



樂群社會服務處
Lok Kwan Social Service

李坤社區服務中心
Lee Quen Community Service Centre

2022年 1至4月 中心通訊

如有興趣參加通訊內之活動請於
12月28日上午10時正開始
致電2322 2775登記並預約到中心繳費

🏠 九龍慈雲山雲華街45號慈雲山（南區）社區中心5樓

☎ 2322 2775 📞 2322 2477 📱 6239 3958

🌐 www.lok-kwan.org.hk ✉ tws@lok-kwan.org.hk

📘 Lok Kwan Tws 📷 [lokkwan_tws](https://www.instagram.com/lokkwan_tws)

🕒 星期一至五（上午9:30至下午1:00及下午2:00至6:00）

🕒 星期六（上午9:30至中午12:30）星期日及公眾假期休息

目錄

- 03 – 04 機構簡介 / 愛心捐助
- 05 中心簡介 / 惡劣天氣安排
- 06 樂群之友咭介紹
- 07 『安心出行』 應用程序
- 08 友營豐膳
- 09 家居易。樂安居服務
- 10 – 11 哥爾夫樂「童」行
- 12 元宵和您猜猜猜
- 13 – 14 親子及家長班組 / 活動
- 15 – 22 兒童及青少年班組 / 活動
- 23 – 24 成人班組 / 活動
- 25 – 29 長者班組 / 活動

機構簡介

樂群社會服務處於 2000 年成立，是稅務局認可的公眾慈善機構。本服務處的徽號用色鮮豔，散發活力和熱情，代表我們全心全力服務香港市民的精神。當中的「人」字突顯我們貫徹以人為本、「助人自助 敬業樂群」的服務宗旨，關懷基層服務對象的需要，幫助他們突破局限，盡展所長。

本服務處一直與各界齊心協力，致力為弱勢社群、基層家庭兒童、青少年、長者、新來港人士等提供就業服務、社會企業、兒童及青少年發展和扶貧發展等多元化的服務，凝聚眾心，體現社區互助互惠的精神。

願景

建立互相尊重、互助互惠、促進成長、和諧幸福的社會，每個服務對象都能自強自信、充分發揮優勢，全面發展潛能。

使命

藉一班委身、友愛、熱誠、積極的同工團隊，與各界齊心協力，為服務對象提供有效率及人性化的專業服務。

價值觀

關愛、尊重、友善、參與、團結。



www.lok-kwan.org.hk



lkssfb
樂群社會服務處



愛心 捐助

本服務處沒有政府恆常的撥款資助，經費主要倚靠向撥款機構及其他贊助團體申請資助推行計劃，和向商企及公眾人士籌募。您的捐助，可以幫助我們持續運作，並為更多有需要的人士開拓切身的服務。

捐款方法

1. 掃描右邊二維碼，於「捐款易」網上平台直接捐款。

(支援：WeChat、支付寶、轉數快、雲閃付、BoC Pay、Visa、Master、JCB及銀聯)



2. 親身到銀行、透過網上理財或銀通自動櫃員機將捐款存入本服務處中國銀行戶口 012-354-1-009801-1，並於銀行入數紙、網上理財之確認捐款網頁截圖上或自動櫃員機存根背面，請註明「收據抬頭姓名、聯絡電話和收取收據的郵寄地址」。

3. 劃線支票抬頭「樂群社會服務處」或 LOK KWAN SOCIAL SERVICE，背面請註明「收據抬頭姓名、聯絡電話和收取收據的郵寄地址」寄回本服務處。

分享源於關懷
點滴都是恩情

繳付紀錄截圖可透過以下途徑交回本服務處

 5592 0199

 info@lok-kwan.org.hk

 2815 2283

 香港皇后大道中99號中環中心地下4室

捐款可憑本服務處的正式收據申請稅務減免。

如有任何查詢，請隨時致電 2169 0199 或電郵至 info@lok-kwan.org.hk

中心簡介

李坤社區服務中心

於2003年正式投入服務，主要為黃大仙區居民提供全面的綜合社區服務。藉著攜手扶弱基金計劃、兒童發展基金計劃及老有所為活動計劃等，連繫社會及地區資源，回應社區人士的需要和填補服務的空隙。

就業服務 社區工作

婦女就業支援服務、青年人生規劃活動
社區飯堂、食物銀行、地區資源轉介、家長支援、
婦女發展、便利圖書館、義工訓練及社區活動

兒童及青少年發展

兒童學習支援服務、兒童成長及親子教育
入校服務、兒童發展基金計劃

中心假期

2022年1月1日	(星期六)	元旦日	全日休息
2022年1月31日	(星期一)	年卅晚	中心開放至下午4時
2022年2月1日至6日	(星期二至日)	農曆年初一至六	全日休息
2022年4月5日	(星期二)	清明節	全日休息
2022年4月15日	(星期五)	耶穌受難節	全日休息
2022年4月16日	(星期六)	耶穌受難節翌日	全日休息
2022年4月18日	(星期一)	復活節星期一	全日休息

惡劣天氣安排

	黃色暴雨	紅色暴雨	黑色暴雨	一號風球	三號風球	八號風球或以上
中心開放	✓	✓	○	✓	✓	✗
室內活動	✓	✓	△	✓	✓	✗
戶外活動	✓	△	△	✓	△	△
飯堂服務	✓	✓	☆	✓	✓	☆

備註

- ✓ 中心開放
- ✗ 中心停止開放
- 如未開放，則停開放；如已開放，則照常開放
- ☆ 午餐時段：當日早上7時正前除下，則正常供應，否則停止供應。
晚餐時段：當天下午1時正前除下，則正常供應，否則停止供應。
- △ 延期 / 取消 / 終止活動

樂群之友咭

各位親愛的服務使用者：

為優化及提供更便捷的服務，本中心現正開始更新電腦報名系統及推出「樂群之友」咭，每位使用者必須先辦理申請手續，領取「樂群之友」咭後才可繼續享有中心的報名及相關服務。

申請須知

- 每位申請人只須填寫一份申請表，重覆申請者將不獲受理。
- 申請人提供之個人資料必須真實、準確、有效及完整。
- 申請人親身遞交表格時，必須為香港居民並出示印有姓名、出生日期及性別的身份證明文件正本或副本，以供核實。
- 「樂群之友」咭有效期為3年，費用全免。
- 失咭或被竊，持咭人須盡快通知本中心（電話：2322 2775），並親臨中心辦理補領手續，補領費用為港幣10元正。
- 本中心將會使用你的個人資料向你發送中心通訊及服務資訊。
- 「樂群之友」咭不得轉借及轉讓。如需更改個人資料，請與中心聯絡，以作更新。

備註

- 成功換領或申請「樂群之友」咭後，請妥為保管，報名及參與活動時，必須出示。
- 持咭人如有需要申請退出「樂群之友」，請親臨本中心辦理退咭手續。
- 若持咭人提供任何非真實、不準確、失效或不完整之資料，或本中心持有合理理由的情況下，懷疑其登記資料之準確性，則本中心有權暫停或取消「樂群之友」的身份。



“迎新禮物
凡新登記成為「樂群之友」，
即可獲迎新禮物之份。
數量有限，送完即止。”

「安心出行」流動應用程式 “LeaveHomeSafe” Mobile App

無須登記
 No registration
 needed

使用簡單
Easy to Use

1

進入場所，
 掃描場所二維碼
 Scan the venue
 QR code upon
 arrival



2

離開場所，
 按「離開」按鈕
 Click “Leave” button
 when leaving the
 venue



使用「安心出行」流動應用程式：
 By using the “LeaveHomeSafe” mobile app to –



可儲存個人出行記錄
 Keep your own visit
 records.



如曾經與確診者同時到訪同一場所，會
 收到通知及健康建議
 Receive notification and health advice
 if you have visited the same venue as
 a COVID-19 patient at the same time.



若用戶不幸確診，須向衛生防護中心提供
 出行記錄協助進行流行病學調查
 Provide visit records to the Centre for
 Health Protection, if you are confirmed
 positive of COVID-19, to assist in
 epidemiological investigations.

下載程式
How to
Download



www.leavehomesafe.gov.hk

- 1 打開二維碼掃描器 / 相機
 Open QR code scanner / camera
- 2 掃描左邊的二維碼打開「安心出行」網站
 Scan the QR code on the left to access
 the “LeaveHomeSafe” website
- 3 按下列支援平台下載程式
 Download the app from the supporting platforms as follows



註：你的出行記錄及與確診者同時到訪同一場所的資訊，只會儲存在你的手機內
 Note: Your visit records and information of visiting the same venue at the same time
 as a COVID-19 patient will only be stored locally in your mobile phone.



政府資訊科技總監辦公室
 Office of the Government Chief Information Officer



衛生防護中心
 Centre for Health Protection

所有12-64歲人士，在進入和離開中心時，必須使用「安心出行」
 手機應用程式掃描在中心張貼的特定二維碼，以完成到訪紀錄。

反耆豐膳



社區飯堂

優惠午餐、晚餐各\$10

每餐包括1份飯、1份餸、1份菜、1份營養湯水、1份水果

- ☎ 電話：2322 2775 / 6239 3958
- 🕒 時間：逢星期一至五
(公眾假期除外)
- 📍 地點：慈雲山雲華街45號
慈雲山(南)社區中心五樓
- 🕒 午餐：上午11:30
- 👤 對象：基層人士
- 🕒 晚餐：下午4:30

有需要人士，可申請到戶送飯服務
詳情請聯絡中心職員



「家居易·樂安居」計劃

贊助：  中原慈善基金
CENTALINE CHARITY FUND

計劃簡介

《計劃旨在扶助社會上一班有經濟困難人士，提供優質和人性化的搬遷服務。合資格人士可獲中原慈善基金贊助最高八成搬遷費津貼，以解他們經濟上的燃眉之急。》

計劃內容

《計劃由樂群社會服務處轄下營運之社會企業「家居易」提供搬遷服務。由接受申請至審批，上門視察、報價及進行搬遷工作，皆由本服務處專業同工全程負責及跟進，以確保服務質素。》

計劃對象

《資產及入息沒有超過公屋申請的規定的人士、領取高額長者生活津貼人士、獨居長者、殘疾人士、低收入家庭、綜援家庭及單親家庭等。申請人必須提供相關證明文件以便審批。如本身已有其他搬遷津貼的申請人，計劃會視乎情況而酌情發放津貼金額。》

家居易
服務熱線：8102 1212
電 郵：tkw@lok-kwan.org.hk
網 址：www.lok-kwan.org.hk/homeeasy_info

查 詢：請與本中心職員聯絡 ☎ 2322 2775



申請程序

第一步

經由本服務處中心社工轉介

第二步

提交申請文件及資料

第三步

進行評估及審批
* 交齊文件後14個工作天內完成。



計劃目標

1. 促進親子關係，長遠建立健康的家庭關係；
2. 讓學童獲得均衡發展的機會；
3. 減輕家庭在子女學習上的經濟負擔；
4. 促進學童身心靈健康；
5. 讓更多學童藉接觸哥爾夫球運動，培養規律運動的習慣；
6. 協助學童擴闊眼界，訂立清晰及正面人生方向。

各服務中心資料

香港島

香港鰂魚涌基利路1號鰂魚涌社區綜合大樓地下
☎ 2295 3111 ☎ 2295 3233

香港堅尼地城石山街12號堅尼地城社區綜合大樓
13樓B室
☎ 2855 1611 ☎ 2855 1612

九龍東

九龍慈雲山雲華街45號慈雲山(南)社區中心5樓
☎ 2322 2775 ☎ 2322 2477

新界東

新界大埔太和邨太和鄰里社區中心地下
☎ 2653 2853 ☎ 2653 2820

計劃內容

1. 家庭關係支援

及早識別有家庭相處困難的人士，由社工協助處理親子關係，提供親子教育和親子活動等以紓緩及促進彼此關係，長遠建立健康的家庭支援系統。

2. 現金津貼支援

向基層學童提供為期12個月的現金津貼，以資助其參與課外支援課程、校外活動或特殊教育學習需要培訓課程，為確保學童獲得均衡學習及發展的機會。

3. 身心靈支援

於香港哥爾夫球會進行親子及哥爾夫球體驗活動，透過定向、攀樹、古蹟或生態導賞等項目，讓親子們暫時拋開日常生活的煩惱和壓力，與子女共同投入活動中，加強彼此的溝通和默契，促進親子關係。

4. 學童培訓

安排學童接受有系統的持續性哥爾夫球培訓，藉以提升體能、專注力及自信心、策略制訂、心理質素調整等，全方位提升學童的身心健康，並發掘對哥爾夫球運動的興趣和潛能。



現金津貼支援

向基層學童提供為期12個月的現金津貼，以資助其參與課外支援課程、校外活動或特殊教育學習需要培訓課程，已確保學童獲得均衡學習及發展的機會。

申請類別

- 甲. 一般學童津貼支援
- 乙. 特殊學習需要學童津貼支援

申請資格及所須文件

年齡介乎於14歲或以下之學童；及符合以下其中一項資格

1. 正在領取綜合社會保障援助(綜援金調整通知書)；
2. 正在領取學生資助辦事處學生資助計劃的全額或半額資助(領取經審查的政府援助等證明)；
3. 在最近6個月，家庭曾獲批在職家庭津貼(領取經審查的政府援助等證明)；
4. 在最近3個月，家庭每月入息低於家庭住戶每月收入中位數的75%

*注意事項：未有領取任何政府學習或相關津貼者優先考慮

必須文件

- 身份證或出生證明文件
- 地址證明
- 申請人學生證明文件
- 特殊學習需要證明文件(申請類別乙)

有關申請須經過樂群社會服務處之最終審批，本服務處保留要求申請者提供任何有關證明文件/資料之權利及拒絕任何申請而毋須任何理由。





元宵和您猜猜猜+

元宵節是每年的農曆正月十五，這天是農曆新年的第一個月圓之夜，象徵著春天的到來，華人傳統會吃湯丸、賞花燈、猜燈謎，以示祝賀。亦是富有中國特色的節日之一，在這個日子我們也一起參與古人留下來的娛樂順道慶祝一番。

現誠邀您於1月28日至2月16日期間，親臨本中心和大家一起猜燈謎、吃糖果。

凡猜對燈謎便可換領小禮物一份。詳情請向中心職員查詢。



親子及家長 班組 / 活動



親子烹飪A班 – 朱古力乳酪甜甜圈

編號：TWS2201FM01

日期：2022年2月11日（星期五）

時間：下午4:00 – 5:30

對象：親子家庭

費用：家長 \$100、兒童 \$50

名額：8人（4對親子）

地點：本中心

內容：坊間甜甜圈多以炸為主，其實焗都可以做到好美味又健康簡單的甜甜圈，朱古力加乳酪全新配搭，讓我們一起動手製作。

親子烹飪B班 – 香蔥肉鬆蛋糕

編號：TWS2201FM02

日期：2022年2月18日（星期五）

時間：下午4:00 – 5:30

對象：親子家庭

費用：家長 \$100、兒童 \$50

名額：8人（4對親子）

地點：本中心

內容：蛋糕不一定是甜的，鹹的蛋糕一樣可以很美味。想知道如何製作鹹的蛋糕？现在就與導師一起製作啦。

親子烹飪C班 – 芝心火腿蛋包飯

編號：TWS2201FM03

日期：2022年2月25日（星期五）

時間：下午4:00 – 5:30

對象：親子家庭

費用：家長 \$100、兒童 \$50

名額：8人（4對親子）

地點：本中心

內容：蛋包飯營養豐富又美味，加上芝士與火腿完美配搭；一定令你吃到停不下來。

親子及家長 班組 / 活動



贊助

親子護膚品A班 – 玫瑰果潤唇膏

編號：TWS2201FM04

日期：2022年3月7日（星期一）

時間：下午4:00 – 5:30

對象：親子家庭

費用：家長 \$100、兒童 \$50

名額：8人（4對親子）

地點：本中心

內容：以為只是冬天才需要潤唇膏嗎？No！潤唇膏四季都需要，自己製作就不怕額外添加其他化學物料及防腐劑了。

親子護膚品B班 – 保濕乳液

編號：TWS2201FM05

日期：2022年3月14日（星期一）

時間：下午4:00 – 5:30

對象：親子家庭

費用：家長 \$100、兒童 \$50

名額：8人（4對親子）

地點：本中心

內容：不想買貴價天然護膚品，其實可以自己動手製作；你會發現天然護膚其實很簡單。

親子護膚品C班 – 羊奶潔面乳

編號：TWS2201FM06

日期：2022年3月21日（星期一）

時間：下午4:00 – 5:30

對象：親子家庭

費用：家長 \$100、兒童 \$50

名額：8人（4對親子）

地點：本中心

內容：羊奶的營養與天然材料的結合，可以製作出不傷皮膚又健康的洗面奶。

兒童及青少年 班組 / 活動



兒童功課輔導班 (1月份)

編號：TWS2201CY01

日期：2022年1月1日至1月31日 (逢星期一至六；1月1日暫停)

時間：(星期一至五) 下午3:00 – 5:00；(星期六) 上午10:00 – 中午12:00

對象：小一至小六學生

費用：\$700

名額：16人

地點：本中心

內容：由導師校對學生功課及溫習，主要針對中、英及數三科。

兒童功課輔導班 (2月份)

編號：TWS2201CY02

日期：2022年2月1日至2月28日 (逢星期一至六；2月1日至5日暫停)

時間：(星期一至五) 下午3:00 – 5:00；(星期六) 上午10:00 – 中午12:00

對象：小一至小六學生

費用：\$700

名額：16人

地點：本中心

內容：由導師校對學生功課及溫習，主要針對中、英及數三科。

兒童功課輔導班 (3月份)

編號：TWS2201CY03

日期：2022年3月1日至3月31日 (逢星期一至六)

時間：(星期一至五) 下午3:00 – 5:00；(星期六) 上午10:00 – 中午12:00

對象：小一至小六學生

費用：\$700

名額：16人

地點：本中心

內容：由導師校對學生功課及溫習，主要針對中、英及數三科。

兒童及青少年 班組 / 活動



兒童功課輔導班 (4月份)

編號：TWS2201CY04

日期：2022年4月1日至4月30日 (逢星期一至六；
4月5日、15日、16日及18日暫停)

時間：(星期一至五) 下午3:00 – 5:00；(星期六) 上午10:00 – 中午12:00

對象：小一至小六學生

費用：\$700

名額：16人

地點：本中心

內容：由導師校對學生功課及溫習，主要針對中、英及數三科。

Marvel漫畫A班

編號：TWS2201CY05

日期：2022年1月10日至2月14日 (逢星期一、共5堂；1月31日暫停)

時間：下午4:00 – 5:00

對象：9 – 24歲青少年

費用：\$100

名額：8人

地點：本中心

內容：你認識Marvel電影中的各個角色嗎？導師會教大家利用簡單的線條及圖案畫出電影中的各個超級英雄。

Marvel漫畫B班

編號：TWS2201CY06

日期：2022年1月10日至2月14日 (逢星期一、共5堂；1月31日暫停)

時間：下午5:00 – 6:00

對象：9 – 24歲青少年

費用：\$100

名額：8人

地點：本中心

內容：你認識Marvel電影中的各個角色嗎？導師會教大家利用簡單的線條及圖案畫出電影中的各個超級英雄。

兒童及青少年 班組 / 活動



素描A班

編號：TWS2201CY07

日期：2022年1月11日至2月15日（逢星期二、共5堂；2月1日暫停）

時間：下午4:00 – 5:00

對象：9 – 24歲青少年

費用：\$100

名額：8人

地點：本中心

內容：參加者在課堂中能夠了解到素描的基本技巧，如臨摹、排線及刻劃陰影等。

素描B班

編號：TWS2201CY08

日期：2022年1月11日至2月15日（逢星期二、共5堂；2月1日暫停）

時間：下午5:00 – 6:00

對象：9 – 24歲青少年

費用：\$100

名額：8人

地點：本中心

內容：參加者在課堂中能夠了解到素描的基本技巧，如臨摹、排線及刻劃陰影等。

「魔」法小靈精 – 魔術小組

編號：TWS2201CY09

日期：2022年1月12日至2月16日（逢星期三、共5堂；2月2日暫停）

時間：下午5:00 – 6:00

對象：9 – 16歲青少年

費用：\$100

名額：8人

地點：本中心

內容：透過學習不同的魔術小知識，既可提升兒童對事物探索的興趣，亦可增強表達能力。

兒童及青少年 班組 / 活動



模型創戰者 – 高達模型製作小組

編號：TWS2201CY10

日期：2022年1月20日至2月24日（逢星期四、共5堂；2月3日暫停）

時間：下午5:00 – 6:00

對象：9 – 24歲青少年

費用：\$150

名額：8人

地點：本中心

內容：參加者可以利用工具從零開始在導師的指導下組裝高達模型，過程中導師亦會講解不同的技巧，如上色、打磨及製作場景等。

「彈」指之間 – 結他小組 – 初階班

編號：TWS2201CY11

日期：2022年1月15日至2月19日（逢星期六、共5堂；2月5日暫停）

時間：上午10:00 – 11:00

對象：10 – 24歲青少年

費用：\$100

名額：8人

地點：本中心

內容：在導師的帶領下，參加者可以學習基礎的樂理知識及相關的結他技巧，如彈結他的正確手勢、指法練習及基本節奏控制等。

「彈」指之間 – 結他小組 – 進階班

編號：TWS2201CY12

日期：2022年1月15日至2月19日（逢星期六、共5堂；2月5日暫停）

時間：上午11:00 – 中午12:30

對象：10 – 24歲青少年

費用：\$150

名額：8人

地點：本中心

內容：在導師的指導下，參加者能夠進一步了解利用結他進行表演的技巧，如獨奏基本技巧及拍子練習等。

兒童及青少年 班組 / 活動



虎虎生威迎新歲

編號：TWS2201CY13

日期：2022年1月22日（星期六）

時間：上午10:00 – 11:30

對象：小一至小六學生

費用：\$80

名額：10人

地點：本中心

內容：農曆新年將至，透過遊戲讓參加者認識農曆新年的習俗及祝賀語，喜迎新歲。

Q版高達模型班

編號：TWS2201CY14

日期：2022年2月7日至3月7日（逢星期一、共5堂）

時間：下午5:00 – 6:00

對象：9 – 24歲青少年

費用：\$150

名額：8人

地點：本中心

內容：與導師一起完成高達模型，當中會教授參加者一些拼砌模型的小技巧。

兒童和諧粉彩體驗班

編號：TWS2201CY15

日期：2022年2月8日至3月8日（逢星期二、共5堂）

時間：下午4:30 – 6:00

對象：小一至小六學生

費用：\$150

名額：8人

地點：本中心

內容：即使沒有繪畫經驗，在導師的帶領下，大家只要動動手指，便能畫出令人感覺治癒的作品。

兒童及青少年 班組 / 活動



「韓」流襲港 – 韓文小組

編號：TWS2201CY16

日期：2022年2月9日至3月9日（逢星期三、共5堂）

時間：下午4:00 – 6:00

對象：13 – 24歲青少年

費用：\$170

名額：8人

地點：本中心

內容：參加者能夠透過小組學習有關韓文的知識，導師亦會教導參加者最新潮的韓文詞語。

變「妝」有法 – 化妝小組

編號：TWS2201CY17

日期：2022年2月11日至3月11日（逢星期五、共5堂）

時間：下午4:00 – 5:30

對象：9 – 24歲青少年

費用：\$170

名額：8人

地點：本中心

內容：導師會向參加者講解及示範不同的化妝技巧，務求令參加者了解時下最受歡迎的妝容及相關化妝資訊。

學做「旻」人 – 日文小組

編號：TWS2201CY18

日期：2022年3月1日至3月29日（逢星期二、共5堂）

時間：下午4:00 – 6:00

對象：13 – 24歲青少年

費用：\$170

名額：8人

地點：本中心

內容：導師會教導參加者基本的日文知識，包括基本發音，文字體系及變音符號等。另外，亦會提及日本的流行文化及升學資訊。

兒童及青少年 班組 / 活動



「舞」林大會 – 街舞小組A班

編號：TWS2201CY19

日期：2022年3月3日至3月31日（逢星期四、共5堂）

時間：下午4:00 – 6:00

對象：9 – 24歲青少年

費用：\$100

名額：8人

地點：本中心

內容：導師會向參加者教授熱門k-pop歌曲的舞蹈動作，並協助參加者把個人表演風格融入其中。

備註：請穿着輕便服裝。

「舞」林大會 – 街舞小組B班

編號：TWS2201CY20

日期：2022年3月4日至4月1日（逢星期五、共5堂）

時間：下午4:00 – 6:00

對象：9 – 24歲青少年

費用：\$100

名額：8人

地點：本中心

內容：導師會向參加者教授熱門k-pop歌曲的舞蹈動作，並協助參加者把個人表演風格融入其中。

備註：請穿着輕便服裝。

「塗」出新天 – 塗鴉小組

編號：TWS2201CY21

日期：2021年3月5日至4月2日（逢星期六、共5堂）

時間：下午4:00 – 6:00

對象：13 – 24歲青少年

費用：\$200

名額：8人

地點：本中心

內容：透過導師的講解及自身的創意，參加者可以利用噴漆在小組中製作帶有人風格的塗鴉作品。

兒童及青少年 班組 / 活動



青少年瑜伽體驗班

編號：TWS2201CY22

日期：2022年3月5日至4月2日（逢星期六、共5堂）

時間：上午10:30 – 中午12:00

對象：13 – 24歲青少年

費用：\$150

名額：6人

地點：本中心

內容：透過活動，參加者可以改善姿勢、舒緩肩頸酸痛的問題，並達至減壓的效果。

備註：請穿着輕便運動服裝。

兒童瑜伽體驗班

編號：TWS2201CY23

日期：2022年3月7日至4月4日（逢星期一、共5堂）

時間：下午4:30 – 6:00

對象：小一至小六學生

費用：\$150

名額：6人

地點：本中心

內容：瑜伽除了可以提升兒童的肢體協調性，更可訓練他們的專注力。

備註：請穿着輕便運動服裝。

小心地「滑」 – 滑板小組

編號：TWS2201CY24

日期：2022年3月30日至4月27日（逢星期三、共5堂）

時間：下午4:30 – 6:00

對象：13 – 24歲青少年

費用：\$170

名額：8人

地點：蒲崗村道滑板場

內容：透過活動，導師將教授參加者以滑板滑行、跳躍及旋轉等花式動作，同時能夠了解本地的滑板文化。

備註：參加者需要自備滑板及穿着輕便服裝。

成人 班組 / 活動

攜手扶弱基金
PARTNERSHIP FU D
FOR THE DISADVANTAGED

贊助

UKULELE體驗班

編號：TWS2201AD01

日期：2022年1月7日至1月28日（逢星期五、共4堂）

時間：上午10:00 – 11:00

對象：任何有興趣之成人

費用：\$150

名額：8人

地點：本中心

內容：透過學習UKULELE了解到玩音樂的樂趣。

輕鬆。電話班

編號：TWS2201AD02

日期：2022年2月14日至3月7日（逢星期一、共4堂）

時間：上午10:00 – 11:00

對象：任何有興趣之成人

費用：\$50

名額：8人

地點：本中心

內容：透過輕鬆簡易的方式一起學習使用智能手機。

成人和諧粉彩A班

編號：TWS2201AD03

日期：2022年3月3日（星期四）

時間：下午3:00 – 5:00

對象：任何有興趣之成人

費用：\$100

名額：8人

地點：本中心

內容：以乾粉彩繪畫不同主題的作品，讓大家專注當下、放鬆身心。

成人 班組 / 活動



成人和諧粉彩B班

編號：TWS2201AD04

日期：2022年3月10日（星期四）

時間：下午3:00 – 5:00

對象：任何有興趣之成人

費用：\$100

名額：8人

地點：本中心

內容：以乾粉彩繪畫不同主題的作品，讓大家專注當下、放鬆身心。

成人和諧粉彩C班

編號：TWS2201AD05

日期：2022年3月17日（星期四）

時間：下午3:00 – 5:00

對象：任何有興趣之成人

費用：\$100

名額：8人

地點：本中心

內容：以乾粉彩繪畫不同主題的作品，讓大家專注當下、放鬆身心。

成人瑜珈班

編號：TWS2201AD06

日期：2022年3月15日至4月19日（逢星期二、共5堂；4月5日暫停）

時間：上午11:00 – 中午12:00

對象：任何有興趣之成人

費用：\$200

名額：6人

地點：本中心

內容：透過簡單的瑜珈動作，強化肌肉，減少痛症。

備註：請穿着輕便運動服裝。

長者 班組 / 活動



飛鏢體驗班

編號：TWS2201ED01

日期：2022年1月4日至2月15日（逢星期二、共6堂；2月1日暫停）

時間：下午2:15 – 3:45

對象：60歲或以上之人士

費用：\$30

名額：8人

地點：本中心

內容：由導師教授飛鏢的玩法，並進行競賽，一同感受做運動的樂趣。

備註：請穿着輕便運動服裝。

飛鏢練習場

編號：TWS2201ED02

日期：2022年2月22日至4月19日（逢星期二、共8堂；4月5日暫停）

時間：下午2:15 – 3:45

對象：60歲或以上之人士

費用：\$20

名額：10人

地點：本中心

內容：互相切磋，進行競賽，提升技巧，享受飛鏢箇中的樂趣。

備註：請穿着輕便運動服裝。

地壺體驗班

編號：TWS2201ED03

日期：2022年1月7日至2月18日（逢星期五、共6堂；2月4日暫停）

時間：上午9:45 – 11:15

對象：60歲或以上之人士

費用：\$30

名額：8人

地點：本中心

內容：由導師教授地壺球的玩法，並進行競賽，一同感受做運動的樂趣。

備註：請穿着輕便運動服裝。

長者 班組 / 活動



地壺練習場

編號：TWS2201ED04

日期：2022年2月25日至4月22日（逢星期五、共8堂；4月15日暫停）

時間：上午9:45 – 11:15

對象：60歲或以上之人士

費用：\$20

名額：10人

地點：本中心

內容：互相切磋球技，進行競賽，提升技巧，享受地壺球箇中的樂趣。

備註：請穿着輕便運動服裝。

音樂治療A班

編號：TWS2201ED05

日期：2022年1月11日至2月22日（逢星期二、共6堂；2月1日暫停）

時間：上午10:00 – 11:30

對象：60歲或以上之人士

費用：\$30

名額：8人

地點：本中心

內容：由音樂治療師帶領參加者進行一連串的音樂活動，包括唱歌、音樂遊戲和即興演奏等，達致身心靈健康。

音樂治療B班

編號：TWS2201ED06

日期：2022年3月8日至4月19日（逢星期二、共6堂；4月5日暫停）

時間：上午10:00 – 11:30

對象：60歲或以上之人士

費用：\$30

名額：8人

地點：本中心

內容：由音樂治療師帶領參加者進行一連串的音樂活動，包括唱歌、音樂遊戲和即興演奏等，達致身心靈健康。

長者 班組 / 活動



Ukulele 唱遊班A班

編號：TWS2201ED07

日期：2022年1月12日至4月6日（逢星期三、共12堂；2月2日暫停）

時間：上午10:00 – 11:30

對象：60歲或以上之人士

費用：\$180

名額：15人

地點：本中心

內容：透過音樂，結識新朋友，開心歌唱發放正能量，並有機會參與公開演出。

Ukulele 唱遊班B班

編號：TWS2201ED08

日期：2022年1月12日至4月6日（逢星期三、共12堂；2月2日暫停）

時間：上午11:30 – 下午1:00

對象：60歲或以上之人士

費用：\$180

名額：15人

地點：本中心

內容：透過音樂，結識新朋友，開心歌唱發放正能量，並有機會參與公開演出。

齊齊賀新歲

編號：TWS2201ED09

日期：2022年1月24日（星期一）

時間：上午10:00 – 11:30

對象：60歲或以上之人士

費用：\$40

名額：20人

地點：本中心

內容：老友記聚首一堂，同賀新歲，屆時將會有小遊戲，活動後每位參加者將會獲得福袋乙個，內含豐富禮物，向大家提早拜年。

長者 班組 / 活動



新年裝飾DIY

編號：TWS2201ED10

日期：2022年1月28日（星期五）

時間：下午2:15 – 3:45

對象：60歲或以上人士

費用：\$20

名額：10人

地點：本中心

內容：與參加者一同製作新年飾物，讓大家可以粉飾家居，齊齊感受新年的節日氣氛。

卡拉OK班

編號：TWS2201ED11

日期：2022年2月10日至3月31日（逢星期四、共8堂）

時間：上午10:00 – 11:30

對象：60歲或以上之人士

費用：\$20

名額：10人

地點：本中心

內容：為喜歡唱懷舊金曲的長者而設，讓長者在耳熟能詳的歌曲中，培養對歌唱的興趣。

乒乓球練習場

編號：TWS2201ED12

日期：2022年2月17日至4月7日（逢星期四、共8堂）

時間：下午2:15 – 3:45

對象：60歲或以上之人士

費用：\$20

名額：10人

地點：本中心

內容：互相切磋球技，提升技巧，結識新朋友，享受乒乓球箇中的樂趣。

備註：請穿着輕便運動服裝。

長者 班組 / 活動



和諧粉彩班

編號：TWS2201ED13

日期：2022年2月21日至3月21日（逢星期一、共5堂）

時間：下午2:00 – 4:00

對象：60歲或以上之人士

費用：\$30

名額：8人

地點：本中心

內容：由導師帶領大家完成畫作，並進行心靈分享以達致減壓之效。

「棋樂無窮」桌上遊戲小組

編號：TWS2201ED14

日期：2022年2月23日至4月13日（逢星期三、共8堂）

時間：下午2:15 – 3:45

對象：60歲或以上之人士

費用：\$20

名額：8人

地點：本中心

內容：透過各種新奇又好玩的桌上遊戲，結識新朋友，一起鍛鍊腦筋。

「復活繽紛FUN」復活節慶祝活動

編號：TWS2201ED15

日期：2022年4月11日（星期一）

時間：上午10:00 – 11:30

對象：60歲或以上之人士

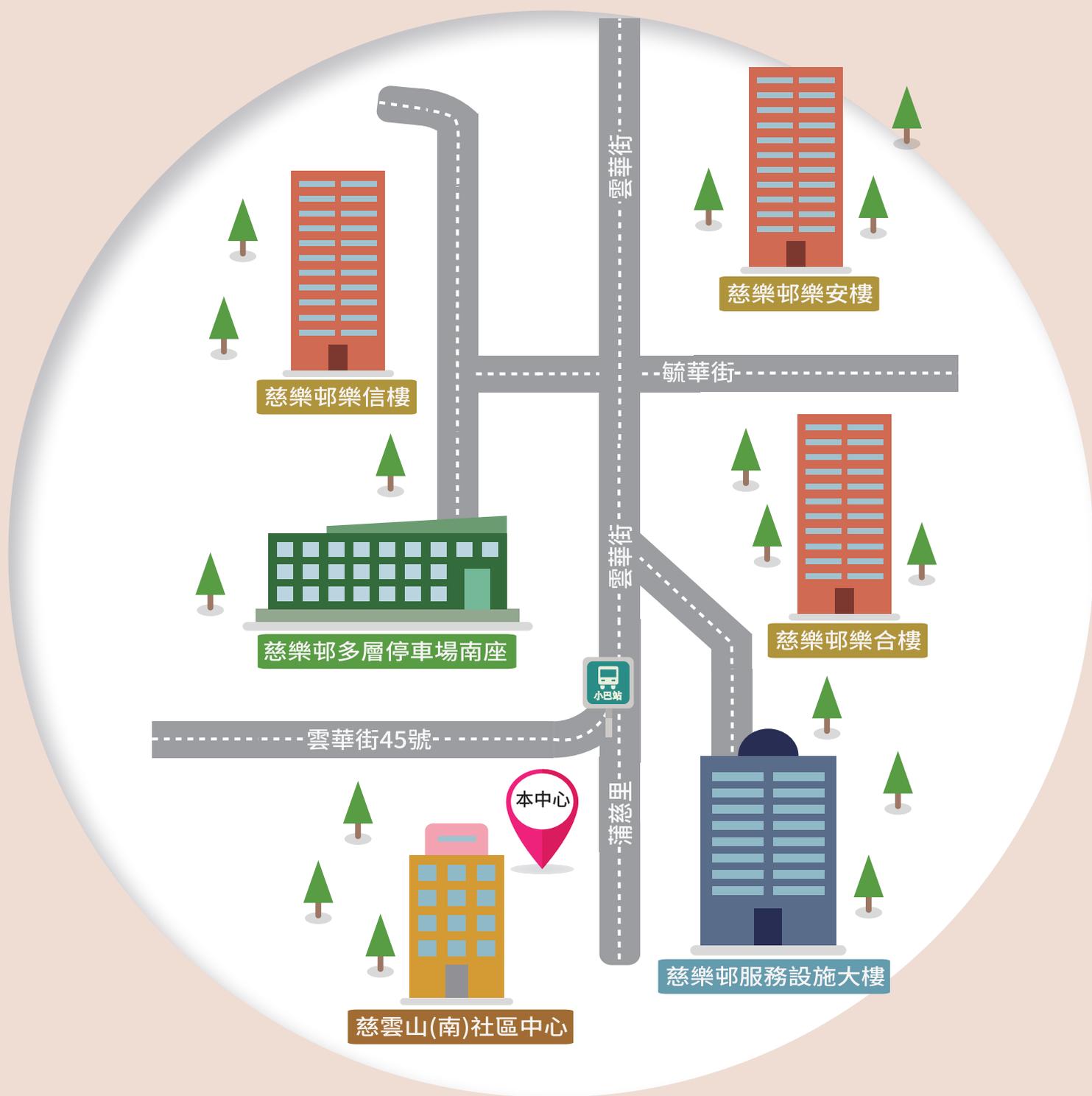
費用：\$40

名額：20人

地點：本中心

內容：與參加者一起歡渡復活節，屆時將會有小遊戲，活動後每位參加者將會獲得福袋乙個，內含豐富禮物。

中心位置



前往方法：

- 專線小巴：37M（港鐵黃大仙站A出口，新光中心側）
- 巴士：2F，3B、3C、5C、15A、116、203E