

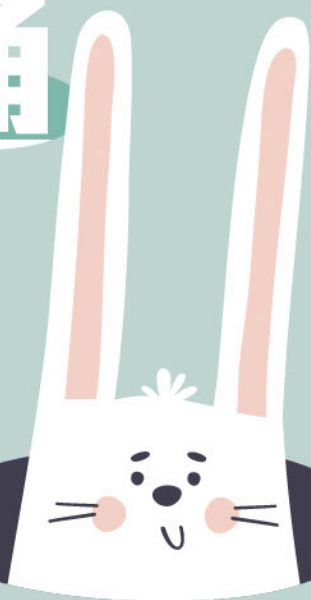
2023
4 JUNE
TO
APRIL 6

中

心

通

訊



電話  2446-2023

傳真  2448-8751

網頁  tswlt.elchk.org.hk/

電郵  tswlt@elchk.org.hk

機構簡介

Introduction of ELCHK Social Service

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。

機構的使命及願景

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、處處顯出關懷

中心簡介

本中心乃基督教香港信義會青少年服務轄下之服務單位，於1993年成立，並於1995年1月轉型為青少年綜合服務中心。本中心結合中心為本服務、外展工作及駐校服務手法，以靈活彈性調配人手的綜合方法，為本區兒童、青少年及家長提供更全面及多元化的優質服務。

中心服務

圖書館: 備有書籍、供區內人士使用。
興趣班: 長期興趣班包括跆拳道、兒童繪畫班、英文拼遊班等。

駐校服務

本中心為以下學校提供駐校服務:
基督教香港信義會元朗信義中學 裘錦秋中學(元朗) 東華三院郭一華中學

主要服務對象

本港居民，居住或就讀於天水圍天耀邨、天慈邨、天祐苑、天麗苑、天盛苑和嘉湖山莊一、二期及其鄰近區域的6-24歲的兒童、青少年及其家庭成員。

目標

- 01 促進兒童及青少年的個人發展，協助他們發展生活技能、潛能及解決問題的能力
- 02 促進兒童及青少年的社交發展，加強他們的人際及家庭關係，協助建立其社交能力、公民意識、社會責任及社區連繫感
- 03 為身處不利環境的兒童及青少年（例如弱勢家庭、貧困生活及社會環境欠佳等）提供發展及參與機會
- 04 與社區不同持份者協作，共同建立支持及共融的社區環境，以回應及正視兒童及青少年的需要及所面對的挑戰。

服務內容

強項為本系列
領袖培訓系列
正向價值系列
關懷社區系列
成長支援系列

機構簡介*Introduction of ELCHK Social Service***01***Page***興趣班(運動)***Interest Classes(SPORT)***25***Page***目錄***Table of Content***02***Page***興趣班(藝術)***Interest Classes(ART)***28***Page***JFNC主題分享***Article for Sharing***03***Page***興趣班(學習)***Interest Classes(Study)***29***Page***本會其他專項服務***Other ELCHK Service Projects***04***Page***興趣班(音樂)***Interest Classes(Music)***31***Page***會員制度及福利***Members' Welfare***05***Page***青·靜一下***Soul Touching***32***Page***活動報名須知***Programmes Enrollment***06***Page***Meme more time***Meme more time***34***Page***中心資訊***Centre Updates***07***Page***青少年活動***Y Team Activity Highlights***35***Page***會員專區***Special For Members***10***Page*

35 食腦系列

35 藝文青

37 演藝派

38 四圍遊

39 Cooking mama

40 影音達人

41 義字頭

兒童活動*Programmes for Child***11***Page*



成為一個全心全意的父母後，日常已經忙碌到近乎忘記照顧自己，加上近年一場世紀疫症更大大地打亂了我們的生活節奏，生活壓力迫人，疫後的精神健康已成為社會關注的課題。若父母焦慮，孩子不快樂，家庭自然難以建立愉快正向的家庭關係。

「喜·程」21天快樂家庭之旅是本中心按「快樂家庭三大支柱」(註一)的理念而精心設計，即包涵：

第一支柱：「快樂由自己做起」

第二支柱：「快樂技巧齊學習」

第三支柱：「快樂環境齊營造」

當中我們亦非常感謝十多位幼兒家長擔任「試玩專員」，他們都是來自我們駐校的幼稚園或幼兒學校，給予我們很多寶貴的意見去增潤這趟快樂旅程。整個「喜·程」21天快樂家庭之旅內含「親子好去處」磁石貼連背景板及底座、「喜·程」任務卡及「喜·程」手記，是特別為作父母或照顧者的你，提供一次開心又自省的旅程，旅程中亦會有邀請孩子或家人一同參與的親子小任務，期望讓父母與自己連結、與孩子連結，為家庭營造快樂時光希望每一位照顧者都享受充滿祝福的快樂時光。你準備好「喜·程」了嗎？如果你準備好，歡迎你隨時與駐校社工聯絡，開展這趟旅程！

主題分享



「喜·程」21天快樂家庭之旅



「親子好去處」磁石貼連背景板及底座、「喜·程」任務卡、「喜·程」手記

基督教香港信義會王賽明快樂家庭培育中心計劃統籌主任 白志慧姑娘

註一：本會於2014至2016年期間，進行了四次「快樂家庭元素探索研究」，研究結果印證：「父母愈快樂，家庭亦會愈快樂」，而本中心亦把研究整合出影響家庭快樂之重要因素，創建了「快樂家庭三大支柱」。





生活中，
你們有遇到甚麼
趣事或困難嗎？

長腿叔叔信箱

歡迎你寫信給長腿叔叔分享你的感受和想法！

長腿叔叔是小朋友的神秘天使，喜歡用書信跟小朋友做朋友。小朋友有任何開心、不開心的都可以向長腿叔叔分享，長腿叔叔會以關懷、接納的心聆聽你們的心事，並陪伴你們走過每段成長路。

對象

小一至中三學生

來信方法

- 01 手寫信件：向中心職員索取「長腿叔叔信箱」郵柬或用自己喜歡的信紙寫下心聲，寄回九龍窩打路道50A信義樓一樓基督教香港信義會長腿叔叔信箱收；或交回信義會青少年綜合服務中心，轉交「長腿叔叔信箱」。
- 02 網上郵柬：掃描二維碼，以網上郵柬寫信給長腿叔叔。



網上郵柬，
請掃描二維碼。

不論手寫或電郵
都記得要寫上個人資
料及收信地址，才能收到
叔叔的回信。



會籍類別	個人會員	家庭會員
申請資格	6-24歲的香港居民	<ol style="list-style-type: none"> 1. 申請人須年滿18歲或以上 2. 家庭成員之中必須有最少一位是在申辦會籍時年齡界乎6-24歲的香港居民 3. 家庭成員須為兩代或同住隔代直系親屬 4. 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（申請時需出示當時有效之證明文件）。	
申請手續	<ol style="list-style-type: none"> 1. 填妥會員申請表格並於開放時間親臨中心繳費辦理； 2. 帶同可核實出生日期及住址之身份證明文件(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 (備註：每年按需要調整，請小心保管會員證，以免遺失；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；補領之有效期會按照原有會籍之有效期作計算。)	
福利	會員證只屬申請人個人使用，並可享有以下福利 <ol style="list-style-type: none"> 1. 可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. 每位會員均可獲發兩張圖書證，於開放時間享用中心借書服務 3. 憑出示有效會員證於開放時間以會員價報名參加指定活動 4. 憑出示有效會員證於開放時間可借用中心指定設施，如電腦、康樂用品等，使用時請遵守職員指示及規則 5. 憑本中心會員證到指定商號惠顧，均可享有特別優惠，優惠條款由個別商戶設定，詳情見第7頁。 	
終止及退出會籍	<ol style="list-style-type: none"> 1. 會員證及圖書證有效期由繳交會員費當日起計，為期一年，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。 	
終止及退出服務	<ol style="list-style-type: none"> 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. 凡參加者連續缺席三課而未向導師請假，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。 	

11/3/2023 (六) 為本季活動報名日

1 會員優先報名時間

10:00 AM-
13:00 PM

2

公開報名時間
14:00PM開始

3

如有興趣報名人士(包括會員及非會員)，請先於網上預約時間，網上預約登記表會於3月7日(二)下午2:00於中心網頁及Facebook開放予公眾登記，名額有限，額滿即止。

4

成功預約人士會收到電話通知。

活動報名須知

- 01 本中心班組及活動均以先到先得形式報名。
(除個別活動安排優先報名，但必須在繳費通知書之時段內報名)
- 02 參加者必須填妥「個人/家庭活動報名表」，方可辦理報名手續，若以會員身份報名則需於報名時出示本中心有效會員證。本中心恕不接受電話報名或留位。
- 03 所有活動資料以中心最新公佈的資料為準，本中心有權更改或取消該活動，參加者請留意張貼之活動修訂通知。
- 04 部份活動內容可能涉及劇烈運動，請於報名前衡量身體狀況是否適宜參加，不足18歲之參加者如參加戶外或水上活動，請同時填妥[戶外/水上活動]一家長/監護人同意書。
- 05 參加者所填報資料，只用作該活動的聯絡及統計用途，所有資料絕對保密。
- 06 參加者必須符合興趣班、小組及活動所訂定之細則及要求，參加者年齡必須於活動當日符合要求。如發現參加者虛報資料或並非報名者本人，本中心有權取消其參加資格，並不會安排退款或轉班。
- 07 由於班組活動眾多，報名時請留意所報活動之日期及時間有否相撞，以免影響出席，如非因中心改期或取消活動，恕不安排退款或轉組。
- 08 若中心因收生不足或其他中心需負責的原因取消活動，中心會安排退款，參加者若於通知後1個月內未完成辦理退款，當自行放棄論。
- 09 若受天氣影響而取消之活動，本中心恕不安排退款或改期(包括8號風球除下後2小時內的活動)。
- 10 本中心接受現金及支票繳費報名，報名時請帶備輔幣，**千圓鈔票，恕不接受**。以支票繳費報名，支票抬頭請填寫「基督教香港信義會天水圍青少年綜合服務中心」。支票金額須與活動費用完全相同。
- 11 除特別列明外，每個小組、活動或興趣班均安排百分之十的七折優惠收費名額予現時領取綜合社會保障援助或學生資助計劃全額津貼之有效會員。在報名時必須出示有效的相關證明文件，減費名額同樣以先到先得形式報名，額滿即止。(名額少於10位或是收費10元或以下的活動，不會設優惠收費)
- 12 報名後請保留收據，以便參加活動時出示核對身份，及以備日後退款之用。
- 13 如參加者發燒或有水痘、麻疹及2019冠狀病毒等傳染病病徵，為自己及他人著想，請留在家中休息，待康復後才回中心上課。因個人原因而缺席課堂，中心恕不安排補課或退款。



2023-2024年度會員優惠計劃名單

類別	店舖名稱	店舖地址	電話	優惠資料
文儀/ 電子產品	美亞文具精品	天水圍天盛商場1樓 L121號舖	3520 0625	正價貨品買滿\$50 以上可享9折優惠
禮品/ 生活品味	基督教勵行會 元朗勵行站	天水圍西鐵站 TIS25號舖(入閘區)	2253 7728	正價貨品85折優惠 (優惠也適用於上水 的勵行站)

中心
資訊

人事動向

	名字	職級	日期	所屬分部
新入職同工	黃詠崎	社工	23/12/2022	兒童及家庭服務隊
	李文婧	社工	03/01/2023	青年工作隊
離職同工	李清樺	半職高級活動助理	22/09/2022	行政部
	顧庭璋	文員	13/01/2023	行政部

意見、讚許及投訴

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秉公處理。

服務使用者意見表

歡迎各服務使用者對中心的服務提出意見及建議，所收集的資料會用作策劃及改善中心服務的參考。我對中心的服務/活動有以下意見：

姓名：_____ 聯絡電話：_____ 聯絡電郵：_____

* 填寫意見後可透過郵寄、傳真、電郵或親臨本中心遞交此意見表

* 如有任何查詢，歡迎聯絡中心主任或當值職員

* 你的個人資料只用於處理意見回覆，本中心不會用作其他用途

中心地址：天水圍天耀邨耀華樓地下

電話：2446 2023

傳真：2448 8751

電郵：tswit@elchk.org.hk

拒收中心電子及郵寄訊息

如不欲收取基督教香港信義會天水圍青少年綜合服務中心所發放的訊息，可發電郵至tswit@elchk.org.hk或郵寄至天水圍天耀邨耀華樓地下通知本中心。請在電郵或信件上清楚註明閣下的姓名及聯絡電話，或填寫以下資料並提交到本中心接待處以便中心處理。

本人_____ (姓名)，聯絡電話是_____，同意基督教香港信義會天水圍青少年綜合服務中心日後不再發放的訊息予本人。

桌上遊戲 借用須知

借還手續：

1. 提交有效會員證以借用可選擇之玩具，不得借用他人證件。
2. 在借用表格填上：1.借用日期; 2.會員證編號; 3.姓名; 4.玩具編號; 5.借用時間。
3. 交還前把玩具收拾好。
4. 在借用表格填上歸還時間，完整歸還給接待處同事及取回會員證。

請留意：

1. 每張會員證每次只可借用一款玩具。
2. 每次借用時間為最少15分鐘，最多1小時，如無人輪候，則可續借。
3. 只限當日內於中心範圍內使用。
4. 須小心保管及愛惜玩具，如有損壞，照價賠償。
5. 須遵守中心規則，如有出現大聲喧嘩、說粗言穢語、爭吵打架等違規行為，職員有權終止其借用服務。

借閱圖書服務 借用須知

借還手續：

1. 須提交有效會員證及借書證借書，不得使用他人證件。每張借書證可借一本圖書。
2. 於到期日或之前親臨中心還書。
3. 每本圖書可續借一次，須於借閱期內攜同整本圖書，親臨中心續借，不設網上和電話續借。

遲還罰款：

- 1 過期還書，必須繳交每日每本一元正之罰款(以中心開放日計算)。
- 2 如遺失圖書或罰款高於該圖書之買入價，罰款定為該圖書本身買入價加上10%手續費。



✓ 照常開放或活動繼續進行

✗ 暫停開放或活動取消/延期



熱帶氣旋及暴雨警告之安排

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)	✗
1號熱帶氣旋警告	✓	✓	✓	✗(註2)
3號熱帶氣旋警告	✓	✓	✗(註5)	✗
8號或較高熱帶氣旋警告	✗(註6)	✗(註6)	✗	✗

- 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。而野外及未開始的活動，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，以策安全，未開始的課程、活動將取消/延期，並會勸喻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 當天文台發出除下8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。



第七屆元朗區 至叻學生領袖培訓計劃

本計劃由元朗民政事務處贊助，元朗區小學校長會主辦，並由本中心負責協辦的一個小學生領袖培訓計劃，今年共有37間學校參與，當中經面會後，共有68位小五學生參與計劃，計劃的目標是透過不同的活動，讓同學認識社會不同層面的生活面貌，和不同人士的人生經歷，協助學生擴闊視野，並透過經驗學習，為弱勢社群提供服務，關心社會，從而提升自信心及建立正面的人生態度，以建立良好的品格和價值觀。

計劃面會

參與的同學均需出席面會，了解計劃的目的及各項活動的內容。



領袖訓練日營

參加者在聖誕假期期間參與訓練日營，透過互動遊戲和合作任務建立團隊，並合作創作團隊口號，為啟動禮作準備，促進團隊合作的精神，同時建立正面價值觀及品格素質。



領袖培訓工作坊

今年計劃主題是「關懷照顧者」，參加者在工作坊中，探討了成為稱職照顧者的條件和素質，同時學習瞭解照顧者在日常生活上所經歷的轉變，以及當中所面對的困難和過程中的成長和得著，並為支援照顧者需要提出不同的建議。



啟動禮

啟動禮於14/01/2023在光明英來學校舉行，元朗區小學校長會主席蘇炳輝校長，MH、基督教香港信義會社會服務部服務總監(青少年服務) 陳曉暉先生為主禮嘉賓，並有不少參與計劃的學校校長、老師、參加者及其家長等出席，一同為參與的同學打氣，給予他們支持及鼓勵。



計劃會繼續推行不同的體驗活動、小組訓練及義工服務等，加強參加者對關懷照顧者的認識外，並會著力於地區推廣有關的訊息，為社區帶來正能量。

兒童活動

(P002/23)

開心樂園星期三

負責職員：張詭珺姑娘

12/4、19/4、26/4、3/5、10/5、
17/5、24/5、31/5、7/6、14/6、
21/6、28/6/2023 (逢星期三)

15:30-17:00

節數 12節
對象 6-12歲兒童會員
名額 6人
費用 免費

1. 活動經網上預約登記報名，成功預約登記會員將收到中心電話通知確認。
2. 每節活動須最少3人報名方能進行。

(P003/23)

樂玩樂學 · 社交關係力 (4月)

負責職員：葉漢新先生

活動為特殊學習需要學童學童設計，透過遊戲作媒介，讓參加者從不同的遊戲中學習與人相處的合宜態度和待人接物的應有技巧，成為社交能手。

11/4, 18/4, 25/4

2023 Feb

17:00-18:00

節數 3節
地點 耀華樓地下
對象 6-9歲
名額 6人
費用 \$30(會員) \$50(非會員)

(P004/23)

樂玩樂學 · 社交關係力 (5月)

負責職員：葉漢新先生

活動為特殊學習需要學童學童設計，透過遊戲作媒介，讓參加者從不同的遊戲中學習與人相處的合宜態度和待人接物的應有技巧，成為社交能手。

9/5, 16/5, 23/5

2023 Feb

17:00-18:00

節數 3節
地點 耀華樓地下
對象 6-9歲
名額 6人
費用 \$30(會員) \$50(非會員)

兒童活動

(P005/23)

樂玩樂學 · 情緒力(4月)

負責職員：葉漢新先生

活動為特殊學習需要學童學童設計，透過遊戲作媒介，讓參加者從不同的遊戲中學習不同的情緒，掌握情緒管理的技巧。

13/4, 20/4, 27/4

2023 Thu

18:00-19:00

節數 3節
地點 耀華樓地下
對象 6-9歲
名額 6人
費用 \$30(會員) \$50(非會員)

(P006/23)

樂玩樂學 · 情緒力(5月)

負責職員：葉漢新先生

活動為特殊學習需要學童學童設計，透過遊戲作媒介，讓參加者從不同的遊戲中學習不同的情緒，掌握情緒管理的技巧。

4/5, 11/5, 25/5

2023 Thu

18:00-19:00

節數 3節
地點 耀華樓地下
對象 6-9歲
名額 6人
費用 \$30(會員) \$50(非會員)

(P007/23)

烙筆卡通畫(4月)

負責職員：黃詠崎姑娘

為喜歡繪畫的兒童而設，學習使用烙畫，在木板烙上自己喜愛的圖案及卡通。

12/4, 19/4,
26/4 2023 Wed

17:00-18:00

節數 3節
地點 耀華樓地下
對象 10-12歲
名額 7人
費用 \$60(會員) \$100(非會員)

報名費用已包括勞工手套及木板。

兒童活動

(P008/23)

情緒配音班 (4月)

負責職員：黃詠崎姑娘

配音包括聲音的高低起伏，咬字及語調，從配音鍛鍊中學習表達情緒。

11/4, 18/4, 25/4

¹²⁰²³ Tue

19:00-20:00

節數 3節
地點 耀華樓地下
對象 6-10歲
名額 10人
費用 免費(會員) \$20(非會員)

(P009/23)

烙筆卡通畫 (5月)

負責職員：黃詠崎姑娘

為喜歡繪畫的兒童而設，學習使用烙畫，在木板烙上自己喜愛的圖案及卡通。

3/5, 10/5, 17/5,

24/5, 31/5 ¹²⁰²³ Wed

16:30-17:30

報名費用已包括勞工手套及木板。

節數 5節
地點 耀華樓地下
對象 10-12歲
名額 7人
費用 \$60(會員) \$100(非會員)

(P010/23)

杯子節奏 (5-6月B組逢星期二)

負責職員：黃詠崎姑娘

杯子節奏是用一個杯子跟隨音樂節拍演奏，形式多變，能夠個人表演，亦能夠團體合奏，從合奏中學習合作，享受音樂。

9/5, 16/5, 23/5, 30/5, 6/6,

13/6 ¹²⁰²³ Tue

19:00-20:00

報名費用已包括演奏用杯子。

節數 6節
地點 耀華樓地下
對象 9-12歲
名額 8人
費用 \$30(會員) \$50(非會員)

兒童活動

(P011/23)

杯子節奏 (5月A組逢星期三)

負責職員：黃詠崎姑娘

杯子節奏是用一個杯子跟隨音樂節拍演奏，形式多變，能夠個人表演，亦能夠團體合奏，從合奏中學習合作，享受音樂。

10/5, 17/5, 24/5,
31/5_{/2023} (Thu)
19:00-20:00

節數 4節
地點 耀華樓地下
對象 6-9歲
名額 8人
費用 \$30(會員) \$50(非會員)

報名費用已包括演奏用杯子。

(P012/23)

玩出能力遊戲 - 創意力篇 (5月)

負責職員：黃詠崎姑娘

創造力能夠鼓勵孩子嘗試新事物，透過藝術手工，肢體遊戲，發揮孩子創造力。

4/5, 11/5, 18/5,
25/5_{/2023} (Thu)
19:00-20:00

節數 4節
地點 耀華樓地下
對象 10-12歲
名額 8人
費用 \$30(會員) \$50(非會員)

報名費用已包括手工費用，參加者可自備兒童圍裙。

(P013/23)

情緒配音班

負責職員：黃詠崎姑娘

配音包括聲音的高低起伏，咬字及語調，從配音鍛鍊中學習表達情緒。

25/5, 1/6, 8/6,
15/6, 29/6_{/2023} (Thu)
16:30-17:30

節數 5節
地點 耀華樓地下
對象 6-10歲
名額 10人
費用 免費(會員) \$20(非會員)

兒童活動

(P014/23)

我要做MODEL(6月A組)

負責職員：黃詠琦姑娘

從小組中學習個人儀容管理,不同情境中的合適衣著及打扮。

14/6, 21/6, 28/6

2023 **Wed**

17:00-18:00

報名費用已包括活動材料。

節數 3節
地點 耀華樓地下
對象 6-9歲
名額 8人
費用 \$30(會員) \$50(非會員)

(P015/23)

兒童花藝班

負責職員：張詠琚姑娘

利用不同花卉和植物，製作個人獨特的花藝作品，發揮小朋友的創意。

15/4, 22/4,

29/4₂₀₂₃ **Sat**

10:00-11:00

節數 3節
地點 耀華樓地下
對象 6-9歲
名額 8人
費用 \$30(會員) \$50(非會員)

(P016/23)

兒童烹飪班

負責職員：張詠琚姑娘

透過學習烹飪不同菜式，增強小朋友自我照顧的能力。

6/5, 13/5, 20/5

2023 **Sat**

10:00-11:00

節數 3節
地點 耀華樓地下
對象 6-12歲
名額 6人
費用 \$90(會員) \$110(非會員)

兒童活動

(P017/23)

兒童手藝班

負責職員：張艷珺姑娘

製作不同手藝作品，發揮小朋友的創意。

17/6, 24/6 /2023 **Sat**
10:00-11:00

節數 2節
地點 耀華樓地下
對象 6-12歲
名額 8人
費用 \$20(會員)、
\$50(非會員)

(P018/23)

競技疊杯TEAM (4-6月)

負責職員：李麗玲姑娘、李皓先生

競技疊杯運動是利用特殊設計的12個塑膠杯，依照順序，完成指定組合的排列，其競賽方式可分為個人及團體形式進行。參加者有機會參加公開賽或於推廣活動時作示範。

12/4-28/6

/2023 **Wed**

19:00-20:00

節數 12節
地點 耀華樓地下
對象 6-12歲會員
名額 12人
費用 全免(必須為會員)

1. 舊生優先報名，新生必需由導師進行簡單評估。
2. 用具大部分由導師提供，如有需要其他用具請自行購買。

(P019/23)

FUN FUN 桌遊區 (4-6月)

負責職員：李麗玲姑娘

學習不同桌上遊戲的玩法，互相交流、切磋。

15/4-17/6 /2023

Sat 20/5、27/5除外

15:15-16:15

節數 8節
地點 耀華樓地下
對象 9-13歲
名額 10人
費用 免費(舊桌遊義工隊成員)、
\$40(會員)、\$60(非會員)

舊組員優先報名。

兒童活動

(P020/23)

母親節獻禮之朱古力蝴蝶酥

負責職員：李麗玲姑娘

製作朱古力蝴蝶酥，送給母親，並送上祝福。

13/5_{/2023} Sat
11:30-12:45

節數 1節
地點 耀華樓地下
對象 6-12歲
名額 8人
費用 \$30(會員)、\$50(非會員)

(P021/23)

父親節獻禮之朱古力鬆餅

負責職員：李麗玲姑娘

製作朱古力鬆餅，送給父親，並送上祝福。

17/6_{/2023} Sat
11:30-12:45

節數 1節
地點 耀華樓地下
對象 6-12歲
名額 8人
費用 \$30(會員)、\$50(非會員)

(P022/23)

小小攝影師

負責職員：伍家賢先生

學習什麼是攝影三角(光圈、快門、ISO)，如何操作數碼相機拍攝照片。

22/4, 29/4
_{/2023} Sat
11:00-12:15

節數 2節
地點 耀華樓地下
對象 9-11歲
名額 10人
費用 \$20(會員) \$40(非會員)

活動會提供可換鏡頭數碼相機即場借用，亦歡迎參加者自攜相機出席。

兒童活動

(P023/23)

郊野之旅

負責職員：伍家賢先生

河背水塘位於元朗八鄉附近，全程約5公里，海拔250米高，被群山環抱。其優美的湖光山色，在行山界享負盛名，曾入選為漁農及自然護理署的郊野公園十大自然風景之一。寧靜的水塘、被譽為港版竹林小徑的「竹林隧道」都是最受歡迎的打卡熱點。河背水塘被層層綠林所包圍，像山林中的小湖泊。

3/6/2023 **Sat**
14:00-19:00

- 1.請自備車資出席及飲用食水
- 2.活動會於山路中行走
- 3.於本中心集合及解散

節數 2節
地點 元朗河背水塘
對象 9-12歲
名額 10人
費用 \$20(會員) \$40(非會員)

(P024/23)

復活毛巾兔

負責職員：黃詠崎姑娘

復活節將近，用毛巾製作兔公仔。

4/4/2023 **Tue**
17:00-18:00

報名費用已包括活動材料。

節數 1節
地點 耀華樓地下
對象 6-12歲會員
名額 12人
費用 \$10(會員) \$30(非會員)

(P025/23)

(P026/23)

減壓手工工作坊(A) 減壓手工工作坊(B)

負責職員：黃詠崎姑娘

透過製作鬼口水(SLIME),等減壓玩具,從中學習面對壓力的方法。

10/6/2023 **Sat**

減壓手工工作坊A：14:00-15:00

減壓手工工作坊B：16:00-17:00

節數 2節
地點 耀華樓地下
對象 8-12歲會員
名額 12人
費用 \$30(會員) \$50(非會員)

每個參加者只選擇一個時段，報名費用已包括活動材料。

兒童活動

(P027/23)

端午龍舟手作

負責職員：黃詠崎姑娘

端午將近，參加者一同透過製作龍舟迎接節日。

20/6 /2023 **Tue**
16:30-17:30

節數 1節
地點 耀華樓地下
對象 6-12歲會員
名額 12人
費用 免費

報名費用已包括活動材料。

(P028/23)

(P029/23)

雲石明信片手工工作坊(A) 雲石明信片手工工作坊(B)

負責職員：黃詠崎姑娘

製作不同雲石花紋明信片。

24/6 /2023 **Sat**

雲石明信片手工工作坊(A)：14:00-15:00

雲石明信片手工工作坊(B)：17:00-18:00

節數 2節
地點 耀華樓地下
對象 8-12歲會員
名額 8人
費用 \$30(會員) \$50(非會員)

報名費用已包括活動材料。

(P030/23)

開開心心齊遊樂攤位

負責職員：梁梓聰先生

主題攤位遊戲(含豐富禮物)

15/4, 17/6 /2023 **Sat**
15:30-17:00

地點 本中心活動室二
費用 免費

可於活動當日到場參與

兒童活動

(P031/23)

小演員戲劇組

負責職員：梁梓聰先生

提升小朋友自信心為主要目標，並加強小朋友說話能力，在演藝訓練中，小朋友可以扮演不同角色，慢慢建立成功感，令他勇於挑戰新事物。訓練包含話劇、唱歌及跳舞等元素。

15/4-24/6₂₀₂₃ Sat

(20/5除外)

13:45-14:45

節數 10節
地點 本中心
對象 8-13歲青少年會員
名額 15人
費用 免費(會員) \$20(非會員)

(P032/23)

親子遊坪洲

負責職員：張艷珺姑娘、黃詠崎姑娘

30/4₂₀₂₃ Sun
9:00-17:00

費用只包括車費，船費及午餐自費。

節數 2節
地點 坪洲
對象 中心會員及其家庭成員
名額 50人
費用 \$40(3歲以上大小同價)、
\$30(綜授及全書津，
3歲以上大小同價)

(P033/23)

(A組)

(P034/23)

(B組)

照顧者系列 - 母親節蔬果花制作

負責職員：黃詠崎姑娘，李麗玲姑娘

與媽媽/家人以新鮮蔬果製作低碳蔬果花束，感謝媽媽及送上花束表示祝福。

7/5₂₀₂₃ Sun

(A組)：11:30-12:30

(B組)：14:00-15:00

兩個時段名額有限，每個家庭只能選擇一個時段。

節數 2節
地點 耀華樓地下
對象 6-12歲會員及其家長
名額 每時段15對親子
費用 免費(會員)
(綜授及全書津家庭可優先報名)

兒童活動

(P035/23)

九型人格親子組合篇

負責職員：伍偉生先生(合資格九型培訓師)

從九型人格了解親子組合，如何溝通可以減少衝突？

19/4-3/5_{/2023} **Wed**
19:30-21:00

節數 3節
地點 本中心
對象 高小至初中家長
名額 10人
費用 \$30(會員) \$50(非會員)

(P036/23)

父親節競技日

負責職員：李麗玲姑娘、李皓先生、黃詠崎姑娘、葉漢新先生、張詠珺姑娘

由父親組隊，帶領一家人參與各項競技遊戲。

11/6_{/2023} **Sun**
10:00-12:00 (暫定)

節數 1節
地點 戶外(待定)
對象 家庭會員
名額 12個家庭
費用 全免

報名詳情請留心中心宣傳海報

(P037/23)

親子端午樂遊馬鞍山

負責職員：黃詠崎姑娘、張詠珺姑娘

馬鞍山公園，馬鞍山海濱，烏溪沙石灘

22/6_{/2023} **Sat**
13:30-19:30

節數 2節
地點 馬鞍山
對象 中心會員及其家庭成員
名額 50人
費用 \$40(3歲以上大小同價)、
\$30(綜援及全書津、
3歲以上大小同價)

報名詳情請留心中心宣傳海報

兒童活動

美食製作星期四

16:30-17:30

6-12歲兒童

名額 8人 費用 每節 每位\$30(會員) \$50(非會員)

(P038/23)	13/04/2023	韓式三文治	張艷珺姑娘
(P039/23)	04/05/2023	香脆手抓餅	張艷珺姑娘
(P040/23)	11/05/2023	晶瑩涼粉果凍	張艷珺姑娘
(P041/23)	01/06/2023	棉花糖脆酥	張艷珺姑娘
(P042/23)	08/06/2023	咖喱小食	葉漢新先生
(P043/23)	15/06/2023	芝士焗曠多士	葉漢新先生
(P044/23)	29/06/2023	肉鬆海苔小飯糰	葉漢新先生

自得其樂星期五

17:00-18:00

6-12歲兒童

名額 8人 費用 \$10(會員) \$30(非會員) 免費(綜援/全書津會員)

(P045/23)	28/04/2023	爆旋陀螺大比拚	葉漢新先生
(P046/23)	12/05/2023	POKER KILLER	葉漢新先生
(P047/23)	02/06/2023	童來SWITCH一番	葉漢新先生
(P048/23)	16/06/2023	桌遊競技場	李麗玲姑娘
(P049/23)	23/06/2023	和諧粉彩工作坊	李麗玲姑娘
(P050/23)	30/06/2023	彩虹皺紙畫	黃詠崎姑娘

兒童活動

親子齊齊鬆一鬆

6-12歲兒童及其家長 名額 10人

(P051/23)	21/04/2023(五)	19:30-20:30	斑蘭椰絲卷	每對親子\$30(會員) \$50(非會員)	李麗玲姑娘
(P052/23)	28/04/2023(五)	20:00-21:00	親子遊戲王	每對親子\$30(會員) \$50(非會員)	葉漢新先生
(P053/23)	12/05/2023(五)	20:00-21:30	教·煮(親子篇)(5月)	每對親子\$50(會員) \$70(非會員)	葉漢新先生
(P054/23)	02/06/2023(五)	20:00-21:30	教·煮(親子篇)(6月)	每對親子\$50(會員) \$70(非會員)	葉漢新先生
(P055/23)	16/06/2023(五)	19:30-20:30	芝士麻糬波波球	每對親子\$40(會員) \$60(非會員)	李麗玲姑娘

愛心義工系列

(P056/23)

義·愛·達人(4-6月)

負責職員：葉漢新先生

透過體驗式活動及義工服務，擴闊參加者的視野，從中發掘及善用自已的潛能，並結識志同道合的好友，一同服務社區。

15/4, 22/4, 29/4, 6/5, 13/5, 27/5, 3/6,
10/6, 17/6_{/2023} (Sat)

18:00-19:00

本季招募新生，新生如欲報名，請與負責
社工葉漢新先生聯絡。

節數 9節
地點 耀華樓地下
對象 9-15歲
名額 16人
費用 免費(會員) \$20(非會員)

愛心義工系列

(P057/23)

24
PAGE

義·愛·達人(II)(4-6月)

負責職員：葉漢新先生

透過體驗式活動及義工服務，擴闊參加者的視野，從中發掘及善用自已的潛能，並結識志同道合的好友，一同服務社區。

15/4, 22/4, 29/4, 6/5, 13/5, 27/5, 3/6,
10/6, 17/6_{/2023} **Sat**

14:00-15:00

本季招募新生，新生如欲報名，請與負責
社工葉漢新先生聯絡。

節數 9節
地點 耀華樓地下
對象 9-15歲
名額 8人
費用 免費(會員) \$20(非會員)

(P058/23)

開心share義工組(4-6月)

負責職員：李麗玲姑娘

製作不同小手工或小食，派發給區內居民，發放正能量。

15/4-17/6_{/2023}

Sat (20/5、27/5除外)

10:00-11:00

舊組員優先報名

節數 8節
地點 耀華樓地下
對象 6-8歲
名額 10人
費用 免費(會員) \$20(非會員)

(P059/23)

義人力量(4-6月)

負責職員：張詠琚姑娘

發揮潛能，培養愛心，齊齊參與義工服務，服務有需要的長者，提升能力感及聯繫感。

15/4, 22/4, 29/4, 6/5, 13/5, 20/5, 3/6,
10/6, 17/6, 24/6_{/2023} **Sun**

16:30-17:30

節數 10節
地點 耀華樓地下
對象 8-14歲
名額 14人
費用 免費(會員) \$20(非會員)

信義籃球訓練



負責職員：李皓先生

組織一群對籃球有熱誠的小朋友，提供有計劃的恆常籃球訓練。中心亦會為參加者提供定期的友誼賽及對抗賽，提升參加者的視野及眼界。有計劃的恆常籃球訓練包括：提升籃球基本技術、戰術的執行、提升心肺肌力及團結精神訓練。(歡迎初學者參加，一同享受打籃球的樂趣。

信義籃球訓練班(進階) (4-6月) 6-13歲 (C001/23)

4/4-27/6/2023 逢星期二 | 18:00-19:00

節數 13節 費用 \$650(會員) \$670(非會員)

信義籃球訓練班(初階) (4-6月) 6-13歲 (C002/23)

14/4-23/6/2023 逢星期五 26/5除外 | 18:00-19:00

節數 10節 費用 \$500(會員) \$520(非會員)

地點 區內籃球場 名額 20

- 1.活動資料如有任何更改，將會張貼於中心，不作另行通知，敬請報名前留意。
- 2.如因天氣影響或個別原因請假，本中心不會安排補課或退款予參加者。
- 3.一經收費後，恕不退款。
- 4.參加者需自備飲用水及穿著運動服裝出席。
- 5.如大廈或學校進行有關強檢的情況，請參加者完成檢查後，結果呈陰性再到中心上課。

信義籃(青年) (P060/23)

負責職員：李皓先生

信義籃是代表中心出賽已誕生的籃球隊，提供恆常訓練及不同的比賽機會，參加者需參加選拔或於信義籃球訓練班中得到教練的推薦才能報名參加。

14/4-23/6/2023 逢星期五 | 20:00-22:00 13-24歲

26/5除外

節數 10節 名額 15

地點 區內籃球場 費用 \$200(會員) \$220(非會員)

- 1.活動資料如有任何更改，將會張貼於中心，不作另行通知，敬請報名前留意。
- 2.如因個別原因請假，必須於一個星期前通知負責人，並有適當的理由，否則負責人會考慮取消參加者的資格。
- 3.參加者需自備飲用水及穿著運動服裝出席。
- 4.選拔日子會另行通知。
- 5.開辦人數最少為10人。
- 6.如大廈或學校進行有關強檢的情況，請參加者完成檢查後，結果呈陰性再到中心上課。

跆拳道

教練：劉兆峰教練 負責職員：李皓先生

本中心與國際跆拳道香港總會開設跆拳道班。透過跆拳道嚴格紀律訓練，加強學員的服從性、創造力及毅力，培養良好品德，亦藉此培訓出運動員參加公開比賽。

活動編號	活動名稱	對象	日期	時間	節數	名額	費用
C003/23	跆拳道兒童A班(4-6月)	4歲或以上	12/4-21/6 (逢星期三)	19:00-20:30	11節	20	\$550(會員) \$570(非會員)
C004/23	跆拳道兒童B班(4-6月)	4歲或以上	14/4-23/6 (逢星期五, 26/5除外)	19:00-20:30	10節	20	\$500(會員) \$520(非會員)
C005/23	跆拳道兒童C班(4-6月)	4歲或以上	1/4-17/6 (逢星期六, 8/4除外)	16:15-17:45	11節	20	\$550(會員) \$570(非會員)
C006/23	跆拳道兒童D班(4-6月)	4歲或以上	4/4-20/6 (逢星期二)	19:00-20:30	12節	20	\$600(會員) \$620(非會員)
C007/23	跆拳道青少年班(4-6月)	9歲或以上	14/4-23/6 (逢星期五, 26/5除外)	20:30-22:00	10節	20	\$500(會員) \$520(非會員)

地點 耀華樓地下

1. 參加者請穿著運動服裝及自備足夠飲用水。
2. 如大廈或學校進行有關強檢的情況，請參加者完成檢查後，結果呈陰性再到中心上課。
3. 活動提供免費試堂(活動額滿即止)。

K-POP 兒童舞蹈班(4-6月) (C008/23)

負責職員：李皓先生

透過學習韓國流行音樂舞蹈，訓練節奏感和身體協調性，從而提升自信心。

1/4-17/6/2023 逢星期六 | 14:45-15:45 6-12歲

8/4除外

節數 11節

名額 10

地點 耀華樓地下

費用 \$770(會員) \$790(非會員)

1. 活動資料如有任何更改，將會張貼於中心，不作另行通知，敬請報名前留意。
2. 如因個別原因請假，必須於一個星期前通知負責人，並有適當的理由，否則負責人會考慮取消參加者的資格。
3. 參加者需自備飲用水及穿著運動服裝出席。
4. 如大廈或學校進行有關強檢的情況，請參加者完成檢查後，結果呈陰性再到中心上課。

負責職員：李皓先生

課程透過放鬆和伸展肌肉達至舒緩痛症、增強體能改善失眠、寒背等目的。為達更佳效果，課堂會使用輔助工具，例如瑜伽柱和筋膜球。導師會在上堂前了解每位新學員的身體狀況並針對學員個別情況，建議注意的事項（例如椎間盤突出避免做出甚麼動作）。

14/4-23/6/2023 逢星期五 | **14:30-16:00** 社區人士

26/5除外

節數 10節 名額 10
地點 耀華樓地下 費用 \$550(會員) \$570(非會員)

1. 參加者請穿著運動服裝及自備足夠飲用水。
2. 需自備瑜伽墊、瑜伽柱和筋膜球。
3. 如大廈或學校進行有關強檢的情況，請參加者完成檢查後，結果呈陰性再到中心上課。

興趣班
(運動)

Violin-小提琴班



負責職員：李皓先生

導師資歷簡介：

於2013年及2015年考獲ABRSM GRADE 8 Violin及Rockschool Grade 8 Electric Guitar資歷，現任中學樂隊訓練導師、小提琴、民謠結他、電結他及Ukulele(小結他)的導師，個別學生曾於2017年參與H.K Talent star舉辦的全港比賽K3組別小提琴 - 銀獎及於2019年第71屆香港校際音樂節的小提琴比賽獲得(Merit)優良成績。

小提琴A班(4-6月) 3歲半至6歲幼兒 (C010/23)

15/4-17/6/2023 逢星期六 | **14:45-15:15**

節數 10節 費用 \$1500(會員) \$1520(非會員)
地點 耀華樓地下 名額 1

1. 一對一個別教授，家長可陪同小朋友一同上課。
2. 如有需要可免費試堂。

教練：劉兆峰教練 負責職員：李皓先生

此課程適合對繪畫有基本認知的小朋友。導師會以生動活潑的方式，教導小朋友繪畫各種不同的動物、植物、人物、物件等圖畫。導師亦運用日常所見的物料拼湊於圖畫或小勞作上，令小朋友明白隨處可見、隨手可取的東西亦可用於創作上，加上創作的自由度，引發小朋友的創意空間，不被現有的框架局限。

興趣班
(藝術)

活動編號	活動名稱	對象	日期	時間	節數	名額	費用
C011/23	幼兒/兒童畫室 C班(4-6月)	4-6歲	1/4-17/6 (逢星期六, 8/4、 3/6除外)	13:15-14:15	10節	12人	\$500(會員) \$520(非會員)
C012/23	幼兒/兒童畫室 A班(4-6月)	4-6歲	1/4-17/6 (逢星期六, 8/4、 3/6除外)	14:30-15:30	10節	12人	\$500(會員) \$520(非會員)
C013/23	幼兒/兒童畫室 B班(4-6月)	4-6歲	1/4-17/6 (逢星期六, 8/4、 3/6除外)	15:45-16:45	10節	12人	\$500(會員) \$520(非會員)

地點 耀華樓地下

1. 參加者請自備:A3畫簿、25色油粉彩/木顏色和圍裙。
2. 如大廈或學校進行有關強檢的情況，請參加者完成檢查後，結果呈陰性再到中心上課。

兒童開心畫室

負責職員：李皓先生

透過單色素描及木色，透過臨摹不同題材或卡通漫畫及寫生掌握畫畫技巧。偶會使用其他媒介以增加趣味。注重學員創意思維與技巧相融，亦教授基本繪畫技巧如觀察物件形狀、構圖、深淺光暗、立體圖形、空間與透視等。

兒童開心畫室A班(4-6月) 7歲或以上 (C014/23)

1/4-17/6/2023 逢星期六 | 15:30-16:30

兒童開心畫室B班(4-6月) 7歲或以上 (C015/23)

1/4-17/6/2023 逢星期六 | 16:45-17:45

節數 11節 費用 \$550(會員) \$570(非會員)

地點 耀華樓地下 名額 8人

1. 參加者請自備：A3素描畫簿/素描筆2B.6B.8B/24色木顏色/擦膠
2. 如大廈或學校進行有關強檢的情況，請參加者完成檢查後，結果呈陰性再到中心上課。



負責職員：李皓先生

張采淋老師 (Miss Angel) 簡介：

曾於九龍塘英文幼稚園教學，現任「拼音唱遊班」的幼兒導師。Miss Angel擅於以遊戲方式教導幼兒拼音，讓幼兒在輕鬆氛圍下學習，也會因應幼兒的能力去作出適當的調整，從而協助幼兒逐步學習。另Miss Angel有豐富的幼兒教育技巧，現擔任多項興趣班的幼兒導師，包括幼兒珠心算班、拼音唱遊班、初小數學增潤班。

興趣班
(學習)

活動編號	活動名稱	對象	日期	時間	節數	名額	費用
C016/23	英文拼遊A班 (初階)(4-6月)	K1至小一	15/4-17/6 (逢星期六)	10:05-11:05	10節	8人	\$800(會員) \$820(非會員)
C017/23	英文拼遊B班 (基礎)(4-6月)	K1至小一	15/4-17/6 (逢星期六)	11:15-12:15	10節	8人	\$750(會員) \$770(非會員)
C018/23	英文拼遊C班 (初階)(4-6月)	K1至小一	14/4-23/6 (逢星期五, 26/5除外)	15:45-16:45	10節	8人	\$800(會員) \$820(非會員)
C019/23	英文拼遊D班 (進階)(4-6月)	K1至小一	15/4-17/6 (逢星期六)	12:30-13:30	10節	8人	\$850(會員) \$870(非會員)
C020/23	英文拼遊E班 (初階)(4-6月)	K1至小一	11/4-20/6 (逢星期二)	16:15-17:15	11節	8人	\$880(會員) \$900(非會員)
C021/23	英文拼遊F班 (基礎)(4-6月)	K1至小一	13/4-15/6 (逢星期四)	17:15-18:15	10節	8人	\$750(會員) \$770(非會員)
C022/23	小一小二英文 A班(4-6月)	小一至小二	11/4-20/6 (逢星期二)	17:30-18:30	11節	6人	\$935(會員) \$955(非會員)
C023/23	小一小二英文 B班(4-6月)	小一至小二	14/4-23/6 (逢星期五, 26/5除外)	18:15-19:15	10節	6人	\$850(會員) \$870(非會員)
C024/23	小一小二英文 C班(4-6月)	小一至小二	12/4-21/6 (逢星期三)	17:00-18:00	11節	6人	\$935(會員) \$955(非會員)
C025/23	小一小二英文 D班(4-6月)	小一至小二	12/4-21/6 (逢星期三)	18:15-19:15	11節	6人	\$935(會員) \$955(非會員)
C026/23	小一小二英文 E班(4-6月)	小一至小二	14/4-23/6 (逢星期五, 26/5除外)	17:00-18:00	10節	6人	\$850(會員) \$870(非會員)

地點 耀華樓地下

1. 當學生完成了「基礎」班，可升讀「初階」班，繼而「進階」班。
2. 若果新生有意報讀英文拼遊「初階」或「進階」課程，報讀前必需由導師進行簡單評估，以便安排參加者至合適程度的課程。
3. 如大廈或學校進行有關強檢的情況，請參加者完成檢查後，結果呈陰性再到中心上課。
4. 如受疫情影響，課堂將會以ZOOM網上形式進行。

負責職員：李皓先生

每堂透過一邊搓輕黏土及一邊唱歌仔，輕鬆學習vocabulary(英文詞彙)。參加者可透過輕黏土及老師事前準備的3D print pan模型，製作具立體而且穩固的作品。不但有美麗而穩固的作品，亦可帶走不同的vocabulary。課堂能提升參加者對英文的興趣，加深對不同英文詞彙的認識及印象。

1/4-17/6/2023 逢星期六 | 14:00-15:00 4至7歲

節數 11節

名額 6

8/4除外

地點 耀華樓地下 費用 \$825(會員) \$845(非會員)

1. 活動資料如有任何更改，將會張貼於中心，不作另行通知，敬請報名前留意。
2. 如因天氣影響或個別原因請假，本中心不會安排補課或退款予參加者。
3. 一經收費後，恕不退款。本中心不接受轉班或轉名之申請。
4. 費用已包材料費，用具大部分由導師提供，如有需要其他用具請自行購買。
5. 如大慶或學校進行有關強檢的情況，請參加者完成檢查後，結果呈陰性再到中心上課。

用功溫習班(4-6月)

負責職員：鄧達嫻老師

在適當的功課指導中，令參加者能夠應付及面對功課壓力，提升主動學習的興趣。

活動編號	活動名稱	對象	日期	時間	節數	名額	費用
C028/23	用功溫習小三小四(4月)	小三及小四學生	4/4-28/4(逢星期二至五, 5/4、7/4除外)	16:30-18:00	14節	7人	\$700(會員) \$720(非會員)
C029/23	用功溫習小五小六(4月)	小五及小六學生	4/4-28/4(逢星期二至五, 5/4、7/4除外)	18:30-20:00	14節	7人	\$700(會員) \$720(非會員)
C030/23	用功溫習小三小四(5月)	小三及小四學生	2/5-31/5(逢星期二至五, 26/5除外)	16:30-18:00	17節	7人	\$850(會員) \$870(非會員)
C031/23	用功溫習小五小六(5月)	小五及小六學生	2/5-31/5(逢星期二至五, 26/5除外)	18:30-20:00	17節	7人	\$850(會員) \$870(非會員)
C032/23	用功溫習小三小四(6月)	小三及小四學生	1/6-30/6(逢星期二至五, 22/6除外)	16:30-18:00	17節	7人	\$850(會員) \$870(非會員)
C033/23	用功溫習小五小六(6月)	小五及小六學生	1/6-30/6(逢星期二至五, 22/6除外)	18:30-20:00	17節	7人	\$850(會員) \$870(非會員)

地點 耀華樓地下

1. 活動只指導學生於學校功課上的問題，如完成所有學校功課後，導師才會安排溫習默書或做練習。
2. 報讀前必需由導師進行簡單評估，以便安排參加者了解課程內容。
3. 活動資料如有任何更改，將會張貼於本中心，不作另行通知，敬請報名前留意。
4. 如因天氣影響或個別原因請假，本中心不會安排補課或退款予參加者。
5. 綜援家庭或新來港人士可申請20%學費津貼。(每班津貼名額有限，申請者有可能會被要求提交相關證明文件)
6. 上一期舊生持有繳費通知書可優先報名。
7. 一經收費後，恕不退款。本中心不接受轉班或轉名之申請。
8. 如大慶或學校進行有關強檢的情況，請參加者完成檢查後，結果呈陰性再到中心上課。

樂在其中小結他 (C034/23)

負責職員：李皓先生

透過學習基本樂理及指法，培養對音樂的興趣及成就感，並提升手眼協調能力及其音樂感。課堂主要以單音兒歌為主題，學習“睇譜”及指法彈奏出充分趣味及動聽的兒歌，這有助提升手眼協調能力及其音樂感。由於學習樂器需多練習及嘗試才能看見成果，因此每節的課堂會預留二十至三十分鐘的練習時間，希望參加者能有效地學習。

11/4-20/6/2023 逢星期二 | 16:30-17:30 4-7歲幼兒

節數 11節 名額 6
地點 耀華樓地下 費用 \$330(會員) \$350(非會員)

如大廈或學校進行有關強檢的情況，請參加者完成檢查後，結果呈陰性再到中心上課。

流行經典金曲班 (C035/23)

負責職員：李皓先生

導師以新穎的教學方式，教唱歌。學員有機會，輪唱卡拉ok。· 主要由導師分享歌唱技巧，練習唱譜、音準及拍子，期望提供一個平台讓一眾金曲愛好者可以一同學習，歡迎有興趣參加人士報名。

4/4-23/5/2023 逢星期二 | 10:15-12:00 社區人士

節數 8節 名額 15人
地點 耀華樓地下 費用 \$320(會員) \$340(非會員)

如大廈或學校進行有關強檢的情況，請參加者完成檢查後，結果呈陰性再到中心上課。

粵曲 (C036/23)

負責職員：李皓先生

本會與粵曲導師黃重山先生開辦的粵曲班期望能提供一個平台讓一眾粵曲愛好者可以一齊學習粵曲感受粵曲，歡迎有興趣參加人士到場試聽。

12/4-21/6/2023 逢星期三 | 10:15-12:00 社區人士

節數 11節 名額 20人
地點 耀華樓地下 費用 \$550(會員) \$570(非會員)

1. 活動提供免費試堂(活動額滿即止)
2. 如大廈或學校進行有關強檢的情況，請參加者完成檢查後，結果呈陰性再到中心上課。

青 · 靜 一 下

「青·靜一下」系列活動主要讓社區有個空間可以平靜下來，活動大部份與中心青年義工合辦，他們經過一段時間學習，成為中心青年義工導師，協助教導不同類型「靜一下」活動，讓我們在平日忙碌生活之中能享受靜下來一刻。



青 · 靜 一 下 靜 · 飲 -- 咖啡體驗

品嚐一杯咖啡同時體驗一種可以飲的視覺藝術，享受一次咖啡拉花體驗。

職員：胡嘉麗姑娘

P061/23

親子咖啡拉花

P062/23

兒童咖啡拉花

P063/23

青少年拉花體驗

26/4/2023 WED
18:30-19:30

3/5/2023 WED
18:30-19:30

10,17,24/5/2023
WED 18:30-19:30

節數 1節
地點 耀華樓地下
對象 親子(6-12歲兒童及家長)
名額 10人
費用 每對親子 \$50(會員) \$70(非會員)
每個家庭最多3名家庭成員計。
\$40 (綜援/全書津會員)

1節
耀華樓地下
6-10歲兒童
10人
\$30(會員)
\$50(非會員)
\$24 (綜援/全書津會員)

1節
耀華樓地下
11-24歲青少年
10人
每對親子 \$50(會員) \$70(非會員)
每個家庭最多3名家庭成員計。
\$72 (綜援/全書津會員)

活動可提供朱古力奶拉花選擇。

每個活動提供2個優惠名額，先到先得。



咖啡拉花體驗班/初階班

- 認識操作意式咖啡機的流程
- 了解濃縮、奶泡與拉花的關係
- 學習融合的手法
- 學習基礎打奶技巧
- 學習拉花控流、晃動技巧
- 學習心、洋蔥心、葉、鬱金香基礎圖案
- 可按學員需要，與導師協商課堂內容

職員：胡嘉麗姑娘

導師：由現職咖啡師教授

P092/23

拉花體驗/初階(A)

日期：1/4-30/4/2023

P093/23

拉花體驗/初階(B)

日期：1/5-31/5/2023

P094/23

拉花體驗/初階(C)

日期：1/6-30/6/2023

日期

2023年4至6月期間自選日子

時間

每節120分鐘(實際時間與參加者協商自訂)

節數

1節

地點

耀華樓地下

對象

10-24歲或對咖啡拉花零認識而有興趣、對咖啡拉花有基礎認識的人士

名額

10人

費用

\$450(會員)、\$470(非會員)二人同行九折

同時報3堂，優惠價\$1400 即送WPM 450cc 奶壺1隻(價值\$180)

二人同行，同時報3堂，優惠價\$1250 即送WPM 450cc 奶壺1隻(價值\$180)

二人同行，同時報3堂 \$1215計算

- 中心會提供所需要用具及包括使用材料(課堂使用咖啡豆及奶)
- 每位學員皆可享獨立啡頭及奶棒使用，免卻輪候時間
- 完成3節課程，可獲由中心簽發證書(按需要)

Meme more time - ART JAM系列

34
PAGE

以半自助形式，提供一個自在創作空間，享受藝術創作帶來平靜樂趣，放鬆減壓。
活動提供不同顏料，讓參加者自由選擇，完成一幅作品。

職員：胡嘉麗姑娘

P064/23

ART JAM (4月)

23/4_{/2023} SUN
10:30-12:45

P065/23

ART JAM (5月)

14/5_{/2023} SUN
10:30-12:45

P066/23

ART JAM (6月)

25/6_{/2023} SUN
10:30-12:45

節數

地點

對象

名額

費用

1節

耀華樓地下

6-24歲兒童青少年或其家庭成員

10人

\$40(會員)、\$60(非會員)

\$32(綜援/全書津會員)

同時報此系列3個活動可享 優惠價 \$100(會員)、\$120(非會員)

此系列非親子活動 | 此系列每個活動優惠名額共2名，先到先得。

Meme more time - 治悠藝術創作系列

職員：胡嘉麗姑娘

P067/23

肌理畫創作

23/4_{/2023} SUN
14:30-16:30

P068/23

花畫創作

14/5_{/2023} SUN
14:30-16:30

P069/23

LED燈刻板畫

25/6_{/2023} SUN
14:30-16:30

透過顏料及不同元素，創作
出富質感畫作。

在畫框設計乾花擺設，親手
為家居創作增添品味。

將自己喜歡的圖案刻畫在燈
板上，造出有自己喜歡圖案
、獨一無二板型燈。

節數

地點

對象

名額

費用

1節

耀華樓地下

6-24歲兒童青少年或其家庭成員

10人

\$100(會員)、\$120(非會員)

\$80(綜援/全書津會員)

\$60(會員)、\$80(非會員)

\$48(綜援/全書津會員)

\$100(會員)、\$120(非會員)

\$80(綜援/全書津會員)

同時報此系列3個活動可享優惠價 \$220(會員)、\$240(非會員)及即額外送 1節治悠藝術創作ART JAM

此系列非親子活動 | 此系列每個活動優惠名額共2名，先到先得。

藝文青



P070/23

織織復織織

職員：李文靖姑娘

你織我又織！近年流行的手工編織，不需要任何鉤針等工具，單用雙手重複打各種結就完成。簡單容易快上手，仲會製作兩款不同款式的鎖匙扣，一同享受手工編織所帶來的樂趣啦！

20/4及27/4/2023 星期四 | **18:30-19:30** **12-20歲**

節數 2節 名額 8人
地點 耀華樓地下 費用 \$30(會員) \$50(非會員)

費用已包括所有材料，參加者可帶走成品。

P071/23

韓式香薰造型蠟燭

職員：李文靖姑娘、岑凱晴小姐

What a joke? Is 蠟燭！由香味、顏色都由你親自選擇，製造專屬你自己的韓式造型蠟燭！

29/4及6/5/2023 星期六 | **15:00-17:00** **13-20歲**

節數 2節 名額 8人
地點 耀華樓地下 費用 \$60(會員) \$80(非會員)

費用已包括所有材料，參加者可帶走成品。

食腦系列

P072/23

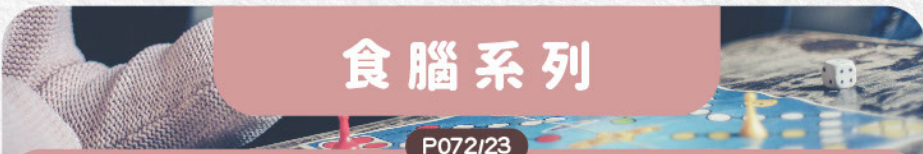
樂在棋中(1)

職員：蔡順怡姑娘

想同班Friend聚吓玩吓，又唔想淨係屈埋打機？不如同班Friend玩吓Board Game，輕鬆之餘，又可以動吓腦筋，訓練你嘅腦轉數。

1/4-27/5/2023 逢星期六 | **12:00-13:30** **12-18歲**

節數 8節 名額 6人
地點 耀華樓地下 費用 免費(會員) \$20(非會員)





P073/23

偵探Board Board趣

職員：岑凱晴小姐

把「推理遊戲」、「觀察遊戲」集合於一身，參加者將接觸2-3個遊戲訓練，從遊戲中訓練參加者習慣思考、與他人溝通能力、語言描述能力，遊戲過程中亦能讓參加者放鬆壓力。

15/4, 13/5, 3/6/2023 逢星期六 | 14:00-15:30 12-18歲

節數 3節 名額 9人
地點 耀華樓地下 費用 免費(會員) \$20(非會員)

P074/23

狼人谷

職員：岑凱晴小姐

大家面對面玩狼人殺，通過語言描述、分析判斷，同其他人一齊較量口才。

22/4/2023 星期六 | 18:00-20:00 13-20歲

節數 1節 名額 10人
地點 耀華樓地下 費用 免費(會員) \$20(非會員)

P075/23

包青Teen劇本殺(4-6月)

職員：岑凱晴小姐、梁梓聰先生

實境動態角色扮演(LARP)是亞洲區近年大熱的遊戲模式，「同理探索劇場」手法以此為藍本，旨在引導參加者透過偵探式角色扮演，探索與體驗他人的人生經歷，從中發展並鞏固同理心、鍛鍊批判性思考及提升社交表達能力。

日期 參加者自訂(4-6月) 時間 參加者自訂
地點 耀華樓地下 名額 每組6人 12-24歲
費用 \$10(會員) \$30(非會員)

- 1) 參加者自行組團參與
- 2) 活動日期及時間與小組負責職員協商
- 3) 有意參加者請先聯絡負責職員了解更多活動詳情



P076/23

Hip Hop Jazz (1)

職員：蔡順怡姑娘

一班Friend有興趣學跳舞，想試吓、夾吓又一齊玩吓，不如嚟體驗啦！課堂內容包括：熱身及拉筋、基本技巧及舞步排練，並有機會參與中心表演。

14/4-30/6/2023 逢星期五 | **18:30-20:00** 12-20歲

節數 8節 名額 12人
地點 耀華樓地下 費用 \$560(會員) \$580(非會員)

- 1) 舊生優先報名
- 2) 活動不設優惠名額
- 3) 小組為長期跳舞小組，參加者有機會加入成為中心舞隊成員
- 4) 如欲報名請先與負責職員查詢

P077/23

TS We're FAMILY (4-6月)

職員：蔡順怡姑娘

透過即興劇場遊戲，訓練參加者的思考、創意、表達、溝通、團隊合作等方面的能力，並從中建立正面積極的態度。

14/4-30/6/2023 逢星期五 | **20:30-22:00** 13-24歲

節數 8節 名額 10人
地點 慈屏樓地下 費用 \$100(會員) \$120(非會員)

- 1) 有意加入者請先聯絡負責社工了解更多服務詳情。
- 2) 活動不設優惠名額

P078/23

木結他班(入門)

職員：李文靖姑娘

木結他跟我們漂泊洋海~~~以小組形式學習基本結他技巧，包括：指法、掃法和樂理知識等，更會一同演奏歌曲，放鬆心情，一同感受音樂的美好！

12/4-17/5/2023 逢星期三 | 19:00-20:00 13-20歲

節數 6節 名額 4人
地點 慈屏樓地下 費用 \$40(會員) \$60(非會員)

- 1) 參加者需自備木結他
- 2) 活動不設優惠名額

P079/23

搖擺「Busk」定

職員：李文靖姑娘

咦！原來你聽歌都會一齊唱，一齊跟住郁！你都鍾意音樂嘅話，不如一齊黎夾下Band，之後仲有機會一齊去Busking呀！

24/5, 31/5, 21/6, 28/6/2023 逢星期三

18:30-19:30 13-20歲

節數 4節 名額 6人
地點 慈屏樓地下 費用 \$20(會員) \$40(非會員)

活動會提供部分樂器和器材即場借用，亦歡迎參加者自攜樂器出席。

四圍遊

P080/23

廢攝遊

職員：伍家賢先生

探索市區發展後遺落的廢墟，拍攝失落的美感。

27/5/2023 星期六 | 14:00-18:30 12-20歲

節數 1節 名額 10人
地點 屯門區 費用 \$10(會員) \$30(非會員)

- 1) 請自備車資出席及飲用食水
- 2) 活動會進入鄉村及山路
- 3) 於本中心集合及解散

38

PAGE

青少年活動



P081/23

朱古力心太軟

職員：岑凱晴小姐

平時自己一個係屋企整心太軟變成心太『硬』？一齊黎中心整朱古力心太軟啦
… # 等你，令我心太軟*。～

22/4/2023 星期六 | 13:30-14:30 12-20歲

節數 1節 名額 9人
地點 耀華樓地下 費用 \$25(會員) \$45(非會員)

P082/23

朱古力流心曲奇

職員：岑凱晴小姐

平時普通曲奇就整得多，流心曲奇整過未？快啲同朋友黎中心試整啦！

27/5/2023 星期六 | 14:00-16:00 12-20歲

節數 1節 名額 8人
地點 耀華樓地下 費用 \$30(會員) \$50(非會員)

P083/23

甜蜜蜜鬆餅

職員：岑凱晴小姐

甜蜜蜜～見到鬆餅就笑得甜蜜蜜～快啲學超簡單早餐-英式鬆餅，整理比屋企人食，令屋企每個早晨都笑得甜蜜蜜。

17/6/2023 星期六 | 14:00-15:30 12-20歲

節數 1節 名額 8人
地點 耀華樓地下 費用 \$25(會員) \$45(非會員)





P084/23

攝影大師

職員：伍家賢先生

活動適合有興趣學習/初接觸攝影的參加者，內容包括：

1. 快門、光圈、感光度及色溫應用講解；
2. 構圖基本技巧。
3. 燈光的攝影效果。

4/5-18/5/2023 星期四 | **18:15-19:30** 10-15歲

節數 3節 名額 10人
地點 耀華樓地下 費用 \$10(會員) \$30(非會員)

活動會提供可換鏡頭數碼相機即場借用，亦歡迎參加者自攜相機出席。



P085/23

天水圍Youtuber研究室

職員：伍偉生先生

研究天水圍YouTube題目，製作YouTube影片，吸睛縮圖及創意標題。

17/5-31/5/2023 逢星期三 | **19:30-21:00** 11-24歲

節數 3節 名額 10人
地點 耀華樓地下 費用 \$20(會員) \$40(非會員)

P086/23

Youtuber連成直播技

職員：伍偉生先生

開通YouTube手機二人直播功能，嘗試不同形式YouTube直播。

10/5/2023 星期三 | **19:30-21:00** 11-24歲

節數 1節 名額 10人
地點 耀華樓地下 費用 免費(會員) \$20(非會員)



義字頭

P087/23

攝影義(4-6月)

職員：伍家賢先生

如果你喜歡攝影又想做下義工，歡迎加入我們。我們會一齊四圍去影相，再透過攝影分享自己對社區的觀察，透過攝影表現自己的想法，再發揮創意運用攝影做義工！

22/4-24/6/2023 逢星期六 | **15:00-19:00** **12-20歲**

節數 10節 名額 16人
地點 耀華樓地下 費用 免費(會員) \$20(非會員)

有興趣參加者請先填報名表，待會見負責職員了解活動性質及要求才可正式報名。

P088/23

Dream Fighter (4-6月)

職員：蔡順怡姑娘

集一班充滿活力、熱情嘅年青人，一齊籌劃及參與唔同嘅義工服務，快D加入嚟一齊玩、一齊笑，享受輕鬆歡樂又有意義嘅義工生活啦！

12/4-28/6/2023 逢星期三為主 | **16:00-17:30** **13-18歲**

節數 10節 名額 20人
地點 耀華樓地下及戶外 費用 免費(會員) \$20(非會員)

有意參加者請先聯絡負責社工了解更多服務詳情，待會見了解活動性質及要求才正式報名。

P089/23

Gan Teen (4-6月)

職員：岑凱晴小姐、伍家賢先生

係地球既一個角落，有一班青年。佢地熱血！團結！有愛！佢地無處不在，集結唔同學校既有心人，目標係去勻全港十八區幫助唔同嘅對象，不求回報，只求可以幫助有需要嘅人！我地就係Can Teen！

14/4-30/6/2023 逢星期五及
部份週末 | **18:30-20:00** **13-20歲**

節數 10節 名額 24人
地點 耀華樓地下及戶外 費用 免費(會員) \$20(非會員)

有興趣參加者請先填報名表，待會見負責職員了解活動性質及要求才可正式報名。

P090/23

TEEN POWER (4月至6月)

職員：胡嘉麗姑娘

年輕，熱血，這兩個詞語就是Teen Power的代名詞。我們來自不同學校，用心思製作舊物重生的手作，以地攤方式發展共享經濟，支援弱勢社群，營造社區，我們推動貧窮教育，亦裝備不同的藝術手法以服務社區。歡迎你加入這一股青年力量，發揮義工精神，以關懷弱勢社群的心，建立有天水圍特色的友善社區。

21/4-30/6/2023 逢星期五 | **19:00-21:00** 11-21歲

節數 10節 名額 24人
地點 耀華樓地下 費用 免費(會員) \$20(非會員)

有興趣參加者請先填妥報名表，待負責社工聯絡及安排面見介紹小組詳情

P091/23

Soul Coffeer 咖啡義工小組 (4月至6月)

職員：胡嘉麗姑娘

品味生活，透過咖啡凝聚一班志同道合的「啡友」，學習咖啡拉花、手沖及其他相關知識，同時讓心靈慢慢地平靜下來，同時一起關心社區，做義工服務回饋社區，同時以啡會友，在生命中多一樣興趣，讓自己更喜歡自己。

18/4-27/6/2023 逢星期二 | **18:30-20:30**

12-24歲低收入(全額津貼或綜援)家庭優先

節數 8節 名額 24人
地點 耀華樓地下 費用 低收入家庭：\$189
其他：\$270(會員) \$290(非會員)

有興趣參加者必須先參與咖啡拉花體驗班，然後待負責社工聯絡及安排面見介紹小組詳情。

回郵地址

基督教香港信義會天水圍青少年綜合服務中心
新界天水圍天耀邨耀華樓地下



- 耀華樓
- 📍 天慈邨副辦事處
- 📍 基督教香港信義會天水圍青少年綜合服務中心(天耀邨)

中心開放時間 (由於疫情關係，請留意中心公佈之服務時間)

時間 \ 星期	一 MON	二 TUE	三 WED	四 THU	五 FRI	六 SAT	日 SUN
上午10:00 - 下午2:00	○	✓	○	○	○	✓	✗
下午2:00 - 下午6:00	○	✓	✓	✓	✓	✓	✗
晚上6:00 - 晚上9:45	✗	✓	✓	✓	✓	✓	✗

- ✓ 開放時間 ○ 內部辦公，不對外開放 ✗ 暫停開放

中心於下列日期修訂了服務安排

日期	假期/事件	服務安排
2023年4月5日	清明節	公眾假期，中心暫停服務。
2023年4月7日	耶穌受難節	公眾假期，中心暫停服務。
2023年4月8日	耶穌受難節翌日	公眾假期，中心暫停服務。
2023年4月10日	復活節翌日	公眾假期，中心暫停服務。
2023年5月1日	勞動節	公眾假期，中心暫停服務。
2023年5月26日	佛誕	公眾假期，中心暫停服務。
2023年6月22日	端午節	公眾假期，中心暫停服務。