



樂群社會服務處  
Lok Kwan Social Service

黃光漢社區服務中心  
Wong Kong Hon Community Service Centre

# 2024年1至4月份 中心活動通訊

## 樂群之友活動報名 網上登記報名時段

接受網上登記時間：11/12/2023(星期一)上午 10:00  
請於網上登記報名時段前申請「樂群之友」咭

有興趣報名的參加者可參考內頁網上登記安排及注意事項。  
參加者在報名前請先詳細參考本中心的報名須知及活動守則。

\* 報名程序需與職員確定名額以及成功繳費才算完成。 \*



網上登記請掃描 QR Code



可在 Facebook 應用程式搜尋  
「LKWKH」查看中心專頁

一般報名可於 12 月 19 日起，於本中心開放時間內親臨查詢及報名。

網上登記之放棄名額亦會在一般報名時段重新開放。

如遇特別情況，我們將會在 Facebook 公布及更新，煩請留意。

部分活動設有學費減免名額供領取綜援或低收入家庭申請，詳情請向中心職員查詢。



2024

送舊迎新

迎接美好新一年

2024 新一年已經到來，藉此感謝過去一年  
一直支持我們工作的所有義工、團體、機構  
以及政府部門等，感謝您們的信任及支持！

~在新一年祝賀各位及樂群之友們~



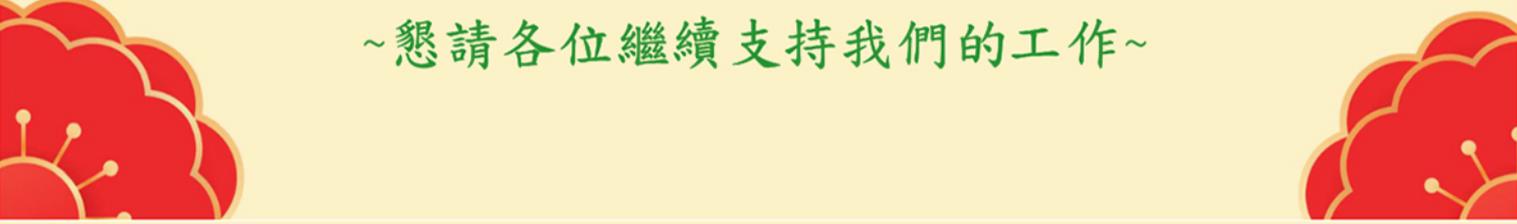
喜迎龍年

萬事如意

健康順遂

2024 年我們將會繼續努力不懈，  
持續推行各項關懷基層服務對象的工作。

~懇請各位繼續支持我們的工作~



樂群社會服務處簡介.....	P.4
黃光漢社區服務中心簡介 .....	P.5
愛心捐助.....	P.6
樂群之友咭簡介 .....	P.7
報名須知及報名日安排 .....	P.8-9
幼兒學前班組(Pre-School) .....	P.10-13
幼童能力評估.....	P.14-15
幼童班組(Kindergarten) .....	P.16-19
親子班組及活動 .....	P.20-22
兒童班組及活動(Children) .....	P.23-26
青年班組及活動(Youth) .....	P.27-28
青年人生規劃 .....	P.29
就業服務 .....	P.30
新來港人士班組及活動 .....	P.31
成人班組及活動.....	P.32-35
社區義工組招募 .....	P.36
自在人生自學計劃 .....	P.37
婦女班組 .....	P.38
婦女小組及義工服務 .....	P.39
劏房平台 .....	P.40
過渡性房屋計劃.....	P.41
資源轉介 .....	P.42
社會企業 .....	P.43

# 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。樂群沒有政府恆常的撥款資助，經費主要倚靠籌募和向撥款機構及其他贊助團體以項目申請資助，以推行扶貧助弱的工作。樂群一直與社會各界齊心協力，致力照顧基層社群的需要，例如為學童提供託管服務、功課輔導和訓練活動；支援青年和婦女就業；協助新來港人士盡早融入本地生活；舉辦長者群體活動以增強他們的身心健康；以至向有需要人士提供熱餐服務、短期食物和日常用品支援。樂群是政府多項支援計劃的堅實合作夥伴，當中包括「攜手扶弱基金」、「兒童發展基金計劃」、「就業支援服務」、「過渡性房屋計劃」，和協助基層家庭初中生開拓眼界和向上流動的「共創明『Teen』計劃」，為共建和諧幸福的香港家園而努力。

樂群的徽號用色鮮豔，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。

## 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](http://www.lok-kwan.org.hk)



lkssfb  
樂群社會服務處

# 黃光漢社區服務中心

## 中心簡介

於 2007 年 8 月正式投入服務，主要為中西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、過渡性房屋計劃及伙伴倡自強社區協作計劃等，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

- 就業支援服務
- 青年人生規劃活動



### 社區工作

- 社區援助及資源轉介服務
- 家長支援
- 婦女發展
- 新來港人士服務
- 義工訓練及社區活動
- 過渡性房屋計劃



### 兒童及青少年發展

- 幼兒學前學習及親子活動
- 兒童成長及親子教育
- 入校服務
- 兒童發展基金計劃



### 社會企業 – 健美良坊

# 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 及銀聯捐款。)



VISA



JCB

UnionPay



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



# 「樂群之友」咭

成功辦理「樂群之友」咭

可獲小禮物一份，

數量有限送完即止。

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：

1. 每位申請人只須填寫一份申請表，重覆申請者將不獲受理。
2. 申請人提供之個人資料必須真實、準確、有效及完整。
3. 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、性別的身份證明文件正本或副本，以供核實。
4. 「樂群之友」咭有效期為 3 年，費用全免。
5. 遺失咭或被竊，持咭人須盡快通知本中心（電話：2855 1611），並親臨中心辦理補領手續，補領費用為港幣 10 元正。
6. 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。
7. 「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。

## 注意事項：

1. 成功換領或申請「樂群之友」咭後，請妥為保管，報名參與活動必須出示。
2. 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。
3. 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。

申請者提供的個人資料只用於辦理「樂群之友」咭

# 報名須知

1. 報名參加本中心服務必須親身前往本中心，填寫指定的報名表格，繳交有關費用及取回正式收據方為有效 (18 歲以下可由家長代報)。
2. 報名者請自行留意本中心的最新通訊以及公開報名日期，活動及課程名額有限，先到先得，不設留位及電話報名。(需面試活動及特別註明活動除外)
3. 報名者需出示樂群之友咭(持有效香港身份證明文件及符合資格人士可到中心申請樂群之友咭)。
4. 報名者可用現金或支票支付費用，支票抬頭為:「樂群社會服務處」；或「LOK KWAN SOCIAL SERVICE」，所有費用均以港幣計算。
5. 部份活動接受以轉帳方式付款，參加者必須填妥活動報名表格並連同正本銀行入數紙交回本中心辦理報名手續。(相關活動及資料可向本中心職員查詢)
6. 報名時，請自行留意課程/活動之日期及時間，如遇撞期，本中心概不負責，亦不會辦理任何更改或退款手續。
7. 完成報名及繳費手續後，如報名者因個人理由須缺席或退出課程/活動，本中心恕不退款。
8. 所有課程/活動若報名人數不足，本中心有權延期或取消課程/活動，而參加者可於兩個星期內憑收據正本申請退回款項；無法出示收據將不能獲得退款。
9. 如參加者在課程/活動期間，對他人造成滋擾性或其他不適當的行為，本中心有權取消其參加資格，所繳交之費用將不獲退還。
10. 有關需繳交按金之課程/活動，必須在完成所有課程/活動後，出示收據正本方可退回按金。
11. 請留意已報名之課程/活動所列的日期及時間，按時出席，除特殊原因外，中心將不另作個別通知。
12. 出席活動或班組，請帶備有關收據，以便核查。
13. 因颱風 / 暴雨而影響的課程/活動，本中心一般會順延課程/活動，但本中心不會安排退回活動費用，若遇特別情況將另行通知。
14. 本中心在課程/活動進行中會拍攝相片或錄影作為製作花絮或宣傳之用，如閣下不同意此安排，請於課程/活動開始前通知負責職員。
15. 本中心保留修訂及更改以上守則之權利，恕不另行通知。

## 有關惡劣天氣下之活動安排:

- ✓照常      ✕停止
- ★如未開放，則停止開放；  
如已開放，則照常開放。
- 活動照常，但會視乎天氣  
轉變決定是否延期/取消/  
終止活動。
- △延期/取消/終止活動。  
△延期/取消/終止活動。

	黃色 暴雨	紅色 暴雨	黑色 暴雨	1 號 風球	3 號 風球	8 號或 以上
						
中心開放	✓	✓	★	✓	✓	✕
中心內活動	✓	○	△	✓	✓	△
戶外活動	○	○	△	○	○	△

# 「樂群之友」中心活動報名日安排及注意事項

是次報名日報名方式為 **網上登記後再經銀行入數 / 親臨中心繳費**

**1**

12月11日上午10:00開始接受登記，直至額滿 / 當天下午4:00截止。

經銀行入數

請輸入以下網址

<http://bit.ly/LKKT2401>

或

掃描 QR Code

**2**

-輸入姓名、「樂群之友」咭編號、電話

-報名班組時所填寫的「樂群之友」咭編號、姓名須與參加者相符(否則未能處理)

-每次報名最多可報讀4個班組/活動(以班組編號計算)

\* 未持有「樂群之友」咭人士，請於網上報名時段前

致電中心預約並帶同身份證明文件到中心申請

\* 班組名額以先到先得形式分配

\* 未能親身報名人士，須填妥有效的授權表格才能進行報名程序

**3**

## 網上登記後再經銀行入數繳費

成功登記人士將於12月12日(星期二)起收到WhatsApp繳費通知(並不會致電聯絡)。

請根據職員指示於指定日期內到銀行入數。

班組名額以先到先得形式分配。

中心確認收款後才算成功報名。

\* 報名人士如未能於指定繳費時段進行繳費，則視為放棄名額。

- 中心擁有最終處理及決定權，所有登記及報名者必須接納，敬請留意。
- 中心有機會因應特別情況更改報名安排，並會在Facebook更新，煩請留意。

**報名重要通知**

為了有效運用資源，本系列班組實行以下措施：如參加者課堂出席率不足 50% ( 1.按每個班組獨立計算 2.每堂必須出席整堂時間才視作 1 堂的出席率計算 )，該參加者將不可以於下期通訊報讀任何幼兒系列的班組 ( 即需要停報 2024 年 5-8 月班組 )。如有查詢，可向負責職員了解。本中心擁有一切活動安排最終決定權，參加者必須接納，多謝合作。

- 家長及幼兒均須穿著襪子上課
- 活動為親子班組，須由 1 名家長陪同上課
- 參加幼兒及陪同上課的家長報名時同樣需要持有效「樂群之友」咭

**唱遊小天地 ( 班組編號：KT-2401-PS-001(A)/(B) )**

<b>內容：</b>	課程以生動的唱跳形式，輔以敲擊樂器進行。透過導師安排簡單的聽唱練習，啟發幼兒的音樂感，並加強他們的肌肉及肢體訓練，為日後學習音樂打好根基。	
<b>日期：</b>	第一期：1 月 15、22、29 日	(逢星期一)(班組編號：KT-2401-PS-001(1A)/(1B))
	第二期：2 月 5、19、26 日	(逢星期一)(班組編號：KT-2401-PS-001(2A)/(2B))
	第三期：3 月 4、11、18、25 日	(逢星期一)(班組編號：KT-2401-PS-001(3A)/(3B))
	第四期：4 月 8、15、22、29 日	(逢星期一)(班組編號：KT-2401-PS-001(4A)/(4B))
<b>時間：</b>	A 班：上午 10：00 至上午 11：00 B 班：上午 11：00 至中午 12：00	
<b>地點：</b>	本中心	
<b>對象：</b>	親子 ( 1.5 至 3 歲幼兒及 1 名家長 )	
<b>名額：</b>	6 對	
<b>費用：</b>	\$180 ( 第一期、第二期 )，\$240 ( 第三期、第四期 )	

**探索樂遊遊 ( 班組編號：KT-2401-PS-002(A)/(B) )**

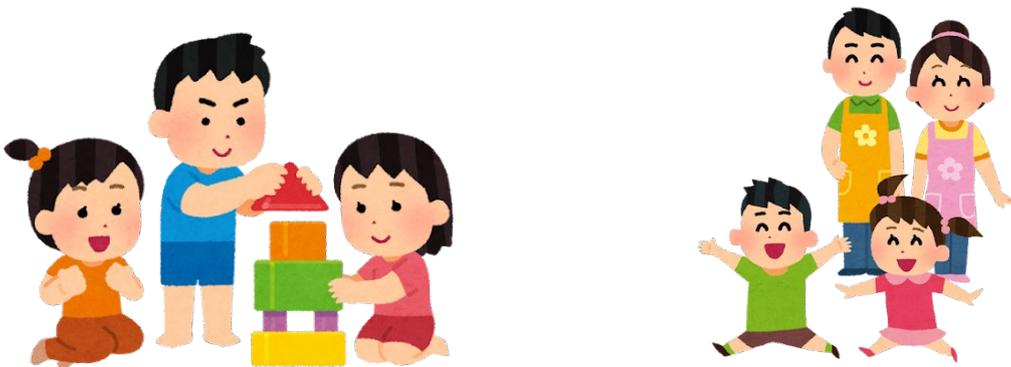
<b>內容：</b>	指導幼兒參與不同主題的探索遊戲，從中加強其大、小肌肉的發展，刺激大腦發育，並與其他幼兒在遊戲的互動過程中，促進他們培養社交和個人技能。	
<b>日期：</b>	第一期：1 月 3、10、17、24、31 日	(逢星期三)(班組編號：KT-2401-PS-002(1A)/(1B))
	第二期：2 月 7、21、28 日	(逢星期三)(班組編號：KT-2401-PS-002(2A)/(2B))
	第三期：3 月 6、13、20、27 日	(逢星期三)(班組編號：KT-2401-PS-002(3A)/(3B))
	第四期：4 月 3、10、17、24 日	(逢星期三)(班組編號：KT-2401-PS-002(4A)/(4B))
<b>時間：</b>	A 班：上午 10：00 至上午 11：00 B 班：上午 11：00 至中午 12：00	
<b>地點：</b>	本中心	
<b>對象：</b>	親子 ( 1.5 至 3 歲幼兒及 1 名家長 )	
<b>名額：</b>	6 對	
<b>費用：</b>	\$180 ( 第二期 )，\$240 ( 第三期、第四期 )，\$300 ( 第一期 )	

**多元智能樂園 ( 班組編號 : KT-2401-PS-003(A)/(B) )**

內容 :	通過不同主題式學習，加強小朋友的多元感官及才能發展，增加學習趣味，提升小朋友專注力並增加他們對學習的信心。	
日期 :	第一期：1月5、12、19、26日	(逢星期五)(班組編號：KT-2401-PS-003(1A)/(1B))
	第二期：2月2、9、23日	(逢星期五)(班組編號：KT-2401-PS-003(2A)/(2B))
	第三期：3月1、8、15、22日	(逢星期五)(班組編號：KT-2401-PS-003(3A)/(3B))
	第四期：4月5、12、19、26日	(逢星期五)(班組編號：KT-2401-PS-003(4A)/(4B))
時間 :	A班：上午10：00至上午11：00 B班：上午11：00至中午12：00	
地點 :	本中心	
對象 :	親子 ( 1.5 至 3 歲幼兒及 1 名家長 )	
名額 :	6 對	
費用 :	\$180 ( 第二期 ) · \$240 ( 第一期、第三期、第四期 )	

**智趣英語班 ( 班組編號 : KT-2401-PS-004(A)/(B) )**

內容 :	通過輕鬆有趣的遊戲，配以老師生動活潑的講解，加強幼兒的英語能力，激發幼兒對英語的興趣，為日後學習建立良好的基礎。	
節數 :	6 節	
日期 :	3月7日至4月18日 (逢星期四)	
時間 :	A班：上午10：00至上午11：00 B班：上午11：00至中午12：00	
地點 :	本中心	
對象 :	親子 ( 1.5 至 3 歲幼兒及 1 名家長 )	
名額 :	6 對	
費用 :	\$480	



學前幼兒班及幼稚園生班適用特別天氣指引

黃色暴雨	紅色暴雨	黑色暴雨	1 號風球	3 號風球	8 號或以上風球	✓ : 繼續舉行 ✗ : 取消
✓	✗	✗	✓	✗	✗	

# 幼兒學前預備及初幼綜合班

## 班組及學習情況介紹

幼兒透過觀察老師示範，以及聆聽指令，進行主題學習，在老師從旁協助下，完成幼兒學前小習作。



教學著重互動及趣味性，讓幼兒從生活中學習。例如健康操、認識身體、觀察大自然等。



幼兒透過規律的課堂秩序，在群性互相模仿學習下，學會收拾書包、排洗、進食茶點等常規自理。



學習亦著重幼兒肌肉及體能發展，會安排在中心的戶外花園，由老師觀察及照料下，進行各種遊戲，增強幼兒身心發展。



我們亦十分著重，建立愉快關愛的學習氣氛以及培養幼兒的群性品德，包括學禮貌、合作、一同玩耍及互相幫忙等態度。



# 幼兒學前預備及初幼綜合班

內容：	<p>本班組由經驗的註冊幼稚園老師教授，以小組教學形式，運用幼稚園的主題活動及團體學習模式教學，讓幼兒在入學前做好準備、入學後加強學習，整體提升幼兒的學習興趣、遊戲能力、群性社交、常規自理及情緒控制等。</p> <p>中心社工亦會跟進班組，確保幼兒在安全健康的環境下進行學習，同時跟進幼兒的學習狀況及進度，在有需要時向家長轉介其他訓練建議。</p> <p>(班組學習情況介紹可參考本通訊 P.12)</p>	
地點：	本中心	
對象：	2 歲至 3 歲幼兒 (此課程除適合學前幼兒報讀，期望增潤學習的 K1 幼童亦可報讀)	
名額：	每班 6-10 人	
備註 1：	<p>請參加幼兒帶備小書包，書包內放置：水樽、毛巾、圍裙、外套、後備幼兒口罩及紙尿褲出席課堂 (幼兒物品可標示其姓名)。</p> <p><b>參加者須額外填寫「幼兒學前預備班-學生報名及登記表」。</b></p>	
備註 2：	請家長注意，班組一經報讀，不論任何原因，所繳交的費用，將不會退還。	
時間：	上午班	下午班
	上午 10：00 至下午 1：00	下午 2：30 至下午 5：30
逢星期二及四		



藝術活動  
音樂遊戲  
語文活動  
日常認識

<b>1 月</b>	
2,4,9,11,16,18,23,25,30 日	
上午班 KT-2401-KD-001(A)	\$1485
下午班 KT-2401-KD-001(B)	\$1485

<b>2 月</b>	
1,6,22,27,29 日	
上午班 KT-2401-KD-002(A)	\$825
下午班 KT-2401-KD-002(B)	\$825

<b>3 月</b>	
5,7,12,14,19,21,26,28 日	
上午班 KT-2401-KD-003(A)	\$1320
下午班 KT-2401-KD-003(B)	\$1320

<b>4 月</b>	
2,9,11,16,18,23,25,30 日	
上午班 KT-2401-KD-004(A)	\$1320
下午班 KT-2401-KD-004(B)	\$1320

## 幼兒綜合能力測試及訓練服務

### 計劃目標

為幼兒提供基本的綜合能力測試，初步識別幼兒在同齡水平的發展能力，根據測試結果與家長一同訂立發展目標，及早讓幼兒參與針對性提升訓練。

### 計劃對象

1.5-6歲，懷疑或確診有發展遲緩幼兒（由幼稚園或學校老師或社工轉介、或由計劃社工評估）

### 測試及訓練範圍

兒童發展六個範疇：大肌肉發展、小肌肉發展、認知發展、語言發展、自理發展、社交與情緒發展。

### 導師

資深特殊幼兒工作員

### 服務流程

- ① 致電 2855 1611 預約，按職員指示帶同相關資料到中心提交報名表格
- ② 社工面見
- ③ 綜合能力測試
- ④ 按測試結果提供訓練建議

測試收費：\$900 (90-120 分鐘)

個別訓練收費：\$450 (45分鐘)，訓練每4節預繳一次

小組訓練收費：\$150 (60 分鐘)，3-5 人一班，按班組節數收費

服務地點：本中心



## ☺ 言語治療評估及訓練服務

### 計劃對象

2-7歲，懷疑或確診有語言發展障礙幼兒

### 評估及訓練範圍

評估語言發展狀況，包括語前技巧、語言理解及表達、社交溝通、口肌及吞嚥能力、咬字發音、聲線運用等各方面的能力。

### 導師

言語治療師

### 服務流程

- ① 致電 2855 1611 預約，按職員指示帶同相關資料到中心提交報名表格
- ② 社工面見
- ③ 言語治療師臨床觀察及評估
- ④ 按評估結果提供訓練建議



評估收費：\$700 (45 分鐘；按節收費，約需 1 節)

個別訓練收費：\$700 (45 分鐘)，訓練每 4 節預繳一次

服務地點：本中心



學前幼兒班及幼稚園生班適用特別天氣指引

黃色暴雨	紅色暴雨	黑色暴雨	1 號風球	3 號風球	8 號或以上風球	✓ : 繼續舉行 ✗ : 取消
✓	✗	✗	✓	✗	✗	

**中文書寫樂繽紛 (班組編號：KT-2401-KD-005-1A/1B/2A/2B)**

**內容：** 利用有趣的活動加強對字形、字義、字音的認識，提升中文聽講讀寫的能力，增加對中文的學習動機。

**節數：** 6 節

**日期：** 第一期：1 月 20、27 日，2 月 3、24 日，3 月 2、9 日(逢星期六)

第二期：3 月 16、23 日，4 月 6、13、20、27 日(逢星期六)

**時間：** 基礎班(K1-K2 程度)：上午 10：30 至上午 11：30

進階班(K2-K3 程度)：下午 1：30 至下午 2：30 (\*有機會視乎能力調整)

**地點：** 本中心

**對象：** K1 至 K3 學生

**名額：** 6 人

**費用：** 每期\$720

**數理思維遊戲小組 (班組編號：KT-2401-KD-006-1A/1B/2A/2B)**

**內容：** 協助幼童學習數學基礎，培養數感，掌握不同的數學概念。活動還會以不同的遊戲鞏固兒童在數學四大範疇的能力，包括形狀、空間、運算、邏輯關係，從而能把數學知識結合生活經驗，在生活中應用。

**節數：** 6 節

**日期：** 第一期：1 月 20、27 日，2 月 3、24 日，3 月 2、9 日(逢星期六)

第二期：3 月 16、23 日，4 月 6、13、20、27 日(逢星期六)

**時間：** 基礎班(K2 程度)：上午 11：30 至中午 12：30

進階班(K3 程度)：下午 2：30 至下午 3：30 (\*有機會視乎能力調整)

**地點：** 本中心

**對象：** K2 至 K3 學生

**名額：** 6 人

**費用：** 每期\$720

**語言社交提升小組 (班組編號：KT-2401-KD-007-1A/1B/2A/2B)**

**內容：** 小組透過遊戲誘發小朋友說話動機，提升語言及包括眼神、手勢非語言表達能力，改善溝通，學習表達自我需求。活動設計針對加強幼童之間的互動，感受共同遊戲的樂趣，提升社交動力。

**節數：** 6 節

**日期：** 第一期：1 月 20、27 日，2 月 3、24 日，3 月 2、9 日(逢星期六)

第二期：3 月 16、23 日，4 月 6、13、20、27 日(逢星期六)

**時間：** 基礎班(K1-K2 程度)：上午 9：30 至上午 10：30

進階班(K2-K3 程度)：下午 4：30 至下午 5：30 (\*有機會視乎能力調整)

**地點：** 本中心

**對象：** K1 至 K3 學生

**名額：** 6 人

**費用：** 每期\$720

**幼童藝術教室(黏土(A) / 繪畫(B)) (班組編號：KT-2401-KD-008-1A/1B/2A/2B)**

內容：	班組分為黏土及繪畫創作兩大主題： - 黏土班讓幼童掌握搓揉、壓平和調色等輕黏土創作基本技巧，製作立體物件，訓練手眼協調及小肌肉及感官能力。 - 繪畫班幼童學習利用粉彩、水彩等媒介進行創作，學習繪畫力度、色彩、線條運用等繪畫技巧，訓練幼兒手部的靈活度及力度運用。
節數：	6 節
日期：	第一期：1月20、27日，2月3、24日，3月2、9日(逢星期六) 第二期：3月16、23日，4月6、13、20、27日(逢星期六)
時間：	黏土(A)：上午10：00至上午11：00 繪畫(B)：上午11：15至中午12：15
地點：	本中心
對象：	K1至K3學生
名額：	8人
費用：	每期\$480

**幼童 Kickboxing (班組編號：KT-2401-KD-009-1/2)**

內容：	通過拳擊動作，訓練幼童的體能，提高反應力、增強專注力及紀律性。
節數：	6 節
日期：	第一期：1月15、22、29日，2月5、19、26日(逢星期一) 第二期：3月4、11、18、25日及4月8、15日(逢星期一)
時間：	下午4：00至下午5：00
地點：	本中心
對象：	K1至K3學生
名額：	8人
費用：	每期\$480

**童聽趣講故事世界(班組編號：KT-2401-KD-010)**

內容：	通過故事聆聽及回應，加強幼童專注及理解，導師運用遊戲及圖卡，讓幼童學習簡單句子結構，豐富詞彙，並應用於日常生活中，改善表達能力。
節數：	8 節
日期：	2月29日至4月25日(逢星期四，4月4日公眾假期課堂暫停)
時間：	下午4：00至下午5：00
地點：	本中心
對象：	K1至K3學生
名額：	8人
費用：	每期\$600

### 幼童 Hip Hop 街舞班 ( 班組編號 : KT-2401-KD-011 )

內容 :	由舞蹈導師教授幼童 Hip Hop 街舞，可培養幼童的音樂感及自信心，同時鍛鍊大小肌肉及身體的協調能力。課程亦會視乎參加幼童的學習進度及能力，有機會被挑選參與表演活動。
節數 :	9 節
日期 :	2 月 23 日至 4 月 26 日 ( 逢星期五 ) ( 3 月 29 日暫停 )
時間 :	下午 5 : 00 至 6 : 00
地點 :	本中心
對象 :	4 歲至 6 歲
名額 :	8 人
費用 :	\$900



### 幼童小小科學家 ( 班組編號 : KT-2401-KD-012 )

內容 :	幼童發揮好奇心、每事問的精神，親自動手做實驗，增加對科學的興趣，培養邏輯思考能力。幼童透過大自然、日常生活和經驗，探索不一樣的科學樂趣。
日期 :	第一期：3 月 6、13、20、27 日 ( 班組編號：KT-2401-KD-012(1) ) 第二期：4 月 3、10、17、24 日 ( 班組編號：KT-2401-KD-012(2) )
時間 :	下午 3 : 00 至 4 : 00 ( 逢星期三 )
地點 :	本中心
對象 :	正就讀 K2-K3 幼稚園學生
名額 :	8 人
費用 :	每期\$400(已包材料費)

學前幼兒班及幼稚園生班適用特別天氣指引

黃色暴雨	紅色暴雨	黑色暴雨	1 號風球	3 號風球	8 號或以上風球	✓ : 繼續舉行 ✗ : 取消
✓	✗	✗	✓	✗	✗	

## 小廚師，大考驗！

內容：	在導師的指導下，幼童由準備、烹調食物及收拾均親力親為，過程中。除了製作小食及甜點外，幼童亦學習不同的自理能力，從中培養他們良好的生活習慣。
時間：	上午 10 : 00 至 11 : 00
地點：	本中心
對象：	K1 至 K3 學生
名額：	8 人

### 班組編號：KT-2401-KD-013(1)

(題目不分先後次序)

日期：	1 月 6、13、20、27 日 (逢星期六)	主題：	沙律吞拿魚粟米飽 士多啤梨窩夫三文治 牛奶芝士布丁 菠蘿小蛋糕
費用：	\$320 (已包括材料費)		
備註：	請自備圍裙及器皿盛載製成品		

### 班組編號：KT-2401-KD-013(2)

日期：	2 月 3、24 日 (逢星期六)	主題：	花花士多啤梨曲奇 蛋糕小福袋
費用：	\$160 (已包括材料費)		
備註：	請自備圍裙及器皿盛載製成品		

### 班組編號：KT-2401-KD-013(3)

日期：	3 月 2、9、16、23 日 (逢星期六)	主題：	兔仔最愛的蘿蔔蛋糕 復活蛋蛋糕 迷你雞蛋漢堡包 彩虹蛋糕層層疊
費用：	\$320 (已包括材料費)		
備註：	請自備圍裙及器皿盛載製成品		

### 班組編號：KT-2401-KD-013(4)

日期：	4 月 6、13、20、27 日 (逢星期六)	主題：	雜莓芝士班戟卷 魚肉芝心串 麻糬波波交通燈 小貝殼蛋糕
費用：	\$320 (已包括材料費)		
備註：	請自備圍裙及器皿盛載製成品		

## 親子烹飪班

家長和小朋友一起參加親子烹飪班，既好玩又好吃，是很好的親子消閒活動，在節慶日子更可以製作應節美食！

### 幼童新春好煮意-小食製作親子班 (班組編號：KT-2401-FM-001)

日期：1月27日(星期六)  
 時間：上午 11:00 至中午 12:30  
 地點：本中心  
 對象：1名 K1 至 K3 學生及 1 名家長  
 名額：6 對親子  
 費用：\$150  
 備註：請自備器皿盛載製成品



### 兒童新春好煮意-小食製作親子班 (班組編號：KT-2401-FM-002)

日期：2月3日(星期六)  
 時間：上午 11:00 至中午 12:30  
 地點：本中心  
 對象：1名小學生及 1 名家長  
 名額：6 對親子  
 費用：\$150  
 備註：請自備器皿盛載製成品



### 幼童復活節小食親子班 (班組編號：KT-2401-FM-003)

日期：3月16日(星期六)  
 時間：上午 11:00 至中午 12:30  
 地點：本中心  
 對象：1名 K1 至 K3 學生及 1 名家長  
 名額：6 對親子  
 費用：\$150  
 備註：請自備器皿盛載製成品



### 兒童復活節小食親子班 (班組編號：KT-2401-FM-004)

日期：3月23日(星期六)  
 時間：上午 11:00 至中午 12:30  
 地點：本中心  
 對象：1名小學生及 1 名家長  
 名額：6 對親子  
 費用：\$150  
 備註：請自備器皿盛載製成品





# 兒童親子義工隊

班組編號：KT-2401-FM-005

義工服務不僅為服務對象帶來幫助，義工也能夠從中得到學習和體驗，經歷「助人自助」的歷程。而親子義工講求小朋友與家長一同合作進行義務工作，這樣可以透過身教和模仿的過程幫助小朋友建立正確價值觀以及培養獨立處理等能力，同時也能促進親子關係。

現誠邀對義務工作有熱誠的家長和小朋友加入本中心親子義工隊  
(對象：小一至小六學童及其家長)

## 活動預告

1月-2月

### 義工訓練及探訪活動

透過義工訓練日，參加者能夠學習與服務使用者溝通的技巧和其特性，為往後的探訪活動作準備。

如對本義工組有任何查詢，歡迎致電 2855 1611 聯絡 華姑娘

**有機同樂半天遊(班組編號：KT-2401-FM-006)**

- 內容：參加者可在綠田園基金有機農場內親身體驗有機耕種、綠色飲食及大自然藝術等有趣活動。
- 日期：3月9日(星期六)
- 時間：上午9:00至下午1:30
- 集合及解散地點：堅尼地城港鐵站B出口
- 對象：就讀小學兒童及其家長
- 名額：20人
- 費用：每位\$320(已包括旅遊巴費用)
- 備註：建議參加者穿淺色衣服、運動鞋、帶備帽子、太陽傘、防曬及防蚊用品

**慧食小偵探(班組編號：KT-2401-FM-007)**

- 內容：活動在綠匯學苑(經活化的舊大埔警署)舉行。透過體驗學習引導兒童善用五感(視覺、聽覺、嗅覺、味覺和觸覺)探索食物、自然與環保的連繫。活動包括偵探遊戲(食材園圃探索)、低碳小食製作、認識廚餘環保等等。
- 日期：2月17日(星期六)(1月27日截止報名)
- 時間：上午8:45至中午11:45
- 集合及解散地點：大埔墟港鐵站A出口
- 對象：K1至K3學生及其家長
- 名額：20人
- 費用：每位\$120(慈善團體優惠價，原價\$250)
- 資助價：費用全免\*(書簿津貼計劃或綜援家庭)
- 備註：請自備容器帶走活動自製之小食



綠匯學苑  
Green Hub

**親子霓虹燈工作坊(班組編號：KT-2401-FM-008)**

- 內容：霓虹燈是香港街頭一大特色，課程涵蓋了霓虹燈管的基礎知識，再經導師指導，以冷光線製作各種圖案和設計，創作出獨一無二的作品。
- 日期：4月6日(星期六)
- 時間：上午11:00至中午12:30
- 地點：堅尼地城社區綜合大樓活動室
- 對象：1名小學兒童及1名家長
- 名額：8對親子
- 費用：每對\$300



# 2023-2024 學年功課輔導班

( 班組編號：KT-2401-CY-001 )

本中心的功課輔導班是以小組形式進行，為參加者提供課餘功課輔導以及溫習默書。課堂除了培養參加者有效地管理自己的課業之餘，更會在課堂以外的時間定期舉行成長活動，同時設有獎勵計劃，提升參加者學習動力。

日期：逢星期一至五（公眾假期除外）

時間：下午 3：30 至 6:00

對象：正就讀小一至小六學生

費用：每月\$1,200

如有興趣報名參加本中心之功課輔導班，可向中心職員索取並填妥功課輔導班申請表。  
如有查詢，可致電 28551611 與華姑娘聯絡

**Level Up-幼童英文基礎提升班 ( 班組編號 : KT-2401-CY-002(1)(2)(3)(4) )**

內容 :	本班組為 K3 學生提供英文輔導。透過互動學習，讓兒童提早適應小一的學習模式，鞏固參加者的文法基礎及提升英語的會話能力。
節數 :	第一期、第四期 5 節，第二期 3 節，第三期 4 節
日期 :	逢星期二 ( 第一期 ) 1 月 2、9、16、23 及 30 日;      ( 第二期 ) 2 月 6、20 及 27 日; ( 第三期 ) 3 月 5、12、19 及 26 日;      ( 第四期 ) 4 月 2、9、16、23 及 30 日
時間 :	下午 5:00 至 6:00
地點 :	本中心
對象 :	就讀 K3 學童
名額 :	8 人
費用 :	第一期、第四期\$325，第二期\$195，第三期\$260
備註 :	學生最低程度要認識 26 個英文字母。

**小學英文 Grammar 提升班 ( 班組編號 : KT-2401-CY-003(1)(2)(3)(4) )**

內容 :	協助參加者鞏固文法基礎及提升英語會話能力。
節數 :	第一期、第三期、第四期 4 節，第二期 2 節
日期 :	逢星期六 ( 第一期 ) 1 月 6、13、20 及 27 日;      ( 第二期 ) 2 月 3 及 24 日; ( 第三期 ) 3 月 2、9、16 及 23 日;      ( 第四期 ) 4 月 6、13、20 及 27 日
時間 :	小一至小二：下午 1:30 至 2:30 小三至小四：下午 2:30 至 3:30 小五至小六：下午 3:30 至 4:30
地點 :	本中心
對象 :	小一至小六學童
名額 :	8 人
費用 :	第一期、第三期、第四期 \$ 260，第二期\$130

**小學中文寫作學習班 ( 班組編號 : KT-2401-CY-004(1)(2)(3)(4) )**

內容 :	協助參加者提升寫作、拓展同學創意思維及觀察能力。
節數 :	第一期、第三期、第四期 4 節，第二期 2 節
日期 :	逢星期六 ( 第一期 ) 1 月 6、13、20 及 27 日;      ( 第二期 ) 2 月 3 及 24 日; ( 第三期 ) 3 月 2、9、16 及 23 日;      ( 第四期 ) 4 月 6、13、20 及 27 日
時間 :	小一至小二：下午 2:30 至 3:30 小三至小四：下午 3:30 至 4:30 小五至小六：下午 1:30 至 2:30
地點 :	本中心
對象 :	小一至小六學童
名額 :	8 人
費用 :	第一期、第三期、第四期 \$ 260，第二期\$130



### 小學數學提升班 ( 班組編號 : KT-2401-CY-005(1)(2)(3)(4) )

- 內容： 協助參加者提升思考、構思及數學推理的能力，加強解決數學問題的技巧。
- 節數： 第一期、第三期、第四期 4 節，第二期 2 節
- 日期： 逢星期六  
 ( 第一期 ) 1 月 6、13、20 及 27 日； ( 第二期 ) 2 月 3 及 24 日；  
 ( 第三期 ) 3 月 2、9、16 及 23 日； ( 第四期 ) 4 月 6、13、20 及 27 日
- 時間： 小一至小二：下午 3:30 至 4:30  
 小三至小四：下午 1:30 至 2:30  
 小五至小六：下午 2:30 至 3:30
- 地點： 本中心
- 對象： 小一至小六學童
- 名額： 8 人
- 費用： 第一期、第三期、第四期 \$ 260，第二期 \$130

### 兒童主題輕黏土製作班 ( 班組編號 : KT-2401-CY-006(1)(2)(3)(4) )

- 內容： 本班組導師會教授黏土的製作技巧，導師亦會為參加者設計不同的課程主題。
- 節數： 第一期、第三期、第四期 4 節，第二期 2 節
- 日期： 逢星期六  
 ( 第一期 ) 1 月 6、13、20 及 27 日； ( 第二期 ) 2 月 3 及 24 日；  
 ( 第三期 ) 3 月 2、9、16 及 23 日； ( 第四期 ) 4 月 6、13、20 及 27 日
- 時間： 上午 10:00 至 11:00
- 地點： 本中心
- 對象： 6 至 12 歲兒童
- 名額： 8 人
- 費用： 第一期、第三期、第四期 \$ 280，第二期 \$140



### 兒童綜合畫興趣班 ( 班組編號 : KT-2401-CY-007(1)/(2)/(3)/(4) )

- 內容： 本班組主要啟發兒童創意繪畫，培養繪畫興趣，嘗試接觸不同媒介的創作方法。
- 節數： 第一期、第三期、第四期 4 節，第二期 2 節
- 日期： 逢星期六  
 ( 第一期 ) 1 月 6、13、20 及 27 日； ( 第二期 ) 2 月 3 及 24 日；  
 ( 第三期 ) 3 月 2、9、16 及 23 日； ( 第四期 ) 4 月 6、13、20 及 27 日
- 時間： 上午 11:00 至 12:00
- 地點： 本中心
- 對象： 6 至 12 歲兒童
- 名額： 8 人
- 費用： 第一期、第三期、第四期 \$ 280，第二期 \$140



**籃球童樂班 ( 班組編號 : KT-2401-CY-008 )**

內容 :	課程藉著籃球運動，提升小朋友身體平衡協調及敏捷度，同時培養其對運動的興趣，並於團體運動中學習互相尊重、溝通與合作。
節數 :	8 節
日期 :	3 月 2 日至 4 月 27 日 ( 逢星期六，3 月 30 日為公眾假期，暫停一堂 )
時間 :	下午 5:00 至 6:30
地點 :	本區籃球場 (課程由藍球訓練公司導師提供)
對象 :	6 至 12 歲兒童
名額 :	12 人
費用 :	\$680

**STEM 出新天地 ( 班組編號 : KT-2401-CY-009 )**

內容 :	STEM 課程設計編排以「動手」及「動腦」作為學習宗旨，透過不同教材和內容，培養小孩的思考能力，並激發對他們對科學的興趣。
節數 :	6 節
日期 :	2 月 23 日至 4 月 5 日 ( 逢星期五，3 月 29 日為公眾假期，暫停一堂 )
時間 :	下午 5:00 至 6:00
地點 :	本中心
對象 :	6 至 12 歲兒童
名額 :	8 人
費用 :	\$600

**小小劍神 – 兒童劍擊培訓班 ( 班組編號 : KT-2401-CY-010 )**

內容 :	本班組會教授兒童基本步法、劍術、劍擊規則、攻擊及防守意識，有助訓練同學集中力及個人紀律，增強個人自信心及提升對劍擊的興趣，發掘有潛質的同學。
節數 :	8 節
日期 :	2 月 29 日至 4 月 25 日 ( 逢星期四，4 月 4 日為公眾假期，暫停一堂 )
時間 :	下午 5:00 至 6:00
地點 :	西營盤英匯劍擊學院
對象 :	小一至小六學生
名額 :	10 人
費用 :	\$1160 (已包含上課所需器材及裝備)
備註 :	上課時參加者須穿着運動服裝及運動鞋。



同學們曾有否希望改變現在的自己，嘗試在中學生涯體驗不一樣的活動，發掘一下自己不同的潛能嗎？除了學校提供的活動，坊間亦有提供不少選擇給想跨出舒適圈的你。鼓勵同學們可以一同嘗試新的事物，認識不同的人，在不同的經歷裡反思學習，豐富自己的思維。一同出發吧~

### 手作彩繪熱縮片 ( 班組編號：KT-2401-CY-011 )

內容：運用簡單的工具和熱縮片，加上隨心的畫作，也能製作出漂亮的作品。作品完成後精緻又小巧，可以自行加工把其變成吊飾或是耳環。

節數：4 節

日期：1 月 5 至 26 日 ( 逢星期五 )

時間：下午 5 : 00 至 6 : 00

地點：本中心

名額：6 人

對象：中一至中六學生

費用：\$200



### 桌遊樂無窮 ( 班組編號：KT-2401-CY-012 )

內容：期望透過多款新奇有趣的桌上遊戲，加強青年的社交能力，協助他們學習與人相處的技巧，同時期望參加者能在遊戲中舒解日常學習壓力。

節數：4 節

日期：3 月 1 至 22 日 ( 逢星期五 )

時間：下午 5 : 00 至 6 : 00

地點：本中心

名額：6 人

對象：中一至中六學生

費用：免費



### 學習加油站 – 英文 Grammar 提升班

( 班組編號 : KT-2401-CY-013-1/2/3/4 )

- 內容：本班組以輕鬆有趣的方式進行教學，提升參加者的英文寫作能力和創作思維，為他們打好寫作基礎，提高參加者的書面表達能力。
- 節數：第一期、第三期、第四期 4 節，第二期 2 節
- 日期：逢星期六  
( 第一期 ) 1 月 6、13、20 及 27 日； ( 第二期 ) 2 月 3 及 24 日；  
( 第三期 ) 3 月 2、9、16 及 23 日； ( 第四期 ) 4 月 6、13、20 及 27 日
- 時間：上午 9：30 至 10：30
- 地點：本中心
- 名額：8 人 ( 中一至中二學生 )
- 費用：第一期、第三期、第四期 \$ 260，第二期 \$130



### 學習加油站 – 中文寫作學習班 ( 班組編號 : KT-2401-CY-014-1/2/3/4 )

- 內容：本班組導師會以不同文章實例，教導參加者不同中文寫作的修詞技巧，亦會讓參加者練習在寫作時可以引經據典，豐富文章的內容。
- 節數：第一期、第三期、第四期 4 節，第二期 2 節
- 日期：逢星期六  
( 第一期 ) 1 月 6、13、20 及 27 日； ( 第二期 ) 2 月 3 及 24 日；  
( 第三期 ) 3 月 2、9、16 及 23 日； ( 第四期 ) 4 月 6、13、20 及 27 日
- 時間：上午 11：30 至中午 12：30
- 地點：本中心
- 名額：8 人 ( 中一至中二學生 )
- 費用：第一期、第三期、第四期 \$ 260，第二期 \$130



### 學習加油站 – 數學提升班 ( 班組編號 : KT-2401-CY-015-1/2/3/4 )

- 內容：本班組期望能協助參加者鞏固所學，正確掌握基本數學概念後，再提升思考、構思及數學推理的能力。
- 節數：第一期、第三期、第四期 4 節，第二期 2 節
- 日期：逢星期六  
( 第一期 ) 1 月 6、13、20 及 27 日； ( 第二期 ) 2 月 3 及 24 日；  
( 第三期 ) 3 月 2、9、16 及 23 日； ( 第四期 ) 4 月 6、13、20 及 27 日
- 時間：上午 10：30 至 11：30
- 地點：本中心
- 名額：8 人 ( 中一至中二學生 )
- 費用：第一期、第三期、第四期 \$ 260，第二期 \$130

## 人生規劃服務

### 人生規劃面談服務

本中心會為有需要的青年提供升學、就業及人生規劃輔導服務，讓青年認清路向，為選科、升學、就業做好準備。

#### 提供服務包括：

- 選科及升學路向資料轉介
- 性格及職業導向測試
- 擇業及求職指導服務

地點：本中心

對象：15至29歲在學、待業及在職人士

形式：個別面談（由註冊社工提供）

備註：（1）可致電本中心2855 1611或  
（2）WhatsApp 5598 5906 預約





## 就業服務



### 事業卡興趣測試

運用事業興趣卡作為工具，透過測試活動了解個人興趣、興趣類型與性格的關係以及探索興趣類別與擇業的關係

對象：有興趣人士

形式：個別面談服務 (由註冊社工提供)

\*費用全免，歡迎致電 **2855 1611** 預約服務\*



### 就業支援服務

- 教授面試技巧
- 學習撰寫履歷表及求職信
- 電腦借用
- 職業選配

配合中心求職廣場及僱主招聘服務，協助有需要人士尋覓工作

對象：有興趣人士

形式：個別面談服務 (由註冊社工提供)

\*費用全免，歡迎致電 **2855 1611** 預約服務\*



## 新來港人士服務 New Arrivals Support Services

中心舉辦不同類型的班組及活動，讓新來港人士盡早適應本港文化，融入本地生活，並希望通過活動讓新來港人士在社區建立社交網絡，互相分享經驗，建立關愛互助的和諧社區。

We provide classes and activities to facilitate new arrivals adaptation in local community.

Hence, helping them to establish social networks in the community so that they can share experiences with each other and build a harmonious community.

### 「港」生活「港」文化 ( 班組編號 : KT-2401-NA-001 )

內容 :	以有趣方式，與參加者一起認識香港的社區資源、文化和生活習慣，從而提升其適應香港生活的能力 Participants learn community resources, local culture and rituals in the activities. Hence, enhance their adaptability.
Content:	
節數 :	4 節
(Session):	4 sessions
日期 :	3 月 5 · 12 · 19 · 26 日 ( 逢星期二 )
Date:	5 <sup>th</sup> , 12 <sup>th</sup> , 19 <sup>th</sup> & 26 <sup>th</sup> of March ( Every Tuesday)
時間 :	上午 11:00 至上午 12:00
Time :	11:00a.m. to 12:00 n.n.
地點 :	本中心
Venue:	Centre
對象 :	16 歲或以上，來港未滿七年人士
Target:	16 or above, who live in Hong Kong less than 7 years
名額 :	8 人
Quota :	8 people
費用 :	\$40
Fee :	



### 抗壓瑜伽班(班組編號：KT-2401-AD-002 (1)/(2)/(3)/(4))

內容：	由專業導師教授，伸展動作較緩和及鬆弛，藉此強健體魄，增強抵抗力，以達到鬆弛神經、提升身體的協調性。	
日期：	逢星期一	
	第一期：1月8、15、22、29日	(4節·費用:\$240)(班組編號:KT-2401-AD-002(1))
	第二期：2月5、19、26日	(3節·費用:\$180)(班組編號:KT-2401-AD-002(2))
	第三期：3月4、11、18、25日	(4節·費用:\$240)(班組編號:KT-2401-AD-002(3))
	第四期：4月8、15、22、29日	(4節·費用:\$240)(班組編號:KT-2401-AD-002(4))
	上午10:00至11:30	
地點：	堅尼地城社區綜合大樓活動室	
對象：	16歲或以上人士(男女均可)	
名額：	20人	

### 漸進瑜伽班(班組編號：KT-2401-AD-003(1)/(2)/(3)/(4))

內容：	由專業導師教授，內容深入淺出，藉此強健體魄，增強抵抗力，以達到鬆弛神經、提升身體的協調性。	
日期：	逢星期三	
	第一期：1月10、17、24、31日	(4節·費用:\$240)(班組編號:KT-2401-AD-003(1))
	第二期：2月21、28日	(2節·費用:\$120)(班組編號:KT-2401-AD-003(2))
	第三期：3月6、13、20、27日	(4節·費用:\$240)(班組編號:KT-2401-AD-003(3))
	第四期：4月3、10、17、24日	(4節·費用:\$240)(班組編號:KT-2401-AD-003(4))
時間：	晚上7:00至8:30	
地點：	堅尼地城社區綜合大樓活動室	
對象：	16歲以上人士(男女均可)	
名額：	20人	

### 所有健體班組報名者注意：

- (1) 申請人請注意自己的身體狀況，並自行考慮是否適宜參加所申請的康體活動。本中心並不承擔因個人身體狀況而引致的後果。如有疑問，請徵詢專業醫護人員的意見。
- (2) 需最遲在開班前1星期完成報名以確定人數安排課堂，謝謝!

**楊氏太極班 (班組編號：KT-2401-AD-004(1)/(2)/(3)/(4))**

內容：	楊氏太極動作舒展緩慢，動作柔和，可令全身肌肉放鬆，使心境平靜。健體作用方面，可使心臟得到充足供血又不會加重其負擔，促進心肺功能及新陳代謝，有助降低血壓；動作亦可訓練身體平衡，減少跌倒。	
日期：	逢星期三	
	第一期 1月3、10、17、24、31日	(5節，費用：\$400)(班組編號：KT-2401-AD-004(1))
	第二期 2月7、21、28日	(3節，費用：\$240)(班組編號：KT-2401-AD-004(2))
	第三期 3月6、13、20、27日	(4節，費用：\$320)(班組編號：KT-2401-AD-004(3))
	第四期 4月3、10、17、24日	(4節，費用：\$320)(班組編號：KT-2401-AD-004(4))
時間：	上午 10：00 至中午 12：00	
地點：	堅尼地城社區綜合大樓活動室	
對象：	16 歲以上人士(男女均可)	
名額：	10 人	

**拉筋伸展運動 (班組編號：KT-2401-AD-005 (1)/(2)/(3)/(4))  
(班組編號：KT-2401-AD-006 (1)/(2)/(3)/(4))**

內容：	柔軟度是體適能元素之一，近年愈來愈多人注重身體的鍛鍊，如心肺功能的訓練與肌肉力量鍛鍊，但較忽視柔軟度的重要性及如何改善柔軟度，本課程教授正確的拉筋伸展運動，有助改善柔軟度，減少運動創傷及造成長期痛楚。	
日期：	逢星期五 上午 11：00 至中午 12：30	
	第一期 1月5、12、19、26日	(4節，費用：\$240)(班組編號：KT-2401-AD-005(1))
	第二期 2月2、9、23日	(3節，費用：\$180)(班組編號：KT-2401-AD-005(2))
	第三期 3月1、8、15、22日	(4節，費用：\$240)(班組編號：KT-2401-AD-005(3))
	第四期 4月5、12、19、26日	(4節，費用：\$240)(班組編號：KT-2401-AD-005(4))
	逢星期四 下午 4：00 至 5：30	
	第一期 1月4、11、18、25日	(4節，費用：\$240)(班組編號：KT-2401-AD-006(1))
	第二期 2月1、8、22、29日	(4節，費用：\$240)(班組編號：KT-2401-AD-006(2))
	第三期 3月7、14、21、28日	(4節，費用：\$240)(班組編號：KT-2401-AD-006(3))
	第四期 4月11、18、25日	(3節，費用：\$180)(班組編號：KT-2401-AD-006(4))
地點：	堅尼地城社區綜合大樓活動室	
對象：	16 歲或以上人士(男女均可)	
名額：	16 人	

**所有健體班組報名者注意：**

- (1) 申請人請注意自己的身體狀況，並自行考慮是否適宜參加所申請的康體活動。  
本中心並不承擔因個人身體狀況而引致的後果。  
如有疑問，請徵詢專業醫護人員的意見。
- (2) 需最遲在開班前 1 星期完成報名以確定人數安排課堂，謝謝!

**消脂增肌耐力訓練班 (班組編號：KT-2401-AD-007(1)/(2)/(3)/(4))**

**內容：** 課程為體能較佳的人士推出肌肉耐力訓練，增強身體肌力、靈活度及柔軟度。持續進行能鍛鍊全身肌群及增加肌肉，達致消耗體脂肪、增強運動體能和改善心肺功能等。

**日期：** 逢星期一

第一期：1月8、15、22、29日 (4節，費用:\$280)(班組編號：KT-2401-AD-007(1))  
 第二期：2月5、19、26日 (3節，費用:\$210)(班組編號：KT-2401-AD-007(2))  
 第三期：3月4、11、18、25日 (4節，費用:\$280)(班組編號：KT-2401-AD-007(3))  
 第四期：4月8、15、22、29日 (4節，費用:\$280)(班組編號：KT-2401-AD-007(4))

**時間：** 下午2:30至3:30

**地點：** 堅尼地城社區綜合大樓活動室

**對象：** 16歲或以上人士(男女均可)

**名額：** 15人

**上下肢筋膜伸展運動班 (班組編號：KT-2401-AD-008(1)/(2)/(3)/(4))**

**內容：** 課程透過徒手或運動用具來進行伸展運動，提升上肢下肢的柔軟度，改善肌肉繃緊，提高日常的生活質素。課堂上亦會以音樂帶動肢體律動，達致身心靈放鬆。

**日期：** 逢星期四

第一期：1月4、11、18、25日 (4節，費用:\$280)(班組編號：KT-2401-AD-008(1))  
 第二期：2月1、8、22、29日 (4節，費用:\$280)(班組編號：KT-2401-AD-008(2))  
 第三期：3月7、14、21、28日 (4節，費用:\$280)(班組編號：KT-2401-AD-008(3))  
 第四期：4月11、18、25日 (3節，費用:\$210)(班組編號：KT-2401-AD-008(4))

**時間：** 中午12:00至下午1:00

**地點：** 堅尼地城社區綜合大樓活動室

**對象：** 16歲以上人士(男女均可)

**名額：** 15人

**筋膜放鬆伸展運動班 (班組編號：KT-2401-AD-009(1)/(2)/(3)/(4))**

**內容：** 透過簡易入門運動訓練，增強心肺功能及體能，有效改善肌力及燃燒脂肪。配合運動後的伸展動作，可使繃緊的肌肉得到適當放鬆，有助消脂修身。

**日期：** 逢星期四

第一期：1月4、11、18、25日 (4節，費用:\$280)(班組編號：KT-2401-AD-009(1))  
 第二期：2月1、8、22、29日 (4節，費用:\$280)(班組編號：KT-2401-AD-009(2))  
 第三期：3月7、14、21、28日 (4節，費用:\$280)(班組編號：KT-2401-AD-009(3))  
 第四期：4月11、18、25日 (3節，費用:\$210)(班組編號：KT-2401-AD-009(4))

**時間：** 下午2:30至3:30

**地點：** 堅尼地城社區綜合大樓活動室

**對象：** 16歲以上人士(男女均可)

**名額：** 15人

所有健體班組報名者注意：

- (1) 申請人請注意自己的身體狀況，並自行考慮是否適宜參加所申請的康體活動。本中心並不承擔因個人身體狀況而引致的後果。如有疑問，請徵詢專業醫護人員的意見。
- (2) 需最遲在開班前1星期完成報名以確定人數安排課堂，謝謝!

**Kickboxing 訓練 ( 班組編號 : KT-2401-AD-010(1)/(2)/(3)/(4))**

內容 :	混合音樂、舞蹈、武術於一身的健康運動，學習不同的拳擊及踢擊方法，提高體能及心肺功能，加強身體反應力及協調性，改善肌肉，減少脂肪，增加耐力和韌性。		
日期 :	逢星期一		
	第一期 : 1 月 8、15、22、29 日	(4 節，費用:\$280)	(班組編號 : KT-2401-AD-010(1))
	第二期 : 2 月 5、19、26 日	(3 節，費用:\$210)	(班組編號 : KT-2401-AD-010(2))
	第三期 : 3 月 4、11、18、25 日	(4 節，費用:\$280)	(班組編號 : KT-2401-AD-010(3))
	第四期 : 4 月 8、15、22、29 日	(4 節，費用:\$280)	(班組編號 : KT-2401-AD-010(4))
時間 :	下午 7 : 00 至 8 : 00		
地點 :	堅尼地城社區綜合大樓活動室/中心活動室		
對象 :	16 歲或以上人士(男女均可)		
名額 :	12 人		

**普拉提入門 ( 班組編號 : KT-2401-AD-011(1)/(2)/(3))**

內容 :	普拉提是一種集合瑜伽、舞蹈、體操的身體訓練，強化身體核心肌群，改善身體線條，提高柔軟度及平衡力，加強肌肉耐力及控制力，減輕下背、腰部疼痛、肩頸僵硬痠痛問題。		
日期 :	逢星期四		
	第一期 : 1 月 4、11、18、25 日	(4 節，費用:\$280)	(班組編號 : KT-2401-AD-011(1))
	第二期 : 2 月 1、8、22、29 日	(4 節，費用:\$280)	(班組編號 : KT-2401-AD-011(2))
	第三期 : 3 月 7、14、21、28 日	(4 節，費用:\$280)	(班組編號 : KT-2401-AD-011(3))
	第四期 : 4 月 11、18、25 日	(3 節，費用:\$210)	(班組編號 : KT-2401-AD-011(4))
時間 :	下午 7 : 00 至 8 : 00		
地點 :	堅尼地城社區綜合大樓活動室/中心活動室		
對象 :	16 歲以上人士(男女均可)		
名額 :	12 人		

所有健體班組報名者注意：

- (1) 申請人請注意自己的身體狀況，並自行考慮是否適宜參加所申請的康體活動。  
本中心並不承擔因個人身體狀況而引致的後果。如有疑問，請徵詢專業醫護人員的意見。
- (2) 需最遲在開班前 1 星期完成報名以確定人數安排課堂，謝謝！

## 社區網『樂』義工組 (班組編號：KT-2401-AD-012)

2024 年度活動預告(月份/內容)：

1 月

製作新年手工

發揮社區力量  
實踐社區網樂

現誠意邀請社區上有興趣投身義工服務的朋友加入

有興趣加入義工組的朋友可致電查詢或親臨本中心填寫報名表

\*\*\*歡迎參與單次性義工服務及服務前準備\*\*\*



查詢電話：2855 1611 (占 SIR)

主辦機構：



協辦機構：



## 自在人生自學計劃

對象：

凡有興趣者，不論年齡、性別、學歷、背景均可參加

課程簡介：

「自在人生自學計劃」針對參加者不同的需要，設立不同範疇的課程，包括理財、健康、人際和生活，內容針對大眾的生活所需，旨在提高學員的學習能力，幫助他們培養求知慾、發揮個人潛能、肯定自我，以正面態度面對不同挑戰，從而開創更精彩的人生。

## 2024 年 3 月份面授課程

課程名稱	日期及時間	費用	名額
CBMP1016 健身運動入門 (前稱：Keep Fit 之道)	2024 年 3 月 13 日至 2023 年 5 月 29 日 (三) 下午 2:30 至 5:00	\$350	15

詳情可瀏覽：<https://www.hkmu.edu.hk/lipace/tc/cbmp/>

上課地址：堅尼地城石山街 12 號堅尼地城社區綜合大樓 13 樓 B 室

本中心只屬協辦形式，所有課程安排由香港都會大學決定及安排，  
如對安排有查詢及意見可致電都會大學查詢熱線：2915 2380

**賀新年：切割水仙栽種 ( 班組編號：KT-2401-AD-013 )**

- 內容：** 學習如何切割水仙球莖，實際動手操作，專業指導，讓你信心滿滿。  
了解水仙的生長需求，成為栽培達人！
- 節數：** 1 節
- 日期：** 1 月 19 日 ( 逢星期五 )
- 時間：** 上午 10 : 00 至下午 11 : 30
- 地點：** 本中心
- 對象：** 婦女
- 名額：** 6 人成班
- 費用：** \$100

**和諧粉彩初階班 ( 班組編號：KT-2401-AD-014 )**

- 內容：** 和諧粉彩是一門令人感到療癒的粉彩指繪藝術。本班的導師除了教導參加者繪畫技巧外，更會在繪畫過程中讓參加者學習放鬆，享受和諧粉彩的樂趣。
- 節數：** 4 節
- 日期：** 4 月 8、15、22、29 日 ( 逢星期一 )
- 時間：** 下午 2 : 30 至 3 : 30
- 地點：** 本中心
- 對象：** 婦女
- 名額：** 8 人
- 費用：** \$500(包材料費)

**西式糕點創意工作坊 ( 班組編號：KT-2401-AD-015 )**

- 內容：** 由資深烘焙專家親自指導，解密精湛技巧。在歡樂的氛圍中，探索創意，親手打造出精緻的西式糕點。這是一場結合學習與樂趣的工作坊，讓您的烘焙之路更添色彩。期待與您共同渡過一場美味的創意之旅！
- 節數：** 1 節
- 日期：** 3 月 27 日 ( 星期三 )
- 時間：** 上午 2 : 30 至中午 5 : 30
- 地點：** 本中心
- 對象：** 婦女
- 名額：** 8 人
- 費用：** \$160

## 「樂在社群」婦女組 (班組編號：KT-2401-AD-016)

我們積極擴展區內婦女互助網絡，鼓勵組員發展興趣、擴闊生活圈子、在區內認識不同的婦女、建立互助網絡。1至4月份的最新活動推介如下：



### 電影分享小組

透過欣賞電影片段，讓我們一同探討劇情背後的意思，分享彼此的感受之餘，亦讓我們從電影中思考不同的人生觀。



### 六色積木工作坊

充實互動體驗，共同創作，促進創造力與合作，豐富小組時光。



### 香港導賞活動

我們共同走遍香港各地，無論大街小巷抑或高山流水我們都一起遊覽。



聚會日期：1月25日、2月29日、3月28日及4月25日

(活動日期及時間於聚會內公布)

聚會時間：早上 11:00 - 中午 12:30

對象：區內婦女

地點：本中心

查詢電話：2855 1611 (占 Sir)

有興趣參加上述活動的婦女請親臨中心填寫報名表加入小組

本小組設有 WhatsApp 群組供職員發放活動資訊，如不希望加入有關群組請向職員提出。



樂群社會服務處  
Lok Kwan Social Service

# 「劏房」租務管制 資訊平台

[www.sdu-info.org.hk](http://www.sdu-info.org.hk)



啟用

已正式啟用

「劏房」租務管制資訊平台由樂群社會服務處設立及管理，為公眾提供《業主與租客（綜合）條例》（第7章）第IVA部相關資訊、條例內容、整合發放6支區域服務隊的近期活動和活動花絮等及「劏房」相關消息和資訊。



## 「樂住 FUN享」過渡性房屋計劃



項目：中環卑利街 72 號



房屋局  
過渡性房屋

項目旨在幫助現正居於劏房、寮屋、天台屋或其他環境惡劣居所的公屋輪候人士和其他有迫切住屋需要人士(4-5人家庭)改善居住環境，並將會透過各項服務，包括環保計劃、義工服務、資源共享及多元活動等，推動居民積極參與社區活動、主動表達需求及尋找協助，以促進家庭及鄰里關係，創造和諧共融、關愛互助的社區環境。



### 活動回顧



#### 租戶大清潔及聯誼日



和租戶一起製作中秋親子小手工，促進家庭關係和鄰里之間的認識



一起清潔大廈，愛護環境

## 面談服務

本中心設有免費的面談輔導服務，主要的服務對象及內容如下：

### 服務對象

新來港人士  
有就業需要人士  
區內人士

### 服務內容

居港適應輔導  
就業輔導服務  
社區資源轉介

~本中心不設電話輔導服務, 如有需要請與中心當值輔導工作人員預約服務~



預約電話：2855 1611

## 社區資源閣



本中心設有社區服務資源閣，資源閣內定期擺放及更新各種社區資訊單張及小冊子供服務使用者取閱。

- ✓ 各種公共福利計劃資訊
- ✓ 長者生活津貼及其他福利資訊
- ✓ 新來港人士支援資訊
- ✓ 區內社會服務資源指南
- ✓ 求職人士支援服務資訊
- ✓ 家居安全資訊
- ✓ 婦女支援及健康資訊



查詢及預約專線：2855 1611 (敬請預約)

WhatsApp : 9388 9737

健美人生 50+  
Healthy & Beautiful Life

細胞基底重生  
極緻輪廓提升

雙頻無痕變層式  
超擊波 HIFU 療程



50%  
OFF

agafar  
Point Plus+

GPS 雙頻無痕變層超擊波



Facebook

# 中心位置

## 開放時間：

黃光漢社區服務中心

星期一至星期五 上午 9:30 至 下午 1:00 及  
下午 2:00 至 下午 6:00

星期六 上午 9:30 至 下午 12:30

(星期日及公眾假期休息)

## 健美良坊

星期一至五

(上午 11:00 至晚上 9:00)

星期六日及公眾假期

(上午 10:00 至晚上 6:00)

中心地址：堅尼地城石山街 12 號

堅尼地城社區綜合大樓 13 樓 B 室

查詢電話：2855 1611

中心傳真：2855 1612

WhatsApp：5598 5906

電郵：kennedytown@lok-kwan.org.hk

機構網址：www.lok-kwan.org.hk

Facebook Page：黃光漢社區服務中心



可乘搭下列交通工具前往本中心：

巴士：1, 5B, 5X, 10, 18, 18P, 101, 104,  
113, 904

專線小巴：23, 54, 58, 59

港鐵：堅尼地城站 B 出口直達

最新中心活動及花絮  
可在 Facebook 瀏覽



為響應環保，本中心已經停止郵寄通訊。中心最新通訊可以於本機構網站  
或親臨中心索取，敬請留意。