



明愛青少年及社區服務
明愛荃灣社區中心
Caritas Youth & Community Service
Caritas Community Centre – Tsuen Wan



社會福利署資助服務
Subsidised Service by the Social Welfare Department

會員通訊 Newsletter

2025年4月至6月 April to June 2025



社區幸福感

目錄

中心絮語	2
封面故事 Cover Story 營造『社區幸福感』上集	3 - 5
最爆新聞 What's Hot? 2024/25 在校課後託管服務計劃 (擴展計劃)	6
最爽話題 What's Cool? 會員講場	7
最新消息 What's New? 2025-2026 中心諮詢委員會名單	8
最好推介 What's Next? 愛荃家 SEN 計劃	9
親子時光活動	10
「歡樂園地」課餘託管計劃 2025	11
明愛荃灣圖書館 + 新書推薦	12 - 13
社交及技能發展課程 Social Skills Development Programmes 2025 年 4 至 6 月課程單張版	14 - 35
基本資料 General Information 入會須知、報名須知 和 已報名的服務退出手續	36 - 37
「綜援人士」課程和活動優惠制度和 領取「在職家庭津貼」 人士課程及活動優惠試行計劃	38
惡劣天氣安排 和 服務質素標準	39
地址、開放時間、出版資料、地圖及巴士路線	39

中心絮語

一年之計在於春，又是社區中心策劃年度計劃的時候，如何在有限的人力及資源來服務社區呢？什麼是服務重點？荃灣社區需要什麼呢？是我們一班同事最想知道的。為了增加服務策劃的全面性，聽取中心會員組員對服務的意見是必須的流程，你們的意見讓中心提供優質到位的服務。

故這段時間大家也許被邀請參加小組茶聚或填寫不同的會員意見調查，為的是讓我們了解你對中心整體包括設施、服務效率甚至服務內容的意見。另外，中心很著重有機會與會員直接溝通對話的機會，從而更直接的是會員大會，這是指會員們共聚一堂，一起聽中心過去一年的匯報後，共同討論未來的服務方向，共建社區中心的服務重點。而今年度的會員大會安排了在 2025 年 3 月 23 日。會員大會後安排聚會，使會員小組共聚，互相交流，從而加強彼此的凝聚力。

除了這些方式外，不同溝通渠道也是歡迎的，例如意見箱、投訴機制，甚或中心開放時間也有當值職員，中心歡迎任何意見，這些意見往往是推動中心提供優質服務的動力。

社區中心的服務是大家共建的，請大家不要吝嗇自己的意見！

願天主繼續保守大家！



明愛荃灣社區中心
高級督導主任
彭智聰
二零二五年三月

營造『社區幸福感』上集

2024 年初同工到日本交流，探索面對世界排行第一的人口老化現況的日本，到底是如何應對老化帶來的社區及城市的挑戰。在地人的自務計劃都以開放家庭式經營的共享空間；也有不少是中年及年長的朋友協助照顧孩子，讓婦女可以重投社會的職場；更有以兒童玩耍權利及共融主題的計劃，並以計劃實踐經驗向政府進行提案及爭取支持；也有讓不在學年輕人自主共議使用的自由空間，發揮在校內未有展現的才能。

日本及台灣的在地社區營造方案不論是推行者、經營者及倡議者，都帶著溫柔的心願守護社區；把不同年齡、背景的持分者連繫、關顧婦女及年輕人的獨特需要，善用聚腳空間重建人和人的關係，細心地營造著社區點點幸福！

明愛荃灣社區中心團隊細味這些故事後深受啟發，思考著中心能否為社區營造微小的幸福？讓荃灣人感受到住在荃灣有滿滿的幸福感。對應荃灣區將受到市區重建的影響、人口老齡化的挑戰、照顧者的壓力、少數族裔與主流服務接軌、居於不適切房屋家庭的身心靈健康及青少年的情緒健康等現況；我們參考了房屋局的跨界別專業顧問團隊研究「以人為本」幸福公屋創新設計指引 8 項指標，結合社區中心的服務特色，團隊將 2024 年 4 月至 2026 年 3 月的工作目標訂定為「營造社區幸福感」。

選取了四個營造社區幸福感的重要元素包括：**社區參與及連結**、**荃城共融**、**社群幸福**及**理想社區規劃**，與荃灣人及不同持分者一起營造社區幸福感！

社區參與

透過跨代的義工服務建立聯繫荃灣人的連結，讓不同年代及背景透過義工服務，彼此支援，共同成長。過去一年舉辦了超過 50 次的義工服務及訓練，服務對象包括荃灣區內的老友記、清潔工友、劏房家庭、小學生、基層人士及少數族裔等等。研究顯示社區幸福感與社區參與之間存在密切的關係，社區參與有助於建立和增強居民之間的社會聯繫促進友誼和互助；積極參與社區活動能讓居民感受到歸屬感和身份認同；參與社區事務使居民能夠對社區的發展產生實際影響，提升自我效能感，從而提高個人的滿足感和幸福感，對心理健康和幸福感有正面影響。



民政事務處資助的『荃承義社區幸福學堂』



義工大學『蔥出荃灣』義工活動



華懋集團支持的『Part-Time 乖孫計劃』



華懋集團支持的『Part-Time 乖孫計劃』

荃城共融

讓荃灣人發現身邊有不同背景、文化及族裔的人居住，2024-25 年期間連結了不同的族裔互相認識和了解，並以廚會友、以飲食文化去了解不同種族在荃灣的生活習慣及聚居地方。華裔街坊很多也第一次嚐到尼泊爾餃子，也試過一同製作，說說笑笑，更容易了解彼此的生活及語言。年輕人也嘗試製作糖水，為辛勞的清潔工友吃到一份甜。



荃灣廳堂 - 延長生活空間，讓鄰里發揮陪伴能力，將家及人和人的關係繼續延伸



社群幸福

讓社區擁有幸福感，必須讓居住該社區的「人」感到被愛、被關心及被珍惜。中心過去與服務使用者同行共建以下幾個主要的計劃，讓不同的社區持分者都感受到有人總在旁邊打氣和同行。





理想社區規劃

社區重建前有很多工作可以做，中心針對這個議題特別成社區營造及關注重建工作小組，讓荃灣人透過荃灣友情人活動、小店訪問、荃灣特色地方導賞、重建導賞團等，讓居民認識荃灣人的故事，同時引起居民分享更多荃灣文化、村落歷史、建築、景點，甚至滿滿人情味的社區故事。讓荃灣居民對理想社區規劃帶來更多想像。



總結了 365 天的營造社區幸福的上集，如對以上的相片及文字感到共鳴，我們誠意邀請你加入一同創造社區幸福下集！Love you ~

2024/25 在校課後託管服務計劃 (擴展計劃)

本計劃與佛教林炳炎紀念學校合作推行，現已進入第二年。目前約有 60 位小一至小六的學生參與，其中 15 位為有特殊教育需要的學生需要特別的支援和照顧。

計劃重視學生的多樣性和能力的全面發展，因此除了提供功課輔導外，還安排了多樣化的興趣班，旨在發掘學生的興趣，並提升他們的社交能力、自信心及其他能力感。此外，計劃也分外關注每個學生的家庭，期望透過舉辦各類型親子活動和家長教育，以增強親子關係，鞏固家庭聯繫，讓家庭成員能和諧愉快相處，並使學生在健康的家庭環境中成長。



親子農莊活動

學童與父母除了餵飼動物外，還參與不同的工作坊，享用場內遊樂設施，並在燒烤時間，與其他家庭互相交流，享受親子時光。



家長講座：理解 SEN 親子共融之路

讓家長了解有不同特殊教育需要 (SEN) 學童的需要，掌握如何幫助 SEN 孩子在。



Farm-ily Day

十多個家庭到農樂營享受親子同樂日，每個家庭也參與定向活動，同心協力解決任務，製造充滿歡笑的親子時光。



日常興趣班

計劃為學童安排多樣化興趣班，發掘學生的興趣和技能，保持身心健康發展，並提升他們各樣能力感。



會員講場



感謝服務使用者的寶貴意見，中心同工用心聆聽也積極回應，以為大家提供更優質服務

一) 舊生優先報名試行計劃，所有加開位置及課程讓新學員可以於公開報名日憑有效會員證參加

- 不少熱門課程都有舊生反映未能於報名第一天能順利報讀，因此有機會中斷了個去數月的學習；另有新生反映有時第一天公開報名時已發現課程已滿，均表示非常失望
- 有見及此，由 2025 年 1 月開始，部份促進會員身心靈健康的社交及技能發展課程例如：瑜伽、拉筋、運動等熱門課程，已試行舊生優先報名的流程。同時根據課程過往 3 個月的收生及候補名單 (waiting list) 狀況，為新會員加開新班，期望使新舊同學都能受益，一起踏上身心靈的療癒旅程
- 是次試行計劃將於 4 月檢討，期望能全面於中心課程中推行

二) 優化 3/F 圖書館及自修室的 WIFI 網絡接收狀況

- 3 月初接獲服務使用者意見，發展中心 3/F 圖書館的 WIFI 網絡接收非常不穩定，使他子女上網課時不時斷線，希望中心能予以改善
- 中心收到意見後即找來明愛電腦工場 (回收及售賣電子零件產品的服務中心) 同工支援檢查，發現圖書館的路由器被誤插到其他他用用途，電腦工場同工協助我們重新連接 WIFI 網絡到圖書館及自修室
- 現在 3/F 的圖書館至自修室的 WIFI 網絡已暢通無礙

如對中心社交及技能發展課程有任何查詢，歡迎與負責職員洪 sir 聯絡！
同時，會員 / 服務使用者對中心有任何意見及欣賞，歡迎於中心辦公時間與當值同工聯絡，暢所欲言！
表達意見！一齊讓中心服務變得更好！

如果想知道中心仲有什麼活動參加，歡迎掃以下 QR code 可以找到我地的網站，Facebook 了解更多詳情，仲可以搵到我地的 whatsapp! 只要入左我地的 whatsapp 電話落電話簿，將來有最新消息都會即刻 send 俾你，咁就唔好錯過！

最後溫馨提示，記得做會員呀！



愛荃灣社區中心 2025-2026年度明愛諮詢委員會委員名單

姓名 (英文)	姓名 (中文)
Ms. WONG Chun Chu	王珍珠女士 (主席)
Ms. MAK Pui Ling	麥佩玲女士 (副主席)
Ms. HE Shi Hai	何似海女士
Mr. CHAN King Fai	陳京輝先生
Mr. NG Ka Sheung	吳嘉尚先生

邀任委員

Mr. LEE Hei Sum Lawrence	李喜森校長
Dr. CHUNG Chi Yuen	鍾志源博士
Dr. TAM Kin Yuen	譚建元博士
Mr LO Siu-kit, MH, JP	羅少傑先生 MH,JP
Mr. YUEN Dickson	袁迪生先生

民政事務署代表

黃羨凝女士

堂區代表

楊雪華女士

明愛代表

Ms. LEE Shuk Ha	李淑霞女士
Mr. CHAN Wai Leung	陳偉良先生
Mr. PANG Chi Chung Kenneth	彭智聰先生
Ms. YAN Annie	甄笑梅女士

秘書

Ms. LAM MAN KI	林文佳女士
----------------	-------

✦ 明愛荃灣社區中心



社會福利署資助服務
Subsidised Service by the Social Welfare Department

愛荃家SEN計劃

兒童組

TW5802-0425

家長組

TW5803-0425

日期: 2025年4月11日, 4月25日, 5月9日,
5月23日, 6月6日, 6月20日

時間: 晚上7時45分至9時15分 (逢星期五)

地點: 本中心

費用: \$60 (每人)

對象: 懷疑/已評估有
特殊學習需要的
小四至小六學童
和家長

參加方法: 把聯絡資料
Whatsapp 至56683341,
負責同事會約見家長和
小孩, 活動需面見再取錄

負責職員: 陳先生, 孔姑娘, 潘姑娘
地址: 荃灣城門道九號二樓
電話: 37072012



✦ 明愛荃灣社區中心



社會福利署資助服務
Subsidised Service by the Social Welfare Department

親子時光

2025年6月

TW2001-0625

日期: 2025年6月13日(星期五)

時間: 晚上7時15分至8時45分

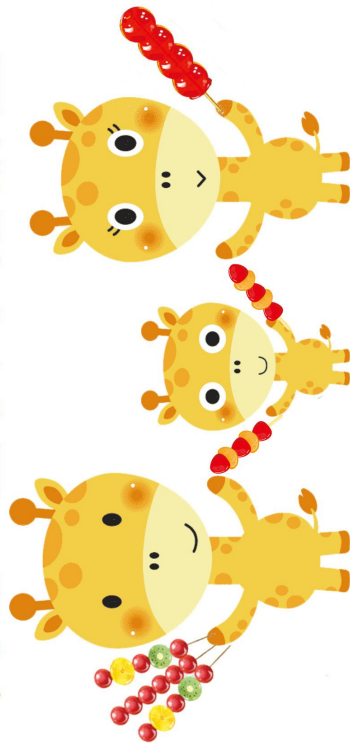
地點: 本中心309室

費用: 中心會員 \$20 (每人)

對象: 6-12歲兒童及其家長

名額: 6對親子

內容: 自製冰糖葫蘆



負責職員: 潘姑娘

地址: 荃灣城門道九號二樓

電話: 37072012

✦ 明愛荃灣社區中心
Caritas Community Centre-Tsuen Wan



社會福利署資助服務
Subsidised Service by the Social Welfare Department

親子時光-木工體驗

製作獨一無二的
家庭小木椅

SPECIAL OFFER

到校/機構外展工作坊

活動日期: 2025年4月13日(日)

時間: 早上10:00-下午1:00

集合地點: 中心二樓

對象: 親子 (6歲-15歲) 名額: 10對

收費: \$280/家庭 非會員 \$350

查詢: 3707 2012 孔姑娘

TW2002-0425



課餘託管計劃



日期: 全年接受申請

時間: 逢星期一至五 3:30pm-7:00pm

地點: 本中心304室

內容: 功課輔導、活動

對象: 居住/就讀於荃灣區的小一至小六學生

費用: *每月\$1500



報名方法:

申請人可到本中心接待處索取報名表格並填妥交回, 負責職員(潘紀如姑娘、趙嘉豪先生)會個別約見家長和學生後, 再決定是否取錄

備註:

- 1) 在職低收入家庭將獲優先考慮
- 2) 因天氣惡劣取消之課節, 將不獲補課或退款
- 3) 公眾假期/非中心開放時間不設託管服務

*有需要家庭可申請社署費用減免

*申請本年10月至翌年3月費用減免者, 可於本年9月遞交減免申請表格;
申請本年4月至9月費用減免者, 可於本年3月遞交減免申請表格

*遞交足夠文件之申請者將於申請後7個工作天獲通知審批結果

✿ 明愛荃灣社區中心

地址: 荃灣城門道九號三樓

電話: 37072012

圖書館新書推薦



【簡介】

小時候, 男主角日向翔陽從電視上看見了排球比賽, 烏野高中的一名小個子在球場上的英姿, 簡直就是個“小巨人”, 翔陽對此印象非常深刻, 並開始迷上排球, 一直想成為“小巨人”一樣的人。

初中時排球社不夠人數, 只好默默等待, 後來在終於有新成員後, 參與了第一次也是最後一次的比賽, 不幸對決了最強隊伍, 結果當然落敗。

單憑自己的話, 是絕對無法看見那景色的, 不是自己一人的話, 或許就能看見了……為了能夠打出“勝利”的比賽, 翔陽努力考入烏野高中, 為了實現成為“小巨人”的排球夢想!

這部作品有何魅力? 盤點10個讓你愛上《排球少年》的理由, 一起來探索其中的奧秘!



書名: 排球少年

作者: 古館春一, 蔡夢芳

出版社: 東立出版社

適合年齡: 兒童

1. 情感豐富的角色塑造
2. 直白動人的對話
3. 戰術性的排球比賽
4. 角色的成長和努力
5. 團隊合作的重要性
6. 精美的畫風
7. 正能量滿滿
8. 扎實的研究和描寫
9. 角色間的化學反應
10. 耐人尋味的劇情發展



書名: 我推的孩子

作者: 赤坂アカ, 橫槍メンゴ, 林香吟

出版社: 青文出版社

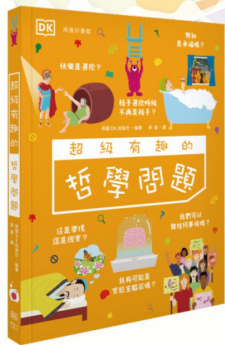
適合年齡: 兒童

【簡介】

「在演藝圈(這個世界)裡, 謊言就是武器。」

在地方都市的婦產科當醫生的五郎過著與演藝圈無緣的每一天。另一邊, 他所「推崇」的偶像, 星野愛則在明星之路上飛黃騰達。然而這樣的兩人卻在「最糟」的情況下相遇, 他們的命運開始脈動...!!

「赤坂アカ×橫槍メンゴ」的豪華組合, 從最新的觀點切入描述「演藝圈」的衝擊作開幕!!



【簡介】

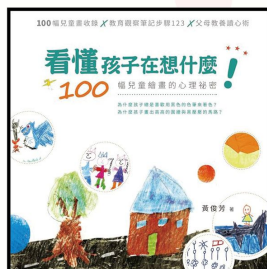
你可能沒有意識到，我們幾乎每天都在思考哲學問題！

幸福是甚麼？椅子甚麼時候不再是椅子？無知是幸福嗎？這是夢境還是現實？我有可能是實驗室腦袋嗎？我們可以做任何事情嗎？我能知道你在想甚麼嗎？我是自由的嗎？我們的心靈存放哪裏？說謊一定是錯的嗎？心靈是身體的一部分嗎？哲學和我有關係嗎？為甚麼哲學很重要？

這本書用清晰易懂的語言解釋如何在日常中使用哲學，以不同的哲學家的觀點和實驗，回答 40 個有趣的提問，啟發孩子的思維，發掘更多可能性。不論你是在為動物權利爭辯，還是對時間旅行感到困惑，本書都可能永遠改變你的思維方式！

書名：超級有趣的哲學問題
作者：英國 DK 出版社
出版社：商務印書館
適合年齡：兒童讀物

書名：看懂孩子在想什麼！——
100 幅兒童繪畫的心理祕密
作者：黃俊芳
出版社：秀威少年
適合年齡：成人讀物



【簡介】

孩子在成長階段，隨著年齡的增長，心智也隨之變化；透過畫筆所表現出來的世界，可解讀出兒童心理的想法與成長環境。進一步分析兒童心理狀態，提醒家長及從事教育工作者關注孩子哪些行為問題，並建議依據孩子的特質與年紀來選擇有用的對策。

預告：圖書館暑假活動 7-8 月份推出，請見圖書館稍後公佈的報名及詳細內容：

1. 小學學生英文寫作班 (3-4 年級學生)

對於正在開始學習英文的小學生來說，用英文進行寫作似乎是一項艱巨的任務。但是，如果採取正確的方法和技巧，年幼的作者從早期就可以用英文進行創意的表達。
目標：讓小學生英文寫作方式：集中簡單、結構性和吸引人的細節。

2. 樹脂流體畫班 (3-5 年級學生)

用澆淋或倒的方式來完成一幅既抽象而有個性的流體畫畫作。抽象療癒流體畫工作坊在歐美十分流行的一種藝術畫，流體畫的混色與流動效果，用澆淋或倒層層疊的方式來完成一幅既抽象而有個性的抽象流體畫畫作，稱之為抽象流動畫藝術。



學術



兒童珠心算課程

教授珠心算基本計算方法，以心算配珠算運珠大法，可增進學員運算能力，加強及養成對數學的觀念和興趣，幫助培養兒童思考力及邏輯發展。所有課程只收舊生。
註：K2 學童以懂書寫 1-10 數目亦可考慮

編號	課程	日期	星期	時間	對象	堂數	收費	報名日期	名額	導師
7572-0425	週一珠心算綜合班 E	7/4 至 26/5	一	5:00pm-6:00pm	K3 或以上	6	\$750	17/3 起	6	鄭麗霜
7521-0425	珠心算綜合班 C	3/4 至 29/5 [1/5 停課]	四	10:30am-11:30am	K3 或以上	8	\$1000	13/3 起	6	
7483-0425	珠心算基礎班 A	3/4 至 29/5 [1/5 停課]	四	2:30pm-3:30pm	K2-K3	8	\$1000	13/3 起	6	
7551-0425	珠心算進階班 A	3/4 至 29/5 [1/5 停課]	四	3:45pm-4:45pm	K3 或以上	8	\$1000	13/3 起	6	
7522-0425	珠心算綜合班 A	3/4 至 29/5 [1/5 停課]	四	5:00pm-6:00pm	K3 或以上	8	\$1000	13/3 起	6	
7572-0625	週一珠心算綜合班 E	2/6 至 28/7	一	5:00pm-6:00pm	K3 或以上	9	\$1125	28/4 起	6	
7521-0625	珠心算綜合班 C	5/6 至 31/7	四	10:30am-11:30am	K3 或以上	9	\$1125	17/4 起	6	
7483-0625	珠心算基礎班 A	5/6 至 31/7	四	2:30pm-3:30pm	K2-K3	9	\$1125	17/4 起	6	
7551-0625	珠心算進階班 A	5/6 至 31/7	四	3:45pm-4:45pm	K3 或以上	9	\$1125	17/4 起	6	
7572-0425	珠心算綜合班 A	5/6 至 31/7	四	5:00pm-6:00pm	K3 或以上	9	\$1125	17/4 起	6	

備註：基礎班的新生需預備課程材料費用 \$180(包括課本及算盤)

兒童口才訓練課程

本課程將以提升兒童的說話能力及表達能力為目標，透過多元化的活動，如講故事、訪問、詩歌朗誦、個人演說、辯論等，從不同方向訓練同學口才，提升同學口語表達能力，令說話內容言之有物，提升溝通技巧。

編號	課程	日期	星期	時間	對象	堂數	收費	報名日期	名額	導師
7601-0525	兒童口才訓練課程 A 班	3/5 至 28/6 [31/5 停課]	六	12:30pm-1:30pm	6-8 歲	8	\$560	1/4 起	15	童趣才藝發展中心
7602-0525	兒童口才訓練課程 B 班		六	13:45pm-2:45pm	9-11 歲	8	\$560	1/4 起	15	

小記者訓練課程

本課程將教授兒童記者的基本採訪技巧、記錄方法、報導及編輯技巧等。在學習過程中，兒童不但可以透過採訪活動中訓練應對技巧、提升個人觀察及理解能力，更可提高新聞觸角，讓兒童進一步了解記者的工作及特質。

編號	課程	日期	星期	時間	對象	堂數	收費	報名日期	名額	導師
7603-0525	小記者訓練課程 A 班	3/5 至 28/6 [31/5 停課]	六	1:00pm-2:00pm	6-8 歲	8	\$560	1/4 起	15	童趣才藝發展中心
7604-0525	小記者訓練課程 B 班		六	2:00pm-3:00pm	9-11 歲	8	\$560	1/4 起	15	

新來港兒童適應課程

課程將針對新來港兒童而設，並因應兒童的不同能力及學習需要，提供適當的支援，幫助他們有效地學習中英文。課程設計將以日常生活為主題讓同學在較輕鬆的環境進行學習，藉此提升兒童的學習興趣和動機。透過各種不同的課堂練習，訓練同學中英文聽、寫、讀、講四大基礎能力，鞏固學習根基，糾正常犯的錯誤，從而全面提升同學的中英文運用能力，提高同學運用語文信心。

編號	課程	日期	星期	時間	對象	堂數	收費	報名日期	名額	導師
7605-0525	新來港兒童適應課程 A 班	3/5 至 28/6 [31/5 停課]	六	3:00pm-4:00pm	6-8 歲	8	\$560	1/4 起	15	童趣才藝發展中心
7606-0525	新來港兒童適應課程 B 班		六	4:00pm-5:00pm	9-11 歲	8	\$560	1/4 起	15	

中文硬筆書法班

本課程導師具有數十年教學經驗，指導學生對硬筆的正確執筆方法，針對現時不良習慣。硬筆字先學正統楷書，認識字型結構，使學生在功課上有標準規範及改善。依據香港教育學院頒布標準楷書，注重分析標準至錯別字及異體字，加強學生認識漢字正確筆順，糾正錯誤慣用筆順方式。

編號	課程	日期	星期	時間	對象	堂數	收費	報名日期	名額	導師
7607-0525	兒童中文硬筆字書法 A 班	9/5 至 27/6	五	4:30pm-5:30pm	5 歲或以上兒童	8	\$1120	1/4 起	12	黃誠業
7608-0525	兒童中文硬筆字書法 B 班		五	4:30pm-5:30pm		8	\$1120	1/4 起	12	

本課程導師具有數十年教學經驗，指導學生對硬筆的正確執筆方法，針對現時不良習慣。硬筆字先學正統楷書，認識字型結構。依據香港教育學院頒布標準楷書，注重分析標準至錯別字及異體字，加強學生認識漢字正確筆順，糾正錯誤慣用筆順方式。

編號	課程	日期	星期	時間	對象	堂數	收費	報名日期	名額	導師
6313-0525	成人中文硬筆字書法班	9/5 至 27/6	五	7:30pm-8:30pm	15 歲或以上	8	\$1200	1/4 起	12	黃誠業

智能手機應用班

整個課程共 5 堂，教授有關實際應用智能手機的知識，讓學員能夠利用智能電話享受現今科技帶來的方便，課程內容包括：QR Code 落單，WhatsApp 及微信應用等。

編號	課程	日期	星期	時間	對象	堂數	收費	報名日期	名額	導師
6314-0425	智能手機應用班	17/4 至 22/5 【1/5 停課】	四	11:00am-12:00nn	50 歲或以上	5	\$600	1/4 起	15	匯材軒
6314-0525	智能手機應用班	29/5 至 26/6	四	11:00am-12:00nn		5	\$600	1/4 起	15	

成人 / 幼兒 / 兒童英語交流點 (網上課程)

編號	課程	日期	星期	時間	對象	收費	內容	名額	導師
6287	職業英語課程 需網上登記	學習時段需要與導師商議 【1對1】 			15 歲或以上	每 30 分鐘 \$140	1. 英文見工特訓班 2. 英文開會簡報加強班 3. 活用英語班 * 教你如何運用英文見工，開會，做簡報及交際！課程由跨國企業管理級人員及資深英文導師共同設計。	1	富士琴行協辦
7525	英該咁樣學 需網上登記	學習時段需要與導師商議 【1對1】 			4-14 歲	每小時 \$300	老師每堂都會給家長一份學習簡報，方便家長知道子女學習進度及之後課程安排。由經驗豐富的英國老師授課，又有機會與英國當地兒童練習英語，安在家中，網上學習。		
7526	英該咁樣學 需網上登記	學習時段需要與導師商議 【小組形式】(最少 3 人小組) 			4-14 歲	每小時 \$250	老師每堂都會給家長一份學習簡報，方便家長知道子女學習進度及之後課程安排。由經驗豐富的英國老師授課，又有機會與英國當地兒童練習英語，安在家中，網上學習。		

藝術



幼兒及兒童合唱團面試

凡參與者需經導師面試及嘗試適應課堂模式，體驗合唱練習樂趣，認識新朋友。導師根據學員上課表現及程度，評核是否適合參加合唱團訓練。
【參加者均需按年齡進行面試】

編號	課程	日期	星期	時間	對象	堂數	收費	報名日期	名額	導師
7044A-0425	明愛荃灣童聲合唱團面試 (幼童 A 班)	26-4-2025	六	10:45am-11:45am	3-6 歲 K1 至小一	1	\$110	2/3 起	20	謝笑容
7044E-0425	明愛荃灣童聲合唱團面試 (少年 E 班)	27-4-2025	日	9:00am-10:00am	12 歲或以上中學生	1	\$140	2/3 起	20	
7044D-0425	明愛荃灣童聲合唱團面試 (中童 D 班)	27-4-2025	日	10:00am-11:00am	9-12 歲 四 - 六年級	1	\$130	2/3 起	20	
7044C-0425	明愛荃灣童聲合唱團面試 (兒童 C 班)	27-4-2025	日	11:00am-12:00nm	7-8 歲 二 - 三年級	1	\$120	2/3 起	20	
7044B-0425	明愛荃灣童聲合唱團面試 (幼童 B 班)	27-4-2025	日	12:00nm-1:00pm	3-6 歲 K1 至小一	1	\$110	2/3 起	20	
7044A-0625	明愛荃灣童聲合唱團面試 (幼童 A 班)	28-6-2025	六	9:00am-10:00am	3-6 歲 K1 至小一	1	\$110	3/5 起	20	
7044E-0625	明愛荃灣童聲合唱團面試 (少年 E 班)	29-6-2025	日	10:45am-11:45am	12 歲或以上中學生	1	\$140	3/5 起	20	
7044D-0625	明愛荃灣童聲合唱團面試 (中童 D 班)	29-6-2025	日	10:00am-11:00am	9-12 歲 四 - 六年級	1	\$130	3/5 起	20	
7044C-0625	明愛荃灣童聲合唱團面試 (兒童 C 班)	29-6-2025	日	11:00am-12:00nm	7-8 歲 二 - 三年級	1	\$120	3/5 起	20	
7044B-0625	明愛荃灣童聲合唱團面試 (幼童 B 班)	29-6-2025	日	12:00nm-1:00pm	3-6 歲 K1 至小一	1	\$110	3/5 起	20	

幼兒合唱團面試

編號	課程	日期	星期	時間	對象	堂數	收費	報名日期	名額	導師
7044N-0425	明愛荃灣童聲合唱團面試 (幼童 B 班)	27-4-2025	日	11:45am-12:45pm	2-3 歲 N 至 K1	1	\$100	2/3 起	20	石瑩瑩
7044N-0625	明愛荃灣童聲合唱團面試 (幼童 B 班)	29-6-2025	日	11:45am-12:45pm		1	\$100	3/5 起	20	

幼兒合唱團

編號	課程	日期	星期	時間	對象	堂數	收費	報名日期	名額	導師
7600-0525	明愛荃灣童聲合唱團 N 班 - 幼兒組	4/5 至 29/6	日	11:45am-12:45pm	2-3 歲	9	\$900	5/4 起	20	石瑩瑩

幼兒及兒童合唱團

編號	課程	日期	星期	時間	對象	堂數	收費	內容	報名日期	名額	導師
7583-0525	明愛荃灣童聲合唱團 A 班 – 幼童組	3/5 至 28/6 [31/5 停課]	六	10:45am–11:45pm	3–6 歲 K1 至小一	8	\$880		5/4 起	20	謝笑容
7597-0525	明愛荃灣童聲合唱團 E 班 – 少年組	4/5 至 29/6	日	9:00am–10:00am	12 歲或以上 中學生	9	\$1260	學生程度：聲樂 5 級程度以上	5/4 起	20	
7045-0525	明愛荃灣童聲合唱團 D 班 – 中童組	4/5 至 29/6	日	10:00am–11:00am	9–12 歲 四 – 六年級	9	\$1170	學生程度：聲樂 3–4 級程度以上	5/4 起	20	
7203-0525	明愛荃灣童聲合唱團 C 班 – 兒童組	4/5 至 29/6	日	11:00am–12:00pm	7–8 歲 二 – 三年級	9	\$1080	學生程度：聲樂 1–2 級程度以上	5/4 起	20	
7582-0525	明愛荃灣童聲合唱團 B 班 – 幼兒組	4/5 至 29/6	日	12:00pm–1:00pm	3–6 歲 K1 至小一	9	\$990		5/4 起	20	

幼兒及兒童合唱團

聲樂、聽音、視唱及舞台表演技巧訓練；發展兒童歌唱技巧，加強個人自信心。教授中外語歌曲、百老匯音樂劇名曲、古典藝術歌曲及世界著名民歌等。按團員學習興趣及潛能，推薦及安排個別優異團員參加各類型聲樂考試及比賽。課程每兩個月收費一次，不接受逐堂收費。團服由中心指定購買。必須經導師面試合格才可報讀 C 班、D 班、E 班曾習樂器者優先。

明愛荃灣童聲合唱團獲邀為 DJ 歐信希新歌「家傳之寶」作和音部份

歌曲講述父母的愛

歐信希曾為香港 19 區歌唱大賽冠軍

歷屆冠軍得主有張學友、李克勤等等

導師簡介

明愛荃灣童聲合唱團 2005 年成立，歷年團員在本港及海外，參與個人、二人或團體比賽項目，屢獲佳績。部份優秀團員亦考獲聲樂八級及演唱文憑。合唱團曾獲邀請於香港體育館、香港會議中心、香港聖約翰座堂、大會堂、酒店、大型商場、婚宴、電視節目及商品廣告等獻唱，亦為本港流行歌手演唱和音部份，能力備受肯定。

謝笑容 老師

教學逾三十年，謝氏為香港浸會大學（榮譽）學士及碩士，兩學年獲大學文學院傑出學生嘉許。後修畢香港中文大學學位教師教育文憑（主修音樂及副修視覺藝術）及英國皇家音樂學院（鋼琴）教學證書。並先後獲英國皇家音樂學院、倫敦音樂學院及倫敦聖三一音樂學院頒發（鋼琴）演奏證書、演奏文憑、執業文憑及（聲樂）演唱文憑。2018 年暑假，謝氏 遠赴英國牛津大學 進修合唱課程；2019 年 10 月，謝氏 亦前往 維也納音樂學院 出席鋼琴教學國際研討會。作為一個經驗教育者，謝氏 學生屢在比賽及考試獲得優異的表現，歷年獲取數百獎項。除了音樂教學，謝氏 曾為大學音樂系研究助理，現為英國皇家音樂學院考試委員會成員。2005 年，謝氏創辦明愛童聲合唱團及並為該合唱團指揮至今。

石璧璧 老師

幼兒教學逾二十年，早年考獲英國皇家音樂學院五級樂理及八級鋼琴，及後修讀幼兒護理證書。幼兒教學經驗豐富的石老師，三名子女也同為多張演奏文憑的音樂教育者。

2024 合唱團大事回顧

1–2 月：第 76 屆香港校際音樂節個人及二人項目錄影

2 月 25 日：沙咀道大球場·新年農曆新年合唱表演

3 月：第 76 屆香港校際音樂節個人項目實體比賽

3 月 3 日：迎春合唱表演

3 月 24 日：合唱團成立 19 周年聯歡會

4 月 12 日：香港大會堂劇院·一追再追粵曲音樂會

5 月 5 日：兒童節目 Handsup 幼兒合唱表演

5 月 19 日：慈善馬拉松表演

7 月 18 日：兒童節目 Handsup 幼兒合唱表演

8 月 4 日：DJ 歐信希 歌曲「家傳之寶」和音演唱錄音

8 月 18 日：將軍澳廣場兒童合唱表演

8–9 月：英國皇家音樂學院 1–8 級聲樂考試錄影

9 月 17 日：香港文化中心·合唱表演

9 月 22 日：兒童節目 Handsup 三位團員獨唱表演

10 月 5 日：Snowman 選角活動

10 月 15 日：情懷荃國心·合唱表演

10 月 26 日：DJ 歐信希 歌曲「家傳之寶」發佈會演唱

11 月 17 日：明愛寶物會·獨唱及合唱表演

12 月 8 日：海洋公園合唱表演

古箏

教授古箏彈奏法，讀譜方法、指法、演奏及考試技巧、樂曲分析等。成績優異者可由導師推薦投考中央音樂學院或上海音樂學院各級考試。

【古箏專業等級考試】

（上課時古箏由中心提供）初學者須向導師購買古箏指甲一套約 \$18 及古箏專用膠布約 \$12

考試班：需由導師推薦報名

初班：只收舊生（新生請留表格）

中班：須完成初班

高 I 班：須完成中班

高 II 班：須完成高 I 班

深造班：須完成高 II 班

編號	課程	日期	星期	時間	對象	堂數	收費	報名日期	名額	導師
6022-0425	古箏中班	14/4 至 16/6 [21/4 及 5/5 停課]	—	6:00pm–7:00pm	7–70 歲	8	\$720	17/3 起	10	八音琴行 / 何鍾君
6021-0425	古箏初班		—	7:00pm–8:00pm	7–70 歲	8	\$680	17/3 起	10	
6022-0625	古箏中班	23/6 至 11/8	—	6:00pm–7:00pm	7–70 歲	8	\$720	12/5 起	10	
6021-0625	古箏初班		—	7:00pm–8:00pm	7–70 歲	8	\$680	12/5 起	10	

鋼琴

根據英國皇家音樂學院，個別教授鋼琴分級試課程，成績優異者可推薦考試。

【個別教授】【不設綜援 / 職津位】

備註：學員需每月月尾或之前到接待處繳交學費，遲交或欠交者，導師及中心職員有權中止課程。

【新學員請先填寫姓名及聯絡電話交回接待處，並等候職員回覆】

編號	課程	日期	時間	對象	堂數	收費	名額	導師
7032	初級至七級	有興趣之學員請留下個人聯絡資料	30 分鐘	5 歲或以上	4	\$500 起 [按級別計算]	1	黃可欣 / 石璧璧
7032	初級至七級		45 分鐘	5 歲或以上	4	\$750 起 [按級別計算]	1	

小提琴

培養同學對小提琴的認識及興趣培養，增強自信心及培養耐力、堅定意志和訓練團隊精神。

【個別教授】【不設綜援 / 職津位】

備註：學員需每月月尾或之前到接待處繳交學費，遲交或欠交者，導師及中心職員有權中止課程。

【新學員請先填寫姓名及聯絡電話交回接待處，並等候職員回覆】

編號	課程	日期	時間	對象	堂數	收費	名額	導師
7409	初級 – 個別教授	有興趣之學員請留下個人聯絡資料	45 分鐘	6 歲或以上	4	\$780	1	弦·族 National Strings
7418	初級 – 小組形式		45 分鐘	6 歲或以上	4	\$780	6	

長笛

根據初級長笛教本或英國皇家音樂學院課程教授長笛（須視乎學生程度），可以個人或小組形式上課，成績優異者可推薦考試。學員需自備長笛、課本及五線譜簿上課。有關長笛型號及課本名稱，會由導師提供。

編號	課程	日期	時間	對象	堂數	收費	名額	導師
7020	初級 – 個別教授	有興趣之學員請留下個人聯絡資料		45 分鐘	8 歲或以上	4	\$1080	1 劉佩珊

芭蕾舞

課程參照英國皇家芭蕾舞學院兒童考試課程為本，適合初學者或對芭蕾舞有興趣之人士報讀。除教授正統芭蕾舞技巧外，內容還包括創造性的身體動作、音樂節奏遊戲、集體舞蹈組合及練習。課程將遊戲形式作啟發性的訓練，從而發掘出小朋友的創造潛能，發展出四肢的協調性，增加身體的柔軟度，增加節奏感及培養藝術氣質。

* 透過輕鬆活潑的教學方式，配合正統芭蕾舞技巧，啟發小朋友的想像力和記憶力。

每兩個月繳費一次，收費按該兩個月課堂數目計算，【不接受逐堂繳費。】

學員欲參與考試必須購買合適的考試服裝，由導師幫助學員度身，制服都由導師代購。

編號	課程	日期	星期	時間	對象	堂數	收費	報名日期	名額	導師
7531-0425	週三芭蕾舞 Pre.School Dance	2/4 至 28/5	三	4:30pm-5:30pm	4-5 歲	9	\$1215	12/3 起	12	嘉登芭蕾舞學校
7532-0425	週三芭蕾舞 Pre.Primary	2/4 至 28/5	三	5:30pm-6:30pm	5-6 歲	9	\$1120	12/3 起	12	
7543-0425	週三芭蕾舞 G 6	2/4 至 28/5	三	6:30pm-8:00pm	12 歲以上	9	\$2565	12/3 起	12	
7531-0625	週三芭蕾舞 Pre.School Dance	4/6 至 30/7	三	4:30pm-5:30pm	4-5 歲	9	\$1215	16/4	12	
7533-0625	週三芭蕾舞 Pre.Primary	4/6 至 30/7	三	5:30pm-6:30pm	6-7 歲	9	\$1305	16/4	12	
7544-0625	週三芭蕾舞 G 7	4/6 至 30/7	三	6:30pm-8:00pm	13 歲以上	9	\$3015	16/4	12	

編號	課程	日期	星期	時間	對象	堂數	收費	報名日期	名額	導師
7394-0425	週五芭蕾舞 G 2	11/4 至 30/5 【18/4 停課】	五	4:15pm-5:15pm	8 歲以上	7	\$1190	14/3 起	12	嘉登芭蕾舞學校
7507-0425	週五芭蕾舞 G 4	11/4 至 30/5 【18/4 停課】	五	5:15pm-6:15pm	10 歲以上	7	\$1365	14/3 起	12	
7408-0425	週五芭蕾舞 G 5	11/4 至 30/5 【18/4 停課】	五	6:15pm-7:45pm	11 歲以上	7	\$1575	14/3 起	12	
7545-0425	週五芭蕾舞 G 8	11/4 至 30/5 【18/4 停課】	五	7:45pm-9:15pm	14 歲以上	7	\$2450	14/3 起	12	
7506-0625	週五芭蕾舞 G 3	6/6 至 25/7	五	4:15pm-5:15pm	9 歲以上	8	\$1440	2/5 起	12	
7408-0625	週五芭蕾舞 G 5	6/6 至 25/7	五	5:15pm-6:45pm	11 歲以上	8	\$1640	2/5 起	12	
7508-0625	週五芭蕾舞 I F	6/6 至 25/7	五	6:45pm-8:15pm	13 歲以上	8	\$2000	2/5 起	12	
7406-0625	週五芭蕾舞 INT	4/6 至 30/7	五	8:15pm-9:45pm	15 歲以上	8	\$2400	2/5 起	12	

編號	課程	日期	星期	時間	對象	堂數	收費	報名日期	名額	導師
7462-0425	早晨週六 芭蕾舞 Beginner	5/4 至 24/5 【19/4 停課】	六	10:00am-11:00am	滿 3-4 歲	7	\$910	15/3 起	12	嘉登芭蕾舞學校
7463-0425	早晨週六 芭蕾舞 Pre.Primary	5/4 至 24/5 【19/4 停課】	六	11:00am-12:00nn	5-6 歲以上	7	\$980	15/3 起	12	
7468-0425	早晨週六 芭蕾舞 G 2	5/4 至 24/5 【19/4 停課】	六	1:00pm-2:00pm	8 歲以上	7	\$1190	15/3 起	12	
7358-0425	週六芭蕾舞 G 1	5/4 至 24/5 【19/4 停課】	六	2:00pm-3:00pm	7-8 歲以上	7	\$1085	15/3 起	12	
7515-0425	週六芭蕾舞 G 4	5/4 至 24/5 【19/4 停課】	六	3:00pm-4:00pm	10 歲以上	7	\$1365	15/3 起	12	
7516-0425	週六芭蕾舞 G 5	5/4 至 24/5 【19/4 停課】	六	4:00pm-5:30pm	11 歲以上	7	\$1575	15/3 起	12	
7462-0625	早晨週六 芭蕾舞 Beginner	7/6 至 26/7	六	10:00am-11:00am	滿 3-4 歲	8	\$1040	26/4 起	12	
7452-0625	早晨週六 芭蕾舞 Primary	7/6 至 26/7	六	11:00am-12:00nn	6-7 歲以上	8	\$1160	26/4 起	12	
7464-0625	早晨週六 芭蕾舞 Pre.School Dance	7/6 至 26/7	六	12:00nm-1:00pm	4-5 歲以上	8	\$1080	26/4 起	12	
7469-0625	早晨週六 芭蕾舞 G 3	7/6 至 26/7	六	1:00pm-2:00pm	9 歲以上	8	\$1440	26/4 起	12	
7513-0625	週六芭蕾舞 G 2	7/6 至 26/7	六	2:00pm-3:00pm	8 歲以上	8	\$1360	26/4 起	12	
7516-0625	週六芭蕾舞 G 5	7/6 至 26/7	六	3:00pm-4:30pm	11 歲以上	8	\$1800	26/4 起	12	
7547-0625	週六芭蕾舞 I F	7/6 至 26/7	六	4:30pm-6:00pm	13 歲以上	8	\$2000	26/4 起	12	

編號	課程	日期	星期	時間	對象	堂數	收費	報名日期	名額	導師
7511-0425	週日芭蕾舞班 G 6	6/4 至 25/5 【20/4 停課】	日	9:00am-10:15am	12 歲以上	7	\$1890	16/3 起	12	嘉登芭蕾舞學校
7399-0425	週日芭蕾舞班 G 1	6/4 至 25/5 【20/4 停課】	日	10:15am-11:15am	7-8 歲	7	\$1085	16/3 起	12	
7546-0425	週日芭蕾舞班 G 8	6/4 至 25/5 【20/4 停課】	日	11:15am-12:45pm	14 歲以上	7	\$2450	16/3 起	12	
7548-0625	週日 芭蕾舞班 G 7	1/6 至 27/7	日	9:00am-10:15am	13 歲以上	9	\$2880	27/4 起	12	
7400-0625	週日 芭蕾舞班 G 2	1/6 至 27/7	日	10:15am-11:15am	8 歲以上	9	\$1530	27/4 起	12	
7549-0625	週日 芭蕾舞班 INT	1/6 至 27/7	日	11:15am-12:45pm	15 歲以上	9	\$2700	27/4 起	12	



兒童 Kpop

K Pop 即韓國流行音樂，音樂節奏輕快易記，近年在香港掀起一股熱潮，深受小朋友歡迎。本課程將教授兒童 KPOP 舞蹈，讓兒童在耳熟能詳的 K Pop 歌曲中，配合節拍強勁的舞步，學習舞步及肢體動作技巧，增強手強協調，發掘同學對舞蹈表演的興趣。

編號	課程	日期	時間	對象	堂數	收費	報名日期	名額	導師
7609-0525	兒童 Kpop 舞蹈課程 A 班	3/5 至 28/6 【31/5 停課】	6:00pm-7:00pm	6-8 歲	8	\$720	1/4 起	15	童趣才藝 發展中心
7610-0525	兒童 Kpop 舞蹈課程 B 班		7:15pm-8:15pm	9-11 歲	8	\$720	1/4 起	15	

幼兒及兒童室內足球

編號	課程	日期	星期	時間	對象	堂數	收費	內容	報名日期	名額	導師
7561-0325	兒童室內足球 體驗班 【試堂】	2-3-2025	日	9:30am-10:30am	4-5 歲	1	\$160	由荃灣足球會教練執教，於室內進行，培養兒童對足球的興趣，啟發潛能，鍛鍊大小肌肉操控性，移動性及穩定性，用遊戲作為主導，促進運動表現及技能有關的體適能特質，當中包括靈敏度，平衡，爆發力，協調，速度。養成良好運動態度，自理能力，溝通……等。每堂均有小型足球比賽。	2/2 起	10	輔智足球 教室
7562-0325	兒童室內足球 體驗班 【試堂】	2-3-2025	日	10:30am-11:30am	3-4 歲	1	\$160		2/2 起	10	
7491-0325	兒童室內足球 體適能 A 班	2/3 至 27/4 【20/4 停課】	日	9:30am-10:30am	4-5 歲	8	\$1120		2/2 起	16	
		6/4 至 27/4 【20/4 停課】	日	9:30am-10:30am	4-5 歲	3	\$420		2/3 起	16	
7492-0325	兒童室內足球 體適能 B 班	2/3 至 27/4 【20/4 停課】	日	10:30am-11:30am	3-4 歲	8	\$1120		2/2 起	16	
		6/4 至 27/4 【20/4 停課】	日	10:30am-11:30am	3-4 歲	3	\$420		2/3 起	10	
7561-0525	兒童室內足球 體驗班 【試堂】	4-5-2025	日	9:30am-10:30am	4-5 歲	1	\$160		6/4 起	10	
7562-0525	兒童室內足球 體驗班 【試堂】	4-5-2025	日	10:30am-11:30am	3-4 歲	1	\$160		6/4 起	10	
7491-0525	兒童室內足球 體適能 A 班	4/5 至 29/6	日	9:30am-10:30am	4-5 歲	9	\$1260		6/4 起	16	
		1/6 至 29/6	日	9:30am-10:30am	4-5 歲	5	\$700		6/4 起	16	
7492-0525	兒童室內足球 體適能 B 班	4/5 至 29/6	日	10:30am-11:30am	3-4 歲	9	\$1260		6/4 起	16	
		1/6 至 29/6	日	10:30am-11:30am	3-4 歲	5	\$700		6/4 起	16	

幼兒及兒童體操 / 彈網課程

編號	課程	日期	星期	時間	對象	堂數	收費	內容	報名日期	名額	導師	
7260-0425	週四幼兒體操初班	3/4 至 24/4	四	5:00pm-6:00pm	3-5 歲	4	\$500	幼兒體操：本課程以簡單的自由體操包括一些靜止姿勢，地墊動作、翻滾和騰空的動作，平衡木和跳馬是用以訓練幼兒身體的協調性反應。	13/3 起	16	香港青年體育會提供	
7382-0425	週四體操初班	3/4 至 24/4	四	6:15pm-7:45pm	6-18 歲	4	\$780		13/3 起	16		
7381-0425	週四成人彈網班	3/4 至 24/4	四	7:30pm-9:00pm	18 歲或以上	4	\$1020		13/3 起	16		
7260-0525	週四幼兒體操初班	8/5 至 29/5	四	5:00pm-6:00pm	3-5 歲	4	\$500	彈網：教授彈網的安全玩法和依學員進度而教授不同程度動作：包括直彈、背彈、手膝彈、轉體和翻騰等動作。參加者的年齡必須合乎條件所有課程適合初學者（「幼兒體操中班」和「體操中班」除外）「幼兒體操中班」和「體操中班」的參加者須經體育會考核晉升	17/4 起	16		
7382-0525	週四體操初班	8/5 至 29/5	四	6:15pm-7:45pm	6-18 歲	4	\$780		17/4 起	16		
7381-0525	週四成人彈網班	8/5 至 29/5	四	7:30pm-9:00pm	18 歲或以上	4	\$1020		17/4 起	16		
7260-0625	週四幼兒體操初班	5/6 至 26/6	四	5:00pm-6:00pm	3-5 歲	4	\$500		幼兒 初 體平均每堂 \$125 幼兒 中 體平均每堂 \$135 兒童 初 體平均每堂 \$195 兒童 中 體平均每堂 \$250	22/5 起		16
7382-0625	週四體操初班	5/6 至 26/6	四	6:15pm-7:45pm	6-18 歲	4	\$780			22/5 起		16
7381-0625	週四成人彈網班	5/6 至 26/6	四	7:30pm-9:00pm	18 歲或以上	4	\$1020			彈網班平均每堂 \$170 成人彈網班平均每堂 \$255 【所有課程按該月份堂數收費】		22/5 起

編號	課程	日期	星期	時間	對象	堂數	收費	內容	報名日期	名額	導師
7265-0425	週六幼兒 體操初班	5/4 至 26/4 【19/4 停課】	六	10:00am-11:00am	3-5 歲	3	\$375	幼兒體操：本課程以簡單的自由體操包括一些靜止姿勢，地墊動作、翻滾和騰空的動作，平衡木和跳馬是用以訓練幼兒身體的協調性反應。	15/3 起	16	香港青年 體育會 提供
7266-0425	週六幼兒 體操中班	5/4 至 26/4 【19/4 停課】	六	11:15am-12:15pm	3-5 歲	3	\$405		15/3 起	16	
7267-0425	週六體操中班	5/4 至 26/4 【19/4 停課】	六	12:30pm-2:30pm	6-18 歲	3	\$750	體操：以競技體操為主，包括自由體操、跳馬、平衡木和雙槓等。	15/3 起	16	
7268-0425	週六體操初班	5/4 至 26/4 【19/4 停課】	六	12:30pm-2:00pm	6-18 歲	3	\$585		15/3 起	16	
7384-0425	週六彈網班 A	5/4 至 26/4 【19/4 停課】	六	10:00am-11:00am	6-18 歲	3	\$510		15/3 起	16	
7385-0425	週六彈網班 B	5/4 至 26/4 【19/4 停課】	六	11:15am-12:15pm	6-18 歲	3	\$510		15/3 起	16	
7265-0525	週六幼兒 體操初班	3/5 至 24/5 【10/5 停課】	六	10:00am-11:00am	3-5 歲	3	\$375	彈網：教授彈網的安全玩法和依學員進度而教授不同程度動作：包括直彈、背彈、手膝彈、轉體和翻騰等動作。參加者的年齡必須合乎條件所有課程適合初學者（「幼兒體操中班」和「體操中班」除外）「幼兒體操中班」和「體操中班」的參加者須經體育會考核晉升	12/4 起	16	
7266-0525	週六幼兒 體操中班	3/5 至 24/5 【10/5 停課】	六	11:15am-12:15pm	3-5 歲	3	\$405		12/4 起	16	
7267-0525	週六體操中班	3/5 至 24/5 【10/5 停課】	六	12:30pm-2:30pm	6-18 歲	3	\$750		12/4 起	16	
7268-0525	週六體操初班	3/5 至 24/5 【10/5 停課】	六	12:30pm-2:00pm	6-18 歲	3	\$585		12/4 起	16	
7384-0525	週六彈網班 A	3/5 至 24/5 【10/5 停課】	六	10:00am-11:00am	6-18 歲	3	\$510	【所有課程按該月份堂數收費】	12/4 起	16	
7385-0525	週六彈網班 B	3/5 至 24/5 【10/5 停課】	六	11:15am-12:15pm	6-18 歲	3	\$510		12/4 起	16	

幼兒及兒童體操 / 彈網課程

編號	課程	日期	星期	時間	對象	堂數	收費	內容	報名日期	名額	導師
7265-0625	週六幼兒體操初班	5/6 至 26/6	六	10:00am-11:00am	3-5 歲	4	\$500	幼兒體操：本課程以簡單的自由體操包括一些靜止姿勢，地墊動作、翻滾和騰空的動作，平衡木和跳馬是用以訓練幼兒身體的協調性反應。	22/5 起	16	香港青年體育會提供
7266-0625	週六幼兒體操中班	5/6 至 26/6	六	11:15am-12:15pm	3-5 歲	4	\$540	體操：以競技體操為主，包括自由體操、跳馬、平衡木和雙槓等。	22/5 起	16	
7267-0625	週六體操中班	5/6 至 26/6	六	12:30pm-2:30pm	6-18 歲	4	\$1000	彈網：教授彈網的安全玩法和依學員進度而教授不同程度動作：包括直彈、背彈、手膝彈、轉體和翻騰等動作。參加者的年齡必須合乎條件所有課程適合初學者（「幼兒體操中班」和「體操中班」除外）「幼兒體操中班」和「體操中班」的參加者須經體育會考核晉升	22/5 起	16	
7268-0625	週六體操初班	5/6 至 26/6	六	12:30pm-2:00pm	6-18 歲	4	\$780		22/5 起	16	
7384-0625	週六彈網班 A	5/6 至 26/6	六	10:00am-11:00am	6-18 歲	4	\$680	幼兒 初 體平均每堂 \$125 幼兒 中 體平均每堂 \$135 兒童 初 體平均每堂 \$195 兒童 中 體平均每堂 \$250	22/5 起	16	
7385-0625	週六彈網班 B	5/6 至 26/6	六	11:15am-12:15pm	6-18 歲	4	\$680	彈網班平均每堂 \$170 成人彈網班平均每堂 \$255 【所有課程按該月份堂數收費】	22/5 起	16	

幼兒及兒童體操 / 彈網課程

編號	課程	日期	星期	時間	對象	堂數	收費	內容	報名日期	導師
7471-0425	中西合璧感覺統合訓練【幼兒班】	5/4 至 26/4 【19/4 停課】	六	1:30pm-2:30pm	3-5 歲	3	\$810	按該月堂數收費	22/3 起	香港青年體育會提供
7472-0425	中西合璧感覺統合訓練【兒童班】		六	2:45pm-3:45pm	6-12 歲	3	\$810			
7471-0525	中西合璧感覺統合訓練【幼兒班】	3/5 至 24/5	六	1:30pm-2:30pm	3-5 歲	4	\$1080		12/4 起	
7472-0525	中西合璧感覺統合訓練【兒童班】		六	2:45pm-3:45pm	6-12 歲	4	\$1080			
7471-0625	中西合璧感覺統合訓練【幼兒班】	7/6 至 28/6	六	1:30pm-2:30pm	3-5 歲	4	\$1080		10/5 起	
7472-0625	中西合璧感覺統合訓練【兒童班】		六	2:45pm-3:45pm	6-12 歲	4	\$1080			

這個課程運用了「破壞重建原理」去設計感覺統合訓練及各種遊戲，並以按壓技巧及透過各種刺激使大腦皮質區做出適當的調節。訓練重點在透過遊戲、活動給予孩童適當的感覺刺激及活動目標，引導其大腦去整合接收到的刺激，做出適當的反應，進而提升其腦部的感覺整合功能。幫助孩子獲得適度的安全感、舒適感，從中建立自信心，接受環境挑戰，達到自我滿足及成就感。另外，這個課程會加入健腦操元素改善人腦與身體之間的溝通功能，促進腦神經與身體感官系統之間的聯繫，增加本體感成效。

課程介紹：「感覺統合」理論是由美國職能治療師艾爾絲博士提出。我們都是藉由感覺神經系統來蒐集外界訊息，這些要傳送到大腦的訊息必須在腦幹部位做適當的組織整合，大腦必須有效率地處理這些訊息，進而產生有義意且適當的行為表現，使個體能順利與環境接觸，有良好的適應性並獲得滿足，這就是「感覺統合」。「感覺統合」是大腦的功能，感覺統合失調即為大腦功能失調的一種。這個系統不能正常運作時，就會導致某種感覺在大腦整合系統中不協調，表現出種種心理和行為問題和障礙，著就是感覺統合失調。台灣陳文德教授特別著重幼兒身體的學習、感官的接觸、數學科學觀念的建構、生態環境的接觸，並以生物醫學的角度配合幼兒學習，以「破壞重建原理」去調節人類平衡系統，增加了中樞神經能量，改善感覺失調。

備註：1. 請學員穿著輕便服出席。2. 如有需要 1 位家長可陪同小朋友參與。

兒童及青少年柔道

由中國香港柔道總會認可導師主教，需由導師代購道袍。
按該月堂數收費導師由浩然柔道會提供

編號	課程	日期	星期	時間	對象	堂數	收費	報名日期	名額	導師
7005-0425	青年柔道	3/4 至 26/4 【19/4 停課】	四及六	7:45pm-9:45pm	滿 12 歲或以上	7	\$420	15/3 起	24	青年柔道教練： 嚴啟山 / 兒童柔道教練： 嚴宇和
7006-0425	兒童柔道	5/4 至 26/4 【19/4 停課】	六	5:45pm-7:45pm	滿 4-11 歲	3	\$270	15/3 起	24	
7005-0525	青年柔道	3/5 至 29/5	四及六	7:45pm-9:45pm	滿 12 歲或以上	8	\$560	10/5 起	24	
7006-0525	兒童柔道	3/5 至 24/5	六	5:45pm-7:45pm	滿 4-11 歲	4	\$400	10/5 起	24	
7005-0625	青年柔道	5/6 至 28/6	四及六	7:45pm-9:45pm	滿 12 歲或以上	8	\$560	12/6 起	24	
7006-0625	兒童柔道	7/6 至 28/6	六	5:45pm-7:45pm	滿 4-11 歲	4	\$400	12/6 起	24	

兒童跆拳道

初級組：由白帶至綠藍帶
高級組：由藍帶至紅黑帶
由香港跆拳道協會認可導師主教，要赤腳上堂。需由導師代購道袍。導師由精英跆拳道會提供。

編號	課程	日期	星期	時間	對象	堂數	收費	報名日期	名額	導師
7001-0525	兒童跆拳道初級班	6/5 至 24/6	二	7:30pm-9:00pm	3 歲至 14 歲	8	\$800	15/4 起	24	教練：周永全
7611-0525	兒童跆拳道高級班	6/5 至 24/6	二	7:30pm-9:30pm	3 歲至 14 歲	8	\$1040	15/4 起	24	
7001-0725	兒童跆拳道初級班	8/7 至 26/8	二	7:30pm-9:00pm	3 歲至 14 歲	8	\$800	20/5 起	24	
7611-0725	兒童跆拳道高級班	8/7 至 26/8	二	7:30pm-9:30pm	3 歲至 14 歲	8	\$1040	20/5 起	24	

兒童跆拳道

由香港跆拳道協會認可導師主教，要赤腳上堂。
需由導師代購道袍。導師由精英跆拳道會提供。

編號	課程	日期	星期	時間	對象	堂數	收費	報名日期	名額	導師
7565-0525	跆拳道 F 班	2/5 至 27/6	五	4:00pm-5:30pm	3 歲至 14 歲	9	\$900	11/4 起	24	教練：趙煥娜
7565-0725	跆拳道 F 班	4/7 至 29/8	五	4:00pm-5:30pm	3 歲至 14 歲	9	\$900	16/5 起	24	
7002-0525	跆拳道 B 班	2/5 至 27/6	五	5:30pm-7:00pm	3 歲至 14 歲	9	\$900	11/4 起	24	
7002-0725	跆拳道 B 班	4/7 至 29/8	五	5:30pm-7:00pm	3 歲至 14 歲	9	\$900	16/5 起	24	
7003-0525	跆拳道 C 班	3/5 至 28/6 【31/5 停課】	六	2:30pm-4:00pm	3 歲至 14 歲	8	\$800	5/4 起	24	
7003-0725	跆拳道 C 班	5/7 至 30/8	六	2:30pm-4:00pm	3 歲至 14 歲	9	\$900	17/5 起	24	
7004-0525	跆拳道 D 班	3/5 至 28/6 【31/5 停課】	六	4:00pm-5:30pm	3 歲至 14 歲	8	\$800	5/4 起	24	
7004-0725	跆拳道 D 班	5/7 至 30/8	六	4:00pm-5:30pm	3 歲至 14 歲	9	\$900	17/5 起	24	

兒童及青少年空手道

由正武館認可教練任教，由導師代購道袍。以年齡分組教授。平按該月堂數收費

編號	課程	日期	星期	時間	對象	堂數	收費	報名日期	名額	導師
7321-0435	週六 兒童 / 青少年 空手道班	5/4 至 26/4 【19/4 停課】	六	4:00pm-6:00pm	滿 6-17 歲	3	\$240	15/3 起	16	教練： 顏志銘
7321-0525	週六 兒童 / 青少年 空手道班	3/5 至 24/5	六	4:00pm-6:00pm	滿 6-17 歲	4	\$360	5/4 起	16	
7321-0625	週六 兒童 / 青少年 空手道班	7/6 至 28/6	六	4:00pm-6:00pm	滿 6-17 歲	4	\$360	17/5 起	16	

編號	課程	日期	星期	時間	對象	堂數	收費	報名日期	名額	導師
7595-0425	週日 空手道課程	6/4 至 27/4 【20/4 停課】	日	10:00am-12:00nn	滿 5-29 歲	3	\$240	16/3 起	16	教練： 顏志銘
7595-0525	週日 空手道課程	4/5 至 25/5	日	10:00am-12:00nn	滿 5-29 歲	4	\$360	13/4 起	16	
7595-0625	週日 空手道課程	1/6 至 29/6	日	10:00am-12:00nn	滿 5-29 歲	5	\$450	15/5 起	16	

藝術



成人歌唱

本課程教授國粵語懷舊及流行歌曲。以卡拉 ok 型式配合簡譜、輕鬆教授簡易樂理、發聲、共鳴、呼吸及演繹方法等歌唱技巧。每位學員在課堂上都有演唱機會，導師即時加以指導及糾正。亦會適時安排舞台演出機會，令各學員能學以致用，享受唱歌的樂趣。

編號	課程	日期	星期	時間	對象	堂數	收費	報名日期	名額	導師
6260-0425	輕歌妙韻 歌唱班 A	2/4 至 30/4	三	1:45pm-3:15pm	滿 18 歲初學者	5	\$425	12/3 起	14	浩天樂韻軒 - 何潔雲
6290-0425	輕歌妙韻 歌唱班 C		三	3:30pm-5:00pm		5	\$425	12/3 起	14	
6260-0525	輕歌妙韻 歌唱班 A	7/5 至 28/5	三	1:45pm-3:15pm	滿 18 歲初學者	4	\$400	16/4 起	14	
6290-0525	輕歌妙韻 歌唱班 C		三	3:30pm-5:00pm		4	\$400	16/4 起	14	
6260-0625	輕歌妙韻 歌唱班 A	4/6 至 25/6	三	1:45pm-3:15pm	滿 18 歲初學者	4	\$400	21/5 起	14	
6290-0625	輕歌妙韻 歌唱班 C		三	3:30pm-5:00pm		4	\$400	21/5 起	14	
6260-0725	輕歌妙韻 歌唱班 A	2/7 至 30/7	三	1:45pm-3:15pm	滿 18 歲初學者	5	\$500	18/6 起	14	
6290-0725	輕歌妙韻 歌唱班 C		三	3:30pm-5:00pm		5	\$500	18/6 起	14	
6269-0425	輕歌妙韻 歌唱班 B	3/4 至 24/4	四	1:45pm-3:15pm	滿 18 歲初學者	4	\$340	13/3 起	14	
6291-0425	輕歌妙韻 歌唱班 D		四	3:30pm-5:00pm		4	\$340	13/3 起	14	
6269-0525	輕歌妙韻 歌唱班 B	8/5 至 29/5	四	1:45pm-3:15pm	滿 18 歲初學者	4	\$400	17/4 起	14	
6291-0525	輕歌妙韻 歌唱班 D		四	3:30pm-5:00pm		4	\$400	17/4 起	14	
6269-0625	輕歌妙韻 歌唱班 B	5/6 至 26/6	四	1:45pm-3:15pm	滿 18 歲初學者	4	\$400	22/5 起	14	
6291-0625	輕歌妙韻 歌唱班 D		四	3:30pm-5:00pm		4	\$400	22/5 起	14	
6269-0725	輕歌妙韻 歌唱班 B	3/7 至 31/7	四	1:45pm-3:15pm	滿 18 歲初學者	5	\$500	19/6 起	14	
6291-0725	輕歌妙韻 歌唱班 D		四	3:30pm-5:00pm		5	\$500	19/6 起	14	

幼兒及兒童繪畫 / 素描

編號	課程	日期	星期	時間	對象	堂數	收費	內容	報名日期	名額	導師
7204-0325	幼兒塗鴉天地 A 班	22/3 至 17/5 【19/4 停課】	六	12:00pm-1:00pm	4-6 歲	8	\$600	街頭塗鴉文化是很有個人風格！本課程以混合的顏料，再加上一些有趣的題材和不同的物料，給小朋友一個無限可能的塗鴉空間，發展他們創作的潛能。 * 參加者需要攜帶鉛筆、擦膠、木顏色或蠟筆。	22/2 起	12	雷文傑
7143-0325	彩色素描初級班 A	22/3 至 17/5 【19/4 停課】	六	2:15pm-3:15pm	6-15 歲	8	\$600	用木顏色教授描繪的技巧，以不同形狀的立體，配合光線，加上影子的運用，以一些漸變技巧，混合配色技巧，加深了解色彩學的明、灰、暗。 * 參加者需要攜帶鉛筆、擦膠、木顏色。	22/2 起	12	
7053-0325	彩色素描中級班	22/3 至 17/5 【19/4 停課】	六	3:15pm-4:15pm	6-15 歲	8	\$600	用木顏色教授描繪的技巧，以不同形狀，配不同的光線，再加上質感及影子的運用，描繪物件的真實感，掌握色彩的明、灰、暗、立體和透視的技巧。 * 【此課程需由導師推薦才可報讀】	22/2 起	12	
7054-0325	兒童素描基礎班	22/3 至 17/5 【19/4 停課】	六	4:15pm-5:15pm	6-15 歲	8	\$600	以不同深淺的鉛筆、炭筆來源及影子，掌握明灰暗、立體和透視，由一點透視至三點透視的描繪法，令兒童更清楚物件的距離和空間感。 * 參加者需要攜帶鉛筆、擦膠。	22/2 起	12	
7614-0525	卡通動畫 A 班	24/5 至 19/7 【31/5 停課】	六	11:15am-12:15pm	6-15 歲	8	\$680	本課程重視對卡通技巧的掌握，同時着重創意培育，描繪卡通人物外，導師會指導學生創作不同的背景，加上基本美術理論的傳授與運用，學員可學到及掌握較全面的基本美術知識及技巧。 以我們教學多年之經驗，對於不喜歡繪畫的兒童，可藉著卡通漫畫的描繪而引發他們對繪畫的興趣，效果顯著。 * 參加者需要攜帶鉛筆、擦膠、木顏色或蠟筆。	5/4 起	12	
7204-0525	幼兒塗鴉天地班	24/5 至 19/7 【31/5 停課】	六	12:15pm-1:15pm	4-6 歲	8	\$680	街頭塗鴉文化是很有個人風格！本課程以混合的顏料，再加上一些有趣的題材和不同的物料，給小朋友一個無限可能的塗鴉空間，發展他們創作的潛能。 * 參加者需要攜帶鉛筆、擦膠、木顏色或蠟筆。	5/4 起	12	
7143-0525	彩色素描初級班	24/5 至 19/7 【31/5 停課】	六	2:00pm-3:00pm	6-15 歲	8	\$680	用木顏色教授描繪的技巧，以不同形狀的立體，配合光線，加上影子的運用，以一些漸變技巧，混合配色技巧，加深了解色彩學的明、灰、暗。 * 參加者需要攜帶鉛筆、擦膠、木顏色。	5/4 起	12	雷文傑
7613-0525	彩色素描高級班	24/5 至 19/7 【31/5 停課】	六	3:00pm-4:00pm	6-15 歲	8	\$680	用木顏色教授描繪的技巧，以不同形狀，配不同的光線，再加上質感及影子的運用，描繪物件的真實感，掌握色彩的明、灰、暗、立體和透視的技巧。 * 【此課程需由導師推薦才可報讀】	5/4 起	12	

編號	課程	日期	星期	時間	對象	堂數	收費	內容	報名日期	名額	導師
7615-0525	卡通動畫 B 班	24/5 至 19/7 【31/5 停課】	六	4:00pm-5:00pm	6-15 歲	8	\$680	本課程重視對卡通技巧的掌握，同時着重創意培育，描繪卡通人物外，導師會指導學生創作不同的背景，加上基本美術理論的傳授與運用，學員可學到及掌握較全面的基本美術知識及技巧。 以我們教學多年之經驗，對於不喜歡繪畫的兒童，可藉著卡通漫畫的描繪而引發他們對繪畫的興趣，效果顯著。 * 參加者需要攜帶鉛筆、擦膠、木顏色或蠟筆。	5/4 起	12	雷文傑

成人國畫及書法

編號	課程	日期	星期	時間	對象	堂數	收費	內容	報名日期	名額	導師
6262-0525	成人書法班	2/5 至 4/7	五	1:45pm-3:15pm	滿 18 歲初學者	10	\$700 另影印費 \$20	參加者由楷書開始，學習正確執筆和基本筆劃、臨摹顏、柳等前人碑帖。會跟據個別學員的進度而進級學習行書或隸書。 【學員需自備紙、筆、墨於堂上練習。】	21/2 起	17	謝愛玲
6266-0525	嶺南花鳥畫班	2/5 至 4/7	五	3:30pm-5:00pm	滿 18 歲初學者	10	\$900 另影印費 \$20	教授嶺南畫派最特色的花鳥蟲魚，由淺入深，以簡單構圖營造出豐富悅目畫作。讓初學者也能認識嶺南畫派這個折衷中外、融匯古今的特色。上課形式主要是觀察導師的示範和批改學員功課，不作堂上練習。	21/2 起	17	
6262-0725	成人書法班	18/7 至 19/9	五	1:45pm-3:15pm	滿 18 歲初學者	10	\$700 另影印費 \$20	參加者由楷書開始，學習正確執筆和基本筆劃、臨摹顏、柳等前人碑帖。會跟據個別學員的進度而進級學習行書或隸書。 【學員需自備紙、筆、墨於堂上練習。】	23/5 起	17	
6266-0725	嶺南花鳥畫班	18/7 至 19/9	五	3:30pm-5:00pm	滿 18 歲初學者	10	\$900 另影印費 \$20	教授嶺南畫派最特色的花鳥蟲魚，由淺入深，以簡單構圖營造出豐富悅目畫作。讓初學者也能認識嶺南畫派這個折衷中外、融匯古今的特色。上課形式主要是觀察導師的示範和批改學員功課，不作堂上練習。	23/5 起	17	

成人社交舞及標準舞

編號	課程	日期	星期	時間	對象	堂數	收費	內容	報名日期	名額	導師
6012-0425	日間社交舞初階 A	28/4 至 23/6 【5/5 停課】	—	10:30am-12:00nn	滿 15 歲 初學者	8	\$420	課程輪流教授慢三、噍噍、探戈、牛仔、狐步、倫巴、快三、森巴、鬥牛、快四等基本舞步。	31/3 起	25	黃毅成
6012-0625	日間社交舞初階 A	30/6 至 18/7	—	10:30am-12:00nn	滿 15 歲 初學者	8	\$420		19/5 起	25	
6016-0425	日間社交舞初階 B	9/4 至 28/5	三	10:30am-12:00nn	滿 15 歲 初學者	8	\$420	課程輪流教授慢三、噍噍、探戈、牛仔、狐步、倫巴、快三、森巴、鬥牛、快四等基本舞步。	19/3 起	25	
6016-0625	日間社交舞初階 B	4/6 至 23/7	三	10:30am-12:00nn	滿 15 歲 初學者	8	\$420		23/5 起	25	

成人社交舞及標準舞

編號	課程	日期	星期	時間	對象	堂數	收費	內容	報名日期	名額	導師
6015-0425	周二社交舞花步班	15/4 至 3/6	二	6:45pm-8:15pm	滿 15 歲 初學者	8	\$320	教授基本入門舞步，適合初學者。	25/3 起	25	蕭志雄
6014-0425	標準舞技巧班		二	8:15pm-9:45pm		8	\$420	輪流教授慢三、探戈、狐步、快三 / 快四。以技巧為主，每期教授一款舞蹈，及快步舞，均以步法為主。	25/3 起	25	
6015-0625	周二社交舞花步班	10/6 至 5/8 【1/7 停課】	二	6:45pm-8:15pm	滿 15 歲 初學者	8	\$320	教授基本入門舞步，適合初學者。	29/4 起	25	
6014-0625	標準舞技巧班		二	8:15pm-9:45pm		8	\$420	輪流教授慢三、探戈、狐步、快三 / 快四。以技巧為主，每期教授一款舞蹈，及快步舞，均以步法為主。	29/4 起	25	

成人肚皮舞

編號	課程	日期	星期	時間	對象	堂數	收費	內容	報名日期	名額	導師
6276-0325	肚皮舞班	10/3 至 12/5 【21/4 及 5/5 停課】	—	2:00pm-3:30pm	滿 15 歲 初學者	8	\$320	肚皮舞，是一種帶有阿拉伯風情的舞蹈形式，起源於中東地區，並在印度和巴基斯坦、土耳其、伊朗等地區取得長足發展，成為一種較為知名的國際性舞蹈。	17/2 起	25	樂陶演藝中心 — 張白蘭
6276-0525	肚皮舞班	19/5 至 30/6	—	2:00pm-3:30pm	滿 15 歲 初學者	8	\$390		14/4 起	25	
6276-0725	肚皮舞班	7/7 至 25/8	—	2:00pm-3:30pm	滿 15 歲 初學者	8	\$390	肚皮舞是較為女性的舞蹈，其特色是舞者隨著變化萬千的快速節奏擺動臀部和腹部，舞姿優美，變化多端，而且多張顯阿拉伯風情，以神秘著稱。近些年，肚皮舞也作為一種深受女士喜愛的減肥方式在世界各地廣為流行。 美籍導師張白蘭由樂陶演藝中心提供。	2/6 起	25	

兒童拉丁舞課程

所有拉丁舞課程及考試課程均依照英國 < 國際舞蹈教師學會 > 的考試課程所編排。經老師推薦成績合格的學員可報考舞蹈級別試。考試級別合格後，可晉升另一級別。每年都會由英國、澳洲委派考試官監考。合格的學員可獲發香港政府及全世界認可的證書及紀念章，以幫助同學升讀本地名校及於出國留學時提升面試分數。每年都會舉辦多次校際比賽及青少年大賽，經過比賽可讓學員增強自信心、在鍛鍊中提高藝術情操及毅力。

備註：要穿著學會指定拉丁舞制服，第一堂由導師幫助學員度身，制服都由導師代購。
(女生衣裙各一件共 \$160，女生鞋一對 \$160。男生衣褲各一件共 \$200，男生鞋一對 \$200)

編號	課程	日期	星期	時間	對象	堂數	收費	報名日期	名額	導師
7344-0325	兒童拉丁舞初班	7/3 至 9/5 【4/4 及 18/4 停課】	三	4:45pm-5:45pm	4-6 歲	8	\$720	14/2 起	12	國際舞蹈學會 - 李玲
7345-0325	兒童拉丁舞中班	7/3 至 9/5 【4/4 及 18/4 停課】	三	5:45pm-6:45pm	7-10 歲	8	\$800	14/2 起	12	
7344-0525	兒童拉丁舞初班	16/5 至 4/7	三	4:45pm-5:45pm	4-6 歲	8	\$720	25/4 起	12	
7345-0525	兒童拉丁舞中班	16/5 至 4/7	三	5:45pm-6:45pm	7-10 歲	8	\$800	25/4 起	12	



成人集體舞

編號	課程	日期	星期	時間	對象	堂數	收費	內容	報名日期	名額	導師
6017-0425	午間綜合集體舞【中班】	16/4至4/6	三	2:00pm-3:30pm	滿15歲人士	8	\$360	教授綜合集體舞蹈之步法，掌握音樂快慢旋律，搖擺身體不同部位之協調性，從而達至輕鬆地學習。 【要求學員曾學習舞蹈最少2年經驗】	26/3起	25	鄭鳳儀
6277-0425	午間綜合集體舞【初班】	16/4至4/6	三	3:30pm-5:00pm	滿15歲初學者	8	\$360	教授綜合集體舞蹈之步法，掌握音樂快慢旋律，搖擺身體不同部位之協調性，從而達至輕鬆地學習。 【要求學員曾學習舞蹈最少1年經驗】	26/3起	25	
6018-0425	晚間綜合集體舞研習班	16/4至4/6	三	7:00pm-9:00pm	滿15歲人士	8	\$380	綜合集體舞蹈，輕鬆而有節奏感。綜合爵士舞、社交舞、中國舞及西方民族舞編成輕鬆易學舞蹈。 【適合有3年或以上舞蹈根底人士】	26/3起	25	
6017-0625	午間綜合集體舞【中班】	11/6至30/7	三	2:00pm-3:30pm	滿15歲人士	8	\$360	教授綜合集體舞蹈之步法，掌握音樂快慢旋律，搖擺身體不同部位之協調性，從而達至輕鬆地學習。 【要求學員曾學習舞蹈最少2年經驗】	30/4起	25	
6277-0625	午間綜合集體舞【初班】	11/6至30/7	三	3:30pm-5:00pm	滿15歲初學者	8	\$360	教授綜合集體舞蹈之步法，掌握音樂快慢旋律，搖擺身體不同部位之協調性，從而達至輕鬆地學習。 【要求學員曾學習舞蹈最少1年經驗】	30/4起	25	
6018-0625	晚間綜合集體舞研習班	11/6至30/7	三	7:00pm-9:00pm	滿15歲人士	8	\$380	綜合集體舞蹈，輕鬆而有節奏感。綜合爵士舞、社交舞、中國舞及西方民族舞編成輕鬆易學舞蹈。 【適合有3年或以上舞蹈根底人士】	30/4起	25	袁柳眉【包包】

成人健體運動

強化肌肉減慢關節勞損，訓練平衡力及協調能力預防跌倒。主要透過科學性伸展運動來舒緩肌肉痛症。全程在瑜珈墊進行。學員請自備水，帶毛巾作輔助工具，穿著鬆身褲。

編號	課程	日期	星期	時間	對象	堂數	收費	報名日期	名額	導師
6265-0325	舒痛伸展運動初班B	14/4至16/6 【21/4及5/5停課】	一	10:15am-11:15am	15歲初學者	8	\$540	17/2起	18	鄭鳳儀
6265-0625	舒痛伸展運動初班B	2/6至21/7	一	10:15am-11:15am	15歲初學者	8	\$540	7/4起	18	
6265-0725	舒痛伸展運動初班B	28/7至15/9	一	10:15am-11:15am	15歲初學者	8	\$540	16/6起	18	

利用按摩工具來按摩肌肉筋膜及透過科學性伸展動作來徹底放鬆深層肌，改善關節活動及肌肉柔軟度，從而舒緩痛症。學員請自備水，帶毛巾作輔助工具，穿著鬆身褲。

編號	課程	日期	星期	時間	對象	堂數	收費	報名日期	名額	導師
6321-0325	伸展肌肉筋膜運動班A	24/3至26/5 【21/4及5/5停課】	一	11:15am-12:15pm	15-65歲	8	\$540	17/2起	18	鄭鳳儀
6321-0625	伸展肌肉筋膜運動班A	2/6至21/7	一	11:15am-12:15pm	15-65歲	8	\$540	7/4起	18	
6321-0725	伸展肌肉筋膜運動班A	28/7至15/9	一	11:15am-12:15pm	15-65歲	8	\$540	16/6起	18	

運用練力帶及HIIT來強化肌肉，增加骨質密度，保護骨骼關節，還會利用按摩工具來按摩肌肉筋膜及透過科學性伸展動作來徹底放鬆深層肌肉，改善關節活動度及肌肉柔軟度，從而舒緩痛症。學員請自備水，帶毛巾作輔助工具，穿著鬆身褲。

編號	課程	日期	星期	時間	對象	堂數	收費	報名日期	名額	導師
6297-0325	伸展運動及強化肌肉訓練班-B	11/3至29/4	二	10:30am-12:00nn	15-65歲	8	\$720	18/2起	18	鄭鳳儀
6297-0525	伸展運動及強化肌肉訓練班-B	6/5至24/6	二	10:30am-12:00nn	15-65歲	8	\$720	25/3起	18	
6297-0725	伸展運動及強化肌肉訓練班-B	8/7至26/8	二	10:30am-12:00nn	15-65歲	8	\$720	20/5起	18	
6292-0325	伸展運動及強化肌肉訓練班-A	19/3至7/5	三	10:30am-12:00nn	15-65歲	8	\$720	26/2起	18	
6292-0525	伸展運動及強化肌肉訓練班-A	14/5至2/7	三	10:30am-12:00nn	15-65歲	8	\$720	2/4起	18	
6292-0725	伸展運動及強化肌肉訓練班-A	9/7至27/8	三	10:30am-12:00nn	15-65歲	8	\$720	28/5起	18	

訓練心肺耐力消脂練氣，強化肌肉減慢關節勞損。訓練平衡力及協調能力預防跌倒。透過科學性伸展運動舒緩肌肉痛症。大部份時間坐著椅子進行。學員請自備水，帶毛巾輔助工具，穿著鬆身褲。

編號	課程	日期	星期	時間	對象	堂數	收費	報名日期	名額	導師
6309-0325	座椅式伸展及肌力訓練班	27/3至22/5 【1/5停課】	四	10:00am-11:00am	15歲初學者	8	\$540	6/3起	20	鄭鳳儀
6309-0525	座椅式伸展及肌力訓練班	29/5至17/7	四	10:00am-11:00am	15歲初學者	8	\$540	10/4起	20	
6309-0725	座椅式伸展及肌力訓練班	24/7至11/9	四	10:00am-11:00am	15歲初學者	8	\$540	12/6起	20	

利用按摩工具來按摩肌肉筋膜及透過科學性伸展動作來徹底放鬆深層肌，改善關節活動及肌肉柔軟度，從而舒緩痛症。學員請自備水，帶毛巾作輔助工具，穿著鬆身褲。

編號	課程	日期	星期	時間	對象	堂數	收費	報名日期	名額	導師
6322-0325	伸展肌肉筋膜運動班B	27/3至22/5 【1/5停課】	四	6:15pm-7:15pm	15歲初學者	8	\$600	6/3起	17	鄭鳳儀
6322-0525	伸展肌肉筋膜運動班B	29/5至17/7	四	6:15pm-7:15pm	15歲初學者	8	\$600	10/4起	17	
6322-0725	伸展肌肉筋膜運動班B	24/7至11/9	四	6:15pm-7:15pm	15歲初學者	8	\$600	12/6起	20	

運用練力帶及HIIT來強化肌肉，增加骨質密度，保護骨骼關節，還會利用按摩工具來按摩肌肉筋膜及透過科學性伸展動作來徹底放鬆深層肌肉，改善關節活動度及肌肉柔軟度，從而舒緩痛症。學員請自備水，帶毛巾作輔助工具，穿著鬆身褲。

編號	課程	日期	星期	時間	對象	堂數	收費	報名日期	名額	導師
6303-0325	強化肌力及伸展運動班	27/3至22/5 【1/5停課】	四	7:15pm-8:30pm	15歲初學者	8	\$720	6/3起	18	鄭鳳儀
6303-0525	強化肌力及伸展運動班	29/5至17/7	四	7:15pm-8:30pm	15歲初學者	8	\$720	10/4起	18	
6303-0725	強化肌力及伸展運動班	24/7至11/9	四	7:15pm-8:30pm	15歲初學者	8	\$720	12/6起	18	

備註：參加者自行攜帶瑜珈墊及毛巾一條，穿著鬆身褲。導師資歷：* 康文署註冊教練

踏板舞是一種結合舞蹈的帶氧運動。學員運用一塊踏板再配合節奏強勁的音樂，跳出多款花式舞步，使身體達到消脂瘦身，強化心肺功能，手腳靈活協調的效果，娛樂性非常高！【學員自備水，穿著波鞋，切勿穿長袖衫】

編號	課程	日期	星期	時間	對象	堂數	收費	報名日期	名額	導師
6293-0425	消脂塑身踏板舞班C	9/4至28/5	三	12:15pm-1:15pm	15-65歲	8	\$540	12/3起	13	鄭鳳儀
6293-0625	消脂塑身踏板舞班C	4/6至23/7	三	12:15pm-1:15pm	15-65歲	8	\$540	23/4起	13	

備註：參加者自行攜帶瑜珈墊及毛巾一條，穿著鬆身褲。導師資歷：* 康文署註冊教練

成人瑜伽

瑜伽活動能鍛鍊體魄、強健脊骨體各部，亦可舒緩緊張的神經。教授瑜伽基本招式及呼吸方法等。自備大毛巾及穿著輕便衣物，歡迎參加者可自攜瑜珈墊。

編號	課程	日期	星期	時間	對象	堂數	收費	報名日期	名額	導師
6308-0425	週四瑜珈班	17/4 至 12/6 【2/5 停課】	四	10:30am-12:00nn	15 歲初學者	8	\$480	27/3 起	15	鍾沛紋
6308-0625	週四瑜珈班	19/6 至 7/8	四	10:30am-12:00nn	15 歲初學者	8	\$560	8/5 起	15	

編號	課程	日期	星期	時間	對象	堂數	收費	報名日期	名額	導師
6323-0425	週二晚間瑜珈班	8/4 至 10/6	二	8:00pm-9:30pm	15 歲初學者	10	\$700	25/3 起	16	譚詩慧
6323-0625	週二晚間瑜珈班	17/6 至 28/6 【1/7 停課】	二	8:00pm-9:30pm	15 歲初學者	10	\$700	22/4 起	16	
6324-0425	週五晚間瑜珈班	11/4 至 20/6 【18/4 停課】	五	8:00pm-9:30pm	15 歲初學者	10	\$700	28/3 起	16	
6324-0625	週五晚間瑜珈班	27/6 至 29/8	五	8:00pm-9:30pm	15 歲初學者	10	\$700	2/5 起	16	
6011-0325	週六瑜珈進階班	22/3 至 7/6 【19/4 及 31/5 停課】	六	9:00am-10:30am	需經導師推薦	10	\$600	22/2 起	16	
6254-0325	週六瑜珈初班		六	10:45am-12:15pm	15 歲初學者	10	\$600		16	
6011-0625	週六瑜珈進階班	14/6 至 16/8	六	9:00am-10:30am	需經導師推薦	10	\$700	5/4 起	16	
6254-0625	週六瑜珈初班		六	10:45am-12:15pm	15 歲初學者	10	\$700		16	

編號	課程	日期	星期	時間	對象	堂數	收費	內容	報名日期	名額	導師
6317-0424	週五瑜伽	11/4 至 6/6 【18/4 停課】	五	10:30-12:00nm	15 歲初學者	8	\$640	透過練習不同的瑜伽式子及呼吸，從而更認識自己的身體。過程中亦能提升肌肉力量及柔軟度，改善身體姿勢，達至各方面的平衡。自備大毛巾及穿著輕便衣物，歡迎參加者自攜瑜珈墊。	14/3 起	16	Sakala Yoga 【Kylie】
6317-0624	週五瑜伽	13/6 至 1/8	五	10:30-12:00nm	15 歲初學者	8	\$640		2/5 起	16	
6317-0824	週五瑜伽	8/8 至 26/9	五	10:30-12:00nm	15 歲初學者	8	\$640		27/6 起	16	
6318-0425	聲音療癒及陰瑜伽	11/4 至 6/6 【18/4 停課】	五	12:15-1:15pm	15 歲初學者	8	\$720	陰瑜伽節奏較慢，每個式子停留約 3-5 分鐘。有別於一般只伸展肌肉的練習，陰瑜伽更着重於延展肌腱、韌帶、筋膜等軟組織，令身體深層放鬆。	14/3 起	18	
6318-0625	聲音療癒及陰瑜伽	13/6 至 1/8	五	12:15-1:15pm	15 歲初學者	8	\$720		2/5 起	18	
6318-0825	聲音療癒及陰瑜伽	8/8 至 26/9	五	12:15-1:15pm	15 歲初學者	8	\$720		27/6 起	18	
6315-0425	經絡瑜伽	7/4 至 9/6 【21/4 及 5/5 停課】	一	10:00-11:00am	15 歲初學者	8	\$720	以瑜伽式子為基礎，配合經絡作伸展，有助疏通經絡、調節神經系統，改善身心。自備大毛巾及穿著輕便衣物，歡迎參加者自攜瑜珈墊。	17/3 起	16	
6315-0625	經絡瑜伽	16/6 至 4/8	一	10:00-11:00am	15 歲初學者	8	\$720		28/4 起	16	
6316-0425	肌肉修復瑜伽	7/4 至 9/6 【21/4 及 5/5 停課】	一	11:15-12:15pm	15 歲初學者	8	\$720	透過瑜伽式子及利用按摩球按摩，放鬆和舒緩繃緊的肌肉和筋膜，提升其彈性及功能，更可改善痛症問題。自備大毛巾及穿著輕便衣物，歡迎參加者自攜瑜珈墊。	17/3 起	16	
6316-0625	肌肉修復瑜伽	16/6 至 4/8	一	11:15-12:15pm	15 歲初學者	8	\$720		28/4 起	16	

太極拳及太極扇

編號	課程	日期	星期	時間	對象	堂數	收費	內容	報名日期	名額	導師
6298-0525	陳式傳統太極 36 式	13/5 至 5/8 【1/7 停課】	二	9:00am-10:30am	滿 15 歲初學者	12	\$1140	陳式 36 拳組成順暢、緊湊、有變化，有難度，適合太極提高者，個人與集體的表演與比賽。練習基本功，腳法、身法和手法。	15/4 起	15	香港—太極—砵仔糕
6298-0825	陳式傳統太極 36 式	12/8 至 4/11 【7/10 停課】	二	9:00am-10:30am	滿 15 歲初學者	12	\$1140	陳式 36 拳組成順暢、緊湊、有變化，有難度，適合太極提高者，個人與集體的表演與比賽。練習基本功，腳法、身法和手法。	27/5 起	15	
6301-0125	四十八式楊式綜合太極拳班	10/1 至 9/5 【31/1 及 7/3 及 21/3 及 4/4 及 11/4 及 18/4 停課】	五	9:30am-11:00am	滿 15 歲初學者	12	\$1140	四十八式太極拳是國家體育總局為推廣太極而編制的，考評套路。它以楊式太極拳為主體，並少量引入了孫式、武式、陳式、吳式的風格。	20/12 起	15	
6301-0525	四十八式楊式綜合太極拳班	16/5 至 22/8 【4/7 及 18/7 及 1/8 停課】	五	9:30am-11:00am	滿 15 歲初學者	12	\$1140	特點和拳法要領，共有 48 組動作，可鞏固拳術要領、技能和技法，鍛鍊下肢穩定和靈活性，進一步熟練姿勢動作，深入理解拳理和拳法，能提高太極拳術的重要台階，適合初學式有基礎者。	28/3 起	15	
6282-0225	廿四式陳式太極扇	7/2 至 16/5 【7/3 及 21/3 及 4/4 及 11/4 及 18/4 停課】	五	11:00am-12:30pm	滿 15 歲初學者	12	\$600	陳式養生（廿四式太極扇）是依據陰陽平衡、和諧自然，養神養氣的太極拳和扇法動作為基礎，創編而成的陳氏太極養生扇法。外型優美，剛柔並重。被喜歡扇的朋友喻為最佳樂趣運動。適合初學或有太極基礎人士。	20/12 起	15	
6282-0625	廿四式陳式太極扇	6/6 至 5/9 【4/7 及 18/7 停課】	五	11:00am-12:30pm	滿 15 歲初學者	12	\$600	陳式養生（廿四式太極扇）是依據陰陽平衡、和諧自然，養神養氣的太極拳和扇法動作為基礎，創編而成的陳氏太極養生扇法。外型優美，剛柔並重。被喜歡扇的朋友喻為最佳樂趣運動。適合初學或有太極基礎人士。	2/5 起	15	

成人太極拳

吳家【鄭式】太極拳是一套內家拳法，功能保健養生、卻病延年、能舒壓力、適合男女老幼練習；動作柔和、體用兼備、進而刀、劍、推手等，循序漸進。

（進階課程必須完成方拳或經由導師指定方可參加）

編號	課程	日期	星期	時間	對象	堂數	收費	報名日期	名額	導師
6001-0425	晚間太極拳班 A	7/4 至 26/5 【21/4 及 5/5 停課】	一	6:45pm-8:15pm	滿 15 歲初學者	6	\$630	17/3 起	20	徐煥光 太極學會
6001-0625	晚間太極拳班 A	2/6 至 28/7	一	6:45pm-8:15pm	滿 15 歲初學者	9	\$945	28/4 起	20	
6005-0625	週二太極拳	3/6 至 29/7 【1/7 停課】	二	7:15pm-8:45pm	滿 15 歲初學者	8	\$840	1/4 起	20	
6007-0425	早晨太極拳初班 2	11/4 至 30/5 【18/4 停課】	五	10:45am-12:15pm	滿 15 歲初學者	7	\$735	14/3 起	20	
6007-0625	早晨太極拳初班 2	6/6 至 25/7	五	10:45am-12:15pm	滿 15 歲初學者	8	\$840	2/5 起	20	

詠春

編號	課程	日期	星期	時間	對象	堂數	收費	內容	報名日期	名額	導師
6300-0425	青少年 健體詠春 課程 Wing Chun	11/4 至 6/6 【18/4 停課】	五	7:30pm- 9:00pm	滿 15 歲 初學者	8	\$800	詠春拳的基本心法、手法、步法和套路外，還有散招的防身技術應用和中國武術段位等內容，練就武術堅韌不拔和自強不息的精神應用於的學習上，使學員透過理論及互動練習，懂得如何集中精神、改善體質及提升應變能力，並能放鬆身心消除壓力，面對各樣的考試及社會的挑戰。透過集體演練、中國武術段位等訓練項目增強自信和上進心，學習如何與人相處，訓練出團隊的精神。詠春樓國術會是本港首間以國術會名義舉辦傳統詠春拳教練文憑課程的機構，該文憑課程於2012-2016 獲香港學術及職業資歷評審局認可為第三級資歷級別。	14/3 起	10	梁沛賢
6300-0625	青少年 健體詠春 課程 Wing Chun	13/6 至 1/8	五	7:30pm- 9:00pm	滿 15 歲 初學者	8	\$800		2/6 起	10	

梁沛賢師傅簡介

研究詠拳逾 50 年，從 1985 年起教授詠春拳，至今經驗超過 30 年。持有香港詠春體育會認可的高級教練資格及中國武術協會段位第六段，具中國武術協會認可詠春拳指導員及考評員委員，現時兼任詠春樓國術會高級教練及考試委員會委員，於各大團體出任詠春拳班導師，統籌各級教練的考核和培訓各級社區教練工作，並負責教練考核和比賽裁判事務。

居合道

1. 居合道歷史源流簡說
2. 居合道衣裝穿著方法及源流
3. 居合力、劍、各部位名稱及用途

編號	課程	日期	星期	時間	對象	堂數	收費	報名日期	名額	導師
7429-0425	居合道課程	12/4 至 3/5 【5/4 及 19/4 停課】	六	2:00pm-4:00pm	滿 8 歲以上	3	\$285	15/3 起	12	鄭敏澄
7429-0525	居合道課程	10/5 至 7/6	六	2:00pm-4:00pm	滿 8 歲以上	4	\$380	5/4 起	12	
7429-0625	居合道課程	14/6 至 5/7	六	2:00pm-4:00pm	滿 8 歲以上	4	\$380	17/5 起	12	
7429-0725	居合道課程	12/7 至 26/7	六	2:00pm-4:00pm	滿 8 歲以上	3	\$315	21/6 起	12	

技術基本

- a. 姿勢及目付【眼廊神】 b. 推握刀手法 c. 呼吸及準備運動
d. 心態精神及禮法 e. 座法、立法、足法 f. 拔刀法、納刀法、血振法、手刀內、氣合、殘心參加者必需的物品

1. 服裝：居合衣、居合袴、居合劍帶或角帶、有墊護膝（護腕練者自定）黑或白色、足袋
2. 居合劍、木刀帶鞘及下緒（鞘帶）
3. 上課時不可戴任何首飾及下必要品佩
4. 因安全關係，上課時需絕對聽從指導者指示練習。

會員須知

入會須知及收費

1. 填妥申請表格
2. 個人會員年費：二十九元
3. 家庭會員年費：五十八元
4. 60 歲或以上長者：二十四元
5. 綜援人士或領取職津人士免費（須出示證明文件，如醫療豁免證明書 / 職津批核信 正本）

課程報名須知

1. 只接受會員報名，報名時須出示有效會員證；同時可替另一位持有效會員證的會員報名（只限直系親屬）。
2. 敬請各位會員留意會籍是否逾期，逾期者必須預先辦理續證。
3. 部份課程設有開始報名日期，敬請留意。
4. 一經報名，除該課程有任何更改事項，參加者如要求退出，請依據「服務退出手續」辦理及支付額外費用。已繳費的參加者，在情況許可下，可於課程開班前六個工作天前申請轉班或轉名；惟須繳付手續費 \$30 正。
5. 若課程的報名人數不足，本中心有權決定取消或延期。若課程取消，參加者可獲退款；
6. 若課程延期，參加者可選擇繼續參加課程或退款。不論課程取消或延期，退款不包括會員費。
7. 所有課程可以用現金、信用卡（只限匯財卡和萬事達卡）或支票繳付。
【支票抬頭：「香港明愛」或「Caritas - Hong Kong」】
8. 此須知只供參考之用，若有任何更改，恕不另行通知，請以報名時接待處資料作實。
9. 長者 60 歲或以上及領取綜援人士可獲優惠，惟名額有限，請向接待處查詢。
10. 綜援 / 職津優惠不包括材料費。

出席證明書申請須知

1. 須於課程完畢後半年內到本中心接待處申請，逾期恕不受理。
2. 可於繳費兩星期後，到本中心領取證書。如經核實出席率不足 80% 者，恕不簽發證書，已繳交費用亦不獲發還。
3. 申請證書費用每張三十元，每張證書只可證明一項不超過 6 個月之課程。

已報名的服務退出手續

1. 已報名及繳費者（以下簡稱參加者）可以知會本單位想退出服務的意願，但是不能少於服務舉行前六個工作天提出申請，若本單位於有關活動已有候補者等候，則會安排由候補者補上，退出服務者需要繳交手續費卅元正，本單位亦安排在十二個工作天內退回已繳交之費用，退出服務者需在一個月內領取退款，逾期作放棄論；
2. 若本單位於有關活動沒有候補者，則參加者可以推薦符合該服務參加者資格的人士補上，本單位保留接納該候補人士的權利，若獲接納，則參加者需要繳交手續費卅元正；若沒有任何候補者，則參加者不能退出服務及取回已繳交之費用；
3. 若果本單位因應環境轉變而需要調動服務，因而引致參加者所參加的服務不能如期舉行，參加者可選擇參加其他服務，並將已繳交之費用轉到新的服務，參加者亦可選擇退回已繳交之費用，本單位安排在十二個工作天內退回已繳交之費用，惟參加者需在活動日起計一個月內領取退款，逾期作放棄論；
4. 在下列情況下，本單位可以取消參加者參加服務的資格，已繳交的費用概不發還：
 - (1) 在報名後被本單位發現不符合參加服務的資格；
 - (2) 在服務進行期間參加者不遵從本單位服務負責職員就其言論、行為的勸諭；
5. 督導主任 / 高級督導主任可就申請退出服務的人士申述之理由，作出酌情處理。

明愛青少年及社區服務

「領取綜合社會保障援助人士」課程及活動優惠制度

背景：

為讓更多領取「綜合社會保障援助」（以下簡稱「綜援」）人士享用本服務，明愛青少年及社區服務（以下簡稱「本服務」）以減費形式提供優惠，詳情如下：

優惠制度條款及細則：

- 每位領取「綜援」人士每年可享用活動優惠減費額不超過港幣二千元，每半年上限壹千元，上半年為4月1日至9月30日，下半年為10月1日至翌年3月31日。每段期間完結當日，剩餘之減費額自動取消。減費額不能累積或轉移。
- 每位領取「綜援」人士只能向本服務其中一個單位申請減費額，但減費額卻適用於本服務屬下所有單位。若發現有使用者向超過一個單位申請，其減費優惠將立刻中止，並只能於來年4月1日重新申請。
- 領取「綜援」人士在參加本服務設有減費優惠之活動或課程時，每項活動或課程仍須繳付十元費用。如欲使用減費額，須在報名時出示優惠卡。工作人員會將減費額登記在優惠卡上和輸入電腦系統內以計算總累積額。
- 綜援會員課程及活動優惠記錄以本優惠卡記錄為準。
- 此項優惠不適用於小組活動費、車費、材料費或註明沒有優惠之活動。
- 每個興趣班或活動提供十分之一之減費名額，先到先得。
- 持卡人士之優惠減費額如在指定之期間用罄，在下一段期間開始前，將不可再享用減費優惠。
- 優惠卡由單位發出。優惠卡需有單位主管簽署及中心蓋印方為有效。
- 優惠卡所剩餘的金額不能兌換現金。
- 如遺失優惠卡，將不獲補發及使用優惠餘額。申請人可在下一段期間再申請。
- 明愛青少年及社區服務保留限制及拒絕接受報名的權利，亦可不時酌情修訂上述條款。

註：「課程及活動」是指社交及技能發展課程及中心其他活動。

明愛青少年及社區服務
修訂於2018年7月5日

明愛青少年及社區服務

領取「在職家庭津貼」人士課程及活動優惠

背景：

為讓更多領取「在職家庭津貼」（以下簡稱「職津」）人士享用本服務，明愛青少年及社區服務（以下簡稱「本服務」）將試以減費形式提供優惠，詳情如下：

優惠制度條款及細則：

- 領取職津人士可享本服務之免費會籍一年及全年活動優惠減費額不超過港幣壹千元，每半年上限五百元，上半年為4月1日至9月30日，下半年為10月1日至翌年3月31日。每段期間完結當日，剩餘之減費額自動取消。減費額不能累積或轉移。
- 領取職津人士只能向本服務其中一個單位申請會籍及減費額，但減費額卻適用於本服務屬下所有單位。若發現有使用者向超過一個單位申請，其減費優惠將立刻中止。
- 申請時，領取職津人士需出示過去十二個月內曾領取職津之文件以證明其申請資格，不論是領取全額、四份三額或半額津貼均符合資格。
- 領取職津人士在參加本服務設有減費優惠之社交及技能發展課程及中心其他活動（以下簡稱「活動或課程」）時，每項活動或課程仍須繳付十元費用。如欲使用減費額，須在報名時出示優惠卡。工作人員會將減費額登記在優惠卡上以計算總累積額。
- 此項優惠不適用於小組活動費、車費、材料費或註明沒有優惠之活動。
- 每個興趣班或活動將最高提供百分之二十之減費名額，與本服務「領取綜合社會保障援助人士課程及活動優惠制度」合併使用，先到先得。
- 持卡人士之優惠減費額如在指定之期間用罄，在下一段期間開始前，將不可再享用減費優惠。
- 優惠卡所剩餘的金額不能兌換現金。
- 優惠卡由單位發出。優惠卡需有單位主管簽署及中心蓋印方為有效。
- 有關課程及活動優惠記錄以本優惠卡記錄為準。
- 如遺失優惠卡，優惠卡將不獲補發及使用優惠餘額。申請人可在下一段期間再作申請。
- 明愛青少年及社區服務保留權利可不時酌情修訂上述條款。

服務質素標準

Service Quality Standards (SQSs)

「服務質素標準」乃依據以下四項原則釐定，而這些原則列出了福利服務的核心價值：

- 明確界定服務的宗旨和目標，運作形式應予公開；
- 有效管理資源，管理方法應靈活變通、不斷創新及持續改善服務質素；
- 鑑定並滿足服務使用者的特定需要；
- 尊重服務使用者的權利。

明愛青少年及社區服務就各政策及程序文件持續作更新。最新資料可在下列網址瀏覽。大家如有任何意見，歡迎與我們聯絡。

明愛青少年及社區服務「服務質素標準」

網址：<https://yccs.caritas.org.hk/sqs2/>

- | | |
|---|---|
| 標準 1：服務單位確保製備說明資料，清楚陳述其宗旨、目標和提供服務的形式，隨時讓公眾索閱。 | 標準 9：服務單位採取一切合理步驟，以確保職員及服務使用者處身於安全環境。 |
| 標準 2：服務單位應檢討及修訂有關服務提供方面的政策和程序。 | 標準 10：服務單位確保服務使用者獲得清楚明確的資料，知道如何申請接受和退出服務。 |
| 標準 3：服務單位存備其服務運作和活動的最新準確紀錄。 | 標準 11：服務單位運用有計劃的方法以評估和滿足服務使用者的需要（不論服務對象是個人、家庭、團體或社區）。 |
| 標準 4：所有職員、管理人員、管理委員會和/或理事會或其他決策組織的職務及責任均有清楚的界定。 | 標準 12：服務單位盡量尊重服務使用者使用知情下作出服務選擇的權利。 |
| 標準 5：服務單位/機構實施有效的職員招聘、簽訂職員合約、發展、訓練、評估、調派及紀律處分守則。 | 標準 13：服務單位尊重服務使用者的私人財產權利。 |
| 標準 6：服務單位定期計劃、檢討及評估本身的表現，並制定有效的機制，讓服務使用者、職員及其他關注人士就服務單位的表現提出意見。 | 標準 14：服務單位尊重服務使用者保護私隱和保密的權利。 |
| 標準 7：服務單位實施政策及程序以確保有效的財政管理。 | 標準 15：每一位服務使用者及職員均有自由申訴其對機構或服務單位的不滿，而毋須憂慮遭受責罰，所提出的申訴亦應得到處理。 |
| 標準 8：服務單位遵守一切有關的法律責任政策。 | 標準 16：服務單位採取一切合理步驟，確保服務使用者免受侵犯。 |

惡劣天氣下活動安排

天氣情況	雨天	雷暴警告	黃色暴雨警告	紅色暴雨警告	黑色暴雨警告	三號風球	八號風球
室內	✓	✓	✓	✓	✗	✓	✗
戶外	✓	✗	✓	✗	✗	✗	✗

✓ 如常舉行 ✗ 活動取消 ✓ 水上活動取消或中止 / 室外活動如常進行

1. 雷暴警告生效

- 所有水上活動必須取消或中止，其他室內 / 室外活動如常進行。

2. 黃色暴雨警告懸掛時

- 除非有特別指示，各項室內 / 室外活動如常進行。

3. 紅色暴雨警告懸掛時

- 除非有特別指示，各項室內活動如常進行。
- 所有戶外活動取消或中止，兒童須留在安全地方，並在成人護送下，始可離去。

4. 黑色暴雨警告懸掛時

- 各項進行中之室內興趣班 / 活動可以繼續。
- 各項進行中之戶外活動必須中止，兒童須留在安全地方，並在成人護送下，始可離去。

5. 三號風球懸掛時

- 除非有特別指示，各項興趣班 / 室內活動應如常進行。
- 所有戶外活動則取消。

6. 八號風球懸掛時

- 各項興趣班 / 活動中止，兒童留在安全地方，並在成人護送下，始可離去。

7. 卸下八號風球或黑色暴雨警告

- 如在興趣班 / 活動集合時間前三小時卸下八號風球或黑色暴雨警告，所有室內興趣班 / 活動應回復正常。
- 如在興趣班 / 活動集合時間前少於三小時卸下八號風球或黑色暴雨警告，所有興趣班 / 活動應仍舊取消。



明愛青少年及社區服務

明愛荃灣社區中心

Caritas Youth & Community Service

Caritas Community Centre – Tsuen Wan

開放時間

	二樓接待處	三樓圖書館
星期一至星期五	10:00am - 10:00pm (9:30pm 後不接受報名或借書)	
星期六	10:00am - 10:00pm (9:30pm 後不接受報名)	10:00am - 6:00pm (5:30pm 後不接受借書)
星期日	9:00am - 1:00pm (12:30pm 後不接受報名)	9:00am - 1:00pm (12:30pm 後不接受借書)
特別日子	4月4日 清明節 - 休息 4月18, 19, 21日 復活節 - 休息 5月1日 勞動節 - 休息 5月5日 佛誕 - 休息 5月31日 端午節 - 休息	
公眾假期：	休息	

交通提示

地鐵	巴士	小巴
大窩口站 B 出口 荃灣站 B 或 C 出口	大窩口地鐵站 30, 31, 32M, 38A, 40, 42C, 48X, 57M, 58M, 59A, 61M, 67M, 68A, 69M, 73X, 235, 265M, 269M, 278X, 290, 290A, E31, 蕙荃路 32H, 32M, 36, 39A, 43X, 49X	大窩口地鐵站 312, 302, 409, 86M, 83A, 401



地址：荃灣城門道九號二樓

電話：3707 2012

傳真：2416 5828

網址：<http://twcc.caritas.org.hk>

電郵：ycstwcc@caritassws.org.hk

面書：<http://facebook.com/ycstwcc>

印刷數量：1500 本

督印人：彭智聰

出版日期：2025 年 4 月