



基督教香港信義會  
屯門青少年綜合服務中心

# 2022-11 2023-3



基督教香港信義會  
屯門青少年綜合服務中心

## 寶田中心

## 興趣班

### 寶田鋼琴班 (11-3月)

\*現只供留位

日期：逢星期六  
時間：中心開放時間內  
對象：6-24歲  
名額：12人  
負責職員：黎小溪(黎Miss)

#### 收費表

初級 (30分鐘)	\$100/堂
一級 (30分鐘)	\$110/堂
一級 (45分鐘)	\$160/堂
二級 (30分鐘)	\$120/堂
二級 (45分鐘)	\$170/堂
三級 (45分鐘)	\$180/堂
四級 (45分鐘)	\$190/堂
五級 (45分鐘)	\$200/堂
六級 (45分鐘)	\$210/堂
七級 (45分鐘)	\$220/堂

活動內容：由資深導師任教，教授音階、和絃、節奏、基礎樂理、簡易鋼琴手法，並定期為合適學員報考英國皇家音樂學院鋼琴試(考試費另計)。

- 備註：
1. 每月學費以該月有多少堂來計算，請於每月第三堂前，繳交下月之學費。逾期則視為放棄學位，學位將會開放予公開人士報名，不作另行通知！
  2. 學員每季只能請假一次，該堂可安排補堂，補堂時間以導師時間為準且於季度內完成補堂。若未能配合導師時間補堂，則視放棄補堂論，並不作任何退款及更改補堂時間，其後若該季再次請假，均不作安排退款及補堂。
  3. 鋼琴班新收費安排，按該月共有多少個星期，收取多少堂費。(例如：該月共有5個星期二，該月便收5個星期的鋼琴班費用。)
  4. 中心提早關門日子為年三十晚、中秋節、冬至和平安夜，當天課堂會以取消處理，不需繳費。

### 寶田中心練琴服務 (11-3月)

日期及時間：中心開放時間內  
收費：會員每半小時\$20  
對象：6-24歲  
負責職員：黎小溪(黎Miss)

- 活動內容：
1. 收費以每月計算，每次繳費時需繳交整月費用。
  2. 練琴時段，只可一人練習。
  3. 已安排及繳費的練琴時間，不設退款或補堂。

- 備註：
- 每月學費以該月有多少堂來計算，請於每月第三堂前，繳交下月之學費。逾期則視為放棄學位，學位將會開放予公開人士報名，不作另行通知！
  - 學員每季只能請假一次，該堂可安排補堂，補堂時間以導師時間為準且於季度內完成補堂。若未能配合導師時間補堂，則視放棄補堂論，並不作任何退款及更改補堂時間，其後若該季再次請假，均不作安排退款及補堂。
  - 鋼琴班新收費安排，按該月共有多少個星期，收取多少堂費。(例如：該月共有5個星期二，該月便收5個星期的鋼琴班費用。)
  - 中心提早關門日子為年三十晚、中秋節、冬至和平安夜，當天課堂會以取消處理，不需繳費。

### 寶田跆拳道初班 (11-3月)

日期：1/11-28/3(逢星期二)  
27/12、24/1暫停  
時間：晚上6:15-8:15  
對象：6-12歲及初學者  
名額：15人  
費用：11月份:\$400 (5堂)  
12月份:\$240 (3堂)  
1月份:\$320 (4堂)  
2月份:\$320 (4堂)  
3月份:\$320 (4堂)

### 寶田跆拳道中班 (11-3月)

日期：4/11-31/3(逢星期五)  
時間：晚上7:00-8:15  
對象：6-12歲(已於初班完成評核)  
名額：15人  
費用：11月份:\$280 (4堂)  
12月份:\$350 (5堂)  
1月份:\$280 (4堂)  
2月份:\$280 (4堂)  
3月份:\$350 (5堂)

### 寶田跆拳道高班 (11-3月)

日期：4/11-31/3(逢星期五)  
時間：晚上8:15-9:30  
對象：6-12歲(已於中班完成評核)  
名額：15人  
費用：11月份:\$280 (4堂)  
12月份:\$350 (5堂)  
1月份:\$280 (4堂)  
2月份:\$280 (4堂)  
3月份:\$350 (5堂)

另設45分鐘課前成長活動，活動旨在深化在跆拳道班所學的精神及禮貌，令學員能在生活中實踐。

\* 煩請先致電中心留位，若達至足夠人數方會開班，敬請留意。

活動內容：

1. 教導兒童跆拳道之精神及禮貌，培養學員的自信心、武德培訓，學習各種套拳、自衛術、腳法及各類伸展活動，並會安排學員升級試。
2. 本課程與「樂華跆拳道會」合辦。所簽發之證書為全世界認可。
3. 教練將定期評估學員能力，以安排學員升班。
4. 費用不包括制服，制服可稍後由導師代購，約\$300。

負責職員：尹裔恒姑娘

地址：屯門寶田邨商場三樓301室 / 屯門兆康苑商場二樓227號 電話：2462 1700 / 2465 7166

## 兆康中心

## 興趣班

### 兆康英語文法班 (11-3月)

日期：5/11-25/3 (逢星期六)  
17/12及24/12暫停  
時間：下午3:30-4:30  
費用：11月：\$480/4堂  
12月：\$360/3堂  
1月：\$480/4堂  
2月：\$480/4堂  
3月：\$480/4堂  
對象：小一至小六學生  
名額：12人  
負責職員：余偉豪(余Sir)

活動內容：  
增加學生對英語的興趣及自信心，增強英語文法技巧。

### 兆康英文寫作班 (11-3月)

日期：5/11-25/3 (逢星期六)  
17/12及24/12暫停  
時間：下午4:30-5:30  
費用：11月：\$500/4堂  
12月：\$375/3堂  
1月：\$500/4堂  
2月：\$500/4堂  
3月：\$500/4堂  
對象：小一至小六學生  
名額：12人  
負責職員：余偉豪(余Sir)

活動內容：  
增加學生對英語的興趣及自信心，增強英語文法技巧。

### 開心學堂 (11-3月)

日期：逢星期一至五  
時間：下午2:30至4:30  
費用：\$950/月  
對象：小一至小六學生  
名額：8人  
負責職員：余偉豪(余Sir)  
\*現只供留位

活動內容：  
由本中心任職多年的Miss為同學仔進行功課輔導，提升學生學業成績。

### 精靈學堂 (11-3月)

日期：逢星期一至五  
時間：下午2:00至6:00 / 下午3:00至6:00  
費用：詳細價錢請向職員查詢  
對象：小一至小六學生  
(來自雙職、在職單親、祖父母及外傭照顧的學生可獲優先考慮)  
名額：16人  
負責職員：余偉豪(余Sir)  
\*現只供留位

活動內容：  
由本中心任職多年的兩位Miss為同學仔進行功課輔導，課堂中會先協助學生完成家課作業並溫習，課餘時間同學仔可一同玩樂。

### 兆康跆拳道班 (11-3月)

日期：5/11-25/3 (逢星期六)  
時間：上午11:15-12:30  
費用：11月：\$240/4堂  
12月：\$180/3堂  
1月：\$240/4堂  
2月：\$240/4堂  
3月：\$240/4堂  
對象：6-18歲  
名額：20人  
負責職員：余偉豪(余Sir)

活動內容：  
1. 教導兒童跆拳道之精神及禮貌，培養學員的自信心及武德，教授各種套拳、自衛術、腿法及各種伸展運動，並會為學員報考升級試。  
2. 費用不包括制服，制服由導師代購，約\$350。  
3. 本課程與「香港跆拳道正道館」合辦。

### 升中面試班 (11-3月)

日期：5/11-17/12(逢星期六)  
時間：下午2:30至3:30  
費用：\$750/6堂  
對象：小六學生  
名額：12人  
負責職員：余偉豪(余Sir)

活動內容：  
教授面試技巧，加強中、英文應對技巧。教授撰寫個人自我介紹的文章，提供中、英文模擬面試表現評估，導師即時指出毛病，給予評語。  
透過小組討論生活化例子及處境問題，增強表達及應對能力。

地址：屯門寶田邨商場三樓301室 / 屯門兆康苑商場二樓227號 電話：2462 1700 / 2465 7166



寶田中心

社區工作

活動名稱	日期	時間	節數	地點	費用	對象/名額	內容	負責職員
放鬆拉筋 伸展組 (11月)A組	8/11 - 29/11 (逢二)	早上9:00- 10:30	4節	寶田 中心	會員 \$40 非會員 \$70	6-24歲青少年 及家庭成員 10人	藉著伸展活動給予參加者一個休息的空間，互相認識建立互助網絡。	高倩霖 (橙Miss)
放鬆拉筋 伸展組 (11月)B組	8/11 - 29/11 (逢二)	早上10:30- 12:00	4節	寶田 中心	會員 \$40 非會員 \$70	6-24歲青少年 及家庭成員 10人		
放鬆拉筋 伸展組 (12月)A組	6/12 - 19/12 (逢二)	早上9:30- 11:00	3節	寶田 中心	會員 \$30 非會員 \$60	6-24歲青少年 及家庭成員 10人	藉著伸展活動給予參加者一個休息的空間，互相認識建立互助網絡。	高倩霖 (橙Miss)
放鬆拉筋 伸展組 (12月)B組	6/12 - 19/12 (逢二)	早上10:30- 12:00	3節	寶田 中心	會員 \$30 非會員 \$60	6-24歲青少年 及家庭成員 10人		
放鬆拉筋 伸展組 (1月)A組	3/1 - 31/1 (逢二) 24/1暫停	早上9:00- 10:30	4節	寶田 中心	會員 \$40 非會員 \$70	6-24歲青少年 及家庭成員 10人	藉著伸展活動給予參加者一個休息的空間，互相認識建立互助網絡。	高倩霖 (橙Miss)
放鬆拉筋 伸展組 (1月)B組	3/1 - 31/1 (逢二) 24/1暫停	早上10:30- 12:00	4節	寶田 中心	會員 \$40 非會員 \$70	6-24歲青少年 及家庭成員 10人		
放鬆拉筋 伸展組 (2月)A組	7/2 - 28/2 (逢二)	早上9:30- 11:00	4節	寶田 中心	會員 \$40 非會員 \$70	6-24歲青少年 及家庭成員 10人	藉著伸展活動給予參加者一個休息的空間，互相認識建立互助網絡。	高倩霖 (橙Miss)
放鬆拉筋 伸展組 (2月)B組	7/2 - 28/2 (逢二)	早上10:30- 12:00	4節	寶田 中心	會員 \$40 非會員 \$70	6-24歲青少年 及家庭成員 10人		
放鬆拉筋 伸展組 (3月)A組	7/3 - 28/3 (逢二)	早上9:00- 10:30	4節	寶田 中心	會員 \$40 非會員 \$70	6-24歲青少年 及家庭成員 10人	藉著伸展活動給予參加者一個休息的空間，互相認識建立互助網絡。	高倩霖 (橙Miss)
放鬆拉筋 伸展組 (3月)B組	7/3 - 28/3 (逢二)	早上10:30- 12:00	4節	寶田 中心	會員 \$40 非會員 \$70	6-24歲青少年 及家庭成員 10人		

活動名稱	日期	時間	節數	地點	費用	對象/名額	內容	負責職員
環保手作工作坊	5/11-19/11 (逢六)	下午1:30- 3:00	3節	寶田 中心	會員 \$40 非會員 \$80	6-24歲青少年 及家庭成員 10人	冬天皮膚容易乾燥痕癢、「爆拆」，自製天然護膚用品，用得安心又放心。	高倩霖 (橙Miss)
藍曬顯影工作坊 (1月)	7/1-14/1 (逢六)	中午12:00- 下午2:00	2節	寶田 中心	會員 \$20 非會員 \$40	6-24歲青少年 6人	藍曬技術是透過陽光將影像轉印在紙張上古老保存影像的方法，工作坊利用藍曬製作自己獨一無二的作品!	高倩霖 (橙Miss)
藍曬顯影工作坊 (2月)	4/2-11/2 (逢六)	中午12:00- 下午2:00	2節	寶田 中心	會員 \$20 非會員 \$40	6-24歲青少年 6人	藍曬技術是透過陽光將影像轉印在紙張上古老保存影像的方法，工作坊利用藍曬製作自己獨一無二的作品!	高倩霖 (橙Miss)
我愛自然 11-1月 (親子)	行山： 12/11、10/12 (暫定) 露營： 7/1-8/1 (暫定2日1夜)	行山： 早上11:00- 下午5:00 露營： 下午3:00- 翌日下午1:00	8節	寶田 中心 及戶外	會員 \$100位 非會員 \$200位	親子或家庭 3個家庭	透過工作坊、行山等活動；了解及學習環保生態及保育知識，為大自然出一份力。  備註：(1)自備足夠食水。 (2)請穿著鬆身的運動衣服。	何秉軒 (軒Sir)
環保市集	12/2/23 (暫定)	下午2:30- 5:30	2節	寶田 中心	會員 免費 非會員 免費	親子或家庭 社區人士	為社區人士分享一點愛，透過安排二手物分享，讓社區資源可互相分享，給身邊的人和地球多一點愛。	何秉軒 (軒Sir)
社區劇本 創作班	11/2022- 2/2023	晚上7:00- 9:00	6節	寶田 中心	會員 免費 非會員 免費	12-24歲青少年 6人	劇本殺是近年青年人的熱潮，活動希望提供空間予青年人接觸劇本殺的寫作形式並嘗試以社區的主題去寫作相關劇本，把社區議題透過互動傳遞於玩家的中心中。有興趣參加留名等面試。  備註：需留名面試(IG: ESCAPE_SIUHONG PM小編)	梁林輝 (小狼Sir)
密室挑戰活動	11/2022- 2/2023	晚上7:00- 9:00	2節	寶田 中心	會員 免費 非會員 免費	12-24歲青少年 20人	為了拯救失蹤的同伴，追蹤來到一間工業大廈，突然身後感到強烈劇痛，眼前一黑。醒來時只聽到鐵鏈碰撞的聲音。等待著你們組隊(4至6人)來挑戰!!! 有興趣參加留名等面試。  備註：需留名面試(IG: ESCAPE_SIUHONG PM小編)	梁林輝 (小狼Sir)
劇本殺大挑戰	11/2022- 2/2023	晚上7:00- 10:00	8節	寶田 中心	會員 免費 非會員 免費	12-24歲青少年 6人	劇本殺!!! 玩家各人都要預先熟讀相應角色的劇本，了解角色的性格、想法並透過搜證、推敲線索、盤問、邏輯辨證來還原真相。有興趣參加留名等面試。  備註：需留名面試(IG: ESCAPE_SIUHONG PM小編)	梁林輝 (小狼Sir)