



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

活動 2026/1-4 通訊 通訊



社會福利署資助服務

Subsidised Service by the Social Welfare Department

中心主任的話	P.3
本機構服務簡介	P.4
惡劣天氣下之中心服務安排	P.5
申請及退出服務	P.6-7
課程/活動優惠制度	P.8-9
會員福利	P.10
服務意見申訴表	P.11
兒童及家庭活動	P.12-14
社區活動	P.15
課餘託管計劃	P.16-17
少數族裔服務 Ethnic Minority Service	P.18-19
特殊教育需要服務	P.20
青少年活動	P.21-25
青年服務 – 藍天計劃	P.26
平行心間	P.27
小學恆常功課輔導班	P.28
社交及技能發展恆常課程	P.29-38
職員架構	P.39

中心主任的話

「有價值的事不一定要做得好。」這是我最近上課時老師說的話，這句說話深深地憾動了我的心，我做每件事，總是希望能夠做得好，我相信無論大朋友、小朋友、年輕人都一樣，沒有人想做得差。老師繼續說：「就如我們從嬰兒開始學爬學行，即使跌倒了，父母也會說『做得好呀，再來一次！』，跌倒了沒有關係，再做就行了」對，然而，不知道甚麼時候開始，我們會要求自己做事之餘更要做得好。這個想法有時候不只是對我們自己，也會對身邊的人產生，「為甚麼你不能小心一點？為甚麼不可以做好一點？」久而久之，每做一件事也會擔憂自己會做得不好，變得容易緊張、焦慮；做得不好，就會怪責自己；或者當認為自己會做得不好，就開始不想去做了。

老師的這句話重新提醒了我，有價值的事即使最後未能做到期望的結果，也是有價值的，是值得去做的，我們應該要欣賞願意去做的自己，也要學習接受未如理想的結果，無論對自己或他人也一樣。

有價值的事一定要做得好嗎？有價值的事不一定要做得好，但願我們繼續去做有價值的事！

明愛賽馬會梨木樹青少年綜合服務 督導主任 杜衍亭

關於服務

關於香港明愛,詳情請參閱



中心服務及設施簡介,詳情請參閱



服務質素標準,詳情請參閱






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

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 T1	✓	✓
3號風球 L3	✓	✗
8號風球或以上 8	✗	✗
雨天或黃色暴雨警告 	✓ / ♥	✓ / ♥
紅色暴雨警告 	✓ / ♥	✗
黑色暴雨警告 	✗	✗

✓ 如常進行 ✗ 取消 ♥ 參加者自行決定是否出席

若天文台在活動或課程（室內及戶外）舉行前三小時除下八號風球或紅色、黑色暴雨警告訊號，活動將如常進行。若少於三小時，活動則會取消。


備註：如活動或課程有特別安排，中心職員會以電話或訊息個別通知。

特別注意：

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. 如活動或課程有特別安排，中心職員會以電話個別通知。
5. 一切應變措施均以本單位最後決定為準。
6. 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。

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	6歲至14歲	29元
青年/成人會員	15歲至24歲	29元
家庭會員	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) 成員人數不限，但其中一人須為6至24歲	58元
會籍有效期	一年(由申請日起計至往後一年) 若於有效期前仍未辦理續會手續，會籍會被自動取消。	
*綜援人士/綜援家庭及領取在職家庭津貼人士可豁免年費 (上述人士需攜帶有效之綜援證明/在職家庭津貼證明文件)		

備註：

- 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。
- 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；
 - 6歲以下非家庭會員的幼兒可成為明愛荃灣社區中心會員，參與相關的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
- 4) 借用Board game

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天或之前提出申請，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。

綜合社會保障援助人士

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。
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

在職家庭津貼人士

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。工作人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。

房間借用服務

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	Band房	諾健室	諾韻室
設備提供	Band房內樂器及設備	諾健室設備	諾韻室設備
可借用時間	星期一至五：下午二時至晚上九時半； 星期六：早上十時至下午十二時半；下午二時至五時半		
房間人數上限	6人	10人	1人
按金	\$100	不用按金	不用按金 但須於1個工作天前提出申請
收費	每小時\$30，每位會員每天最長可借用2小時		鋼琴班學生： \$15半小時或\$25一小時 非鋼琴班學生： \$20半小時或\$40一小時
備註	<ul style="list-style-type: none"> - 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。 		

房間借用服務

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2時至晚上9時半 星期六 早上10時至下午5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。

收件日期：_____ (只供職員填寫) 檔案編號：_____ (只供職員填寫)

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

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 24205239、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：

聯絡方法：

日期：

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

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。

活動目的：

童軍運動是連續性的訓練計劃

- 1) 促進身心及精神之陶冶與啟發
- 2) 進度性訓練及歡愉活動
- 3) 體驗互相合作的精神
- 4) 獨立成長
- 5) 提高自理及解難能力

活動內容：

- 1) 步操訓練
- 2) 繩結
- 3) 山野技能
- 4) 義工服務
- 5) 急救、露營等

對象：7歲至11歲兒童

集會時間：下午2:00-4:00 (逢星期六,每月大概集會2-3次)

集會地點：本中心

費用：每季 \$105 (一季)

團長及領袖：郭翔先生,黃銘成先生,吳艷鋆小姐,董智聰先生

一至四月戶外活動

一月	聯旅新春團拜
二月	露營
三月	元宵嘉年華義工
	新界地域營燈會
四月	北葵涌區會嘉年華

*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

負責社工：Helen姑娘

查詢電話：2425 9348 / Whatsapp 5422 3052



家長也運動 - 泰拳

活動編號：10881-2601

無論你係生活壓太大？長期照顧家庭同朋友？情緒就黎爆，想搵D地方宣洩下，定係純粹想做運動都可以黎JOIN，郁下，傾下打反場泰拳！！

日期：23/1、30/1、6/2/2026（五）

時間：10:30AM - 11:30AM

地點：本中心

對象：6-24歲會員之家長

名額：5人

收費：\$145

負責社工：HELEN姑娘

家長繪畫減壓小組

活動編號：10874-2601

從藝術創作點亮你的生活！提供一個放鬆心情的環境，讓家長在忙碌的生活中找到一片寧靜。

日期：6/1、13/1、20/1、27/1/2026（二）
3/3、10/3、17/3、24/3/2026（二）

時間：10:00AM - 11:00AM

地點：本中心

對象：6-24歲會員之家長

名額：12人

收費：\$160/8堂（已包材料費）

負責社工：珊姑娘

親子農莊BBQ

活動編號：10880-2603

與家人一起放鬆心情，一家人开开心心BBQ，玩下遊戲，一同親親大自然。

日期：22/3/2026（日）

時間：10:45AM - 6:30PM

地點：開心花園農莊

對象：6-12歲會員及其家長（必須親子一同參加）

名額：25人

收費：成人\$190 / 兒童\$130

負責社工：HELEN姑娘

家長瑜伽ME TIME

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。

	一月班	二月班	三月班	四月班
活動編號	10870-2601	10871-2602	10872-2603	10873-2604
日期	8/1、15/1、 22/1、29/1 (星期四)	5/2、12/2 (星期四)	5/3、12/3、 19/3、26/3 (星期四)	9/4、16/4、 23/4、30/4 (星期四)
收費	\$ 240	\$ 120	\$ 240	\$ 240

時間：10:15AM - 11:30AM

地點：本中心

對象：6-14歲會員之家長

名額：8人

負責社工：珊姑娘

【你的聲音，很重要！】

2025年度會員大會

過去一年，中心有邊D精彩片段？未來一年，你又希望有咩新活動呀？我地需要你GE參與！誠邀你出席年度會員大會，一起回顧成果、暢談想法，你GE意見會直接影響中心的未來服務規劃架！

日期：7/2/2026 (六)

時間：8:00PM - 9:00PM

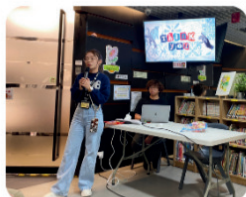
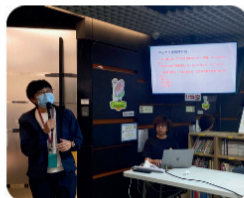
地點：本中心大堂

對象：所有中心會員

收費：免費

★ 精彩內容：

- ✓ 聽取年度工作匯報
- ✓ 了解未來服務大計
- ✓ 即場發表你的意見！



【義工招募】

社區媽媽COOKING CLASS

中心希望招募家長義工，透過媽媽們親手下廚，為本區中學生提供愛心午飯(有住家味道、無味精)。這是每月限定活動，透過媽媽的手藝，連結社區，服務社區。

日期：星期一/星期四 (不定期)

時間：9:00AM - 11:30AM

對象：6-24歲會員之家長

地點：本中心

收費：全免

負責社工：珊姑娘，有興趣之家長請與珊姑娘查詢 (電話：6477 1279)

「我和你·共建梨」建設和諧社區計劃 送暖及關懷獨居長者探訪及盆菜宴

*此活動由香港房屋委員會 贊助

活動編號：41169-2602

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



日期：7/2/2026 (六)

時間：3:30PM - 8:00PM

義工對象：10-24歲青少年及其家人

地點：梨木樹邨及本中心

名額：20 人

收費：全免

負責社工：羅紀麟 (PAUL SIR)

「我和你·共建梨」建設和諧社區計劃 新春元宵嘉年華

*此活動由香港房屋委員會 贊助

活動編號：03041-2402

新春元宵嘉年華不僅提供美食攤位，還設有各種互動遊戲，讓家長和小朋友都能一起享受這個節日的樂趣。當然，嘉年華上少不了精彩的表演，讓大家感受到節日的熱鬧氛圍。歡迎大家踴躍參加，共聚一刻，共同體驗元宵佳節的喜悅與歡樂！

日期：7/3/2026 (六)

時間：7:00PM - 9:00PM

對象：梨木樹邨街坊

地點：梨木樹邨龍珠廣場

負責社工：簡家俊社工(阿簡), 黎芷均社工 (JACLYN)

課餘託管計劃

服務宗旨：

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

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、家長指導及節日活動

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

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1400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，待社工約見面試。

備註：

- 本中心保留一切收生及編班的權利。
- 處理手續需時，如有需要請儘早遞交申請表。
- 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。

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



申請備忘錄 - 收費減免計劃

小學學生(包括已被確診或懷疑有特殊教育需要者)、香港居民、其父母有工作或其他原因及來自以下不利環境：

- (1) 受惠於「學生資助處資助計劃」(「學校書簿津貼計劃」 / 「學生車船津貼計劃」 / 「上網費津貼計劃」)、 「在職家庭津貼計劃」 及/ 或 綜合社會保障援助(綜援)計劃受助人;
- (2) 家庭收入相等於或低於「家庭住戶每月入息中位數」(家庭入息中位數)的100%.

填寫「減費申請表」附件，經詢問處職員轉交給負責社工



負責社工致電約見申請家庭(交表後10個工作天內約見)



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)



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。

申請備忘錄 - 後備學員申請

如欲參加課託，請先填寫「課託學員申請表」

- 待社工約見(交表後10個工作天內約見)
- 如收生已滿，可安排作後備輪候
- 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

**CROSS-CULTURAL LEARNING YOUTH PROGRAMME
FUNDED BY THE HOME AFFAIRS DEPARTMENT, HKSAR GOVERNMENT
(SCHOOL YEAR 2025-2026)**

Period (Month/year)	11/2025 - 5/2026
Time	P1-P6 students : 5:45pm - 7:15pm (Tuesday, Thursday and Friday) S1-S6 students : 6:00pm - 7:00pm (Monday)



CANTONESE CLASS & AFTER SCHOOL TUTORIAL CLASS

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

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

Remarks :

Mentorship programme:

1. 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:

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

Address: 2425 9348

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

EM BADMINTON TOURNAMENT 2026

Promote friendship and active living through sports! Our centre is organising a badminton tournament to provide a fun and engaging platform for our members to interact and build camaraderie.

Date: 10/1/2026 (Sat)

Time: 9:00am - 11:00am

Quota: 16 participants

Venue: Yeung Uk Road Sports Centre

Fee: \$ 10

Target: *Centre members aged 6 to 12

*Priority will be given to tuition class students

EM COOKING CLASS

Let's cook up some fun! Join our exciting cooking series where students will learn to prepare simple, delicious dishes. It's a fantastic opportunity to develop culinary skills, understand different cultures through food, and foster independence in a safe and supervised environment.

Class A: 1:00pm - 2:30pm

Class B: 2:30pm - 4:00pm

Date: 10/1, 7/2, 14/3/2026 (Sat)

Quota: 6 students per class

Venue: Centre Kitchen

Target: Centre members aged 6 to 12

Fee: \$ 20

Enquiry & Registration: For details and to register, please contact Ms. Man at 9710 9040 or Ms. Komal at 2425 9348.



Super Sports Park Fun Day



Swimming Float Making



EM Youth Volunteer Cooking Class



Visiting the Fire Station



Guiding Locals to Visit Minority Ethnic Temples



Art and craft Class

中文讀寫班（一）

活動編號：10867-2603

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。

3月：16/3、23/3

4月：13/4、20/4、27/4

5月：11/5、18/5

6月：15/6、22/6、29/6

(逢星期一)

時間：6:45PM - 7:45PM

對象：小一至小三會員（懷疑或已評估讀寫障礙）

地點：本中心

名額：4-6人

收費：\$ 600 / 10堂（受津助家庭有部分減免）

負責社工：珊姑娘

*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。

中文讀寫班（二）

活動編號：10868-2603

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。

3月：17/3、24/3

4月：14/4、21/4、28/4

5月：12/5、19/5

6月：16/6、23/6、30/6

(逢星期二)



時間：6:30PM - 7:30PM

對象：小四至小五會員（懷疑或已評估讀寫障礙）

地點：本中心

名額：10人

收費：\$ 600 / 10堂（受津助家庭有部分減免）

負責社工：珊姑娘

*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。

中文讀寫綜合班

活動編號：10869-2603

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。

3月：17/3、24/3

4月：14/4、21/4、28/4

5月：12/5、19/5

6月：16/6、23/6、30/6

(逢星期二)

時間：7:30PM - 8:30PM

對象：高小至初中會員（懷疑或已評估讀寫障礙）

地點：本中心

名額：6人

收費：\$ 600 / 10堂（受津助家庭有部分減免）

負責社工：珊姑娘

*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。

全新青年空間嚟喇!!!

各位青年會員，中心歡迎大家嚟CHILL下！只要係12-24歲的中心會員，就可以借用。

記得細閱以下守則，愛惜公物啊！

青少年活動

梨CHILL閣



可預約時間

時段	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
3:00pm - 4:00pm	✓	✓	✓	✓	✓
4:00pm - 5:00pm	✓	✓	✓	✓	✓
5:00pm - 6:00pm	✓	✓	✓	✓	✓
7:00pm - 8:00pm	✓		✓	✓	✓
8:00pm - 9:00pm	✓		✓	✓	✓

借用梨「Chill」閣守則:

1. 每人每星期可借用一小時，若下一時段沒人借用，最多可延長借多一小時。
2. 房間借用時段於一星期前開放預約，請到中心詢問處進行預約。
3. 候補用房安排「執雞」：不限次數，如房間於整點時間10分鐘後沒人使用，即可執雞，不論借用人該星期有沒有借用過房間。
4. 房間最多可容納10人，所有享用設施者必須為有效中心會員。
5. 如需使用飛鏢機，需要懂基本操作，首次使用將有中心職員作講解，而中心需向每位使用者收取飛鏢鏢頭費用，5元3粒。
6. 使用房間內任何設施均需顧及安全，與其他使用者保持安全距離，以免發生意外。
7. 會員須愛惜借用設施，如有損壞設施，有可能被列入黑名單。

貝洛兒初級身心靈健康跳舞組

由專業舞蹈女老師編舞(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！

	編號	日期	收費
第五期	G111	8/1/2026 - 12/2/2026 (共6堂，逢星期四)	\$ 120
第六期	G112	5/3/2026 - 30/4/2026 (共8堂，逢星期四) *2/4及9/4無堂	\$ 160

時間：6:30pm - 8:00pm 對象：13-24歲青少年 (歡迎跳舞初學者)
地點：中心跳舞房 名額：10人

負責社工：李穎雯姑娘(雯雯)，Whatsapp查詢：9710 9040

備註：

- 1) 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。
- 2) 跳舞小組有任何更改日子會再個別通知
- 3) 由於跳舞小組的收費相宜，故鼓勵小組成員參與義工活動，回饋社會

貝洛兒高級跳舞充電組

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！

	編號	日期	收費
第五期	G113	8/1/2026 - 12/2/2026 (共6堂，逢星期四)	\$ 140
第六期	G114	5/3/2026 - 30/4/2026 (共8堂，逢星期四) *2/4及9/4無堂	\$ 180

時間：8:00pm - 9:30pm 對象：13-24歲青少年
地點：中心跳舞房 名額：8人

負責社工：李穎雯姑娘(雯雯)，Whatsapp查詢：9710 9040

備註：

- 1) 跳舞小組有任何更改日子會再個別通知
- 2) 由於跳舞小組的收費相宜，故鼓勵小組成員參與義工活動，回饋社會



布莱恩跳舞放鬆組

由專業舞蹈男老師編舞(choreographer)，訓練參加者對身體的協調能力及對音樂的節奏感，同時重視身體規律的移動與音樂節奏的呈現，由淺入深教授中性舞蹈。男女都跳得！同我地一齊探索Hip Hop的魅力和無限可能性啦！

	編號	日期	收費
第七期	G115	5/1/2026-9/2/2026(共6堂，逢星期一)	\$ 120
第八期	G116	2/3/2026-27/4/2026*(共8堂，逢星期一) *6/4無堂	\$ 160

時間：6:30pm - 8:00pm

對象：13-24歲青少年

地點：中心跳舞房

名額：8人

負責社工：李穎雯姑娘(雯雯)，Whatsapp查詢：9710 9040

備註：

1) 跳舞小組有任何更改日子會再個別通知

2) 由於跳舞小組的收費相宜，故鼓勵小組成員參與義工活動，回饋社會

布莱恩跳舞解悶初學組

覺得悶？一齊來跳舞解悶！由業舞蹈男老師編舞(choreographer)，專為「從未學過舞」的青少年而設！我們會從最基礎的舞步教起，讓你輕鬆建立自信、享受節奏，在音樂中放鬆減壓！

	編號	日期	收費
第四期	G117	5/1/2026-9/2/2026(共6堂，逢星期一)	\$ 120
第五期	G118	2/3/2026-27/4/2026*(共8堂，逢星期一) *6/4無堂	\$ 160

時間：8:00pm - 9:30pm

對象：13-24歲青少年(歡迎跳舞初學者)

地點：中心跳舞房

名額：10人

負責社工：李穎雯姑娘(雯雯)，Whatsapp查詢：9710 9040

跳舞小組備註：

1) 所有跳舞小組有任何更改日子會再個別通知

2) 由於跳舞小組的收費相宜，故鼓勵小組成員參與義工活動，回饋社會

FLASH 女籃

女籃ASSEMBLE!!!誠邀有打開波嘅女孩子，一齊有系統地練下波，打下GAME，快啲嚟JOIN啦!

日期：逢星期五

時間：6:30PM - 8:00PM
地點：梨木樹籃球場/中心

對象：12-18歲女青年
名額：10人
收費：全免



負責社工：HESTER姑娘，WHATSAPP查詢或報名：6922 1362

嚐 - 甜酸苦辣

活動編號：10883-2603

人生遇事百百種，食物味道也是千變萬化。
四種味道可以分別整到啲咩嘢食/甜品呢？我哋一齊嚟一路整、一路分享啦！

日期：3/3、10/3、17/3、24/3/2026 (二)

時間：6:00PM - 8:00PM
地點：中心

對象：14-24歲
名額：6人
收費：\$ 40

負責社工：HESTER姑娘，WHATSAPP查詢或報名：6922 1362

教長者手機義工服務

活動編號：03656-2603

教導長者懂得運用手機及解答長者使用手機的疑難

日期：14/3/2026 (六)

時間：10:00AM - 12:30PM
地點：本中心

對象：15-24歲
名額：8人
收費：全免

負責社工：羅紀麟 (PAUL SIR)



新一年「WAR」梨 GAME 活動編號：10874-2601

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：21/2/2026（六）

集合時間：12:30PM（敬請準時，逾時不候）

集合地點：中心，中心一齊出發前往 WAR GAME場（待定）

解散時間：約5:30PM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：20人

收費：18歲以下 \$ 130 / 18歲或以上 \$ 200

備註：

- 1) 可自備裝備（火力限制1J左右），但收費不變
- 2) 不設午飯時間

負責社工：簡家俊社工（阿簡），電話61877081



男籃上籃

一班人一齊打波同練波就係爽！快啲搵埋朋友一齊嚟練波啦，齊齊技術UP UP UP！

日期：可以一齊夾下

時間：可以一齊夾下

地點：梨木樹籃球場/中心

對象：12-18歲男青年

名額：10人

收費：全免

負責社工：HESTER姑娘，WHATSAPP查詢或報名：6922 1362

情緒和弦結他班

放學後，帶埋朋友一齊黎學結他，新手老手都無限歡迎

日期：逢星期五

時間：7:30PM - 9:00PM

地點：本中心

對象：12-24歲對音樂有興趣的青少年

收費：\$ 100/每月

負責社工：簡家俊社工（阿簡），電話61877081

藍天計劃

青年服務

服務理念：

我們的服務理念是相信青年人是積極及動力的一面，很多時是因為個人與社會間的適應問題，而使青年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。

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

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。

哪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。



JC LevelMind 賽馬會平行心間

放空 • 充電 • 重新發現
Relax • Recharge • Rediscover

「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歲青年人而開拓的自在舒服、平和寧靜的放空及充電空間。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，連結社區，享受快樂的秘訣



我哋嘅開放時間係：逢星期四、五
3:00pm - 5:30pm 及 7:00pm - 10:00pm
逢星期六
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：9105 2191

小學恆常 功課輔導班

2025-2026年度

	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	\$850	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	\$850	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	\$850	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	\$850	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。

興趣班須知

1. 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。
2. 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。
3. 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。
報讀任何興趣班時，請出示有效會員証。
4. 6歲以下幼兒興趣班均與明愛荃灣社區中心合辦。
5. 6歲以下而沒有6至24歲兄弟姐妹之幼兒，可免費成為明愛荃灣社區中心會員後，報讀本中心興趣班。
6. 公眾假期興趣班將會暫停上課。

數學課程

內容：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，培養學童靈敏的思考力，增強學童的記憶力及集中力。

- 註：
1. 新生首期報名需另付\$55材料費（包括練習及算盤）
 2. 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。

星期 六班	1月	10/1-31/1/2026	(3/1暫停)
	2月	7/2-28/2/2026	(2/2暫停)
	3月	7/3-28/3/2026	
	4月	11/4-25/4/2026	(4/4暫停)



珠心算 A班

	編號	星期	時間	地點	收費	對象	堂數	名額
1-2月	5346-2601	六	3:00pm-4:00pm	諾中室	\$990	5-12歲	9	8
3-4月	5346-2603				\$770		7	8

珠心算 B班

	編號	星期	時間	地點	收費	對象	堂數	名額
1-2月	5261-2601	六	4:00pm-5:00pm	諾中室	\$990	5-12歲	9	8
3-4月	5261-2603				\$770		7	8

英語課程

內容：課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。

註：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。

星期 五班	1月	9/1-30/1/2026	(2/1暫停)	星期 六班	1月	10/1-31/1/2026	(3/1暫停)
	2月	6/2-27/2/2026	(20/2暫停)		2月	7/2-28/2/2026	(21/2暫停)
	3月	6/3-27/3/2026			3月	7/3-28/3/2026	
	4月	10/4-24/4/2026	(3/4暫停)		4月	11/4-25/4/2026	(4/4暫停)

Ms Komal 英語兒童課程

編號	星期	時間	地點	收費	對象	堂數	名額
50514-2601	五	3:45pm-4:45pm	諾心室	\$380	6-8歲	4	6
50514-2602				\$380		3	6
50514-2603				\$380		4	6
50514-2604				\$475		5	6

Ms Komal 英語幼兒課程A班

編號	星期	時間	地點	收費	對象	堂數	名額
50515-2601	五	4:45pm-5:45pm	諾心室	\$380	3-5歲	4	6
50515-2602				\$380		4	6
50515-2603				\$380		4	6
50515-2604				\$475		5	6

Ms Komal 英語幼兒課程B班

編號	星期	時間	地點	收費	對象	堂數	名額
50610-2601	六	4:45pm-5:45pm	諾心室	\$475	3-6歲	5	6
50610-2602				\$380		4	6
50610-2603				\$380		4	6
50610-2604				\$285		3	6

花式跳繩班

內容：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。

註：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。

星期 五班	1月	9/1-30/1/2026	(2/1暫停)
	2月	6/2-27/2/2026	(20/2暫停)
	3月	6/3-27/3/2026	
	4月	10/4-24/4/2026	(3/4暫停)



兒童花式跳繩班

編號	星期	時間	地點	收費	對象	堂數	名額
50606-2601	五	7:00pm-8:00pm	諾健室	\$550	7-12歲	5	8
50606-2602				\$440		4	8
50606-2603				\$440		4	8
50606-2604				\$550		5	8

乒乓球班



內容：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。

註：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。

星期 二班	1月	6/1-27/1/2026	(2/1暫停)
	2月	3/2-24/2/2026	(17/2暫停)
	3月	3/3-31/3/2026	
	4月	14/4-28/4/2026	(7/4暫停)



兒童乒乓球班

編號	星期	時間	地點	收費	對象	堂數	名額
50512-2601	二	7:00pm-8:00pm	諾心室	\$360	7-12歲	4	4
50512-2602				\$360		4	4
50512-2603				\$360		4	4
50512-2604				\$360		4	4

舞蹈班

內容：藉由流行舞蹈基本律動的練習，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。

註：Hip Hop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班

星期 一班	1月	5/1-26/1/2026	(16/2暫停)	星期 六班	1月	10/1-31/1/2026	(3/1暫停)
	2月	2/2-23/2/2026			2月	7/2-28/2/2026	(21/2暫停)
	3月	2/3-30/3/2026			3月	7/3-28/3/2026	
	4月	13/4-27/4/2026			(6/4暫停)	4月	11/4-25/4/2026

幼兒Hip Hop A

	編號	星期	時間	地點	收費	對象	堂數	名額
1月	5860-2601	—	5:00pm-6:00pm	諾健室	\$800	3-6歲	8	9
2月	5860-2603				\$800		8	9

幼兒Hip Hop B

	編號	星期	時間	地點	收費	對象	堂數	名額
1月	5828-2601	—	6:00pm-7:00pm	諾健室	\$800	3-6歲	8	9
2月	5828-2603				\$800		8	9

幼兒K-Pop

	編號	星期	時間	地點	收費	對象	堂數	名額
1月	50517-2602	六	11:00am-12:00nn	諾健室	\$800	3-6歲	8	8
2月	50517-2604				\$900		9	8

兒童K-Pop

	編號	星期	時間	地點	收費	對象	堂數	名額
1月	50518-2602	六	12:00nn-1:00pm	諾健室	\$800	7-12歲	8	8
2月	50518-2604				\$900		9	8

舞蹈班

內容：[合辦公司] 綏雅芭蕾舞學校

創校於2006年，校風純樸，學生有禮，一直致力於培育芭蕾舞藝術。小班教學，師資優良，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

註：芭蕾舞班舊生可優先於可於開課每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。

星期五班	1月	9/1-30/1/2026	(2/1暫停)
	2月	6/2-27/2/2026	(20/2暫停)
	3月	6/3-27/3/2026	
	4月	10/4-24/4/2026	(3/4暫停)



最少4人成團
歡迎組隊開班

恆常芭蕾舞班

編號	星期	時間	地點	收費	對象	堂數	名額
50216-2601	六	2:15pm-3:00pm	諾健室	\$550	7-12歲	5	8
50216-2602				\$440		4	8
50216-2603				\$440		4	8
50216-2604				\$330		3	8

樂器班

內容：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。

- 註： 1. 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)
2. 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。

星期六班	1月	10/1-31/1/2026	(3/1暫停)
	2月	7/2-28/2/2026	(21/2暫停)
	3月	7/3-28/3/2026	
	4月	11/4-25/4/2026	(4/4暫停)



古箏班

編號	星期	時間	地點	收費	對象	堂數	名額
50424-2601	六	10:00am-11:15am	諾心室	\$600	7-12歲	4	6
50424-2602				\$600		4	6
50424-2603				\$600		4	6
50424-2604				\$750		5	6

綜合畫班

內容：幸福快樂的孩子從畫畫開始！導師引導學員觀察，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。

註：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。

星期 六班	1月	10/1-31/1/2026	(3/1暫停)
	2月	7/2-28/2/2026	(2/2暫停)
	3月	7/3-28/3/2026	
	4月	11/4-25/4/2026	(4/4暫停)

兒童及青少年綜合畫 A班

	編號	星期	時間	地點	收費	對象	堂數	名額
1月	5033-2601	六	12:00pm-1:00pm	諾愛室	\$360	8-15歲	4	8
2月	5033-2602				\$270		3	8
3月	5033-2603				\$360		4	8
4月	5033-2604				\$270		3	8

兒童及青少年綜合畫 B班

	編號	星期	時間	地點	收費	對象	堂數	名額
1月	5337-2601	六	4:00pm-5:00pm	諾愛室	\$360	8-15歲	4	8
2月	5337-2602				\$270		3	8
3月	5337-2603				\$360		4	8
4月	5337-2604				\$270		3	8

兒童及青少年綜合畫 C班

	編號	星期	時間	地點	收費	對象	堂數	名額
1月	5507-2601	六	5:00pm-6:00pm	諾愛室	\$360	8-15歲	4	8
2月	5507-2602				\$270		3	8
3月	5507-2603				\$360		4	8
4月	5507-2604				\$270		3	8

綜合畫班

幼兒綜合畫 A班

	編號	星期	時間	地點	收費	對象	堂數	名額
1月	5077-2601	六	10:00am-11:00am	諾愛室	\$360	3-7歲	4	10
2月	5077-2602				\$270		3	10
3月	5077-2603				\$360		4	10
4月	5077-2604				\$270		3	10

幼兒綜合畫 B班

	編號	星期	時間	地點	收費	對象	堂數	名額
1月	5032-2601	六	11:00am-12:00pm	諾愛室	\$360	3-7歲	4	10
2月	5032-2602				\$270		3	10
3月	5032-2603				\$360		4	10
4月	5032-2604				\$270		3	10

幼兒綜合畫 C班

	編號	星期	時間	地點	收費	對象	堂數	名額
1月	5507-2601	六	2:00pm-3:00pm	諾愛室	\$360	3-7歲	4	10
2月	5507-2602				\$270		3	10
3月	5507-2603				\$360		4	10
4月	5507-2604				\$270		3	10

幼兒綜合畫 D班

	編號	星期	時間	地點	收費	對象	堂數	名額
1月	5507-2601	六	3:00pm-4:00pm	諾愛室	\$360	3-7歲	4	10
2月	5507-2602				\$270		3	10
3月	5507-2603				\$360		4	10
4月	5507-2604				\$270		3	10

跆拳道班

內容：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。

星期 五班	1月	9/1-30/1/2026	(2/1暫停)	星期 六班	1月	10/1-31/1/2026	(3/1暫停)
	2月	6/2-27/2/2026	(20/2暫停)		2月	7/2-28/2/2026	(21/2暫停)
	3月	6/3-27/3/2026			3月	7/3-28/3/2026	
	4月	10/4-24/4/2026	(3/4暫停)		4月	11/4-25/4/2026	(4/4暫停)

跆拳道 A班

	編號	星期	時間	地點	收費	優惠價	對象	堂數	名額
1月	5013-2601	五	7:00pm-8:30pm	諾中室	\$400	\$370	5歲以上/ 黃綠帶以下 之學員	4	15
2月	5013-2602				\$400	\$370		4	15
3月	5013-2603				\$400	\$370		4	15
4月	5013-2604				\$500	\$470		5	15

跆拳道 B班

	編號	星期	時間	地點	收費	優惠價	對象	堂數	名額
1月	5014-2601	五	8:30pm-10:00pm	諾中室	\$400	\$370	綠帶或以上 之學員	4	15
2月	5014-2602				\$400	\$370		4	15
3月	5014-2603				\$400	\$370		4	15
4月	5014-2604				\$500	\$470		5	15

跆拳道 C班

	編號	星期	時間	地點	收費	優惠價	對象	堂數	名額
1月	50605-2601	六	10:00am-11:30am	諾中室	\$500	\$470	5歲或以上 初學者	5	15
2月	50605-2602				\$400	\$370		4	15
3月	50605-2603				\$400	\$370		4	15
4月	50605-2604				\$300	\$270		3	15

- 註：(1) 學員需自備水、毛巾及穿着運動服裝
 (2) 須赤腳上堂並由導師代購正道館道袍
 (3) 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。
 (4) 優惠價指會員於每月1號前報名下月課程，可享月費\$30優惠<如:4堂原價收費\$400，優惠收費則\$370>

劍擊班

內容：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。

- 註： 1. 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。
2. 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）

星期六班	1月	10/1-31/1/2026	(3/1暫停)
	2月	7/2-28/2/2026	(2/2暫停)
	3月	7/3-28/3/2026	
	4月	11/4-25/4/2026	(4/4暫停)



幼兒劍擊班

	編號	星期	時間	地點	收費	對象	堂數	名額
1月	50608-2601	六	4:00pm-5:00pm	諾健室	\$800	3-6歲	4	6
2月	50608-2602				\$800		4	6
3月	50608-2603				\$800		4	6
4月	50608-2604				\$1,000		5	6

兒童劍擊班

	編號	星期	時間	地點	收費	對象	堂數	名額
1月	50607-2601	六	3:00pm-4:00pm	諾健室	\$800	7-12歲	4	6
2月	50607-2602				\$800		4	6
3月	50607-2603				\$800		4	6
4月	50607-2604				\$1,000		5	6



鋼琴班



教學形式：一對一

地點：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，剩餘名額將會從輪侯名單的輪候者補上
- 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：

- 本中心可代報英國皇家音樂試（適用於三級或以上學員）。
- 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。
- 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。
- 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。

導師資訊：

導師	資歷	上課時間
羅老師	演奏級鋼琴及八級樂理，逾7年教琴經驗	逢星期一及五
廖老師	八級鋼琴，逾10年教琴經驗	逢星期二
岑老師	演奏級鋼琴及五級樂理	逢星期六

課堂費用：

級別	岑老師費用	羅老師/廖老師費用	上課時間
初級	\$150/堂	\$165/堂	每堂45分鐘
一級	\$175/堂	\$190/堂	
二級	\$185/堂	\$200/堂	
三級	\$215/堂	\$230/堂	
四級	\$235/堂	\$250/堂	每堂60分鐘
五級	\$295/堂	\$310/堂	
六級	\$315/堂	\$330/堂	
七級	\$355/堂	\$370/堂	
八級	\$375/堂	\$390/堂	



陳偉良
明愛青少年及
社區服務總主任

李緹瑩
(Cherry)

高級督導主任



范麗媚

(Queenie)

個案督導



杜衍亨
(Chris)

督導主任



駐校社工 (石籬天主教中學)



陳國偉 (Remus)



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 (註冊社工)



羅紀麟
(Paul)



關巧彤
(Hester)



李穎雯
(雯雯)



方凱倫
(Helen)



周玉珊
(阿珊)



黎芷均
(Jaelyn)



簡家傑
(阿簡)

活動工作員



鄭翠妍
(Candy)



梁志昇
(阿昇)



郭鈞兒
(Rinky)



雷勝和
(Ricky)

文員



林平雄
(阿雄)



張燕高
(Jori)

服務員



司徒芬
(芬姐)

中心職員架構



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

特別日子中心開放安排

日期	節日	開放時間
1/1/2026 (四)	一月一日	暫停開放
26/2/2026 (一)	農曆年廿九	上午10:00- 下午1:00
17/2/2026 (二)	農曆年初一	暫停開放
18/2/2026 (三)	農曆年初二	暫停開放
19/2/2026 (四)	農曆年初三	暫停開放
3/4/2026 (五)	耶穌受難節	暫停開放
4/4/2026 (六)	耶穌受難節翌日	暫停開放
6/4/2026 (一)	清明節翌日	暫停開放
7/4/2026 (二)	復活節星期一翌日	暫停開放

中心開放時間

	日	一	二	三	四	五	六
上午10:00 - 下午1:00							✓
下午2:00 - 下午6:00		✓	✓	✓	✓	✓	✓
下午6:00 - 晚上10:00		✓	✓	✓	✓	✓	
星期日及公眾假期休息							

如何前往本中心



巴士

梨木樹邨巴士總站

36、36A、36M、36B

途經和宜合道

32、40X、46X、47X、48X、73X、278X

專線小巴

梨木樹邨巴士總站

312、94、94A

途經和宜合道

403、403A、406

紅色小巴

梨樹路

荃灣川龍街

旺角朗豪坊

佐敦上海街 (傍晚時分)

地址 Address | 荃灣梨木樹邨健樹樓地下B及C翼

(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

聯絡我們 Contact Us | Instagram

@caritas_lms



Facebook

ycslmsit



WhatsApp

9786 7469



督印人: 李緝瑩 數量: 600本 非賣品