



救世軍竹園青少年中心
The Salvation Army
Chuk Yuen Children and Youth Centre

2021;)) SUMMER



活動通訊

7月 - 9月



由於政府仍在實施針對性措施以減低社交接觸和採取預防感染措施，本中心繼續密切留意疫情的發展，並按衛生防護中心及機構服務指引安排活動。故此有關安排也可能因疫情進展而有所更改，最新消息請密切留意：

中心網頁：<https://www.salvationarmy.org.hk/ssd/cycyc/hk> 或

Facebook：<https://www.facebook.com/SAcycis>

關於我們

· 服務簡介

本中心於1989年正式成立，為區內兒童、青少年及家庭提供成長性的支援，並以「家庭為基、社區為本、跨代共融」為中心的服務理念。

· 服務目標

兒童及青少年能發展和發揮潛能，並成為關心、參與和倡導社區的一員，從而建立關懷社區，締結互助和融洽的社區精神。

· 服務對象

家庭、兒童、青少年、家長及社區人士

· 服務內容

促進「跨代、跨界別」協作，建立和諧共融的社區支援網絡， 提昇社區資本及促進社區共融

發揮家長朋輩網絡；以「工作為本」，發展貧困人士；
發展跨界別支援網絡；體會不同代群之文化，及解構三代既有負面
印象，從多元角度予平台重塑不同之代群動力故事。

為身處不利環境及有潛在危機家庭提供支援網絡

發及早識別身處不利環境的家庭；
抗逆力弱、學業成績不逮、青少年及家長；貧困或低收入、綜援家庭；
在課餘缺乏成人照顧的兒童；
協助其孩子成長（提昇孩子能力及成就感）；
提供適切服務提昇家庭的生活動力。

支援區內青少年及其家庭之基本成長需要

發揮一套兒童情緒健康的配套計劃，以提昇區內家長對兒童情緒及
精神健康的關注；
以成長挑戰模式作訓練，提昇青少年人之抗逆力；
從社區參與及義務工作的過程中，提昇青少年人的素質。

會員報名須知

活動報名及收費

1. 報名時請出示有效之會員証。
2. 通訊內之費用為會員收費，如參加者對收費有任何疑問，可向本單位查詢。
3. 報名前請自行安排時間，以免活動相撞，本中心不設留位服務及電話報名。
4. 一經報名及繳費後，費用不會退還，亦不可由他人代替參加。
5. 繳費後，請保留所有繳費收據，本單位須於活動開始時，要求所有參加者出示繳費收據作登記。
6. 戶外活動參加者，如未滿15歲，需由家長簽署同意書，並於活動前繳交。
7. 凡參加任何長期班組之會員，必須於上課前按月全數交費，並於前一個月的一號至二十號期間繳交學費作留位之用，否則中心有權不准學員上課。除有特別事故未能如期繳費，需於該月兩星期前向負責職員提出申請，否則該位置將會作棄權論，中心將會安排其他輪候者報讀，學位將被取代，而不會另行通知。
8. 如遇天氣問題，請參閱本中心颱風或暴雨警告指引。
9. 本單位在活動或課程進行期間可能安排拍攝及攝錄，作活動宣傳、檢討及教材之用，如有問題，請向本單位提出。

活動報名及收費

1. 如報名人數不足，本單位保留取消活動的權利；參加者所繳交的費用，會全數退回。
2. 凡取消之班、組及活動，中心將個別聯絡參加者到中心取回退款。（一般需時約三星期）
3. 如活動在過程中因客觀事故（如：導師病假、突發性停電）未能如期進行，本單位會安排補課或改期，惟所繳費用恕不退還。
4. 如因私人事故退出或缺席活動/課程，本單位將不會作出退款或補堂。
5. 如單位通知活動退款，退款者須於原定活動開辦日期後兩個月內，憑繳費收據前往本單位辦理退款手續，逾期恕不受理。
6. 本單位保留一切更改興趣班、活動、課程及退款決定的權利。

入會資格及程序 2021-2022年度會員資格

本機構為政府資助的非牟利社會服務團體，配合社會福利署對青少年綜合服務中心的會員資格最新修訂，本機構屬下的政府資助青少年服務單位(青少年中心、青少年綜合服務)，將於2018年4月1日起修訂會員資格及會籍如下：

個人基本會員

- ◆ 凡年滿6-24歲的本港合法居民。
- ◆ 必須出示有效之身份證明文件(身份証/出世紙/舊會員証)。

聯繫家庭會員

- ◆ 基本會員的非6-24歲家庭直系親屬或主要照顧者。

會員收費及會籍

- ◆ 會員收費豁免。
- ◆ 如有遺失會員證，補證手續費為\$5。
- ◆ 2021-22年度會籍有效期為登記日期至2022年3月31日止

申請手續

- ◆ 填妥有關「會員申請表格」或「活動報名表格」。
- ◆ 出示有效身份證明文件(如身份證、出世紙或學生手冊)。

個人資料

- ◆ 申請人所有提供資料，將作為申請本中心服務之用，資料將保密處理，如有需要，資料會被發予其他團體作申請服務之用，如營地、參觀機構等。
- ◆ 申請人有權查閱及更改其個人資料。

會員福利

- ◆ 使用中心設施，如自修室及康樂設施等。

退會

- ◆ 可隨時透過電話、書面或口頭通知退出服務，並向單位退回會員證。
- ◆ 逾期而不辦理續會手續視作自願退出服務。

服務質素標準

原則一：資料提供

- 標準1：服務單位確保製備說明資料，清楚陳述其宗旨、目標和提供服務形式，隨便時讓公眾索閱。
- 標準2：服務單位應檢討及修訂有關服務提供方面的政策和程序。
- 標準3：服務單位存備其服務運作和活動的最新準確紀錄。
- 標準4：所有職員、管理人員、管理委員會和/或理事會或其他決策組織的職務及責任均有清楚的界定。

原則二：服務管理

- 標準5：服務單位/機構實施有效的職員招聘、簽訂職員合約、發展、訓練、評估、調派及紀律處分守則。
- 標準6：服務單位定期計劃、檢討及評估本身的表現，並制定有效的機制，讓服務使用者、職員及其他關注的人士就服務單位的表現提出意見。
- 標準7：服務單位實行政策及程式以確保有效的財政管理。
- 標準8：服務單位遵守一切有關的法律責任。
- 標準9：服務單位採取一切合理步驟，以確保職員和服務使用者處身安全的環境。

原則三：為服務使用者提供服務

- 標準10：服務單位確保服務使用者獲得清楚明確的資料，知道如何申請接受和退出服務。
- 標準11：服務單位運用有計劃的方法以評估和滿足服務使用者的需要(不論服務對象是個人、家庭、團體或社區)。

原則四：尊重服務使用者的權利

- 標準12：服務單位盡量尊重服務使用者知情下作出服務選擇的權利。
- 標準13：服務單位尊重服務使用者的私人財產權利。
- 標準14：服務單位尊重服務使用者保護私隱和保密權利。
- 標準15：每一位服務使用者及職員均有自由申訴其對機構或服務單位的不滿，而無須顧慮受責罰，所提出的申訴亦應得到處理。
- 標準16：服務單位採取一切合理步驟，確保服務使用者免受侵犯。

惡劣天氣之活動安排

如在單位開放前2小時，八號風球或黑色暴雨訊號仍然懸掛，則該節單位將會暫停開放，而原定舉行之活動亦會延期或取消。

天氣情況	單位班組及戶內活動	出外活動*	野外活動**	水上活動(包括船河)
雷暴警告	✓	#	X	X
一號風球[^]	✓	✓	X	X
三號風球[^]	✓	X	X	X
八號風球[^]	X	X	X	X
黃色暴雨信號 在活動開始前2小時內發出	✓	#	#	X
黃色暴雨信號 在單位開放期間發出	✓	#	#	X
紅色暴雨信號 在活動開始前2小時內發出	X	X	X	X
黑色暴雨信號 在活動開始前2小時內發出	X	X	X	X
寒冷及酷熱天氣警告 在活動開始前2小時內發出	✓	#	#	#

備註：

出外活動*

指參觀、日營、渡假營等

野外活動**

指野營、遠足、旅行等

風球[^]

有關「風球」之安排，以活動開始前2小時內懸掛作決定。

✓ 如期進行

X 取消或延期

酌情舉行
(須視乎當時情況及天氣預測)

紅色/ 黑色暴雨信號在單位開放期間發出

單位如常運作及戶內已進行之活動仍繼續舉行，戶外活動則即時停止，並在安全情況下，安排照顧者於合適時間內接送參加者。

黑色暴雨信號在單位已停止開放期間仍未除下

仍逗留在單位之服務使用者應繼續留在單位內，並確保在適當時間及安全情況下返家，或安排由照顧者接送。

疫情下運動要

保身

護心



「保身」：齊齊保持身體健康！

疫情下，不少市民被迫減少運動，部分上班族要在家工作，學童要留在家中網上學習，照顧者也要在家照顧家人……外出及戶外運動的時間自然大減，社交活動亦大大減少。為增加一家大細運動量以加強自身免疫力，中心一班兒童會員參加了中心活動—「躲避盤訓練小組」，透過活動提升社交、表達、反應及身體協調能力。

新冠病毒疫情持續了一年多，暫時仍未見完結之日，市民必須繼續保持防疫意識，慎防感染。除了注意日常衛生外，保持身體健康及心理健康也很重要！恆常運動有助強化心肺功能、減低心臟病發風險及加強免疫力。除保持身體健康外，我們也不能忽略自身的精神健康。疫情下不確定的情況讓我們感到擔憂、困擾及焦慮是人之常情，如果我們能及早辨認和學會照顧自己的精神健康，就能以更健康、更好的狀態去應對目前困境。

我們了解到中心服務對象的不同需要，在過去疫情期間，單位為兒童、青少年、家長及家庭舉辦了一連串「保身」及「護心」活動，下面會同大家分享過去活動花絮，仲會介紹今個暑假重點活動，邀請大家一齊進行「保身」「護心」大行動！

「護心」：好好照顧自己個心！

我們每天營營役役，趕著處理大小事務，即使好不容易能夠獨處，心底也仍然惦記著工作或親友的需要，鮮有做自己的時間。所謂「Me Time」，就是把注意力單單放在自己身上，做自己喜歡的事。疫情期間，為盡量減輕社區人士受疫情帶來的影響，中心過去積極舉辦不同活動，推廣關注精神健康，包括預防、及早識別、適時介入和復康。當中的「水墨好心情家長小組」，目的就是讓一班照顧者給自己多留一點空間，放下手機及其他纏擾內心的事，享受Me Time！



故事分享

躲避盤訓練小組

在疫情下小朋友需要在家網上學習使小朋友缺少了運動的機會，「躲避盤訓練小組」正正給予小朋友運動的空間。小組進行了約三個月，過程中觀察到小朋友的身體協調能力及反應漸漸進步，飛盤的準確度亦有提升，閃避的反應更迅速，進攻的節奏也開始順暢。組員之間會有吵鬧，正因為他們重視這個運動—躲避盤，事後彼此也會一起坦誠分享和檢討，重拾團隊精神，而躲避盤在小朋友的身體中埋下了一粒「種子」，正慢慢茁壯成長。

躲避盤集合「刺激」、「好玩」、「安全」，三大元素，除了可以訓練小朋友的反應和體能，也可透過運動放鬆心情，更在活動中認識一班喜歡玩躲避盤的隊友，一同進步，一同學習。究竟躲避盤在小朋友的成長發展中種下了甚麼樣的「種子」—是自信心？主動？願意配合？還是溝通？就讓我們一起耐心地等待這些「種子」盛放吧！


小朋友A

一開始好驚比人飛中，係咁避，但在比賽中都會比人飛中，慢慢習慣了，不怕了，而家仲會當攝接住。




小朋友B

躲避盤好好玩！一開始擔心自己飛得唔好，唔夠膽主動去飛，但在練習下，慢慢掌握了自己的節奏，而家會有自信去進行攻擊，亦可以同其他人一齊配合及討論戰術。


家長

平時睇唔出佢地會咁有氣勢同自信，竟然會拎盤主動進攻，雙眼環繞四周同身體準備就緒，好有氣勢，係平時見唔到既景象，原來佢地會有咁嘅另一面。

提提大家，由於大家疏於鍛鍊，體能有機會下降。若往日慣於運動或長期練習卻驟然停止了一段時間，即使重新練習，身體亦未必可即時恢復至最佳狀態。由於體適能水平下降，一下子回復過往的運動強度有可能增加心臟壓力而誘發心臟病。而高危人士如長者及心血管病患者，更需要特別小心。

負責職員：
黃穎恆先生(Peter Sir)



故事分享

水墨好心情 家長小組

在疫情下家長需要為家庭事務和子女的學習安排操心，壓力自然增加。「水墨好心情家長小組」希望提供空間讓家長學習繪畫水墨畫，透過投入藝術興趣抒緩壓力，創造好心情。小組除了有恆常專業導師示範繪畫技巧，家長亦會互相分享各自的近況與感受，一起進行如呼吸訓練的減壓練習。小組進行了約半年多，過程中發現了家長們的藝術潛能無限，水墨畫功力突飛猛進。而學習畫畫亦為他們帶來了心情和親子之間的改變。



家長
Karen

畫畫可以讓我靜下來，很神奇，耐性高了，火氣亦減少了。我自己比較急躁，需要慢下來。孩子動作慢的時候要提醒自己放慢節奏去溝通，讓他們有犯錯的機會。



家長
Joyce

畫畫令我多份欣賞周圍嘅事物，亦令我多份欣賞自己嘅小朋友，多份鼓勵佢哋。



家長
May

畫畫時會讓我放鬆，心境平靜，亦好享受過程。我自己比較急躁，但係阿囡做事就好慢，但話我要改變，學習慢慢放慢同放低一的執著。



水墨畫注重下筆的力度、顏色深淺的調和和形態的呈現。面對問題就好比我們畫畫的過程，有時我們會過於聚焦的希望畫好某個角落，用力緊握畫筆不斷的去畫，忽略了作品的全貌，光暗的平衡和雙手的負荷。當我們嘗試平穩下來，讓畫筆隨己意的悠然揮動，或許可以畫出意想不到的美麗景緻。

負責職員：
黃安逸先生(黃Sir)



總結

我們相信，照顧自己及關心其他人的精神健康是我們能力範圍能做的事，而我們也可以利用不同方式去保護自己及身邊的人的精神健康。有見及此，我們於暑假設計了不同「護心」活動，鼓勵大家在這些時刻要保持身體健康，也要好好照顧自己的精神健康呀！

「保」身兒童系列

運動吧！美式閃避球小組

美式閃避球／複式閃避球為流行於美國的閃避球，規則與平日接觸的閃避球有分別。不過，與一般閃避球一樣，美式閃避球的節奏和球速快，可以提升刺激感，訓練反應和應變力。此外，閃避球為團隊合作運動，要求緊密的合作性，可大大提昇小朋友團體精神。是次小組希望可協助兒童發掘課業以外之技能，讓他們從團體活動中提升個人能力感。

活動編號

PH210201

活動日期	活動時間	地點	對象	費用	名額	負責職員
15/7、22/7、29/7、5/8、12/8、19/8 (四，共6節)	5:30-7:00pm	本中心或區內球場	8-12歲	全免	16人	徐綺婷 (14Missy) (註冊社工) 黃穎恆 (Peter Sir)

匹克球訓練小組

匹克球是集合了網球、羽毛球同乒乓球的元素的運動，匹克球運動可以提昇其體能，培養運動的習慣。

活動編號

PH210204

活動日期	活動時間	地點	對象	費用	名額	負責職員
17/7 - 21/8 (六，共6節)	11:30-11:45am	本中心或區內球場	8-14歲	\$300	12人	黃穎恆 (Peter Sir)

躲避盤訓練小組

躲避盤 - 「刺激」、「好玩」、「安全」，訓練你的反應同體能，適合男女混合比賽，運動員之間的體格差距不會影響很大。

活動編號

PH210203

活動日期	活動時間	地點	對象	費用	名額	負責職員
16/7 - 24/9 (五，共11節)	5:00-6:30pm	本中心或區內球場	8-14歲	\$110	16人	黃穎恆 (Peter Sir)

AR x SPORTS x STEM 科技x運動x自我提昇

HADO 是有史以來第一個基於可穿戴設備和擴增實境 (AR) 技術的運動，為體育創造了全新的體驗。HADO的AR技術使人們能夠射擊能量閃避球，並加入多變的玩法，讓AR閃避球進入現實。透過親身的體驗，讓同學了解AR無限可能性，激發其興趣及創新思維

活動編號

PH210208

*活動正申請民政事務總署暑期活動資助。如未獲資助，收費會有所調整。

活動日期	活動時間	地點	對象	費用	名額	負責職員
19/8 (四)	2:30-4:00pm	本中心	10至15歲	\$150	16人	黃穎恆 (Peter Sir)

暑期足球訓練組(2021年7-8月)

熱愛足球嘅你暑假點可以唔踢波？

小組會透過足球技術同戰術訓練，發掘隊員嘅運動興趣同潛能。同時希望隊員能夠強健體魄，培養自信心、紀律性、團體合作同體育精神。

活動編號

PH210205

活動日期	活動時間	地點	對象	費用	名額	負責職員
21/7、28/7、4/8、11/8、18/8、25/8 (三，共6節)	11:00am-12:15pm	竹園北邨足球場	7-10歲 五人 男生	\$80	10人	黃安逸 (黃 Sir)

足球少年訓練營(2021年8月)

一連兩日嘅訓練營會同各位小球員進行一連串嘅足球技術、體能訓練同小型球競技比賽！一次過滿足過去一年對踢波嘅渴望。同時可以同其他隊友合作，建立團隊精神。小朋友仲可以嘍camp入面加強自理能力。

活動編號

PH210206

*活動正申請民政事務總署暑期活動資助。如未獲資助，收費會有所調整。

活動日期	活動時間	地點	對象	費用	名額	負責職員
營前會：3/8 (二) & 訓練營：5-6/8 (四&五)	5pm-6pm & 集合：2pm 解散：2pm	本中心 / 烏溪沙 青年新邨	7-10歲 男生	\$150	14人	黃安逸 (黃 Sir)

byebye • 肉 | 運動習慣培訓計劃

與嚴sir及專業體適能導師一齊練習屋企都可以做的體能運動，一齊培養運動習慣！計劃將會用體重及脂肪計等，記錄體能進度，保持健康的體魄。

活動編號

PH210207

*活動正申請民政事務總署暑期活動資助。如未獲資助，收費會有所調整。

活動日期	活動時間	地點	對象	費用	名額	負責職員
28/7-27/8/2021 (三、六，共10節)	10:30am-12:00nn	本中心	8至11歲 兒童	\$150	10人	嚴義文 (嚴 Sir) (註冊社工)

護身道訓練小組

以日本護身道劍術為基礎訓練小朋友禮儀、身體協調、自制能力、責任感、自信和他尊等能力。同時 SPORTS CHANBARA 使用充氣式/軟海綿式仿劍，小朋友們可以在安全和零受傷的情況下進行訓練。

活動編號

PH210202

活動日期	活動時間	地點	對象	費用	名額	負責職員
16/7、23/7、30/7、6/8、13/8、20/8 (五，共6節)	3:00-4:15pm	本中心	8-12歲	\$300	12人	黃穎恆 (Peter Sir)

「保」身親子系列



親子新興運動體驗 - 地壺球

地壺球是一個共融，適合不同年齡和能力人士的團隊競賽體育運動。地壺球是一項紳士團體運動，與對手的球員沒有身體碰撞。這是一個要求精準，策略，專注力，溝通，團隊合作，禮儀和逆境智能的運動。

活動編號
PH210209

活動日期	活動時間	地點	對象	費用	名額	負責職員
21/7 (三)	11:30am-12:45pm	本中心	6-8歲及其家長	\$20/ 一對親子	6對親子	黃穎恆 (Peter Sir)

親子新興運動體驗 - 木棋MÖLKKY

木棋運動是源自芬蘭的投擲運動，起源於於一九九六年。木棋運動建基於一種已有逾百年歷史的遊戲木棋運動變得適合任何年齡之健康人士，即使最不願動的人都可以參與。

活動編號
PH210210

活動日期	活動時間	地點	對象	費用	名額	負責職員
4/8 (三)	11:30am-12:45pm	本中心	6-8歲及其家長	\$20/ 一對親子	6對親子	黃穎恆 (Peter Sir)

親子新興運動體驗 - 躲避盤

躲避盤 - 「刺激」、「好玩」、「安全」，訓練你的反應同體能，適合男女混合比賽，運動員之間的體格差距不會影響很大。

活動編號
PH210211

活動日期	活動時間	地點	對象	費用	名額	負責職員
18/8 (三)	11:30am-12:45pm	本中心	6-8歲及其家長	\$20/ 一對親子	6對親子	黃穎恆 (Peter Sir)

暑期親子拉筋樂

一日之計在於晨！大多數香港人的家中空間有限，限聚令期間所有體育場所都暫停開放，大人小朋友怎樣才可以消耗體力同出汗減壓呢？

活動編號
PH210212

今個暑假特別為親子介紹適合早上做的親子拉筋運動，讓身心都能好好迎接新一天的挑戰！除了讓親子能享受一起運動的樂趣，亦希望藉此建立親密的親子連繫，能為個人及整個家庭注入正能量，強化家庭的抗逆力及解難能力。

活動日期	活動時間	地點	對象	費用	名額	負責職員
17/7、24/7、7/8、14/8 (六，共4節)	11:00am-12:00pm	本中心	6-12歲小學生及其家長	全免	5對親子	徐綺婷 (14Missy) (註冊社工)

親子運動鬆一鬆 (9月)

運動係一輩子既事！就算暑假左，我地都唔可以偷懶。無論係大人定細路，都可以係屋企一齊做運動！

活動編號
PH210213

做運動除左可以強身健體同抒解壓力，亦都係一個親子共處既好時光。係新既學年，讓我們一齊培養運動習慣喇！

活動日期	活動時間	地點	對象	費用	名額	負責職員
3/9、10/9、17/9、24/9 (五，共4節)	7:30-8:30pm	網上	6-12歲小學生及其家長	全免	5個家庭	陳梓嵐 (嵐 Sir) (註冊社工)



音樂聯盟

活動將會以小提琴為主要學習樂器，帶動參加者欣賞音樂及欣賞自己的學習過程，鼓勵參加者不時與人分享當中樂趣，建立自信之餘也掌握更多社交溝通方式。(如遇惡劣天氣或特殊情況將改為網上媒體小組)

*活動正申請民政事務總署暑期活動資助。如未獲資助，收費會有所調整。

活動編號

MH210201

活動日期	活動時間	地點	對象	費用	名額	負責職員
21/7-11/8 (三, 共4節)	5:00-6:30pm	本中心	6-12歲	\$60/ 4堂	10人	司徒淑萍 (Ella Missy)

「童」你玩藝術

有冇聽過流體畫呢? 流體畫係一種特別嘅畫，唔需要用畫筆，而係將顏料直接倒係畫板上，再用手控制住畫板方向，將畫板上的顏料流動，形成獨一無二嘅畫。

活動編號

MH210202

又新奇又容易整，唔識畫畫都可以畫到架! 仲可以一路畫下畫，一路減輕壓力，好治癒呀~快D黎中心參加啦!

*活動正申請民政事務總署暑期活動資助。如未獲資助，收費會有所調整。

活動日期	活動時間	地點	對象	費用	名額	負責職員
31/7 (六)	3:00-5:00pm	本中心	7-12歲 兒童	\$20	10人	黃曉彤 黃姑娘 (註冊社工)

和諧粉彩初體驗 (中秋版)

臨近中秋節，除了玩燈籠同食月餅之外，仲可以多一個新選擇，就係畫一幅「和諧粉彩畫」!

活動編號

MH210202

和諧粉彩係唔洗用畫筆畫，只係用手指就可以畫到嘅畫，畫嘅過程係一邊畫一邊舒緩日常的學業壓力，令小朋友好放鬆同專注，從而放鬆同達到平靜嘅狀態!

活動日期	活動時間	地點	對象	費用	名額	負責職員
18/9 (六)	4:00-5:30pm	本中心	8-12歲 兒童	\$10	8人	黃曉彤 黃姑娘 (註冊社工)

拇指琴的故事

為回應青年人面對日常生活壓力所帶來之精神健康需要，小組希望讓青年親手製作屬於自己的拇指琴，並透過音樂促進與人交流和合作，認識自己和別人，舒緩生活壓力。

*完成小組後參加者可獲拇指琴

*如遇疫情影響將改為網上媒體小組

*活動正申請民政事務總署暑期活動資助。如未獲資助，收費會有所調整。

活動編號

MH210204

活動日期	活動時間	地點	對象	費用	名額	負責職員
14/7、21/7、28/7、4/8、 11/8、18/8 (三, 共6節)	7:00-9:00pm	本中心/ 網上進行	16-24歲	\$100	10人	徐綺婷 (14Missy) (註冊社工)

青年塗鴉工房

一齊用色彩渡過暑假!

活動編號

MH210205

塗鴉風格獨特，所用既色彩繽紛豐富，係一種獨一無二嘅藝術。呢個活動唔單止會教大家點樣去創作塗鴉，亦會比平台大家去抒發壓力。最後，等大家學有所成之後，活動亦會連結社區，比大家既集體塗鴉創作能夠係社區中呈現!

*活動正申請民政事務總署暑期活動資助。如未獲資助，收費會有所調整。

活動日期	活動時間	地點	對象	費用	名額	負責職員
塗鴉技巧訓練: 31/7、7/8、14/8、21/8、 4/9、11/9、18/9、25/9、 2/10 (六, 共9節)	塗鴉技巧訓練 2:30- 4:30pm 社區塗鴉創作 2:30- 6:00pm	本中心 / 黃大仙 社區	12-18歲	全免	12人	嚴義文 (嚴 Sir) (註冊社工)
社區塗鴉創作: 9/10、16/10、23/10、 30/10 (六, 共4節)						

「護心」家長系列



媽媽抖一抖

日常管教子女照顧家庭已經好忙，冇左好多自己嘅私人時間，不如一齊係呢1個鐘輕鬆一下，學下新嘅興趣(例如：和諧粉彩、手寫藝術字)，好好慰勞一下自己!!

活動編號

MH210206

活動日期	活動時間	地點	對象	費用	名額	負責職員
4/8、11/8、18/8、25/8 (三, 共4節)	2:30-3:30pm	本中心	6-12歲 的兒童之 家長	\$20	8人	黃曉彤 黃姑娘 (註冊社工)

媽媽的『Me Time』

媽媽們，你今天，Me Time 了嗎？
所謂『Me Time』，其實就是專屬於自己的時間。

活動編號

MH210207

是次小組希望透過不同藝術活動，讓家長重拾『Me Time』，學習照顧自己的情緒，發展自己，提升精神健康，並減輕照顧壓力。即使你沒有任何繪畫技巧，或者沒有任何藝術細胞，也可以成為藝術家！只要你願意拿起筆，便可以畫出一幅圖畫，把煩惱拋開，達到放鬆、平靜、自我療癒的效果。



*參加者如有需要，可安排兒童於同一時間參與細路哥的『Play Time』。

活動日期	活動時間	地點	對象	費用	名額	負責職員
14/7、28/7、11/8、25/8 (三, 共4節)	10:30am- 12:00pm	本中心	媽媽會員	\$40	8人	徐綺婷 (14Missy) (註冊社工)



啱me Hub

體驗工作坊

隨你心意，
一起從體驗中叉叉電，
放鬆心情！

係今年的7至9月的星期五六日，將會有不同的一次性體驗工作坊讓大家免費參加。任何有興趣參與的青年先進行登記，大約在工作坊一個月前，會收到我邀請專貴的你揀選工作坊，名額先到先得！

【優先登記，後揀工作坊】

啱me Hub提供放鬆舒壓的空間，和青年一起體驗新嘗試，發現來自內心的喜悅和動力。

對象：12-24歲青少年

人數：每次6-10人(額滿將會抽籤決定)

地點：中心或中心附近地方

費用：全免

負責職員：嚴義文
(嚴 Sir)



立即登記!!

【工作坊巡禮】

	活動日期	活動時間	主題
1.	11/7 (日)	1430-1600	舒壓運動
2.	16/7 (五)	1930-2100	劇場遊戲
3.	17/7 (六)	1600-1730	咖啡coffee break
4.	25/7 (日)	1430-1600	盆景製作
5.	30/7 (五)	1930-2100	樂器taste
6.	31/7 (六)	1600-1730	咖啡coffee break
7.	8/8 (日)	1430-1600	全身伸展
8.	13/8 (五)	1930-2100	角色扮演
9.	14/8 (六)	1600-1730	咖啡coffee break
10.	22/8 (日)	1430-1600	唱歌taste
11.	27/8 (五)	1930-2100	書法寫字
12.	28/8 (六)	1600-1730	咖啡coffee break
13.	5/9 (日)	1430-1600	大自然攝影
14.	10/9 (五)	1930-2100	聽自己的聲音
15.	11/9 (六)	1600-1730	咖啡coffee break
16.	19/9 (日)	1430-1600	出一身汗
17.	24/9 (五)	1930-2100	樂器taste
18.	25/9 (六)	1600-1730	咖啡coffee break

所有內容皆有可能調動，立即登記成為參加者，
將可獲最新消息



照顧服務2021

暑期

FUNFUN
學堂



備註

- 費用已包括所有活動費用。
- 已取錄學童須於22/6或之前繳交費用。
- 已繳交的服務費用將不會獲退回。
- 參加者必需參加全期活動(7-8月)。
- 申請家庭所提供的資料,須真實無誤,亦為自願性質。資料將用作本中心甄選學童入讀資格,以為學童作出適當的照顧和安排。
- 如未能提供足夠資料,本中心可能無法處理申請。
- 現有照顧服務學生及雙職父母可獲優先取錄。
- 所有新參加者(包括家長及小朋友)需要到中心與社工面見。



照顧服務2021 - 「暑期FUNFUN學堂」

為區內雙職父母或有需要之家庭提供小學生暑假託管服務,減輕家長的照顧壓力。除了功課輔導外,服務更期望培養兒童其他學習興趣以增強個人能力感和自信心。

時段: 2021年7月5日-8月31日

時間: 下午2:30-6:00

對象: 升小二至小六學生

名額: 9位

內容: 學習支援、趣味學科、趣味學堂、成長小組、體能運動、鬆一鬆時間

費用: \$1900(7月及8月)

負責職員: 黃曉彤(黃姑娘)(註冊社工)

服務主題	服務內容	星期 一	星期 二	星期 三	星期 四	星期 五
學習支援	提供功課輔導及其他學科的支援	✓	✓	✓	✓	✓
趣味學科	用生動有趣的方式,去學習不同學科。	✓				
趣味學堂	透過遊戲、創意手作,讓學童在輕鬆愉快的氣氛下學習學業以外的活動,從而提升自信心及學習動機		✓			✓
成長小組	透過多元化的手法,讓學童提升日常學習能力及生活技能。		✓	✓	✓	
體能運動	透過高強度體能活動,讓學童舒解壓力,同時提升身體各方面協調。			✓		
鬆一鬆時間	為學童於學習以外時間提供輕鬆及多樣化的閒暇活動,為學童補充能量。	✓			✓	✓

*計劃活動時間表僅供參考,本中心保留修改及調動活動內容的權利

· 擬申請黃大仙區議會資助 ·

家家連線~ 關懷之旅2021

活動名稱	日期及時間	地點	內容及備註
家家關愛 全區大行動 暨 網上手作藝術 及舒壓工作坊	14/8 (六) 2-3pm	本中心/ 安在家中	<ul style="list-style-type: none">讓親子及跨代家庭義工一同參加及學習網上手作藝術及舒壓工作坊、計劃啟動禮及誓師儀式從而一同啟動計劃，關愛及為社區打氣 (藝術及舒壓工作坊工作坊物資會提供/寄上予參加者使用)
義工加油站	21/8 (六) 10- 11:30am	本中心	<ul style="list-style-type: none">跨代家庭義工身心靈為題之活動(流體/酒精墨水藝術初體驗)提供家庭互動及新技能培訓* 如遇疫情影響將改為網上媒體小組
視像/致電探訪	21/8 (六) 11am- 12:45pm	本中心	<ul style="list-style-type: none">以網上視像或電話與長者分享快樂訊息為區內長者送上關心及問候
社區教育推廣日	9/10 (六) 2-4pm	本中心/ 各中心附近	<ul style="list-style-type: none">於區內舉辦攤位及展覽如認識「家庭健康」以推廣健康歡樂的訊息* 如遇疫情影響將改為網上媒體進行
重聚日	6/11 (六) 2-3:30pm	本中心/ 各中心附近	<ul style="list-style-type: none">嘉許大使過去一年的積極參與頒發證書* 如遇疫情影響將改為網上媒體進行

計劃方向

讓跨歲群家庭透過多元手法傳送關懷了區內長者，如科技，連結家庭及鄰里，促進互動及交流。

年度主題 「綻放關愛、擁抱社群」

費用 全免

對象 6歲以上親子及跨代家庭

名額 28人

負責職員 麥寶華 (麥姑娘)

備註 為培養參加者及其家庭成員參與社會關顧服務，如出席90%以上計劃，將獲出席證書及義工服務時數簿。



● 隔代教養家庭支援服務 ●

服務內容

面對香港人口老齡化、多元家庭和雙職父母的現象，照顧和教養孫兒的角色及責任往往由祖父母承擔，可見「隔代教養家庭」情況相當普遍，當中有祖父母面對不少教養壓力與溝通困難，家庭關係亦變得緊張。救世軍一向重視家庭的結構及功能，及持續關心地區內有需要的家庭，為支援和舒緩祖父母的照顧壓力，單位將推展一系列活動及小組予隔代教養家庭，服務期望達致以下目標：

- 提升祖父母的正向家庭角色、隔代親職管教技巧和家庭溝通；
- 為隔代教養家庭提供祖父母、孫兒及其家庭之支援；
- 促進建立家庭資產。

對象

小一至小三兒童及其祖父母
 *(必須祖孫出席)
 *(領取綜援/全書津/職津的基層祖孫家庭優先)

負責職員

徐綺婷 胡佩珊
 (14Missy) (胡姑娘)
 (註冊社工) (註冊社工)

大小文青藝術攝影遊

香港藝術館翻新後一直加入不同展覽，而最近展覽內的白雲裝置更吸引不少文青前往打卡，讓我們一同參觀《雲圖境像》展覽及其他特別的藝術裝置，來一場文青打卡之旅！

*參加之祖孫需自備手機/相機作攝影用途

活動編號
GP210201

活動日期	活動時間	地點	費用	名額
18/8 (三)	1:00- 5:00pm	本中心、 香港藝術館	每人\$10	6對祖孫

月餅泡泡浴球製作(祖孫家庭篇)

每份月餅浴球材料包的份量已準確地為你準備好，無需為量材料而煩惱，只需要好好享受和孫子一起做，它會為您帶來一次成功的DIY體驗。

活動編號
GP210202

活動日期	活動時間	地點	費用	名額
11/9 (六)	2:30- 4:00pm	本中心	全免	6對祖孫

和諧粉彩初體驗(祖孫家庭篇)

日本和諧粉彩 (Pastel Nagomi Art) 源自日本，是一種運用手指調和粉彩的獨特繪畫方式，透過簡單的繪畫方法，運用粉彩和手指來彩繪创作者內在的色彩，讓心靈帶來和諧、寧靜和喜樂。

活動編號
GP210203

兒童正值小肌肉發展階段，繪畫和諧粉彩有助小肌肉及專注力發展；祖孫共畫，更能促進兒童成長，建立親密祖孫關係。

活動日期	活動時間	地點	費用	名額
25/9 (六)	2:30- 4:00pm	本中心	全免	6對祖孫

「孫子兵法」隔代教養訓練課程

「孫子兵法」隔代教養訓練課程，主要透過知己知彼之方法去應對與孫兒的相處及管教事宜；所謂知己知彼，意謂在過程中了解自己及別人的需要。課程會介紹湊孫教孫技巧，讓祖父母在教養孫兒的過程中得到支持和參考。

*參加之祖孫需於活動前進行個別面見

*孫子只需出席課程第一堂

活動編號
GP210204

活動日期	活動時間	地點	費用	名額
2021年10月至 2022年2月 (共8節)	待定	本中心	全免	6對祖孫

SOLA Summer Kids 2021 第一季(7-9月)

從大自然中重塑抗逆能力！於小組中學習大自然知識及戶外活動技能。於群體中學習人際相處及團隊合作。

走進大自然實踐並探索、發掘及體會更多大自然奧秘，成為一個懂得：S - 自立自信！O - 樂觀積極！L - 愛與包容！A - 感恩讚嘆！具抗逆能力的小孩。

- 出席滿80%(包括小組及戶外探索)可優先報名下一季(10-12月)SOLA KID。
- 完成指定遠足郊遊距離可獲SOLA里數布章乙個。
- 如因限聚未能於郊外進行，將改去營地或農莊等進行大自然日營活動

*新成員需先通過面試(面試將於4-6/6期間預約進行)

*費用包括：SOLA KID Nature Handbook、戶外探索旅遊巴接送、活動Tee、日營費用、輕便午餐、及教練/導師等)

活動編號

SOLA
2122101

活動日期	活動時間	地點	對象	費用	名額	負責職員
小組聚會： 3、10、17/7 (六)、 7、14、21/8 (六)、 4、11/9 (六)	2pm-3:15pm	本中心	6-10歲 兒童 (升小一 至 升小三)	\$1000	20人	程志遠 (程 Sir) (註冊社工)
戶外探索： 21/7 (三) 18/8 (三) 18/9 (六)	10:30am-5pm	新娘潭 小馬坑 屏南石澗				

SOLA Family 親子獨木舟生態遊

獨木舟是挑戰
生態遊是樂趣

親子共同面對挑戰享受樂趣，共創難忘經歷。

由資深教練兼導賞員帶領，一次過滿足晒上述願望。

活動編號

SOLA
2122108

活動日期	活動時間	地點	對象	費用	名額	負責職員
22/8 (日)	9am-4pm	西貢	6-12歲 兒童及其 家庭成員	\$600/ 對親子 (自備 交通費及 午膳)	6對親子 (12人)	程志遠 (程 Sir) (註冊社工)

SOLA Summer Teens 2021 第一季(7-9月)

從大自然中重塑抗逆能力！於小組中學習大自然知識及戶外活動技能。於群體中學習人際相處及團隊合作。

走進大自然實踐並探索、發掘及體會更多大自然奧秘，成為一個懂得：S - 自立自信！O - 樂觀積極！L - 愛與包容！A - 感恩讚嘆！具抗逆能力的小孩。

- 出席滿80%(包括小組及戶外探索)可優先報名下一季(10-12月)SOLA Teen。
- 完成指定遠足郊遊距離可獲SOLA里數布章乙個。
- 如因限聚未能於郊外進行，將改去營地或農莊等進行大自然日營活動

*過往SOLA Kids成員優先報名

*費用包括：戶外探索旅遊巴接送、活動Tee、日營費用、輕便午餐、教練/導師等

活動編號

SOLA
2122102

活動日期	活動時間	地點	對象	費用	名額	負責職員
小組聚會： 3、10、17/7 (六) 7、14、21/8 (六) 4、11/9 (六)	4pm-5:30pm	本中心	10-12歲 兒童 (升小四 至 升小六)	\$1000	12人	程志遠 (程 Sir) (註冊社工)
戶外探索： 19/7 (一) 16/8 (一) 25/9 (六)	10:30am-5pm	鶴藪珠坑 屏南石澗 小馬坑				

SOLA Family 日落西高自在遊

西高山與太平山、龍虎山相連。是次路線簡單可欣賞日落美景。

由山頂盧吉道出發，登上西高山，再沿路折返，整段路鋪設平整，對新手而言亦無難度，「自在遊」意指按指示建議自在郊遊，不用進大隊，按家庭自己步伐享受家庭時光。活動後更可以自製美麗維港夜景遊。

· 於山頂集合及於山頂解散

活動編號

SOLA
2122109

活動日期	活動時間	地點	對象	費用	名額	負責職員
26/9 (日)	3:30pm-7:30 pm	西高山	6-12歲 兒童及其 家庭成員	\$50/ 對親子 (自備 交通費)	6對親子 (12人)	程志遠 (程 Sir) (註冊社工)

SOLA 親子天文露營

SOLA罕有Sky項目：

中秋賞月！中秋過後觀星！！

延續中秋佳節的溫情，一家老幼走進草地體驗露營。

由專業天象導師指導下學習天文知識，觀賞漫天星秀。

翌日仲有家庭水激戰！！

*SOLA KID / Teen成員優先參與！

*31/8前報名可享早鳥優惠：\$680/位(3歲以下免費)

活動編號

SOLA
2122103

活動日期	活動時間	地點	對象	費用	名額	負責職員
1-2/10 (五、六)	2pm- 翌日5pm	元朗錦田	6-12歲 兒童及其 家庭成員	\$800/位	12個 家庭	程志遠 (程 Sir) (註冊社工)

SOLA Summer Walker

從大自然中重塑抗逆能力！於小組中學習大自然知識及戶外活動技能。

於群體中學習人際相處及團隊合作。

走進大自然實踐並探索、發掘及體會更多大自然奧秘，成為一個懂得：

S - 自立自信！O - 樂觀積極！L - 愛與包容！A - 感恩讚嘆！

具抗逆能力的青年人。

· 完成指定遠足郊遊距離可獲SOLA里數布章乙個。

· 天雨將會改變戶外探索地點。

· 如因限聚未能於郊外進行，活動將會取消。

*過往SOLA Teen/Walker成員優先報名

活動編號

SOLA
2122104

活動日期	活動時間	地點	對象	費用	名額	負責職員
小組聚會： 9/7 (五)	5-6pm	本中心	12-16歲 青少年 (升中一 至中四)	\$150 (自備 交通費及 午膳)	6人	程志遠 (程 Sir) (註冊社工)
戶外探索： 23/7 (五) 27/8 (五) 19/9 (日)	10:30am-5pm	屏南石澗 赤徑北坑 猴塘溪				

SOLA MAMA自在遊之流水篇

不用早起、不用趕集合、不用擔心小朋友。

志在來一場大自然MeTime

與家人協調，放自己半天假，

走進大自然一角，感受大自然，感受自我，

於瀑布旁，讓流水聲，帶走勞累。

讓我們一起好好休息一個上午好嗎

· 天雨將會改去大潭水塘

· 如因限聚未能於郊外進行，活動將會取消

4/7活動編號

SOLA
2122105

1/8活動編號

SOLA
2122106

活動日期	活動時間	地點	對象	費用	名額	負責職員
4/7 (日)	10:30am-2pm	潭崗飛瀑	育有 6-18歲 子女的 母親	\$50 (自備 交通費)	6人	程志遠 (程 Sir) (註冊社工)
1/8 (日)	10:30am-2pm	潭崗飛瀑	育有 6-18歲 子女的 母親	\$50 (自備 交通費)	6人	程志遠 (程 Sir) (註冊社工)

SOLA Family 親子夜間生態遊

香港夜間生物多元性繁多。夜行郊野面對不單是難行的山路，更可能是罕見未知的生物。

親子同行互相扶持，既又挑戰性，又可以共同發掘大自然有趣物種。

話唔定仲可以見到浪漫的……(保持神秘中)

· 如因限聚未能於郊外進行活動將會取消

· 於粉嶺站集合及於大埔解散

活動編號

SOLA
2122107

活動日期	活動時間	地點	對象	費用	名額	負責職員
11/7 (日)	4pm-9pm	沙螺洞	6-12歲 兒童及其 家庭成員	\$100/ 對親子 (自備 交通費)	6對親子 (12人)	程志遠 (程 Sir) (註冊社工)



SOLA 特別企劃：自然室內學堂#

一連5日由天空、海洋到陸地逐一探討，關注地球先生身體狀況。做一個愛自己愛家人愛地球的SOLA KID !!!

自然團隊：自然挑戰任務、環保再造紙、植物拓印。
 星空「存」說：認識光污染、星象館體驗、自製觀星器材。
 海洋「存」說：認識海洋污染、海洋生物創作、海玻璃創作。
 大地「存」說：認識陸地污染、植物創作、種植體驗。
 守護地救：關注瀕危物種、動/植物生態瓶製作。

#活動正申請民政事務總署暑期活動資助。如未獲資助，收費會有所調整。

活動編號

SOLA
2122110

活動日期	活動時間	地點	對象	費用	名額	負責職員
26-30/7 (一至五)	2pm-6pm	本中心	6-11歲 升小一至(同行優惠 升小五 \$1250@)	\$1500	18人	程志遠 (程 Sir) (註冊社工)

SOLA Walker 日出同行

遠征西貢白腊，夜行挑戰10公里。
 聽到都未驚過，因為一班青年人同行就係型！
 一齊迎接無敵海景日出！
 ·如因限聚未能於郊外進行活動將會取消

活動編號

SOLA
2122112

活動日期	活動時間	地點	對象	費用	名額	負責職員
23-24/8 (一至二)	10pm- 翌日10am	西貢白腊	12-16歲 青少年 (升中一 至中四)	\$50 (自備 交通費及 早餐)	6人	程志遠 (程 Sir) (註冊社工)

SOLA Walker 日出自助策劃遊

學習基本地圖閱讀及行程策劃技巧。
 一班青年人策劃日出行程。
 自己條路自己揀！一同發掘一同期待美麗日出。
 ·如因限聚未能於郊外進行活動將會取消

活動編號

SOLA
2122112

活動日期	活動時間	地點	對象	費用	名額	負責職員
策劃夜： 26/8 (四)	7pm-8:30pm	本中心	12-16歲 青少年 (升中一 至中四)	\$50 (自備 交通費及 早餐)	6人	程志遠 (程 Sir) (註冊社工)
日出自助遊： 30-31/8 (一至二)	10pm- 翌日10am	待定				

SOLA 特別企劃：大自然學堂

放手讓子女離家五天，去探索大自然，去認識自己的自理能力。
 (請好好安排幾天無仔女o係身邊時間)

活動編號

SOLA
2122111

營期會有基本個人自理自省內務時段及 團隊溝通歷奇體驗時段外，四天重點自然「嚮」樂體驗(多元的森林(Forest Therapy) 活動包括：

自然團隊：大自然團隊挑戰任務、大自然吉祥物、馬灣公園植物定向
 自然藝術：自然藝術家、海洋寶貝DIY、植物拓印、自然音樂、自然日記
 自然走訪：遠征大澳日、尋找白海豚、認識紅樹林
 自然回饋：海灣保衛任務、營地建設
 自然黑夜：Light Painting、露營體驗、天文觀星、黑夜尋寶、營火晚會

而親子自然歷奇日營，家長可以免費入營見證子女五天的學習及成長，並與子女一同體驗自然歷奇任務。

*費用包括：旅遊巴接送、活動Tee、日營費用、輕便午餐、求生物資及器材、小組導師、活動教練及器材等

活動日期	活動時間	地點	對象	費用	名額	負責職員
營前會 2/8 (一)	2pm-6pm	本中心	6-12歲 升小一至(同行優惠 升小六 \$2550@)	\$2800	12人	程志遠 (程 Sir) (註冊社工)
營會 4/8-7/8	3/8 2pm - 7/8 2pm	救世軍 馬灣營、 馬灣及 大澳				
親子日營 7/8 (六)	9am-2pm	救世軍 馬灣營	6-12歲 升小一至 升小六及 其家長			



興趣學習系列

遊戲角落

想玩遊戲無資源?想玩桌上遊戲唔夠人?想搵一個角落輕鬆下?每週四晚上，一個角落，一班人，一齊傾下計、玩下遊戲、桌上遊戲、電子遊戲機，一齊遊戲角落。

活動編號

IC210201

活動日期	活動時間	地點	對象	費用	名額	負責職員
15/7 - 19/8 (四, 共6節)	8pm-9:30pm	本中心	10 - 15歲	全免	8名	黃穎恆 (Peter Sir)

天黑請閉眼

天黑請閉眼 - 人氣社交遊戲(狼人)，與你共聚狼人遊戲，鬥智鬥力，考驗你既說話能力、判斷力、觀察力、反應力同聆聽能更會與你發掘更多不同玩法，令遊戲更精彩。
*報名人數超額會進行篩選

活動編號

IC210202

活動日期	活動時間	地點	對象	費用	名額	負責職員
16/7 - 24/9 (五, 共11節)	7:30pm-9:15pm	本中心	10 - 15歲	全免	14名	黃穎恆 (Peter Sir)

Pok é mon圖鑑151拼豆計劃

召集喜愛Pok é mon的大家參加Pok é mon圖鑑151拼豆計劃，以拼豆藝術一同完成151隻初代Pok é mon，收集圖鑑。*活動完結後可自選6個作品

活動編號

IC210203

活動日期	活動時間	地點	對象	費用	名額	負責職員
17/7 - 21/8 (六, 共6節)	2:30pm-4pm	本中心	8 - 15歲	\$60	6名以上	黃穎恆 (Peter Sir)

日式膠帶拼貼畫-小學篇

仿照日本藝術家以膠帶作拼貼畫，利用不同顏色、反光度及質感之膠帶貼出輪廓細緻位，令畫作有獨特的層次感。

活動編號

IC210204

活動日期	活動時間	地點	對象	費用	名額	負責職員
23/7 (五)	11:00am-12pm	本中心	6 - 12歲	全免	10名	司徒淑萍 (Ella Missy)

日本陶瓷黏土-初小

日本陶瓷黏土是新興的陶瓷製作方法，以低溫燒瓷處理，非常適合初學者進行創作。*第一堂塑造初型，第二堂上色及加固。每位將會完成兩件作品。

活動編號

IC210205

活動日期	活動時間	地點	對象	費用	名額	負責職員
28/7、4/8 (三, 共2節)	10am-11am	本中心	6 - 8歲	\$100	8名	司徒淑萍 (Ella Missy)

日本陶瓷黏土-高小

日本陶瓷黏土是新興的陶瓷製作方法，以低溫燒瓷處理，非常適合初學者進行創作。*第一堂塑造初型，第二堂上色及加固。每位將會完成兩件作品。

活動編號

IC210206

活動日期	活動時間	地點	對象	費用	名額	負責職員
28/7、4/8 (三, 共2節)	11:30am-12:30pm	本中心	9 - 12歲	\$100	10名	司徒淑萍 (Ella Missy)

我歌故我在 流行曲歌唱訓練

招募熱愛唱歌嘅年輕人參加，到時會有專業歌唱導師教授唱流行曲嘅技巧，令各位嘅歌喉可以喺短時間內提昇。學員更加有機會學習演繹自己最喜愛的流行曲，以歌聲表達自行嘅情感同想法。

活動編號

IC210207

如果你都有一個唱歌夢就唔可以錯過啦!
*參加者在活動前可能會獲邀進行個別面見
*參加者有機會參與中心表演活動
*計劃擬申請資助

活動日期	活動時間	地點	對象	費用	名額	負責職員
24/7 - 28/8 (六, 共6節)	2:30pm-4:30pm	本中心	13 - 17歲	\$100	8名	黃安逸 (黃 Sir)



興趣學習系列



Band 鼓體驗組 (初小)

鼓手係一隊Band入面帶領節奏嘅靈魂人物！
小組會教你打鼓姿勢、手腳協調、基本節奏同認識樂譜。如果你都想嘍暑假嘗試做一個小鼓手，發掘自己嘅音樂興趣同專長，就要參加呢個體驗組啦！

活動編號

IC210208

活動日期	活動時間	地點	對象	費用	名額	負責職員
29/7、12/8、19/8、26/8	11am-12:30pm	本中心	6-8歲	\$100	6名	黃安逸 (黃 Sir)

Band 鼓體驗組 (高小)

鼓手係一隊Band入面帶領節奏嘅靈魂人物！
小組會教你打鼓姿勢、手腳協調、基本節奏同認識樂譜。如果你都想嘍暑假嘗試做一個小鼓手，發掘自己嘅音樂興趣同專長，就要參加呢個體驗組啦！

活動編號

IC210209

活動日期	活動時間	地點	對象	費用	名額	負責職員
29/7、12/8、19/8、26/8	3pm-4:30pm	本中心	9-12歲	\$100	6名	黃安逸 (黃 Sir)

英文書法體驗-高小

英文書法Calligraphy 是由來已久但又非常流行的藝術項目，經常出現於不同畫作中。這次英文書法體驗將會介紹及書寫義大利體。

*費用包括專用書寫水筆一支

活動編號

IC210210

活動日期	活動時間	地點	對象	費用	名額	負責職員
2/8 及 9/8 (一, 共2節)	11am-12pm	本中心	8-16歲	\$20	10名	司徒淑萍 (Ella Missy)

塑膠彩畫體驗-初小

塑膠彩其中一些特性好像油畫，可以完全覆蓋底層，而無需長時間等候作品風乾，只要掌握基本繪畫技巧，便可以輕鬆創作塑膠彩畫。

*費用包括所需顏料及工具

活動編號

IC210211

活動日期	活動時間	地點	對象	費用	名額	負責職員
5-8 及 12/8 (四, 共2節)	10am-11:00am	本中心	6-8歲	\$50	10名	司徒淑萍 (Ella Missy)

塑膠彩畫體驗-高小

塑膠彩其中一些特性好像油畫，可以完全覆蓋底層，而無需長時間等候作品風乾，只要掌握基本繪畫技巧，便可以輕鬆創作塑膠彩畫。

*費用包括所需顏料及工具

活動編號

IC210212

活動日期	活動時間	地點	對象	費用	名額	負責職員
5-8 及 12/8 (四, 共2節)	11:15am-12:15pm	本中心	9-12歲	\$50	10名	司徒淑萍 (Ella Missy)

鬼滅熱縮膠

參加者可按各自喜歡的畫案，包括：鬼滅、角落小夥伴等以熱縮膠製作鎖匙牌、書籤等半透明小物品。

活動編號

IC210213

活動日期	活動時間	地點	對象	費用	名額	負責職員
11/8 (三)	10am-11am	本中心	6-12歲	\$10	10名	司徒淑萍 (Ella Missy)

角落小夥伴熱縮膠

參加者可按各自喜歡的畫案，包括：鬼滅、角落小夥伴等以熱縮膠製作鎖匙牌、書籤等半透明小物品。

活動編號

IC210214

活動日期	活動時間	地點	對象	費用	名額	負責職員
18/8 (三)	10am-11am	本中心	6-12歲	\$20	10名	司徒淑萍 (Ella Missy)

Teen.E 扭扭樂 — 造型氣球燈籠

中秋節又黎喇，燈籠當然唔少得啦，由長者義工教授制作如何造型氣球燈籠，一同享受中秋佳節。

活動編號

IC210215

活動日期	活動時間	地點	對象	費用	名額	負責職員
20/9 (一)	3:30pm-5:30pm	本中心	6-12歲	全免	8名	黃穎恆

BBC英語 A1 (新班)

BBC-A1英語課程，涵蓋了簡單生活所用之詞語及語句。

*著重提昇學員之口語及寫作能力。

*聘請資深導師授課

2節 活動編號

IC210216

4節 活動編號

IC210217

活動日期	活動時間	地點	對象	費用	名額	負責職員
24/7 - 31/7 (六, 共2節)	4:30pm-5:30pm	本中心	6-8歲	\$120	10名	司徒淑萍 (Ella Missy)
7/8 - 28/8 (六, 共4節)	4:30pm-5:30pm	本中心	6-8歲	\$240	10名	司徒淑萍 (Ella Missy)

興趣學習系列

BBC英語 A2 (新班)

BBC-A2英語課程, 運用已掌握之詞語整合成日常主要用語。
*著重聆聽訓練並指導學員完整回答及深化寫作能力。
*聘請資深導師授課

2節 活動編號

IC210218

4節 活動編號

IC210219

活動日期	活動時間	地點	對象	費用	名額	負責職員
24/7 - 31/7 (六, 共2節)	5:45pm-6:45pm	本中心	9-11歲	\$120	10名	司徒淑萍 (Ella Missy)
7/8 - 28/8 (六, 共4節)	5:45pm-6:45pm	本中心	9-11歲	\$240	10名	司徒淑萍 (Ella Missy)

UKULELE 彈唱小結他初班 (新班)

以小結他之和弦配合流行歌曲彈唱, 舒壓之餘亦有滿足感, 上課時可借用本中心小結他。
課程包括: 正確姿勢學習, 左右手配合、基本指法及和弦訓練等, 配合歌曲一起彈唱, 讓學習更有樂趣。
*聘請資深導師授課

2節 活動編號

IC210220

4節 活動編號

IC210221

活動日期	活動時間	地點	對象	費用	名額	負責職員
21/7 - 28/7 (三, 共2節)	3:45pm-4:45pm	本中心	7-11歲	\$120	9名	司徒淑萍 (Ella Missy)
4/8 - 25/8 (三, 共4節)	3:45pm-4:45pm	本中心	7-11歲	\$240	9名	司徒淑萍 (Ella Missy)

小提琴初班 (新班)

本課程選取有趣兒歌學習, 引發兒童對音樂之興趣, 上課時可借用本中心小提琴。
課程包括: 提琴結構介紹、姿勢學習, 左右手配合、指法/持弓認識、音階訓練, 音色及音準訓練等。
*聘請資深導師授課
*22/9 中秋假除外

活動編號

IC210222

活動日期	活動時間	地點	對象	費用	名額	負責職員
1/9-29/9 (三, 共4節)	5:00pm-6:30pm	本中心	6-12歲	\$360	9名	司徒淑萍 (Ella Missy)

鋼琴班 (恆常班)

鋼琴班聘請多位資深導師授課, 按程度由初級至8級收費, 查詢詳情可來電本中心與司徒姑娘聯絡。
*時間按中心開放時間及人手編排分配, 先登記後安排入班。
*費用視乎級數及分鐘而定。

活動日期	活動時間	地點	對象	費用	名額	負責職員
星期三 - 星期日	-	本中心	6歲或以上	-	不限	司徒淑萍 (Ella Missy)

兒童綜合畫班-初小 (恆常班)

兒童綜合畫班採用油粉彩、塑膠彩、水彩等不同顏料, 讓學員探索及掌握繪畫之表達方法。亦根據學員進度, 教授繪畫技巧及作品欣賞。
*本課程由藝術學系畢業之資深導師任教。

活動編號

IC2102223

活動日期	活動時間	地點	對象	費用	名額	負責職員
7/8 - 28/8 (六, 共4節)	10am-11am	本中心	6-8歲	\$240	10名	司徒淑萍 (Ella Missy)

兒童綜合畫班-高小 (恆常班)

兒童綜合畫班採用油粉彩、塑膠彩、水彩等不同顏料, 讓學員探索及掌握繪畫之表達方法。亦根據學員進度, 教授繪畫技巧及作品欣賞。
*本課程由藝術學系畢業之資深導師任教。

活動編號

IC2102224

活動日期	活動時間	地點	對象	費用	名額	負責職員
7/8 - 28/8 (六, 共4節)	11:15am-12:15pm	本中心	9-12歲	\$240	10名	司徒淑萍 (Ella Missy)

擴闊英語-expression 4 網上活動

開口表達Expression是學習語言的必要部份, 在此之前需要經過聆聽、理解及模仿等階段, 才可以輕鬆地向別人表達意見或發出提問。

活動編號

IC2102225

活動日期	活動時間	地點	對象	費用	名額	負責職員
23/7 及 30/7 (五, 共2節)	5pm-6pm	網上	6-12歲	全免	10名	司徒淑萍 (Ella Missy)

擴闊英語-expression 5 網上活動

開口表達Expression是學習語言的必要部份, 在此之前需要經過聆聽、理解及模仿等階段, 才可以輕鬆地向別人表達意見或發出提問。

活動編號

IC2102226

活動日期	活動時間	地點	對象	費用	名額	負責職員
13/8 及 20/8 (五, 共2節)	5pm-6pm	網上	6-12歲	全免	10名	司徒淑萍 (Ella Missy)

擴闊英語-expression 6 網上活動

開口表達Expression是學習語言的必要部份, 在此之前需要經過聆聽、理解及模仿等階段, 才可以輕鬆地向別人表達意見或發出提問。

活動編號

IC2102227

活動日期	活動時間	地點	對象	費用	名額	負責職員
17/9 及 24/9 (五, 共2節)	5pm-6pm	網上	6-12歲	全免	10名	司徒淑萍 (Ella Missy)

暑假童你玩歷奇

呢個小組會用一連串既團隊歷奇活動，挑戰你地既勇氣、信心同溝通能力！活動期望大家可以係玩樂中突破自己，學習與人合作，從而得到成長。

呢個暑假一齊黎參與喇！

活動編號
GD210201

活動日期	活動時間	地點	對象	費用	名額	負責職員
9/7、16/7、23/7、30/7 (五, 共4節)	6-7:30pm	本中心	8-12歲	全免	8人	陳梓嵐 (嵐 Sir) (註冊社工)



細路哥的『Play Time』

細路哥，你今天，Play Time了嗎？所謂『Play Time』，其實就是玩樂時間。

遊戲是小朋友最重要的時光，是次小組希望透過不同的玩樂活動，在媽媽們享受Me Time嘅同時，小朋友亦能擁有自己嘅『Play Time』，利用歷奇活動、骨牌、LEGO等不同方式學習各種溝通技巧、發揮創意，有助小朋友成長上的生理和情緒更健康。

*參加者之家長必須報名出席媽媽的『Me Time』

活動編號
GD210202

活動日期	活動時間	地點	對象	費用	名額	負責職員
14/7、28/7、11/8、25/8 (共四節, 星期三)	10:30am-12pm	本中心	6-12歲	\$40	8-10人	黃穎恆 (Peter Sir)

高空挑戰日營

以綠繩下降及運動攀登活動中，可培養兒童的領導才能，發揮兒童個人潛能，增強兒童的人際關係及提昇兒童身體協調能力。

*活動正申請民政事務總署暑期活動資助。如未獲資助，收費會有所調整

活動編號
GD210206

活動日期	活動時間	地點	對象	費用	名額	負責職員
5/8 (四)	9:15am-5:15pm	救世軍卜維廉中學 (暫定)	小四-小六 小學生	\$120	16人	黃穎恆 (Peter Sir)

Kalimba~ 童心耆趣樂

- 學習拇指琴彈出快樂樂曲
- 為區內生日之長者或家人獻上生日曲/樂曲、遊戲及自製紀念品，將愛心傳播
- 學習拇指琴的歷史及文化。拇指琴彈奏秘訣，簡單易明的樂理，
- 歡迎沒有樂器樂理基礎的參加者參加，學習分享及合作

活動編號
GD210203

- *完成小組後參加者可借用拇指琴回家彈奏
- *如遇疫情影響將改為網上媒體小組
- *活動正申請民政事務總署暑期活動資助。如未獲資助，收費會有所調整

活動日期	活動時間	地點	對象	費用	名額	負責職員
15/7、22/7、29/7、5/8、12/8、19/8 (共六節, 逢四)	2:30-3:45pm	本中心/ 網上進行	6-12歲	\$100	10人	麥寶華 (李姑娘) (註冊社工)

少年成長營2021

少年成長營開始喇！

今次兩日一夜既宿營會精心設計一連串既挑戰比大家，大家需要齊心協力，先可以完成挑戰任務。活動唔單止考驗大家既溝通能力，仲會要求大家突破自己，走出自己既舒適圈，令大家係玩樂中同時有所成長！係跨過重重難關之後，亦會同大家促膝長談，令大家對自己認識更多。

- *基層家庭指現正接受綜援、全書簿津貼或職津之家庭
- *23/7之營前會，參加者必須出席
- *活動正申請民政事務總署暑期活動資助。如未獲資助，收費會有所調整

活動編號
GD210204

活動日期	活動時間	地點	對象	費用	名額	負責職員
營前會 23/7 (五)	營前會 2:30-4pm	本中心 / 香港青年 獎勳計劃 賽馬會愛 丁堡公爵 訓練營	10-15歲 (基層家 庭優先)	\$100	12人	陳梓嵐 (嵐 Sir) (註冊社工)
營會 24/7-25/7 (六、日)	營會 11am- 翌日1pm					

explore



成長發展系列

玩樂無窮

「玩」唔只淨係得開心，仲可以令人有更多創意、提升解決問題嘅能力同自信!!

平時番學成日要做功課/上Zoom，小朋友得好少時間玩，趁住暑假有時間，參加活動放鬆一下，盡情地玩啦!

小組會以不同日常生活都接觸到嘅物品作為玩嘅物資，小小物資都可以獲得大大嘅快樂!

活動編號
GD210205

活動日期	活動時間	地點	對象	費用	名額	負責職員
31/7、7/8、21/8、28/8 (六，共4節)	12nn-1pm	本中心	8-12歲	\$20	8人	黃曉彤 黃姑娘 (註冊社工)

「我做到」專注力小組

透過不同遊戲及運動項目，提升學生的對日常生活的專注度及提升動作的協調能力。

活動編號
GD210207

活動日期	活動時間	地點	對象	費用	名額	負責職員
5/8、12/8、19/8、26/8 (四，共4節)	2:30-3:30pm	本中心	6-9歲 確診特殊 學習需要 之兒童	\$20	6人	黃曉彤 黃姑娘 (註冊社工)

小一放大鏡

因為疫情狀況，番學上堂嘅日子唔多，小朋友好少學到紀律同自理能力，9月就升小一可能會有好多唔習慣同唔適應。

不如黎中心參加活動，提升小朋友嘅自理能力，例如執書包、學習睇時間表、執拾自己的筆袋等等，等佢地更有信心去迎接小學生活!!

活動編號
GD210208

活動日期	活動時間	地點	對象	費用	名額	負責職員
5/8、12/8 (四，共2節)	6-7pm	本中心	6歲兒童 (升小一)	\$10	8人	黃曉彤 黃姑娘 (註冊社工)

飛鏢童樂會

一直對飛鏢有興趣，又唔知點樣入手好?上完飛鏢體驗小組，想繼續玩落去?無論你係新手定高手，都歡迎你加入暑期飛鏢童樂會!

活動編號
GD210209

今次活動除左會同大家介紹相關規則同禮儀，亦會教授飛鏢技巧，發展興趣技能，提升大家嘅能力感。另外，係活動既過程入面，大家仲可以識會友，識到一班志同道合嘅朋友添!

活動日期	活動時間	地點	對象	費用	名額	負責職員
6/8、13/8、20/8、27/8 (五，共4節)	6-7:30pm	本中心	10-15歲	全免	8人	陳梓嵐 (嵐 Sir) (註冊社工)

2S@光影創作師

- 透過活動及創作探究日常環境中光、折射及影子的來源及變化，
- 利用不同之馬賽克學習光之折射及創作馬賽克燈
- 讓參加者能發揮想象力及培養探索精神。

活動編號
GD210210

- *完成小組後參加者可將製成品帶回家
- *如遇疫情影響將改為網上媒體小組
- *活動正申請民政事務總署暑期活動資助。如未獲資助，收費會有所調整

活動日期	活動時間	地點	對象	費用	名額	負責職員
13/8 (五)	3-5pm	本中心/ 網上進行	7-12歲	\$40	10人	麥寶華 (麥姑娘) (註冊社工)



家長互動系列

升小家長學堂

- 子女成為小學生，家長需準備之事宜
- 子女成長之身心改善
- 學業與管教同行之入門課程

活動編號

PI210201

活動日期	活動時間	地點	對象	費用	名額	負責職員
23/7 - 13/8 (五, 共4節)	2:30-3:30pm	本中心	升小一家長	全免	12名	麥寶華 (麥姑娘) (註冊社工)

小確幸感恩卡,快樂情緒套裝試玩日

- 家長與孩子參與中心製作的小確幸感恩卡,快樂情緒套裝,增進親子捕捉身邊小確幸之方法。
- 參加家庭可獲小確幸感恩卡,快樂情緒套裝一份

活動編號

PI210202

活動日期	活動時間	地點	對象	費用	名額	負責職員
24/7 或 31/7 (六) *任選一天	11:30am- 12:30pm	本中心	6歲以上 兒童 及其家長	全免	4對親子	麥寶華 (麥姑娘) (註冊社工)

F+手創

- 為各家庭成員製作一份拓印家品,琉璃及布藝心意實用物品
- 透過親子歷奇遊戲,促進親子手眼協調能力
- 透過製作、分享遊戲,增強親子溝通能力

活動編號

PI210203

活動日期	活動時間	地點	對象	費用	名額	負責職員
14/7 - 14/8 (六, 共4節)	4:45-5:45pm	本中心	6-12歲 兒童 (一對親子) 及其家長	\$150	4對親子	麥寶華 (麥姑娘) (註冊社工)

從何說起? 家長性教育工作坊

孩子步入青春期,身心會開始經歷前所未有嘅變化,對性方面亦會出現強烈嘅好奇心。家長往往處於一個被動嘅位置,唔知點樣可以同嘅反叛期嘅子女談及性嘅話題。工作坊會同家長們分享如何與子女談論性,幫助佢哋建立正確嘅性價值觀同自我保護意識。

活動編號

PI210204

活動日期	活動時間	地點	對象	費用	名額	負責職員
24/9 (五)	8:00-9:30pm	網上	家長	全免	10名	徐綺婷 (14Missy) (註冊社工) 黃穎恆 (Peter Sir)

義務工作社區體驗系列



「拾義/12」義工獎勵計劃

好鼓勵各位小朋友、年青人同家長參與服務社區的義工活動。中心會有好多唔同嘅義工活動比大家參與，如果本年度參與中心嘅義工活動時數達到12小時或以上，將會獲發義工證書一張！大家一齊踴躍做義工啦！

*義工可以申請社署義工紀錄簿作紀錄

活動編號

VS210201

活動日期	活動時間	地點	對象	費用	名額	負責職員
21年4月至22年3月	中心開放時間	本中心	6-24歲青少年及其家長	全免	不限	黃安逸 (黃 Sir)

視藝聯盟

活動將鼓勵參加者嘗試了解不同年齡層人士之想法或喜好，透過了解及溝通後運用導師教授之美術技巧及活動物資進行創作，部份作品可能送給個別對象或公開展示，以達致個人成長及共融的目標。

*此活動擬申請賽馬會慈善基金贊助

(如遇恶劣天氣或特殊情況將改為網上媒體小組)

活動編號

VS210202

活動日期	活動時間	地點	對象	費用	名額	負責職員
3/7 - 24/7 (六, 共4節)	3:30-5pm	本中心	6-12歲	\$60	12名	司徒淑萍 (Ella Missy)

快樂互傳送 攤位小義工 (21年7-8月)

如果小朋友想動動腦筋策劃攤位遊戲活動，親身體驗帶領攤位活動，宣傳快樂家庭同關愛社區嘅訊息，就一定要成為小義工啦！小組會有唔同活動同大家邊玩邊學，最後一節仲會成為「親子攤位天地」活動嘅小領袖！

*活動可以簽發義工活動時數

活動編號

VS210203

活動日期	活動時間	地點	對象	費用	名額	負責職員
小組訓練： 23、30/7、13/8 (五)	2:30-4pm	本中心	6-12歲	全免	8名	黃穎恆 (Peter Sir)
攤位義工活動： 20/8 (五)	2-5pm					

親子「義」人 長者探訪隊 中秋慶團圓 (21年7-9月)

親子義工過往一直上門或者致電關心區內長者，今年不如就同各位老友記喺中心聚首一堂，一齊慶祝中秋節啦！各位家長同小朋友可以一齊籌劃同帶領活動，令獨居長者亦可以感受到團圓嘅滿足。

活動編號

VS210204

*活動可以簽發義工活動時數

*必須親子出席

活動日期	活動時間	地點	對象	費用	名額	負責職員
義工訓練：25/7 (日)	3-4:30pm	本中心	6歲以上兒童及其家長	全免	15名	黃穎恆 (Peter Sir)
活動籌備：22/8 (日)	3:00-4:30pm					
正式活動：12/9 (日)	2:00-5:00pm					

義務工作社區體驗系列

親子「義」人 長者探訪隊 電話關心行動 (21年7-8月)

現時情況下有好多區內老人家需要被關心，雖然親子義工們暫時無法上門探訪，亦希望各位可以透過恆常電話關心，讓獨居老人家感受到社區關懷。

活動編號

VS210205

- *活動可以簽發義工活動時數
- *首次參與義工必須出席義工訓練
- *必須親子出席

活動日期	活動時間	地點	對象	費用	名額	負責職員
義工訓練：17/7 (六) 總結回顧：21/8 (六)	12-12:45pm	網上	6歲以上 兒童 及其家長	全免	15名	黃安達 (黃 Sir)
致電日期：22/7、22/8 (日)						

探索社區工坊

今個暑假，將進行一個另類的「自肥企劃」，只要你有感興趣、想知、想探索的題目，我就有一班同學及資源陪你係暑假中整佢出黎! (例如可以研究下社區中發現的植物種類、學習一個全新技能等)

活動編號

VS210206

- *如遇疫情影響將改為網上媒體小組
- *活動正申請民政事務總署暑期活動資助。如未獲資助，收費會有所調整。

活動日期	活動時間	地點	對象	費用	名額	負責職員
21/7 - 25/8 (三, 共6節)	2:30-4pm	本中心及 黃大仙區	9-12歲	\$60	8名	嚴義文 (嚴 Sir) (註冊社工)

共創空間設計師

招募工藝或室內設計愛好者!
透過學習基本室內設計概念，經歷社區意見搜集、構思、設計、講解意念、動手執行改造計劃，讓大家一齊參與中心公共空間的改造。

活動編號

VS210207

- *活動正申請民政事務總署暑期活動資助。如未獲資助，收費會有所調整。

活動日期	活動時間	地點	對象	費用	名額	負責職員
28/7 - 17/11 (三, 共16節)	7:30-9:30pm	本中心及 黃大仙區	12-24歲	全免	15名	嚴義文 (嚴 Sir) (註冊社工)



樂teen say something S4

【新人招募】一齊學習拍攝、訪問、剪片、發佈上社交媒體，呈現你眼中黃大仙區現況。

活動編號

VS210208

活動日期	活動時間	地點	對象	費用	名額	負責職員
11/7, 25/7, 8/8, 22/8, 5/9, 19/9 (日, 共6節)	4:30-6pm	本中心及 黃大仙區	12-24歲	全免	8名	嚴義文 (嚴 Sir) (註冊社工)

Chill「義」自肥企劃

本企劃可以係享受大自然，打卡Chill下嘅同時，仲可以做埋義工，學習山野知識及如何保護大自然，都有話唔係一舉兩得。

活動編號

VS210209

龍脊，盤據香港島石澳，傲視藍塘海峽。其山脊高低起伏，如飛龍騰雲，故稱龍脊。

新娘潭 (英文: Bride's Pool) 位於香港新界大埔區之船灣郊野公園。[1] 景點包括「新娘潭瀑布」及「新娘潭」，瀑布的高度達15米。

魔鬼山炮台，香港保衛戰前設立的魔鬼山炮台 (包括魔鬼山碉堡、歌賦炮台及砵甸乍炮台)，現已成為軍事歷史遺跡。

千島湖，千島湖即大欖涌水塘，為新界西北最大的水塘。水塘內有十數個山丘小島及四條大壩，被稱為港版「千島湖」。

- *如因限聚未能於郊外進行活動，改為在中心進行山野講座及循環再用DIY

活動日期	活動時間	地點	對象	費用	名額	負責職員
活動前聚會：1/8	2:30-4pm	本中心	升中一	全免	10名	黃穎恆 (Peter Sir)
8/8 (日)	1-7pm	龍脊	至中三	(參加者 需自備 個人 交通費)		
15/8 (日)	1-7pm	新娘潭	青少年			
22/8 (日)	1-7pm	魔鬼山炮台				
29/8 (日)	1-7pm	千島湖				

義務工作社區體驗系列

社區木匠@義

大家可能覺得木工係一種遙不可及既活動，但其實木工可以係一門易上手又治癒既興趣手藝！

呢個活動除左可以學到點樣使用木工工具及相關知識，仲可以享受親手完成木製品既滿足感。另外，完成咗既木製品亦會由大家親手送贈予有需要既家庭。

一齊黎參加呢個既好玩又有意義既活動啦！

*活動正申請民政事務總署暑期活動資助。如未獲資助，收費會有所調整。

活動日期	活動時間	地點	對象	費用	名額	負責職員
木工訓練及製作： 4/8、11/8、18/8 (三)	6-8pm	本中心	12-18歲	\$150	10名	陳梓嵐 (嵐 Sir) (註冊社工)
義工服務：28/8 (六)	2-6pm	黃大仙社區				

快樂互傳送 親子攤位天地

家長快啲帶埋小朋友一齊參加攤位天地玩各式各樣嘅挑戰遊戲，贏取獎品，共渡一個快樂嘅親子下午啦！攤位遊戲會由小義工協助帶領，一定會帶比大家意想不到的驚喜！

*必須親子出席

活動日期	活動時間	地點	對象	費用	名額	負責職員
20/8 (五)	3-4:30pm	本中心	6歲以上 兒童及 其家長	全免	10對親子	黃安逸 (黃 Sir)



活動編號

VS210210

活動編號

VS210211

「中秋義工兵團2021」-月餅泡泡浴球製作 A組

不分年齡，與一眾義工親手製作迷你月餅浴球！完成後將在9月19日「中秋義工兵團2021-平等分享行動」於黃大仙區內與街坊分享，迎接中秋節。一起為區內街坊送上最高心的中秋禮物吧！

活動編號

VS210212

- *參加者只者可選擇出席其中一節活動
- *活動可以簽發義工活動時數
- *必須親子出席

活動日期	活動時間	地點	對象	費用	名額	負責職員
18/9 (六)	11am- 12:30pm	本中心	6-12歲 兒童及 其家長	全免	5對親子	徐綺婷 (14Missy) (註冊社工)

「中秋義工兵團2021」-月餅泡泡浴球製作 B組

不分年齡，與一眾義工親手製作迷你月餅浴球！完成後將在9月19日「中秋義工兵團2021-平等分享行動」於黃大仙區內與街坊分享，迎接中秋節。一起為區內街坊送上最高心的中秋禮物吧！

活動編號

VS210213

- *參加者只者可選擇出席其中一節活動
- *活動可以簽發義工活動時數
- *必須親子出席

活動日期	活動時間	地點	對象	費用	名額	負責職員
18/9 (六)	4-5:30pm	本中心	6-12歲 兒童及 其家長	全免	5對親子	徐綺婷 (14Missy) (註冊社工)

「中秋義工兵團2021」-平等分享行動

關心社區，培養參加者的同理心及觀察力。「平等分享行動」是指行動沒有「施」與「受」的身分，參與者只是走到社區，將自己擁有的物件、食物和時間和「街坊」分享，是一個沒有階級、身分平等概念的分發行動。活動中會與區內街坊分享在9月18日「中秋義工兵團2021-月餅泡泡浴球製作」所製作之迷你月餅浴球，互相分享，一起慶祝中秋節！

活動編號

VS210214

- *活動可以簽發義工活動時數
- *必須親子出席

活動日期	活動時間	地點	對象	費用	名額	負責職員
19/9 (日)	2:30-4:30pm	本中心/ 黃大仙區	6-12歲 兒童及 其家長	全免	5個家庭	徐綺婷 (14Missy) (註冊社工)

共融學習系列

日式膠帶併貼畫-共融篇

仿照日本藝術家以膠帶作併貼畫,利用不同顏色、反光度及質感之膠帶貼出輪廓細緻位,令畫作有獨特的層次感。

活動編號

IG210201

活動日期	活動時間	地點	對象	費用	名額	負責職員
10/7 (六)	17:00-18:00	本中心	不限年齡	全免	10名	司徒淑萍 (Ella Missy)

日本陶瓷黏土-共融篇

日本陶瓷黏土是新興的陶瓷製作方法,以低溫燒瓷處理,非常適合初學者進行創作。

*第一堂塑造陶瓷作品初型,第二堂上色及加固。

活動編號

IG210202

活動日期	活動時間	地點	對象	費用	名額	負責職員
24/7 及 31/7 (六,共2節)	17:00-18:00	本中心	不限年齡	\$100	10名	司徒淑萍 (Ella Missy)

塑膠彩畫-共融篇

塑膠彩其中一些特性好像油畫,可以完全覆蓋底層,而無需長時間等候作品風乾,只要掌握基本繪畫技巧,便可以輕鬆創作塑膠彩畫。

*費用包括所需顏料及工具

活動編號

IG210203

活動日期	活動時間	地點	對象	費用	名額	負責職員
7/8 (六)	17:00-18:00	本中心	不限年齡	\$30	10名	司徒淑萍 (Ella Missy)

英文書法體驗-共融篇

英文書法Calligraphy 是由來已久但又非常流行的藝術項目,經常出現於不同畫作中。

這次英文書法體驗將會介紹及書寫義大利體。

*費用包括專用書寫水筆一支

活動編號

IG210204

活動日期	活動時間	地點	對象	費用	名額	負責職員
14/8 及 21/8 (六,共2節)	17:00-18:00	本中心	不限年齡	\$20	10名	司徒淑萍 (Ella Missy)

共融系列之活動,鼓勵不同年齡層一起學習建立共同興趣及溝通平台。
祖孫或親子一起報名可享8折優惠。

· 活動只限青少年及長者中心會員報名 ·

中心開放時間

開放時間	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六	星期日
上午 10:00-下午 1:00	全 日 休 息	/	/	/	/	☎	/
下午 1:00-2:00		/	/	/	/	☎	/
下午 2:00-6:00		☎	☎	☎	☎	☎	☎
晚上 6:00-7:00		☎	☎	☎	☎	☎	/
晚上 7:00-10:00		☎	☎	☎	☎	☎	/

☎中心開放 ☎自修室開放 ☎加開服務台時間

本中心將於以下日期暫停開放，敬請留意！

- 香港特別行政區成立紀念日
2021年7月1日
- 中秋節翌日
2021年9月22日

中心位置



前往方法一

乘港鐵於黃大仙站下車，在A出口左轉，步行至「新光中心M2」側小巴總站，乘搭18或38M專線小巴經雅竹街於麗園樓小巴分站下車。

前往方法二

由慈雲山中心乘搭65號專線小巴至竹園街市下車，進入街市後乘搭電梯或步行至LG，左轉即達竹園南邨社區中心。

前往方法三

乘搭巴士103、2B、18、1、11K、11C、7M於竹園邨巴士總站或於又一城乘搭專線小巴72號、73號於竹園室內運動場下車，步行至對面的竹園商場，步行或乘搭電梯到LG，左轉即達竹園南邨社區中心。

救世軍竹園綜合服務 竹園青少年中心

地址：九龍黃大仙竹園南邨社區中心1-4樓

電話：2351 5321 傳真：2351 5303

電郵：cycyc@ssd.salvation.org.hk

中心網址：<https://www.salvationarmy.org.hk/ssd/cycyc>

