



明愛賽馬會石塘咀青少年綜合服務

通訊



What's New?

- 升中全方位支援系列
- 明愛慈善獎券
- 青年活動FRIDAY NIGHT

09 · 2021 ————— 01 · 2022

公開報名日 26/08/21

中心主任的話	3
明愛慈善獎券及會員大會	4
中秋同樂同賞同歡樂	5
彩虹計劃優惠制度及活動介紹	6-8
升中全方位支援系列活動	9-12
兒童及家庭活動	13-22
「同Sen童學」特殊學習需要學童支援計劃及藝術治療系列	23-30
青少年活動	31-39
「領取綜合社會保障援助人士」課程及活動優惠制度	40
社交及發展技能課程	41-46
入會申請及會員權利及颱風及暴雨安排	47-50
服務退出程序/服務收費	
服務質素標準及諮詢委員會	
中心職員架構圖	51

2021年9月至2022年1月 中心於假期開放時間安排

本中心將於以下日期休息，敬請留意。

22/9
星期三

中秋節翌日

1/10
星期五

國慶日

13/10
星期四

重陽節

25/12
星期六

聖誕節

27/12
星期一

聖誕節後第一個周日

1/1/22
星期六

元旦日

中心主任的話

中心督導主任
楊可樺姑娘

疫症漸緩，中心的防疫措施從沒有鬆懈。在迎接暑期活動前，中心除了做好各項防疫衛生措施外，也進行了一次消毒塗層噴塗工程，為中心設施提供長效的消毒防護，以減低病毒傳播，保障會員的健康。同時，面對新變種病毒較強的傳播力，大家也不要鬆懈，繼續保持警惕，維持我們的防疫新生活。

寫此頁文章時，正值暑期活動期間。今年很多的暑期活動均告滿額，參加者的出席率非常高，相信這由於大家要留在港抗疫，也正因如此，我們得以認識更多參加暑期活動的學員及家長，從中了解學員的不同需要，給予支援。完了暑期活動，中心也有延續的服務給予有需要的學員。在九月至明年一年，中心推出「同Sen童學」特殊學習需要學童支援計劃，運用不同的工作手法，如舞蹈、音樂、運動、烹飪、靜觀及感覺統合訓練等，提升學童專注力、管理情緒及加強社交溝通技巧。此外，計劃亦提供親子支援活動，透過不同形式的親子互動活動，讓家長多角度了解孩子能力及潛能，取長補短，協助孩子面對成長不同的挑戰。

延續暑期「星期五有點悶」共學活動，青年隊由九月開始逢星期五舉辦FRIDAY NIGHT 活動，每星期邀請擁有不同技能的青年人，透過有不同的主題，將技能分享給其他人，讓彼此在互動中學習新的知識、技能及態度。我們相信，透過友善的學習環境，更能培養青年人主動的學習探索精神，亦能展現青年人最優秀的一面。

升中輔導支援系列活動是中心重點服務之一，今年也不例外，服務包括小組面試技巧訓練、英語面試技巧小組、創意解難訓練及升中模擬面試等，協助小六生減輕因預備升中所帶來的壓力及焦慮，好好裝備自己。此外，系列活動也舉辦升中面試技巧親子小組，讓家長更能掌握孩子的長處，協助孩子紓解壓力，一起並肩面對升中路。



明愛慈善抽獎券 2021 售賣活動

一年一度嘅明愛慈善抽獎券將於10月3日至11月29日公開發售。
每張慈善獎券只售\$20。請大家多多支持，共襄善舉。中心的義工會在以下地方設置售賣站，大家見到我地義工，記得支持下！

售賣活動活動詳情

📅 2021年10月9日（六）

🕒 下午2:30 - 5:00

📍 石塘咀市政大廈對出行人路

📍 德輔道西均益大廈第二期D座對出行人路

如有興趣加入慈善抽獎券義工的
你可聯絡中心職員陳家怡姑娘或
傅威翰先生報名。

📅 2021年10月16日（六）

🕒 下午2:30 - 5:00

📍 石塘咀市政大廈對出行人路

會員大會@ STAY with STT



高級督導主任嚴柳芬姑娘頒發長期服務獎給
芭蕾舞導師Miss So，感謝她在過去二十多年
一直在中心教授芭蕾舞。



2021-2023年諮詢委員會委員。

大會焦點

一年一度的會員大會已於2月28日順利舉行。上年的會員大會因疫症關係而取消，今年的會員大會限制報名人數，約有50位會員參加。大會中，會員就中心的服務、設施、發展方向等提供不少寶貴意見，特別是在支援基層兒童興趣發展的經濟支援，提供最多建議。會員也十分欣賞中心在疫症期間支援社區的弱勢社群的工作。

中秋同樂同賞同歡樂

ST4210903

親子製作中秋燈籠

📅 17/09/2021（五）

🕒 晚上7:00-8:30

📍 中心

👤 彩虹計劃家庭

👤 10個家庭

💰 \$20/每個家庭

ST2210905

好賞中秋嚐喜樂

· 製作冰皮及綠茶月餅

📅 11/09/2021（六）

🕒 晚上7:00-10:00

👤 14-18歲青年會員

📍 中心廚房

👤 8名

💰 會員 \$20
非會員 \$50

ST4210904

中秋樂 眾樂樂

📅 20/09/2021（一）

🕒 晚上7:00-9:00

👤 兒童/青年及家長

📍 猜燈謎 · 手作工作坊 · 攤位遊戲

📍 中心

💰 全免

👤 50名

📄 網上報名：報名日期為9月7日，
詳情可留意中心宣傳

彩虹計劃

「學校書簿津貼(全額)」家庭及「領取綜合社會保障援助人士」
課程及活動優惠制度 (供服務對象參閱)

背景

本中心為讓更多「學校書簿津貼(全額)」家庭及領取「綜合社會保障援助」人士(以下簡稱「綜援」)享用本服務及了解大家對服務需要，本中心會個別面見及以減費形式提供優惠，於即日起可申請優惠，優惠詳情如下：

「學校書簿津貼(全額)」家庭優惠制度詳情：

- 1 「學校書簿津貼(全額)」家庭人士可免費成為本服務服務中心之會員，遞交申請表時，必須出示該年度政府發出證明文件供中心影印存檔，及由中心當值職員接見及了解服務需要及意見。
- 2 每位「學校書簿津貼(全額)」家庭人士每年可享用活動優惠減費額不超過港幣一千元，每半年上限五百元，上半年為4月1日至9月30日，下半年為10月1日至翌年3月31日。每段期間完結當日，剩餘之減費額自動被取消。減費額不能累積或轉移。由於每課程優惠名額有限(十份一)，故先到先得。
- 3 個別與其他機構合辦或協辦之課程或活動，因未取得合辦或協辦單位同意未能提供優惠。
- 4 每位「學校書簿津貼(全額)」家庭人士只能向本單位申請減費額。
- 5 「學校書簿津貼(全額)」家庭人士在參加本中心設有減費優惠之活動或課程時，每項活動或課程仍須繳付十元費用。如欲使用減費額，須在報名時出示優惠咭。工作員會將減費額登記在優惠咭上和輸入電腦系統內以計算總累積額。
- 6 此項優惠不適用於小組活動費、車費、材料費或註明沒有優惠之活動。
- 7 每個興趣班或活動提供十分之一之減費名額，先到先得。
- 8 持咭人士之優惠減費額如在指定之期間用罄，在下一段期間開始前，將不可再享用減費優惠。
- 9 優惠咭由本單位發出。優惠咭需有督導主任 / 單位主任簽署及中心蓋印方為有效。
- 10 優惠咭所剩餘的金額不能兌換現金。
- 11 如遺失優惠咭可以於發咭單位申請補領，並需繳付每張咭\$5行政費，而優惠咭之餘額以補領當日電腦系統上所記錄之資料為準，不得異議。

註：優惠只適用本中心「課程及活動」
「課程及活動」是指社交及技能發展課程及中心其他活動。

彩虹計劃活動

魔術大師|表達及專注力訓練

負責同事 陳家怡姑娘

內容	孩子寡言又害羞？孩子控制不住滿滿的表演慾？想孩子發展更多潛能？是次活動為孩子們提供一個學習膽量、耐性、專注力以及溝通平台，讓孩子活得更快樂健康。		
日期	ST 4210901 18/9-23/10/2021 (逢六、共6節) [第一期] ST 4211004 30/10-4/12/2021 (逢六、共6節) [第二期]		
時間	下午3:30 - 5:00	地點	中心
費用	\$10	名額	12
對象	6-12歲彩虹計劃會員		
備註	1. 活動由中西區區議會資助 2. 活動由有經驗魔術表演者教授及負責社工跟進。		

英語解鎖|英語繪本創作

負責同事 陳家怡姑娘

內容	學習是很重要的，可惜的是不少孩子失去學習的動機，對上課不感興趣。是次活動透過英語繪本創作，協助孩子提升對學習英語的興趣，讓孩子重拾學習英語的樂趣。		
日期	ST 4210902 11/9-2/10/2021 (逢六、共4節) [第一期] ST 4211005 23/10-13/11/2021 (逢六、共4節) [第二期] ST 4211105 20/11-11/12/2021 (逢六、共4節) [第三期]		
時間	上午10:00-11:30	地點	中心
費用	\$10	名額	12
對象	6-12歲彩虹計劃會員		
備註	1. 活動由中西區區議會資助 2. 活動由有經驗導師教授及負責社工跟進		

•••• 彩虹計劃活動 ••••

心靈甜品系列

負責同事 陳家怡姑娘

內容 星期五抖抖 | 焗布甸

日期 22/10/2021 (五)

時間 下午5:00-6:30

費用 \$20

名額 6人

編號 ST 4211006A

備註

心靈甜品系列

負責同事 陳家怡姑娘

內容 星期五抖抖 | 澳洲檸檬蛋糕[Lamington]

日期 29/10/2021 (五)

時間 下午5:00-6:30

費用 \$20

名額 6人

編號 ST 4211006B

備註

心靈甜品系列

負責同事 陳家怡姑娘

內容 星期二抖抖 | 雙色水晶包

日期 7/12/2021 (二)

時間 下午5:00-6:30

費用 \$20

名額 6人

編號 ST 4211201A

備註

心靈甜品系列

負責同事 陳家怡姑娘

內容 星期二抖抖 | 雞包仔

日期 14/12/2021 (二)

時間 下午5:00-6:30

費用 \$20

名額 6人

編號 ST 4211201B

備註

升中全方位支援系列 2021-2022

SEN升中面試技巧小組

ST4211003

有特殊學習需要的學童要面對升中是不容易的事，作為小六學生，又如何可以為升中做準備，增加自己進入心儀學校的機會呢？活動為準備升中之有特殊學習需要的學生及其家長進行一系列升中準備。

本中心 小六SEN學生
會員\$400 | 非會員\$430
8人 朱健強
21/10、28/10、4/11、11/11
(逢四 共4節) 下午4:30-5:30

小組面試技巧訓練

ST4211102

小組面試著重聆聽、分析組員的觀點外，對於如何回應以及把自己的觀點突圍而出也同樣重要；當中，如何分析時事，以及明辨是非同樣會令面試老師加深印象。此訓練是協助同學提升分析力及表達能力，提升小組面試的表現。

本中心 小六學生及其家長
會員\$400 | 非會員\$430
16人 朱健強、邱力勇
6/11、13/11、20/11、27/11
(逢六 共4節) 下午5:30-6:30

英語面試技巧小組

(若未能進行面授活動，將會轉為線上活動)

語文表達在面試中是不可或缺的一環，由於香港始終是以中文為母語的地方，故此，學生對英語的表達能力則各有參差。而在一般的中學面試中，通常也包括英語交談的環節。如學生能掌握英語面試當中的技巧，便能夠提升他們在面試中的表現。

本中心 小六學生及其家長
會員\$500 | 非會員\$530
每組10人、共40人 黃雅瑩

A班 ST4211002-A: 26/10、02/11、09/11、16/11(逢二，共4節) 下午4:30-5:45

B班 ST4211002-B: 26/10、02/11、09/11、16/11(逢二，共4節) 晚上6:00-7:15

C班 ST4211002-C: 30/10、06/11、13/11、20/11(逢六，共4節) 下午2:30-3:45

D班 ST4211002-D: 30/10、06/11、13/11、20/11(逢六，共4節) 下午4:00-5:15

創意解難訓練

● ST4211103

在現在的升中面試中，學校除了考慮學生的成績外，更加會考慮學生分析、解難能力，是次活動加強學生多角度思考能力，以及提升創意解難能力。

📍 本中心	👤 小六學生
會員\$320 非會員\$350	
16人	李俊威 陳家怡
10/11、17/11、24/11、1/12	
(逢三 共4節) 下午4:30-6:00	

升中面試技巧親子小組

● ST4211104

面試對小學生來說，一般都會充斥著不安及壓力，因為從小到大，他們都不曾面對如此重大的場面。如在面試之前，讓家長與孩子一起做好準備，子女便能夠更加有自信去發揮自己的最佳一面。小組亦協助家長處理子女面對升中面試的情緒。

學生小組內容：

1. 面試技巧要訣
2. 個人及小組面試體驗
3. 分享同學於面試的表現及需注意的地方
4. 加強同學表達能力及自信心
5. 認識處理壓力的方法

📍 本中心	👤 小六學生及其家長
會員\$320 非會員\$350	
10個家庭	陳家怡、邱力勇
(收費以家庭為單位，即父母及其子女)	
26/11、3/12、10/12、17/12	
(逢五 共4節) 晚上8:00-9:00	

升中全攻略家長會

● ST4211106

為六年級家長介紹升中選校的機制，包括：「中一的自行分配學位階段」資訊和統一派位的選校原則，並如何探討選擇合適孩子的中學，增加自己進入心儀學校的機會。

📍 本中心	👤 小五、小六家長
會員\$40 非會員\$70	
12人	黃雅瑩
19/11/2021 (五)	
晚上8:15-9:00	

SEN升中全攻略家長會

● ST4211101

分享如何協助有特殊學習需要的子女選擇合適的中學，以及協助家長了解孩子升中的轉變和需要。

📍 本中心	👤 小五和小六特殊學習需要的家長
會員\$40 非會員\$70	
12人	黃雅瑩
20/11/2021(六) 下午5:30-6:15	

升中模擬面試

升中面試的表現直接影響入讀心儀中學的機會。面試當日能否處理緊張情緒和焦慮、與及臨場應變技巧等，無疑是學生能否被取錄的關鍵因素。有見及此，本中心舉辦4場「升中面試工作坊」，透過模擬面試等活動，協助區內家長及小六學生應付升中面試，提升學生面試的技巧和信心。



考核員由英語導師及註冊社工共同主領，以全面角度評估學生之面試表現。



每位學生之面試過程以「數碼攝錄」拍攝，請家長自備USB儲存裝置或於中心即場購買，於面試完畢後把子女模擬面試過程片段儲存，以便家長與子女一同檢討面試表現



每場工作坊均安排「面試匯報及家長研習」，於子女面見後，讓家長與考核員直接接觸，了解子女的表現，協助改善



考核員將分析學生之面試表現，並為每位學生撰寫一份「面試評估報告」，讓家長了解子女之特質及強弱，為升中面試作充份的準備

01

創意
問題

02

時事
問題

03

自我
介紹

04

處境
問題

05

個人生活
問題

06

粵語、英語
及普通話
進行

07

圖片
問題

08

對申請中學
的認識



升中模擬面試

升中模擬面試形式及安排：(100分鐘)

第一部份：個人模擬面試

(共6位同學輪流面見，每人10分鐘，共60分鐘)

第二部份：小組面試及小組經驗學習分享(20分鐘)

第三部份：面試匯報及家長研習工作坊(20分鐘)

(費用包括：1.個人模擬面試體驗、小組模擬面試體驗、面試後匯報、個人評估報告、面試錄影)

第一場ST4211202：18/12/2021(六) 下午2:00-3:40

第二場ST4211203：18/12/2021(六)下午4:00-5:40

第三場ST4211204：19/12/2021(日) 早上11:00-12:40

第四場ST4211205：19/12/2021(日)下午2:00-3:40

📍 本中心	👤 小六學生及其家長
會員\$450 非會員\$480	
朱健強	

升中系列報名表 2021- 2022

學生姓名： 性別： 男 / 女
 聯絡電話： (家長手提號碼) 會員編號(如有)：
 就讀學校：
 將申請自行派位之中學：(1) (2)

升中模擬面試

會員\$450 | 非會員\$480

- ☐ 第一場 ST4211202：18/12/2021(六) 下午2:00-3:40
- ☐ 第二場 ST4211203：18/12/2021(六) 下午4:00-5:40
- ☐ 第三場 ST4211204：19/12/2021(日) 上午11:00-12:40
- ☐ 第四場 ST4211205：19/12/2021(日) 下午2:00-3:40

ST4211002 英語面試技巧小組

會員\$500 | 非會員\$530

- ☐ A班：26/10、02/11、09/11、16/11(逢二，共4節) 下午4:30-5:45
- ☐ B班：26/10、02/11、09/11、16/11(逢二，共4節) 晚上6:00-7:15
- ☐ C班：30/10、06/11、13/11、20/11(逢六，共4節) 下午2:30-3:45
- ☐ D班：30/10、06/11、13/11、20/11(逢六，共4節) 下午4:00-5:15

ST4211102 小組面試技巧訓練

會員\$400 | 非會員\$430

- ☐ 6/11、13/11、20/11、27/11(逢六 共4節) 下午5:30-6:30

ST4211003 SEN升中面試技巧小組

會員\$400 | 非會員\$430

- ☐ 21/10、28/10、4/11、11/11(逢四 共4節) 下午4:30-5:30

ST4211103 創意解難訓練

會員\$320 | 非會員\$350

- ☐ 10/11、17/11、24/11、1/12(逢三 共4節) 下午4:30-6:00

ST4211104 升中面試技巧親子小組

會員\$320 | 非會員\$350 (每個家庭)

- ☐ 26/11、3/12、10/12、17/12(逢五 共4節) 晚上8:00-9:00

網絡保護師

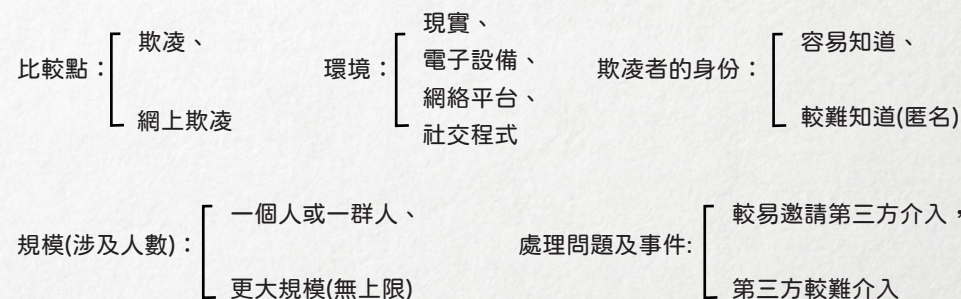
註冊社工 | 朱健強先生

當你在瀏覽社交媒體時，遇到一個「起底組」，標題為「搵到個打人女仔 既IG、電話同住址」(如圖)，而主角竟是你相識定並不相熟的同學，以下有4個選擇，此時你會怎樣做呢？

1. 相信post裡的內容，並Like and share，伸張正義、將其惡行公諸於世。
2. 尋求協助，將同學被「起底」的事告之老師及對方。
3. 向社交媒體檢閱，阻止傳播訊息，防止網上欺凌。
4. 當作沒有看見，不作任何回應。



近年網上欺凌情況日益嚴重，
然而欺凌及網上欺凌的分別是什麼呢？



網上欺凌指個人或團體透過資訊及通訊科技，最常見是社交媒體及受歡迎的討論區，進行蓄意攻擊的敵意行為，以使他人受到傷害。而然，是否只是被欺凌者受到傷害，欺凌者完全置身事外呢？而「被欺凌者」及「路人甲」又可以如何處理有關欺凌的情況？

如果你是欺凌者...

網絡欺凌等於行事隱蔽，可以隱藏身份？雖然每人都只是用網名進行網絡活動，例如開帖或網上交流，但是其一言一行都會在網絡容易被紀錄，成為證據，更可以追查其IP Address，香港更有相關法例，如「個人資料私隱條例」、第200章「刑事罪行條例」第161條「有犯罪或不誠實意圖取用電腦」、第228章「簡易程序治罪條例」第20條與電話訊息或電報有關的罪行；成功被制裁需要罰款及監禁，各位請勿以身試法。

#如果你是被欺凌者...

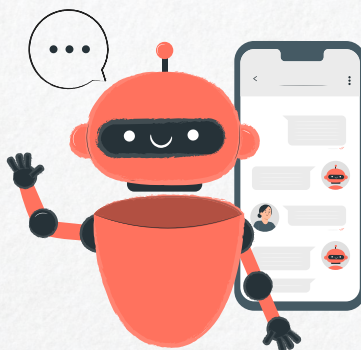
首先，你可以將欺凌者限制、移除、封鎖或列入黑名單；其次你可以保留欺凌者的留言和行為證據，檢舉欺凌人士的帳戶或帖子，但避免報復，以免掉進欺凌者的圈套令事情發酵得更難處理；然後，如有需要可分享感受、道歉或澄清，目的是為事件降溫，但拒絕罵戰；如事情惡化，可設定所有帳戶為最高私隱，有需要時可停用帳戶；最重要的是可向家人、老師、社工或其他值得信任的朋友分享和商量處理事件的方法。

#如果你只是路人甲...

當你看到評論他人的帖子，並想「讚好」、「轉發」或「留言」時，請「停一停，唸一唸」帖子的真確性、必要性和嚴重性，因為網絡上「fact - check」的人少，「炒車」事件時有發生。如果認識被欺凌者，可以主動關心，在適當及可行的情況下鼓勵事主尋求協助。

每一個網民，

也可以是保護者，亦可以制止網絡欺凌！



兒童及家庭活動 | 活動花絮

心靈甜品

心靈廚房是一個關注學童成長的活動，活動提供了一個平台，讓參加者一齊學習日常生活技能、自理之餘，同時亦發揮無限創意，讓大家享受整個製作食物的過程，給自己一份心靈甜品。

聲音地圖體驗

現時全球大約有100位參與錄製大自然聲音的收音師。活動邀請到相信是全港首位有系統紀錄大自然聲音、並且成立香港的大自然聲音地圖網頁的收音師，為我們的參加者提供一個收音體驗，分享他的收音裝備和工作經歷，同時鼓勵參加者學習不同的技能，找到熱情的所在回饋社會。

音樂藝術系列

音樂藝術系列包括藝術字中尋、親子音樂、音樂故事之旅。透過音樂藝術活動，讓參加者陶冶情，一起暫停緊張的生活，享受當下。



心靈甜品



聲音地圖



音樂藝術

兒童及家庭活動 | 慢活鬆一鬆系列

飛鏢專注小組暨親子飛鏢體驗日

ST1211001

透過一連六節的飛鏢訓練，學員能學懂有關飛鏢的遊戲玩法及規則，並在體驗日裡成為小老師，與父母共同享受玩飛鏢的樂趣。

📍 本中心 🧑 9歲至12歲及其家長

每位 \$70

8人 朱健強先生

小組：8/10、22/10、5/11、19/11、3/12、17/12

(逢五、共6節) 下午7:30-8:45

家長體驗日：18/12(六) 下午7:30-8:45

家長只需要出席18/12(星期六)家長體驗日，其他小組時間(星期五)只需組員參加。
活動獲中西區區議會贊助。

音樂藝術 | 創意有你

ST1211003

除了讀書之外，未來的趨勢更加需要我們的創意以及對藝術的觸覺，快些跟我們一起創作吧。

📍 本中心 🧑 6歲至8歲

會員 \$50 | 非會員 \$80

8人 陳家怡姑娘

小貓 | 摺紙：21/10/2021(四) 下午4:30-5:30

小貓 | 乾/油粉彩畫：28/10/2021(四) 下午4:30-5:30

小貓 | 聽歌學英文：4/11/2021(四) 下午4:30-5:30

慢慢說故事館 | 情緒正能量

ST1211104

繪本是孩子的語言，透過聆聽故事和延伸活動，讓孩子認識喜、怒、哀、樂的情緒，從而培養孩子情緒管理技巧。

📍 本中心 🧑 5歲至9歲

會員 \$80 | 非會員 \$110

8人 黃雅瑩姑娘

17/11、24/11、1/12、8/12

(逢三、共4節) 下午5:00-6:00

桌上遊戲代表隊2021

ST1211105

讓對桌遊感興趣的朋友，透過不同種類的桌遊訓練及參加外間機構舉辦不同桌上遊戲比賽，例如香港大學/理工大學舉辦的全港大富翁比賽，從而建立自信心及社交技巧。

📍 本中心 🧑 9歲至12歲

會員 \$200 | 非會員 \$230

8人 朱健強先生

6/11、13/11、20/11、27/11、4/12、18/12

(逢六、共6節) 上午10:00-11:30

11/1/2021 小組取消

兒童及家庭活動 | 慢活鬆一鬆系列

慢慢說故事館 保護自己小勇士 | 黃雅瑩姑娘

ST1211105

性教育從小開始，透過輕鬆的活動，讓孩子認識正確的性教育知識，並學習分辨「好」與「壞」的身體接觸及保護自己的方法。

● ST1220101
7/1、14/1、21/1、28/1/2022
(逢五、共4節) 下午5:00-6:00

📍 本中心 🧑 7歲至10歲

費用：會員 \$80 | 非會員 \$110 名額：8人

義工種子 | 陳家怡姑娘

經過去年常常在家上課，有同學仔話佢三餐總有一餐食即食麵，又有人話想整D野送俾朋友打打氣... 如果你想增加自己的煮食能力、想自己輕鬆一下，同時又想幫下朋友，就要好好把握呢個機會參加呢個活動。活動中除了可以製作一份給自己之外，同時製作多一份給有需要的人。

📍 本中心 🧑 11歲至16歲

費用：#會員 \$50 | 非會員 \$80
名額：#不限 | 8人

● ST1210905
義工訓練 | Give and Take :
16/9/2021(四) 晚上6:30-8:00

籌備及服務日：
待命(2小時或以上)
對象：義工1+1 參加者

● ST1210905A
心靈甜品|芝士/抹茶麻糬波：
21/10/2021(四) 晚上6:30-8:00

● ST1210905E
音樂藝術|滴膠手鏈製作：
9/12/2021(四) 晚上6:00-8:00

● ST1210905B
心靈甜品|香煎牛肉餅：
18/11/2021(四) 晚上6:30-8:00

● ST1210905F
音樂藝術|迷你花束製作：
23/12/2021(四) 晚上6:00-8:00

● ST1210905C
心靈甜品|聖誕曲奇：
16/12/2021(四) 晚上6:30-8:00

● ST1210907G
音樂藝術|乾粉彩感謝卡製：
30/12/2021(四) 晚上6:00-8:00

● ST1210905D
心靈甜品|素蘿白糕：
20/1/2022(四) 晚上6:30-8:00

● ST1210907H
音樂藝術|乾粉彩賀年卡製作：
13/1/2022(四) 晚上6:00-8:00

必需參與義工訓練 | Give and Take及服務日 才可參與義工種子其他系列。

兒童及家庭活動 | 快樂廚房系列

心靈甜品 ST1210904

如果你有朋友覺得返學好累、放學仲有好多功課做，係時候要注意身心健康啦！快D來一齊整下野食，抖一抖。

📍本中心 👤 8歲至11歲

五 \$150 | 六 \$50

6人 陳家怡姑娘

星期五抖抖 | 蒸燒賣
10/9/2021 下午4:30-6:00

星期五抖抖 | 水果熱香餅
24/9/2021 下午4:30-6:00

星期五抖抖 | 蟹味/素菜薯餅
17/9/2021 下午4:30-6:00

星期六抖抖 | 臘味蘿白糕
8/1/2022 下午3:00-5:00

親子廚房 | 白兔冰皮月餅 ST1210906

中秋節快到啦！Cherub老師要讓月餅 要變身成小白兔兔，再加上滿滿的餡料，陪你和家人一起渡過溫馨甜蜜的中秋節。

📍本中心 👤 6歲至12歲及其家長

\$60/ 家庭

8個家庭 黃雅瑩姑娘

19/9/2021 (日) 下午2:30-4:30

負責導師：Miss Cherub Chan (有多年美食教學經驗)
活動獲中西區區議會贊助

親子廚房 | 手工迷你Pizza ST1211004

讓我們一起製作可愛的手工迷你Pizza，享受彼此合作的美好時光，並把pizza帶回家與心愛的家人分享。

📍本中心 👤 6歲至12歲及其家長

\$60/ 家庭

8個家庭 黃雅瑩姑娘

17/10/2021 (日) 下午2:30-4:30

負責導師：Miss Cherub Chan (有多年美食教學經驗)
活動獲中西區區議會贊助

親子廚房 | 童年回憶親子光酥餅 ST1211106

家長可以和小朋友合作做屬於自己光酥餅，透過親子合作，享受與孩子溫馨一刻，並與家人共享製成品，共建和諧家庭。讓我們和孩子一起製作光酥餅，帶回家與家人享受溫馨的下午茶。

📍本中心 👤 6歲至12歲及其家長

\$60/ 家庭

8個家庭 黃雅瑩姑娘

21/11/2021 (日) 下午2:30-4:30

負責導師：Miss Cherub Chan (有多年美食教學經驗)
活動獲中西區區議會贊助

兒童及家庭活動 | 快樂廚房系列

親子廚房 | 聖誕雪球曲奇 ST1211209

小孩子最喜歡食雪糕！！此活動與孩子合作做自家獨一無二的聖誕雪球曲奇，可與家人分享這個雪糕的美味。

📍本中心 👤 6歲至12歲及其家長

\$120/ 家庭

8個家庭 黃雅瑩姑娘

12/12/2021 (日) 下午2:30-4:30

負責導師：Miss Cherub Chan (有多年美食教學經驗)

親子廚房 | 賀年健康燕麥餅乾 ST1220102

透過親子製作燕麥餅乾，加強親子溝通及合作及表達對家人的心意，共建和諧家庭。

📍本中心 👤 6歲至12歲及其家長

\$120/ 家庭

8個家庭 黃雅瑩姑娘

23/1/2021 (日) 下午2:30-4:30

負責導師：Miss Cherub Chan (有多年美食教學經驗)

親子鬆一鬆 | 冷製手工皂 ST1211002

冷製皂保留材料中各類對皮膚健康有益的營養，就讓我們一起製作天然手皂吧！

📍本中心 👤 8歲至12歲及其家長

\$120/ 一對親子

8個家庭 陳家怡姑娘

31/10/2021 (日) 下午2:30-4:30

負責導師：Miss Cherub Chan (有多年美食教學經驗)



兒童及家庭活動 | 親子活動系列

親子體適能小組(初小) ST1210902

透過遊戲及故事主題的形式帶領大、小朋友一起進行體適能訓練，當中包括律動、團體遊戲，一起進行解難挑戰；亦透過運動給予親子間互動的機會，促進親子關係和培養運動的習慣。

- # 自備食水及毛巾，有需要帶衣服更換
- # 2/10取消
- # 活動獲中西區區議會贊助

📍 本中心鄰近公園 (第三街遊樂場)	
\$60/ 每位	6歲至9歲及其家長
10人	朱健強先生
18/9、25/9、9/10、	
16/10、23/10、30/10	
(逢六、共6節) 上午10:00-11:30	

親子體適能小組(高小) ST1210901

透過遊戲及故事主題的形式帶領大、小朋友一起進行體適能訓練，當中包括律動、團體遊戲，一起進行解難挑戰；亦透過運動給予親子間互動的機會，促進親子關係和培養運動的習慣。

- # 自備食水及毛巾，有需要帶衣服更換
- # 2/10取消
- # 活動獲中西區區議會贊助

📍 本中心鄰近公園 (第三街遊樂場)	
\$60/ 每位	9歲至12歲及其家長
10人	朱健強先生
18/9、25/9、9/10、	
16/10、23/10、30/10	
(逢六、共6節) 上午11:45-1:30	

親子義工隊 ST1210903

透過義工活動，促進親子之間的相處及反思對生命上的意義。

📍 本中心	7歲至12歲及其家長
會員 \$30 非會員 \$60	
8個家庭	朱健強先生
26/9、10/10、7/11(日)	
(逢日、共3節) 上午10:30-12:00	

親子桌上遊戲小組 ST1211101

透過不同桌上遊戲，促進親子之間的合作和溝通能力，共同享受遊戲帶來的快樂。

- # 11/12取消
- # 活動獲中西區區議會贊助

📍 本中心	9歲至12歲及其家長
\$60/每位	
16人	朱健強先生
6/11、13/11、20/11、	
27/11、4/12、18/12	
(逢六、共6節) 上午11:45-13:15	

兒童及家庭活動 | 親子活動系列

親子尋找星空及燒烤之旅 | 朱健強先生

📍 中心集合/清水灣郊野公園 (大坳門)

\$ 50/ 每位 24人

透過戶外燒烤及天文導賞，並利用望遠鏡等器材觀察星體，讓參加者認識星座、行星、月球、深空天體(星雲、星團)等，體驗宇宙穹蒼，一起享受月下的星光，從觀星互動中促進親子和諧關係。

- # 本中心會為各參加者準備少量食物，各參加者亦可按需要自行準備。
- # 1:00pm在中心集合，晚上11時回到中心解散；有旅遊巴往返
- # 參加者必須出席簡介會
- # 疫情如果惡化，活動可能會取消
- # 活動獲中西區區議會贊助

👤 6歲至12歲小朋友及其家長

● ST1211201

● 簡介會：4/12/2021(六) 晚上8:00-9:00

● 戶外活動：11/12/2021(六) 下午1:00-晚上11:00

親子活動花絮



兒童及家庭活動 | 聖誕系列

聖誕彩繪藝術館 ST1211202

聖誕節將到，一起為中心添上聖誕色彩。在玻璃上畫上聖誕圖案，洋溢聖誕氣氛，也使中心成為打卡位！

參加者可獲聖誕禮物一份



📍 本中心	👤 7歲至10歲
會員 \$50 非會員\$80	
8人	楊可樺姑娘
18/12/2021 (六)	
上午10:30 - 下午12:30	

薑餅人 is coming to town ST1211203

從製作薑餅人過程中一起了解「節慶食物」薑餅人為甚麼在聖誕節中必不可少。

參加者可獲聖誕禮物一份



📍 本中心	👤 7歲至10歲
會員 \$60 非會員\$90	
6人	楊可樺姑娘
22/12/2021 (三)	
下午2:30 - 5:00	

聖誕木屋DIY ST1211204

自己動手製作聖誕木屋，送給喜愛的人，一起感受聖誕溫暖氣氛。

參加者可獲聖誕禮物一份



📍 本中心	👤 7歲至11歲
會員 \$60 非會員 \$80	
8個家庭	楊可樺姑娘
18/12/2021 (六)	
下午2:30 - 4:30	

特殊學習需要支援系列

「同Sen童學」特殊學習需要學童支援計劃

我們深信每位兒童都具備不同的「潛能」，而且需要得到健康的成長環境和充足的發展機會。然而，部分兒童或會在成長的過程中面對不同挑戰，特別是有讀寫障礙、自閉症譜系障礙和專注力不足及過度活躍症的兒童，他們需要以合適的方法去發掘他們的學習動機和潛能。

本項計劃獲中西區區議會的資助，支援有特殊學習需要兒童及其家長，以「潛能」為主題，讓他們透過不同的體驗及探索活動，加強自我認識，並從中探索自我的潛能及強項，在過程中肯定自己的價值和能力；並將挑戰轉化為動力，為自己定下學習目標。

活動以全年的形式分階段推行，當中包括舞蹈、音樂、運動、烹飪、靜觀及感覺統合訓練作為介入點，幫助兒童提升專注力、學習情緒管理及加強社交溝通技巧。此外，計劃亦提供親子支援活動，透過不同形式的親子互動活動，讓家長能多角度了解孩子能力，學習互相欣賞，重建親子之間的關係。

上學期活動（時段：2021年9月至2022年2月）

對象： 讀寫障礙兒童	活動： 慢慢說故事館 讀寫訓練小組	推行時期： 2021年9月 - 10月
	慢慢說故事館 多感官學習	2021年11月 - 12月
	慢慢說故事館 閱讀有法	2022年1月 - 2月
專注力不足及過度活躍症兒童	桌上遊戲學專注	2021年9月 - 10月
	動作協調訓練	2021年11月 - 12月
	專心一點點	2022年1月 - 2月
自閉症譜系障礙兒童	心靈藝術坊	2021年9月 - 10月
	玩出好朋友	2021年11月 - 12月
	感覺統合訓練	2022年1月 - 2月
特殊學習需要兒童	舞蹈之旅(街舞)	2021年9月 - 10月
	雜耍之旅	2021年11月 - 12月
	音樂之旅(非洲鼓)	2022年1月 - 2月
特殊學習需要兒童及其家長	親子靜觀	2021年9月 - 10月
	聖誕親子烹飪活動	2021年 12月
	新年親子烹飪活動	2022年 1月
	上學期結業禮-歷奇之旅	2022年2月

#參加者會經過甄選程序，才能參與有關活動。有興趣報名的家長，可到親身到中心索取報名表，或到中心網站下載報名表。

查詢：黃雅瑩姑娘 / 陳家怡姑娘 / 朱健強先生

特殊學習需要支援系列

慢慢說故事館 | 讀寫訓練小組 ST1210907

語文能力的高低，往往與兒童的閱讀習慣有緊密關係，能從小便培養出良好閱讀興趣的孩子，都會有較高的語文能力。小孩子往往因不懂而不願閱讀文字，此課程提供一個讓孩子閱讀圖書的機會，引導他們閱讀及瞭解字彙，一起多讀多看，培養閱讀的興趣。

📍 本中心 🧑 6至9歲讀寫障礙兒童
💡 會員 \$60 | 非會員 \$90
👤 8人 📞 黃雅瑩姑娘
🕒 19/9、26/9、3/10、
10/10、17/10、24/10
(逢日、共6節) 上午10:30-12:00
家長分享會：24/10 中午12:00-1:00

桌上遊戲學專注 ST1210908

透過不同的桌上遊戲訓練兒童的專注力及耐性，加強與人溝通及合作，提昇個人的自我能力及自尊感，從而建立正面及健康的自我形象。

22/9 暫停

📍 本中心 🧑 8人 📞 朱健強先生
🧑 9歲至12歲專注力不足及過度活躍症兒童
💡 會員 \$60 | 非會員 \$90
🕒 15/9、29/9、6/10、
13/10、20/10、27/10
(逢三、共6節) 下午5:00-6:00

心靈藝術坊 ST1210909

透過藝術創作、不同的藝術材料，例如：繪畫、廣告彩、蠟筆、拼貼、泥膠、紙黏土、音樂及舞動等，幫助兒童表達及認識自己，反映他們內心深處的感受和經歷，當兒童全心全意地投入藝術創作的時候，它還具有治療的效果。

26/9 為初次見面介紹活動

#由香港大學表達藝術治療實習生Grace,Maggie負責統籌

📍 本中心 💡 免費 📞 黃雅瑩姑娘
🧑 6歲至9歲自閉症譜系障礙兒童
🕒 26/9、3/10、10/10、17/10、
24/10、31/10、7/11、14/11
(逢日、共8節) 上午10:30-12:00
👤 6人

舞蹈之旅（街舞） ST1210910

引入舞蹈為介入點，透過身體的韻動幫助兒童提升肢體動作協調、反應及專注力；同時透過與他人協作，學習情緒管理及增強社交、溝通技巧。

📍 本中心 🧑 8人 📞 黃雅瑩姑娘
🧑 8歲至12歲特殊學習需要兒童
💡 會員 \$60 | 非會員 \$90
🕒 18/9、25/9、2/10、
9/10、16/10、23/10
(逢六、共6節) 上午10:30-12:00

特殊學習需要支援系列

親子靜觀小組 ST1210911

引用「靜觀」(Mindfulness) 的理念，用易懂、好玩的活動，培養家長及孩子的專注力，平衡情緒和舒緩壓力。

每個家庭只限一位小童及一位家長陪同
1/10 暫停

📍 本中心 🧑 12人 📞 黃雅瑩姑娘
🧑 9歲至12歲特殊學習需要兒童及家長
💡 會員 \$60 | 非會員 \$90
🕒 24/9、8/10、15/10、
22/10、29/10、5/11
(逢五、共6節) 晚上8:00-9:30

慢慢說故事館 | 多感官學習 ST1211107

語文能力的高低，往往與兒童的閱讀習慣有緊密關係！此課程運用視覺、聽覺、味覺和觸覺等感官刺激進行學習，提升學習效能。

11/11 暫停

📍 本中心 🧑 8人 📞 黃雅瑩姑娘
🧑 6至9歲有特殊學習需要兒童
💡 會員 \$60 | 非會員 \$90
🕒 4/11、18/11、25/11
、2/12、9/12、16/12
(逢四、共6節) 下午5:00-6:00

動作協調訓練 ST1211108

身體協調是兒童發展的基本能力，此課程透過遊戲方式為兒童製造這方面的刺激，提升動作創作及計劃能力。

4/12 暫停

📍 本中心 🧑 8人 📞 黃雅瑩姑娘
🧑 6歲至9歲專注力不足及過度活躍症兒童
💡 會員 \$60 | 非會員 \$90
🕒 6/11、13/11、20/11
、27/11、11/12、18/12
(逢六、共6節) 上午10:30-12:00

玩出好朋友 ST1211109

透過社交活動，互動遊戲及角色扮演，參加者學會一同分享，玩樂和歡笑，藉此擴闊他們的社交圈子。

4/12 暫停

📍 本中心 🧑 8人 📞 黃雅瑩姑娘
🧑 6歲至9歲自閉症譜系障礙兒童
💡 會員 \$60 | 非會員 \$90
🕒 6/11、13/11、20/11
、27/11、11/12、18/12
(逢六、共6節) 下午5:30-6:30

特殊學習需要支援系列

雜耍之旅 ST1211110

透過學習雜耍，提升手眼肌肉協調，增強專注力，亦加強自我的成功感，讓兒童重新肯定自我價值，對學習增強信心。

3/12暫停

📍 本中心 🧑 8人 📞 黃雅瑩姑娘

👤 9歲至12歲特殊學習需要兒童

💡 會員家庭 \$60 | 非會員家庭 \$90

🕒 5/11、12/11、19/11、
26/11、10/12、17/12

(逢五、共6節) 下午6:30-8:00

聖誕親子烹飪活動 ST1211210

小孩子最喜歡食雪餅，藉此活動與孩子合作做自家獨一無二的雪球曲奇，也可與家人分享這個雪糕的美味。

必須參與2個或以上本計劃的小組活動

📍 本中心 🧑 8個家庭 📞 黃雅瑩姑娘

👤 9歲至12歲特殊學習需要兒童及其家長

💡 會員家庭 \$60 | 非會員家庭 \$90

🕒 12/12/2021 (日) 下午4:30-6:30

慢慢說故事館 | 閱讀有法 ST1220103

語文能力的高低，往往與兒童的閱讀習慣有緊密關係，能從小便培養出良好閱讀興趣的孩子，都會有較高的語文能力。小孩子往往因不懂而不願閱讀文字，此課程提供一個讓孩子閱讀圖書的機會，引導他們閱讀及瞭解字彙，一起多讀多看，培養閱讀的興趣。

4/2，11/2暫停

📍 本中心 🧑 8人 📞 黃雅瑩姑娘

👤 6至9歲讀寫障礙兒童

💡 會員 \$60 | 非會員 \$90

🕒 7/1、14/1、21/1、
28/1、18/2、25/2/2022

(逢五、共6節) 下午4:30-5:30

專心一點點 ST1220104

透過各種不同之專注力小遊戲，讓參加者在輕鬆氣氛中提昇對專注力的自覺性，決心與執行能力，從而增強自尊心及自信心。

30/1，6/2暫停

📍 本中心 💡 \$60 📞 黃雅瑩姑娘

👤 6歲至9歲專注力不足及過度活躍症兒童

💡 會員家庭 \$60 | 非會員家庭 \$90

🕒 9/1、16/1、23/1、
13/2、20/2、27/2/2022

(逢日、共6節) 上午11:30-12:30

特殊學習需要支援系列

感覺統合訓練 ST1220105

透過各種多元化之感覺統合活動，運用不同的視覺策略及社交技巧訓練，減低兒童防禦感覺，並透過小組訓練，學習溝通及社交技巧，如專注力、舉手、表達要求等，促使兒童心智及體能之發展，從而提高其學習能力。

4/2，11/2暫停

📍 本中心 🧑 8人 📞 黃雅瑩姑娘

👤 6歲至9歲自閉症譜系障礙兒童

💡 會員 \$60 | 非會員 \$90

🕒 7/1、14/1、21/1、
28/1、18/2、25/2/2022

(逢五、共6節) 晚上8:00-9:00

音樂之旅(非洲鼓) ST1220106

透過音樂遊戲、音樂故事、樂器彈奏及歌曲分享等活動，協助兒童增強自我表達；亦藉由音樂活動的變化，提高學習的興趣、增進記憶力，也激發創造力。

30/1，6/2暫停

必須參與2個與以上本計劃的小組活動

📍 本中心 🧑 8人 📞 黃雅瑩姑娘

👤 6歲至10歲特殊學習需要兒童

💡 會員 \$60 | 非會員 \$90

🕒 9/1、16/1、23/1、
13/2、20/2、27/2/2022

(逢日、共6節) 上午9:30-11:00

新年親子烹飪活動 ST1220107

透過親子製作燕麥餅乾，加強親子溝通及合作及表達對家人的心意，共建和諧家庭。

必須參與2個與以上本計劃的小組活動

📍 本中心 🧑 8人 📞 黃雅瑩姑娘

👤 9歲至12歲特殊學習需要兒童及其家長

💡 會員家庭 \$60 | 非會員家庭 \$90

🕒 23/1/2022 (日) 下午4:30-6:30

上學期結業禮-歷奇之旅 ST1220201

我們相信大自然是小朋友學習的最佳場所。透過戶外活動，鞏固及提升參加者所學的知識、技巧，一同慶祝已完成上學期的課程。

必須參與2個或以上本計劃的小組活動

📍 本中心 💡 \$80/大小同價

👤 9歲至12歲特殊學習需要兒童及其家長

🧑 20人 📞 黃雅瑩姑娘

🕒 20/2/2022 (日) 上午9:30-4:30

特殊學習需要支援系列

音樂治療個人及小組輔導服務

在學童成長過程中，總會遇到不同程度的困難和挑戰，有些學童需要尋找方法增加社交及溝通技巧；另一些學童需要尋找方法提升生活技能及學習能力等。越來越多研究顯示，音樂能成為有效的治療方法，學童透過唱歌、樂器彈奏、聆聽及創作音樂等，達到最佳效果。

📍 本中心 👤 3-18歲兒童及青少年

形式及收費：

● 個人輔導 \$1200 / 4堂 (每堂50分鐘) 時間需協議

輔導員：

陳家怡(冰姑娘) 註冊音樂治療師/註冊社工

(於澳洲墨爾本大學修讀音樂治療碩士課程，分別於香港及澳洲進行臨床實習。畢業後一直持續參與國際會議及訓練)

活動前需要預約諮詢了解孩子需要，面談需時45分鐘，費用全免。由於輪候人數眾多，如欲報名之家長，歡迎致電25461053與陳家怡姑娘聯絡。

表達行為治療系列

表達藝術治療(Expressive Arts Therapy) 是心理治療的一種主要透過不同的藝術媒體，以綜合運用的形式，提升身心靈健康，並因應不同的活動設定和對象，達到多種的療愈目標，例如：自我探索、增強自信、解開心結、關懷自我和別人、改善與人溝通和互相了解等。表達藝術治療著重表達和創作的過程，強調不帶批判的心態，不計較美與不美、對或錯。參加者毋需有藝術經驗，歡迎任何符合活動對象的人士參加。活動由香港大學表達藝術治療碩士實習生負責統籌。

My Zone 鬆 | 楊可樺姑娘

ST1210912

照顧者可以透過藝術參與及創作提升自我覺察的能力、表達內心感受及紓緩壓力。

📍 本中心 👤 6-10歲特殊學習需要兒童的家長 費用：全免 名額：6人

● 19/9、26/9、3/10、10/10、17/10、24/10、31/10、7/11/2021
(逢星期日、共8節) 下午12:30-14:00

19/9為初次見面介紹活動

由香港大學表達藝術治療碩士實習生Grace負責統籌

鬆zone 動動 | 楊可樺姑娘

ST121005

家長可以透過藝術參與及創作提升自我覺察的能力、表達內心感受及紓緩管教壓力。

📍 本中心 👤 面對管教壓力的家長 費用：全免 名額：6人

● 8/10、15/10、22/10、29/10、5/11、12/11、19/11、26/11
(逢星期五、共8節) 晚上7:30-9:00

8/10為初次見面介紹活動

由香港大學表達藝術治療碩士實習生Grace、家曦負責統籌



表達行為治療系列

親親小心情 | 楊可樺姑娘

ST1210913

兒童可以透過藝術參與及創作表達內心感受、認識並了解自己情緒及從中發現自己的能力。

● 本中心 ● 初小學生 費用：全免 名額：6人

● 26/9*, 3/10, 10/10, 17/10, 24/10, 31/10, 7/11, 14/11
(逢星期日、共8節) 下午12:30-14:00

26/9為初次見面介紹活動

由香港大學表達藝術治療碩士實習生家曦、Maggie負責統籌

創藝新Teen地 | 楊可樺姑娘

ST1211006

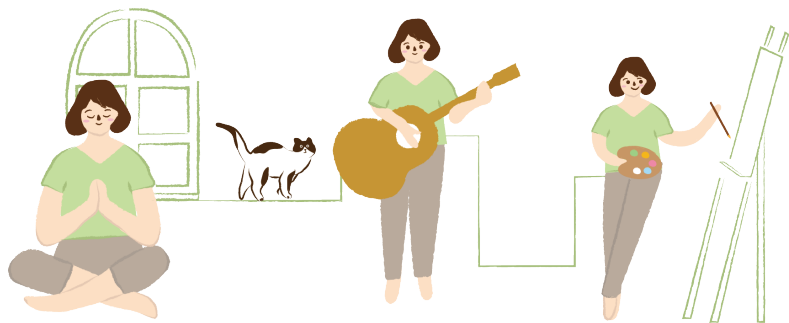
青少年可以透過多元化的音樂、戲劇及藝術創作活動，探索個人才能、認識自我、提升自我表達的信心，從而認清未來的發展路向。

● 本中心 ● 13-17歲青少年 費用：全免 名額：8人

● 2/10、9/10、16/10、23/10、31/10、6/11、13/11、20/11
(逢星期六、共8節) 下午1:30-3:00

2/10為初次見面介紹活動

由香港大學表達藝術治療碩士實習生 Winsy 及 Grace負責統籌



青年活動 | TRYTRY NEVER MIND系列

八段，咁？

ST2210902

從日常既生活習慣，大概都估到我地既身體既狀況；五臟六腑、心、肝、脾、肺、腎係時候都要好好地調理一吓啊，係剛開學既日子試試學吓氣功八段錦，提昇免疫力之餘；可以調心、讓心境安舒，穩定情緒，從而提升睡眠質素。

備註：完成六堂後，可參與每月一課集修班。

● 本中心 ● 6-8人 ● 11-24歲青年

● 會員 \$600 | 非會員 \$630

● 陳栢慧(Rachel)

● 28/9、5/10、12/10、
19/10、26/10、2/11

(逢二、共6節) 晚上8:00-9:00

認真桌遊輕鬆玩

ST2211001

桌遊帶給大家歡樂，也能讓大家暫時忘掉現有的生活煩惱。一起輕鬆玩，讓自己好好充電，走更遠的路。

● 本中心 ● 6人 ● 13-17歲青年

● 會員 \$30 | 非會員 \$60

● 李俊威(Ray)

● 23/10、30/10、20/11及 27/11

(逢六、4節) 下午4:30-5:30

6/11、13/1暫停

「阿婆走得快」義工服務

ST2211101

化身成為公公婆婆的一天，再同一班老友遊走社區，睇睇到時究竟係阿婆走得快，定係你走得快啦！

● 本中心/戶外 ● 6人 ● 15-24歲青年

● 會員 \$50 | 非會員 \$80

● 傅威翰先生(Crazy)

● 服務日：13/11/2021(六)

上午10:00-下午4:00

● 訓練日：5/11/2021(五)
晚上8:00-9:30

MY STT 事件簿 (TRPG / LARP) 體驗及創作計劃

ST2211102

TRPG / LARP (Table Role Play Game / Live-Action Role Play Game) 近年成為話題，我地中心可以試玩同一齊嘗試創作一個新既故事。我地亦會一齊探索一下石塘咀 (STT)，本身係一個點既地方，當中又有咩故事令人著迷呢？

● 本中心/戶外 ● 16-24歲青年 ● 6人

● 會員 \$100 | 非會員 \$130

● 李俊威(Ray)

● 社區探索：

● 29/1/2022 (六) 下午2:30-5:30

● TRPG / LARP 體驗：
25/11、9/12、23/12(四) 晚上7:30-10:00

● 創作TRPG/LARP訓練：13/1、10/2/2022 (四)
訓練：晚上7:30-10:00

備註：費用包括購買劇作為活動體驗之用

對象：13-24歲青少年

曾經有位年青人跟我說：「想生活有改變，唔想浪費人生。」

但現實有的時候就是沒有方向思考時間應該怎樣用，不想浪費又不想白過。

#可以自備喜歡的記事本啊

木工 電話座

📅 03/09/2021 ♂ 8人
🕒 晚上7:30 💰 \$40
📍 本中心 ST2210907

新入坑手帳記事本

📅 10/09/2021 ♂ 10人
🕒 晚上7:30 💰 \$60
📍 本中心 ST2210908

花式跳繩初體驗

📅 17/09/2021 ♂ 8人
🕒 晚上7:30 💰 \$20
📍 本中心 ST2210909

木工 魯班鎖

📅 24/09/2021 ♂ 8人
🕒 晚上7:30 💰 \$40
📍 本中心 ST22109010

慢慢慢慢寫毛筆字

📅 08/10/2021 ♂ 8人
🕒 晚上7:30 💰 \$40
📍 本中心 ST2211005

TRPG體驗

📅 15/10/2021 ♂ 12人
🕒 晚上7:30 💰 免費
📍 本中心 ST2211006

骨杉杉欖球隊

📅 22/10/2021 ♂ 10人
🕒 晚上7:30 💰 \$20
📍 本中心 ST2211007

欖球唔係大隻仔女專利，骨杉杉都可以組隊打欖球。

社會迷思實驗室

📅 29/10/2021 ♂ 10人
🕒 晚上7:30 💰 免費
📍 本中心 ST2211008

一齊做下實驗探討社會人類群體行動既原因。

星期五 有點悶^{zz} FRIDAY NIGHT

▶ 連續六個星期五，
由不同的店主負責，
一起思考時間的可能性，
不讓時間胡亂過。



#暑期版_「星期五有點悶」活動花絮

《如果生命是一本書》

中心每年都會舉辦最少二次的戲劇演出。一次是與聖類斯中學合作的『其他學習經歷』(Other Learning Experience-OLE)，另一次是暑假的年度演出。今年OLE的演出卻與以往有很大的分別！

一波三折

疫情肆虐，往年10月中旬已經開始的OLE Project 卻一波三折：先是演員招募不足，原先有10位同學報名參與，可是因為種種因素，只剩下了5位，而他們卻選了《如果生命是一本書》劇本，戲中卻有7個同學角色及一個老人家角色。如他們邀請身邊的朋友幫忙演出，再加工作員粉墨登場，可在12月湊齊足夠的演員去預備農曆年期間假明愛莫張瑞勤社區中心舉行的演出。可是計劃總是趕不上變化，康文署因疫情關係關閉了所有演出場地，而明愛場地亦必須遵從康文署的守則關閉演出場地，但最不幸的是在農曆新年期間得知其中一位演員要在復活節後學舉家移民而辭演。大家經過一番商量後換角決定、推遲演期、從新排練，最後決定在今年5月23日假莫張瑞勤社區中心舉辦演出。

「他們」的演出

整個演出都是由學生決定的，包括選擇了一個探討自殺的劇本；各自選擇了和自己性格很不一樣的角色；安排工作員飾演老人家的角色；他們決定換角、從新招募、從新排練直至場地重開。過程中，工作員和導演只是配角，配合他們的動機、裝備他們的舞台知識、和他們分享角色演繹的重點等等。於是一個只屬於『他們』的演出就誕生了。莫論他們的演出效果如何、技巧如何、能否帶出劇本的訊息等等，這一切都不是最重要的。最重要的是他們付出了最大的努力把自己最好的一面呈現給觀眾。每一次排練他們都追著導演『派Notes』希望在下次排練做得更好。記得有一次我們安排了一個『觀眾』去看他們演出再給予意見，他們被批評得狗血淋頭，但他們仍然再次站起來，再次做好。這是一個對自己有要求、追求卓越、愛自己的表現。這亦是我們舉辦戲劇演出的目的，我們不是在『全民造星』，我們只是希望他們學習自己去解決問題、自己去要求自己、向自己的目標前進、完成一個只屬於自己的演出。你有見過孩子們在舞台上發光的樣子嗎？

九月中旬，他們將於柴灣青年廣場有另一個演出，今次將會是一個更大的挑戰，他們會以編作劇場的形式和觀眾分享『失去』，邀請大家一同來臨見證他們的成長。

年青人，GOOD SHOW！

如果生命是一本書演出



一夜漬 日式下飯菜

ST2211002

來自日本的KINTO一夜漬，大致意思就是前一天晚上醃漬到第二天早上，過一夜就可以吃的美味下飯菜。這樣的天氣，來點顏色豔麗、清新爽口的小菜，搭配點清粥或者作為開胃小菜，那是最合適不過了。三款包括：味噌小黃瓜、漬蘿蔔、糖醋泡菜。

📍 本中心 🧑 11-24歲青年 🧑 6-8人

💰 會員 \$ 100 | 非會員 \$ 130

📞 陳栢慧(Rachel)

🕒 23/10/2021 (六) 下午2:30-5:00

DESIGN CV有撇步

ST2211003

升學搵工，總要準備個人履歷CV；準備作品集將以往經驗展現予人前，相當重要。到底Portfolio要點整？活動將介紹製作個人作品集的平台。此外，亦會解說準備個人履歷CV的要點，以及使用網上設計平台教學分享。

📍 本中心 🧑 13-17歲青年 🧑 6人

💰 會員 \$ 80 | 非會員 \$ 110

📞 陳栢慧(Rachel)

🕒 24/10/2021(日) 上午11:00-12:30

DSE作品集預備班

ST2211004

SBA分數評核內容是作品集和作品集內容包含作品整個創作的過程由主題資料蒐集、ideas發展、展示作品等等）和學生想法、導師深入指導學員及發掘自我興趣，帶領他們認識源於不同地方的藝術風格及派別，以及研究如何將技巧融入自己的DSE作品集當中。

📍 本中心 🧑 15歲青年 🧑 4-6人

💰 會員 \$ 840 | 非會員 \$ 870

📞 陳栢慧(Rachel)

🕒 06/10、13/10、20/10、27/10

(逢三、共4節) 下午4:30-6:00

導師：Janice Ngan 阿魚

畢業於香港知專設計學院（主修視覺傳意）。現全職藝術工作者一畫班導師，有5年的教學經驗，曾在機構、多間畫室任教導師，現在亦有私人上門教畫和中學教興趣班，以一貫自由創意為方針教育學生要多物料媒介的藝術技巧。

木工初探

ST2211103

動起來，用手製！讓你親手製作獨一無二的木作。內容：1. 魯班銷 2. Tablet / 電話座 3. 指接木盒

📍 本中心/戶外 🧑 6人 🧑 15-24歲青年

💰 會員 \$80 | 非會員 \$110

📞 邱力勇

🕒 14/9、21/9、28/9、
5/10、12/10、19/10

(逢二、共6節) 晚上8:00-9:00

備註：自備口罩，中心將提供耳塞。

野外要知的事

ST2211201

活動目標：於野外當中，原來有好多基本知識你要知。又或者遇上意外，又應該點處理？活動會教你基本至地圖指南針外，又會講下意外處理，仲會玩下原野烹飪，或者你唔知既事。

📍 本中心 🧑 6人 🧑 13-24歲青年

💰 會員 \$250 | 非會員 \$280

📞 李俊威 (Ray)

大嶼山：

🕒 野營體驗：22 - 23/1/2022(六、日)
下午1:00 至翌日下午4:00

中心/ 外：
🕒 簡介會：17/12/2021(五)
下午5:00 - 6:00

戶外：
🕒 體驗日：27/12/2021(一)
早上10:00 - 下午5:00

備註：費用不包括車費；請自備睡袋及地蓆。

南音體驗

ST2211104

本課程旨在介紹廣東南音的起源、音樂旋律、句格用韻等基本知識；以及南音唱詞的文學賞析。學員通過學唱和閱讀南音唱詞，應可掌握南音唱詞的句格、音樂旋律和文學特點

📍 本中心 🧑 8人 🧑 14歲青年

💰 會員 \$720 | 非會員 \$750

📞 陳栢慧 (Rachel)

🕒 6/11、13/11、20/11、
27/11、4/12、11/12

(逢六、共6節) 下午 3:30-5:00

TryTry 瑜珈

ST2220101

我明我明，瑜珈好普遍；但真心跟老師伸展拉拉筋，出身汗成個人都唔同晒；另一方面從身體的counterpoise；認識身體的智慧。第一次學先跟老師指導，無咁容易整親、又有恆心啲啊。

📍 本中心/戶外 🧑 11-24歲青年

💰 會員 \$ 130 | 非會員 \$ 160

📞 陳栢慧 (Rachel) 🧑 8-10人

🕒 8/1、15/1、22/1、29/1
(逢六，共4節) 晚上7:30-8:30

日式麵包製作精選實習 初級 | 陳栢慧(Rachel)

ST2211105

具有組織鬆軟富有彈性，體積膨大，口感柔軟等特點。麵糰含水量比歐式麵包要多。口味可分為甜包和咸包兩種，是次課程包括：香草蒜蓉芝士番茄包、湯種桂香蘋果包、富士山藍莓芝士包、富士山栗子包、Espresso芒果芝士包、和風紅豆包、居酒屋芝麻棒、東瀛千層麵包、焙茶肉鬆麻糬貝果，每堂均可帶走成品，完成出席率達85%可獲由中心發出之證書。

📍 本中心 🧑 11至24歲 💰 會員 \$ 530 | 非會員\$ 560 名額：6人

● ST2211105
6/11、13/11、20/11、27/11、4/12、11/12
(逢六，共6節) 晚上7:00-9:30



出山系列 | 李俊威(RAY)

ST2211106

香港11月至2月份天氣秋高氣爽，非常適合行山，亦趁行山鍛鍊一下自己意志，好讓自己繼續迎接下一個挑戰。

📍 地點不一 🧑 13-24歲青少年 💰 會員 \$ 50 | 非會員 \$ 80 🧑 名額：6人

- 出山·芒草：(待定) 大嶼山大東山往南山
28/11(日) | 簡介：24/11(三)
早上9:30- 晚上6:30 | 簡介：晚上6:00- 7:00
- 出山·痕跡：粉嶺雞公嶺
6/3/2022(日) | 簡介：23/2/2022(三)
早上9:30- 晚上6:30 | 簡介：晚上6:00- 7:00
- 出山·海岸：(待定) 西貢麥徑2段
19/12(日) | 簡介：15/12(三)
早上9:30- 晚上6:30 | 簡介：晚上6:00- 7:00
- 出山·日月星：(待定) 西貢或馬鞍山
15-16/1/2022(六、日) | 簡介：5/1/2022(三)
15號晚上9時至16號早上9時(非露營)
簡介：晚上6:00 - 7:00

Camp | 傅威翰(Crazy)

ST2211202

透過一系列解難任務，提昇同學自信心及抗壓能力，裝備參加者面對日常生活中的挑戰。

📍 本中心 🧑 13-16歲青年 💰 費用：會員 \$ 250 | 非會員\$ 280 名額：14人

● 營前會：22/12/2021(三) 晚上8:00-9:30 ● 入營：27/12-28/12/2021(一、二)
下午2:00-翌日2:00 (地點待定)

傳說對決線下比賽 | 傅威翰(Crazy)

ST2220102

一個讓你大顯身手的平台出現啦，不論你一個人定一隊人，都歡迎你加入一試身手！

📍 本中心 🧑 13-24歲青年 💰 費用：每隊 \$ 100 名額：8隊

● 16/1/2022(日) 下午2:00-4:00 # 備註：如個人想組隊參與請留名，由職員組合隊伍

不一樣的天空

ST2220103

環境一樣生活方式都會必定是一樣的嗎？同一片大地但不一樣個天空，走訪認識在香港下，不一樣的生活

📍 本中心/戶外 🧑 15-24歲青年

💰 會員 \$ 50 | 非會員\$ 80 🧑 8人

📞 傅威翰(Crazy)

🕒 走訪：(戶外) 23/1/2022(日)
下午1:00- 6:00

🕒 小組：21/1/2022(五)、
27/1/2022(四) 晚上8:00-9:30

節拍生活 | 一對一本結他

ST2210903

專業一對一教授木結他，導師按照學生需要及能力，度身設計課程。

📍 本中心 🧑 11-24歲青年 🧑 6人

💰 會員 \$ 1110 | 非會員\$ 1290

📞 陳栢慧(Rachel)

🕒 1/9、8/9、15/9、
29/9、6/10、13/10

(逢三、共6節) ~45分鐘

22/9暫停

療愈系聖誕手作乾花圈

ST2210904

新鮮的聖誕花圈真的超級香！松葉本身已經帶有淡淡清新氣息，隨個人喜好加上不同植物、花材、乾果和肉桂等，掛起來讓家中空氣都飄著濃濃的聖誕味呢。活動內容包括：認識各種鮮花及乾花花材、學習用鐵線綁花環的技巧、使用花材製作出不同顏色的配襯，可帶走成品一個。

📍 本中心 🧑 11-24歲青年 🧑 12人

💰 會員 \$ 185 | 非會員\$ 215 每堂

📞 陳栢慧(Rachel)

🕒 6/9、13/9、20/9、
27/9、4/10、11/10

(逢一、共6節) 45分鐘

節奏工匠... 木箱鼓製作及教學

ST2211107

相比起整組爵士鼓，輕便的入門級木箱鼓深受年青人歡迎。

操作簡單、限制很少，使得演奏者能專心思考，每個節奏點該間格多少時間、每個律動的特色為何；對培養節奏感與音樂的感覺，有較好的效果。課程內容：由導師指導親手製作木箱鼓(三堂，每堂半小時，完成後可帶走)，木箱鼓基本入門課程(五堂，每堂一小時)，共八堂。

📍 本中心 🧑 14-24歲青年 🧑 6-8人

💰 會員 \$ 1350 | 非會員\$1380

📞 陳栢慧(Rachel)、邱力勇

🕒 2/11、9/11、16/11、23/11、
30/11、7/12、14/12、21/12

(逢二、共8節) 下午5:00-6:30

明愛青少年及社區服務 「領取綜合社會保障援助人士」 課程及活動優惠制度

背景

為讓更多領取「綜合社會保障援助」(以下簡稱「綜援」)人士享用本服務，明愛青少年及社區服務(以下簡稱「本服務」)以減費形式提供優惠，詳情如下：

優惠制度條款及細則：

- 每位領取「綜援」人士每年可享用活動優惠減費額不超過港幣二千元，每半年上限壹千元，上半年為4月1日至9月30日，下半年為10月1日至翌年3月31日。每段期間完結當日，剩餘之減費額自動被取消。減費額不能累積或轉移。
- 每位領取「綜援」人士只能向本服務其中一個單位申請減費額，但減費額卻適用於本服務屬下所有單位。若發現有使用者向超過一個單位申請，其減費優惠將立刻被終止，並只能於來年4月1日重新申請。
- 領取「綜援」人士在參加本服務設有減費優惠之活動或課程時，每項活動或課程仍須繳付十元費用。如欲使用減費額，須在報名時出示優惠咭。工作人員會將減費額登記在優惠咭上和輸入電腦系統內以計算總累積額。
- 綜援會員課程及活動優惠記錄以本優惠咭記錄為準。
- 此項優惠不適用於小組活動費、車費、材料費或註明沒有優惠之活動。
- 每個興趣班或活動提供十分之一之減費名額，先到先得。
- 持咭人士之優惠減費額如在指定之期間用罄，在下一段期間開始前，將不可再享用減費優惠。
- 優惠咭由單位發出。優惠咭需有單位主管簽署及中心蓋印方為有效。
- 優惠咭所剩餘的金額不能兌換現金。
- 如遺失優惠咭，優惠咭將不獲補發及使用優惠餘額。申請人可在下一段期間再作申請。
- 明愛青少年及社區服務保留限制及拒絕接受報名的權利，亦可不時酌情修訂上述條款。

註：「課程及活動」是指
社交及技能發展課程及中心其他活動。

明愛青少年及社區服務
修訂於2018年7月5日

入會年費：

| 個人會費：\$ 30 | 家庭會費：\$ 60

| 非會員行政費(每年)：\$ 60 | 非會員行政費(每次)：\$ 30

舞蹈課程 - 芭蕾舞

導師：嘉瑩芭蕾舞學校有限公司

課程由英國皇家芭蕾舞學院考試大綱而編制，合資格者，將獲參加英國皇家芭蕾舞各級考試。芭蕾舞能加強動作協調能力，鍛鍊兒童優美的身姿，改善身體線條。

星期一班 親子閣 4/10 - 29/11/2021, 6/12 - 31/1/2022 (*27/12暫停)

● 課程：344A	Inter Foundation A	下午4:30-5:30	完成G5	10-11月 \$1935 (9堂) 12-1月 \$1720 (8堂)
● 課程：341A	Grade 3A	下午5:30-6:30	完成G2	10-11月 \$1630(9堂) 12-1月 \$1440 (8堂)
● 課程：349A	Grade 5A	晚上6:30-7:30	完成G4	10-11月 \$1845 (9堂) 12-1月 \$1640 (8堂)

星期二班 親子閣 5/10 - 30/11/2021, 7/12 - 25/1/2022 (*21/12暫停)

● 課程：346A	Pre Primary A	下午4:30-5:30	5-6歲	10-11月 \$1260(9堂) 12-1月 \$980 (7堂)
● 課程：341B	Grade 3B	下午5:30-6:30	完成G2	10-11月 \$1620 (9堂) 12-1月 \$1260 (7堂)
● 課程：349B	Inter Foundaiton B	晚上6:30-8:00	完成G5	10-11月 \$2250 (9堂) 12-1月 \$1750 (7堂)

星期四班 親子閣 7/10 - 25/11/2021 (*14/10暫停), 2/12 - 27/1/2022

● 課程：337A	Beginner A	下午4:30-5:30	初學3.5-5歲	10-11月 \$910 (7堂) 12-1月 \$1170 (9堂)
● 課程：340A	Grade 2A	下午5:30-6:30	完成G1	10-11月 \$1190 (7堂) 12-1月 \$1530 (9堂)
● 課程：347A	Grade 6A	晚上6:30-8:00	完成Inter Foundation	10-11月 \$1995 (7堂) 12-1月 \$2565 (9堂)

芭蕾舞各級均招收插班生，但必須先參與試堂，經導師評估級別後才入班，試堂費為每堂\$90.00

學員必須穿著整齊舞衣及保持儀容整潔；家長可向導師訂購跳舞服裝及技巧鞋。

舊生可優先報名，若未能在該期最後一堂繳交下期學費，學位將不被保留。

所有團體班若因個人理由或病假而導致缺席，均不作補堂或退款，敬請留意。

舞蹈課程 - 芭蕾舞

導師：嘉瑩芭蕾舞學校有限公司

星期五班 親子閣 8/10 - 26/11/2021 (* 1/10暫停), 3/12-28/1/2022 (* 24/12暫停)

● 課程：348A	Pre School Dance A	下午4:00-5:00	4-5歲	10-11月 \$1080(8堂) 12-1月 \$1080 (8堂)
● 課程：346B	Pre Primary B	下午5:00-6:00	5-6歲	10-11月 \$1120 (8堂) 12-1月 \$1120(8堂)
● 課程：335A	Grade 7A	下午6:00-7:30	完成Intermediate	10-11月 \$2800(8堂) 12-1月 \$2800 (8堂)

星期六班 #親子閣 | @禮堂 2/10 - 27/11/2021, 4/12-29/1/2022 (*25/12及1/1暫停)

● 課程 #349B	Grade 5B	早上10:00-11:00	完成G4	10-11月 \$1845 (9堂) 12-1月 \$1435 (7堂)
● 課程 #339A	Grade 1A	早上11:00-12:00	完成 Primary	10-11月 \$1395 (9堂) 12-1月 \$1085 (7堂)
● 課程 #341C	Grade 3C	正午12:00-1:00	完成G2	10-11月 \$1620 (9堂) 12-1月 \$1260 (7堂)
● 課程 #336	Grade 8	下午1:30-3:00	完成G7	10-11月 \$3420 (9堂) 12-1月 \$2660 (7堂)
● 課程 #348B	Pre School Dance B	下午3:00-4:00	4-5歲	10-11月 \$1215 (9堂) 12-1月 \$945 (7堂)
● 課程 @337B	Beginner B	早上10:00-11:00	初學 3.5-5歲	10-11月 \$1170 (9堂) 12-1月 \$910 (7堂)
● 課程 @344C	Inter Foundation C	正午12:00-1:00	完成G5	10-11月 \$1935 (9堂) 12-1月 \$1505 (7堂)
● 課程 @338A	Primary A	下午1:00-2:00	6-7歲	10-11月 \$1305 (9堂) 12-1月 \$1015 (7堂)
● 課程 @339B	Grade 1B	下午2:00-3:00	完成 Primary	10-11月 \$1395 (9堂) 12-1月 \$1085 (7堂)
● 課程 @341D	Grade 3D	下午3:00-4:00	完成G2	10-11月 \$1620 (9堂) 12-1月 \$1260 (7堂)
● 課程 @335B	Grade 7B	下午4:00-5:30	完成Intermediate	10-11月 \$3150 (9堂) 12-1月 \$2450 (7堂)
● 課程 @345A	Intermediate A	下午5:30-7:00	完成G6	10-11月 \$2925 (9堂) 12-1月 \$2275 (7堂)

舞蹈課程 - 芭蕾舞

導師：嘉瑩芭蕾舞學校有限公司

星期日班 #親子閣 | @禮堂 3/10-28/11/2021, 5/12-30/1/2022

● 課程 #337C	Beginner C	早上10:00-11:00	3.5-5歲	10-11月 \$1170 (9堂) 12-1月 \$1170 (9堂)
● 課程 #346D	Pre Primary D	早上11:00-12:00	5-6歲	10-11月 \$1260 (9堂) 12-1月 \$1260 (9堂)
● 課程 #338B	Primary B	正午12:00-1:00	6-7歲	10-11月 \$1305 (9堂) 12-1月 \$1305 (9堂)
● 課程 #340B	Grade 2B	下午1:00-2:00	完成G1	10-11月 \$1530 (9堂) 12-1月 \$1530 (9堂)
● 課程 @339C	Grade 1C	早上10:00-11:00	完成 Primary	10-11月 \$1395 (9堂) 12-1月 \$1395 (9堂)
● 課程 @345B	Intermediate B	早上11:00-12:30	完成G6	10-11月 \$2925 (9堂) 12-1月 \$2925 (9堂)
● 課程 @347B	Grade 6B	下午12:30-2:00	完成Inter Foundation	10-11月 \$2565 (9堂) 12-1月 \$2565 (9堂)

芭蕾舞各級均招收插班生，但必須先參與試堂，經導師評估級別後才入班，試堂費為每堂\$90.00

學員必須穿著整齊舞衣及保持儀容整潔；家長可向導師訂購跳舞服裝及技巧鞋。

舊生可優先報名，若未能在該期最後一堂繳交下期學費，學位將不被保留。

所有團體班若因個人理由或病假而導致缺席，均不作補堂或退款，敬請留意。

芭蕾舞每堂收費：

● Beginner \$130	● Pre School Dance \$135	● Pre Primary \$140
● Primary \$145	● Grade 1 \$155	● Grade 2 \$170
● Grade 3 \$180	● Beginner \$195	● Grade 5 \$205
● Inter Foundation \$215 (1 hr)/ \$250 (1.5 hr)		● Grade 6 \$285 (1.5 hr)
● Intermediate \$325 (1.5 hr)	● Grade 7 \$350 (1.5 hr)	● Grade 8 \$380 (1.5 hr)

跆拳道

導師：香港跆拳道東龍會有限公司

跆拳道是韓國國技，其中「跆拳道」指踢擊（腳法）、「拳」指拳擊，「道」則是代表道行、對禮儀的修練。學習跆拳道，能鍛練體能及意志力，也可增強紀律。課堂內容包括：鍛練體能，教授拳法、踢腳及考帶的練習。

禮堂 12/10 - 30/11/2021 (二)，7/12 - 8/2/2022，(21/12/2021，1/2/2022 暫停)

● 課程：350A	幼兒跆拳道A	晚上6:00-7:00	4-6歲	\$400(每期8堂)
● 課程：352	兒童跆拳道A	晚上7:00-8:30	7-12歲	\$420(每期8堂)
● 課程：315A	青年跆拳道A	晚上8:30-10:00	12歲以上	\$420(每期8堂)

禮堂 29/10 - 17/12/2021 (五)，31/12 - 18/2/2022，(24/12/2021 暫停)

● 課程：350B	幼兒跆拳道B	晚上6:00-7:00	4-6歲	\$400(每期8堂)
● 課程：351	兒童跆拳道B	晚上7:00-8:00	綠間藍帶或以下	\$360(每期8堂)
● 課程：355	兒童跆拳道C	晚上8:00-9:00	藍帶以上	\$360(每期8堂)
● 課程：315	青年跆拳道B	晚上9:00-10:00	12歲以上	\$360(每期8堂)

空手道 | 周睿衡

禮堂 7-24歲青少年

費用：\$420(每期8堂)

空手道教授傳統空手道之訓練基礎，再揉合其他武術之長，以拳腳為主，教授學員基本武術技巧。

- 課程：353
2/10 - 20/11/2021 (六) 晚上7:00-8:30
- 27/11 - 29/1/2022 (六) 晚上7:00-8:30
*25/12及1/1暫停

柔道 | 張小遷

禮堂 7-24歲青少年

費用：\$520(每期8堂)

推廣及發揚柔道，追求「精力善用、自他共榮」的柔道精神，課程主要教授柔道精神及柔道技巧。

- 課程：354
2/10 - 20/11/2021 (六) 晚上8:30-10:00
- 27/11 - 29/1/2022 (六) 晚上8:30-10:00
*25/12及1/1暫停

道袍須自備，或可經導師代購。

舊生可優先報名，若未能在該期最後一堂繳交下期學費，學位將不被保留。

所有團體班若因個人理由或病假而導致缺席，均不作補堂或退款，敬請留意。

兒童Kick Boxing

導師：以馬內利體適能協會

親子閣 6-12歲兒童

課程：364

6/10 - 24/11/2021 (三)
下午5:00-6:00

費用：\$680(每期8堂)

Kick Boxing是一種兼具舒緩壓力和鍛鍊身體的運動，增加身體敏捷度、靈活性及反應能力。

1/12 - 19/1/2022 (三)
下午5:00-6:00

道袍須自備，或可經導師代購。

舊生可優先報名，若未能在該期最後一堂繳交下期學費，學位將不被保留。

所有團體班若因個人理由或病假而導致缺席，均不作補堂或退款，敬請留意。

綜合畫班 | 梁樂怡

透過繪畫、工藝、設計等多元化美術訓練，發展兒童創作潛能，並學習不同主題的藝術畫構圖及色彩運用，培養專注力及學習態度。

青年閣 16/10 - 4/12/2021，11/12 - 12/2/2022 (六) (*25/12及1/1暫停)

● 課程：369	兒童綜合畫A	早上10:30-11:30	小二至小四	\$450(每期8堂)
● 課程：370	兒童藝術畫(進階班)	早上11:30-12:45	小六至中二	\$520(每期8堂)
● 課程：374	幼兒創作畫A	下午2:00-3:00	K2至K3	\$450(每期8堂)
● 課程：373	兒童綜合畫B	下午3:00-4:00	小一至小二	\$450(每期8堂)
● 課程：372	兒童綜合畫C	下午4:00-5:00	小三至小五	\$450(每期8堂)
● 課程：371	幼兒創作畫B	下午5:00-6:00	K2至K3	\$450(每期8堂)
● 課程：375	兒童藝術畫	晚上6:00-7:15	小四至小六	\$520(每期8堂)

中心提供畫紙及大部分材料及顏料，請自備圍裙和手袖。

舊生可優先報名，若未能在該期最後一堂繳交下期學費，學位將不被保留。

所有團體班若因個人理由或病假而導致缺席，均不作補堂或退款，敬請留意。

中西音樂班(大提琴、小提琴、琵琶及樂理)

導師：Empire Music Co. 安慶財

跟據英國皇家音樂學院，個別教授分級試課程。成績優秀者可推薦考試。有興趣者請先留名，以便安排上課。

中西音樂班（個人）

每月開班 | 按月 | 逢星期五（任擇45分鐘） | 6歲或以上

● 一級45分鐘 - \$195/堂 二級45分鐘 - \$210/堂

● 三級45分鐘 - \$225/堂 四級45分鐘 - \$240/堂

● 五級60分鐘 - \$370/堂 六級60分鐘 - \$400/堂

● 七級60分鐘 - \$430/堂 八級60分鐘 - \$460/堂

鋼琴班

導師：麥曉樺、蘇映澄、陳彥澈、關苑瑩、張曉瑩

跟據英國皇家音樂學院，個別教授分級試課程。成績優秀者可推薦考試。有興趣者請先留名，以便安排上課。（中心提供鋼琴租借服務，本中心琴班學生為\$10半小時或\$20一小時）

每月開班 | 按月 | 逢星期一至日（任擇30/45分鐘） | 4歲或以上

● 初級30分鐘 - \$130/堂 45分鐘 - \$180/堂 ● 五級45分鐘 - \$255/堂 60分鐘 - \$315/堂

● 一級30分鐘 - \$135/堂 45分鐘 - \$190/堂 ● 六級45分鐘 - \$270/堂 60分鐘 - \$340/堂

● 二級30分鐘 - \$145/堂 45分鐘 - \$200/堂 ● 七級60分鐘 - \$380/堂 八級60分鐘 - \$420/堂

● 三級45分鐘 - \$215/堂 四級45分鐘 - \$235/堂

一對一音樂班請假事宜：請病假須出示有效醫生證明文件，方可獲得補堂；每三個月只可請事假一次，並須於最少一星期前通知中心職員或老師；如學生無故或即日缺課，該堂恕不獲補回。

舊生可優先報名，若未能在該期最後一堂繳交下期學費，學位將不被保留。

古箏班 | 林櫻

著重左、右手的基本指法，右手如勾、托、抹、劈、搖指、大小撮及左手的上、下滑音、揉弦、琶音等指法。曲目由淺入深，循序漸進，務求使學員充份掌握演奏技巧。

（如達一定程度，可推薦參加比賽及報考中央音樂學院（一級至演奏級）考試。）

● 課程：395

1/9-27/10/2021(*22/9暫停)、3/11-22/12/2021（三）晚上6:15-7:15 | 6-24歲
一級\$720 | 二至四級\$760 | 五至六級\$840 | 七至九級\$920 | 演奏級\$1120（每期8堂）

可租借古箏作練習之用。

入會申請須知

- 入會資格：須為本港合法居民

會員類別	資格	需要帶備的證件	年費
兒童會員	六歲至十四歲	● 申請人身份證或出世紙（副本均可）證明文件 ● 須有監護人簽名	\$ 30
青年會員	十五歲至廿四歲	申請人的身份證明文件	\$ 30
家庭會員	● 家庭成員中其中一人須為年齡六至二十四歲 ● 其他家庭會員須為直系親屬（父母、子女），人數及年齡不限	● 申請人的身份證明文件 ● 家庭成員的身份證明文件副本	\$ 60 (不論家庭成員人數)

- 領取綜合社會保障援助金人士/家庭：豁免會員費（請出示領取綜合社會保障援助證明文件）

會員權利 / 福利

- (1) 每位會員可獲發一張會員證
- (2) 定期收到本中心「會員通訊」及活動宣傳資訊
- (3) 可借用中心所提供的設施、康樂用品
- (4) 可使用自修室設施及到明愛有提供圖書館服務單位借書
- (5) 可參加各中心所舉辦的小組、各類活動及本中心之社交及技能發展課程
- (6) 於明愛診所就診可獲優惠
- (7) 會員證可通用於明愛青少年綜合服務單位
- (8) 會籍有效期為一年。在有效期內，會員可要求刪除其會籍及有關紀錄，惟已交的會員費用概不退還

會員義務

- (1) 有效日期屆滿，請即繳費延續會籍及領取新證
- (2) 會員有遵守中心規則及愛護公物的義務
- (3) 報名及參加活動時必須帶備會員證
- (4) 會員證不得轉借他人使用
- (5) 遺失會員證須另繳交補證手續費，每張會員證為港幣伍元正

其他服務收費

黑白影印 \$ 1/張 (A4 Size)
*不設彩色影印服務

琴室租用 半小時 \$10 (本中心鋼琴班學員)
半小時 \$15 (非本中心鋼琴班學員)

出席證明書 \$ 30/張
(一張證明書只適用一個課程)

重印收據 \$ 30/張

颱風及暴風雨下之服務安排

颱風/暴雨警告 1號風球 3號風球 8號烈風/暴風信號 雨天/黃色暴雨警告 紅色暴雨警告 黑色暴雨警告

室內活動 ✓★ ✓★ ✕ ✓★ ✓★ ✕

室外活動 ✓ ✕ ✕ ☎ ✕ ✕

● 備註：距離活動進行3小時內，天文台曾發出8號或以上風球，或黑色暴雨警告，所有活動均取消。

除下颱風及暴風警告安排

	上午	下午 (2:00後)	晚上 (7:00後)
所有活動	集合時間3小時前除下 ✓ ☎		

✓：如常舉行 ✕：取消
 ☎：請致電本中心查詢
 ★：自行決定
 (各缺席課堂，均不獲補課及退款)

上課須知及備忘

- 若掛起雷暴警告，中心之水上活動及戶外活動均會取消；
- 上述各項資料乃一般安排，如遇特別情況，中心保留作最終決定之權利；
- 如因天氣、導師病假及其他未能預計的客觀因素而引致課程需要停課，中心會盡量調配資源及地方以安排補課，補堂日期將順延一堂，如學員因事未能出席補課，則不獲退款。

中心開放時間

時間	日	一	二	三	四	五	六
10:00a.m — 2:00p.m. (1:45pm 停止收費)	✓						
2:00p.m. — 6:00p.m. (5:45pm 停止收費)		✓	✓	✓	✓	✓	✓
6:00p.m. — 10:00 p.m. (9:45pm 停止收費)			✓	✓	✓	✓	✓

已報名的活動/課程退出手續

- (1) 已報名及繳費者（以下簡稱參加者）可以知會本單位想退出服務的意願，但是不能少於服務舉行前六個工作天或以前提出申請，若本單位於有關活動已有候補者等候，則會安排由候補者補上，退出；
 - (2) 服務者需要繳交手續費卅元正，本單位亦安排在一個月內退回已繳交之費用；
 - (3) 若本單位於有關活動沒有候補者，則參加者可以推薦符合該服務參加者資格的人士補上，本單位保留接納該候補人士的權利，若獲接納，則參加者需要繳交手續費三十元正；
 - (4) 若沒有任何候補者，則參加者不能退出服務及取回已繳交之費用；
 - (5) 若果本單位因應環境轉變而需要調動服務，因而引致參加者所參加的服務不能如期舉行，參加者可選擇參加其他服務，並將已繳交之費用轉到新的服務，參加者亦可選擇退回已繳交之費用，本單位安排在一個月內退回已繳交之費用；
 - (6) 在下列情況下，本單位可以取消參加者參加服務的資格，已繳交的費用概不發還：
 - (7) 在報名後被本單位發現不符合參加服務的資格；
 - (8) 在服務進行期間參加者不遵從本單位服務負責職員就其言論、行為的勸喻。
- 「單位主任/ 社會工作督導主任可就申請退出服務的人士申述之理由，作出酌情處理。」

服務質素標準 (SQS)

本中心依據社會福利署所規定之十六項「服務質素標準」，訂明了在中心之管理及提供服務應具備的質素水平。每項服務質素標準均有一套「準則」及「評估指標」說明，如需索閱更詳細資料，可向本中心查詢。十六項服務質素標準包括：

標準一：服務資料
 標準二：檢討及修訂政策和程序
 標準三：運作及活動記錄
 標準四：職務及責任
 標準五：人力資源
 標準六：計劃、評估及收集意見
 標準七：財政管理
 標準八：法律責任

標準九：安全的環境
 標準十：申請及退出服務
 標準十一：評估服務使用者的需要
 標準十二：知情的選擇
 標準十三：私人財產
 標準十四：私隱和保密
 標準十五：申訴
 標準十六：免受侵犯

21-23年度中心諮詢委員會委員名單

諮詢委員會是中心的諮詢組織，負責監察中心的服務運作及其效率和效能。我們期望透過諮詢委員會可以提高會員的參與度、加強中心問責性及向公眾交代，以為社區提供更優質的服務。

本屆諮詢委員會成員如下：

主席：梁以鏗先生

副主席：張信謙先生

選任委員：唐俠錢先生、趙梓義先生、黃天晴小姐、胡凱盈小姐

邀任委員：楊學明先生、李星祥博士、陳靜雯女士、沈惠琼女士

明愛代表：嚴柳芬女士

秘書：楊可樺女士

索閱服務單位工作報告資料指引

如服務使用者需要借閱「香港明愛」或本服務單位過往一年（以財政年度計算）之工作記錄及資料，可向本中心職員申請索閱。本中心職員會於申請日期起計的兩個工作天內回覆閣下之申請。有關文件只可在中心內閱讀，不能取走，亦不能影印。

可供借閱之工作資料如下：

1. 香港明愛之年報
2. 本中心季度工作統計數字
3. 本中心年度工作報告
4. 本中心「服務質素標準」之文件

意見收集

歡迎各位會員及公眾人士向我們提供意見，讓我們的服務做到精益求精！

姓名

聯絡電話

日期

網上活動錄影說明

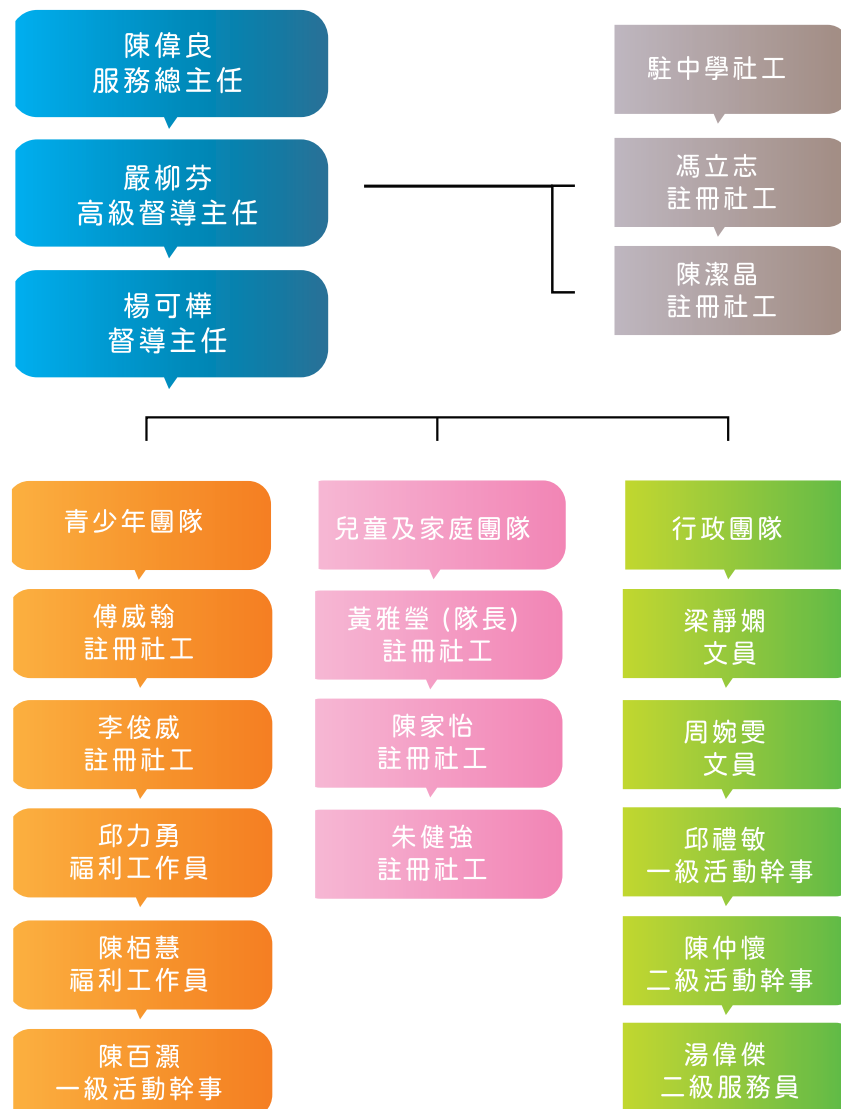
為保障學員或活動參加者的安全和保險權益，請大家在開始活動前，注意下列事項：

- 1) 學員應**清走活動空間內所有障礙物**。如屬動態班的活動，應以雙手打開保持水平位置，左右移動以整個空間沒有障礙物阻擋為基本原則。
- 2) 開啟鏡頭及調較角度，並**不應使用虛擬背景**，以**確保鏡頭沒有盲點出現**。
- 3) 課堂會被錄影，**有關片段不會公開，並會於30天後刪除**，只會在涉及有關安全事故時才翻閱及延長保留日期。
- 4) 如有問題，請即場向負責職員或導師提出。



明愛青少年及社區服務 →

中心職員架構圖



明愛賽馬會石塘咀青少年綜合服務 2021年9月至2022年1月通訊

(1)

POSTAGE PAID
HONG KONG
CHINA
中國香港
郵資已付

Permit No.
特許編號
PM-08287-0

前往中心之地圖



前往中心之交通途徑

往堅尼地城電車

巴士: 5B、10、18P、113、904、905
(德輔道西創業中心附近下車) ;

巴士3A、4、7、71、91、94、970、973
(李陞小學巴士站下車) ;

巴士23、40M、103
專線小巴 8、10、10A、22、28、31
(般咸道港大西關巴士站下車)

往西環紅色小巴 (聖類斯中學下車)

港鐵香港大學站(B1屈地街出口)



caritas_stt



明愛賽馬會石塘咀青少年綜合服務



FACEBOOK



中心網頁

督印人：嚴柳芬(高級督導主任)

出版日期：2021年8月 印刷數量：1000本



地址：香港西營盤第三街200-208號毓明閣地下高層
電話：2546 1053 傳真：2546 0432

電郵：yccsttit@caritassws.org.hk
網址：http://sttit.caritas.org.hk