



基督教香港信義會
北區青少年綜合服務中心

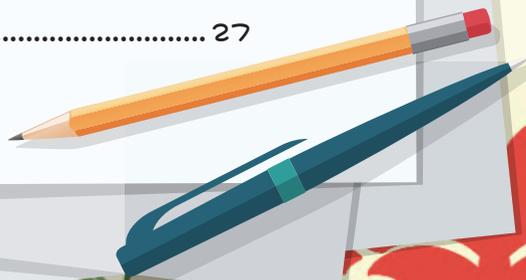
2022年7-9月 中心通訊

開始報名日期：25/6/2022（星期六）早上9:30



目錄

機構介紹及中心簡介	3
會員制度及福利	4
熱帶氣旋及暴雨警告之安排	5
送給自己最好的禮物——愛之語	6
課餘託管服務	7
照顧者雙週活動	8
兒童成長活動	10
家長活動	12
親子／家庭活動	13
興趣班	
- 幼兒暑期課程	15
- 兒童暑期課程	16
- 親子體驗課程	17
- 幼兒恆常課程	18
- Q&A時間	20
- 兒童恆常課程	22
- 家長恆常興趣班	25
興趣班小知識	26
長腿叔叔信箱	27



機構介紹及中心簡介

機構介紹

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。

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1983年成立，並於1998年12月正式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。

主要服務對象

本港居民居住或就讀於上水區6-24歲的兒童、青少年及其家庭成員。

宗旨

以耶穌基督宣揚福音和服務人群的精神，為青少年提供全面及多元化之服務，讓青少年建立自己，發揮潛能，服務社區。

目標

基於以上信念，讓青少年在合適環境下成長，抒發心聲，不愛標籤、獨立思考、明辨是非、能面對逆境、有聆聽福音的機會。

針對範圍

家庭功能、學校支援、青少年成長。

服務

學校輔導工作、發展訓練、社區教育、青少年系統支援、建立社區網絡、生命教育、義工服務。

服務內容

- **專業輔導服務**
 - *個人及小組輔導
 - *就業輔導
 - *駐校輔導服務（中、小學）
- **兒童及青少年成長活動**
 - *歷奇體驗及探索
 - *團隊合作及解難訓練
 - *領袖才能訓練
 - *多元智能培訓
 - *預防及發展性計劃及活動
- **社區為本服務**
 - *義務工作訓練
 - *社區資源諮詢
 - *興趣及技能訓練
- **家庭為本服務**
 - *家庭生活及親職教育
 - *家庭活動
- **資訊及教育**
 - *多媒體電腦學習

我們的使命、願景、價值

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
核心價值觀	我們致力實踐以下價值： 誠信為本 群策群力 卓越效能 全人關懷 社會參與 公義仁愛

中心人事變動資訊

1. 社工簡家信、高級活動幹事嚴冠男及何雋逸已離職。
2. 服務總監周玉英已於31/3/2022榮休，感謝她多年服務，並祝願她身體安康。

會員制度及福利

會員制度

1. 個人會員：6-24歲之兒童及青少年（必須為香港居民）
2. 家庭會員：
 - I. 申請人須為年滿18歲或以上之家長或監護人
 - II. 家庭成員中最少一位是在申辦會籍時年齡介乎6-24歲的香港居民
 - III. 家庭成員須為兩代或同住的隔代，直系親屬而其中最少有一位是年齡介乎6-24歲
 - IV. 人數不限
3. 費用：
 1. 個人會員：每年港幣15元
 2. 家庭會員：每年港幣30元

福利

- 一咭通行，可參與本會屬下其他青少年綜合服務中心的活動
- 可參與中心各類服務、活動及享用設施
- 可按時收到中心通訊及最新消息
- 可以會員價報名參加指定活動

申請會籍手續

- 填妥會員申請表格
- 帶同身份證明文件（如身份証、出世紙或學生手冊）
- 繳交費用
- 帶同以上資料交回本中心辦理

終止及退出會籍

- 有效會籍為期一年，到期不續証者，均作自行退出論。
- 會員如欲退出會籍，請以書面提出或填寫退出會籍申請表，連同會員証交回本中心處理。但所繳付之費用恕不退還。
- 若服務使用者對職員或其他人構成滋擾、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。

補領會籍方法

- 會員如遺失會員証，請填妥會員申請表及繳交港幣5元手續費，補領會員証；唯有效期則會按遺失會証之有效期作計算。

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)	✗	✗

✓ 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時，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運作，而有關課程、活動是否如常舉行，一般情況則按上表列出安排，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。

送給自己 最好的禮物 ——愛之語

《愛之語》(The Five Love Languages)亦稱為「愛的五種語言」，對大家來說應該不感到陌生，那是出自美國著名婚姻治療師蓋瑞·巧門(Gary Chapman)，簡單來說就是五種表達愛的方式，一般應用於婚姻和親子關係。其實父母也可以用於自我關愛(Self Care)，在忙碌生活中或許也是一個讓自己稍稍停下來的ME TIME時刻，現在就來送給自己珍貴的「愛之語」吧！

1. 肯定的言語(Words of Affirmation)

「您十分重要，給自己最少五個讚美。」

肯定的言語包括稱讚、鼓勵或表達感謝。誠意邀請父母們找一個時間，安定地坐下來，照照鏡，靜靜的細看鏡中的自己，然後說一句：「辛苦你了！感謝你啊！」從心裡好好的欣賞自己、鼓勵自己，甚至感謝自己。試試在這一刻，把平日對孩子的愛，專注在自己身上吧！

2. 服務的行動(Acts of Service)

「善待自己，學會適時對孩子說『不』。」

服務的行動是為對方做事情。做媽媽對孩子總是「給！給！給！幫！幫！幫！做！做！做！」，努力滿足家人的需求，卻讓自己精疲力盡。誠意邀請您以行動服務自己，善待自己，學會對親愛的家人說「不」。細想隨著孩子長大，有那些功夫可以放輕，甚至放手？一方面讓孩子承擔責任，一方面也保有自我空間，讓自己維持在一種健康平衡的狀態。

3. 真心的禮物(Receiving Gifts)

「吃點自己喜愛的食物並細細品嚐。」

贈送禮物也是表達愛常見的方式之一，不過，禮物不一定要挑選昂貴的物品，關鍵在於看到對方的需要，呈現心意。誠意邀請您，在可行的情況下，給自己送上心儀的禮物，慢慢吃一頓美餐甜點，討一下自己歡心吧！

4. 精心的時刻(Quality Time)

「與自己約會，逛逛您最喜愛的地方，做自己最愛做的事。」

營造精心時刻是彼此陪伴，把專注力放在對方身上，一起從事喜歡的活動。您還記得在孩子出世前，自己有甚麼興趣嗎？有那些活動可以讓您沉醉數小時，過程可以全神貫注、忘卻煩憂，完成後則心曠神怡、滿足非常？誠意邀請您給自己創造一個精心的時刻，好好陪伴自己吧！

5. 身體的接觸(Physical Touch)

「來一個寵愛自己之夜，享受放鬆、充電的時刻！」

身體接觸是以實際的肢體碰觸溝通彼此的愛。誠意邀請您合上眼，慢慢呼吸，一呼一吸，一……呼……一……吸，一……呼……一……吸……，由頭、頸、肩……至膝蓋、小腿、腳底，慢慢感受身體每一個部位的說話吧！聆聽一下身體的需要，是很想香香甜甜的睡覺？不慌不忙地沖個熱水涼？某些部位酸痛了，需要按一下嗎？還是身體很想運動起來呢？然後，好好接觸和慰勞一下您的身體吧！

最後，願父母們在日常生活中繼續創造自我關愛的習慣，並與朋友們分享您的自我關愛旅程。我們深信：父母愈快樂，家庭亦會愈快樂，因為「快樂由自己做起」，Cheers！

課餘託管服務

簡介



宗旨

課餘託管服務（課託服務）旨在為因工作或其他原因，而暫時未能在課後時間照顧子女的家長，提供照顧服務。

服務對象

就讀小學的香港居民

課餘託管服務收費減免計劃 （減免計劃）

減免計劃下，社署為有需要的低收入家庭提供豁免全費、減免半費或3分1費用減免，讓其使用課託服務。符合申請豁免或減免條件如下：

- (1) 以下計劃受惠人士——
 - (i) 學生資助事務的學生資助計劃（即學校書簿津貼計劃／學生車船津貼計劃／上網費津貼計劃）；
 - (ii) 在職家庭津貼辦事處的在職家庭津貼；及／或
 - (ii) 綜合社會保障援助（綜援）計劃
- (2) 家庭每月收入未超過家庭住戶每月入息中位數（家庭入息中位數）100%

服務內容

功課輔導、個人成長小組／活動、家長指導及會面。

服務時間

星期一至五 下午3時30分至7時正

申請時段

- 全年均可申請（視乎學額安排）
- 2022年7月19日起可親臨中心索取2022-23學年申請表格。
- 填寫後於2022年8月6日交回本中心。

申請手續

- 符合申請資格的參加者，將接獲電話約見面試（家長與申請之子女均須出席）
- 面試後，若申請者人數超過名額，會由職員甄選，申請者將接獲電話通知。

查詢

如欲查詢申請詳情，請致電2673 2120 與負責職員黃家耀先生聯絡。

「樂在學習」學童成長計劃2022-2023（區本）

時段：2022年10月至2023年6月

時間：下午4:30至下午6:00 地點：本中心

功課研習成長班

舉辦星期：星期一至五

對象：綜援／全書津小學生

費用：（\$350／每月）

部份課堂由教育局贊助

內容：功課輔導、每月家長會、親子活動及個別輔導服務。

2022-2023新學年的申請安排

- 如欲申請，可親臨本中心索取2022-2023年度的申請表，填寫後於2022年8月27日（六）前交回本中心。
- 符合申請資格的參加者，將接獲電話約見面試（家長與申請之子女均須出席）
- 面試後，若申請者人數超過名額，會由職員甄選，中選者將會接獲電話通知。
- 中選者務必在指定限期前繳交學費，及出示相關的經濟證明文件；逾期者，則視為放棄論，並會由後備補上。

啾啾——照顧者雙週活動

默默照顧家庭的你，辛苦了！各位爸爸媽媽，再忙都俾自己啾下氣呀！響應機構的照顧者雙週服務，中心預備了一系列活動，為照顧者打打氣！

啾啾共享空間

內容：中心廚房開幕啦！相約三五知己，一齊來借用廚房，邊煮邊傾下計！
 日期：7月份 逢星期三、五2:30pm-5:30pm
 地點：本中心（彩麗樓）廚房
 對象：中心會員（兒童照顧者）
 每節人數上限：4人
 費用：免費
 負責職員：許康莉姑娘
 報名方法：致電中心電話向康姑娘報名。
 備註：每節預約的小組可獲\$100津貼購買食材

啾啾——照顧者手作空間 GP087/22

1. 舒緩家長的照顧家庭之壓力
2. 增強家長自我關顧的意識
3. 提供平台讓街坊分享技能和手藝，互相欣賞

內容：手作的過程專注，是完全屬於自己的時間，給自己一個放鬆休息的空間，期待親手完成的作品！

日期：6/7、20/7、3/8/2022（星期三）

時間：10:00am-11:30am

堂數：3堂

地點：本中心（彩麗樓）

對象：家庭照顧者（中心會員）

名額：10人

費用：\$30（會員）\$50（非會員）

職員：許康莉姑娘

備註：此活動由香港哥爾夫球慈善基金有限公司贊助；「啾啾」系列：每季每名會員限報一個活動。

啾啾——照顧者伸展班 GP088/22

1. 舒緩家長的照顧家庭之壓力
2. 增強家長自我關顧的意識

內容：勤勞照顧家庭的您辛苦了，齊齊伸展，舒緩疲勞筋腱，愛自己由愛護身體做起。

日期：13/7、27/7、10/8、14/9、28/9/2022（星期三）

時間：10:00am-11:30am

堂數：5堂

地點：本中心（彩麗樓）

對象：家庭照顧者（中心會員）

名額：10人

費用：\$50（會員）\$70（非會員）

職員：許康莉姑娘

備註：此活動由香港哥爾夫球慈善基金有限公司贊助；「啾啾」系列：每季每名會員限報一個活動。

中心已經重新開放，歡迎大家預約玩具圖書館及借還繪本呀！



設立自由玩

中心添置約有200本全新繪本，共分8大主題（情緒、品格、自我保護、家庭、兒童權利、社交及人際關係網絡素養及社區），只要成為「故事樂園」的參加者或加入成為「繪本導師」即可借閱。

以鬆散組件（原木或海棉磚的概念，無限制的玩法為原則，即興玩樂，發揮創意。



玩具圖書館

中心新添置大量全新具啟發性的兒童及親子玩具，希望兒童寓成長於娛樂。只要參加「親子遊樂園」或「玩具圖書館簡介會」的會員，便可預約使用服務。



兒童活動

夏日大冒險

1. 認識自己及他人的優點及長處
2. 學習互相欣賞
3. 透過歷奇活動，提升參加者面對挑戰和困難時的解難能力
4. 建立自信心及成功感

內容：雖然暑假已經過去了，但如果同學們都希望可以在考試之後鬆一鬆，認識新朋友同玩遊戲，歡迎大家參加一日的大冒險！

日期：16/7/2022（星期六）

時間：10:30am-12:00nn

堂數：1堂

地點：本中心（彩玉樓）

對象：小三至小六學生

名額：10人

費用：免費

職員：鄭顯榮先生（實習社工）

P090/22

小腳板遊西九文化區

擴闊視野，認識香港西九文化區新地標及感受文化藝術氣息。

內容：遊走西九文化區，參觀西九龍新地標：藝術公園及M+，感受文化藝術的氣息。

日期：30/7/2022（星期六）

時間：1:30pm-6:00pm

堂數：1堂

地點：西九文化區

對象：小三至小六學生

名額：12人

費用：\$20

職員：黃家耀先生

備註：此活動申請民政事務總署撥款中，如不撥款將會取消；自備食水及防曬用品，如：帽、遮等。

一起去小旅行！

和諧粉彩 x 繪本小組

P091/22

都市兒童生活秘技小組（自理篇）

P089/22

1. 認識簡約環保概念
2. 學習簡單整理術

內容：透過遊戲、體驗活動、短片分享，讓參加者學習生活技能，從認識簡約環保概念到學習自我照顧技巧等。

日期：16/7、23/7、6/8、13/8、27/8/2022（星期六）

時間：10:00am-11:00am

堂數：5堂

地點：本中心（彩玉樓）

對象：小二至小五學生

名額：7人

費用：\$10（會員）\$30（非會員）

職員：黃家耀先生

故事樂園I

P092/22

認識及學習不同成長元素

內容：透過繪本故事學習成長階段的不同元素，如：品格、社交、家庭關係等。

日期：19/7、21/7、23/7、26/7、28/7、30/7/2022（星期二、四、六）

時間：2:30pm-4:00pm

堂數：6堂

地點：Zoom

對象：6-10歲（全書津或綜援人士）

名額：8人

費用：免費

職員：郭國富先生

1. 增強兒童的協作及溝通能力
2. 提升兒童的觀察力、想象力及創造力
3. 豐富兒童對社區的認識

內容：夏日快到了，約埋朋友仔一齊走訪坪輦壁畫村，設計繪畫中心玻璃窗及設計互動遊戲，增添陽光歡樂氣息！

日期：3/9、10/9、17/9/2022（星期六）

時間：3/9 外出日：10:00am-1:00pm
10/9、17/9：10:00am-12:00pm

堂數：3堂

地點：坪輦壁畫村、本中心（彩麗樓）

對象：小學生（6-12歲）

名額：12人

費用：\$30

職員：許康莉姑娘

備註：此活動申請民政事務總署撥款中，如不撥款將會取消；自備食水及防曬用品，如：帽、遮等。

故事樂園II

P094/22

認識及學習不同成長元素

內容：透過繪本故事學習成長階段的不同元素，如：品格、社交、家庭關係等。

日期：2/8、4/8、6/8、9/8、11/8、13/8/2022（星期二、四、六）

時間：2:30pm-4:00pm

堂數：6堂

地點：Zoom

對象：6-10歲（全書津或綜援人士）

名額：8人

費用：免費

職員：郭國富先生

社交積木小組

1. 提升專注力
2. 學習與人溝通及分工合作

內容：-共建不同主題的Lego積木
-我的主題樂園
-我的校園
-我的家庭

地點：本中心（彩麗樓）

費用：免費

職員：郭國富先生

P095/22

社交積木小組I

日期：22/7、29/7、5/8、12/8、19/8、26/8/2022（星期五）

時間：8:15pm-9:30pm

堂數：6堂

對象：10-12歲（全書津或綜援人士）

名額：8人

P096/22

社交積木小組II

日期：22/7、29/7、5/8、12/8、19/8、26/8/2022（星期五）

時間：7:00pm-8:15pm

堂數：6堂

對象：8-10歲（全書津或綜援人士）

名額：8人

探索之旅

P097/22

擴闊視野

內容：參觀兒童探索博物館，以STEAM作手法學習，提升創意思維能力。

- 發現大自然
- 小工匠工作室
- 漫遊小香港
- 「無限可能」實驗空間

日期：20/8/2022（星期六）

時間：9:30am-1:30pm

堂數：1堂

地點：兒童探究博物館

對象：6-10歲（全書津或綜援人士）

名額：16人

費用：\$20

職員：郭國富先生

備註：此活動申請民政事務總署撥款中，如不獲撥款將會取消。

小眼睛看大世界

P098/22

加強參加者對身邊事物的關愛和觀察力

內容：與兒童探索世界不同事與物，加強觀察力，學習珍惜身邊人與事。

日期：23/7、30/7、6/8、13/8/2022（六）

時間：3:00-4:00pm

堂數：3堂

地點：本中心（彩玉樓）/zoom

對象：8-12歲

名額：6人

費用：免費

職員：朱嘉敏姑娘

1. 增加對珍惜食水的意識。
2. 增加了解節約用水的好處。

內容：讓參加者透過參觀水務署的水知園以加強珍惜食水意識和了解節約用水對香港對地球的好處。

日期：26/8/2022（五）

時間：9:30am-1:30pm

堂數：1堂

地點：水務署——水知園

對象：7-12歲

名額：15人

費用：\$20

職員：朱嘉敏姑娘

備註：需自備可掃瞄「安心出行」的電子產品；需符合疫苗接種要求；此活動申請民政事務總署撥款中，如不獲撥款將會取消。

礦山主題導賞團

P100/22

認識本港採礦歷史、了解馬鞍山獨特的自然價值、提升對香港歷史保育及傳統文化的興趣

內容：走訪礦村、宗教建築及礦場遺址，化身礦工，了解五六十年代馬鞍山礦場的輝煌歷史，親身體驗昔日礦工生活，尋找鐵礦石及品嚐礦村小食。透過三小時的礦場礦村探索，讓你對香港這段獨有的歷史有特別的體會。

日期：17/9/2022（六）

時間：1:00pm-5:30pm

堂數：1堂

地點：鞍山探索館

對象：6-12歲

名額：15人

費用：\$20

職員：朱朗宜姑娘

備註：費用已包括來回車費。此活動申請民政事務總署撥款中，如不獲撥款將會取消。

6A正向親子相處家長組（7-8月） P101/22

家

長

活

動

認識正向親子相處的知識及技巧並建立美好親子關係。

內容：你想跟子女暢順溝通？你想子女敢向你坦誠表達意見？你想提升子女的責任感？你想跟子女關係親密些？我鼓勵你參加這小組。透過短片、分享、體驗活動及心理小測驗，讓家長認識6A正向親子管教原則，提升正向親子關係。

日期：15/7、22/7、29/7、5/8、12/8、19/8/2022（星期五）

時間：7:30pm-9:00pm

堂數：6堂

地點：本中心（彩麗樓）

對象：中、小學生家長

名額：10人

費用：免費（會員）\$20（非會員）

職員：黃家耀生生

親子／家庭活動



親子繪本展覽（家庭篇）

P102/22

1. 認識與家庭有關的繪本
2. 親子共享歡樂閱讀繪本時光

內容：繪本是親子溝通的好橋樑，透過活潑有趣的繪本故事及分享，從多角度認識彼此的想法，促進親密親子關係。

日期：23/7、20/8、17/9/2022（星期六）

時間：3:30pm-4:30pm

堂數：3堂

地點：本中心（彩麗樓）

對象：高幼及小學生親子（每場三對親子）

名額：18人（9對親子）

費用：免費

職員：黃家耀先生

備註：必須親子一同報名。

親子繪本讀書會

P103/22

鼓勵親子溝通分享，增進親子親密關係。

內容：透過親子共讀不同主題繪本，並輔以小遊戲或小手工，鼓勵親子溝通交流，增進親子關係。

日期：8/7、26/8、23/9/2022（星期五）

時間：7:30pm-8:30pm

堂數：3堂

地點：本中心（彩麗樓）

對象：小學生及家長

名額：8人

費用：\$20（會員）\$40（非會員）

職員：黃家耀先生

親子遊戲夜——郁動篇

P104/22

鼓勵親子一起動一動及溝通合作，共享親子歡樂時光。

內容：透過不同新興運動及遊戲，體驗親子溝通合作，多角度認識彼此的長處及學習互相欣賞。體驗活動包括：芬蘭木柱、躲避盤及地壺球。

日期：23/7、27/8、24/9/2022（星期六）

時間：8:00pm-9:00pm

堂數：3堂

地點：本中心（彩麗樓）

對象：小學生及家長

名額：6人（3對親子）

費用：每位\$20（會員）\$40（非會員）

職員：黃家耀先生

開心家庭聚一聚 （拍學生相）

P105/22

支援基層家庭

內容：一個學期的結束意味著新階段即將開始，如果你是中小學生，新學年一定需要學生相，不妨考慮下來中心影半打學生相準備開學用，費用全免。

日期：16/7及13/8/2022（星期六）

時間：3:30pm-7:30pm

堂數：2堂

地點：本中心（彩玉樓）

對象：基層中小學生家庭

名額：每次5人（共30人）

費用：免費

職員：黃家耀先生

備註：基層家庭中小學生

街坊學堂——親子冰皮月餅製作工作坊

GP106/22

1. 促進親子溝通，營造優質親子相處時間及機會
2. 提供平台讓街坊分享技能和手藝，互相欣賞

內容：中秋節一家人一起做健康又美味可口的月餅！

日期：9/9/2022（星期五）

時間：4:00pm-5:30pm

堂數：1堂

地點：本中心（彩麗樓）

對象：小學生及其家長（中心會員）

名額：4對親子

費用：免費

職員：許康莉姑娘

備註：此活動由香港哥爾夫球慈善基金有限公司贊助



夏季生日會

P107/22

分享成長的喜悅，享受親子快樂時光

內容：無論已經生日或即將生日，都可以一起在家人陪同下製作簡易精美小蛋糕，共享愉快的遊戲時間！

日期：16/8/2022（星期二）

時間：7:30pm-9:00pm

堂數：1堂

地點：本中心（彩麗樓）

對象：小學生及其家人

名額：12人（6對親子）

費用：每位\$20（會員）\$40（非會員）

職員：朱朗宜姑娘

備註：7-9月生日的小學生均可報名；請自備食物盒。

中秋團圓糯米糍

P108/22

建立正面溝通，享受親子快樂時光

內容：中秋除了月餅，還會聯想到什麼點心呢？家長又有否試過跟小朋友一起製作點心啊？透過親子一同製作糯米糍，體會烹飪的樂趣，同時享受親子時光。

日期：30/8/2022（星期二）

時間：7:30pm-9:00pm

堂數：1堂

地點：本中心（彩麗樓）

對象：小學生及其家人

名額：10人（5對親子）

費用：每位\$20（會員）\$40（非會員）

職員：朱朗宜姑娘

備註：請自備食物盒。

興

趣

班

報名須知：

1. 報名前請自行核對課程之日期、時間，以免相撞；所有興趣班之報名，一經繳費作實，本中心將不接受改班、轉班或退出之申請。
2. 請保留收據，直至興趣班完結。首次出席興趣班請帶備收據，以作核實。
3. 請各學員留意已報名之興趣班的開課日期，以免錯過上課的機會，而本中心亦不會安排個別通知。

*如有任何查詢，歡迎親臨本中心或致電2673 2120與興趣班負責職員聯絡

幼兒暑期課程

職員：朱朗宜姑娘

幼兒手指印畫班 C033/22

內容：透過指印、塗抹等方式，親手繪製獨一無二的圖畫，啟發好奇心及創意思維，讓孩子盡情在美術世界探索！

地點：本中心（彩麗樓）

備註：課程由經驗豐富之導師任教。費用已包括材料費，請自備圍裙及手袖。

日期	時間	堂數	對象	名額	費用
17/8、24/8/2022（三）	2:30pm-3:30pm	2堂	K2至K3學生	8人	\$160

幼兒無煙英文煮食班 C034/22

內容：廚房向來是兒童的禁地，但你會否打算讓孩子成為自理達人？透過製作食物的過程，訓練兒童整理、切食材、處理食物的步驟，還會學習食材、調味料及製作過程的英文生字，成為英語小廚神！課堂內容包括：迷你pizza、麻糬波波、小蛋糕。

地點：本中心（彩麗樓）

備註：課程由經驗豐富之導師任教。費用已包括材料費，需自備食物盒及圍裙。

日期	時間	堂數	對象	名額	費用
13/8、20/8、27/8/2022（六）	2:15pm-3:15pm	3堂	K2至K3學生	8人	\$300

兒童暑期課程

職員：朱朗宜姑娘

兒童創意花藝班 C035/22

內容：利用漂亮的鮮花，讓孩子走進植物的世界，愛上探索植物的樂趣，促進兒童創造性思維的發展，鍛鍊孩子的動手能力，幫助心智的發展。

地點：本中心（彩麗樓）

備註：課程由經驗豐富之導師任教。費用已包括材料費，請自備圍裙及手袖。

日期	時間	堂數	對象	名額	費用	
					會員	非會員
17/8、24/8/2022（三）	10:00am-10:50am	2堂	6-12歲	8人	\$220	\$240

兒童卡通漫畫班 C036/22

內容：以受歡迎的卡通漫畫為主題，教授繪畫的色彩，線條及背景運用，配合漫畫相關的平面设计及故事形式，以提升兒童對繪畫的興趣及技巧。

地點：本中心（彩麗樓）

備註：課程由經驗豐富之導師任教。費用已包括材料費，請自備圍裙及手袖。

日期	時間	堂數	對象	名額	費用	
					會員	非會員
17/8、24/8/2022（三）	11:00am-11:50am	2堂	6-12歲	8人	\$160	\$180

兒童書法水墨畫 C037/22

內容：教授兒童中國水墨畫的繪畫技巧，水墨色彩的變化，宣紙毛筆的運用方法，更配合中國書法的練習，以增加兒童對水墨畫的認識及書寫繪畫的能力。

地點：本中心（彩麗樓）

備註：課程由經驗豐富之導師任教。費用已包括材料費，請自備圍裙及手袖。

日期	時間	堂數	對象	名額	費用	
					會員	非會員
17/8、24/8/2022（三）	12:00nn-12:50pm	2堂	6-12歲	8人	\$160	\$180

兒童黏土捏繽紛 C038/22

內容：學習黏土製作之基本技巧，訓練小朋友小肌肉靈活運用，加強手眼協調合作，開發小朋友多元智能，啟發無限創意。

地點：本中心（彩麗樓）

備註：課程由經驗豐富之導師任教。費用已包括材料費。

日期	時間	堂數	對象	名額	費用	
					會員	非會員
18/8、25/8/2022（四）	2:30pm-3:30pm	2堂	6-12歲	8人	\$160	\$180

小廚師You & Me C039/22

內容：課程會教授學員製作不同的菜式，過程中除了學習煮食的基本技巧外，亦可學習與人分工合作，把完成的食物帶回家與家人分享。課堂內容包括：梳乎厘、蝦多士、豆腐花。

地點：本中心（彩麗樓）

備註：課程由經驗豐富之導師任教。費用已包括材料費，需自備食物盒及圍裙。

日期	時間	堂數	對象	名額	費用	
					會員	非會員
13/8、20/8、27/8/2022（六）	3:30pm-4:30pm	3堂	6-12歲	8人	\$300	\$320

親子體驗課程

職員：朱朗宜姑娘

親子地壺球小組 P109/22

內容：地壺球由冰壺運動演變而來，是一項要求精準、策略、專注力、溝通及逆境智能的運動。地壺球非常講求隊友間的默契、互信和溝通，能有效提升親子關係，促進親子溝通。

地點：本中心（彩麗樓）

備註：課程由經驗豐富之導師任教。課堂期間有地壺球提供，學員請穿著輕便運動服及運動鞋上課，並自備足夠食水；名額為6對親子，如兄弟姊妹希望一同參與，可先向職員留名。若最後名額未滿，會再安排報名。



請掃QR code登記

日期	時間	堂數	對象	名額	費用	
					會員	非會員
2/8、9/8、16/8、23/8、30/8/2022（二）	7:30pm-9:00pm	5堂	小學生及其家長	6對親子（12人）	每位 \$675	每位 \$695

幼兒恆常課程

職員：朱朗宜姑娘

芭蕾舞 7-9月

內容：本課程與Glitter Dance Studio合辦。透過芭蕾舞的舞步和音樂訓練孩子的節奏感和身體協調，讓他們在輕鬆愉快的氣氛中培養對芭蕾舞的興趣。導師會因應學員之進度推薦他們應考英國皇家芭蕾舞之考試，考取國際認可之證書。

地點：本中心（彩麗樓）／ZOOM

備註：學費不包括服裝費及考試費，服裝可經由導師代購。導師會於首堂為學員評估，並按其能力及進度重新編班。

對象：K2或以上學生

活動名稱	日期	時間	堂數	名額	費用
C040/22 芭蕾舞(Pre-School) A 7-8月	2/7、9/7、16/7、23/7、 30/7、6/8、13/8/2022（六）	10:00am-10:50am	7堂	10人	\$560
C041/22 芭蕾舞(Pre-School) A 8-9月	20/8、27/8、3/9、17/9、 24/9/2022（六） 暫停：10/9	10:00am-10:50am	5堂	10人	\$400
C042/22 芭蕾舞(Pre-School) B 7-8月	7/7、14/7、21/7、28/7、 4/8、11/8/2022（四）	3:40pm-4:40pm	6堂	10人	\$480
C043/22 芭蕾舞(Pre-School) B 8-9月	18/8、25/8、1/9、8/9、 15/9、22/9、29/9/2022（四）	3:40pm-4:40pm	7堂	10人	\$560

幼兒跆拳道 7-9月

內容：跆拳道訓練不但可以強身健體，臨危自衛，更可以鍛煉個人意志力、忍耐力、紀律、自信心及合群精神。本課程由國際跆拳道香港總會任教，學員可通過考試，獲推薦升級。

對象：K2至K3學生

地點：本中心（彩麗樓）

備註：學費不包括服裝費及考試費，服裝可經由導師代購。

活動名稱	日期	時間	堂數	名額	費用
C044/22 幼兒跆拳道A 7-9月	2/7、9/7、16/7、23/7、30/7、6/8、 13/8、20/8、27/8、3/9、17/9、 24/9/2022（六）暫停：10/9	2:00pm-3:00pm	12堂	14人	\$840
C045/22 幼兒跆拳道B 7-9月	2/7、9/7、16/7、23/7、30/7、6/8、 13/8、20/8、27/8、3/9、17/9、 24/9/2022（六）暫停：10/9	5:00pm-6:00pm		14人	\$840
C046/22 幼兒跆拳道C 7-9月	8/7、15/7、22/7、29/7、5/8、12/8、 19/8、26/8、2/9、9/9、16/9、23/9、 30/9/2022（五）	7:00pm-8:00pm	13堂	14人	\$910

幼兒繪畫班 7-9月

內容：教授兒童各種繪畫技巧及運用各種顏料，並學習色彩協調，透過繪畫啟發兒童好奇心，發揮其美術潛能。

地點：本中心（彩麗樓）

備註：課程由經驗豐富之導師任教，費用已包括材料費。

對象：K2至K3學生

活動名稱	日期	時間	堂數	名額	費用
C047/22 幼兒繪畫班 A 7-9月	6/7、13/7、20/7、27/7、3/8、10/8、 17/8、24/8、31/8、7/9、14/9、21/9、 28/9/2022（三）	3:40pm-4:40pm	13堂	8人	\$845
C048/22 幼兒繪畫班 B 7-9月	6/7、13/7、20/7、27/7、3/8、10/8、 17/8、24/8、31/8、7/9、14/9、21/9、 28/9/2022（三）	4:50pm-5:50pm		8人	\$845

趣味黏土捏一番 7-9月 C049/22

內容：課程以黏土作媒介教授學童製作不同主題的作品，如卡通人物、食物、動物等作品。在學習黏土的過程可加強訓練小朋友觀察力和鍛鍊手部小肌肉，並創作出一件獨一無二的作品。

地點：本中心（彩麗樓）

備註：課程由經驗豐富之導師任教。費用已包括材料費。

日期	時間	堂數	對象	名額	費用
7/7、14/7、21/7、28/7、4/8、11/8、 18/8、25/8、1/9、8/9、15/9、22/9、 29/9/2022（四）	3:40pm-4:40pm	13堂	K2至 K3學生	8人	\$910

Fun Trinity 英語會話 7-9月 C050/22

內容：Trinity GESE（聖三一國際口語考試）由英國聖三一學院舉辦，是具聲望及國際認可的會話及聆聽考試，每年有來自60多個國家的700,000多人參加Trinity評估。課程以遊戲，故事及歌曲等形式，進行會話練習及聆聽測驗，讓學生能流暢及準確地運用英語！

地點：本中心（彩麗樓）

備註：課程由經驗豐富之導師任教。費用已包括習作費，請自備文具。

日期	時間	堂數	對象	名額	費用
5/7、12/7、19/7、26/7、2/8、9/8、 16/8、23/8、30/8、6/9、13/9、 20/9、27/9/2022（二）	4:50pm-5:50pm	13堂	K2至K3學生	8人	\$1625

劍橋英語課程——Starters (幼兒篇) 7-9月

內容：由劍橋大學英文考試院(Cambridge ESOL)設計的國際認證測驗，全球每年超過55個國家共計310000人次參加本次測驗。課程分為Starter、Mover、Flyer三個級別，每完成一個級別可考取由劍橋大學發出的官方證書。課程專為提升學童聽、說、讀、寫的全方位能力而設，是個持之以恆的課程！

地點：本中心（彩麗樓）

備註：課程由經驗豐富之導師任教。費用已包括習作費，請自備文具及木顏色筆。

活動名稱	日期	時間	堂數	對象	名額	費用
C057/22 劍橋英語課程 Starters (幼兒篇) A 7-9月	2/7、9/7、16/7、23/7、 30/7、6/8、13/8、20/8、 27/8、3/9、17/9/2022 (六) 暫停：10/9、24/9	11:00am- 11:50am	11堂	K2至K3 學生	8人	\$1045
C058/22 劍橋英語課程 Starters (幼兒篇) B 7-9月	2/7、9/7、16/7、23/7、 30/7、6/8、13/8、20/8、 27/8、3/9、17/9/2022 (六) 暫停：10/9、24/9	12:00nn- 12:50pm			8人	\$1045
C059/22 劍橋英語課程 Starters (兒童篇) 7-9月	2/7、9/7、16/7、23/7、 30/7、6/8、13/8、20/8、 27/8、3/9、17/9/2022 (六) 暫停：10/9、24/9	10:00am- 10:50am		K3至 小一 學生	8人	\$1045

Q&A時間

Phonics英語拼音、Trinity英語會話及劍橋英語有何分別？我該如何挑選？

Phonics英語拼音主要學習音節拼讀方式，幫助學童易於讀出生字及串字，有效改善學童英語說話及默寫技巧。

Trinity英語會話重點放在說話及聆聽兩方面，以遊戲、圖片、故事及歌曲等形式，進行會話練習及聆聽測驗。

而劍橋英語更著重全方位發展，透過類似英語課的形式，提升學童聽說讀寫的綜合能力。三個課程各有不同，家長應視乎小朋友的需要，報讀合適的課程！

這些英語班組大概要學多久呀？

學習並不能一步登天。以拼音班為例，除了44個音標發音，學童還需要掌握拼讀技巧，整個課程需要接近1.5年的時間。而聖三一國際口語考試及劍橋英語考試更劃分不同等級，是長期的課程，需要學童持之以恆地學習。

Phonics英語拼音班 7-9月

內容：課程著重於教授兒童以26個英文字母所組成的44個音節，透過準確的發音及讀音，提升英語水平，讓他們從小打好英文基礎。

地點：本中心（彩麗樓）

備註：課程由經驗豐富之導師任教。費用已包括習作費，請自備文具及木顏色筆。

活動名稱	日期	時間	堂數	對象	名額	費用
C051/22 Phonics英語 拼音中階班 7-9月	2/7、9/7、16/7、23/7、30/7、 6/8、13/8、20/8、27/8、3/9、 17/9/2022（六） 暫停：10/9、24/9	3:30pm-4:30pm				\$1045
C052/22 Phonics英語 拼音初階班B 7-9月	2/7、9/7、16/7、23/7、30/7、 6/8、13/8、20/8、27/8、3/9、 17/9/2022（六） 暫停：10/9、24/9	2:15pm-3:15pm	11堂	K2至小一 學生	8人	\$1045
C053/22 Phonics英語 拼音初階班A 7-9月	2/7、9/7、16/7、23/7、 30/7、6/8、13/8、20/8、 27/8、3/9、17/9/2022（六） 暫停：10/9、24/9	4:45pm-5:45pm				\$1045
活動名稱	日期	時間	堂數	對象	名額	費用
C054/22 Fun Phonics 英語拼音 （幼兒）7-9月	12/7、19/7、26/7、2/8、 9/8、16/8、23/8、30/8、 6/9、13/9、20/9、 27/9/2022（二）	3:40pm-4:40pm	12堂	K2至K3 學生	8人	\$1140

珠心算初階班 7-9月

內容：透過手撥及腦算的訓練，讓學童掌握一套快速的計算方式，培養他們的思考力，集中力及記憶力。

地點：本中心（彩麗樓）

備註：課程由經驗豐富之導師任教，請自備文具及五珠算盤。新生需以\$58購買習作一本。

日期	時間	堂數	對象	名額	費用
2/7、9/7、16/7、23/7、30/7、 6/8、13/8、20/8、27/8、3/9、 17/9、24/9/2022（六）暫停：10/9	12:00nn-12:50pm	12堂	K2至K3並 會學懂1-10 之學生	8人	\$900

手指快算法（幼兒） 7-9月

內容：手指快算法結合兒童好動，好奇之心理特點，採用形象化思維方式提高兒童運算速度。兒童在玩中學，學中樂，手巧心靈。不用任何工具，利用小手運算。

地點：本中心（彩麗樓）

備註：課程由經驗豐富之導師任教，請自備文具。新生需以\$58購買習作一本。

日期	時間	堂數	對象	名額	費用
2/7、9/7、16/7、23/7、30/7、6/8、13/8、 20/8、27/8、3/9、17/9、24/9/2022（六） 暫停：10/9	2:15pm-3:15pm	12堂	K3至 小一學生	8人	\$840

奧數達人 (幼兒) 7-9月

內容：運用腦筋推理及有關數學的技巧與運算，培養他們的思考力，集中力及記憶力。

地點：本中心（彩麗樓）

備註：課程由經驗豐富之導師任教，請自備文具。新生需以\$58購買習作一本。

日期	時間	堂數	對象	名額	費用
2/7、9/7、16/7、23/7、30/7、6/8、13/8、20/8、27/8、3/9、17/9、24/9/2022（六）暫停：10/9	4:45pm-5:45pm	12堂	K2至K3學生	8人	\$840

兒童恆常課程

職員：朱朗宜姑娘

芭蕾舞 7-9月

內容：本課程與Glitter Dance Studio合辦。透過芭蕾舞的舞步和音樂訓練孩子的節奏感和身體協調，讓他們在輕鬆愉快的氣氛中培養對芭蕾舞的興趣。導師會因應學員之進度推薦他們應考英國皇家芭蕾舞之考試，考取國際認可之證書。

地點：本中心（彩麗樓）

備註：學費不包括服裝費及考試費，服裝可經由導師代購。導師會於首堂為學員評估，並按其能力及進度重新編班。

活動名稱	日期	時間	堂數	對象	名額	費用	
						會員	非會員
C061/22 芭蕾舞 (Pre-primary) 7-8月	2/7、9/7、16/7、23/7、30/7、6/8、13/8/2022（六）	11:00am-11:50am	7堂	6歲或以上或已考獲芭蕾舞Pre-School Level 2	10人	\$595	\$615
C062/22 芭蕾舞 (Pre-primary) 8-9月	20/8、27/8、3/9、17/9、24/9/2022（六） 暫停：10/9		5堂				
C063/22 芭蕾舞 (Primary) 7-8月	7/7、14/7、21/7、28/7、4/8、11/8/2022（四）	4:50pm-5:50pm	6堂	7歲或以上或已考獲芭蕾舞Pre-Primary	10人	\$540	\$560
C064/22 芭蕾舞 (Primary) 8-9月	18/8、25/8、1/9、8/9、15/9、22/9、29/9/2022（四）		7堂				
C065/22 芭蕾舞 (Grade2) 7-8月	2/7、9/7、16/7、23/7、30/7、6/8、13/8/2022（六）	1:00pm-1:50pm	7堂	9歲或以上或已考獲芭蕾舞Grade1	10人	\$700	\$720
C066/22 芭蕾舞 (Grade2) 8-9月	20/8、27/8、3/9、17/9、24/9/2022（六） 暫停：10/9		5堂				
C067/22 芭蕾舞 (Grade4) 7-8月	2/7、9/7、16/7、23/7、30/7、6/8、13/8/2022（六）	12:00nn-12:50pm	7堂	11歲或以上或已考獲芭蕾舞Grade3	10人	\$770	\$790
C068/22 芭蕾舞 (Grade4) 8-9月	20/8、27/8、3/9、17/9、24/9/2022（六）暫停：10/9		5堂				

跆拳道 7-9月

內容：跆拳道訓練不但可以強身健體，臨危自衛，更可以鍛練個人意志力、忍耐力、紀律、自信心及合群精神。本課程由國際跆拳道香港總會任教，學員可通過考試，獲推薦升級。

地點：本中心（彩麗樓）

備註：學費不包括服裝費及考試費，服裝可經由導師代購。

活動名稱	日期	時間	堂數	對象	名額	費用	
						會員	非會員
C069/22 跆拳道A 7-9月	2/7、9/7、16/7、23/7、 30/7、6/8、13/8、20/8、 27/8、3/9、17/9、24/9/2022 (六) 暫停：10/9	3:15pm- 4:45pm	12堂	6-12歲	12人	\$960	\$980
C070/22 跆拳道B 7-9月	8/7、15/7、22/7、29/7、 5/8、12/8、19/8、26/8、 2/9、9/9、16/9、23/9、 30/9/2022 (五)	8:15pm- 9:45pm	13堂	6-12歲	12人	\$1040	\$1060

兒童繪畫班 7-9月 C071/22

內容：教授兒童各種繪畫技巧及運用各種顏料，並學習色彩協調，透過繪畫啟發兒童好奇心，發揮其美術潛能。

地點：本中心（彩麗樓）

備註：課程由經驗豐富之導師任教，費用已包括材料費。

日期	時間	堂數	對象	名額	費用	
					會員	非會員
7/7、14/7、21/7、28/7、4/8、 11/8、18/8、25/8、1/9、8/9、 15/9、22/9、29/9/2022 (四)	4:50pm-5:50pm	13堂	6-12歲	8人	\$845	\$865

Fun Phonics 英語拼音 (初小) 7-9月 C072/22

內容：課程著重於教授兒童以26個英文字母所組成的44個音節，透過準確的發音及讀音，提升英語水平，讓他們從小打好英文基礎。

地點：本中心（彩麗樓）

備註：課程由經驗豐富之導師任教。費用已包括習作費，請自備文具。

日期	時間	堂數	對象	名額	費用	
					會員	非會員
8/7、15/7、22/7、29/7、5/8、12/8、19/8、26/8、2/9、9/9、16/9、23/9、30/9/2022（五）	7:00pm-8:00pm	13堂	小一至小三學生	8人	\$1235	\$1255

珠心算 7-9月

內容：透過手撥及腦算的訓練，讓學童掌握一套快速的計算方式，培養他們的思考力，集中力及記憶力。

地點：本中心（彩麗樓）

備註：課程由經驗豐富之導師任教，請自備文具及五珠算盤。新生需以\$58購買習作一本。

活動名稱	日期	時間	堂數	對象	名額	費用	
						會員	非會員
珠心算中階班 7-9月	2/7、9/7、16/7、23/7、30/7、6/8、13/8、20/8、27/8、3/9、17/9、24/9/2022（六） 暫停：10/9	10:00am-10:50am	12堂	小一至小二或已完成珠心算初階班之學生	8人	\$960	\$980
珠心算進階班 7-9月	2/7、9/7、16/7、23/7、30/7、6/8、13/8、20/8、27/8、3/9、17/9、24/9/2022（六） 暫停：10/9	11:00am-11:50am	12堂	小三至小四或已完成珠心算中階班之學生	8人	\$1020	\$1040

奧數達人 (小學) 7-9月

內容：運用腦筋推理及有關數學的技巧與運算，培養他們的思考力，集中力及記憶力。

地點：本中心（彩麗樓）

備註：課程由經驗豐富之導師任教，請自備文具。新生需以\$58購買習作一本。

日期	時間	堂數	對象	名額	費用	
					會員	非會員
2/7、9/7、16/7、23/7、30/7、6/8、13/8、20/8、27/8、3/9、17/9、24/9/2022（六） 暫停：10/9	3:30pm-4:30pm	12堂	小一至小二學生	8人	\$960	\$980

Hip Hop Jazz FUN

內容：培養兒童對舞蹈的興趣，讓兒童學會基本舞步之餘，還能增強音樂節奏感，肢體協調能力及自信心。

地點：本中心（彩麗樓）

備註：課程由經驗豐富之導師任教，學員請穿著輕便運動服上課。

活動名稱	日期	時間	堂數	對象	名額	費用	
						會員	非會員
C055/22 Hip Hop Jazz FUN A 7-9月	2/7、9/7、16/7、23/7、 30/7、6/8、13/8、 20/8、27/8、3/9、 17/9、24/9/2022（六） 暫停：10/9	4:45pm- 5:45pm	12堂	5-9歲	8人	\$1020	\$1040
C056/22 Hip Hop Jazz FUN B 7-9月	2/7、9/7、16/7、23/7、 30/7、6/8、13/8、 20/8、27/8、3/9、 17/9、24/9/2022（六） 暫停：10/9	3:30pm- 4:30pm			8人	\$1020	\$1040

家長恆常興趣班

職員：朱朗宜姑娘

如有興趣參加瑜伽課程，請先到詢問處登記留名，待負責職員通知報名安排。

瑜珈班

內容：在輕鬆及寧靜的環境中，學習各種瑜珈招式及呼吸法，令身體有適量運動之餘，亦能在繁忙的生活中鬆弛神經，消除因壓力及憂慮過多而造成的種種疾病。

地點：本中心（彩麗樓）

備註：學員請穿著輕便運動服上課，課程已包括瑜珈墊及瑜珈磚。

活動名稱	日期	時間	堂數	對象	名額	費用
C060/22 瑜珈班A 7-9月	6/7、13/7、20/7、27/7、 3/8、10/8、7/9、14/9、 21/9、28/9/2022（三） 暫停：17/8、24/8、31/8	10:00am- 11:30am	10堂	18歲 以上	8人	\$900
C073/22 瑜珈班B 7-9月	6/7、13/7、20/7、27/7、 3/8、10/8、7/9、14/9、 21/9、28/9/2022（三） 暫停：17/8、24/8、31/8	11:45am- 12:45pm			8人	\$600

你知唔知…… (珠心算篇)

「隨手撥珠，便成答數」，「珠動則數出。」

為什麼算盤有不同的算珠數目？

算盤上方的算珠代表5，下方的算珠代表1，但有些算盤卻是「上二珠、下五珠」的設計，為什麼呢？

其實算盤由一千多年前的中國人發明，當時中國採用十六進制的計數方法，即滿16進1，而二五珠算盤剛好組成每個數位的最大數字15。「半斤八兩」就是在十六進制下的計算方式，一斤為十六兩，故而半斤和八兩輕重相等。

後來，算盤由中國傳入採用十進制的日本，計數方式滿10進1，於是便演變成我們現在使用的一四珠算盤了。

珠心算包括「心算」，但為什麼小朋友一直在學習「珠算」呢？

心算是指不靠任何工具，只靠大腦完成計算的技巧。普遍認知中的心算其實是指「筆算式心算」，將算式的計算法則和模式移到腦中進行。而「珠算式心算」則是在腦海中描繪算盤，憑藉圖像畫面，完成實體算盤上的計算，在純計算的速度和正確性上都高於筆算式心算。要操作腦內的虛擬算盤，當然需要學童對算盤有足夠的理解和操作技巧！

珠心算適合什麼對象？

4-8歲的兒童以形象思維為主，珠心算恰好利用大腦空間想象力和形象再現能力，將算盤及其撥珠過程由實物和形體動作轉化為腦中思維撥珠運算的一種快捷的心算方法。有珠心算基礎的小朋友在計算的快速性、觀察的瞬時性、記憶的牢固性、想像的豐富性上都能有更好的表現！



長腿叔叔 信箱

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、不開心的都可以同長腿叔叔分享，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

在考試季節期間，你有遇到困難嗎？

歡迎你寫信給長腿叔叔分享你的想法。

來信方法：

1. 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」。
2. 網上郵柬：掃描二維碼，以網上郵柬寫信給長腿叔叔。

不論手寫或電郵都記得要寫上個人資料及屋企地址，才能收到叔叔的回信。



網上郵柬，
請掃描二維碼。





基督教香港信義會 北區青少年綜合服務中心

中心開放時間表

時間	星期	一	二	三	四	五	六	日
上午	10:15-12:45			✓			✓	
下午	2:30-5:45		✓	✓	✓	✓	✓	
晚上	6:45-9:45		✓	✓	✓	✓	✓	

✓中心開放（地點：上水彩園邨彩麗樓101-116號地下）

中心於下列日期暫停開放

香港特別行政區成立紀念日

7月1日

星期五

中秋節後第二日

9月12日

星期一

中秋節10/9/2022（六）中心開放時間至下午3時45分，敬請留意

中心地址：

上水彩園邨彩麗樓101-116號地下

電話：2673 2120 傳真：2673 2158

彩玉樓分址：

上水彩園邨彩玉樓3樓平台329-336號

電話：2673 1159

機構網址：<http://service.elchk.org.hk/>

中心網址：<http://ndit.org.hk/>

電郵：ndit@elchk.org.hk

Facebook：<http://www.facebook.com/elchk.ndit>



Instagram



Facebook

督印人：許佩瑜 印刷份數：1000份