



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

2022年9至12月份

中心活動通訊

樂群之友活動報名日

網上預約報名時段

接受網上預約時間：18/08/2022(星期四)上午 10:00
請於網上預約報名時段前申請「樂群之友」咭

有興趣報名的參加者可參考內頁網上預約安排及注意事項。
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。

* 網上預約只屬人流管制安排，報名程序需繳費才算完成。*



供中心繳費
報名者



供銀行入數
報名者

網上登記
請掃描
QR Code



根據政府要求，進入本中心綜合大樓時，必須下載及使用「安心出行」手機應用程式掃描張貼的特定二維碼，以完成到訪紀錄。

一般報名可於活動報名日後(8月29日起)，於本中心開放時間內親臨查詢及報名。
中心亦會視乎疫情發展，而更新有關安排，會在Facebook公佈最新消息，敬請留意。



LKWKH

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。

因應疫情發展，參加者進入中心及參與活動期間必須佩戴口罩。

「樂住·FUN享」過渡性房屋計劃



中環卑利街72號

10個單位接受出租申請



(預計入伙日期：22年11月)

計劃旨在為正輪候公屋的基層家庭，透過租住過渡性房屋，改善目前的居住環境，紓緩家庭經濟壓力。

申請資格：

- > 輪候公屋3年或以上的4-5人低收入家庭
(所有申請家庭成員資料須與房委會公屋申請書的資料相符)
- > 現居於惡劣環境或有迫切住屋需要的家庭或劏房戶家庭
(申請必須經入息審查、居住環境評估和家訪)

租金：

- > 根據社會福利署“綜合社會保障援助計劃”該月當時最新的租金津貼的最高金額。
- > 另須繳交其他費用(包括電費、水費及管理費)



單位及位置簡介：

單位：4-5人單位(2房1廳、獨立廚廁)



位於卑利街72號，樓高五層，鄰近中環堅道。位置便利，交通方便。
從中環可乘坐半山自動扶手電梯到達。

附近有多間大型超級市場、嘉咸街街市、光漢台公園(又稱鴨巴甸遊樂場)、
堅道公園、孫中山紀念館及元創方購物中心。

區內有各式小店食肆及便利店等，能應付日常生活所需。小學屬中西區11校網，
如嘉諾撒聖心學校、中西區聖安多尼學校、李陞小學等。中學校網則為中西區。



開始申請日期：2022年8月8日(星期一)

截止申請日期：2022年9月9日(星期五)



有興趣家庭如欲查詢申請詳情及安排，
即日起可致電2855 1611 與負責職員聯絡。

負責職員：戴先生/鍾姑娘

查詢電話：2855 1611 WhatsApp：9733 3157

地址：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

辦公時間：星期一至五：上午9:30至下午1:00；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)

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



目錄

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
「童」建「家」力量計劃介紹	P.10
感官角介紹	P.11
幼兒學前班組(Pre-School)	P.12-16
幼童能力提升班(Kindergarten)	P.17
家長管教	P.18-20
幼童班組(Kindergarten)	P.21-22
親子班組及活動	P.23-25
兒童班組及活動(Children)	P.26-29
青年班組及活動(Youth)	P.30-32
青年人生規劃活動	P.33
就業服務及就業機會	P.34
婦女培訓	P.35
新來港人士班組及活動	P.36
社區學堂	P.37-40
社區義工組招募	P.41
自在人生自學計劃	P.42
婦女班組	P.43-44
婦女小組及義工服務	P.45
資源轉介	P.46
社會企業及課程	P.47-49
哥爾夫樂『童』行.....	P.51

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



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

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





樂群社會服務處
Lok Kwan Social Service

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



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；
○活動照常，但會視乎天氣
轉變決定是否延期/取消/
△延期/取消/終止活動。
- 活動照常，但會視乎天氣
轉變決定是否延期/取消/
△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
	 Amber 黃	 Red 紅	 Black 黑	T1	L3	▲8
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

報名日分為以下兩種形式舉行

網上預約親臨中心繳費

或

網上登記後再經銀行入數

1

8月18日上午10:00開始接受登記，直至額滿 / 8月19日下午4:00截止。

親臨中心繳費

請輸入以下網址

<https://bit.ly/3JIIRfA>

或

掃描 QR Code



8月22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

<https://bit.ly/3znyH9K>

或

掃描 QR Code



2

以上兩種報名方式均需要：

- 輸入姓名、「樂群之友」咭編號、電話
- 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

網上預約親臨中心繳費

成功登記人士請於8月21日（星期日）指定報名時段帶同「樂群之友」咭正本到中心繳費。

班組名額以先到先得形式分配。

中心發出報名收據後才算成功報名。

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。

網上登記後再經銀行入數

成功登記人士將於8月22日（星期一）起收到WhatsApp繳費通知，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。
- 中心有機會因應疫情發展更改報名安排，並會在Facebook更新，煩請留意。

疫情之下，鼓勵報名者可用支票支付費用（每班一張），以便在班組需要取消時，讓中心可以更快捷處理您的退款。

支票抬頭：

「樂群社會服務處」 或

「LOK KWAN SOCIAL SERVICE」

「童」建「家」力量

本中心獲「攜手扶弱基金」贊助，推行為期兩年的「童」建「家」力量計劃。計劃是一個以「家」為本的支援計劃，透過本計劃可以為基層家庭注入力量，讓他們可以擺脫基層的困擾及弱勢的孤立，對未來重燃希望，增強他們維繫家的能力，協助他們建立快樂家庭的滿足感。

童創機會 - 幼兒發展及家庭支援

- ❑ 在中心設置感官遊戲家庭區角，讓親子可以透過遊戲，刺激幼兒的感統發展。
- ❑ 為家庭照顧者提供各類支援及輔導工作坊，主題包括家長個人情緒、生活壓力、管教困難以及新來港婦女面對文化差異與家人相處等問題。
- ❑ 舉行幼兒能力學習班組，包括大小肌肉發展、語言發展、自理發展、情緒及社交發展等範疇。

童來破限-強化育兒資源及家庭支援

- ❑ 提供幼兒基本的綜合能力測試 (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)。
- ❑ 舉行幼兒發展能力強化訓練班組。
- ❑ 舉行認識幼兒能力及提升管教技巧工作坊。



優質親一親-親子班組及活動

- ❑ 提供優質親子班組及活動(包括高/低結構歷奇、體驗式參觀或活動、運動或藝術減壓活動、義工活動及聯誼分享等活動)。

顧家童樂-幼兒及兒童照顧學習班

- ❑ 為基層家庭提供幼兒照顧學習班組。
- ❑ 為基層家庭提供兒童暑期照顧學習班組。

家添正能量-正向思維減壓班組及活動

- ❑ 為家長提供正向思維減壓班組。
- ❑ 為家長提供情緒減壓活動(包括低結構歷奇、體驗式參觀或活動、運動或藝術減壓活動及聯誼分享等活動)。

「童」建「家」力量  贊助

- 計劃中多元化的活動將會持續推出
- 與計劃相關的活動，會在活動內容中註明
- 同時計劃有報名資格及提交證明要求，詳情可以向負責活動的同事作出查詢。(本中心擁有最終活動取錄決定權，報名者必須接納)



幼兒感官角

幼兒感官角以親子為中心，主要為幼兒及家長提供玩樂天地。感官角亦會定期更換主題，增設不同裝飾及玩具，期望能刺激幼兒腦部發育，有助他們在感官上的發展。

感官角每 3 個月會更換一次主題，讓幼兒的學習經歷更多樣化及富有趣味。未來主題包括：

- ◇ 奇妙森林
- ◇ 探索宇宙
- ◇ 海洋奧秘
- ◇ 小小世界
- ◇ 天氣變變變
- ◇ 認識自己



多感官的探索及互動能促進幼兒發展，以至加強親子間的溝通。通過玩具及遊戲，我們期望增加幼兒和家長的互動，在進行遊戲期間，家長可嘗試以「幼兒角度」出發，觀察孩子的反應及需要。



服務期望：

透過玩具，我們可以了解到幼兒的發展需要。

幼兒感官角提供了不同材質、色彩斑斕的玩具及圖像，讓幼兒在視覺、觸覺或聽覺上接受不同程度的刺激。此外，玩具及遊戲對不同年齡階段的幼童帶來莫大裨益。在感官角中，幼兒們在遊玩過程時能互相觀察，透過與同齡交流和合作，進而促進社交及溝通技能。

開放時間及守則：幼兒感官角將於本中心開放時間供親子使用，家長及幼兒均需遵守幼兒感官角所張貼的使用規則。

*中心有權因應不同情況而暫停有關服務。敬請留意。



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 2023 年 1-4 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-2209-PS-001(A)/(B))

內容： 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。

日期： 第一期：9 月 5、19、26 日 (逢星期一)(班組編號：KT-2209-PS-001(1A)/(1B))
 第二期：10 月 3、10、17、24 日 (逢星期一)(班組編號：KT-2209-PS-001(2A)/(2B))
 第三期：11 月 7、14、21、28 日 (逢星期一)(班組編號：KT-2209-PS-001(3A)/(3B))
 第四期：12 月 5、12、19 日 (逢星期一)(班組編號：KT-2209-PS-001(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： \$240 (第二期、第三期)，\$180 (第一期、第四期)

探索樂遊遊 (班組編號：KT-2209-PS-002(A)/(B))

內容： 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。

日期： 第一期：9 月 7、14、21、28 日 (逢星期三)(班組編號：KT-2209-PS-002(1A)/(1B))
 第二期：10 月 5、12、19、26 日 (逢星期三)(班組編號：KT-2209-PS-002(2A)/(2B))
 第三期：11 月 9、16、23、30 日 (逢星期三)(班組編號：KT-2209-PS-002(3A)/(3B))
 第四期：12 月 7、14、21、28 日 (逢星期三)(班組編號：KT-2209-PS-002(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： 每期 \$240

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
✓	✗	✗	✓	✗	✗	

多元智能樂園 (班組編號 : KT-2209-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：9月9、16、23、30日 (逢星期五)(班組編號：KT-2209-PS-003(1A)/(1B)) 第二期：10月7、14、21、28日 (逢星期五)(班組編號：KT-2209-PS-003(2A)/(2B)) 第三期：11月4、11、18、25日 (逢星期五)(班組編號：KT-2209-PS-003(3A)/(3B)) 第四期：12月2、9、16、23日 (逢星期五)(班組編號：KT-2209-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 :	每期\$240

智趣 英語班 (班組編號 : KT-2209-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 :	11月17日至12月22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

親子互動 Zoom 一 Zoom (班組編號 : KT-2209-PS-005(A)/(B))

內容 :	班組以 Zoom 形式進行，導師會透過故事、手工及遊戲，配合親子教材套，設計適合親子的網上課堂，增加親子之間的互動，有助家長了解其幼兒的行為及能力，以居家教育形式讓幼兒延續學習。
節數 :	6 節
日期 :	11月19日至12月24日 (逢星期六)
時間 :	A 班：上午 10：00 至上午 11：00 B 班：上午 11：00 至中午 12：00
對象 :	親子 (1.5 至 3 歲幼兒及 1 名家長)
名額 :	6 對
費用 :	\$360
備註 :	參加者需開啟 Zoom 的視像功能進行互動；家長有機會需要在課堂前一星期到中心提取教材套裝。

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

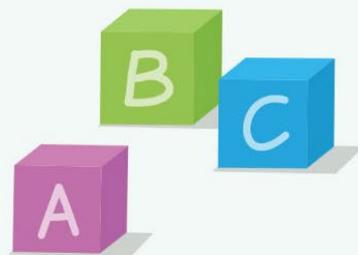
兒童發展六個範疇：大肌肉發展、小肌肉發展、認知發展、語言發展、自理發展、社交與情緒發展。

導師

資深特殊幼兒工作人員

服務流程

- ① 致電 2855 1611 預約，帶同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：\$450/\$90* (90分鐘)

* 來港未滿七年/綜援/低收入/失業人士家庭/正領取學生資助辦事處半額或全額資助/曾成功領取低收入在職家庭津貼或交通津貼家庭可申請80%費用減免

(備註：測試結果旨在讓家長對幼兒發展情況有初步參考，為家長提供跟進建議。如需接受更深入的專業評估或治療訓練，則需轉介註冊心理學家/專科治療師處理。)

個別訓練收費：\$450 (50分鐘)，訓練每4節預繳一次

小組訓練收費：\$150/\$30* (60分鐘)，3-5人一班，按班組節數收費

* 來港未滿七年/綜援/低收入/失業人士家庭/正領取學生資助辦事處半額或全額資助/曾成功領取低收入在職家庭津貼或交通津貼家庭可申請80%費用減免

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
✓	✗	✗	✓	✗	✗	

幼兒學前預備班

「童」建「家」力量  贊助

內容：	<p>本班組由註冊幼稚園老師教授，以小班教學形式，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，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>
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，初升 K1 需加強適應的幼童亦可報讀)
優先及費用減免特定對象：	<p>報名者的家庭如符合以下其中一項條件，經中心審批後，可獲優先及學費減半：</p> <p>新來港不足 7 年/綜援/入息中位數 50%/曾成功領取低收入在職家庭津貼或交通津貼/經學校轉介/經社工評估有支援需要。</p>
名額：	每班 6 人
備註：	<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>參加者需額外填寫「幼兒學前預備班-學生報名及登記表」。</p>

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		

9 月
6, 8, 13, 15, 20,
22, 27, 29/9
(1/9 暫停)

上午班 **KT-2209-KD-001(A)**
\$1280

下午班 **KT-2209-KD-001(B)**
\$1280

10 月
6, 11, 13, 18,
20, 25, 27/10
(4/10 暫停)

上午班 **KT-2209-KD-002(A)**
\$1120

下午班 **KT-2209-KD-002(B)**
\$1120

11 月
1, 3, 8, 10, 15, 17,
22, 24, 29/11

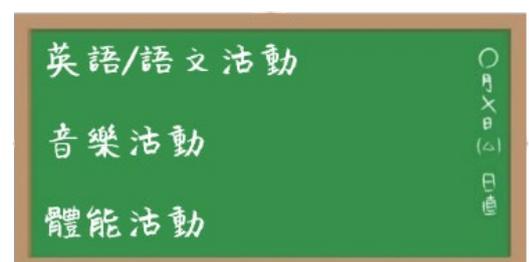
上午班 **KT-2209-KD-003(A)**
\$1440

下午班 **KT-2209-KD-003(B)**
\$1440

12 月
1, 6, 8, 13, 15, 20, 29/12
(22/12 及 27/12 暫停)

上午班 **KT-2209-KD-004(A)**
\$1120

下午班 **KT-2209-KD-004(B)**
\$1120



幼兒學前預備班

學習生活

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。



幼童能力提升系列

由具經驗註冊幼稚園教師任教，課程針對兒童發展理論及需要設計，以愉快學習為本，配以 6 節系統式訓練，提升幼童情緒、社交、專注、語言等方面能力。

情緒社交學習生

(班組編號：KT-2209-KD-005)

內容：通過故事及遊戲認識行為與情緒的關係，學習社交溝通行為，建立適當情緒抒發方法。

節數：6 節

日期：10 月 13 至 11 月 17 日 (逢星期四)

時間：K1 至 K2 學生下午 2:00 至 3:00
K2 至 K3 學生下午 3:00 至 4:00

地點：本中心

名額：6 人

費用：\$720
\$360*

生活自理小領袖

(班組編號：KT-2209-KD-006)

內容：生活自理能力訓練，強化孩子手眼協調、肢體靈活性等方面，有助改善穿衣及梳洗等日常自理技巧及能力。

節數：6 節

日期：11 月 24 至 12 月 29 日 (逢星期四)

時間：K1 至 K2 學生下午 2:00 至 3:00
K2 至 K3 學生下午 3:00 至 4:00

地點：本中心

名額：6 人

費用：\$720
\$360*

中文書寫樂繽紛

(班組編號：KT-2209-KD-007)

內容：利用有趣的活動對字型、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：10 月 15 至 11 月 19 日 (逢星期六)

時間：K1 至 K2 學生上午 10:00 至 11:00
K2 至 K3 學生上午 11:00 至 12:00

地點：本中心

名額：6 人

費用：\$720
\$360*

解難小專家

(班組編號：KT-2209-KD-008)

內容：運用不同解難遊戲，提高幼童個人專注力，建立共同專注、與人合作的習慣。

節數：6 節

日期：11 月 26 至 12 月 31 日 (逢星期六)

時間：K1 至 K2 學生上午 10:00 至 11:00
K2 至 K3 學生上午 11:00 至 12:00

地點：本中心

名額：6 人

費用：\$720
\$360*

* 綜援/低收入/失業人士家庭/正領取學生資助辦事處半額或全額資助/曾成功領取低收入在職家庭津貼或交通津貼家庭

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
✓	✗	✗	✓	✗	✗	

遊 戲模範生(班組編號：KT-2209-KD-009)

- 內容： 通過有趣刺激的遊戲考驗小朋友腦筋，就幼兒行為作出「示範、讚美、分享」，讓幼兒在活動體驗良好品德的重要性。
- 節數： 4 節
- 日期： 11 月 28 日、12 月 5、12 及 19 日(逢星期一)
- 時間： 下午 3：30 至下午 4：30
- 地點： 本中心
- 對象： 幼稚園學生
- 名額： 6 人
- 費用： \$40(中心資助活動)

專注 力提升小組 (班組編號：KT-2209-KD-010)

- 內容： 小朋友常常做功課不專注？經常忘記事情，記憶力弱？上課時候常常分心，要老師提醒？可能是執行功能及專注力出現狀況，本小組透過不同有趣的遊戲活動，提升小朋友的專注力、執行工作能力、記憶力及情緒調控能力，每節活動完結均有家居訓練建議配合，讓家長在家協助小朋友繼續進行延伸活動。
- 節數： 8 節
- 日期： 10 月 29 日至 12 月 17 日(逢 星期六)
- 時間： 下午 2：00 至 3：00
- 地點： 本中心
- 對象： K2-K3 學生
- 名額： 6 人
- 費用： \$480

「坐言起行」執行力提升小組 (班組編號：KT-2209-KD-011)

- 內容： 面對子女無心裝載、拖延的行為習慣，家長往往無計可施，非常激氣。本小組旨在訓練幼兒執行能力，提升注意力，控制自己的想法，組織、計劃行動，規範行為和情緒，控制分心與引誘，幫助幼兒迎向環境中的挑戰，改善學習效率。
- 節數： 8 節
- 日期： 11 月 4 日至 12 月 23 日(逢星期五)
- 時間： 下午 3：00 至下午 4：00
- 地點： 本中心
- 對象： K3 學生
- 名額： 8 人
- 費用： \$480

「童」建「家」力量  贊助**和諧粉彩 x 正向管教 (班組編號：KT-2209-FM-001)**

內容：小朋友常常不聽話？吩咐他做事情，卻唱反調，不合作？小小事情就發脾氣？想跟孩子好好溝通卻變成吵架？很多時候家長都會遇到上述的管教困難，明明很愛孩子，很想與他建立良好的關係，但事實往往事與願違。活動希望家長和小朋友透過繪畫和諧粉彩，在過程中學習如何跟孩子好好溝通，學習利用不同的說話技巧及方式，在過程中與孩子建立關係，共享一個快樂輕鬆的時間。

日期：11月12日(星期六)

時間：下午3:00至下午5:00

地點：本中心

對象：4歲或以上兒童及其家長

名額：5對

費用：\$100/*\$20(已包活動及材料費用)

**3-6歲幼兒親子活動教具製作工作坊 (班組編號：KT-2209-AD-020)**

內容：由具豐富幼兒教育培訓經驗導師，教導家長認識3-6歲兒童的能力發展，製作五大學習範疇教具：語文、早期數學、小手肌/口肌學習、STEAM、音樂樂器，協助家長與子女在家中邊玩邊學。

節數：5節

日期：11月19、26日至12月3、10、17日(逢星期六)

時間：下午3:00至下午5:00

地點：本中心

對象：3-6歲幼兒的家長、其他有興趣人士

名額：10人

費用：\$500/*\$100(已包活動及材料費用)

**「童.理.心.」幼兒情緒工作坊 (班組編號：KT-2209-AD-021)**

內容：當幼兒需要未得到滿足及理解時，往往出現哭喊吵鬧的情況。由資深幼兒教育工作導師與家長分析如何理解幼兒情緒表現，教導家長走入子女內心，應對情緒大爆發的瞬間。

日期：11月5日(逢星期六)

時間：下午3:00至下午5:00

地點：本中心

對象：2至6歲幼兒家長、其他有興趣人士

名額：10人

費用：\$50/*\$10



* 綜援/低收入/失業人士家庭/正領取學生資助辦事處半額或全額資助/曾成功領取低收入在職家庭津貼或交通津貼家庭

奶茶沖泡工作坊 (班組編號：KT-2209-AD-022)

內容： 講解奶茶及錫蘭茶基本知識，進行傳統絲襪奶茶沖泡示範，最後在導師指導下一人一壺DIY，調配最適合你味道的絲襪奶茶，讓家長享受周末學習的樂趣。

日期： 10月8日(星期六)

時間： 上午10:00至中午12:00

地點： 本中心

對象： 家長

名額： 10人

費用： \$50

聲頻·伸展 (班組編號：KT-2209-AD-023)

內容： 課堂為壓力較大及睡覺質素欠佳家長而設，運用簡單伸展動作放鬆身體，利用聲頻舒緩壓力，讓參加者從身心得到舒展，釋放日常照顧家庭、工作積壓而來的情緒壓力，重拾心、靈、平靜和諧感覺。

日期： 11月4、11、18、25日(逢星期五)

時間： 晚上7:00至8:15

地點： 本中心

對象： 家長

名額： 12人

費用： \$100

雪山/富士山擴香石製作 (班組編號：KT-2209-AD-024)

內容： 擴香石是一種無火香薰，不需要加熱或點火。透過表面微小的細孔、調節內外濕度以達至擴香效果。當香味揮發後，在表面滴上精油，便能再次擴香。可放置於玄關、衣櫃、洗手間、床頭等位置。

日期： 12月14日(星期三)

時間： 下午2:30至下午4:30

地點： 本中心

對象： 家長

名額： 15人

費用： \$50



英語智多 Fun (班組編號 : KT-2209-KD-012)

- 內容：在愉快輕鬆的學習環境下，以生動有趣的活動，包括歌曲、遊戲、手工、故事讓孩子接觸及學習英語，提升幼童英語聽、講、讀、寫能力。
- 節數：5 節
- 日期：10 月 3、10、17、24 及 31 日 (逢星期一)
- 時間：下午 4 : 00 至 5 : 00
- 地點：本中心
- 對象：K1 至 K3 學生
- 名額：6 人
- 費用：\$400

幼童音樂健體舞 (班組編號 : KT-2209-KD-013)

- 內容：學習利用身體跟隨音樂舞動，享受音樂、運動和舞蹈融為一體的樂趣。舞蹈可以鍛鍊心肺功能及增強運動耐力，效果顯著。學習過程中可增加靈活性和柔軟度，減低受傷和跌倒的風險。
- 節數：4 節
- 日期：10 月 7、14、21、28 日 (逢星期五)
- 時間：下午 3 : 00 至 4 : 00
- 地點：本中心
- 對象：K1 至 K3 學生
- 名額：6 人
- 費用：\$350

幼童戲劇班 (班組編號 : KT-2209-KD-014)

- 內容：透過話劇訓練、群體學習及排練，可以訓練幼童聲線與肢體上的表達。幼兒之間的互相觀察及模仿，亦能激發幼童的想像力、社交發展和表達能力，使他們勇於探索及與人溝通。
- 節數：4 節
- 日期：11 月 4、11、18、25 日 (逢星期五)
- 時間：下午 2 : 30 至 3 : 30
- 地點：本中心
- 對象：正就讀 K1-K3 幼稚園學生
- 名額：6 人
- 費用：\$320



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-2209-KD-015(1)

日期：	9 月 3、10、17、24 日 (逢星期六)	主題：	脆脆蔬菜芝士杯 彩色冰皮月餅 (奶黃餡) 花生醬朱古力曲奇 香噴噴流心杯
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-2209-KD-015(2)

日期：	10 月 8、15、22、29 日 (逢星期六)	主題：	香蕉角 飯糰小船 麵包布甸 萬聖節布朗尼
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-2209-KD-015(3)

日期：	11 月 5、12、19、26 日 (逢星期六)	主題：	我的小小盆栽布甸 交通燈麻糬串 和風小卷餅 彩虹曲奇
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-2209-KD-015(4)

日期：	12 月 3、10、17、24 日 (逢星期六)	主題：	雙色士的餅 芝士薯仔杯 雪球曲奇 聖誕雜果賓治
費用：	\$320 (已包括材料費)		
備註：	請自備圍裙及器皿盛載製成品		

親子甜品製作班

報名重要通知：

- 請自備器皿盛載製成品
- 所有親子班組/活動，須由 1 名家長陪同上課
- 參加兒童及陪同上課的家長報名時同樣需要持有效「樂群之友」咭
- 如因疫情影響，課程將轉為網上授課

時間：上午 11：15 至中午 12：45

地點：本中心

對象：1 名小學生及 1 名家長

名額：4 對親子

朱古力流心月餅 (班組編號：KT-2209-FM-002)

日期：9 月 3 日(星期六)

費用：\$100

備註：如網上授課，需在最少 1 天前到本中心領取材料包

兔仔冰皮月餅 (朱古力餅芝士餡) (班組編號：KT-2209-FM-003)

日期：9 月 10 日(星期六)

費用：\$100

備註：如網上授課，需在最少 1 天前到本中心領取材料包

萬聖節搖搖曲奇 (班組編號：KT-2209-FM-004)

日期：10 月 22 日(星期六)

費用：\$100

備註：如網上授課，需在最少 1 天前到本中心領取材料包

脆脆麻糬波波 (原味及朱古力味) (班組編號：KT-2209-FM-005)

日期：11 月 12 日(星期六)

費用：\$100

備註：如網上授課，需在最少 1 天前到本中心領取材料包

曲奇聖誕樹 (班組編號：KT-2209-FM-006)

日期：12 月 17 日(星期六)

費用：\$100

備註：如網上授課，需在最少 1 天前到本中心領取材料包

聖誕樹蛋糕 (班組編號：KT-2209-FM-007)

日期：12 月 24 日(星期六)

費用：\$100

備註：如網上授課，需在最少 1 天前到本中心領取材料包

親子歷奇體驗日營 (班組編號：KT-2209-FM-008)

內容：	前往本地訓練營地，完成刺激有趣的歷奇關卡挑戰，建立正面的共同經驗，增加親子之間的了解，促進溝通及關係。
日期：	11月20日(星期日)
時間：	上午9:30至下午6:00
集合及 解散地點：	堅尼地城地鐵站B出口
對象：	K2-小三兒童及其家長
名額：	10對
費用：	每人\$50
備註：	此費用已獲計劃80%贊助，當中已包括活動、旅遊巴、膳食費用

農場體驗親子遊(班組編號：KT-2209-FM-009)

內容：	到訪本地農場，參加者可親自體驗造紙過程；製作專屬自己的有機麵包；親自使用農具進行基本田務，和大自然親密接觸一天。
日期：	11月5日(星期六)
時間：	上午8:30至下午4:30
集合及 解散地點：	堅尼地城地鐵站B出口
對象：	K2-小三兒童及其家長
名額：	9對
費用：	每人\$80
備註：	此費用已獲計劃80%贊助，當中已包括活動、旅遊巴費用

親子紮染工作坊(班組編號：KT-2209-FM-010)

內容：	課堂中，導師會教授染布技巧，透過將部分布紮起來，使該部分避免著色，從而產生獨特的圖案，製作獨一無二的布袋。
日期：	10月29日(星期六)
時間：	下午3:00至5:00
地點：	本中心
對象：	4-10歲兒童及其家長
名額：	8對
費用：	每人\$100
備註：	此費用已獲計劃80%贊助，當中已包括活動、旅遊巴費用



兒童親子義工隊

班組編號：KT-2209-FM-011

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：幼稚園K3至小三學童及其家長)

活動預告

9月

年度聚會

家長及學童們彼此共同分享過往義工經歷及成果。此外，更為未來義工工作定下新目標。

10月

義工「前哨戰」

學習不同義工小技能，同時更學習溝通技巧，應用到親子關係及小組內，讓「準義工」能夠發揮所長。

如對本義工組有任何查詢，歡迎致電 2855 1611 聯絡 Kenny Sir

2022/2023 學年功課輔導班

(班組編號:KT-2209-CY-001)



功課輔導班因疫情改為網上授課，實踐停課不停學的理念，即使在家仍能查問功課，趕上學習進度。

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\$1000

如有查詢，可致電28551611

與負責職員聯絡



Love to Speak – 英語主題會話文法班 (班組編號 : KT-2209-CY-002/3(1)/(2)/(3)/(4))

- 內容： 本班組以輕鬆有趣的方式進行教學，鞏固參加者的文法基礎及提升英語的會話能力。
- 節數： 每期 4 節
- 日期： 逢星期四
(第一期) 9 月 8、15、22 及 29 日； (第二期) 10 月 6、13、20 及 27 日；
(第三期) 11 月 3、10、17 及 24 日； (第四期) 12 月 1、8、15 及 29 日
- 時間： 初小 (KT-2209-CY-002) 下午 4:00 至 5:00 高小 (KT-2209-CY-003) 下午 5:00 至 6:00
- 地點： 本中心
- 對象： 小一至小六學生
- 名額： 每班 8 人
- 費用： 每期 \$200
- 備註： 最終上課形式由本中心因應疫情發展決定，參加者必須接納。

**我手寫我心 – 中文寫作班 (班組編號 : KT-2209-CY-004/5(1)/(2)/(3)(4))**

- 內容： 寫作訓練能拓展同學創意思維、觀察能力，同時亦是中國語文中重要的一環。透過創意寫作，可提升語文書寫技巧。
- 節數： 每期 4 節
- 日期： 逢星期三
(第一期) 9 月 7、14、21 及 28 日； (第二期) 10 月 5、12、19 及 26 日；
(第三期) 11 月 2、9、16 及 23 日； (第四期) 12 月 7、14、21 及 28 日
- 時間： 初小 (KT-2209-CY-004) 下午 4:00 至 5:00 高小 (KT-2209-CY-005) 下午 5:00 至 6:00
- 地點： 本中心
- 對象： 小一至小六學生
- 名額： 每班 8 人
- 費用： 每期 \$200
- 備註： 最終上課形式由本中心因應疫情發展決定，參加者必須接納。

**暖笠笠廚房 – 兒童烹飪班 (班組編號 : KT-2209-CY-006/7)**

- 內容： 本班組除了讓兒童學習製作不同美味的食物及體驗烹飪的樂趣外，更希望兒童可以學習烹飪這個生活技能，培養他們的獨立自理能力。
- 節數： 4 節
- 日期： 9 月 3、10、17 及 24 日 (逢星期六)
- 時間： 初小 (KT-2209-CY-006) 下午 2:00 至 3:30 高小 (KT-2209-CY-007) 下午 4:00 至 5:30
- 地點： 本中心
- 對象： 小一至小六學生
- 名額： 每班 6 人
- 費用： \$360 (已包括材料費)
- 備註： 最終上課形式由本中心因應疫情發展決定，參加者必須接納。



兒童主題輕黏土製作班 (班組編號 : KT-2209-CY-008(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： 3 節
逢星期六
- 日期： (第一期) 9 月 10、17 及 24 日 ; (第二期) 10 月 8、15 及 29 日 ;
(第三期) 11 月 5、19 及 26 日 ; (第四期) 12 月 3、10 及 31 日 ;
- 時間： 上午 11:00 至中午 12:00
- 地點： 本中心
- 對象： 6 至 12 歲兒童
- 名額： 8 人
- 費用： 每期 \$210 (已包括材料費)
- 備註： 最終上課形式由本中心因應疫情發展決定，參加者必須接納。

兒童非洲鼓班 (班組編號 : KT-2209-CY-009(1)/(2))

- 內容： 非洲鼓操作簡單，無需樂譜，跟隨著節奏就能奏出富有節奏感的音樂。而且非洲鼓需要配合其他鼓手一同合奏，鍛練團隊合作之餘，更能訓練兒童的「手耳協調」。
- 節數： 7 節
- 日期： 逢星期一
(第一期) 9 月 5 日至 10 月 24 日 (9 月 12 日暫停); (第二期) 11 月 7 日至 12 月 19 日
- 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： 每期 \$420

兒童跆拳道班 (班組編號 : KT-2209-CY-010(1)/(2))

- 內容： 學習跆拳道不但可以強身健體、鍛練肌肉和心肺功能，小朋友更可以透過這項運動學習競賽的禮儀，學習互相尊重。
- 日期： 逢星期五
(第一期) 9 月 2 日至 10 月 28 日 (9 節) ; (第二期) 11 月 4 日至 12 月 23 日 (8 節)
- 時間： 下午 4:30 至 6:00
- 地點： 本中心
- 對象： 6 至 12 歲兒童
- 名額： 6 人
- 費用： 第一期 \$450 ; 第二期 \$400
- 備註： 參加者請自行準備運動服裝及運動鞋。

兒童綜合畫班 (班組編號 : KT-2209-CY-011(1)/(2))

- 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： 4 節
- 日期： 逢星期六
(第一期) 11 月 5、12、19 及 26 日； (第二期) 12 月 3、10、17 及 24 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： 6 人
- 費用： 每期 \$200 (已包括材料費)
- 備註： 最終上課形式由本中心因應疫情發展決定，參加者必須接納。

兒童流沙畫製作工作坊 (班組編號 : KT-2209-CY-012)

- 內容： 流沙畫兼具藝術性和觀賞性，過程千變萬化，相信兒童看著七彩的沙子如沙漏緩緩留下來都會被深吸引。
- 節數： 1 節
- 日期： 12 月 18 日 (星期日)
- 時間： 上午 10:00 至中午 12:00
- 地點： 本中心
- 對象： 6 至 12 歲兒童
- 名額： 12 人
- 費用： \$330

兒童聖誕特色小廚房 (班組編號 : KT-2209-CY-013/14)

- 內容： 聖誕佳節除了聖誕禮物，還有不同的聖誕主題的食物。如果小朋友想在聖誕節製造美味的主題食物與家人分享就不要錯過啦！
- 節數： 1 節
- 日期： 12 月 24 日 (星期六)
- 時間： 初小 (KT-2209-CY-013) 下午 2:00 至 3:30；高小 (KT-2209-CY-014) 下午 3:45 至 5:15
- 地點： 本中心
- 對象： 6 至 12 歲兒童
- 名額： 每班 8 人
- 費用： \$200

新一Teen

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。

今次「新一Teen」計劃也希望與同學們一同嘗試新的事物，認識不同的人，亦在不同的經歷裡反思學習去豐富自己的思維。

計劃元素

著重其他學習經歷，渴望嘗新

- 新朋友
- 新體驗
- 新思維

著重表達，實踐自我

- 凡完成 A 類及 B 類活動各一可獲中心證書
- 學習欣賞自己及分享自己的想法

計劃對象

中一至中五學生



課後好時光 – 多元興趣體驗小組 (班組編號：KT-2209-CY-015)

內容：	此小組為希望發掘自己不同興趣的青年而設，主要由中心社工帶領，內容包括烹飪、才藝、外出體驗等活動，非常適合想認識朋友又想嘗試不同活動的你。
節數：	4 節
日期：	12 月 2、9、16 及 23 日 (逢星期五)
時間：	下午 5:00 至下午 6:00
地點：	本中心
名額：	6 人
費用：	\$200



學習加油站 – 英文 Grammar 提升班 (班組編號 : KT-2209-CY-016-1/2/3/4)

- 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：每期 4 節
- 日期：逢星期六
(第一期) 9 月 3、10、17 及 24 日； (第二期) 10 月 8、15、22 及 29 日；
(第三期) 11 月 5、12、19 及 26 日； (第四期) 12 月 3、10、17 及 24 日
- 時間：上午 10 : 00 至 11 : 00
- 地點：本中心
- 名額：6 人 (中一至中二學生)
- 費用：每期 \$200

**學習加油站 – 中文寫作學習班 (班組編號 : KT-2209-CY-017-1/2/3/4)**

- 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：每期 4 節
- 日期：逢星期六
(第一期) 9 月 3、10、17 及 24 日； (第二期) 10 月 8、15、22 及 29 日；
(第三期) 11 月 5、12、19 及 26 日； (第四期) 12 月 3、10、17 及 24 日
- 時間：上午 11 : 00 至中午 12 : 30
- 地點：本中心
- 名額：6 人 (中一至中二學生)
- 費用：每期 \$260

**學習加油站 – 數學提升班 (班組編號 : KT-2209-CY-018-1/2/3/4)**

- 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：每期 4 節
- 日期：逢星期六
(第一期) 9 月 3、10、17 及 24 日； (第二期) 10 月 8、15、22 及 29 日；
(第三期) 11 月 5、12、19 及 26 日
- 時間：中午 12 : 30 至下午 1 : 30
- 地點：本中心
- 名額：6 人 (中一至中二學生)
- 費用：每期 \$200



浮游花製作班 (班組編號 : KT-2209-CY-019)

內容：浮游花 Herbarium 起源於日本，透過礦物油或浮游花專用油把花材保留，花材在瓶子內呈現出輕透漂浮感，十分治癒。參加者可自行配搭，製作出獨一無二的作品。

日期：10月15日(星期六)

時間：中午12:00至下午1:00

地點：本中心

對象：13至18歲

名額：8人

費用：\$50

**秘密花園手繪班 (班組編號 : KT-2209-CY-020)**

內容：當專注於繪畫秘密花園的過程中，有助釋放情緒，把內心的情感通過繪畫的形式表達出來。期望透過這一小時，令參加者放鬆身心，傾聽自己的內心。

日期：10月29日(星期六)

時間：中午12:00至下午1:00

地點：本中心

對象：13至16歲

名額：8人

費用：\$50

韓語入門班 (班組編號 : KT-2209-CY-021)

內容：透過課程，可讓參加者對韓語發音和對話有基本概念，輕鬆說出簡易的韓語。

節數：6節

日期：11月12日至12月17日(逢星期六)

時間：上午11:00至中午12:00

地點：本中心

對象：13至16歲

名額：6人

費用：\$300



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：個別面談活動 (由註冊社工提供)

收費：中心資助免費活動

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

性質：個別面談活動

收費：中心資助免費活動

歡迎致電 2855 1611 預約服務

職位招聘

樂群社會服務處-健美良坊

1. 助理項目文員 (時薪\$45)

-良好電腦運用及溝通技巧

2. 銷售助理 (時薪\$50，另加佣金)

-良好電腦運用、銷售及溝通技巧、了解身體護理的行業發展趨勢

3. 按摩師 (日薪\$300 至\$380，另加佣金)

-具按摩課程證書及相關經驗

4. 美容師(面部及身體) (時薪\$45-50，另加佣金)

-具認可美容證書及相關經驗

職涯探索工作坊 (班組編號 : KT-2209-AD-001)

- 內容： 通過工作坊增加自我認識，了解職業興趣，探索未來的職業方向。
- 節數： 4 節
- 日期： 10 月 5、12、19、26 日 (逢星期三)
- 時間： 下午 3 : 00 至下午 4 : 00
- 地點： 本中心
- 對象： 16 歲或以上人士
- 名額： 8 人
- 費用： 免費 (中心資助活動費用)

招募兒童班組導師

童心導航導師網絡

本中心現誠意邀請社區有一技之長的專業人士加入“童心導航導師網絡”，以豐富的教學經驗和人生閱歷為有需要之兒童提供以下不同類型的多元化成長工作坊及課堂：

專科

- ◆ 包括專科學習班(中英數常)等
- ◆ 學歷：大專程度以上

社交

- ◆ 包括溝通技巧,與人合作能力,社交禮儀,守規矩與紀律等
- ◆ 學歷：持相關證書

才藝

- ◆ 包括小結他, 科學小實驗, 陶藝手工班, 創意小廚房等
- ◆ 學歷：持相關證書

薪酬面議，工作時間可作彈性配合，歡迎致電2855 1611或
WhatsApp 5598 5906

工作與兒童有關，導師需自願進行《性罪行定罪紀錄查核》

新來港人士服務

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。

香港社區認識班 (班組編號：KT-2209-NA-001)

- 內容： 了解香港社會資源 (公共福利、社區組織等)，從而提升個人自處能力，適應香港環境。
- 節數： 4 節
- 日期： 9 月 8、15、22、29 日 (逢星期四)
- 時間： 上午 10 : 30 至 12 : 00
- 地點： 本中心
- 對象： 16 歲或以上，來港未滿七年人士
- 名額： 8 人
- 費用： 免費 (中心資助活動費用)

「其實唔難」廣東話班 (班組編號：KT-2209-NA-002)

- 內容： 由社工負責，以輕鬆及小班教學形式，加強廣東話溝通能力，以及深入了解廣東話。瞭解香港文化外更可應付日常生活或工作的需要。
- 節數： 4 節
- 日期： 10 月 20 至 11 月 10 日 (逢星期四)
- 時間： 上午 10 : 30 至 12 : 00
- 地點： 本中心
- 對象： 16 歲或以上，來港未滿七年人士
- 名額： 8 人
- 費用： 免費 (中心資助活動費用)

抗壓瑜珈班(班組編號：KT-2209-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：9月5、19、26日 (3節，費用:\$180)(班組編號：KT-2209-AD-002(1))

第二期：10月3、10、17、24、31日 (5節，費用:\$300)(班組編號：KT-2209-AD-002(2))

第三期：11月7、14、21、28日 (4節，費用:\$240)(班組編號：KT-2209-AD-002(3))

第四期：12月5、12、19日 (3節，費用:\$180)(班組編號：KT-2209-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

瑜伽伸展班(班組編號：KT-2209-AD-003(1)/(2)/(3)/(4))

內容：由專業導師教授，內容較易掌握，伸展動作較緩和及鬆弛，適合初學者參加，藉此消除肌肉緊張，紓解壓力。

日期：逢星期三

第一期9月7、14、21、28日 (4節，費用：\$200)(班組編號：KT-2209-AD-003(1))

第二期10月5、12、19、26日 (4節，費用：\$200)(班組編號：KT-2209-AD-003(2))

第三期11月2、9、16、23、30日 (5節，費用：\$250)(班組編號：KT-2209-AD-003(3))

第四期12月7、14、28日 (3節，費用：\$150)(班組編號：KT-2209-AD-003(4))

時間：下午5:15至6:15(9月)；下午5:30至6:30(10月-12月)

地點：堅尼地城社區綜合大樓活動室(9月)；本中心活動室(10月-12月)

對象：16歲以上人士(男女均可)

名額：20人(9月)；6人(10月-12月)

漸進瑜珈班(班組編號：KT-2209-AD-004(1)/(2)/(3)/(4))

*本課程為漸進式活動，沒有瑜伽經驗人士/初學者可考慮先報讀瑜伽伸展班

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9月7、14、21、28日 (4節，費用：\$200)(班組編號：KT-2209-AD-004(1))

第二期10月5、12、19、26日 (4節，費用：\$200)(班組編號：KT-2209-AD-004(2))

第三期11月2、9、16、23、30日 (5節，費用：\$250)(班組編號：KT-2209-AD-004(3))

第四期12月7、14、28日 (3節，費用：\$150)(班組編號：KT-2209-AD-004(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(9月)；本中心活動室(10月-12月)

對象：16歲以上人士(男女均可)

名額：20人(9月)；15人(10月-12月)

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-2209-AD-005(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 9月7、14、21、28日 (4節，費用：\$320)(班組編號：KT-2209-AD-005(1))
 第二期 10月5、12、19、26日 (4節，費用：\$320)(班組編號：KT-2209-AD-005(2))
 第三期 11月2、9、16、23、30日 (5節，費用：\$400)(班組編號：KT-2209-AD-005(3))
 第四期 12月7、14、21、28日 (4節，費用：\$320)(班組編號：KT-2209-AD-005(4))

時間： 下午2:00至下午4:00

地點： 本中心活動B室

對象： 16歲以上人士(男女均可)

名額： 6人

拉筋伸展運動 (班組編號：KT-2209-AD-006 (1)/(2)/(3)/(4))**(班組編號：KT-2209-AD-007 (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12:30

第一期 9月2、9、16、23、30日 (5節，費用：\$300)(班組編號：KT-2209-AD-006(1))
 第二期 10月7、14、21、28日 (4節，費用：\$240)(班組編號：KT-2209-AD-006(2))
 第三期 11月4、11、18、25日 (4節，費用：\$240)(班組編號：KT-2209-AD-006(3))
 第四期 12月2、9、16、23日 (4節，費用：\$240)(班組編號：KT-2209-AD-006(4))

逢星期四 下午4:00至5:30

第一期 9月1、8、15、22、29日 (5節，費用：\$300)(班組編號：KT-2209-AD-007(1))
 第二期 10月6、13、20、27日 (4節，費用：\$240)(班組編號：KT-2209-AD-007(2))
 第三期 11月3、10、17、24日 (4節，費用：\$240)(班組編號：KT-2209-AD-007(3))
 第四期 12月1、8、15、22、29日 (5節，費用：\$300)(班組編號：KT-2209-AD-007(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!

基礎體適能運動班 (班組編號 : KT-2209-AD-008(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 :	逢星期六 第一期：9月3、10、17、24日 (費用:\$280)(班組編號：KT-2209-AD-008(1A)/(1B)) 第二期：10月8、15、22、29日 (費用:\$280)(班組編號：KT-2209-AD-008(2A)/(2B)) 第三期：11月5、12、19、26日 (費用:\$280)(班組編號：KT-2209-AD-008(3A)/(3B)) 第四期：12月3、10、17、24日 (費用:\$280)(班組編號：KT-2209-AD-008(4A)/(4B))
時間 :	A 班：中午 12 : 00 至下午 1 : 00 B 班：下午 1 : 00 至 2 : 00
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

強肌有氧運動班 (班組編號 : KT-2209-AD-009(1)/(2)/(3)/(4))

內容 :	課程透過加強上下肢和核心肌肉的肌力，以致維持良好姿勢，減低骨折、跌倒等風險，期望有效預防和改善肌肉隨著年齡增長而快速流失問題。其中亦會加入有氧運動和伸展運動學，提升心肺能力。
日期 :	逢星期四 第一期：9月8、22、29日 (3節，費用:\$210)(班組編號：KT-2209-AD-009(1)) 第二期：10月6、13、20、27日 (4節，費用:\$280)(班組編號：KT-2209-AD-009(2)) 第三期：11月3、10、17、24日 (4節，費用:\$280)(班組編號：KT-2209-AD-009(3)) 第四期：12月1、8、15、29日 (4節，費用:\$280)(班組編號：KT-2209-AD-009(4))
時間 :	下午 7 : 00 至 8 : 30
地點 :	本中心或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

消脂增肌耐力訓練班 (班組編號 : KT-2209-AD-010(1)/(2)/(3)/(4))

內容 :	課程為體能較佳的人士推出肌肉耐力訓練，以自身體重配合不同的健身用具，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 9月5、19、26日 (3節，費用:\$210)(班組編號：KT-2209-AD-010(1)) 第二期 10月3、10、17、24日 (4節，費用:\$280)(班組編號：KT-2209-AD-010(2)) 第三期 11月7、14、21、28日 (4節，費用:\$280)(班組編號：KT-2209-AD-010(3)) 第四期 12月5、12、19日 (3節，費用:\$210)(班組編號：KT-2209-AD-010(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！

實用旅遊日語 (班組編號 : KT-2209-AD-011)

- 內容： 本課程旨在無需日語根基，透過學習一部分實用句子、字詞及旅遊小知識，讓你輕鬆應對在日旅行時各種常見的情況。
- 節數： 4 節
- 日期： 11 月 9、16、23、30 日 (逢星期三)
- 時間： 下午 3 : 00 至 4 : 00
- 地點： 本中心
- 對象： 16 歲或以上人士
- 名額： 8 人
- 費用： \$400

園藝基礎班 (班組編號 : KT-2209-AD-012)

- 內容： 由專業園藝導師教授進行不同的園藝活動，如何跟進植物種植的情況。培養參加者對種植的興趣，並藉照料植及欣賞植物，使身心得以放鬆，改善情緒、減輕壓力。
- 節數： 4 節
- 日期： 9 月 9、16、23、30 日 (逢星期五)
- 時間： 上午 10 : 30 至中午 12 : 00
- 地點： 本中心
- 對象： 16 歲或以上人士
- 名額： 8 人
- 費用： \$400(包材料費)

綜合繪畫班 (班組編號 : KT-2209-AD-013)

- 內容： 課程將教授使用不同的顏料同時運用在畫作之中，過程讓參加者學習不同顏料的特性及其運用技巧，掌握綜合畫的繪畫技巧。
- 節數： 4 節
- 日期： 11 月 7、14、21、28 日 (逢星期一)
- 時間： 上午 10 : 30 至 12 : 00
- 地點： 本中心
- 對象： 16 歲以上人士
- 名額： 8 人
- 費用： \$200

社區網『樂』義工組 (班組編號：KT-2209-AD-014)

2022-23 年度活動預告(月份/內容)：

9 月

義工訓練講座

10 月

探訪大行動(視乎疫情)

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 (Kenny Sir)

自在人生 自學計劃

Capacity Building Mileage Programme

對象：

凡年滿 18 歲的香港居民，不論性別、學歷、背景、種族均可參加。

課程簡介：

「自在人生自學計劃」是由婦女事務委員會倡議發起、香港都會大學李嘉誠專業進修學院及電台伙伴合辦，為針對婦女需要而設的創新學習計劃，旨在提高參加者的學習能力，幫助她他們培養求知慾、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。本計劃提供數十個特別編撰、涉及不同範疇的面授、電台及網上課程，由各區非政府機構參與協辦安排，讓全港有興趣人士自由選讀。

課程特色

- 開放式學習，不設入學要求，有興趣人士皆可報讀
- 課程內容配合婦女的生活需要而設計
- 學習模式靈活彈性，方便學員日常生活時間管理
- 計劃設有多級證書頒發，鼓勵學員逐步提升自我
- 設多個網上課程，緊貼資訊科技發展

學習模式

- 提供面授、電台、及網上三種學習模式課程。
- 每學年三個學期，分別於 3 月、7 月及 11 月開課。
- 每個課程為期約十三週，學習模式靈活彈性，讓學員可靈活安排各樣事務和學習時間。

積分計劃 — 記錄自我提升的階段成就

學員修讀課程後累積足夠「積分」，可獲香港都會大學李嘉誠專業進修學院頒發不同級別的「自在人生自學計劃」證書，鼓勵學員積極參與本計劃，努力持續進修。

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

留一天與「我」喘息 - 正向情緒班

疫情下的你還過得好嗎？壓力很大？

你了解如何抒發情緒？

甚麼是正向心態？

一起學習快樂的秘訣吧！

透過五節的小組活動，共同學習正向態度，
提升快樂程度，如何應對負面情緒。

日期：12月2、9、16、23 (逢星期五)及29日 (星期四)

時間：上午11：00至中午12：30 (1.5小時)

地點：本中心活動室

對象：婦女

費用：全免

名額：8名

活動編號：KT-2209-AD-015

如有查詢可致電 2855 1611 (Kenny Sir)

我是誰？九型人格工作坊（班組編號：KT-2209-AD-016）

- 內容：** 小組利用「九型人格」工具讓參加者清楚了解自己性格、社交關係，從而重新認識自己。此外利用該工具更可以提升對不同群體的洞察力，學習了解對方性格特質，以及有效改善與不同群體的相處及溝通之道。
- 節數：** 4 節
- 日期：** 10 月 11 至 11 月 1 日（逢星期二）
- 時間：** 上午 11：00 至中午 12：30
- 地點：** 本中心
- 對象：** 婦女
- 名額：** 8 人
- 費用：** 免費（中心資助活動費用）

初階手機攝影工作坊（班組編號：KT-2209-AD-017）

- 內容：** 利用手機代替傳統相機去拍攝出不同風格的相片，同時了解及學習手機內的攝影功能，教參加者如何靈活運用手機影相。
- 節數：** 2 節
- 日期：** 11 月 11 及 18 日（逢星期五）
- 時間：** 上午 11：00 至中午 12：30
- 地點：** 第一節：本中心，第二節：香港公園
- 對象：** 婦女
- 名額：** 10 人
- 費用：** 免費（中心資助活動費用）
- 備註：** 參加者需要自備智能電話以備拍攝。

「樂在社群」婦女組 (班組編號：KT-2209-AD-018)

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。9至12月份的最新活動推介如下：



聚會日期：9月6、27日，10月28日，
11月22日，12月20日

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 (Kenny Sir & 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。

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



手部磨砂體驗 (班組編號 : KT-2209-SE-001)

內容 :	磨砂能溫和有效地去除手部皮膚角質，變得更加光滑，打造成極致柔潤觸感的雙手，配合手部按摩，舒緩酸痛。
節數 :	1 節
日期 :	10 月 28 日 (星期五)
時間 :	下午 3 : 00 至下午 4 : 30
地點 :	本中心
對象 :	16 歲或以上人士 (男女均可)
名額 :	10 人
費用 :	\$50

日常肌膚保養班 (班組編號 : KT-2209-SE-002)

內容 :	做好日常護膚，再配合提拉按摩，有助去水腫及使淋巴暢通，令面形輪廓更立體、肌膚更緊緻。課程中會教導參加者如何去選擇適合自己肌齡的護膚方法，配合特別的按摩手法以及美容師的護膚小貼士，令肌膚重現活力。
節數 :	1 節
日期 :	11 月 25 日 (星期五)
時間 :	上午 11 : 00 至下午 12 : 00
地點 :	本中心
對象 :	16 歲或以上人士 (男女均可)
名額 :	10 人
費用 :	\$50

低頭族肩頸舒緩班 (班組編號 : KT-2209-SE-003)

內容 :	隨著智能手機的普及化，香港人都成為了「低頭族」一份子。按醫院管理局的資料，肩頸痛有年輕化的跡象。長期低頭工作或使用電子產品，除了引致頸椎問題外，更會令肌肉緊張，引起肩頸、手的痛症。本課程會介紹「低頭族」經常出現的痛症，並教授紓緩有關痛症的按摩技巧。
節數 :	1 節
日期 :	12 月 16 日 (星期五)
時間 :	下午 3 : 00 至下午 4 : 30
地點 :	本中心
對象 :	16 歲或以上人士 (男女均可)
名額 :	10 人
費用 :	\$50



企業介紹

樂群社會服務處轄下社會企業健美良坊2008年正式營運，為中西區居民提供一站式個人護理服務，包括美容、淋巴排毒、全身、腳底及肩頸按摩，亦售賣美肌健康產品。服務以「打造健與美」為口號，務求以優雅舒適的環境、合理的價格以及專業的服務，讓顧客享用優質服務，取得內外健康與美麗。十年來健美良坊為過百名有就業需要人士提供工作及培訓機會，協助員工提升工作技能，累積工作經驗，重新投入勞動市場。

50歲或以上人士的健美需要

身體

慢性痛症一般由受傷、肌肉關節勞損、身體部位長期受壓、關節退化或慢性發炎等引起，加上年紀增長新陳代謝減慢，受損的組織不易復原。慢性痛症除了影響身體，更會引起負面情緒，因痛症減少活動，加速身體退化，加劇痛症，形成惡性循環。針對性推拿按摩有助舒緩痺痛影響，適量伸展及帶氧運動有助從根源改善身體狀況。

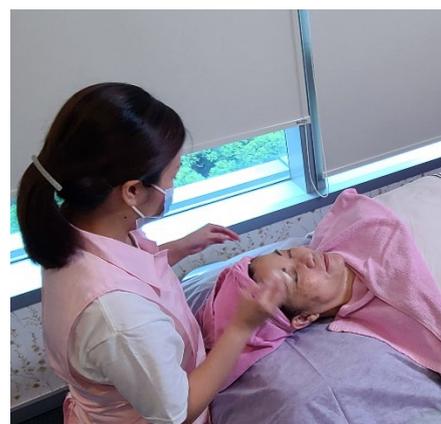


肌膚

面對明顯的膚質轉變，肌膚表皮層變薄、真皮層的彈性及膠原蛋白纖維逐漸流失，皮下脂肪則慢慢萎縮，皮膚組織失去彈力與支撐，皮膚出現紋路及鬆弛。

保養三部曲：

- ① 先徹底清潔臉上污垢。
- ② 注意防曬，阻絕紫外線接觸肌膚，延緩老化。
- ③ 使用滋潤保濕緊緻提亮的產品，為注入皮膚水份及營養，結合手法及導入儀器促進皮膚血液循環，保持彈性。



健美良坊

Health & Beauty

健美良坊 2020年再次獲得民政事務總署「伙伴倡自強」社區協作計劃撥款支持，推出擴展服務「健美人生50+」，針對50歲或以上顧客的健美需要，提供更全面的美容按摩及健體服務體驗。



查詢及預約專線： **2855 1611** (敬請預約)

WhatsApp： **9388 9737**

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

營業時間：
星期一至五 上午11:00 - 晚上9:00
星期六、日及公眾假期 上午10:00 - 下午6:00



Website



Facebook

一站式美容按摩及健體服務



打造
健與美

健美人生 50+

Healthy & Beautiful Life

針對50+人士 健美需要的全新系列服務

熟齡皮膚美容療程

奧米加•魚子 激活超抗痕嫩膚療程
修護膚質，預防肌膚老化，幫助肌膚恢復活力，修復紫外線造成的侵害，抗氧化及自由基，增強細胞再生

菁靈天然花水香薰護理
運用菁靈天然花水及香薰油進行護理，針對缺水成熟肌膚，滋潤減壓，補充皮膚養分，保持細緻幼嫩

**藍銅光鑽
5重水療晶肌療程**
超效保濕，更新底層細胞，明亮肌膚

逆轉肌齡幹細胞再生療程
撫平細紋，逆齡嫩膚，緊緻肌膚，增強皮膚彈性

去皺收緊眼部療程
收緊淡化小皺紋、魚尾紋，提升眼周下垂肌膚及改善色澤，眼部倍顯明亮



痺痛舒緩按摩

肩頸按摩
以穴位按壓手法舒緩肩頸繃緊肌肉

腳底按摩
按摩足底穴位，刺激反射區，改善足部血液循環

全身按摩
以中式推拿手法刺激身體穴位，舒緩肌肉，疏通經絡

淋巴排毒按摩
以推拿疏通淋巴，協助排毒及去水腫

刮痧拔罐
利用工具排走體內寒邪毒素，調節氣血，溫經通絡





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



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。

哥爾夫樂「童」行—親子體驗活動

班組編號：KT-2209-FM-012(1)/(2)/(3)/(4)

活動會帶親子前往位於粉嶺的香港哥爾夫球會，由球會教練指導參加者進行哥爾夫球親子體驗活動，親子能夠掌握基本揮桿技巧，體驗打高爾夫球的樂趣。活動亦會安排親子參觀，球會內有多種珍貴物種，可藉此讓學童認識物種多樣性和持續自然生態平衡的重要。期望透過活動，令家長及子女放鬆身心，增進親子關係，度過充實愉快的一天。

日期：逢星期日

9月18日(星期日)(班組編號：KT-2209-FM-012(1))

10月2日(星期日)(班組編號：KT-2209-FM-012(2))

11月20日(星期日)(班組編號：KT-2209-FM-012(3))

12月11日(星期日)(班組編號：KT-2209-FM-012(4))

(只可選擇一個日期)

時間：上午7:45至下午3:00(午餐會由球會安排)

集合地點：堅尼地城地鐵站B出口

對象：親子(4-14歲兒童及其家長)

名額：15對

費用：每人\$50按金



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

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。



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

紅色小巴：旺角彌街 <-> 西環北街

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