兒童

「＊活動有優惠名額」

活動名稱	日期	時間	節數	地點	費用	對象／名額	內容	負責職員
P010/24 匹克球初班 (4-6月)	4月:6/4-27/4 (20/4暫停) 5月:4/5-25/5 6月:1/6-29/6 (逢六)	上午10:00-11:00	12節	寶田中心/兆康中心/區內合適場地	會員 4月:$30/3堂 5月:$40/4堂 6月:$50/5堂 非會員 4月:$50/3堂 5月:$60/4堂 6月:$70/5堂	小一至小五 8人	匹克球又稱簡易網球，混合羽毛球及乒乓球打法訓練參加者手腳協調訓練。 備註:如表現優異有機會外出參與比賽。	余偉豪 (余Sir)
P011/24 兒童KPOP 跳舞入門班 B班 (4-6月)	4月:6/4-27/4 5月:4/5-25/5 6月:1/6-29/6 (逢六)	下午4:30-5:30	13節	寶田中心/兆康中心	會員 4月:$80/4堂 5月:$80/4堂 6月:$100/5堂 非會員 4月:$100/4堂 5月:$100/4堂 6月:$120/5堂	小二至小六 4人	訓練音樂節奏感，身體協調性「集中力」「記憶力」「自信心」 UP! UP! 透過舞蹈 踏上尋找自我之旅。	鄺芷澄 (Becky Miss)
P012/24 躲避盤訓練 小隊(4-5月)＊	12/4-17/5 (逢五) (3/5暫停)	下午5:00-6:30	5節	寶田中心/寶田邨戶外場地	會員 $150 非會員 $170	8-12歲 15人	躲避盤發展兒童運動潛能，訓練小朋友合作精神及情緒智商，參與中心躲避盤隊伍將有機會代表中心出席7月之暫中心躲避盤比賽。	梁啟麟 (Alan sir)
P013/24 躲避盤訓練 小隊(5-6月)＊	24/5-28/6 (逢五) (7/6暫停)	下午5:00-6:30	5節	寶田中心/寶田邨戶外場地	會員 $150 非會員 $170			
P014/24 特殊學習需要 IPSC實用射擊 小組(5-6月)＊	11/5-8/6 (逢六)	上午9:30-10:30	5節	寶田中心	會員 $150 非會員 $170	8-12歲特殊學習需要學生 6人	IPSC實用射擊訓練，以最快及最準以完成每個回合之目標，訓練學生專注力、事前計劃，抗壓能力等。	梁啟麟 (Alan sir) 特殊學習需要運動教練
P015/24 IPSC實用射擊 4月A班	6/4- 27/4 (逢六)	上午11:00-中午12:00	4節	寶田中心	會員 $320 非會員 $340	兒童(8-13歲) 10人	實用射擊在不同的佈景來模擬實戰，以迅速動作準確地射擊作模擬訓練。參加者學習IPSC常用技巧、比賽類型及條例、比賽用品的保養和維修知識。 (1) 費用已包括借用所有裝備，參加者無需自行購買。 (2) 自備足夠食水。 (3) 請穿着鬆身的運動衣服。	廖晉奇 (奇Sir)
P016/24 IPSC實用射擊 5-6月A班	4/5-29/6 (逢六)	上午11:00-中午12:00	9節	寶田中心	會員 $720 非會員 $740			
P017/24 信義籃球小將 4月	6/4- 27/4 (逢六)	上午9:30-10:30	4節	寶田邨籃球場	會員 $240 非會員 $260	高小至初中學生 20人	加入中心籃球隊，由導師教授籃球知識及技巧，提供體能，學習團體合作和溝通。跟隊友一同進行訓練與較量一下。 備註：費用已包導師費、裝備及場地費用。	廖晉奇 (奇Sir)
P018/24 信義籃球小將 5-6月	4/5- 29/6 (逢六)	上午9:30-10:30	9節	寶田邨籃球場	會員 $540 非會員 $560			
C001/24 兆康跆拳道班 (4-6月)	6/4-29/6 (逢六)	上午11:15-12:30	13節	兆康中心	會員 $60/堂 (每月收費按堂數調整) 非會員 不適用	6歲-18歲 20人	教導學員跆拳道的精神和禮儀， 培養學員的自信心和紀律， 教授各種套拳，自衛術，腿法及各種伸展運動，並為學院報考升級試。	趙樂民 (趙Sir)

兒童

「＊活動有優惠名額」

活動名稱	日期	時間	節數	地點	費用	對象／名額	內容	負責職員
P019/24 射箭班4-5月	11/4-30/5 (逢四)	晚上6:30-8:00	8節	寶田中心	會員 $400 非會員 $420	高小至中學生 8人	認識射箭運動既基礎技術、知識，學員透過親身嘗試，學習射箭操作同比賽既知識。	廖晉奇 (奇Sir)
P020/24 射箭班6月	6/6-27/6 (逢四)	晚上6:30-8:00	4節	寶田中心	會員 $200 非會員 $220			
					費用已包導師費、裝備及場地費用。			
P021/24 桌遊小組(初階) (4-5月)＊	13/4-11/5 (逢六)	下午1:30-3:00	5節	寶田中心	會員 $100 非會員 $120	6-10歲 8人	桌上遊戲訓練兒童邏輯思維、社交技巧、團隊合作等，小組亦提供義工服	梁啟麟 (Alan sir)
P022/24 桌遊小組(初階) (5-6月)＊	18/5-15/6 (逢六)	下午1:30-3:00	5節	寶田中心	會員 $100 非會員 $120			
P023/24 龍與地下城 - 青少年	27/4、4/5、18/5、8/6、15/6、29/6 (逢六)	下午4:15-5:45	6節	寶田中心 / 兆康中心	會員 $60 非會員 $80	小三至中三 5人	今日下午落到地下城遇到隻哥布林你會點做呢?A.戰鬥! B.逃走! C.捉佢! D.躺平?	余偉豪 (余Sir)
P024/24 桌上遊戲小組 2024年4月	6/4- 27/4 (逢六)	下午3:00-5:00	4節	寶田中心	會員 $80 非會員 $100	高小至初中學生 15人	認識不同種類的有趣桌遊，鍛鍊邏輯思維、團隊合作！	廖晉奇 (奇Sir)
P025/24 桌上遊戲小組 2024年5-6月	4/5- 22/6 (逢六)	下午3:00-5:00	8節	寶田中心	會員 $160 非會員 $180			
P026/24 櫻色-和諧粉彩畫班(4月A組)	6/4-27/4 (逢六)	下午2:15-3:45	4節	寶田中心 / 兆康中心	會員 $80 非會員 $100	小一至小六 6人	學習總畫和諧粉彩，發揮創意用指尖創作，以藝術療癒心靈。	尹嘉恆 (Lala Miss)
P027/24 櫻色-和諧粉彩畫班(4月B組)	6/4-27/4 (逢六)	下午4:00-5:30	4節	寶田中心 / 兆康中心	會員 $80 非會員 $100			
P028/24 晴朗-和諧粉彩畫班(5月A組)	4/5-25/5 (逢六)	下午2:15-3:45	4節	寶田中心 / 兆康中心	會員 $80 非會員 $100			
P029/24 晴朗-和諧粉彩畫班(5月B組)	4/5-25/5 (逢六)	下午4:00-5:30	4節	寶田中心 / 兆康中心	會員 $80 非會員 $100			
P030/24 初夏-和諧粉彩畫班(6月A組)	8/6-29/6 (逢六)	下午2:15-3:45	4節	寶田中心 / 兆康中心	會員 $80 非會員 $100			
P031/24 初夏-和諧粉彩畫班(6月B組)	8/6-29/6 (逢六)	下午4:00-5:30	4節	寶田中心 / 兆康中心	會員 $80 非會員 $100			

兒童

「＊活動有優惠名額」

活動名稱	日期	時間	節數	地點	費用	對象／名額	內容	負責職員
C002/24 兆康英語文法班 (4-6月)	6/4-29/6 (逢六)	下午3:30-4:30	13節	兆康中心	會員 $120/堂 (每月收費按堂數調整) 非會員 不適用	小一至小六 4人	增加學生對英語的興趣及自信心，增強英語文法技巧。	趙樂民 (趙Sir)
P032/24 快樂學員課程 - 子女篇(4-6月)	10/4-26/6 (逢三)	下午4:00-5:00	10節	兆康中心	會員 免費 非會員 不適用	6-10歲 12人	以互動學習方式，讓孩子領會有品的正面作用，提升個人表達能力及自尊感。	彭衛慶 (雯包Sir)
P033/24 情緒研究所	12/4-17/5 (逢五)	下午4:00-5:00	6節	兆康中心	會員 免費 非會員 不適用	6-10歲 12人	情緒代表着我們當刻的感受，活動以繪本故事、體驗活動等生動的方式求認識情緒，通過藝術課兒童表達自己的情緒和感受。	彭衛慶 (雯包Sir)
P034/24 晴天加油站	13/4-18/5 (逢六)	上午9:30-11:00	6節	兆康中心	會員 $10 非會員 不適用	8-12歲 12人	以快樂為主題，讓孩子透過不同的藝術表達活動，轉化情緒成為心底的養分。	彭衛慶 (雯包Sir)
P035/24 頂級執行員	24/5-28/6 (逢五)	下午4:00-5:00	6節	兆康中心	會員 免費 非會員 不適用	6-10歲 12人	執行功能是自我管控的能力，透過體驗遊戲、創作表達、分享討論等方式拆解執行功能(開展、計劃、組織)，培養思考及規劃能力。	彭衛慶 (雯包Sir)
C003/24 購靈學堂 (4-6月)	逢星期一至五 (公假及學校長假暫停)	下午3:00-6:00	不適用	兆康中心	會員 每堂$90 非會員 不適用	小一至小六 16人	由本中心任職多年的兩位Miss為同學仔進行功課輔導，協助學生完成家課作業溫習。	趙樂民 (趙Sir)
		需先跟家長及學童進行面試，面試後會接獲電話通知。						
P036/24 星級學堂 (功課輔導)	逢星期一至五 (公假及學校長假暫停)	下午4:30-6:30	/	寶田中心	會員 每堂$60 (按每堂數收費) 非會員 不適用	小一至小六 12人	"由導師以小組形式解答功課疑難。 1.雙職家庭優先，以照顧兒童基本需要。 2.本計劃設後備登記，申請人需親身到中心填寫申請表格。"	趙婉珊 (Yammie Miss)
		甚生優先報名，若有空缺予新生，本中心會聯絡約見面試，需家長及學童同時出席。面試後，若合適者會接獲電話通知辦理報名手續，及務必登記成為會員。						

兒童

「＊活動有優惠名額」

活動名稱	日期	時間	節數	地點	費用	對象／名額	內容	負責職員
FP037/24 散學＊感樂 每一Teen (兒童系列)	20/4-19/7 (逢六)	上午10:00-下午6:00	8節	寶田中心及戶外	會員 免費 非會員 不適用	小學生 8人	提供持續性的學習/興趣培養小組，例如：趣味學科工作坊、戶外探索體驗及創意藝術小組等，讓兒童可多元及全面發展。	趙婉珊 (Yammie Miss)
		本計劃獲亞洲保險贊助，有意參加者請先留名。						
FP009/24 童＊里同盟 計劃(兒童系列)	4/5-3/8 (逢六)	下午2:00-晚上9:30	3節	寶田中心	會員 免費 非會員 不適用	小學生 8人	向有學習需要及新屋邨的家庭提供學習及興趣活動，包括：專注力、學科小組及跆慶手工及烹飪活動。	趙婉珊 (Yammie Miss)
		本計劃獲安我保險贊助，有意參加者請先留名。						
新來港兒童 適應課程 (5-6月)	待定	待定	/	寶田中心	會員 / 非會員 /	6-18歲 (內地來港定居不足一年或在本地學校接受教育不足一年的兒童) 15人	課程內容包括個人成長、社區適應及基本學習技巧。	梁啟麟 (Alan Sir)
		有興趣參與可先留名，負責社工會新後聯絡。						



青少年

「＊活動有優惠名額」

活動名稱	日期	時間	節數	地點	費用	對象／名額	內容	負責職員
P039/24 匹克球高班 (4-6月)	4月:6/4-27/4 (20/4暫停) 5月:4/5-25/5 6月:1/6-29/6 (逢六)	下午2:30-4:00	12節	寶田中心/兆康中心/區內合適場地	會員 4月:$30/3堂 5月:$40/4堂 6月:$50/5堂 非會員 4月:$50/3堂 5月:$60/4堂 6月:$70/5堂	小五至中三 8人	匹克球高班集中訓練更多匹克球技巧及戰術，當中更會有機會出外比賽及交流。 備註:如表現優異有機會外出參與比賽。	余偉豪 (余Sir)
P040/24 IPSC實用射擊 4月B班	6/4- 27/4 (逢六)	中午12:00-1:00	4節	寶田中心	會員 $320 非會員 $340	中學生 10人	實用射擊在不同的佈景來模擬實戰，以迅速動作準確地射擊作模擬訓練。參加者學習IPSC常用技巧、比賽類型及條例、比賽用品的保養和維修知識。 (1) 費用已包括借用所有裝備，參加者無需自行購買。 (2) 自備足夠食水。 (3) 請穿着鬆身的運動衣服。	廖晉奇 (奇Sir)
P041/24 IPSC實用射擊 5-6月B班	4/5- 29/6 (逢六)	中午12:00-1:00	9節	寶田中心	會員 $720 非會員 $740			
P042/24 武術班 5-6月	4/5- 22/6 (逢六)	下午2:00-4:00	8節	寶田中心	會員 $700 非會員 $720	高小至中學生 20人	認識武術既基礎技術、知識，學員透過親身嘗試，強身健體，提升個人的能力感。	凌銀萍 (Elaine Miss)
P043/24 結他班 5-6月	4/5-22/6 (逢六)	下午4:30-6:30	8節	寶田中心	會員 $400 非會員 $420	高小至中學生 10人	學習結他的樂理知識及技巧，透過音樂與他人連結。	凌銀萍 (Elaine Miss)
P044/24 Happy hour (5-6月)＊	18/5-29/6 (逢六)	晚上7:00-9:30	7節	寶田中心	會員 $120 非會員 $140	中學-大專生 8人	生活各方面都有啲壓力，想轉下心情又唔知去邊好？一班朋友仔或者一個人過嚟聚一聚啦！大把桌遊、PS5等緊你嚟一齊鬆一鬆！	楊家崎 (家崎Sir)
P045/24 文字藝術 研習室	4/5-25/5 (逢六)	上午10:30-12:30	4節	寶田中心	會員 $20 非會員 $40	12-24歲 8人	學習繪寫文字，以藝術風格去療癒人的心情，用最好的表達方式去鼓勵人。	蘇永健 (Robert Sir)

青少年

「＊活動有優惠名額」

活動名稱	日期	時間	節數	地點	費用	對象／名額	內容	負責職員
P046/24 青少年音叉 保健 (4月)	10/4-12/4 (三至五)	下午5:30-6:30	3節	寶田中心	會員 $150 非會員 $170	11-18歲 4人	教授音叉原理及基本知識，學習用音叉放鬆身心、提升情緒管理能力。 備註:如身體有特別情況，可先向Carmen Miss查詢及了解現時是否合適參加。	何嘉敏 (Carmen Miss)
P047/24 青少年音叉 保健 (5月)	29/5-31/5 (三至五)	下午5:30-6:30	3節	寶田中心	會員 $150 非會員 $170			
P048/24 青少年音叉 保健 (6月)	12/6-14/6 (三至五)	下午5:30-6:30	3節	寶田中心	會員 $150 非會員 $170			
P049/24 探索社會議題- 微電影 製作小組＊	3/4-5/6 (逢三)	晚上7:30-9:30	8節	寶田中心 (暫定)	會員 $100 非會員 $120	12歲或以上 6人	用鏡頭編織社會倡議，微電影製作小組將你所看見的社會故事變成感人的影像，讓每一刻都動人心弦。	曾卓鈐 (Kisa Miss)



家長

「＊活動有優惠名額」

活動名稱	日期	時間	節數	地點	費用	對象／名額	內容	負責職員
P050/24 柔力球(4-6月)	4月:11/4-25/4 (4/4暫停) 5月:2/5-30/5 6月:6/6-27/6 (逢四)	上午10:00-11:15	12節	寶田中心 / 兆康中心	會員 4月:$30/3堂 5月:$50/5堂 6月:$40/4堂 非會員 4月:$60/3堂 5月:$70/5堂 6月:$60/4堂	家長 8人	柔力球為全身運動，郁一郁出身汗順便拉筋，KEEP住學更多招式套路更可形成一支舞蹈。	余偉豪 (余Sir)
P051/24 龍與地下城 - 家長	25/4、2/5、16/5、30/5、13/6、27/6 (逢四)	晚上7:00-8:30	6節	寶田中心 / 兆康中心	會員 $60 非會員 $80	家長 5人	龍與地下城即桌上解謎遊戲之一。成日聽阿仔阿女講打怪升LV，家長們一齊嚟認識玩下啦！	余偉豪 (余Sir)
P052/24 為您「家」油站	25/4-30/5 (逢四)	下午4:00-5:00	6節	兆康中心	會員 免費 非會員 不適用	家長 12人	以輕鬆、愉快的手作花藝、盆景創作，讓家長可以專注於當下，達到減壓及舒緩不愉快情緒的效果。	彭衛慶 (雯包Sir)
P053/24 我有我浪漫- SEN兒童照顧者 999純銀戒指 工作坊＊	10/4及17/4 (逢三)	上午10:30-下午1:30	2節	寶田中心	會員 $100 非會員 $120	SEN家長 6人	組信爸爸媽媽們為了照顧小朋友，平日都無暇顧及自己的Me time，參加者可以製作專屬的銀戒指，重拾自我生活的浪漫！	曾卓鈐 (Kisa Miss)



家長

「＊活動有優惠名額」

活動名稱	日期	時間	節數	地點	費用	對象／名額	內容	負責職員
FP037/24 散學＊感樂 每一Teen (家長系列)	20/4-19/7 (逢六)	上午10:00-下午6:00	8節	寶田中心	會員 免費 非會員 不適用	有6-12歲子女的家長 8人	香薰手作/ 美顏花茶/ 彩繪玻璃日用品等，可享受慢活時間，舒緩身心之餘，可互相分享照顧家庭的日常。	趙婉珊 (Yammie Miss)
		本計劃獲亞洲保險贊助，有意參加者請先留名。						
P056/24 Steam同樂日 家長篇(5-6月)	16/5、30/5、13/6、27/6 (逢四)	上午11:00-12:30	4節	寶田中心	會員 免費 非會員 不適用	家長 6人	各位家長圍埋一齊！輕輕鬆鬆，認識創新科技，攜關眼界！活動教授3D打印機、編程等創新科技。	楊家崎 (家崎Sir)
P057/24 快樂學員課程 - 家長篇(4-6月)	10/4-26/6 (逢三)	上午9:30-11:00	10節	兆康中心	會員 免費 非會員 不適用	家長 12人	快樂源於認識自己和接納自己，透過性格透視工具，配以趣味活動體驗，讓參加者認識自我及提升簽教技巧，共建快樂家庭。	彭衛慶 (雯包Sir)



基督教香港信義會
屯門青少年綜合服務中心

網址：http://tmit.elchk.org.hk　電郵：tmit@elchk.org.hk

中心通訊

4月-6月

2024年3月16日起，接受活動報名

寶田中心開放時間

時間/星期	一	二	三	四	五	六	日
上午 9:30-12:45	☎	☎	☎	✓☎	☎	✓☎	✗
下午 2:00-05:30	☎	✓☎	✓☎	✓☎	✓☎	✓☎	✗
晚上 6:30-09:45	✗	✓☎	✓☎	✓☎	✓☎	✓☎	✗

中心開放時間 ✓ 辦公時間 ☎　　中心關門前15分鐘停止收費

2024年4月-6月假期通告
中心於下列日期暫停開放

復活節	4月1日	星期一
清明節	4月4日	星期四
勞動節	5月1日	星期三
佛誕	5月15日	星期三
端午節	6月10日	星期一

拒收中心電子及郵寄訊息

如不欲收取基督教香港信義會青少年綜合服務中心所發放的訊息或所寄出的刊物，請發電郵至（中心電郵）或（中心地址）通知本中心。請在電郵或信件上清楚註明閣下的電郵地址、傳真號碼或通訊地址，讓我們在通訊名單內刪除。

如欲收到更多活動及其他資訊，歡迎關注：

寶田中心 Facebook

開和青 Facebook

逆轉光環 Instagram





督印人：馮隩(中心主任)　印刷品數量：2000本

寶田中心
地址：屯門寶田邨商場三樓301室
電話：2462 1700
傳真：2463 4701

兆康中心
地址：屯門兆康苑商場二樓227號
電話：2465 7166
傳真：2468 4290

熱帶氣旋及暴雨警告之安排通告

一般而言，將有以下安排：

警告/信號	單位開放	單位內課程、活動	單位以外活動	水上、野外活動
雷暴警告	✓	✓	✗ (註1)	✗ (註2)
黃色暴雨警告	✓	✓	✓	✗
紅色暴雨警告	✓	✓	✗	✗
黑色暴雨警告	✗ (註3)	✗ (註3)	✗ (註4)	✗
T1號熱帶氣旋警告	✓	✓	✓	✗ (註2)
3號熱帶氣旋警告	✓	✓	✗ (註5)	✗
8或以上號或較高熱帶氣旋警告	✗ (註6)	✗ (註6)	✗	✗

✓照常開放或活動繼續進行　　✗暫停開放或活動取消/延期

註1：若單位以外活動是在室內進行，則會繼續；若為戶外活動，負責職員可考慮實際天氣情況，決定是否繼續進行。

註2：當天文台發出雷暴警告或1號熱帶氣旋警告時，所有正在進行中的水上活動需立即終止。而野外及末開始的活動，負責職員需考慮實際天氣情況，決定是否繼續進行。

註3：若單位已開放或在單位內已開始的課程、活動將會繼續，並鼓勵服務使用者留在單位，直至較安全情況或家長陪同下才可離開。

註4：若單位以外活動已開始，負責職員先安排使用者留在安全地方，及按實際情況決定活動是否需要暫停或取消，在較安全情況下才返回單位。回單位後使用者仍獲得充份照顧，直至環境安全或家長陪同下才可離開單位。

註5：若單位以外活動已開始及在室內進行，負責職員可考慮實際天氣情況，決定是否繼續進行。

註6：當天文台宣佈在未來數小時內將改掛8號或較高熱帶氣旋警告時，以策安全，未開始的課程、活動將取消/延期，並會勸諭服務使用者盡快返回家中。另請家長考慮地區之天氣、道路及交通情況，盡快前往本單位接回子女。

a. 當天文台發出8號或較高熱帶氣旋警告或黑色暴雨警告信號時，本單位會暫停開放。而單位內課程、活動及單位以外的活動將會全部取消。

b. 當天台發出除T8號或較高熱帶氣旋警告或黑色暴雨警告信號後兩小時，本單位將回復正常開放運作，而有關課程、活動是否如常舉行，一般情況則按上表列作出安排，單位亦可按實際情況而作出更改決定，以單位最後公佈為準。

c. 以上安排，只作一般情況參考，任何情況下，負責職員可按實際天氣及使用者安全情況而作出最後決定；服務使用者/家長須考慮各自地區之天氣、道路及交通等情況，決定是否前往本單位。

d. 所有課程、活動因各種天氣影響而暫停/取消/延期，本單位均不會安排補課或退款予參加者。

長腿叔叔信箱

長腿叔叔是一位具備關懷，接納及同理心的成年人。他會以真摯文筆協助來信者從不同角度思考和剖析問題，並以愛心回應，陪伴少年人走過每段成長路。無論你在生活上遇到甚麼事情，有開心，難過，困惑等……也很歡迎你來信與長腿叔叔分享。

信箱來信方法

1.向中心職員索取「長腿叔叔信箱」專用郵柬，寫下心聲連同個人資料寄回。
2.用自己喜歡的信紙，寫下心聲連同個人資料，寄回九龍鳥打老道50A信義樓一樓「長腿叔叔信箱收」。
3.將信件直接交到各區信義會青少年綜合服務中心，轉交「長腿叔叔信箱」即可。

基督教香港信義會
屯門青少年綜合服務中心

親子園地

大自然遊樂場

春回大地，最適宜與孩子到郊外遊玩。大自然是最多姿多彩的遊樂場，也是最好的教室，除了激活孩子的七感，包括：視、聽、嗅、味、觸、本體覺與前庭覺外，更可豐富子女的認知、想像、美感與創造等綜合能力，更讓子女認識大地萬物互相效益及生生不息的狀態，培育孩子心懷感恩。以下提供一些親子活動小貼士，寓學習於郊遊中：

看一看： 陪孩子蹲下，觀察花草或昆蟲的顏色及深淺程度、形狀、長短、粗幼、紋理、大小；數數花兒飛鳥的數量，找找植物設施的相同與不同。

聽一聽： 和孩子深呼吸五下，每一次呼吸都細長緩慢，跨聽呼吸感受安康生命的美好。亦可聽聽雀鳥聲、流水聲、風聲、蟬鳴；欣賞聲音的韻律變化，想像當中的情感傳達。

聞一聞： 與孩子深長呼吸，留意花草、果實、樹木以至泥土散發的各種氣味。也可如小偵探般追尋氣味，描述氣味，解釋發出氣味的原因/作用。

摸一摸： 教孩子「溫柔地」跟大地與萬物做朋友，透過觸摸互相認識。如幸運遇上柏醜草，更可與它進行開合遊戲，比較誰最有耐性打開身體，或摺合身體。

想一想： 跟孩子一同觀察或收集掉落地上的落花、枯葉、石子或果實，進行各樣拼砌或聯想活動。更可愛心爆棚，嘗試為散落離家的物種，找回所屬家園。

再好的教室，不及跟爸媽同處，知道爸媽安穩自在，喜愛跟自己一起。骨肉同心，鼓勵家長同樣珍惜跟子女同在，願意以大自然為師，能夠在大自然中重拾童真與感恩心，放手讓大自然成為一家人的好朋友，經常共聚同樂。

基督教香港信義會王賚明快樂家庭培育中心
計劃統籌主任白志慧姑娘





鳴謝：本會天恩幼兒學校提供相片

機構簡介

基督教香港信義會社會服務部自1976年成立，是本港大型的綜合性社會服務機構，以創新的方式、關愛及以人為本的精神為基層及弱勢社群提供多元化的服務。本會現時共有超過50個服務單位，服務範圍遍佈全港，由幼兒到長者，從家庭、學校以至職場，服務人次每年超過二百萬。

我們的服務

幼兒教育服務、青少年服務、家庭服務、長者服務、康復服務、戒毒服務、就業及社區服務，以及其他創新性服務，例如：「毒癮無可忍」手機程式、「天使護航」年輕爸媽支援服務、「生命故事」抑鬱長者服務、香港青年才藝學院、準大專課程，金齡薈及恩青營（鞍山探索館）等。主要服務區域包括：將軍澳、沙田、大埔、北區、天水圍、屯門、元朗、荃灣、葵涌等新市鎮區域，並積極將服務務推展至港九。

使命　實踐耶穌基督傳揚福音和服務人群的精神。

願景　以人為本、關心弱勢社群與時並進、銳意變革創新邁向卓越、處處顧出關嘅

我們致力實踐以下價值：

- 誠信為本
- 群策群力
- 卓越效能
- 全人關嘅
- 社會參與
- 公義仁愛

新員工簡介



嗨，我係負責JC21C計劃社工Charis/羅姑娘呀。只要你係年輕人，而且有任何諗頭又想發揮你嘅小宇宙。歡迎大家搵我吹水，一於一齊度掂佢，青成同行咁實踐你嘅想法啦。



大家好，我係新入職同事Robert！平時鍾意食嘢吹水同埋影靚相，期待你哋每一個可以嚟到中心一齊玩一齊吹水，到時候見你呀！



Hello大家好，我係新入職嘅同事趙樂民Lokman，雖然平時主要都係兆康嗰邊工作，但係大家如果想約我一齊做運動，我絕對歡迎，希望可以同大家一齊玩啦～



大家好，我係新同事Aryua啊！你哋可以叫我sir。我平時鍾意畫下畫，砌下模型。我最擅長嘅係室內設計。如果大家有興趣呢方面嘅知識可以多啲嚟搵我玩同傾下偈！

會員制度及福利

會籍類別	個人會員	家庭會員
申請資格	6-24歲兒童及青少年的香港居民	- 申請人須年滿18歲或以上之家長或監護人 - 家庭成員須為兩代或同住隔代直系親屬 - 家庭成員必須有6-24歲的青少年(必須是香港居民) - 人數不限
年費	$15	$30
	優惠會籍：現時領取綜合社會保障援助或學生資助計劃全額津貼之學生及其家庭成員可獲豁免會費（申請時需出示有效證明文件）	
申請手續	1. 填妥會員申請表格 2. 帶同身份證明文件(如身份證、出世紙或學生手冊)、 3. 若申請優惠會員，需帶同有效綜合社會保障援助或學生資助計劃全額津貼證明文件 4. 連同會費交回本中心辦理 (備註：辦理續證者須是「會籍已過期」或「會籍有效期不足3個月」才接受辦理)	
補證	手續費每張$5 (每年按需要調整) (申請補證者須是遺失了會員證及會籍有效期超過3個月以上才接受辦理)	
福利	1. 可以參與本會屬下青少年綜合服務中心的各類服務、活動及享用設施 2. 可以會員價報名參加活指定活動；優惠會員更可享活動費8折優惠 3. 定期收到中心通訊 4. 憑會員證可借用中心指定設施，如康樂用品等。	
終止及退出會籍	1. 會籍有效期為1年，到期不續證者，均作自行退出論 2. 會籍未屆滿而欲退出會籍者，可以書面提出或填寫退出會籍申請表，連同會員證交回中心處理。但所繳付之會費，恕不退還 3. 若服務使用者對職員或其他人士構成滋擾/危險或蓄意破壞中心公物，中心有權要求服務使用者終止及退出服務。	

活動報名及退出

1. 活動或班類報名，請於中心開放或報名時間到中心，填妥報名表及繳費即可。
2. 活動報名以「先到先得，額滿即止」為原則，需面試活動除外。
3. 所有班類（興趣班、跆拳道鋼琴班、功輔班、託管服務等）之參加者必須為本中心會員(贊助活動除外)，所有班類須遵指定之報名人數才開班。
4. 因颱風/暴雨影響而未能依時上課的綜合課程及功輔班，將不會給予補課或退回諗堂費用。
5. 班類參加者凡連續缺席三課而未經向導師申述理由，則當自動退出論。所繳費用將不獲退還。
6. 因颱風/暴雨影響而要中斷或未能進行的活動將不獲退還活動費用，若遇特別情況將會另行通知。
7. 一經報名及繳費，一律不得換人或擅自加入，如於活動舉行時發現參加者與所填報之資料不符，本中心將有權取消其參加該次活動的資格。
8. 除贊助者活動和特別註明外，綜援家庭參加活動，可享有八折優惠，（需出示相關証明文件）八折優惠不適用於$20或以下之收費活動，而部分活動綜援優惠名額有限，先到先得，額滿即止。
9. 參加者所繳付之費用，若由於個人原因而不能出席，均不獲退還。
10. 所有活動/課程如有更改，則以中心最後公佈為準。

退款安排

若因報名人數不足或任何由本中心提出取消或延期的活動，本中心會在活動開始前最少兩個工作天通知取消或延期並通知退款辦法。申請退款時請帶同有關活動的正本收據，親臨本中心辦理，而辦理退款手續必須在通知日開始計算一個月或指定日期前進行，逾期作自動放棄退款論。

1.若由於個人原因而退出活動，參加者可以口頭/書面形式通知中心接待處職員或負責職員，所繳付之費用，均不獲退還。
2.長期班組參加者連續缺席三課而未向負責職員請假，中心有權視為自動退出論，所繳費用將不獲退還。
3.如個案案主欲退出輔導服務，可以口頭或書面向負責社工提出，社工會在一個月內結束個案。

意見收集: 中心設有意見箱，歡迎區內人士對本中心服務提供意見，所有意見按中心行政程序處理。

會員制度及福利

會籍類別	個人會員	家庭會員
申請資格	6-24歲兒童及青少年的香港居民	- 申請人須年滿18歲或以上之家長或監護人 - 家庭成員須為兩代或同住隔代直系親屬 - 家庭成員必須有6-24歲的青少年(必須是香港居民) - 人數不限
年費	$15	$30
	優惠會籍：現時領取綜合社會保障援助或學生資助計劃全額津貼之學生及其家庭成員可獲豁免會費（申請時需出示有效證明文件）	
申請手續	1. 填妥會員申請表格 2. 帶同身份證明文件(如身份證、出世紙或學生手冊)、 3. 若申請優惠會員，需帶同有效綜合社會保障援助或學生資助計劃全額津貼證明文件 4. 連同會費交回本中心辦理 (備註：辦理續證者須是「會籍已過期」或「會籍有效期不足3個月」才接受辦理)	
補證	手續費每張$5 (每年按需要調整) (申請補證者須是遺失了會員證及會籍有效期超過3個月以上才接受辦理)	
福利	1. 可以參與本會屬下青少年綜合服務中心的各類服務、活動及享用設施 2. 可以會員價報名參加活指定活動；優惠會員更可享活動費8折優惠 3. 定期收到中心通訊 4. 憑會員證可借用中心指定設施，如康樂用品等。	
終止及退出會籍	1. 會籍有效期為1年，到期不續證者，均作自行退出論 2. 會籍未屆滿而欲退出會籍者，可以書面提出或填寫退出會籍申請表，連同會員證交回中心處理。但所繳付之會費，恕不退還 3. 若服務使用者對職員或其他人士構成滋擾/危險或蓄意破壞中心公物，中心有權要求服務使用者終止及退出服務。	

活動報名及退出

1. 活動或班類報名，請於中心開放或報名時間到中心，填妥報名表及繳費即可。
2. 活動報名以「先到先得，額滿即止」為原則，需面試活動除外。
3. 所有班類（興趣班、跆拳道鋼琴班、功輔班、託管服務等）之參加者必須為本中心會員(贊助活動除外)，所有班類須遵指定之報名人數才開班。
4. 因颱風/暴雨影響而未能依時上課的綜合課程及功輔班，將不會給予補課或退回諗堂費用。
5. 班類參加者凡連續缺席三課而未經向導師申述理由，則當自動退出論。所繳費用將不獲退還。
6. 因颱風/暴雨影響而要中斷或未能進行的活動將不獲退還活動費用，若遇特別情況將會另行通知。
7. 一經報名及繳費，一律不得換人或擅自加入，如於活動舉行時發現參加者與所填報之資料不符，本中心將有權取消其參加該次活動的資格。
8. 除贊助者活動和特別註明外，綜援家庭參加活動，可享有八折優惠，（需出示相關証明文件）八折優惠不適用於$20或以下之收費活動，而部分活動綜援優惠名額有限，先到先得，額滿即止。
9. 參加者所繳付之費用，若由於個人原因而不能出席，均不獲退還。
10. 所有活動/課程如有更改，則以中心最後公佈為準。

退款安排

若因報名人數不足或任何由本中心提出取消或延期的活動，本中心會在活動開始前最少兩個工作天通知取消或延期並通知退款辦法。申請退款時請帶同有關活動的正本收據，親臨本中心辦理，而辦理退款手續必須在通知日開始計算一個月或指定日期前進行，逾期作自動放棄退款論。

1.若由於個人原因而退出活動，參加者可以口頭/書面形式通知中心接待處職員或負責職員，所繳付之費用，均不獲退還。
2.長期班組參加者連續缺席三課而未向負責職員請假，中心有權視為自動退出論，所繳費用將不獲退還。
3.如個案案主欲退出輔導服務，可以口頭或書面向負責社工提出，社工會在一個月內結束個案。

意見收集: 中心設有意見箱，歡迎區內人士對本中心服務提供意見，所有意見按中心行政程序處理。

基督教香港信義會過渡性房屋計劃
ELCHK, Transitional Housing Project

新田部屋 THE STEP
現正招租



3款單位，面積由172至355平方尺

配備煮食空間、洗手間、浴室、基本環保家電及廚櫃

租金由 $2,100 至 $4,500

首300名成功申請住戶，更可獲總值$3,000津貼

配套完善，提供 綜合社會服務及社區設施

歡迎正輪候公屋/有迫切住屋需要人士申請

元朗新田新潭路11號

申請及了解更多

6113-6864　elchk_thestep

營運機構 Operator
基督教香港信義會

屯門地區康健中心 Tuen Mun District Health Centre

如果你是45歲或以上的香港居民*
未有已知糖尿病或高血壓病歷

45+

你可以參加

「慢性疾病共同治理先導計劃」

政府資助

篩查和治療
糖尿病及高血壓

登記計劃熱線：2332 2218

想知更多？
睇吓 陳豪 x 許思敏 點講

睇片！

*(1)持有根據《人事登記條例》(第177章) 所簽發香港身份證的人士，但若該人士是憑藉其已獲入境或逗留准許而獲簽發香港身份證，而該准許已經逾期或不再有效則除外；或 (2) 持有《入境條例》(第115章)所指明的《豁免登記證明書》

親子

「＊活動有優惠名額」

活動名稱	日期	時間	節數	地點	費用	對象／名額	內容	負責職員
P001/24 「花心轆」生命農夫計劃	25/5-29/6 (逢六)	上午9:30-11:00	6節	兆康中心	會員免費 非會員不適用	親子 12人	透過園藝治療小組訓練，讓小朋友栽種蔥，結合生命教育，種出正向情緒。	彭衛慶 (愛包Sir)
P002/24 「家家有情」親籽藝墟 (4-6月)	25/5-29/6 (逢六)	下午2:00-5:00	6節	兆康中心	會員免費 非會員不適用	親子 10人	透過藝墟活動，讓參加者與社區中不同人士共同探索藝術的無限可能性，互相交流並體驗各種藝術活動。	彭衛慶 (愛包Sir)
P003/24 親子聲頻專注力工作坊 (4月)	9/4至23/4 (逢二)	晚上7:00-8:00	3節	寶田中心/兆康中心	會員$150/每對親子 非會員$170/每對親子	1位家長＋1位子女 (小四至小六) 4人(2對親子)	透過聲頻樂器(頌缽、音叉等)進行親子溝通遊戲，提升子女的專注度及手部肌肉協調，並能促進親子間多點彼此關愛。 備註：身體有特別情況，可先向Carmen Miss查詢及了解現時是否合適參加。	何嘉敏 (Carmen Miss) 尼泊爾認證頌缽導癒師
P004/24 親子聲頻專注力工作坊 (5月)	28/5至11/6 (逢二)	晚上7:00-8:00	3節	寶田中心/兆康中心	會員$150/每對親子 非會員$170/每對親子			
P005/24 親子聲頻專注力工作坊 (6月)	18/6至2/7 (逢二)	晚上7:00-8:00	3節	寶田中心/兆康中心	會員$150/每對親子 非會員$170/每對親子			
P006/24 香港懷舊小食系列	4/5-25/5 (逢六)	下午2:00-5:00	4節	寶田中心	會員$120 非會員$140	親子 20人	與小朋友一同發掘懷舊小食的製作過程，用珍貴的親子時光遊歷在各種懷舊小食之中。	何宗祐 (祐Sir) / 曾卓鈴 (Kisa Miss)
P007/24 齊來學扎染	4/5-25/5 (逢六)	上午10:30-12:30	4節	寶田中心	會員$300 非會員$320	親子 10人	父參與的小朋友發揮創意的過程，家長能與小朋友一起學習扎染技巧製作親子衫和環保袋，並能出進親子間的關係。	何宗祐 (祐Sir)
P008/24 軟陶杯墊親子工作坊	11/5(六)	上午10:30-下午1:30	1節	寶田中心 (暫定)	會員$20 非會員$40	親子 (SEN家庭優先) 4個家庭	參與小朋友發揮創意的過程，與小朋友一起製作實用的杯墊，為家中添加充滿活力的桌上用品吧！	曾卓鈴 (Kisa Miss)
FP009/24 童•里同盟計劃 (親子系列)	24/5-3/8 (逢六)	下午2:00-晚上9:30	3節	寶田中心	會員免費 非會員不適用	有6-12歲子女及其家長6對親子	提供親子手工/烹飪工作坊及戶外探訪，建立親密的親子關係。	趙婉珊 (Yammie Miss)

本計劃獲安我保險贊助，有意參加者請先留名。