



明愛賽馬會
梨木樹青少年綜合服務

Caritas Jockey Club Integrated Service For
Young People-Lei Muk Shue



社會福利署資助服務

Subsidised Service by
the Social Welfare Department

活動通訊
Newsletter
2025年1月至4月
January 2025 - April 2025



 [yclsmsit](https://www.facebook.com/yclsmsit) | 

 [caritas_lms](https://www.instagram.com/caritas_lms) | 

<https://www.lmsit.caritas.org.hk> | 

| | |
|---------------------------------------|---------|
| 目錄 | p.1 |
| 主任的話 | p.2 |
| 本機構服務簡介 | p.3-14 |
| 第十一屆諮詢委員會選舉 | p.15-16 |
| 兒童活動 | p.17-20 |
| 家庭及社區活動 | p.21-54 |
| 青少年活動 | p.25-28 |
| 少數族裔服務Ethnic Minority Service | p.29 |
| 特殊學習需要服務 | p.30 |
| 隱蔽青年服務——藍天計劃 | p.31 |
| 課餘託管計劃 | p.32-33 |
| 功課輔導班 | p.34 |
| 社交及技能發展課程 | p.35-46 |
| 平行心間——LevelMind@JC-Caritas (TW) | p.47-48 |
| 職員架構 | p.49 |
| 服務意見申訴表 | p.50 |
| 中心聯絡資訊 | 封底 |

主任的話

近年，學童自殺個案上升，社會各界也在積極尋求各種支援學童的方法，「精神健康」頓成社會最關注的議題之一。二零二四年十月十日是世界精神健康日，同時也是荃葵青區精神健康月2024啟動禮，當中精神健康諮詢委員會主席林正財醫生分享有關休息及放鬆的重要，數據顯示休息除了對精神健康有正面的影響外，同時也能提升學業成績。林醫生還建議學童要定時讓自己放鬆，如拉筋、做運動，建立良好的人際關係等。另方面，林醫生建議社會各界應該用心聆聽、接納學童的情緒需要，建設一個安全舒適的環境，讓學童敢於表達他們的情緒需要。

「賽馬會平行心間LevelMind@JC」計劃正正是為了支援有情緒需要的青少年而設，平行心間的設計是一個專為12至24歲青年人開拓的自在舒服、平和寧靜的放空及充電空間。中心透過不同舒展身心靈健康的活動，提高青年對自身的覺察，認識自己的內在力量。青年人在平行心間可以自在消遣，可獨自一個或與友伴同行，享用中心放鬆空間。平行心間也透過三層架構服務：包括一般減壓活動外，也會透過低密度線上線下服務、實證為本治療小組及個別輔導治療，陪伴青年一起面對成長中的高山低谷。

香港大學進行的研究數據顯示，過去五年平行心間三層架構服務模式取得非常理想的成效。未來三年，此三層服務模式也會在梨木樹青少年綜合服務實踐，我們的社工同事會和平行心間同事一起為青少年的精神健康努力。未來，我也希望各位會員無論兒童、青少年及家長均能夠好好照顧自己，關注自己的精神健康！

本機構服務簡介

「香港明愛」的服務使命

「香港明愛」的服務精神是了解與關懷、照顧與服務。服務致力從不斷的覺醒、參與、分擔與分享，培養全人發展。香港明愛致力在社區內推動真理、仁愛、正義、自由與和平。

「明愛青少年及社區服務」的服務宗旨

以推動了解、關懷、參與及承擔的歷程，致力為青少年及社區的全面發展而工作。同時，亦鼓勵青少年的參與和發展，培養他們承擔個人社會的責任，促進互助和社會共融。

中心服務簡介

「明愛賽馬會梨木樹青少年綜合服務」的服務目標

- 一、協助兒童及青少年發展生活技能、潛能和解決問題的能力，促進他們的個人發展；
- 二、促進兒童及青少年的社交發展，協助他們加強人際和家庭關係，並建立社交能力、公民意識、社會責任和社區聯繫；
- 三、支援邊緣或弱勢兒童及青少年，為他們提供發展和參與的機會；
- 四、與社區持份者合作，共同建立互助共融和靈活變通的社會環境，以回應兒童及青少年的需要，和遇到的挑戰。

服務對象：

6至24歲的兒童、青少年及其家庭成員

中心服務簡介

服務內容

中心運用多元化的工作手法，提供全面的服務；並建立策略伙伴關係，為兒童及青少年提供下列活動：

- 指導及輔導服務
- 支援服務
- 發展和社交活動
- 社區參與活動

服務概覽

1. 兒童及家庭服務

以愛關顧孩子、家長與家庭的需要，透過主題性及發展性的小組、多元化的工作坊、戶外體驗活動及親子活動等，與孩子及家長同行。

- 個人、小組輔導
- 家長講座、小組
- 成長發展活動及小組
- 特殊學習需要服務
- 課餘託管計劃

2. 青少年及家庭服務

重視青少年成長歷程，以陪伴、支持、引導和發掘，促進青少年健康成長。同時支援家長由管教者轉型為同行者，伴隨青少年的身心發展。

- 個人、小組輔導
- 義工訓練
- 主題性活動，如生涯規劃、情緒管理等
- 社區教育
- 少數族裔服務 Ethnic Minority Service
- 隱蔽青年服務

3. 學校社會工作服務

本中心分別於明愛聖若瑟中學及石籬天主教中學派駐學校社工為學生提供個別輔導，推行社交及成長小組、家長服務、支援學校教師的輔導工作及學校認為適切的服務。

本中心亦與區內各中、小學保持緊密聯繫，為他們提供適切的社會工作服務及訓練活動，建立青少年與社會正向的聯繫。

- 提昇學習能力
- 推動個人成長
- 協助處理行為情緒問題
- 提昇領導能力、自信心

中心設施簡介

I. 「閱覽室」服務

任何人士可進入本中心之「閱覽室」，在館內閱覽書籍、雜誌。

II. 「青年就業輔導服務」

青少年如遇到求職疑難，歡迎與本中心社工傾談，服務包括：教授求職技巧、分析職業取向、職業前景等。

III. 「琴房」租用服務

任何人士持個人有效「明愛中心會員証」到中心詢問處，可辦理租借本中心琴房『諾韻室』之手續。本中心鋼琴班學生，租借費用為\$15半小時或\$25一小時。而非鋼琴班學生，租借費用為\$20半小時或\$40一小時。租借必須於一個工作天前提出申請。租用時段所有在「諾韻室」的人士，必須為明愛中心有效會員，中心職員會到場核實其身份，故請帶備個人「明愛中心會員証」。

*房間內的設施如有任何損毀，借用人必須照價賠償。

*琴房只供個人練習，不得租用琴房進行私人教授。

*中心有保留借出『諾韻室』之權利。

會員福利： Party room、諾健室、Band房 借用服務

想跳舞、夾band、閒時想放鬆玩下，冇問題！梨木樹明愛幫到你！
只要你是會員持有效會員証，就可以借用Party room、諾健室同Band房，約埋三五知己，參加者不限會員！

借房手續：

在詢問處查詢可預約房間的日期及時間，最快可即日借用，請細閱以下借房守則，同意並在詢問處繳費後即可確認預約！

借房守則：

| 可借用房間 | Party room | Band房 | 諾健室 |
|--------|--|--------------------------------|--------------------------------|
| 設備提供 | Switch, PS4, 唱K設備、桌遊等 (各項設備需額外借用，每次只能同時借用兩項設備) | Band房內樂器及設備 | 諾健室設備 |
| 房間人數上限 | 8人 | 6人 | 10人 |
| 可借用時間 | 星期一至五下午二時至晚上九時半， 星期六早上十時至下午五時半 | | |
| 收費 | 每小時\$30， 每位會員每天 最長可借用2小時 | 每小時\$30， 每位會員每天 最長可借用2小時 | 每小時\$30， 每位會員每天 最長可借用2小時 |
| 按金 | \$100 | \$100 | 不用按金 |
| 備註 | 使用者均須為會員，借用當日須出示有效會員證。 借用房間需收取按金，會員借用房間後需還原房間狀況，如發現有損壞或不妥善使用將沒收按金，惡意破壞者可被列入黑名單。 請注意，房間不得作商業、賭博及違法用途，詳情請參閱場地使用守則。 | | |

會員福利： 會員借房慶生服務

想同朋友知己一齊慶祝生日，但又難找地方？
各位會員，梨木樹明愛有房借！
只要你是會員持有效會員証，可訂房慶祝生日，
招呼親友一齊開生日會，參加者不限會員！

借房手續：

在詢問處查詢可預約房間的日期及時間，最快可即日借用，請細閱以下借房守則，同意並在詢問處繳費後即可確認預約！

借房守則：

可借用房間：諾明室、諾愛室、諾中室、諾心室、諾健室其中一間
設備提供：桌子及椅子，冷氣開放

房間人數上限：20人

可借用時間：星期一至五下午二時至晚上九時半，
星期六早上十時至下午五時半

收費：一日前預約每小時\$50，即日預約每小時\$100，
每位會員最多可預約2小時

備註：借用房間需收取按金\$100，會員借用房間後需還原房間狀況，如發現有損壞或不妥善使用將沒收按金\$100，沒問題則可退回全數按金。

申請及退出服務之手續

一. 申請成為會員

歡迎任何人士到本中心詢問處申請成為明愛青少年及社區服務部會員。入會手續簡單，申請人只需填寫「會員申請表」、出示身份證明文件（影印本亦可）及繳交會費即可。

| 會員類別 | 資格 | 費用 |
|--|-----------------|-----|
| 兒童會員 | 六歲至十四歲 | 29元 |
| 青年／成人會員 | 十五歲至二十四歲 | |
| 家庭會員 | 直系親屬 | 58元 |
| 有效期 | 一年（由申請日起計至往後一年） | |
| *綜援人士或綜援家庭可豁免年費 （需攜帶社會福利署發出之有效綜援證明文件） | | |

備註：

- 會籍有效期為一年，若於有效期前仍未辦理續會手續，會籍會被自動取消。
- 會員在會籍有效期內，可要求刪除其會籍，本中心將順應其要求刪除所有有關記錄，但已繳交之會員費則概不發還。
- #家庭成員中其中一人須為年齡六至二十四歲
- 其他家庭會員需為直系親屬（父母、兄弟姊妹、同住祖父母／外祖父母），人數及年齡不限
- 中心活動／小組／服務：只限中心會員及其他合資格人士參加。
- 報名社交及技能發展活動(SSDP)須知：
 - 社交及技能發展活動只限會員報名參加；
 - 中心亦會舉辦部分社交及技能發展活動讓會員及幼兒天地會員(未滿6歲之幼童)參加。幼兒天地會員收費為每項活動費外，額外再加收\$30；
 - 幼兒天地會員亦可選擇每年繳交60元的行政費（已繳交之行政費用概不發還），以享用會員價參加社交及技能發展活動。

會員福利：

- 1) 以會員價參與活動
- 2) 定期收到本中心「會員通訊」及活動宣傳資訊
- 3) 租借本中心房間

二. 申請和退出服務政策

2.1 服務「報名手續」：

- 2.1.1. 本中心的服務包括服務計劃、小組、活動、社交及技能發展課程及會員會籍（以下簡稱服務）；
- 2.1.2. 除特別註明報名日期的服務之外，所有由本中心主辦及已進行公開宣傳的服務可以即時接受報名，請於詢問處辦理報名手續；
- 2.1.3. 報名參加本中心服務必須填寫指定的報名表格、繳交有關費用／帶備證明文件及取回正式收據，方為有效；
- 2.1.4. 除非服務宣傳品已註明或獲得本中心的單位主任批准，所有服務不接受以電話報名或預留名額；
- 2.1.5. 若服務使用者就報名手續有任何不滿意之處，請先與服務負責職員商討，若果事情仍未得到解決，請循投訴程序處理。
- 2.1.6. 服務使用者可申請退出服務，本會會按要求刪除其會籍及有關記錄，惟已繳交的會員費概不退還。

2.2 退出已報名的服務之相關手續：

- 2.2.1 已報名及繳費者（以下簡稱參加者）可以知會本中心想退出服務的意願，但不能少於服務舉行前六個工作日或之前提出申請，若本中心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\$30正，本中心亦安排在一個月內退回已繳交之費用；
- 2.2.2 若本中心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資格的人士補上，本中心保留接納該候補人士的權利，若獲接納，則退出服者仍需要繳交手續費\$30正；
- 2.2.3 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；
- 2.2.4 若本中心因應環境轉變而需要調動服務，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，本中心盡可能安排在一個月內退回已繳交之費用。
- 2.2.5 在下列情況下，本中心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) 參加者在報名後，被本中心發現不符合參加服務的資格；
 - 2) 在服務進行期間，參加者不遵從中心職員就其言論、行為的勸喻。

索閱服務單位 工作報告資料指引

如服務使用者需要借閱「香港明愛」及「本服務單位」過往一年（財政年度）之工作紀錄及資料，可向本中心單位主任或高級督導主任申請。

有關提供的資料只供在本中心內閱讀，不能取走，不能影印。可供索閱之資料如下：

1. 「香港明愛」之年報
2. 本單位季度工作之統計數字
3. 本單位年度工作之報告
4. 本單位「服務質素標準」之文件

服務質素標準(SQS)

本中心依據社會福利署所規定之16項服務質素標準推行及實踐服務

| | |
|------|-------------------|
| 標準一 | 服務資料 |
| 標準二 | 檢討及修訂政策 |
| 標準三 | 運作及活動紀錄 |
| 標準四 | 職務及責任 |
| 標準五 | 人力資源 |
| 標準六 | 計劃、評估及收集意見 |
| 標準七 | 管理財政資源及監察財政表現的政策 |
| 標準八 | 法律責任 |
| 標準九 | 安全政策 |
| 標準十 | 申請和退出服務 |
| 標準十一 | 評估服務使用者需要 |
| 標準十二 | 知情的選擇 |
| 標準十三 | 私人財產 |
| 標準十四 | 尊重服務使用者保護私隱和保密的權利 |
| 標準十五 | 申訴 |
| 標準十六 | 免受侵犯 |

「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：

1. 每位領取「綜援」的有效會員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，剩餘之減費額自動被取消。減費額不能累積或轉移。
2. 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，其減費優惠將立刻被終止，並只能於來年4月1日重新申請。
3. 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。
4. 綜援會員課程及活動優惠記錄以本優惠卡記錄為準。
5. 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。
6. 每個興趣班或活動提供十分之一之減費名額，先到先得。
7. 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。
8. 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。
9. 優惠卡所剩餘的金額不能兌換現金。
10. 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。
11. 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。

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4月1日

領取「在職家庭津貼」 人士課程及活動優惠計劃

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」)將以減費形式提供優惠，詳情如下：

優惠制度條款及細則：

1. 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，剩餘之減費額自動被取消。減費額不能累積或轉移。
2. 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，其減費優惠將立刻被終止。
3. 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。
4. 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。工作員會將減費額登記在優惠卡上以計算總累積額。
5. 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。
6. 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。
7. 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。
8. 優惠卡所剩餘的金額不能兌換現金。
9. 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。
10. 有關課程及活動優惠記錄以本優惠卡記錄為準。
11. 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。
12. 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。

本單位服務開放時間

【✓代表本中心服務的開放時間】

| 時間／星期 | 日 | 一 | 二 | 三 | 四 | 五 | 六 |
|------------|---|---|---|---|---|---|---|
| 上午10時至下午2時 | | | | | | | ✓ |
| 下午2時至下午6時 | | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| 下午6時至晚上10時 | | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | |

逢星期日及公眾假期休息

特別日子中心開放安排如下：

| 日期 | 節日 | 中心開放時間 |
|----------------------|----------|------------|
| 1/1/2025 (三) | 元旦 | 暫停開放 |
| 28/1/2025 (二) | 年廿九 (除夕) | 上午10時至下午6時 |
| 29/1-31/1/2025 (三至五) | 年初一至三 | 暫停開放 |
| 4/4/2025 (五) | 清明節 | 暫停開放 |
| 18/4/2025 (五) | 耶穌受難節 | 暫停開放 |
| 19/4/2025 (六) | 耶穌受難節翌日 | 暫停開放 |
| 21/4/2025 (一) | 復活節星期一 | 暫停開放 |

惡劣天氣下之服務安排

如遇颱風或暴雨，本單位之活動及課程會有以下安排：

| | 室內活動或課程舉行前 | 戶外活動舉行前 |
|-----------|------------|---------|
| 1號風球 | ✓ | ✓ |
| 3號風球 | ✓ | ✗ |
| 8號風球 | ✗ | ✗ |
| 雨天或黃色暴雨警告 | ✓ ♥ | ✓ ♥ |
| 紅色暴雨警告 | ✓ ♥ | ✗ |
| 黑色暴雨警告 | ✗ | ✗ |

【✓ 如常舉行 · ✗ 取消 · ♥ 參加者自行決定是否出席】

備註：如活動或課程有特別安排，中心職員會以電話個別通知。

天文台在以下時間或之前除下風球或暴雨警告訊號，活動或課程將會如常舉行：

| 活動種類 | 上午活動 | 下午活動 | 晚上活動 |
|------|----------|-------|------|
| 室內活動 | 上午8時 | 上午11時 | 下午4時 |
| 戶外活動 | 活動舉行前3小時 | | |

備註：

1. 天文台若發出雷暴、一號風球、三號風球、黃色暴雨警告訊號，本中心所有室內活動及興趣課程將會照常。遇到豪雨，家長應視乎環境，決定是否適宜帶子弟回本中心上課。如學員缺席當日之課程，中心不設補堂。
2. 凡懸掛三號風球或八號風球、紅色暴雨、黑色暴雨，兒童須留在安全地方，並在有成年人護送下方可離開。
3. 上述安排與教育署之措施略有出入，請勿以教育署之宣佈視為本中心之安排。如有任何查詢，請致電本中心2425 9348。
4. 一切應變措施均以本單位最後決定為準。
5. 如因受到惡劣天氣影響，本中心須暫停某一預定活動或興趣課程。本中心會在可行的情況下安排補堂。若本中心未能成功安排補堂，則會按取消的課堂比例及可動用的課程餘款（扣除已購買的物資、習作等開支），退還已收取的費用給參加者。本中心安排退款所須時間約為一個月。

明愛青少年及社區服務

明愛賽馬會梨木樹青少年綜合服務

青少年綜合服務諮詢委員會 (2025-2027年度) 選舉

明愛賽馬會梨木樹青少年綜合服務諮詢委員會（以下簡稱為委員會）是「香港明愛社會工作委員會」轄下的一個常務委員會，委員會宗旨包括：

1. 就著明愛的宗旨和青少年及社區服務的重點目標，每年向單位作出建議
2. 向單位提出意見，以確保單位之服務切合兒童、青少年、家長及社區的需要。
3. 鼓勵服務使用者就單位管理事宜提供意見。
4. 協助單位匯聚青少年及社區力量、服務社群、建設社區及推廣服務形象

委員會委員每兩年一任，成員包括經中心15歲或以上會員選舉產生的委員、由中心邀任的社區人士、天主教堂區代表及1位香港明愛代表。

我們希望可以藉著這個諮詢組織，收集你的聲音。

有意參選嗎？ 你祇需符合以下條件：

1. 為本服務15週歲或以上之有效會員，並於19/1/2025至17/3/2025期間為本服務單位之會員；
2. 獲最少三名15週歲或以上持明愛賽馬會梨木樹青少年綜合服務有效會員證的會員提名；
3. 填妥表格並於有效提名日期內遞交。

提名表格何處尋？

| 有效提名日期 | |
|----------------------|----------------|
| 2025年1月19日 至2月20日 | 逢星期一至五 逢星期六 |
| 有效提名時間 | |
| 下午2時至晚上10時 | |
| 上午10時至下午6時 | |
| 索取表格地點 | |
| 本中心詢問處 | |

選舉及投票詳情

競選期間：21/2-7/3/2025（星期一至星期六）

投票期間：8/3-17/3/2025（星期一至星期六）

時間：2:00-9:45pm（星期一至五）

10:00-5:45pm（星期六），

17/3/2025 5:00pm截票

地點：本中心大堂（地址：梨木樹邨健樹樓
地下B及C翼）

投票資格：需為本服務15週歲或以上，
並於19/1/2025至17/3/2025期間
為本服務單位之有效會員。

點票日期

及時間：17/3/2025（星期一）5:00pm。

投訴：如就是次選舉有任何投訴，
可於18/3-31/3/2025辦公時間內，
以書面向選舉主任提出。

在正式選舉前， 我們將要做甚麼？

1. 收集在19/1/2025至20/2/2025期間遞交的提名表格；
2. 舉行候選人公開諮詢大會
3. 提醒於19/1/2025至17/3/2025這段期間到期的會員提早續證，方可符合提名／投票／參選資格；
4. 呼籲你在8/3/2025至17/3/2025到本中心投票。

查詢

就是次中心諮詢委員會選舉安排，大家如有查詢及意見，可致電2425 9348向本單位主任杜姑娘提出。

兒童活動



新界地域北葵涌區第十一旅童軍團 幼童軍資訊

本中心的新界地域北葵涌區第十一旅童軍團，已踏入第廿七年載，本旅團提供有系統的訓練、戶外活動等，促進德、智、體、群、美的發展，以培訓成為有自立能力、樂於助人、有責任感及勇於承擔的人。

幼童軍支部——7歲至11歲兒童

| | | |
|------------------------|--------|--|
| 活動目的： 童軍運動是連續性的訓練計劃 | 活動內容： | <ul style="list-style-type: none">● 步操訓練● 繩結● 山野技能● 義工服務● 急救、露營等 |
| ● 促進身心及精神之陶冶與啟發 | 集會時間： | 下午2:00-4:00 (逢星期六，每月大概集會2-3次) |
| ● 進度性訓練及歡愉活動 | 集會地點： | 本中心 |
| ● 體驗互相合作的精神 | 費用： | 每季\$90 (一季) |
| ● 獨立成長 | 團長及領袖： | 郭翔先生、黃銘成先生、吳艷鏗小姐、董智聰先生 |
| ● 提高自理及解難能力 | | |

一至四月戶外活動

| | | |
|----|-----------|--|
| 一月 | 模擬飛行 | 參與模擬飛行駕駛體驗，可以簡單明瞭地介紹航空的基本概念和知識，使幼童軍能夠接觸到更多不同的領域。 |
| 二月 | 元宵嘉年華義工服務 | 培養幼童軍責任感、同理心，促進其品格發展，並擴闊視野。 |
| 三月 | 遠足 | 透過學習閱讀地圖和指南針，並進行具挑戰性的遠足旅程，通學習戶外技能及鍛煉身心，令幼童軍培養出勇於面對挑戰的精神。 |
| 四月 | 生態保育X海洋公園 | 幼童軍透過參觀和探索，了解氣候變化對動物的影響，反思個人行為去保護大自然。 |

負責社工：Helen姑娘

*新成員制服需要自購，
低收入家庭如提供證明文件
可申請豁免

*需另外購買旅衫及其
他雜費約\$85

查詢電話：2425 9348/

Whatsapp 5422 3052



明愛賽馬會梨木樹青少年綜合服務
北葵涌區第11旅幼童軍團

招募新領袖

對象:18-50歲 男女皆可
時間: 逢星期六下午2-4時
(每月2-3次)



名額有限!!
額滿即止!!

幼童軍簡介

以歡悅及有進度性訓練，增加小朋友全人發展。

幼童軍活動：

- 義工服務
- 繩結
- 遠足
- 宿營
- 露營
- 原野烹飪等



參加幼童軍領袖好處：

- 有義工時數和義工津貼
- 增強自信心及領導能力
- 培養團隊合作精神
- 學習小組帶領技巧
- 接觸大自然,發展對環境的關懷
- 學習技能,如野外求生和緊急救助



可於詢問處報名

活動編號：03344-2501

明愛Play House

內 容：『根據聯合國兒童權利公約第三十一條：兒童有權享有休息和休閒時光，從事與兒童年齡相宜的遊戲與娛樂。』有見及此，明愛Play House將會在星期二開放，當中有不同類型的活動如：桌遊、新興運動、LEGO、手工藝等活動，讓小朋友可以在繁忙的學習生活中放下電，減減壓！！

活動詳情：

| 日期 | 主題 |
|----------------|---------------|
| 14/01/2025 (二) | 製作古法年糕 |
| 18/02/2025 (二) | 桌遊——蟑螂濃湯+神秘桌遊 |
| 25/02/2025 (二) | 迪士尼系列LEGO |
| 11/03/2025 (二) | 新興運動 |
| 25/03/2025 (二) | Marvel系列鑽石畫 |
| 15/04/2025 (二) | 扭扭造型汽球 |

時 間：1645-1745
地 點：本中心
對 象：7-10歲會員
名 額：8人
收 費：免費（可單次報名）
負責社工：Helen姑娘

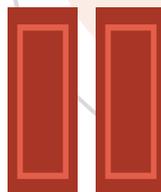


活動編號：10700-2501

創意賀年揮春

內 容：農曆新年就快到啦，各位小朋友想唔想自己創作一張獨一無二嘅揮春貼喺自己屋企呢？帶住祝福去到新一年^0^

日 期：11-1-2025 (六)
時 間：11:00-12:00nn
地 點：中心
對 象：7-12歲會員
名 額：8人
收 費：\$10
負責社工：珊姑娘



活動編號：10708-2501

兒童個人管理活動——小小理財策劃師

由於香港經濟富裕，新一代容易過份追隨物質享受，過度消費，不知父母搵錢辛苦，加上八達通、網購及電子錢包的應用，使錢容易，所以培養兒童有良好理財觀念十分重要，協助兒童建立良好的價值觀和正確的金錢觀，以「量入為出、增加儲蓄及規劃理財」為兒童建立良好的個人財務管理，趁臨近農曆年會收到利是錢，預先學習理財策劃，以好好使用金錢。

日期：9/1-23/1/2025逢星期四

時間：下午4:30至5:30

地點：中心活動室

內容：一起玩金錢遊戲，一起學習規劃理財

對象：8-12歲兒童會員

名額：6人

收費：會員\$10

負責社工：張偉明

查詢電話：2425 934



活動編號：10704-2502

集合吧!!! 冒險王

內容：進行歷奇訓練活動，兒童能勇敢踏出舒適圈，挑戰自我，提升自信心。透過經驗學習法(Experiential Learning)的引導下，兒童在活動過程中進行反思，透過分享與互動的環節，理解並內化所學，將這些體會轉化為生命成長動力。

日期：08/2/2025 (六)

時間：09:45am (中心集合)

17:00pm (中心解散)

地點：香港中華基督教青年會——烏溪沙青年新村

對象：9-12歲會員

名額：20人

收費：\$120 (包旅遊巴、教練、營費及午餐)

負責社工：Helen姑娘

備註：參加者身高必須達140cm。

在當天須穿波鞋和運動服飾，自備防曬及防蚊用品。

活動編號：10731-2503

科學探索者

內容：第一次活動：科學實驗試驗；第二次活動：共同創作3D 打印手工藝品；第三次活動：共同學習操作機械人，進行任務比賽機械人組裝玩具

日期：7/3, 14/3, 21/3 (逢星期五) 三堂

時間：下午5:00-6:00

地點：中心

對象：9至11歲

費用：\$60

名額：6人

備註：參加者送一套

活動編號：10705-2504

復活彩蛋繽紛樂

復活節前一同彩繪復活蛋，發揮兒童想像和創意，製作獨一無異、別出心裁的復活蛋。

日期：12/4/2025（星期六）
時間：下午3:00-4:00
地點：諾藝室
對象：6-12歲兒童
收費：\$10（已包材料）
名額：8人
負責職員：張偉明



活動編號：10706-2503

幾何童樂遊

秀茂坪建成了一個全新遊樂場——叫「幾何動樂園」！這個全新遊樂場有近1.2萬呎的戶外空間，有超過10項大型遊樂設施。園內更設有教育學習區，小朋友可以藉遊戲學習有關動物的小知識，更有2.5米高的巨型幾何大象滑梯，給小朋友好好放電。

日期：29/3/2025（星期六）
時間：2:00-5:30PM
地點：秀茂坪「幾何動樂園」遊樂場
集合：2:00PM，地點：明愛賽馬會梨木樹青少年綜合服務
對象：6-12歲
內容：認識不同類型的公園和休憩地方，
了解不同類型的具社區特色及休閒設施
費用：\$50（包車來回／飲品小食自費）
名額：20
備註：請自備水及晴雨用具
負責職員：張偉明先生

活動編號：10709-2504

Cooking Go!!!

內容：一齊整作甜甜卡通造型食物，一齊歡渡復活節，認識新朋友，感受恩典。
日期：08/4/2025（二）
時間：1730pm-1830pm
地點：本中心
對象：7-13歲會員
名額：8人
收費：\$30
負責社工：Helen姑娘
備註：需自備食物盒。

家庭及社區活動

活動編號：10693-2501

家長瑜伽Me Time

內容：長期湊小朋友，家務做不完，面對子女學習及家庭上種種壓力，令人精神疲憊。一個人又無動力做運動？！今次機會黎喇，中心請來專業瑜伽導師，與大家一起練習，有伴開開心心做運動。

日期：2/1、9/1、16/1（四）
時間：10:15-11:30am（1小時15分）
地點：本中心
對象：6-14歲之會員家長
費用：\$180（共3堂）
名額：8人
負責職員：珊姑娘



活動編號：10694-2502

家長瑜伽Me Time

內容：長期湊小朋友，家務做不完，面對子女學習及家庭上種種壓力，令人精神疲憊。一個人又無動力做運動？！今次機會黎喇，中心請來專業瑜伽導師，與大家一起練習，有伴開開心心做運動。

日子：6/2、13/2、20/2、27/2（四）
時間：10:15-11:30am（1小時15分）
地點：本中心
對象：6-14歲之會員家長
費用：\$240（共4堂）
名額：8人
負責職員：珊姑娘

活動編號：10695-2502

家長園藝減壓小組

內 容：透過園藝活動，發揮植物的療癒力量，學習與大自然連結，並有助穩定情緒，達致身心放鬆的作用。

日 期：18/2、25/2、4/3、11/3、18/3、25/3、1/4、8/4（二）

時 間：10:00-11:00am（1小時）

地 點：本中心

對 象：6-14歲之會員家長

名 額：8人

收 費：材料費\$80

負責社工：珊姑娘



活動編號：10696-2501

親親策騎樂

活動由專業導賞員帶領參觀馬房，了解馬匹日常生活及馬房運作，並有小馬試騎。活動約一小時。

日 期：24-1-2025（五）

時 間：08：50am（中心集合）

12：00nn（中心解散）

地 點：屯門公眾騎術學校

對 象：6-12歲會員及其家長

名 額：30人（必須親子參加）

收 費：\$90大小同價（包旅遊巴來回、入場及小馬試騎）

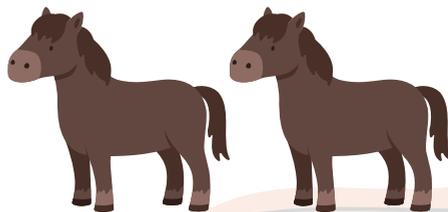
負責社工：珊姑娘

備 註：騎手必須年滿6歲，體重不超過150磅，家長附合此條件亦可試騎小馬。

不足6歲參加者，收費\$50，並該家庭需有6-12歲會員參加方可報名。

參加者當天須穿有袖上衣、舒適長褲及包蹣鞋／波鞋及簽處免責聲名。

請自備防曬及防蚊用品。



活動編號：41142-2501

「撐住你·關懷梨」
建設和諧社區計劃——
送暖及關懷獨居長者探訪及盆菜宴

內 容：為獨居長者清潔家居及招待長者到中心與義工一同參與盆菜宴
名 額：20名
日 期：18/1/2025 (六)
時 間：下午4:00 – 下午8:00
地 點：梨木樹邨及本中心
服務對象：10至24歲青少年及其家人
負責職員：羅紀麟 (Paul Sir)

活動編號：23364-2501

ERB體驗課程——節令點心製作

內 容：介紹點心製作行業／節令點心製作
名 額：10名
日 期：24/1/2025 (五)
時 間：下午2:30-4:30
地 點：本中心
對 象：15或以上青年及家長
費 用：免費
負責職員：羅紀麟 (Paul Sir)

活動編號：23364-2502

ERB體驗課程——
美髮行業及基礎剪髮教學入門

內 容：介紹點心製作行業／節令點心製作
名 額：10名
日 期：27/2/2025 (五)
時 間：下午2:30-4:30
地 點：本中心
對 象：15或以上青年及家長
費 用：免費
負責職員：羅紀麟 (Paul Sir)

活動編號：10703-2501

桌遊學堂

內容：家長學習運用桌遊，來幫助小朋友提高中文讀寫和邏輯推理能力。透過遊戲化的學習過程，能有效提升孩子的學習興趣和解決問題的能力，並可以促進親子之間交流與互動。

日期：22/1、12/2/2025（三）

時間：10:15-11:15

地點：本中心

對象：6-9歲之會員家長

名額：8人

收費：\$30

負責社工：Helen姑娘



活動編號：03349-2502

兒家義工隊

內容：招募有興趣參與的家長和小朋友一齊做義工，開拓視野，為社區服務。

元宵攤位

日期：15/2

時間：下午

地點：龍珠廣場

內容：遊戲攤位運作，人群管理和禮物換領



登記成為義工隊

備註：如未能出席是次服務，可到櫃檯進行登記成為兒家義工隊，之後再有不同的義工機會優先邀請大家參與。

對象：8-12歲之會員和家長

收費：免費

負責社工：Helen姑娘

新春元宵嘉年華

內容：元宵攤位遊戲、新春手工或猜燈謎及音樂表演等

日期：2025年2月15日（星期六）

時間：下午4:00至晚上7:00

地點：本中心

對象：6-12歲兒童及家長

備註：攤位遊戲券會在活動一星期前開始派發

負責職員：張偉明先生、Helen姑娘



活動編號：10707-2503

開心白兔農莊

- 內 容：與家人一起放鬆心情，一家人開開心心BBQ，一同親親大自然，接觸不同小動物，包括兔仔、魚、龜、羊及豬等。
- 日 期：23/2/2025星期日
- 時 間：10:00AM-5:00pm
- 地 點：錦田小白兔農莊
- 對 象：6-12歲會員及其家長（必須親子一同參加）
- 收 費：成人：\$180/位；小童：\$130/位
包來回旅遊巴、入場費及BBQ燒烤包（農場其他活動自費）
- 名 額：30位
- 備 註：請自備水及晴雨用具，可另外帶其他燒烤食物入場
- 負責職員：張偉明
- 查詢電話：2425 9348



活動編號：10702-2504

合味道工作坊x醫學探索

- 內 容：上午參與合味道工作坊製作世界上獨一無二的合味道杯麵，親手設計麵杯，更可選擇自己喜歡的口味。中午在牛涮鍋吃半自助火鍋，下午到醫學博物館，探索歷史。博物館前身是「細菌學檢驗所」，後其改為博物館講述不同醫學故事，並擺放了許多古董醫療用品，例如早期X光機、產科儀器、牙科臨床椅、各種外科手術儀器和麻醉機。
- 日 期：27/4/2025（日）
- 時 間：10：30m（中心集合）
16：15pm（中心解散）
- 地 點：合味道紀念館/醫學博物館
- 對 象：6-12歲會員及其家長
- 名 額：20人（必須親子參加）
- 收 費：\$135三歲或以上大小同價（包旅遊巴來回、入場及午餐）
\$60（三歲或以下）
- 負責社工：Helen姑娘
- 備 註：請自備雨具及防蚊用品。



青少年活動

茶聊

- 內容：出面買嘢飲咁貴，有無諗過試下自己整呢？每一次都會整唔同款嘅嘢飲，有興趣不妨嚟中心整返杯，試下整個特調俾自己，又可以吹下水！
- 日期：1月至4月，逢星期四
- 時間：晚上7點至9點
- 地點：本中心
- 對象：14-24歲
- 名額：不限
- 收費：免費
- 負責社工：Hester姑娘，歡迎Whatsapp查詢或報名：6922 1362



活動編號：LG081

「鏢」UP自己 飛鏢隊

- 內容：由中心貼心設計體驗內容，貼身教授飛鏢技巧。培養參加者對飛鏢的興趣，從中學習投擲飛鏢技巧及建立團隊合作精神。加入飛鏢隊後，有機會參與不同練習及賽事，曠闊視野和眼界
- 日期：逢星期二晚
- 時間：晚上7:00-9:00
- 地點：中心
- 對象：12-24歲青少年
- 負責社工：簡家俊社工（阿簡），電話6187 7081



活動編號：10726-2501

提一提自己！告示牌

內容：路邊成日見到嗰告示牌，提醒人小心呢樣小心樣，有無諗過自己整一個呢？告示牌上面嘅字句同圖案可以自己揀，利用熱縮膠整個迷你告示牌，可以放喺書枱做擺設，又可以提醒自己。

日期：24/1/2025（星期五）

時間：晚上7點半至9點

地點：本中心

對象：15-24歲

名額：6名

收費：\$20/一位

負責社工：Hester姑娘，歡迎Whatsapp查詢或報名：6922 1362



活動編號：10730-2501

「war」梨戰到新一年

內容：各路射手係時候出嚟啦，講多無謂，係時候擺起你把手槍，運用你的智慧，將你的對手射低。最好就叫埋D老友，互射一波。

日期：26/1/2025（星期日）

集合時間：12PM（敬請準時，逾時不候）

集合地點：中心一齊出發前往war game場（待定）

解散時間：約晚上06:00PM就地解散

對象：12-24歲青少年會員

（須經由負責職員面見，再決定是否合適參與活動）

名額：25

收費：18歲以下：\$130，18或以上：\$230

備註：可自備裝備（火力限制1J），但收費不變，不設午飯時間

負責社工：簡家俊社工（阿簡），電話6187 7081

活動編號：10732-2502

看得見的愛！扭扭棒花束制作

內容：鮮花保鮮期好短…成本又好高？想表達「愛」都可以有低成本方案！新興扭扭棒花束DIY，親手整更有意義！教程簡單快捷，儀式感滿滿，整多幾支送比自己、男女朋友、爸爸媽媽又得，得左

日期：10/2/2025

時間：7-8:30pm

地點：中心

對象：13-24歲青少年

名額：10名

收費：\$40（已包括所以材料費用）

負責社工：李穎雯姑娘（雯雯）／WhatsApp查詢或報名：9710 9040



活動編號：G091

第六期跳舞組 (level 1 group)

內容：由專業舞蹈老師編舞(choreographer)，教授熱門歌曲包括K-POP及歐美流行曲，透過基本訓練，加強身體柔韌度，專注力同協調性，由簡單的舞步開始，由淺入深，逐步展現自己自信的一面！

日期：13/2/2025-10/4/2025（共九堂，逢星期四）*

時間：晚上6時30分至下午8時

地點：中心跳舞房

對象：13-24歲青少年（歡迎跳舞初學者）

名額：8名

收費：\$250

負責社工：李穎雯姑娘（雯雯），Whatsapp查詢或報名：9710 9040

備註：beginner group的舞步會比較慢，老師會讓學生了解跳舞的基本動作，而且視乎歌曲難度，決定教授原本或舞步簡化版本。

*3/4/2025及17/4/2025無堂



活動編號：G092

第七期跳舞組 (level 2 group)

內容：跳開舞就可以嘗試挑戰Open Lv啦！一般歌曲會比較快、強度亦會比較高及技巧比較難掌握，適合想挑戰難度嘅你！

日期：20/2/2025-10/4/2025（共八堂，逢星期四）*

時間：晚上6時30分至下午8時

地點：中心跳舞房

對象：13-24歲青少年（歡迎跳舞初學者）

名額：8名

收費：\$250

負責社工：李穎雯姑娘（雯雯），Whatsapp查詢或報名：9710 9040

備註：*3/4/2025及17/4/2025無堂



借用Board Game

內容：最近有批新既Board Game黎咗中心，係屋企打機打到厭，中意成班人一齊玩既你就快D黎啦~

對象：6-24歲之會員

負責社工：Helen姑娘

備註：憑會員證可在櫃檯借用Board Game，交還Board Game後先可領取會員證。

只可在中心範圍使用，不可離開中心。



活動編號：10727-2503

爬蟲大解秘

內容：爬蟲動物聽就聽得多，但係真實又有無接觸過？係機會喇飛雲！係時候嚟認識下小動物，吸收下保育知識。

日期：26/3/2025（星期三）（暫定）

時間：晚上7點至8點

地點：本中心

對象：14-24歲

名額：12人

收費：\$10／一位

負責社工：Hester姑娘，歡迎Whatsapp查詢或報名：6922 1362



活動編號：10733-2504

玻璃畫手繪小夜燈

內容：有時MOOD到唔想間房咁光又唔知開咩燈好？不如自己DIY盞小夜燈啦！比個空間自己，營造下屬於你GE氛圍感，新手都可以輕鬆上架，Let's join us~

日期：28/4/2025

時間：7-8:30pm

地點：中心

對象：13-24歲青少年

名額：10名

收費：\$30（已包括所以材料費用）

負責社工：李穎雯姑娘（雯雯）／WhatsApp查詢或報名：9710 9040



活動編號：10728-2502

Jam—Jam Art Jamming

內容：畫畫叻唔叻都可以參加art jamming，唔受其他人影響，專注於自己嘅創作上，畫一幅屬於自己嘅畫。用具、顏料、畫布都幫你準備埋，係差你咋！

日期：25/2/2025（星期二）

開放時間：晚上6點至9點

地點：本中心

對象：15-24歲

名額：最多容納6位參加者

收費：\$20／一位

負責社工：Hester姑娘，歡迎Whatsapp查詢或報名：6922 1362



少數族裔服務

Ethnic Minority Service

**Cross-cultural Learning Youth Programme
Funded by the Home Affairs Department,
HKSAR Government
(School year 2024-2025)**

| | |
|------------------------|--|
| Period (Month/year) | 12/2024-8/2025 |
| Time | P1-P6 students: 5:30pm-7:00pm (Monday to Friday, except Wednesday) S1-S6 students: 6:30pm-8:00pm (Thursday) |

Cantonese class & After School Tutorial class

- Tutors provides 1.5hour after class homework tutoring for students.
- Strengthen student's social communication and emotional management skills.

Target:

1. Non- Chinese students who are studying in primary school or secondary school & living in Tsuen Wan/ Kwai Chung District.
2. Students should be Caritas Youth and Community Service members.

Remarks :

1. Mentorship programme:
There will be outdoor activities organized for students joining Cantonese class.
Chinese youth volunteers will be mentors in these programmes in order to encourage students in learning more about Hong Kong as well as use of Cantonese during weekends or school holidays.
2. Applicant must possess a valid Caritas membership.
3. Students are expected to be punctual and should have at least 80% attendance.
4. Participants must attend classes even though they do not have homework.
5. Students with misbehavior and low attendance will be suspended/ not allowed to join any activities.

Class and group enrollment: Please come to our center and show a valid Caritas Youth and Community Service membership card for enrollment and fill up the enrollment form.

Enquiry: Please contact Ms. Man / Ms. Komal for details.

Telephone: 2425 9348

Address: Wing B & C, G/F, Kin Shue House, Lei Muk Shue Estate, Tsuen Wan.

特殊教育需要服務

#參加者報名前須進行個別面談，歡迎來電中心查詢服務詳情。

活動編號：10697-2502

中文讀寫綜合班

- 內 容：由專業老師教授，透過互動遊戲及多感官學習法，提升學童中文的組織及理解能力。
- 日 期：10/2、17/2、24/2、3/3、10/3、17/3、24/3、7/4、14/4
(逢星期一)
- 時 間：7:30-8:30pm (1小時)
- 地 點：本中心
- 對 象：高小至初中會員 (懷疑或已評估讀寫障礙)
- 名 額：6人
- 收 費：\$540 (9堂) 受津助家庭有部分減免
- 負責社工：珊姑娘

活動編號：10699-2502

中文讀寫初小班 (一)

- 內 容：由專業老師教授，透過互動遊戲及多感官學習法，提升學童中文的組織及理解能力。
- 日 期：10/2、17/2、24/2、3/3、10/3、17/3、24/3、7/4、14/4
(逢星期一)
- 時 間：6:30-7:30pm (1小時)
- 地 點：本中心
- 對 象：小一至小三會員 (懷疑或已評估讀寫障礙學童)
- 名 額：10人
- 收 費：\$540 (9堂) 受津助家庭有部分減免
- 負責社工：珊姑娘

活動編號：10698-2502

中文讀寫初小班 (三)

- 內 容：由專業老師教授，透過互動遊戲及多感官學習法，提升學童中文的組織及理解能力。
- 日 期：12/2、19/2、26/2、5/3、12/3、19/3、26/3、2/4、9/4
(逢星期三)
- 時 間：6:30-7:30pm (1小時)
- 地 點：本中心
- 對 象：小一至小三會員 (懷疑或已評估讀寫障礙)
- 名 額：4-6人
- 收 費：\$540 (9堂) 受津助家庭有部分減免
- 負責社工：珊姑娘

隱蔽青年服務

(荃葵青區) 藍天計劃

目的：透過與青年人接觸，推動青年人積極向上，達致有目標的人生。
對象：荃灣區內十二至二十四歲青年，長時間流連在家中的待學或待業青年。
服務區域：荃灣區及葵涌區

我們的服務理念是相信青年人是具有積極及動力的一面，很多時是因為個人與社會間的適應問題，而使年青人對人及社會感到疏離。我們會針對青年人種種困惑，逐一解破，讓青年們感受世界的美好。

服務方式：家訪——主動與青年接觸，提供生活指導，鼓勵青年積極生活，協助尋找青年人的學習及技能興趣，協助青年找尋工作等。

那些青年可以接受服務：

- 持續三個月或甚至超過半年
- 沒有動機上學或找工作；
協助改善青年與家人的關係
- 經常逃避與家人或朋友傾談
- 慣常在家上網或打機

你有多少以下感覺？

- 你會感覺留在家中，有一個安心感覺
- 你明白自己不應只留在家中，但始終自己卻沒有動力去行動
- 你身邊的人，經常要求你改變生活習慣，你會感到十分煩躁
- 明白家人對自己經常在家「上網」有感不滿，但感覺「上網」是一種解悶方法
- 你感到想不到自己的人生目標，想不到自己將來是怎樣
- 你感覺自己的生活時間已經顛倒，愈夜睡，愈遲起身，但自己沒有能力改變
- 你有想過外出，但不知外出可做什麼

你是否有以上多項的感覺，最終令你只無奈地長期留在家中，不想接觸人及接觸社會。當日子愈久，你發覺自己的動力愈弱。或許現在你會感覺你的生活安穩，但你也不一定是安於現狀，只不過內心沒有了動力去改變現狀。

我們可以前來你家探訪你，與你談談，了解你的生活，給予你動力，使你嘗試新的生活體驗。我們也會與你的家人傾談，讓他們明白你的生活選擇，讓家人更了解你，促進大家的良好溝通。

聯絡人：羅紀麟先生／關巧彤姑娘
聯絡電話：2425 9348

課餘託管計劃

服務目標／宗旨：

課餘託管（課託）服務宗旨在為父母因工作或其他原因而未能在課餘時間給予適當照顧的兒童提供照顧及支援服務。

服務範圍：

1. 個人輔導
2. 小組活動及訓練
3. 課餘託管服務
4. 支援特殊學習需要服務
5. 興趣培訓及發展



服務目的：

- 為區內在職父母或有需要之家庭提供小學生課餘託管服務。
- 提供功課輔導並培養受託兒童自我照顧及與人相處的能力，關注學童之德育及社交發展。

- 內 容：功課輔導、小組活動、茶點服務、興趣發展、
個人輔導、定期戶外及節日活動
- 時 間：星期一至五下午3:30至晚上7:00
(星期六、日及公眾假期休息)
- 對 象：就讀或居住本區之小一至小六學生
- 課餘託管地點：荃灣梨木樹邨健樹樓地下B及C翼
(明愛賽馬會梨木樹青少年綜合服務)
- 費 用：每月1200元
(如經濟有困難者，經經濟審查可申請減費)

報名：

請於中心辦公時間內到本中心索取「課託學員申請表」及填寫後交回申請表，待社工約見面談。

備註：

- 本中心保留一切收生及編班的權利。
- 所有報讀的參加者及家長須於入讀前進行個別面談，然後由中心通知繳交所需費用。
- 如報名人數超出收生名額，則需作輪候／後備處理。



如有任何疑問，歡迎致電明愛中心2425 9348向張偉明先生查詢。

課餘託管計劃申請備忘錄

申請費用減免辦法和流程

對象：家庭經濟有困難者

1. 請先填「收費或減免計劃申請表」附件，經詢問處職員轉交給負責社工。
2. 負責社工致電約見申請家庭（交表後10個工作天內約見）。
3. 面見時需繳交過去三個月的家庭入息證明（例如銀行簿、糧單等）。
4. 面見後社工將於7個工作天內以電話方式回覆結果和發出「申請結果通知書」。

備註：

- 減免額將按有關低於家庭收入中位數以下的比率以決定提供多少津貼。
- 家庭收入中位數資料將按政府統計處每季公佈的家庭住戶普查結果而定。
- 如獲批減免後入息有任何改動，受助者必須儘快（一個月內）向社工申報。

後備學員申請

如欲參加課託，請先填寫「課託學員申請表」

1. 待社工約見（交表後10個工作天內約見）
2. 如收生已滿，可安排作後備輪候
3. 如屬單親或雙職家庭，或由家庭服務中心或學校社工轉介個案可獲優先處理

2024至2025年度 小學及中學恆常功課輔導班

| 班別及編號 | 日期 | 時間 | 地點 | 收費 | 名額 | 對象 |
|-------------|-------|-------------|--------|-------|----|-------|
| 初小功輔班(5001) | 星期一至五 | 3:30-5:00pm | 本中心諾靜室 | \$830 | 7 | 小一至小三 |
| 初小功輔班(5002) | 星期一至五 | 5:00-6:30pm | 本中心諾靜室 | \$830 | 7 | 小一至小三 |
| 高小功輔班(5006) | 星期一至五 | 3:30-5:00pm | 本中心諾藝室 | \$830 | 7 | 小四至小六 |
| 高小功輔班(5007) | 星期一至五 | 5:00-6:30pm | 本中心諾藝室 | \$830 | 7 | 小四至小六 |

備註：

1. 報名時須向中心職員出示有效之會員證，建議非會員人士預早辦理入會手續。
2. 如因額滿未獲接受申請，將被列入後補名單，如有空缺，將獲通知辦理報名手續。
3. 舊生如欲繼續報讀下一月份的功課輔導班，請於每月廿八日或之前繳付下一個月之費用作實，否則視作放棄繼續報讀。
4. 如有空缺，將由後補名單中第一位補上，如此類推。獲得報讀名額之後補學生，請於職員通知後三日內前來中心辦理報名手續，否則視作放棄報讀。
5. 每新學年（九月份）開始前，功課輔導班將會進行抽籤，重新安排學位及學生名單，讓新生及後補名單中的學生獲得參與機會，敬請留意每新學年功課輔導班之安排。
6. 功課輔導班的成立旨在協助學員完成家課，貴家長請督促子女帶備家課冊、所需課本、作業及文具，以免浪費課堂的有限時間。由於功課輔導班師生比例為1:7，實在難以作出個別深入的學科補習、單對單讀默等，敬希垂注。
7. 如發現學員於班上長期行為失控、不聽從導師指示、不守秩序、滋擾其他學生的話，本中心職員及導師會先觀察或警告。若經過溝通和協商後仍未能改善有關狀況，本中心會按照情況而決定暫停該學生之上課安排或禁止繼續報讀上述課程。

社交及技能發展課程一覽表 (恆常課程)

英語課程

所有課程不設請假補堂。如對任何課程有興趣，可先向中心職員查詢，謝謝！

英語課程為月班，會員可於每個月一號起報讀下一個月英語幼兒課程。

| 編號 | 興趣課程名稱 | 日期 | 星期 | 時間 | 地點 | 費用 (幼兒非會員 +\$30) | 對象 | 堂數 | 名額 | 內容 |
|------------|--------------------------|---------------------------------|----|-------------------|-----|------------------------|------|----|----|--|
| 50514-2501 | Ms Komal 英語幼兒 課程A班 | 3-24/1/2025 | 五 | 3:45-4:45pm | 閱覽室 | \$360 | 6-8歲 | 4 | 6 | |
| 50514-2502 | | 7-28/2/2025 | | | | \$360 | | 4 | 6 | |
| 50514-2503 | | 7-28/3/2025 | | | | \$360 | | 4 | 6 | |
| 50514-2504 | | 11-25/4/2025 (4/4, 18/4假期暫停) | | | | \$180 | | 2 | 6 | |
| 50515-2501 | Ms Komal 英語幼兒 課程B班 | 3-24/1/2025 | 五 | 4:45-5:45pm | 閱覽室 | \$360 | 3-5歲 | 4 | 6 | 程由非華裔導師教授， 學習英語之應用， 並有串字及其他遊戲加插。 |
| 50515-2502 | | 7-28/2/2025 | | | | \$360 | | 4 | 6 | |
| 50515-2503 | | 7-28/3/2025 | | | | \$360 | | 4 | 6 | |
| 50515-2504 | | 11-25/4/2025 (4/4, 18/4假期暫停) | | | | \$180 | | 2 | 6 | |
| 50610-2501 | Ms Komal 英語幼兒 課程C班 | 4-25/1/2025 | 六 | 11:30- 12:30nn | 閱覽室 | \$360 | 3-5歲 | 4 | 6 | |
| 50610-2502 | | 1-22/2/2025 | | | | \$360 | | 4 | 6 | |
| 50610-2503 | | 1-29/3/2025 | | | | \$450 | | 5 | 6 | |
| 50610-2504 | | 5-24/4/2025 (19/4假期暫停) | | | | \$360 | | 4 | 6 | |

數學課程

數學課程以2個月為一期，會員可於開課前一個月一號起報讀下一期速算班；珠心算班舊生可優先於可於開課前一個月一號起報讀下一期珠心算班，新生可於開課前一個月22號起報讀下一期珠心算班。

| 編號 | 興趣課程名稱 | 日期 | 星期 | 時間 | 地點 | 費用 (幼兒非會員 +\$30) | 對象 | 堂數 | 名額 | 內容 | |
|------------|---------|-----------------------------|----|-------------|-------|------------------------|-------|----|----|--|---|
| 50602-2501 | 幼兒手指速算班 | 4/1-22/2/2025 | 六 | 2:00-3:00pm | 諾中室 | \$800 | 3-5歲 | 8 | 6 | 課程為珠心算基礎，教授幼兒利用一雙靈巧的小手，演繹神奇的速算技巧，享受無窮的計算樂趣。從小培養幼兒學習數學的信心和能力，並有效地鍛煉幼兒手腦協調性。 | |
| 50602-2503 | | 1/3-26/4/2025 (19/4假期暫停) | | | | 8 | | 6 | | | |
| 5346-2501 | 珠心算A班 | 4/1-22/2/2025 | 六 | 3:00-4:00pm | | \$800 | 5-12歲 | 8 | 8 | 透過耳聽、眼看、手撥、腦算的訓練，讓學童能夠在短時間內掌握一種快速的計算方法，培養學童靈敏的思维能力，增強學童的記憶力及集中力。 | |
| 5346-2503 | | 1/3-26/4/2025 (19/4假期暫停) | | | | 8 | | 8 | | | |
| 5261-2501 | 珠心算B班 | 4/1-22/2/2025 | 六 | 4:00-5:00pm | \$800 | 5-12歲 | | 8 | 8 | | 註： (1) 各班程度不一，新生報名前必須先向職員查詢 (2) 新生首期報名需另付\$50材料費（包括練習及算盤） |
| 5261-2503 | | 1/3-26/4/2025 (19/4假期暫停) | | | 8 | | | 8 | | | |

美術班

美術課程為月班，會員可於每個月一號起報讀下一個月綜合畫班。

| 編號 | 興趣課程名稱 | 日期 | 星期 | 時間 | 地點 | 費用 (幼兒非會員 +\$30) | 對象 | 堂數 | 名額 | 內容 | |
|-----------|-----------------|---------------------------|----|-----------------|-----|------------------------|-------|----|----|--|---|
| 5077-2501 | 幼兒 綜合畫A班 | 4-25/1/2025 | 六 | 10:00-11:00am | 諾愛室 | \$340 | 3-6歲 | 4 | 10 | <p>幸福快樂的孩子從畫畫開始！這歲數的孩子是塗鴉時期，畫出來的東西，看似甚麼也不像，但如果你問他畫了甚麼在畫裡？你會有意想不到答案！也可增進親子關係！</p> | |
| 5077-2502 | | 1-22/2/2025 | | | | \$340 | | 4 | 10 | | |
| 5077-2503 | | 1-29/3/2025 | | | | \$425 | | 5 | 10 | | |
| 5077-2504 | | 5-26/4/2025 (19/4假期暫停) | | | | \$255 | | 3 | 10 | | |
| 5032-2501 | 幼兒 綜合畫B班 | 4-25/1/2025 | 六 | 11:00am-12:00pm | 諾愛室 | \$340 | 3-6歲 | 4 | 10 | | |
| 5032-2502 | | 1-22/2/2025 | | | | \$340 | | 4 | 10 | | |
| 5032-2503 | | 1-29/3/2025 | | | | \$425 | | 5 | 10 | | |
| 5032-2504 | | 5-26/4/2025 (19/4假期暫停) | | | | \$340 | | 4 | 10 | | |
| 5033-2501 | 兒童及青少年 綜合畫A班 | 4-25/1/2025 | 六 | 12:00pm-1:00pm | 諾愛室 | \$340 | 7-15歲 | 4 | 8 | | <p>引導學員以木顏色筆從實相中觀察，透過基礎、顏色、點線面與技巧並重，讓學員加強想像空間和創作能力。</p> |
| 5033-2502 | | 1-22/2/2025 | | | | \$340 | | 4 | 8 | | |
| 5033-2503 | | 1-29/3/2025 | | | | \$425 | | 5 | 8 | | |
| 5033-2504 | | 5-26/4/2025 (19/4假期暫停) | | | | \$340 | | 4 | 8 | | |

| 編號 | 興趣課程名稱 | 日期 | 星期 | 時間 | 地點 | 費用 (幼兒非會員 +\$30) | 對象 | 堂數 | 名額 | 內容 |
|-----------|-----------------|---------------------------|----|---------------|-----|------------------------|-------|----|----|--|
| 5201-2501 | 幼兒 綜合畫C班 | 4-25/1/2025 | 六 | 2:00pm-3:00pm | 諾愛室 | \$340 | 3-6歲 | 4 | 10 | <p>幸福快樂的孩子從畫畫開始！這歲數的孩子是塗鴉時期，畫出來的東西，看似甚麼也不像，但如果你問他畫了甚麼在畫裡？你會有意想不到答案！也可增進親子關係！</p> |
| 5201-2502 | | 1-22/2/2025 | | | | \$340 | | 4 | 10 | |
| 5201-2503 | | 1-29/3/2025 | | | | \$425 | | 5 | 10 | |
| 5201-2504 | | 5-26/4/2025 (19/4假期暫停) | | | | \$340 | | 4 | 10 | |
| 5336-2501 | 幼兒 綜合畫D班 | 4-25/1/2025 | 六 | 3:00pm-4:00pm | 諾愛室 | \$340 | 3-6歲 | 4 | 10 | <p>幸福快樂的孩子從畫畫開始！這歲數的孩子是塗鴉時期，畫出來的東西，看似甚麼也不像，但如果你問他畫了甚麼在畫裡？你會有意想不到答案！也可增進親子關係！</p> |
| 5336-2502 | | 1-22/2/2025 | | | | \$340 | | 4 | 10 | |
| 5336-2503 | | 1-29/3/2025 | | | | \$425 | | 5 | 10 | |
| 5336-2504 | | 5-26/4/2025 (19/4假期暫停) | | | | \$340 | | 4 | 10 | |
| 5337-2501 | 兒童及青少年 綜合畫B班 | 4-25/1/2025 | 六 | 4:00pm-5:00pm | 諾愛室 | \$340 | 7-15歲 | 4 | 8 | <p>繪畫可引導孩子從實相中觀察，透過基礎、顏色及點線面，啟發孩子的想像空間，家長亦可從他們的畫中得知孩子的內心世界！</p> |
| 5337-2502 | | 1-22/2/2025 | | | | \$340 | | 4 | 8 | |
| 5337-2503 | | 1-29/3/2025 | | | | \$425 | | 5 | 8 | |
| 5337-2504 | | 5-26/4/2025 (19/4假期暫停) | | | | \$340 | | 4 | 8 | |
| 5507-2501 | 兒童及青少年 綜合畫C班 | 4-25/1/2025 | 六 | 5:00pm-6:00pm | 諾愛室 | \$340 | 7-15歲 | 4 | 8 | |
| 5507-2502 | | 1-22/2/2025 | | | | \$340 | | 4 | 8 | |
| 5507-2503 | | 1-29/3/2025 | | | | \$425 | | 5 | 8 | |
| 5507-2504 | | 5-26/4/2025 (19/4假期暫停) | | | | \$340 | | 4 | 8 | |

舞蹈班

Hip Hop及K-pop班以2個月為一期，會員可於開課前一個月一號起報讀下一期Hip Hop及K-pop班；
 芭蕾舞班舊生可優先於可於開課前一個月一號起報讀下一期芭蕾舞班，新生可於開課前一個月22號起報讀下一期芭蕾舞班。

| 編號 | 興趣課程名稱 | 日期 | 星期 | 時間 | 地點 | 費用 (幼兒非會員 +\$30) | 對象 | 堂數 | 名額 | 內容 |
|------------|------------|---------------------------|----|---------------|-----|------------------------|-------|----|----|--|
| 50604-2501 | 芭蕾舞上午班 | 4-25/1/2025 | | | | \$440 | | 4 | 8 | [合辦公司] 縵雅芭蕾舞學校，校風純樸，學生有禮，一直致力於培育芭蕾舞優良，小班教學，師資優異，演出及比賽屢次獲獎，均獲好評。 保送合資格學生參加英國皇家舞蹈學院(RAD)芭蕾舞公開考試 |
| 50604-2502 | | 1-22/2/2025 | 六 | 10:00-10:45am | 諾健室 | \$440 | 3歲或以上 | 4 | 8 | |
| 50604-2503 | | 1-29/3/2025 | | | | \$550 | | 5 | 8 | |
| 50604-2504 | | 5-26/4/2025 (19/4假期暫停) | | | | \$440 | | 4 | 8 | |
| 50216-2501 | 幼兒 芭蕾舞班 | 4-25/1/2025 | | | | \$440 | | 4 | 9 | [合辦公司] 香港芭蕾舞藝術學院課程會以英國皇家舞蹈學院(R.A.D.)課程為藍本，以活動形式學習基本的舞蹈動作如跳躍、轉動、扭動、伸展等。從而鍛鍊他們的毅力及自信心，並培養他們對舞蹈藝術的興趣。符合資格的學員可保送參加在港舉行的國際認證英國皇家芭蕾舞考試。 |
| 50216-2502 | | 1-22/2/2025 | 六 | 4:15-5:00pm | 諾健室 | \$440 | 3-4歲 | 4 | 9 | |
| 50216-2503 | | 1-29/3/2025 | | | | \$550 | | 5 | 9 | |
| 50216-2504 | | 5-26/4/2025 (19/4假期暫停) | | | | \$440 | | 4 | 9 | |

歡迎新生插班！

| 編號 | 興趣課程名稱 | 日期 | 星期 | 時間 | 地點 | 費用 (幼兒非會員 +\$30) | 對象 | 堂數 | 名額 | 內容 |
|------------|-------------|-----------------------------|----|---------------|-----|------------------------|-------|----|----|---|
| 50217-2501 | 兒童 芭蕾舞班 | 4-25/1/2025 | | | 諾健室 | \$580 | | 4 | 9 | [合辦公司] 香港芭蕾舞學院 以英國皇家舞蹈學院(R.A.D.) 課程為藍本，以正統的芭蕾舞 舞訓練，教授基本舞步，動 作深入淺出，提高身體協調 能力及學習優雅的姿勢。考試 合格的同學將會獲得國際認 可舞蹈證書及獎章。 |
| 50217-2502 | | 1-22/2/2025 | | | | \$580 | 5-6歲 | 4 | 9 | |
| 50217-2503 | | 1-29/3/2025 | 六 | 5:00-6:00pm | | \$725 | | 5 | 9 | |
| 50217-2504 | | 5-26/4/2025 (19/4假期暫停) | | | | \$580 | | 4 | 9 | |
| 5860-2501 | 幼兒Hip Hop A | 6/1-24/2/2025 | | | | \$800 | | 8 | 9 | 藉由舞蹈基本律動的協 練習，加強訓練肢體的協 調性，並配合流行音樂編 排舞蹈，提高學習興趣。 初學階段著重基礎訓練， 包含肌肉、靈敏度、舞感 等...，進而展現肢體的柔 韌性、協調性與流暢性， 亦同時培養流行藝術美感 和知識，激發思維啟發身 體多元化的律動學習。 |
| 5860-2503 | | 3/3-28/4/2025 (21/4假期暫停) | - | 5:00-6:00pm | | \$800 | 3-6歲 | 8 | 9 | |
| 5828-2501 | 幼兒Hip Hop B | 6/1-24/2/2025 | | | | \$800 | | 8 | 9 | |
| 5828-2503 | | 3/3-28/4/2025 (21/4假期暫停) | - | 6:00-7:00pm | | \$800 | 3-6歲 | 8 | 9 | |
| 50517-2502 | 幼兒K-Pop | 4/1-22/2/2025 | | | 諾健室 | \$800 | | 8 | 8 | 課程中導師會融合現代、 爵士舞並透過韓式K-Pop 音樂而組成多姿多彩的韓 風舞蹈表演，但同時亦獨 具特色，別樹一格。透過 本課程學童除可認識音樂 及掌握節奏感，亦可提升 基礎舞蹈技巧、協調性及 柔韌度等並將舞蹈化為藝 術表現。 |
| 50517-2504 | | 1/3-26/4/2025 (19/4假期暫停) | 六 | 11:00-12:00nn | | \$800 | 3-6歲 | 8 | 8 | |
| 50518-2502 | 兒童K-Pop | 4/1-22/2/2025 | | | | \$800 | | 8 | 8 | |
| 50518-2504 | | 1/3-26/4/2025 (19/4假期暫停) | 六 | 12:00-1:00pm | | \$800 | 7-12歲 | 8 | 8 | |

跆拳道班

跆拳道班舊生可優先於可於開課每個月一號起報讀下一個月跆拳道班，新生可於開課前一個月22號起報讀下一個月跆拳道班。

| 編號 | 興趣課程名稱 | 日期 | 星期 | 時間 | 地點 | 費用 (優惠價*) | 對象 | 堂數 | 名額 | 內容 |
|------------|------------|---------------------------------|----|----------------|-----|----------------|-------------------|----|----|---|
| 5013-2501 | 兒童跆拳道班 | 3-24/1/2025 | 五 | 7:00pm-8:30pm | | \$360 (\$340*) | 5-11歲 | 4 | 15 | 跆拳道是韓國的國技。其起源於古時代民間的自衛術、與「跆拳道」的「眼」的使用有很大的關係。 跆拳道訓練有助強身健體、防身自衛、鍛鍊意志、建立自信，課程會教授拳法、對拆、踢腳及自衛術等，而且亦著重考帶的練習。 學員經導師批准後，可參加香港跆拳道協會認可之升級試。 |
| 5013-2502 | | 7-28/2/2025 | | | | \$360 (\$340*) | | 4 | 15 | |
| 5013-2503 | | 7-28/3/2025 | | | | \$360 (\$340*) | | 4 | 15 | |
| 5013-2504 | | 11-25/4/2025 (4/4, 18/4假期暫停) | | | | \$180 (\$160*) | | 2 | 15 | |
| 5014-2501 | 兒童及青少年跆拳道班 | 3-24/1/2025 | 五 | 8:30pm-10:00pm | 諾中室 | \$360 (\$340*) | 12-18歲或已考有綠帶以上之學員 | 4 | 15 | 跆拳道訓練有助強身健體、防身自衛、鍛鍊意志、建立自信，課程會教授拳法、對拆、踢腳及自衛術等，而且亦著重考帶的練習。 學員經導師批准後，可參加香港跆拳道協會認可之升級試。 |
| 5014-2502 | | 7-28/2/2025 | | | | \$360 (\$340*) | | 4 | 15 | |
| 5014-2503 | | 7-28/3/2025 | | | | \$360 (\$340*) | | 4 | 15 | |
| 5014-2504 | | 11-25/4/2025 (4/4, 18/4假期暫停) | | | | \$180 (\$160*) | | 2 | 15 | |
| 50605-2501 | 跆拳道C班 | 4-25/1/2025 | 六 | 10:00-11:30am | 諾中室 | \$360 (\$340*) | 5-11歲 | 4 | 15 | ** 學員需自備水、毛巾及穿著運動服裝。 ** 須赤腳上堂。 (需由導師代購正道館道袍) |
| 50605-2502 | | 1-22/2/2025 | | | | \$270 (\$250*) | | 4 | 15 | |
| 50605-2503 | | 1-29/3/2025 | | | | \$450 (\$430*) | | 5 | 15 | |
| 50605-2504 | | 5-26/4/2025 (19/4假期暫停) | | | | \$360 (\$340*) | | 4 | 15 | |

(優惠價: 會員於每月一號前報名下月兒童跆拳道班或青少年跆拳道班, 可享月費\$20優惠《如: 4堂原價收費\$360, 優惠收費則\$340》)

劍擊課程為月班，會員可於每個月一號起報讀下一個月劍擊班。

| 編號 | 興趣課程名稱 | 日期 | 星期 | 時間 | 地點 | 費用 (幼兒非會員 +\$30) | 對象 | 堂數 | 名額 | 內容 |
|------------|--------|---------------------------|----|-------------|-----|------------------------|-------|----|----|---|
| 50289-2501 | 兒童劍擊班 | 8-22/1/2025 | 三 | 7:30-8:30pm | 諾健室 | \$600 | 7-12歲 | 3 | 6 | 劍擊是一項講求手眼協調的運動，須動用全身肌肉，屬強身健體，鍛鍊意志的運動，而當中的戰術，千變萬化，極具觀賞性。 |
| 50289-2502 | | 5-26/2/2025 | | | | \$800 | | 4 | 6 | |
| 50289-2503 | | 5-26/3/2025 | | | | \$800 | | 4 | 6 | |
| 50289-2504 | | 2-30/4/2025 | | | | \$1,000 | | 5 | 6 | |
| 50607-2501 | 兒童劍擊B班 | 4-25/1/2025 | 六 | 3:00-4:00pm | 諾心室 | \$800 | 7-12歲 | 4 | 6 | 費用已包括教練費和每人一套器材，每位報班同學必須自備面罩，或向教練購買面罩(\$300) |
| 50607-2502 | | 1-22/2/2025 | | | | \$800 | | 4 | 6 | |
| 50607-2503 | | 1-29/3/2025 | | | | \$1,000 | | 5 | 6 | |
| 50607-2504 | | 5-26/4/2025 (19/4假期暫停) | | | | \$800 | | 4 | 6 | |
| 50608-2501 | 幼兒劍擊班 | 4-25/1/2025 | 六 | 4:00-5:00pm | 諾心室 | \$800 | 3-6歲 | 4 | 6 | 劍擊是一項講求手眼協調的運動，須動用全身肌肉，屬強身健體，鍛鍊意志的運動，而當中的戰術，千變萬化，極具觀賞性。 |
| 50608-2502 | | 1-22/2/2025 | | | | \$800 | | 4 | 6 | |
| 50608-2503 | | 1-29/3/2025 | | | | \$1,000 | | 5 | 6 | |
| 50608-2504 | | 5-26/4/2025 (19/4假期暫停) | | | | \$800 | | 4 | 6 | |

乒乓球班

乒乓球課程為月班，會員可於每個月一號起報讀下一個月乒乓球班。

| 編號 | 興趣課程名稱 | 日期 | 星期 | 時間 | 地點 | 費用 (幼兒非會員 +\$30) | 對象 | 堂數 | 名額 | 內容 |
|------------|--------|---------------------------|----|-------------|-----|------------------------|-------|----|----|--|
| 50512-2501 | 兒童乒乓球班 | 7-21/1/2025 (28/1除夕暫停) | | | | \$270 | | 3 | 4 | 乒乓球運動能鍛練全身的肌肉活動及肌肉力量，同時也能訓練耐力、改善體形，訓練關節的協調及敏捷度，是一項老少咸宜的運動。 |
| 50512-2502 | | 5-26/2/2025 | 二 | 7:00-8:00pm | 諾心室 | \$360 | 7-12歲 | 4 | 4 | |
| 50512-2503 | | 5-26/3/2025 | | | | \$360 | | 4 | 4 | |
| 50512-2504 | | 2-30/4/2025 | | | | \$450 | | 5 | 4 | |

花式跳繩班

花式跳繩課程為月班，會員可於每個月一號起報讀下一個月花式跳繩班。

| 編號 | 興趣課程名稱 | 日期 | 星期 | 時間 | 地點 | 費用 (幼兒非會員 +\$30) | 對象 | 堂數 | 名額 | 內容 |
|------------|---------|---------------------------------|----|-------------|-----|------------------------|-------|----|----|--|
| 50606-2501 | 兒童花式跳繩班 | 3-24/1/2025 | | | | \$440 | | 4 | 8 | 課程使學員有效鍛鍊身體，加強心肺功能，燃燒身體多餘脂肪。導師亦會教授單人、小組花式、團體花式提高學員身體協調、合作性，改善溝通技巧等。由淺入深教授，提升學員協調能力、心肺功能，加強肌肉耐力等。 |
| 50606-2502 | | 7-28/2/2025 | 五 | 7:00-8:00pm | 諾健室 | \$440 | 7-12歲 | 4 | 8 | |
| 50606-2503 | | 7-28/3/2025 | | | | \$440 | | 4 | 8 | |
| 50606-2504 | | 11-25/4/2025 (4/4, 18/4假期暫停) | | | | \$220 | | 2 | 8 | |

樂器班

樂器課程為月班，會員可於每個月一號起報讀下一個月古箏班。

| 編號 | 興趣課程名稱 | 日期 | 星期 | 時間 | 地點 | 費用 | 對象 | 堂數 | 名額 | 內容 |
|------------|-------------|---------------------------|----|------------------------------|-------------|-------|--------|----|----|---|
| 50424-2501 | 兒童古箏班 | 4-25/1/2025 | 六 | 10:00-11:15am (1小時15分鐘) | 諾 心 室 | \$600 | 7-12歲 | 4 | 6 | 教授基本樂理知識及古箏指法，如：托、抹、勾、大撮、小撮、按音、滑音等。 透過對音樂的理解，提高學對音樂的表達力和音色的控制力從而提升學習效率。 註：導師會提供課堂所需的古箏，學生需向導師購買古箏義甲(\$30)、膠布(\$20)及初階書本(\$60) |
| 50424-2502 | | 1-22/2/2025 | | | | \$600 | | 4 | 6 | |
| 50424-2503 | | 1-29/3/2025 | | | | \$750 | | 5 | 6 | |
| 50424-2504 | 青少年古箏班 | 5-26/4/2025 (19/4假期暫停) | 六 | 11:15am-12:30pm (1小時15分鐘) | 諾 心 室 | \$600 | 12-18歲 | 4 | 6 | |
| 50425-2501 | | 4-25/1/2025 | | | | \$600 | | 4 | 6 | |
| 50425-2502 | | 1-22/2/2025 | | | | \$600 | | 4 | 6 | |
| 50425-2503 | 1-29/3/2025 | \$750 | 5 | 6 | | | | | | |
| 50425-2504 | | 5-26/4/2025 (19/4假期暫停) | | | | \$600 | | 4 | 6 | |

請學員於第一堂課出示收據，導師或工作員會檢查學員收據，若未繳付學費，須即時繳費方可上課堂。

學員不能私自調堂，如有特別需要，請向明愛職員聯絡。除因惡劣天氣或中心因素影響，如學員自身需要請假，恕不設補堂或退款，一對一鋼琴班除外。

* 報讀任何興趣班請出示有效會員証，如非會員欲報讀以上課程，每班費用需+\$30 (僅限未滿6歲幼兒)。

* 公眾假期興趣班將會暫停上課。

社交及技能發展課程

鋼琴班

教學形式：一對一

地點：本中心諾韻室

對象：5歲或以上

報名程序：

- 有興趣者請先與中心職員聯絡，以便安排上課時間。
- 如舊生未能於下一個月一號前繳費，則當作退出，剩餘名額將會從輪候名單的輪候者補上。
- 學生必須先繳交費用作實，方可到琴房上堂。

補堂安排：

- 每位學員每個月能夠補堂一次，補堂時限為一個月內：
 - ◆ 如學員需要請事假，必須最少一星期前通知中心職員。
 - ◆ 如學員請病假，需要出示有效醫生證明文件，方可補堂。
 - ◆ 如學員無故缺課，該堂恕不補回。
 - ◆ 補堂時間需經由中心詢問處安排，待職員與老師確定時間後，會回覆參加者確實的時間。
 - ◆ 學員必須準時上課，若因任何原因遲到，將不作任何補時

備註：

1. 本中心可代報英國皇家音樂試（適用於三級或以上學員）。
2. 每位學生可在一個月內享有兩次半小時免費練琴服務。如需借用，可於一個工作天前親臨中心詢問處登記預約。
3. 若學員退出鋼琴班，必須於下一期課程開始兩星期前通知中心職員，否則當作繼續報讀。

| 級別 | 費用 | 上課時間 |
|----|---------|--------|
| 初級 | \$150／堂 | 每堂45分鐘 |
| 一級 | \$175／堂 | |
| 二級 | \$185／堂 | |
| 三級 | \$215／堂 | |
| 四級 | \$235／堂 | |
| 五級 | \$295／堂 | 每堂60分鐘 |
| 六級 | \$315／堂 | |
| 七級 | \$355／堂 | |
| 八級 | \$375／堂 | |

「琴房」租用服務：

任何人士持個人有效「明愛中心會員証」到中心詢問處，可辦理租借本中心琴房「諾韻室」之手續。鋼琴班學生，租借費用為\$15半小時或\$25一小時。而非鋼琴班學生，租借費用為\$20半小時或\$40一小時。租借必須於一個工作天前提出申請。租用時段所有在「諾韻室」的人士，必須為明愛中心有效會員，中心職員會到場核實其身份，故請帶備個人「明愛中心會員証」。房間內的設施如有任何損毀，借用人必須照價賠償。琴房只供個人練習，不得租用琴房進行私人教授。中心有保留借出「諾韻室」之權利。

- * 報讀任何興趣班請出示有效會員証。
- * 公眾假期興趣班將會暫停上課。



LevelMind@JC 賽馬會平行心間計劃

放空 • 充電 • 重新發現
Relax Recharge Rediscover

賽馬會平行心間—— 明愛賽馬會 梨木樹青少年綜合服務



「賽馬會平行心間計劃」得到香港賽馬會慈善信托基金支持及捐助，是一個專為12至24歲青年人而開拓的放空及充電空間。透過不同舒展身心靈健康的活動，提高對自身的覺察，認識自己的內在力量，陪伴青年一起面對成長中的高山低谷，重新發現活得輕鬆自在的秘訣。

我哋賽馬會平行心間——明愛（荃灣）提供一個自在舒適嘅空間俾年青人：

放空：提供一個清空腦袋、轉換心情的舒適放空空間，享受當下環境、聲音、味道。

充電：提供多元化舒展身心靈的活動，讓身心放鬆，好好充電。

重新發現：透過小組及個別面談輔導，認識自己內在力量，重新發現個人強項，要自己及社區連結，享受輕鬆自在的秘訣。



我哋嘅開放時間係：

逢星期四、五

3:00pm-5:30pm及7:00pm-10:00pm

星期六

10:00am-1:00pm及2:00pm-5:30pm

如有任何查詢，歡迎聯絡我哋。

電話：2425 9348

Whatsapp/Signal: 9105 2191

（星期一至三有需要都可以搵到我地嫁~）

職員架構

明愛青少年及
社區服務總主任



陳偉良

高級督導主任



李緹瑩
(Cherry)

個案督導



范麗媚
(Queenie)

督導主任



杜衍亨
(Chris)

駐校社工
(石籬天主教中學)



曾裕彤
(Teresa)



郭曼婷
(Mandy)

駐校社工
(明愛聖若瑟中學)



黃嘉儀
(嘉儀)



溫紫琳
(Agnes)

社會工作助理



羅紀麟
(Paul)



張偉明
(Waymond)



李穎雯
(雯雯)



周玉珊
(阿珊)



簡家俊
(阿簡)



關巧彤
(Hester)



方凱倫
(Helen)

活動工作員



鄭翠妍
(Candy)



郭釗兒
(Rinky)



Komal



雷勝和
(Ricky)

文員



林本雄
(阿雄)



張燕喬
(Jori)

服務員



胥淑芬
(芬姐)

福利工作員



董智聰
(魚旦)



鍾建浩
(EC)



袁海澄
(Ally)

明愛青少年及社區服務

明愛賽馬會梨木樹青少年綜合服務

服務意見／申訴表

收件日期：_____ 檔案編號：_____

如閣下對本單位之服務有任何意見/投訴，歡迎填寫以下表格投入意見箱、傳真至2420 5239、電郵至ycslmsit@caritassws.org.hk、或寄回本單位。所有意見／投訴將於收到後兩個工作天內轉介予處理投訴主任跟進，投訴主任將於七個工作天內回覆。在此多謝閣下對本會所提供寶貴的意見！

意見／投訴：

個人資料：

姓名：_____ 日期_____

聯絡方法：_____

1. 若需回覆，請留下聯絡資料。
2. 匿名的投訴恕不受理，其他意見將在服務單位的職員會議內作出討論及跟進。
3. 你的個人資料只用於處理意見回覆，不作其他用途。
4. 此表格可以由服務使用者填寫或服務單位職員代為填寫，並適用於以電話提供意見者。

檢討及更新日期：2024年8月1日



明愛賽馬會 梨木樹青少年綜合服務

Caritas Jockey Club Integrated Service For
Young People-Lei Muk Shue



前往本中心之交通途徑：

巴士

梨木樹邨巴士總站之巴士

36 荃灣

36A 深水埗東京街

36M 葵芳港鐵站

36B 佐敦（西九龍站）

途經梨木樹邨和宜合道之巴士

32、40X、46X、47X、48X、73X、278X

小巴

梨木樹邨梨樹路之紅色小巴

- 荃灣川龍街

- 旺角朗豪坊

- 佐敦上海街（傍晚時分）

梨木樹邨巴士總站之專線小巴

312 青衣城、94 石圍角、94A 葵盛

途經和宜合道之專線小巴

403、403A、406

地址：荃灣梨木樹邨健樹樓地下B及C翼

Address: Wing B&C, G/F, Kin Shue House, Lei Muk Shue Estate, Tsuen Wan, N.T.

電話Tel: 2425 9348

傳真Fax: 2420 5239

電郵Email: ycslmsit@caritassws.org.hk

網址Website: <http://lmsit.caritas.org.hk>

Facebook: <http://www.facebook.com/ycslmsit>

督印人：李緹瑩

數量：1500本

非賣品