



樂群社會服務處
Lok Kwan Social Service

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

2023年 9至12月 中心通訊

如有興趣參加通訊內之活動
請於9月4日上午11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

✉ tw@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 友營豐膳
- 08 「劏房」租務管制資訊平台
- 09 「共創明teen」計劃活動回顧
- 10 - 11 親子及家長班組 / 活動
- 12 - 21 兒童及青少年班組 / 活動
- 22 成人班組 / 活動
- 23 - 27 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。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」、「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



lkssfb

樂群社會服務處





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)



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

兒童及青少年發展

婦女就業支援服務、青年人生規劃活動

社區飯堂、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、共創明TEEN計劃

中心假期

2023年9月29日	(星期五)	中秋節	下午4時後休息
2023年9月30日	(星期六)	中秋節翌日	全日休息
2023年10月2日	(星期一)	國慶日翌日	全日休息
2023年10月23日	(星期一)	重陽節	全日休息
2023年12月25日	(星期一)	聖誕節	全日休息
2023年12月26日	(星期二)	聖誕節後第一個周日	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」，
即可獲迎新禮物乙份。
數量有限，送完即止。”

反耆豐膳



優惠午餐、晚餐各\$10

每餐包括1份飯、1份麵、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



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

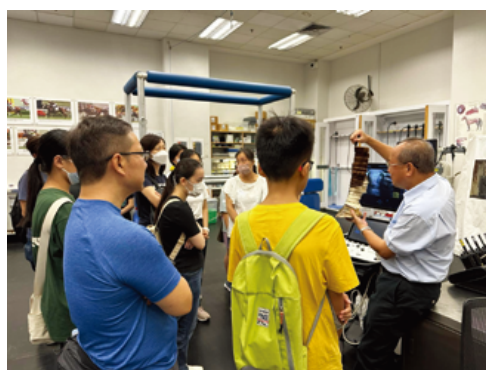
已正式啟用

「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。

本機構為九龍東營辦機構



棉網球體驗。



參觀香港賽馬會馬醫院，了解治療馬匹的技術，以及成為獸醫的資格。



騎術體驗。



國泰空中之旅，讓參加者於香港上空翱翔。



了解飛行服務隊的日常工作。



體驗極限運動－滑板。



四川交流團，不一樣的體驗。



參觀政務司司長官邸。



了解消防員的工作及入職條件。

親子及家長 班組 / 活動



港式滋味格仔餅

編號：TWS2309FM01

日期：2023年9月20日（星期三）

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：香港特色小食，格仔餅加上滋味醬料，香甜可口！齊來製作吧。

備註：請自備圍裙及食物盒。

蜜桃脆脆鯛魚燒

編號：TWS2309FM02

日期：2023年10月18日（星期三）

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：香甜蜜桃加上可愛兼香脆外表，必定能吸引大人小朋友，還不快來動手製作。

備註：請自備圍裙及食物盒。

酥皮咖哩雞

編號：TWS2309FM03

日期：2023年11月29日（星期三）

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：咖哩除了配搭米飯外，其實酥脆可口的酥皮亦能做出非常美味的一道美食。一起參與製作吧。

備註：請自備圍裙及食物盒。

親子及家長 班組 / 活動

Y2K串珠手機繩

編號：TWS2309FM04

日期：2023年9月22日（星期五）

時間：下午4:00 - 5:30

對象：親子家庭

費用：家長 \$150、兒童 \$75

名額：8人（4對親子）

地點：本中心

內容：手機繩曾經是年輕一輩的必備小玩意，但其實製作一條獨一無二的手機繩，真的比想像中容易，想知如何製作，報名吧！

自製個性串珠鎖骨鏈

編號：TWS2309FM05

日期：2023年10月27日（星期五）

時間：下午4:00 - 5:30

對象：親子家庭

費用：家長 \$150、兒童 \$75

名額：8人（4對親子）

地點：本中心

內容：坊間小手飾動輒要百多元，其實自己動手製作更實惠而且美觀，還等什麼一起來吧！

花見之杯墊

編號：TWS2309FM06

日期：2023年11月27日（星期一）

時間：下午4:00 - 5:30

對象：親子家庭

費用：家長 \$200、兒童 \$100

名額：8人（4對親子）

地點：本中心

內容：水杯我們每天都用到，有否想過要幫自己水杯配一個杯墊？齊來製作一個屬於自己的押花杯墊吧！

兒童及青少年 班組 / 活動



兒童功課輔導班

(9月份)

編號：TWS2309CY01

日期：2023年9月1日至9月28日 (逢星期一至六)

費用：\$700

(10月份)

編號：TWS2309CY02

日期：2023年10月1日至10月31日 (逢星期一至六；10月2日及23日暫停)

費用：\$700

(11月份)

編號：TWS2309CY03

日期：2023年11月1日至11月30日 (逢星期一至六)

費用：\$700

(12月份)

編號：TWS2309CY04

日期：2023年12月1日至12月28日 (逢星期一至六；12月25、26日暫停)

費用：\$700

時間：(星期一至五) 下午3:45 - 5:45；

(星期六) 上午10:00 - 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

籃球班

籃球是需要有許多技巧的運動，包含：投籃、傳球、運球、籃板、防守等各種運動技巧，這也形成籃球風靡全球的原因之一。在兒童的成長時期，籃球運動對孩子觀察力、適應力、判斷力、學習能力的成長有著非常大的幫助。

(9月份)

編號：TWS2309CY05

日期：2023年9月1日至9月22日 (逢星期五、共4堂)

費用：\$100

(10月份)

編號：TWS2309CY06

日期：2023年10月6日至10月27日 (逢星期五、共4堂)

費用：\$100

(11月份)

編號：TWS2309CY07

日期：2023年11月3日至11月24日 (逢星期五、共4堂)

費用：\$100

(12月份)

編號：TWS2309CY08

日期：2023年12月1日至12月22日 (逢星期五、共4堂)

費用：\$100

時間：下午5:00 - 6:00

對象：小三至中三學生

名額：10人

地點：慈樂邨籃球場

內容：透過運動，訓練小朋友的肌力、專注力，同時發展個人潛能，進一步改善學生與人合作能力及肌力發展。

備註：請穿着輕便運動服裝。

兒童及青少年 班組 / 活動

足球小組

足球運動對兒童成長益處非常多！足球運動是所有球類運動中最均衡的運動，人的全身各部位都能得到充分運動和鍛鍊，而兒童能夠在足球運動當中獲得力量、速度、耐力、平衡能力等方面的綜合提升，能鍛鍊他們的靈敏性和協調性，對於他們神經系統的發育很有好處。同時，足球是一項團體運動，小孩子們能夠在足球比賽當中提升團隊合作意識。更為重要的是足球是一項很有趣味的運動，兒童更容易長期堅持鍛鍊下去。

(9月份)

編號：TWS2309CY09

日期：2023年9月6日至9月27日 (逢星期三、共4堂)

費用：\$200

(10月份)

編號：TWS2309CY10

日期：2023年10月4日至10月25日 (逢星期三、共4堂)

費用：\$200

(11月份)

編號：TWS2309CY11

日期：2023年11月1日至11月29日 (逢星期三、共5堂)

費用：\$250

(12月份)

編號：TWS2309CY12

日期：2023年12月6日至12月27日 (逢星期三、共4堂)

費用：\$200

時間：下午5:00 - 6:00

對象：小一至小六學生

名額：10人

地點：本中心

內容：透過足球，增強學童認知能力及溝通協作能力，讓孩子於學前奠定基礎，幫助學童建立自信。

備註：請穿着輕便運動服裝。

兒童及青少年 班組 / 活動

體適能運動班

「體適能」是身體適應外界環境和日常活動的能力。良好的體適能，除了讓人勝任日常工作之外，還能使人有餘力享受休閒，確保身體能夠應付突然其來的環境變化及生活壓力。

(9月份)

編號：TWS2309CY13

日期：2023年9月6日至9月27日 (逢星期三、共4堂)

費用：\$200

(10月份)

編號：TWS2309CY14

日期：2023年10月4日至10月25日 (逢星期三、共4堂)

費用：\$200

(11月份)

編號：TWS2309CY15

日期：2023年11月1日至11月29日 (逢星期三、共5堂)

費用：\$250

(12月份)

編號：TWS2309CY16

日期：2023年12月6日至12月27日 (逢星期三、共4堂)

費用：\$200

時間：下午5:00 - 6:00

對象：小一至小六學生

名額：10人

地點：本中心

內容：導師會帶領參加者進行一連串體適能訓練，從而鍛鍊參加者的大小肌肉及身體協調性。

備註：請穿着輕便運動服裝。

兒童及青少年 班組 / 活動



籃Marvel漫畫班

編號：TWS2309CY17

日期：2023年9月11日至10月16日（逢星期一、共5堂：10月2日暫停）

時間：下午5:00 - 6:00

對象：9-20歲青少年

費用：\$100

名額：8人

地點：本中心

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

迪士尼公主漫畫班

編號：TWS2309CY18

日期：2023年9月12日至10月10日（逢星期二、共5堂）

時間：下午5:00 - 6:00

對象：9-20歲青少年

費用：\$100

名額：8人

地點：本中心

內容：迪士尼電影創造出不少家傳戶曉的公主角色，導師會教導大家利用簡單的線條及圖案畫出電影中各個公主角色。

素描班

編號：TWS2309CY19

日期：2023年9月13日至10月11日（逢星期三、共5堂）

時間：下午5:00 - 6:00

對象：13-24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。

兒童及青少年 班組 / 活動

兒童瑜伽體驗班

編號：TWS2309CY20

日期：2023年9月16日至10月21日（逢星期六、共5堂；9月30日暫停）

時間：上午10:00 - 11:00

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。

青少年瑜伽體驗班

編號：TWS2309CY21

日期：2023年9月16日至10月21日（逢星期六、共5堂；9月30日暫停）

時間：上午11:00 - 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、舒緩肩頸酸痛問題，並達至減壓效果。

備註：請穿着輕便運動服裝。

Q版高達模型製作班

編號：TWS2309CY22

日期：2023年10月6日至11月3日（逢星期五、共5堂）

時間：下午5:00 - 6:00

對象：小一至小六學生

費用：\$100

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。

兒童及青少年 班組 / 活動



兒童和諧粉彩體驗班

編號：TWS2309CY23

日期：2023年10月9日至11月13日（逢星期一、共5堂；10月23日暫停）

時間：下午5:00 - 6:00

對象：小一至小六學生

費用：\$200

名額：8人

地點：本中心

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

學做「旻」人 - 日文班

編號：TWS2309CY24

日期：2023年10月11日至11月8日（逢星期三、共5堂）

時間：下午4:15 - 5:15

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，亦會提及日本流行文化及升學資訊。

酒精水墨畫工作坊

編號：TWS2309CY25

日期：2023年10月21日（星期六）

時間：上午10:00 - 12:00

對象：13-24歲青少年

費用：\$100

名額：10人

地點：本中心

內容：酒精水墨畫是歐美流行的新興藝術，參加者可利用酒精及有色墨水在紙張上進行設計，創造出形態不一的視覺藝術繪畫。

兒童及青少年 班組 / 活動

「彈」指之間 - 初階結他班

編號：TWS2309CY26

日期：2023年11月4日至12月2日 (逢星期六、共5堂)

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：在導師帶領下，參加者可學習基礎樂理知識及相關結他技巧，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 - 進階結他班

編號：TWS2309CY27

日期：2023年11月4日至12月2日 (逢星期六、共5堂)

時間：上午11:00 - 12:00

對象：10-24歲青少年

費用：\$150

名額：8人

地點：本中心

內容：在導師指導下，參加者能進一步了解利用結他進行表演的技巧，如獨奏技巧及拍子練習等。

變「妝」有法 - 化妝小組

編號：TWS2309CY28

日期：2023年11月14日至12月12日 (逢星期二、共5堂)

時間：下午5:00 - 6:00

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。

兒童及青少年 班組 / 活動



高達模型製作班

編號：TWS2309CY29

日期：2023年11月17日至12月15日（逢星期五、共5堂）

時間：下午4:00 - 6:00

對象：13-24歲青少年

費用：\$100

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指導下組裝高達模型，而在過程中導師亦會講解不同技巧，如打磨及看說明書等。

西洋書法班

編號：TWS2309CY30

日期：2023年11月17日至12月15日（逢星期五、共5堂）

時間：下午4:00 - 6:00

對象：13-24歲青少年

費用：\$100

名額：10人

地點：本中心

內容：導師會教導參加者利用西洋書法製作讓人感到療癒的藝術作品。此外，參加者透過課程能了解西洋書法的工具知識，正確握筆姿勢及書法技巧等。

「韓」流襲港 - 韓文班

編號：TWS2309CY31

日期：2023年11月20日至12月18日（逢星期一、共5堂）

時間：下午5:00 - 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韓文知識。另外，導師亦會教導參加者最新潮的韓文詞語。

兒童及青少年 班組 / 活動



「魔」法小靈精 - 魔術班

編號：TWS2309CY32

日期：2023年11月23日至12月21日（逢星期四、共5堂）

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。

沙灘海浪肌理畫工作坊

編號：TWS2309CY33

日期：2023年12月16日（星期六）

時間：上午10:00 - 12:00

對象：13-24歲青少年

費用：\$100

名額：8人

地點：本中心

內容：肌理畫有別於一般繪畫，參加者可自行配搭顏色，並加入石英砂做出肌理的效果，然後利用油畫刀及不同工具進行創作。

成人 班組 / 活動

UKULELE體驗班

編號：TWS2309AD01

日期：2023年10月6日至10月27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：\$100

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。

電話班

編號：TWS2309AD02

日期：2023年10月9日至11月20日（逢星期一、共6堂；10月23日暫停）

時間：上午10:00 - 11:00

對象：任何有興趣之成人

費用：\$70

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。

彈力帶班

編號：TWS2309AD03

日期：2023年11月7日至11月28日（逢星期二、共4堂）

時間：上午10:00 - 11:00

對象：任何有興趣之家庭婦女

費用：\$100

名額：8人

地點：本中心

內容：彈力帶有不同的張力程度，可以因應參加者的能力來選用適合的彈力帶。彈力帶訓練動作千變萬化，就連平常不太愛運動的人也可以用彈力帶做一些簡單的拉筋、伸展，告別女生最怕的蝴蝶袖、肥後背、大腿橘皮、腰酸背痛、駝背。

長者 班組 / 活動

Ukulele 唱遊班 (2023年第3期)

編號：TWS2309ED01

日期：2023年9月13日至12月6日 (逢星期三、共12堂；11月15日暫停)

時間：上午11:30 - 13:00

對象：60歲或以上之人士

費用：\$200

名額：23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。

地壺練習場

編號：TWS2309ED02

日期：2023年9月15日至11月03日 (逢星期五、共8堂)

時間：上午9:45 - 11:15

對象：60歲或以上之人士

費用：\$50

名額：10人

地點：本中心

內容：讓我們互相切磋球技，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。

地壺體驗班

編號：TWS2309ED03

日期：2023年11月17日至12月22日 (逢星期五、共6堂)

時間：上午9:45 - 11:15

對象：60歲或以上之人士

費用：\$80

名額：10人

地點：本中心

內容：地壺，是香港新興的運動。這是一個講求專注、技巧和策略的運動，玩法簡單又充滿挑戰性，玩法多變，就讓導師帶領你們一起體驗地壺箇中的樂趣。

備註：請穿着輕便運動服裝。

長者 班組 / 活動

飛鏢練習場

編號：TWS2309ED04

日期：2023年9月19日至11月7日 (逢星期二、共8堂)

時間：下午2:15 - 3:45

對象：60歲或以上之人士

費用：\$50

名額：10人

地點：本中心

內容：讓我們互相切磋，進行競賽，提升技巧，享受飛鏢箇中的樂趣。

備註：請穿着輕便運動服飾。

卡拉OK (A班)

編號：TWS2309ED05

日期：2023年9月21日至11月9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：\$50

名額：10人

地點：本中心

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

卡拉OK (B班)

編號：TWS2309ED06

日期：2023年11月16日至2024年1月4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：\$50

名額：10人

地點：本中心

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

長者 班組 / 活動

乒乓球練習場

編號：TWS2309ED07

日期：2023年9月21日至11月9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：\$50

名額：8人

地點：本中心

內容：乒乓球是一種球類運動，只需一張枱，兩塊球拍，一個乒乓球，就可以互相對打。就讓我們互相切磋，進行競賽，提升技巧，一起享受乒乓球箇中的樂趣。

備註：請穿着輕便運動服裝。

和諧粉彩A班

編號：TWS2309ED08

日期：2023年9月25日至11月6日（逢星期一、共5堂；10月2日及23日暫停）

時間：下午2:00 - 4:00

對象：60歲或以上之人士

費用：\$60

名額：8人

地點：本中心

內容：和諧粉彩，一種只需運用手指頭推開粉末以及簡單的工具便能做出美麗的畫作，其色調柔和，讓作畫者心靈達至平靜，具有良好的療愈效果。

和諧粉彩B班

編號：TWS2309ED09

日期：2023年11月20日至12月18日（逢星期一、共5堂）

時間：下午2:00 - 4:00

對象：60歲或以上人士

費用：\$60

名額：8人

地點：本中心

內容：和諧粉彩，一種只需運用手指頭推開粉末以及簡單的工具便能做出美麗的畫作，其色調柔和，讓作畫者心靈達至平靜，具有良好的療愈效果。

長者 班組 / 活動

花好月圓賀中秋

編號：TWS2309ED10

日期：2023年9月26日（星期二）

時間：上午10:00 - 11:30

對象：60歲或以上人士

費用：\$50

名額：20人

地點：大廳

內容：一年容易又中秋，中秋是一個團團圓圓的日子，讓我們聚在一起，歡渡這美好的節日吧！活動後每位參加者都會獲得福袋一個，內含豐富的禮物及月餅。

音樂治療班

編號：TWS2309ED11

日期：2023年10月4日至11月8日（逢星期三、共6堂）

時間：上午10:00 - 11:30

對象：60歲或以上人士

費用：\$80

名額：8人

地點：本中心

內容：由專業的音樂治療師帶領參加者進行一連串的音樂活動，包括唱歌、音樂遊戲和即興表演，達至身心靈健康。

輕輕鬆鬆DIY：幻彩滴膠鎖匙扣

編號：TWS2309ED12

日期：2023年10月10日（星期二）

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：利用滴膠、各種顏色的閃粉及花材，製作出一個個美麗且獨一無二的鎖匙扣。

長者 班組 / 活動

輕輕鬆鬆DIY：芬香擴香石

編號：TWS2309ED13

日期：2023年11月28日（星期二）

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：擴香石造型多變，而且製作方式很簡單，只需要將石膏粉與水混合，倒入不同擴香石模具，就能製作出漂亮且實用的擴香石。

桌樂無窮 - 桌上遊戲小組

編號：TWS2309ED14

日期：2023年10月18日至12月6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：\$30

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。

秋意盎然之旅

編號：TWS2309ED15

日期：2023年10月26日（星期四）

時間：上午9:30 - 下午5:00

對象：60歲或以上之人士

費用：\$80

名額：40人

地點：本中心地下停車場

內容：今次的旅程我們將會去房協長者安居資源中心及香港歷史博物館參觀，而午餐會去品嚐新式素食自助餐，如有興趣快點與朋友報名參加吧！

長者 班組 / 活動

樂無窮歷奇訓練營

編號：TWS2309ED16

日期：2023年12月5日（星期二）

時間：上午9:30 - 5:00

對象：60歲或以上之人士

費用：\$80

名額：40人

地點：歷奇營地

內容：由歷奇教練帶領進行歷奇活動，活動內容團隊合作、解難及溝通三大元素，除了能提升個人及團隊的解難能力，亦可有助參加者的自我認識，增強自信心。

聖誕繡空水晶球卡

編號：TWS2309ED17

日期：2023年12月11日（星期一）

時間：上午10:30 - 11:30

對象：60歲或以上之人士

費用：\$50

名額：8人

地點：本中心

內容：聖誕節時我們會透過聖誕卡送上祝福，讓我們以紙藝機切割出一個個美麗且充滿節日氣氛的圖案，製作一張特別的卡片送給自己或他人吧！

樂融融過聖誕

編號：TWS2309ED18

日期：2023年12月19日（星期二）

時間：上午10:00 - 11:30

對象：60歲或以上之人士

費用：\$50

名額：20人

地點：大廳

內容：話咁快就到聖誕節了，讓我們聚首一堂，歡渡聖誕節，到時將會有豐富的遊戲節目，活動後每位參加者更會獲得福袋一個，內含非常豐富的禮物。

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