為8-10歲孩子而設立，課程學習進階程式語言MakeCode，結合micro:bit硬件，了解科技裝置如光感測器方向和感測器。透過製作遊戲培養程式設計興趣，提升動手能力。軟體與硬體應用兼具的課程，讓孩子在創造、探索和實踐中成長。

日期：17/1/2026(逢六) 6堂
時間：晚上6:00-7:00
地點：本中心

對象：8-12歲或完成Scratch編程學生
費用：\$1250(會員)、\$1330(非會員)

查詢人：
吳麗娥

兒童中級編程 (Micro:bit+MakeCode+Python)

26C105

課程結合「micro:bit」硬體和利用MakeCode的豐富程式設計或Python編寫的micro:bit程序，學生可以透過互動設計和製作小遊戲，培養創造力和動手能力。無論是初學者還是有經驗的學生，都能在本課程中發現程式設計的魅力，準備邁向更高級的學習領域。

日期：17/1/2026(逢六) 6堂
時間：晚上7:15-8:15
地點：本中心

對象：8-14歲或完成初級編程學生
費用：\$1250(會員)、\$1330(非會員)

查詢人：
吳麗娥

2D遊戲製作(Godot)

26C106

想讓孩子進階挑戰「真正的遊戲開發」嗎？本課程使用專業且免費的Godot引擎，帶領學生從零打造2D遊戲（如平台跳躍、射擊遊戲）。學生將學習場景設計、物理引擎應用與簡單的GDScript編程，不僅理解遊戲背後的運作原理，還能將創意轉化為可玩的成品，適合渴望深入遊戲設計的青少年！

日期：17/1/2026(逢六) 6堂
時間：晚上8:30-9:30
地點：本中心

對象：9-16歲或完成Micro: bit中級編程學生
費用：\$1250(會員)、\$1330(非會員)

查詢人：
吳麗娥

鋼琴班

26A101

彈奏鋼琴不單可為學員培養優良的個人涵養，又可訓練耐性及毅力、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：1-3/2026
時間：待安排
地點：本中心
對象：5-59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。

小提琴班

26A102

拉奏小提琴不單可為學員培養優良的個人涵養，又可訓練耐性及毅力、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：1-3/2026
時間：待安排
地點：本中心
對象：5-59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。



練琴研習館

26A103

學琴可使學員發掘個人涵養，訓練耐性，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：1/1-31/3/2026

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)

查詢人：
黃凱芯

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；
- 2.1 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. 是頂練琴服務，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。

素描班

26A104

教授素描筆的用法，實用寫生，靜物寫生處理等等。

日期：18/1/2026(逢日) 9堂

時間：下午1:30-2:45

地點：本中心

對象：6-15歲

費用：\$630(會員)、\$710(非會員)

查詢人：
黃凱芯

備註：

每堂自備（HB型號鉛筆）及（A3 Size 畫簿）。

兒童繪畫基礎班

26A105

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：24/1/2026(逢六) 8堂

時間：下午2:00-3:00

地點：本中心

對象：3歲半-6歲

費用：\$480(會員)、\$560(非會員)

查詢人：
吳麗娥

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。

兒童創意繪畫班

26A106

本課程透過不同題材来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：24/1/2026(逢六) 8堂

時間：下午3:10-4:10

地點：本中心

對象：4-7歲

費用：\$480(會員)、\$560(非會員)

查詢人：
吳麗娥

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。

兒童卡通漫畫班

26A107

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：24/1/2026(逢六) 8堂

時間：下午4:20-5:20

地點：本中心

對象：6歲半-12歲

費用：\$480(會員)、\$560(非會員)

查詢人：
吳麗娥

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。

兒童繪畫技巧班

26A108

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：24/1/2026(逢六) 8堂

時間：下午5:30-晚上6:30

地點：本中心

對象：7-12歲

費用：\$480(會員)、\$560(非會員)

查詢人：
吳麗娥

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。

珠心算班

26L101

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。

日期：17/1/2026(逢六) 10堂
 時間：上午10:00-11:00
 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

中文寫作班

26L102

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：17/1/2026(逢六) 10堂
 時間：上午10:00-11:00
 地點：本中心
 對象：小三-小六
 費用：\$1100(會員)、
 \$1180(非會員)

備註：

講義費\$70於首堂繳交。

查詢人：
黃凱芯

Phonics英文拼音班

26L103

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：17/1/2026(逢六) 10堂
 時間：上午10:00-11:00
 地點：本中心
 對象：幼稚園學生
 費用：\$1000(會員)、\$1080(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

中文閱讀理解班

26L104

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。

(以普通話及分組形式授課)

日期：17/1/2026(逢六) 10堂
 時間：上午11:05-下午12:05
 地點：本中心
 對象：小三-小六
 費用：\$1100(會員)、
 \$1180(非會員)

備註：

講義費\$70於首堂繳交。

查詢人：
黃凱芯

初小 Reading Class

26L105

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：17/1/2026(逢六) 10堂
 時間：上午11:05-下午12:05
 地點：本中心
 對象：P.1-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

高小 Writing & Reading

26L106

小學英文閱讀理解和寫作者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路，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：17/1/2026(逢六) 10堂
 時間：下午12:10-1:10
 地點：本中心
 對象：P.3-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

兒童芭蕾舞啟蒙班

26P101

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)
時間：上午9:30-10:30
地點：本中心

對象：3-4歲
費用：\$440(4堂)(會員)、
\$520(4堂)(非會員)

備註：
芭蕾舞衣物於開課後由導師代購。

查詢人：
吳麗娥

兒童芭蕾舞班

26P102

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)
時間：上午10:30-11:30
地點：本中心

對象：5歲或以上
費用：\$440(4堂)(會員)、
\$520(4堂)(非會員)

備註：
芭蕾舞衣物於開課後由導師代購。

查詢人：
吳麗娥



兒童芭蕾舞爵士舞班

26P103(A班)
26P104(B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)
(B班) 每月初開班(逢三)
時間：下午5:15-6:15
地點：本中心

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

備註：
爵士舞衣物於開課後由導師代購。

查詢人：
吳麗娥

空手道組

26P105

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系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。課程由系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：晚上7:30-9:00
地點：本中心

對象：11歲或以上
費用：\$160(會員)、
\$240(非會員)

備註：
教練可協助初學者代購道袍。

查詢人：
梁杏英

跆拳道組

26P106

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：晚上7:30-9:30
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,教練可協助代購買道袍。

查詢人：
梁杏英

兒童空手道班

26P107

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系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。課程由系東流空手道香港振武會黑帶三段或以上教練任教。

日期：14/1/2026(逢三)(5堂)
時間：晚上7:30-9:00
地點：本中心

對象：6至10歲
費用：\$300(會員)、
\$380(非會員)

備註：
初學者教練可協助代購道袍。

查詢人：
梁杏英



廣東話初班

26AL101

日常生活粵語對話，克服粵語語言障礙，了解香港的社會文化。課程重點將放在粵語發音、詞彙使用和語義表達上。

授課語言：廣東話，輔以英文及普通話。

日期：14/1/2026(逢三) 5堂

對象：14歲或以上人士(非廣東話母語者)

時間：晚上7:00-8:00

費用：\$500(會員)、\$580(非會員)

地點：本中心

備註：

講義費\$50於首堂繳交。

查詢人：
黃凱芯

健康運動太極訓練班

26AP101(A班)
26AP102(B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

對象：16歲或以上人士

時間：(A班) 逢一、五 - 上午8:30-10:00

費用：\$350(會員)、

(B班) 逢一、三 - 晚上8:00-9:30

\$430(非會員)

地點：本中心

備註：

學員須穿著輕便衣服上課。

查詢人：
吳麗娥



星期二瑜伽

26AP103

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：20/1/2026(逢二) 10堂

對象：15歲或以上人士

時間：晚上7:00-8:00

費用：\$550(會員)、

地點：本中心

\$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

星期二Power yoga

26AP104

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，更可舒緩緊張及壓力，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：20/1/2026(逢二) 10堂

對象：15歲或以上人士

時間：晚上8:10-9:10

費用：\$550(會員)、

地點：本中心

\$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

星期四普拉提

26AP105(A班)
26AP106(B班)

Pilates好處

- 改善身體排列
- 糾正不良體態
- 強化核心肌肉
- 增強肌肉力量
- 訓練耐力平衡
- 減輕腰酸背痛
- 提高柔韌性

日期：8/1/2026(逢四) 10堂

對象：15歲或以上人士

時間：(A班) 晚上7:30-8:30

費用：\$550(會員)、

(B班) 晚上8:35-9:35

\$630(非會員)

地點：本中心

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

成人爵士健康舞班

26AP107

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：28/1/2026(逢三) 8堂

對象：14歲或以上人士

時間：晚上7:30-8:30

費用：\$560(會員)、

地點：本中心

\$640(非會員)

備註：

學員須穿著輕便衣服上課。

查詢人：
吳麗娥

西九龍第92小女童軍隊招募隊員 26G101

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：下午2:15-3:45
地點：本中心230室

對象：6-9歲小女孩
費用：\$10(會員)(每月費用)

負責人：
吳麗娥



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。

西九龍第92女童軍隊招募隊員 26G102

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：下午4:00-5:30
地點：本中心230室

對象：10-18歲女孩子
費用：\$15(會員)(每月費用)

負責人：
吳麗娥

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。

義工招募

26V101

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(1-12/2026)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：

- 1.服務滿30小時 ~ 義工服務嘉許獎
- 2.服務滿50小時 ~ 義工服務銅獎
- 3.服務滿100小時 ~ 義工服務銀獎
- 4.服務滿200小時 ~ 義工服務金獎

負責人：
區碧華

日期：全年
時間：NIL
地點：本中心

對象：14歲或以上
費用：免費

備註：請往中心詢問處填妥義工登記表即可。



義工簡介會

26V102

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。

日期：30/1/2026(五)
時間：晚上8:15-9:30
地點：本中心/Zoom線上形式進行

對象：14歲或以上
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.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。



2025年度義工嘉許禮

26V103

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！

負責人：
區碧華

日期：22/3/2026(日)
時間：上午11:00-下午3:00
地點：本中心/戶外(待定)

對象：14歲或以上
費用：\$80(會員/非會員)

備註：參加者必需在2025年1-12月期間曾協助中心義工服務最少有10小時。

招募<義務導師>

26V104

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、電子琴等、烹飪、手工藝、剪髮、話劇、外語、舞蹈及運動等等

負責人：
區碧華

日期：全年
時間：NIL
地點：本中心

對象：14歲或以上
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。



義工技能培訓 - 創意賀年揮春齊齊寫和畫

26V105

活動將會與義工們發揮創意，齊齊創作可愛文字與圖畫，送一幅賀年揮春及自己，也合作創作一些送給左鄰右里，將祝福帶給自己，也將愛心傳遞社區！

在過程中重尋學習的意義和享受當中的樂趣，也能增加自己做義工的本錢，在活動中成為好幫手啊！

日期：31/01/2026(六)
時間：晚上8:00-9:30
地點：本中心

對象：14歲或以上登記義工
費用：免費

負責人：
區碧華

親子義工計劃 - 2026新年的祝福

26V106

新年新展望，親子義工送上愛與祝福，讓社區長者開懷大笑，家庭幸福又有愛！

活動一	18/1	安老院探訪	每個家庭自備10-12卷廁紙一條
活動二	8/2	長幼美食賀新春	與長者一齊做賀年菜
活動三	8/3	新春獨居長者探訪	每個家庭自備4-5個水果

日期：18/1、8/2、8/3/2026(日)
時間：下午2:00-4:15
地點：本中心

對象：親子家庭
費用：免費

負責人：
李麗萍



義工技能培訓 - 功課輔導技巧

26V107

中心有好多不同對象嘅功課輔導班需要義工協助，義工們服務時有無遇過咩困難？我哋一齊研究下。

日期：27/2/2026(五)
時間：晚上8:00-9:30
地點：本中心

對象：14-59歲
費用：免費

負責人：
溫智鈞(Dan Sir)



小種子義工訓練計劃

26V108

我們現招募7-12歲小朋友參加【小種子義工訓練計劃】！透過一系列有趣又實用的活動，讓孩子學習助人為樂的精神，並提升溝通與合作能力。

日期：義工訓練：17/1、31/1/2026(六)
 探訪日：8/2/2026(日)
 時間：下午2:30-4:00
 地點：本中心

對象：7-12歲
 費用：\$50(會員)、\$80(非會員)
 (大小同價)

負責人：
 袁詠珊

南亞功課輔導義工

26V109

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：晚上7:00-8:30
 地點：本中心

對象：中五或以上
 費用：免費

負責人：
 王培明姑娘、張盼及黃瑋

故事天地 - 「種子故事人」義工招募

26V110

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：2026年1-3月每個星期五 - 任君選擇「故事天地」其中一節
 時間：晚上8:00-8:45
 地點：Zoom 線上形式進行(按情況或會改以實體形式進行)

對象：有興趣人士(16歲或以上)
 費用：免費

負責人：
 麥小華

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.如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。

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(2391 4320)至本中心。