



明愛賽馬會屯門青少年綜合服務

Caritas Jockey Club Integrated Service For Young People - Tuen Mun

2024年5-8月活動通訊



封面設計：陳穎瑤



明愛賽馬會屯門青少年綜合服務



Caritas_ycstmit



主任的話

親愛的家長、兒童和青少年朋友們：

大家好！我想借是次通訊向大家分享一些關於身心靈健康的重要訊息。在這個快節奏和壓力重重的現代社會中，我們十分重視兒童和青少年的身心靈健康，並致力於提供全面的支持和服務。

身心靈健康是兒童和青少年健康發展的關鍵要素。對於6至24歲的兒童和青少年，他們正處於生命中一個關鍵的階段，面臨著學業壓力、人際關係的變化以及身體和情緒的變化。因此，我們要確保他們在這個關鍵時期得到充分的支持和關注。

我們的中心提供一系列專業的服務，旨在促進兒童和青少年的身心靈健康。我們的專業社工團隊將與您和您的孩子一起合作，提供不同的支持，協助處理學業壓力、情緒困擾、人際關係問題等。此外，我們還提供各種工作坊和活動，旨在提升自尊、學習與情緒共處和建立良好的人際關係。

我們深知，兒童和青少年的身心靈健康不僅僅是他們自己的事情，家庭的支持和參與也是至關重要的。因此，我們鼓勵家長和家人積極參與我們的服務，共同關注和支持您的孩子的身心靈健康。我們將提供親子活動及家長活動，幫助您建立和維繫健康的家庭關係，並提供資源及陪伴，以協助您更好地理解 and 應對兒童和青少年的需要。

在這個充滿挑戰的時期，我們要共同努力，為我們的孩子打造一個健康、積極和支持性的環境。如果您對我們的服務有任何疑問或需要進一步的信息，請隨時與我們的中心聯繫。我們的團隊將竭誠為您提供幫助和支持。

最後，我們希望能夠與您和您的孩子攜手並進，共同努力，促進他們的身心靈健康。謝謝大家對我們中心的支持和信任。

祝福您和您的家人身心靈健康！

黎飛燕(明愛賽馬會屯門青少年綜合服務 督導主任)



2024年暑期活動優先報名日

抽籤方法

本年度暑期活動優先報名日「報名時間」會以電腦即時抽籤形式進行，以安排會員/幼兒天地成員優先報名日之先後次序。會員/幼兒天地成員可按「報名時間籌」報名。

凡持有效會員證/幼兒天地成員證(證件有效期必須至 31/08/2024)，均可由 22/4/2024(一) 2:00pm 至 27/4/2024(六) 5:45pm 親臨本服務或透過「網上抽籤系統」<http://syp.youthnetradio.org> 進行暑期活動優先報名日之抽籤。

重要事項	日期及時間	內容
暑期活動優先報名日 「報名時間籌」抽籤	22/4/2024(一) 2:00pm 至 27/4/2024(六) 5:45pm	<ul style="list-style-type: none">必須持有效會員證/幼兒天地成員證(證件有效期必須至 31/08/2024)接受新會員申請或續會/幼兒天地成員申請
暑期活動會員/幼兒天地 成員(已抽籤) 優先報名日	5/5/2024(日) 9:30am 至 12:30pm	<ul style="list-style-type: none">只接受已成功獲得「報名時間籌」的會員/幼兒天地成員報名參加暑期活動請帶備有效會員證/幼兒天地成員證、「報名時間籌」，每人最多可報 3 項活動，興趣班則不限。
暑期活動公開報名日	5/5/2024(日) 2:00pm 開始派輪候籌 3:00pm 至 5:00pm 報名	<ul style="list-style-type: none">活動、興趣班的餘額及暑期一般活動公開接受報名至滿額即止必須攜帶本服務會員證/幼兒天地成員證(證件效期必須至 31/08/2024)2:00pm 開始接受新會員申請或續會/幼兒天地成員申請
注意事項: <ol style="list-style-type: none">活動報名年齡之計算方法，以個別活動的首日舉辦日期為準。除活動及興趣班內容有更改外，本服務不會另行通知，請參加者帶備相關收據依時出席。領取綜援人士(會員)可以優惠價參加各項活動及興趣班，詳情可參考「領取綜合社會保障援助人士」課程及活動優惠制度的指引。在職家庭津貼(會員)可以優惠價參加各項活動及興趣班，詳情可參考「在職家庭津貼人士」課程及活動優惠制度的指引。所有活動及興趣班之內容均以本服務之公布為準。以上細則，如有更改，恕不另行通知。	申請成為會員須知: <ol style="list-style-type: none">本服務對象為 6 至 24 歲的兒童及青少年和他們的家人。申請表可在本服務詢問處索取或於網上 (https://tmit.caritas.org.hk/shop-3/) 下載，請填妥申請表並帶同申請人的身分證或出世紙之副本，以便核對個人資料;繳交會員費為:個人會員年費為 30 元正，家庭會員年費為 60 元正。 申請成為幼兒天地成員須知: <p>幼兒天地:服務對象為 6 歲以下的幼兒，個人年費為 60 元正(詳情請致電或蒞臨本服務查詢)。</p>	

本服務收費時間:

- 星期一至五 2:00pm 至 9:45pm
- 星期六 10:00am 至 12:45pm
- 星期六 2:00pm 至 5:45pm

「香港明愛」的服務使命

- 「以愛服務 締造希望」- 明愛將繼續努力不懈，著提倡家庭中、職場上以及社區內的互助精神以抗衡關係貧窮，建構和諧社會。
- 為了見證基督的愛，明愛堅持紮根於社會基層、並為最需要援助的貧困人士服務。非以操控、非以教訓、非以判斷，乃以服務彰顯寬容仁愛，並以恩慈關愛團結社會。明愛更希望透過各項服務，最終能協助受眾發展自我，克服人生路上的各種困難及挑戰。

「青少年及社區服務」的服務宗旨

- 青少年及社區服務以推動了解、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。

「明愛賽馬會屯門青少年綜合服務」的服務簡介

- 秉承明愛服務的使命和宗旨，本中心以服務弱勢社群，推動兒童及青少年全人發展為主要服務。

宗旨及目標：

1. 服務一般青少年及家長、並特別關注身處不利處境人士如邊緣青少年、匱乏及特殊學習需要兒童、患上情緒病青少年等的問題及需要。
2. 建立社區支援網絡，強調以青少年需要為本位。
3. 倡導青少年表達聲音，關心社會。
4. 促進和諧親子關係。

服務對象：

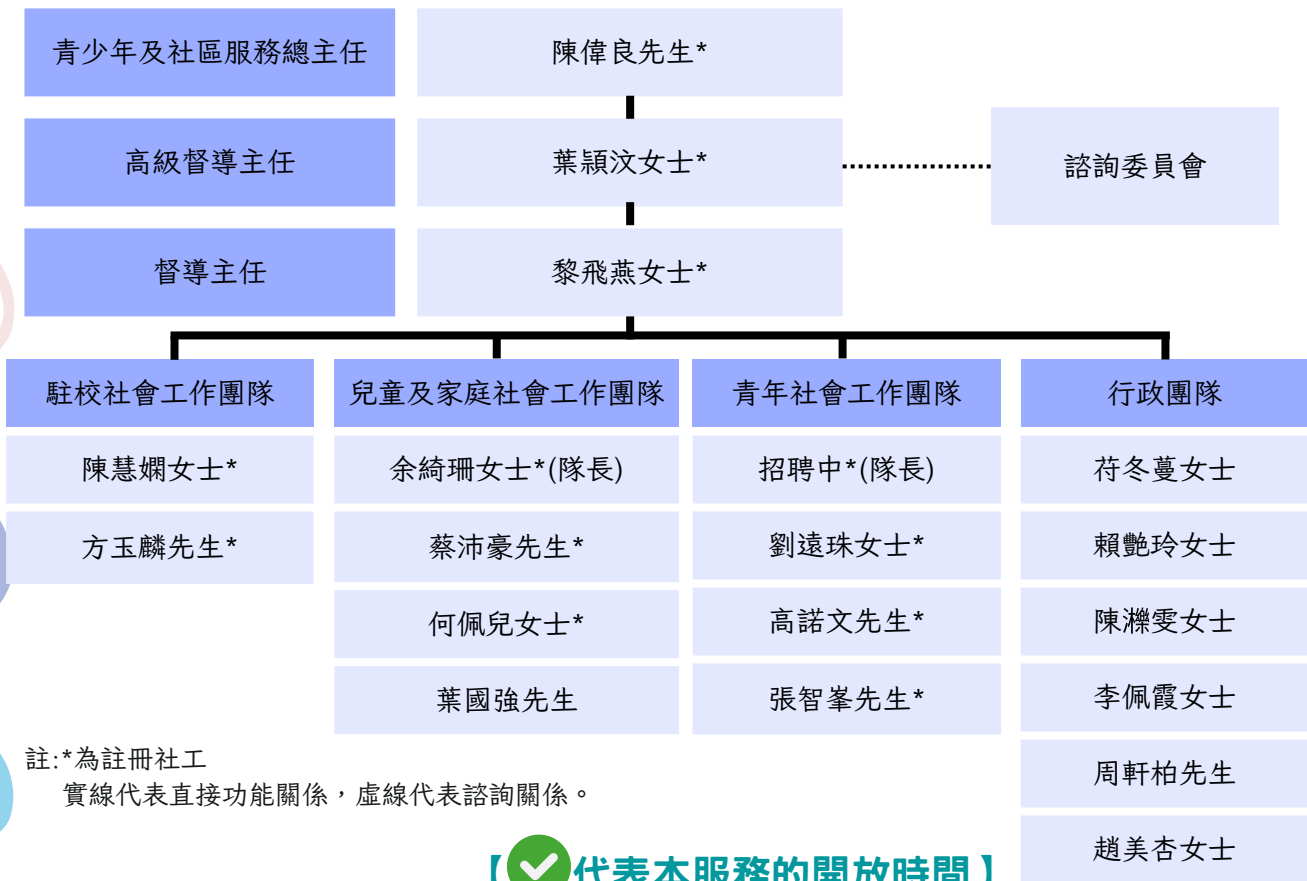
6-24歲的兒童、青少年及其家屬

主要服務內容:

- | | |
|----------|----------------|
| 01. 個人輔導 | 08. 社區教育及預防性活動 |
| 02. 小組輔導 | 09. 成長發展活動 |
| 03. 學校工作 | 10. 課餘託管服務 |
| 04. 外展服務 | 11. 義工訓練 |
| 05. 家長小組 | 12. 特殊學習需要服務 |
| 06. 諮詢服務 | 13. 青少年情緒健康服務 |
| 07. 偶到服務 | |

本服務簡介

職員架構：



註：*為註冊社工
實線代表直接功能關係，虛線代表諮詢關係。

本服務開放時間：

【✔代表本服務的開放時間】

【✘代表本服務的非開放時間】

時間/星期	日	一	二	三	四	五	六
上午10時至 下午1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

本季度暫停開放日期

勞動節：01/05/2024(三)、佛誕：15/05/2024(三)

端午節：10/06/2024(一)

香港特別行政區成立紀念日：01/07/2024(一)

本服務繳費時間：

星期一至五：下午2:00至晚上9:45

星期六：上午10:00至下午12:45 及 下午2:00至下午5:45

申請服務之手續

如何成為香港明愛青少年及社區服務會員？

歡迎任何人士到本服務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/每年
兒童會員	六歲至十四歲	30元
青年/成人會員	十五歲至二十四歲	
家庭會員#	直系親屬	60元 (不論家庭成員人數)
有效期	一年（由申請日起計至往後一年）	
綜援家庭/人士及在職家庭津貼計劃家庭可豁免年費 (需攜帶社會福利署發出之有效綜援證明文件/ 過去十二個月內曾領取職津之證明文件)		

備註：

- 會員在會籍有效期內，可要求刪除其會籍，本服務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。
- 補領會員證時須繳交\$5/張

香港明愛青少年及社區服務會員的權利及義務是什麼？

會員權利：

1. 定期收到本服務「會員通訊」及活動宣傳資訊
2. 可繳費報名參加明愛兒童及青少年中心/青少年綜合服務舉辦的課程
3. 活動/興趣班可用會員價格報名參與
4. 會員證可通用於服務下各兒童及青少年中心/青少年綜合服務單位

會員義務：

1. 會員有遵守本服務規則及愛護公物的義務
2. 報名及參加活動時必須帶備會員證
3. 會員證不得轉借他人使用
4. 有效日期屆滿即繳費延續會籍及領取新證

申請和退出服務政策

服務「報名手續」：

- 本服務的服務包括服務計劃、小組、活動、興趣班課程及會員會籍（以下簡稱服務）；
- 除特別註明報名日期的服務之外，所有由本服務主辦及已進行公開宣傳的服務可以即時接受報名，以先到先得為準，請於詢問處辦理報名手續；
- 報名參加本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；
- 除非服務宣傳品已註明或獲得本服務的督導主任批准，所有服務不接受以電話報名或預留名額；
- 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。
- 服務使用者可申請退出服務，本服務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。

退出已報名的服務之相關手續：

- 不能少於服務舉行前六個工作天或之前提出申請，若本服務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，本服務亦安排在一個月內退回已繳交之費用；
- 若本服務於有關活動沒有候補者，則參加者可以推薦合符該服務參加資格的人士補上，本服務保留接納該候補人士的權利，若獲接納，則退出服務者仍需要繳交手續費\$30；
- 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；
- 若本服務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，本服務安排在一個月內退回已繳交之費用。

特殊情況：

- 本服務有機會在一些不可抗力的因素影響下（如遇到惡劣及極端情況）而未能成功安排補堂，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。本服務安排退款所須時間約為在一個月內。
- 在下列情況下，本服務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，被本服務發現不符合參加服務的資格；
 - 2) 在服務進行期間，參加者不遵從服務負責職員就其言論、行為的勸喻。

收集資料的目的：

- 香港明愛承諾會引用及遵守個人資料（私隱）條例（簡稱「條例」）的原則及規定，保障服務使用者個人資料的私隱。
- 香港明愛會以合法及公正的方式收集、保存及使用各項個人資料，這些資料僅供香港明愛進行業務運作及其他有關活動之用。
- 香港明愛在搜集服務使用者的個人資料時，僅供作指定用途，此外亦需得使用者同意才作其他用途。
- 香港明愛將設法保存最新及正確的服務使用者的個人資料。
- 香港明愛會將服務使用者的個人資料保密儲存，並會訓練職員認識個人資料私隱條例。香港明愛僱員會尊重服務使用者的私隱，絕不會向未獲授權人士透露任何資料。
- 香港明愛容許提供個人資料的人士，查閱及更改香港明愛所保存有關其本身的個人資料。
- 明愛青少年及社區服務會員，可以以書面申請要求刪除其會籍內的個人資料識別記錄，本服務將於十二個工作天內刪除相關之記錄，但是已繳交之會員費則概不發還。
- 若因跟進個案而需向其他機構索取服務使用者之個人資料時，應先取得其口頭或書面同意。

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」或本服務單位過往一年（以財政年度計算）之工作記錄及資料，可向本服務職員申請索閱。本服務職員會於申請日期起計的三個工作天內回覆閣下之申請。而有關文件只可在服務單位內閱讀，不能取走，亦不能影印。
- 可供借閱之工作資料如下：
 1. 香港明愛之年報
 2. 本服務季度工作統計數字
 3. 本服務年度工作報告
 4. 本服務「服務質素標準」之文件
 5. 明愛社會工作服務部財務報表（可瀏覽網址：<http://sws.caritas.org.hk>）

16項服務質素標準大綱

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

服務使用者申訴或提出服務意見

- 本服務歡迎服務使用者通過以下途徑向本服務單位作出申訴或對服務提供意見，相關表格可向詢問處職員索取。
- 途徑一：意見箱
- 途徑二：本服務單位電郵
- 途徑三：電話
- 途徑四：向本服務職員表達

確保服務使用者及職員免受侵犯

- 本服務會盡力為服務使用者及職員提供安全的環境，免受任何形式的侵犯，例如言語上、身體上和性侵犯等傷害，使服務使用者及職員能在和平的情況下交往，令各人的尊嚴得到保障。若任何類型的侵犯發生於職員或服務使用者身上，機構定以全面、積極和謹慎的態度處理和解決問題。

「領取綜合社會保障援助人士」課程及活動優惠制度

NOTE

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」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

「領取在職家庭津貼人士」課程及活動優惠計劃

NOTE

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」）以減費形式提供優惠，詳情如下：

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，其減費優惠將立刻中止。
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權利可不時酌情修訂上述條款。



報讀暑期興趣班須知

1. 凡參加者必須為本服務有效會員/幼兒天地成員，並於報名時出示有效會員證 (有效期必須至 31/8/2024或之後)；
2. 付款方法：接受現金或信用卡或支票(支票抬頭請寫：“香港明愛”)
3. 退出服務：參加者可於開班日計的六個工作天或之前申請退出服務，若有候補者則會安排補上，若獲本服務接納，退出者需繳交手續費三十元；但若沒有候補者，則申請退出者可推薦合符資格的人士補上（本服務保留接納被推薦者的權利），若獲本服務接納，退出者需繳交手續費三十元；若沒有任何候補者，則參加者將不能退出此服務及退回已繳交的費用。
4. 除興趣班改期外，本服務不會再個別通知參加者，故請依時出席。
5. 請於上課首天帶備收據，以便核對參加者資料，並保留收據至課程完結為止。
6. 接送安排：凡9歲以下之參加者必須由家長或監護人接送，而9-12歲的參加者則可選擇家長接送或自行回家；接送人必須出示參加者之會員證，如未能出示會員證的接送人須提供個人資料作登記。
7. 臨時託兒安排：凡9歲以下的參加者或已選擇家長接送的9-12歲學童，其家長或監護人如未能於課堂完結後的15分鐘內接回該參加者，該參加者將交由詢問處職員看管，而本服務將收取臨時託兒費用五十元。
8. 補課安排：如因天氣影響需取消之課堂，本服務會安排順延一堂作為補課，請學員預留時間, 未有出席的學員不獲另行補課或退款。
9. 退款手續：本服務會安排於通知日起計的十四個工作天內退還費用予參加者，參加者需攜同收據於辦公時間辦理。
10. 傳染病指引：凡參加者被懷疑／證實患有傳染性疾病（如水豆，紅眼症，手足口病，麻疹等等），為免傳染病於中心內擴散，敬請參加者暫時停課直至獲得註冊醫生的許可方可復課，如本服務懷疑參加者患有傳染性疾病，則本服務有權要求有關的參加者即時離去，然參加者不能以傳染病等原因要求退回受影響課堂或全數的費用。
11. 健康申報表：凡參加者報讀一些體能需求較大的課程，必須於開課前呈交健康申報表(如未呈交者，本服務會拒絕該參加者上課，然參加者亦不能退回相關的學費)，有關資料用作遇有緊急事故時為導師、當值職員及救護員參考及聯絡其家人之用。

上課地點：請留意所報讀興趣班及所有活動的上課地點，由兆禧苑辦事處前往湖景邨湖翠樓分辦事處 需步行約15分鐘。

兒童活動



小小甜品師2024-木糠布丁

編號：TM2425501
 對象：6-12歲
 名額：8位
 日期：25/7/2024(四)
 時間：4:30pm - 5:30pm
 地點：湖翠樓分辦事處
 費用：會員\$40位/非會員\$70位
 負責職員：葉國強 (強Sir)
 內容：小朋友親手製作好味木糠布丁。



- 參加者必須於活動當日滿足年齡要求。
- 所有體能活動，均須填報健康申報表，沒呈交則不能上課，並不能退款。
- 活動名額有限，先報先得。
- 參加者自行協調各課程/活動時間，以免重疊，如有撞期，恕不退款。

小小甜品師2024-麻糬波波

編號：TM2425502
 對象：6-12歲
 名額：8位
 日期：1/8/2024(四)
 時間：4:00pm - 5:30pm
 地點：湖翠樓分辦事處
 費用：會員\$40位/非會員\$70位
 負責職員：葉國強 (強Sir)
 內容：小朋友親手製作好味煙韌麻糬波波。



小小甜品師2024-小小曲奇

編號：TM2425503
 對象：6-12歲
 名額：8位
 日期：8/8/2024(四)
 時間：4:00pm - 5:30pm
 地點：湖翠樓分辦事處
 費用：會員\$40位/非會員\$70位
 負責職員：葉國強 (強Sir)
 內容：小朋友親手製作好味印模牛油曲奇。



小小甜品師2024-親子Muffin

編號：TM2425504
 對象：6-12歲及其一位家長
 名額：10位
 日期：27/7/2024(六)
 時間：10:00am - 11:30am
 地點：湖翠樓分辦事處
 費用：會員\$40位/非會員\$70位
 負責職員：葉國強 (強Sir)
 內容：家長和小朋友合作製作紙杯朱古力瑪芬。



兒童活動



Art+

編號：TM2425505
對象：6-12歲
名額：8位
日期：15/7, 22/7, 29/7/2024(逢一)
時間：3:00pm - 4:30pm
地點：兆禧辦事處
費用：會員\$120位/非會員\$150位
負責職員：余綺珊姑娘
內容：透過塑膠彩、水彩及乾粉彩等不同的顏料，創作自己獨一無異的作品。完成的作品將於中心展出
備註：請自備圍裙



- 參加者必須於活動當日滿足年齡要求。
- 所有體能活動，均須填報健康申報表，沒呈交則不能上課，並不能退款。
- 活動名額有限，先報先得。
- 參加者自行協調各課程/活動時間，以免重疊，如有撞期，恕不退款。

DIY小手作2024-珍珠奶茶蠟燭

活動編號：TM2425506
對象：8-12歲
名額：10人
日期：25/07/2024(四)
時間：1:00pm - 3:00pm
地點：兆禧辦事處
費用：會員\$80位/非會員\$110位
負責職員：蔡沛豪(蔡sir)
內容：夏天每分每秒都想喝杯冰凍飲品，今次就由大家親手調配自己口味、像真度極高的珍珠奶茶蠟燭！



彩繪無限Fun

編號：TM2425507
對象：6-12歲
名額：8位
日期：9/8, 16/8, 23/8/2024(逢五)
時間：3:00pm - 4:30pm
地點：兆禧辦事處
費用：會員\$120位/非會員\$150位
(包括堂上使用之工具及材料)
負責職員：余綺珊姑娘
內容：學習基本手繪Hand Painting，包括：彩虹、卡通公仔MINIONS, KURUMI等



水晶熊寶寶夢工場

編號：TM2425508
對象：6-12歲
名額：8位
日期：31/7/2024(三)
時間：4:00pm - 5:00pm
地點：兆禧辦事處
費用：會員\$40位/非會員\$70位
負責職員：何佩兒姑娘
內容：小朋友將親手製作水晶熊寶寶。



參考圖片

兒童活動



- 參加者必須於活動當日滿足年齡要求。
- 所有體能活動，均須填報健康申報表，沒呈交則不能上課，並不能退款。
- 活動名額有限，先報先得。
- 參加者自行協調各課程/活動時間，以免重疊，如有撞期，恕不退款。

小朋友瑜伽放鬆之旅



編號：TM2425509
 對象：6-10歲 **(需填寫健康申報表)**
 名額：8位
 日期：13/8, 20/8, 27/8/2024 (逢二)
 時間：4:00pm - 5:00pm
 地點：湖翠樓分辦事處
 費用：會員\$120位/非會員\$150位
 負責職員：何佩兒姑娘
 內容：小朋友透過瑜伽放鬆身心
 備註：參加者須穿著輕便運動服



2024湖翠兩日一夜體驗「型」

CAMP

編號：TM2425510
 對象：9-12歲 **(需填寫健康申報表)**
 名額：10位
 日期：21/8 - 22/8/2024 (三、四)
 時間：2:00pm - 翌日12:00 nn
 地點：湖翠樓分辦事處
 費用：會員\$100位/非會員\$130位
 負責職員：何佩兒姑娘
 內容：小朋友將於體驗營和參加者進行團體遊戲及煮食



流體藝術師

參考圖片



編號：TM2425511
 對象：6-12歲
 名額：8位
 日期：26/7/2024 (五)
 時間：4:00pm - 5:00pm
 地點：兆禧辦事處
 費用：會員\$40位/非會員\$70位
 負責職員：何佩兒姑娘
 內容：小朋友將親手製作流體藝術品。



我是調香師

Perfume

編號：TM2425512
 對象：8-12歲
 名額：10位
 日期：15/8/2024 (四)
 時間：4:00pm - 5:00pm
 地點：兆禧辦事處
 費用：會員\$60位/非會員\$90位
 負責職員：葉國強 (強Sir)
 內容：小朋友親手調配一款屬於自己的香水(10ml)





兒童活動



「童你玩」領袖訓練計劃

活動編號：TM2425513

日期：23/7, 30/7, 6/8/2024(逢二)

時間：3:30pm - 4:30pm

地點：兆禧辦事處

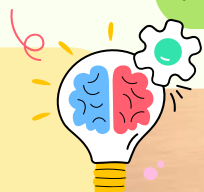
對象：9-12歲

名額：8位

收費：會員\$90位/非會員\$120位

負責職員：蔡沛豪(蔡sir)

內容：透過多元化的活動，啟發及培育兒童的潛能，讓參加者了解成為領袖的基本特質。



- 參加者必須於活動當日滿足年齡要求。
- 所有體能活動，均須填報健康申報表，沒呈交則不能上課，並不能退款。
- 活動名額有限，先報先得。
- 參加者自行協調各課程/活動時間，以免重疊，如有撞期，恕不退款。



「童你玩」社交溝通課程

活動編號：TM2425514

日期：8/8, 15/8, 22/8/2024(逢四)

時間：3:30pm - 4:30pm

地點：兆禧辦事處

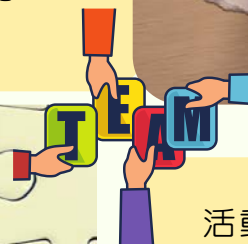
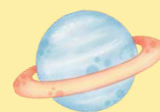
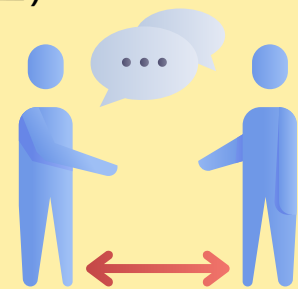
對象：6-8歲

名額：8位

收費：會員\$90位/非會員\$120位

負責職員：蔡沛豪(蔡sir)

內容：透過合作及解難任務，提升參加者於合作及處理衝突等社交溝通技巧。



You can do it!



親子活動

同畫童話-親子藝術治療計劃2024

- 編號：TM2425515
 對象：升小二至升小四學生及其家長
 名額：6對親子
 日期：12/8, 14/8, 19/8, 21/8, 26/8日(逢一及三)
 時間：11:00am - 12:30pm
 地點：湖翠樓分辦事處
 費用：會員\$70位/非會員\$100位
 負責職員：余綺珊姑娘
 內容：透過藝術治療，發掘親子間亮點，以多角度思考與小朋友的相處模式，從而加強親子關係。



- 參加者必須於活動當日滿足年齡要求。
- 所有體能活動，均須填報健康申報表，沒呈交則不能上課，並不能退款。
- 活動名額有限，先報先得。
- 參加者自行協調各課程/活動時間，以免重疊，如有撞期，恕不退款。



親子咖啡拉花

- 編號：TM2425516
 對象：6-12歲及其家長
 名額：10位
 日期：19/7/2024(五)
 時間：3:00pm - 4:30pm
 地點：湖翠樓分辦事處
 費用：會員\$30位/非會員\$60位
 負責職員：余綺珊姑娘
 內容：學習手沖一杯咖啡，並嘗試體驗拉花技巧。

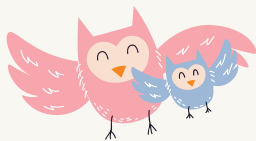


DIY小手作2024-cupcake蠟燭

- 編號：TM2425517
 對象：7-11歲及其一位家長
 名額：16人
 日期：17/8/2024(六)
 時間：1:00pm - 3:00pm
 地點：兆禧辦事處
 費用：會員\$70位/非會員\$100位
 負責職員：蔡沛豪(蔡sir)
 內容：自由配搭香味及造型，親子一同創作出色彩繽紛又獨特的cupcake蠟燭。



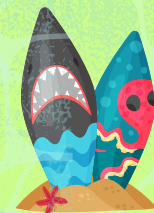
親子活動



- 參加者必須於活動當日滿足年齡要求。
- 所有體能活動，均須填報健康申報表，沒呈交則不能上課，並不能退款。
- 活動名額有限，先報先得。
- 參加者自行協調各課程/活動時間，以免重疊，如有撞期，恕不退款。

親子水上活動工作坊

- 編號：TM2425519 **(需填寫健康申報表)**
- 對象：8-12歲及其家長
- 名額：24位
- 日期：10/8/2024(六)
- 時間：8:30am - 5:00pm
- 地點：屯門獨木舟會(集合：兆禧辦事處)
- 費用：會員\$30位/非會員\$60位(包車費)
- 負責職員：葉國強 (強Sir)
- 內容：水上安全知識、獨木舟及直立板(立划板)體驗
家長與孩子共同學習，感受不同水上活動項目的樂趣及獨特性。
- 備註：**1. 自備午膳費用**
2. 必須穿著合適落水裝
3. 自備防曬、沖身用品及後備衣物等



親子瑜伽傳遞愛



- 編號：TM2425518 **(需填寫健康申報表)**
- 對象：6-12歲及其家長
- 名額：12位
- 日期：6/8/2024 (二)
- 時間：4:00pm - 5:00pm
- 地點：湖翠樓分辦事處
- 費用：會員\$40位/非會員\$70位
- 負責職員：何佩兒姑娘
- 內容：專業瑜伽導師教授親子瑜伽。
- 備註：參加者須穿著輕便運動服



青年活動

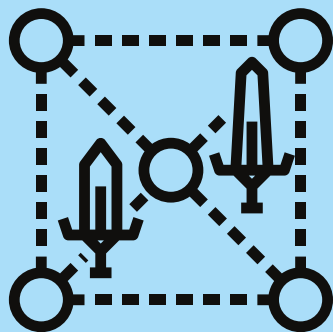
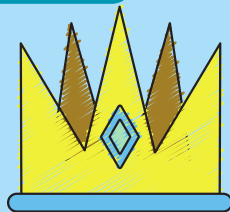
YOUTH
DAY

電競比賽【王者榮耀】

- 編號：TM2425520
- 對象：16-24歲
- 名額：8隊(5人一隊)
- 日期：13/7/2024(六)(簡介會),24/8/2024(六)(比賽)
- 時間：12:00 nn -1:00pm (簡介會)
9:00am - 6:00pm(比賽)
- 地點：湖翠樓分辦事處
- 費用：會員免費/非會員\$30位
- 負責職員：高諾文先生
- 內容：1)比賽以征召模式進行，每次比賽以5 VS 5

進行，三盤兩勝制，其中一隊隊伍先勝出2局即可晉級，其他詳盡比賽事項及選手事項，會在簡介會派發。

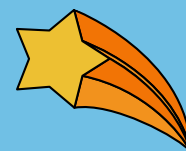
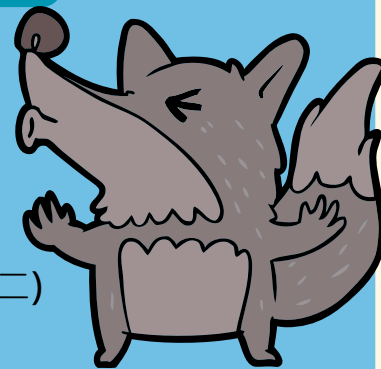
2)冠亞季軍隊伍將會獲得相應的獎牌和紀念獎杯。



- 參加者必須於活動當日滿足年齡要求。
- 所有體能活動，均須填報健康申報表，沒呈交則不能上課，並不能退款。
- 活動名額有限，先報先得。
- 參加者自行協調各課程/活動時間，以免重疊，如有撞期，恕不退款。

狼人殺導師訓練

- 編號：TM2425521
- 對象：16-24歲
- 名額：12位
- 日期：23/7,30/7,6/8,13/8 (逢二)
- 時間：3:00 pm - 6:00pm
- 地點：湖翠樓分辦事處
- 費用：會員免費/非會員\$30位
- 負責職員：高諾文先生
- 內容：1)課程包括基本狼人殺主持人技巧、氣氛營造、覆盤技巧等等...
- 2)參加者出席率達70%或以上，可獲頒取狼人殺導師訓練證書。
- 3)參加者若表現優異，有機會獲邀請主持狼人殺的實習機會，並能夠在實習之中獲取實習津貼。



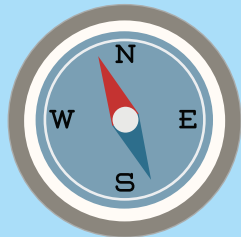
青年活動

YOUTH
DAY

城市定向旅程1.0(分組奪分式)

編號：TM2425522
對象：13-24歲
名額：12位
日期：23/08/2024(五)
時間：9:30am - 5:30pm
地點：兆禧辦事處及戶外
費用：會員\$30位/非會員\$60位
負責職員：張智峯先生

(需填寫健康申報表)



內容：參賽隊伍須按大會提供的定向地圖，自行規劃路線到訪最多控制點(Checkpoint)打咭紀錄獲取分數。並於限時內返回終點。取得最高分數並以較短完成時間的隊伍為之勝出。

備註：1. 比賽開始前根據參加者人數抽籤分組，每組3-4人
2. 自備車費及午膳費用

劇本殺體驗場



編號：TM2425523
對象：13-24歲
名額：6位
日期：1/8/2024(四)
時間：2:30pm - 5:30pm
地點：兆禧辦事處
費用：會員\$20位/非會員\$50位
負責職員：張智峯先生

內容：每個玩家通過該角色的單一視角努力了解劇本的故事全盤，並以第一人稱視角置身於故事中獲取案件信息、研判人物關係和相關線索。

- 參加者必須於活動當日滿足年齡要求。
- 所有體能活動，均須填報健康申報表，沒呈交則不能上課，並不能退款。
- 活動名額有限，先報先得。
- 參加者自行協調各課程/活動時間，以免重疊，如有撞期，恕不退款。



獨木舟一星章訓練(一天課程)



編號：TM2425524
對象：14-24歲及能夠在沒有救生衣/助浮衣的輔助下游泳約50米

名額：8位
日期：2/8/2024(五)

集合時間及地點：8:00am/兆禧辦事處
解散時間及地點：5:00pm/屯門獨木舟會
地點：屯門獨木舟會
費用：會員\$150位/非會員\$180位
負責職員：張智峯先生

內容：學習基本划舟技術，包括哨子訊號的認識、個人裝備、如何穿著救生/助浮衣、集合成艇排及翻艇後的適當處理方法

備註：

1. 自備來回交通費用及午膳費用
2. 必須穿著合適落水裝備
3. 費用已包由香港獨木舟總會發出一星章訓練證書
4. 參加者必須出席25/7/24下午在中心內舉行之活動

簡介會

(需填寫家長同意書及健康申報表)

合辦機構：香港遊樂場協會 - 賽馬會「動歷海洋」水上活動計劃



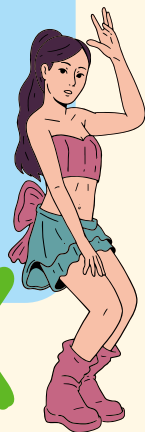
青年活動

YOUTH
DAY



舞動暑假(C)

- 編號：TM2425525
- 對象：12-24 歲 **(需填寫健康申報表)**
- 名額：8位
- 日期：18/7, 25/7, 1/8, 8/8, 15/8(逢四),
23/8/2024(五)
- 時間：4:00pm - 6:00pm
- 地點：湖翠樓分辦事處
- 費用：會員\$120位/非會員\$150位
- 負責職員：劉遠珠姑娘
- 內容：K-POP舞蹈訓練，
完成六節訓練後會參與中心
9月的中秋晚會演出。



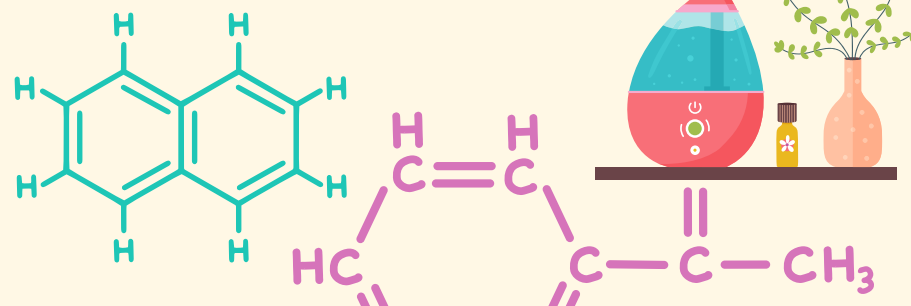
C_6H_5-X

- 參加者必須於活動當日滿足年齡要求。
- 所有體能活動，均須填報健康申報表，沒呈交則不能上課，並不能退款。
- 活動名額有限，先報先得。
- 參加者自行協調各課程/活動時間，以免重疊，如有撞期，恕不退款。

芳香之旅



- 編號：TM2425526
- 對象：12-24 歲
- 名額：12位
- 日期：16/7, 23/7, 30/7/2024(逢二)
- 時間：2:00pm - 5:00pm
- 地點：湖翠樓分辦事處
- 費用：會員免費/非會員\$30位
- 負責職員：劉遠珠姑娘
- 內容：1) 透過香味體驗及工作坊，
讓青少年連結自己的
五感(視、聽、味、觸、嗅覺)
2) 每一次會製作及帶走一種手作
(香水、香薰蠟燭)



2024-25年度屯門區青年

暑期一般活動（申請中）

身心健康體驗系列-手機攝影同學會

- 編號：TMSYP2425-01
- 對象：8-12歲
- 名額：20位
- 日期：17/7/2024(三)(工作坊)、18/7/2024(四)(實戰日)
- 時間：17/7(4:00-5:30pm)、18/7(10:00am-4:30pm)
- 地點：兆禧辦事處、大埔
- 費用：\$50位 (包車費及午膳)
- 負責職員：葉國強 (強Sir)
- 內容：由導師講解手機拍攝技巧，再到大埔火車博物館及大埔海濱公園進行實戰
- 備註：需自備可影相手機及流動充電器



- 以下為暑期一般活動，接受非會員報名，報名日期為5/5/2024(星期日)
- 如活動未能申請到資助，該活動便須取消。
- 所有體能活動，均須填報健康申報表，沒呈交則不能上課，並不能退款。
- 活動名額有限，先報先得。
- 參觀地點申請中，成功與否由參觀機構決定，活動可能更改地點或取消。
- 不設綜援優惠。

身心健康體驗系列-原野烹飪

- 編號：TMSYP2425-02
- 對象：8-12歲
- 名額：12位
- 日期：2/8/2024(五)
- 時間：9:30am-5:00pm
- 地點：湖翠樓分辦事處、大棠郊野公園
- 費用：\$50位 (包車費及午膳)
- 負責職員：葉國強 (強Sir)
- 內容：由小朋友自行商討菜單及購買食材，並於大棠郊野公園進行原野烹飪
- 備註：自備防曬、防蚊及雨具等



身心健康體驗系列-平板賽艇課程

- 編號：TMSYP2425-03
- 對象：8-12歲 (需填寫健康申報表)
- 名額：12位
- 日期：5/8、12/8/2024(逢一)
- 時間：8:00am-7:00pm
- 地點：官觀發現號 (集合及解散：兆禧辦事處)
- 費用：\$100位 (包車費及午膳)
- 負責職員：葉國強 (強Sir)
- 內容：兩日平板賽艇證書課程，運動結合傳統賽艇動作和衝浪原理及技術進行
- 備註：請自備防曬、沖身用品及後備衣物等



身心健康體驗系列-薯片小子

- 編號：TMSYP2425-04
- 對象：6-12歲
- 名額：16位
- 日期：13/8/2024(二)
- 時間：8:45am-5:00pm
- 地點：將軍澳卡樂B廠房(申請中)、中環香港海事博物館 (集合及解散：兆禧辦事處)
- 費用：\$90位 (包車費及午膳)
- 負責職員：余綺珊姑娘
- 內容：了解卡樂B廠運作及參觀海事博物館
- 備註：卡樂B廠房仍在申請當中，如未能安排，會改為遊覽赤柱，敬請留意。



2024-25年度屯門區青年 暑期一般活動 (申請中)

【新興室內團隊歷奇系列】 Wargame先驅者

編號：TMSYP2425-05
對象：13-24歲
名額：16人
日期：31/7/2024(三)
時間：2:00pm - 6:00pm
地點：WarZone

(需填寫健康申報表)



(荔枝角大南西街601-603號香港紗廠
工業大廈第一、二期8樓8A室)

費用：\$80位

負責職員：張智峯先生、周軒柏先生

內容：學習正確使用汽槍及戰術運用、領袖及
團體合作訓練

- 以下為暑期一般活動，接受非會員報名，報名日期為5/5/2024(星期日)
- 如活動未能申請到資助，該活動便須取消。
- 所有體能活動，均須填報健康申報表，沒呈交則不能上課，並不能退款。
- 活動名額有限，先報先得。
- 參觀地點申請中，成功與否由參觀機構決定，活動可能更改地點或取消。
- 不設綜援優惠。

【新興室內團隊歷奇系列】 Running Games

編號：TMSYP2425-08
對象：13-24歲
名額：16人
日期：24/7/2024(三)
時間：2:30 pm - 6:30 pm
地點：Running Games

(需填寫健康申報表)



(九龍紅磡凱旋工商中心第一期3/F A)

費用：\$80位

負責職員：高諾文先生

內容：以多種邏輯、速度、體力的競技遊
戲，體驗多種刺激的遊戲和比拼。

【新興室內團隊歷奇系列】 逃出密室系列:彌敦道 452

編號：TMSYP2425-07
對象：13-24歲
名額：7人
日期：12/08/2024(一)
時間：3:30pm - 5:00pm
地點：LOST Mong Kok 旺角

(需填寫健康申報表)



(旺角亞皆老街67-71號3樓)

費用：\$80位

負責職員：張智峯先生

內容：運用團體智慧，解決1953年3月彌敦道的
神秘事件。

【戶外運動歷險系列】 玩繩網 別迷惘

編號：TMSYP2425-06
對象：13-24歲
名額：16人
日期：21/8/2024(三)
時間：2:00pm - 5:00pm
地點：香港中華基督教青年會新界會所

(需填寫健康申報表)



(葵涌葵盛圍32-40號)

費用：\$80位

負責職員：張智峯先生、周軒柏先生

內容：挑戰高空繩網陣，增強自信心。

—TOP—
SECRET



2024-25年度屯門區青年 暑期一般活動 (申請中)

【戶外運動歷險】 西貢浮潛樂

編號：TMSYP2425-09 (需填寫健康申報表)
對象：12-24歲
名額：12位
日期：12/7/2024(五)(簡介會), 26/7/2024(五)(活動日)
時間：7:00pm - 9:00pm(簡介會)
9:00am - 5:00pm(活動日)
地點：湖翠樓分辦事處、西貢
費用：\$100位
負責職員：劉遠珠姑娘
內容：由專業教練帶領參加者在西貢海域進行浮潛活動，了解有關香港的海洋生態



- 以下為暑期一般活動，接受非會員報名，報名日期為5/5/2024(星期日)
- 如活動未能申請到資助，該活動便須取消。
- 所有體能活動，均須填報健康申報表，沒呈交則不能上課，並不能退款。
- 活動名額有限，先報先得。
- 參觀地點申請中，成功與否由參觀機構決定，活動可能更改地點或取消。
- 不設綜援優惠。

【戶外運動歷險系列】 室內歷奇體驗

編號：TMSYP2425-10 (需填寫健康申報表)
對象：13-24歲
名額：12位
日期：09/08/2024(五)
集合時間及地點：12:30pm及兆禧辦事處
解散時間及地點：6:30pm及東涌鐵路站
活動地點：愉景灣遊樂場EpicLand
費用：\$80位
負責職員：張智峯先生
內容：室內空中繩網、室內攀石等



甜在心頭(初中)

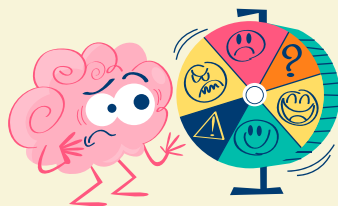
編號：TMSYP2425-11
對象：12-24歲
名額：8位
日期：22/7, 29/7/2024(一)甜品班,
17/8/2024(六) 義工服務日
時間：11:00am - 1:00pm(甜品班)
2:00pm-6:00pm(義工服務日)
地點：湖翠樓分辦事處
費用：\$80位
負責職員：劉遠珠姑娘
內容：兩堂甜品製作, 17/8參與中心義工服務日



甜在心頭(高中)

編號：TMSYP2425-12
對象：12-24歲
名額：8位
日期：22/7, 29/7/2024(一)甜品班,
17/8/2024(六) 義工服務日
時間：3:00pm - 5:00pm(甜品班)
2:00pm-6:00pm(義工服務日)
地點：湖翠樓分辦事處
費用：\$80位
負責職員：劉遠珠姑娘
內容：兩堂甜品製作, 17/8參與中心義工服務日





EMOTIONS AND US 認識情緒

01. 情緒是我們的主觀感受，它反映了我們對客觀事物的個人體驗，以及自身的需要是否得到滿足。

情緒沒有分對與錯，都是一些訊號顯示了我們對外在環境的心理反應和內心需要。

02.

03. 由於每個人都有不同的成長背景、信念與經歷，面對同一件事情可以有不同的感受和情緒表達方式。

學習適當地表達、處理情緒是我們人生重要的課題。

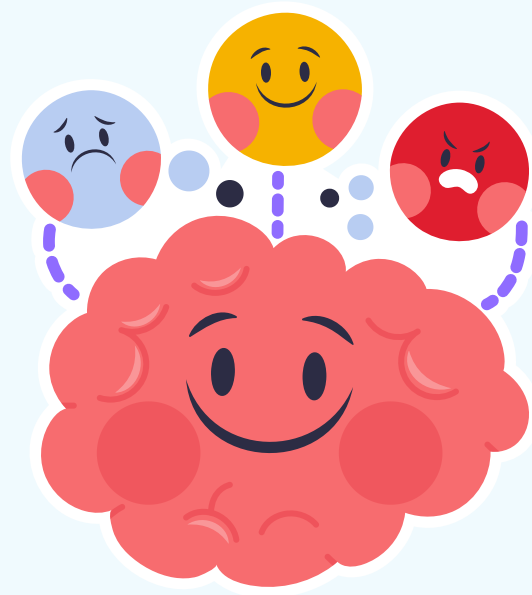
04.



情緒健康週

15/4-27/4/2024

本服務將會於 15/4-27/4/2024 進行情緒健康週，屆時將會在大堂範圍有問答遊戲參與，完成後可獲得精美禮物乙份



什麼是情緒健康？

1) 覺察自己的情緒

情緒是無所不在的，它可以從臉部表情、行為舉止和處事態度看得出來，也可以透過藝術創作探索內心感受。經常察覺自己的思想、行為、觀感、需要及感受，便能對自己的情緒狀態有多一份了解。



2) 接納自己的情緒

情緒沒有分對與錯，即使是令我們不舒服的情緒（如憤怒、悲傷、擔心、和焦慮等，都反映著自己的想法、期望和需要。若能接納自己的情緒，就能開始了解情緒背後的原因，及內心深處的渴求，然後採取合適的方法去表達及回應。



什麼是情緒健康？

3) 運用適當的方法表達及疏導情緒

情緒沒有絕對的解決方法，任何負面情緒都需要適當的表達或疏導，而不是壓抑、否定或任意、放縱地發洩。



你可以運用創意藝術途徑去探索及表達自己的情緒。



以下是有關情緒健康的訊號：

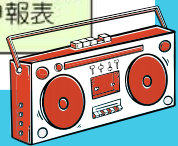
- 能察覺及適當地表達自己的需要與感受
- 擁有良好的社交支援網絡，能得到別人的關懷
- 能洞悉別人的情緒，有同理心，並對別人寬容
- 容易對身邊的人和事感到滿意
- 有需要時，能夠適當地拒絕別人而沒有感到內疚
- 即使面對壓力時，能夠放鬆自己
- 思想正面，抱樂觀積極的人生態度
- 對自己感覺良好，享受生命



暑期興趣班

- 如因天氣影響需取消之課堂，本服務會安排順延一堂作為補課，請學員預留時間，未能出席補課的學員不獲另行補課或退款。
- 所有體能活動，均須填報健康申報表，沒呈交則不能上課，並不能退款。
- 參加者自行協調各課程/活動時間，以免重疊，如有撞期，恕不退款

編號 TM2024-	名稱	對象	日期	時間	堂數	名額	收費	材料	內容	地點	備註
001	劍擊A	4-6歲	23/7-20/8/2024 (逢二)	10:00-11:00am	5	10	\$650	/	劍擊是一項講求禮儀的運動，課程教授學員劍擊基本步法、進攻及防守技巧，培養學生身體協調能力。學生於訓練需不斷觀察思考，透過判斷力運用合適的攻防策略。此外，劍擊亦注重團隊精神和溝通能力，是一項鍛鍊體力與智力的運動。 <<銳生體協會合辦>>	兆禧辦事處 小劇場	請穿著波鞋 需填寫健康 申報表
002	劍擊B	7-12歲	23/7-20/8/2024 (逢二)	11:00-12:00nn	5	12	\$650	/			
003	小型網球A	4-6歲	24/7-21/8/2024 (逢三)	9:30-10:30am	5	10	\$630	/	小型網球是一項專為學童而設的運動，教練會採用輕巧網球拍、網球及適合學童高度的球網，讓他們在學習時得到百分百保護，減低受傷機會。學習小型網球能令初學者更易上手，提升自信心，為學童帶來無窮的樂趣。專業輕鬆的課程設計，能讓小朋友提早認識網球運動，幫助將來在網球運動上的發展。<<銳生體協會合辦>>	湖翠辦事處舞 蹈室或屯門湖 景邨室外籃球 場	請穿著波鞋 需填寫健康 申報表
004	小型網球B	7-10歲	24/7-21/8/2024 (逢三)	10:30-11:30am	5	12	\$630	/			
005	花式跳繩A	5-8歲	18/7-15/8/2024 (逢四)	9:30-10:30am	5	12	\$575	拍子繩 \$90(另 計)/自 備	本課程能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。導師會由淺入深教授以下動作： 1. 單人花式---左右開合跳/肯肯跳/田雞交叉跳/鬥牛勇士跳/二重跳/等等； 2. 雙人花式---車輪跳/單足迴旋跳/連鎖跳等等； 3. 大繩花式---6人/8人大繩/三角繩/十字繩/繩中繩等等； 4. 交互繩花式；5. 花式組合。 導師均具備中國香港跳繩總會或香港心臟專科學院頒發之跳繩強心導師教練證書。 <<專才教育服務中心合辦>>	兆禧辦事處 小劇場	請穿著波鞋 需填寫健康 申報表
006	花式跳繩B	9-13歲	18/7-15/8/2024 (逢四)	10:30-11:30am	5	12	\$575				
007	體操A	4-6歲	18/7-15/8/2024 (逢四)	11:30-12:30pm	5	10	\$575	/	讓學童從小認識體操項目，對學生日後向其他運動發展大有幫助。本課程能更有效提高學童之身體協調能力、肌耐力、平衡力、柔軟度、爆炸力等，使學生體能得到全面均衡的發展。內容：1. 熱身及伸展鍛鍊；2. 靜態動作訓練；3. 滾翻動作訓練；4. 小型平衡木訓練；5. 小型軟墊跳箱訓練；6. 基本體能訓練等。導師均持有中國香港體操總會之體操教練證書。 <<專才教育服務中心合辦>>	兆禧辦事處 小劇場	請穿著彈性的長褲，需填寫健康申報表
008	體操B	8-10歲	18/7-15/8/2024 (逢四)	12:30-1:30pm	5	12	\$575	/			
009	幼兒跆拳道班	4-6歲	22/7-19/8/2024 (逢一)	11:00-12:00nn	5	12	\$300	/	跆拳道著重腳踢與拳擊，但用腳法佔百分之七十，腳法也特別巧妙，對於腳法之鍛鍊也就特別講究，所以跆拳道亦是一種著重於腳法的武術。本課程適合初學的小朋友，教授基本的拳法、腳法的運用、擋手、體能鍛鍊及跆拳道的禮儀等。 <<國際跆拳道香港總會有限公司合辦>>	兆禧辦事處 小劇場	需填寫健康 申報表
010	兒童跆拳道班	7-13歲	22/7-19/8/2024 (逢一)	10:00-11:00am	5	12	\$300	/			
011	幼兒Pop jazz	3-5歲	19/7-16/8/2024 (逢五)	10:00-11:00am	5	12	\$410	/	「Pop.Jazz」是一種極富動感，節奏明快的舞蹈，至今已發展出多種風格，舞蹈動作由傳統含蓄，至誇張奔放等不同演繹方式，一應俱全。本課程以訓練節奏感及肢體協調為主，學員將會學到基礎爵士舞技巧，如伸展動作、獨立舞動身體各部份和身體協調之技巧等等。	兆禧辦事處 小劇場	請穿著波鞋 需填寫健康 申報表



暑期興趣班

- 如因天氣影響需取消之課堂，本服務會安排順延一堂作為補課，請學員預留時間，未能出席補課的學員不獲另行補課或退款。
- 所有體能活動，均須填報健康申報表，沒呈交則不能上課，並不能退款。
- 參加者自行協調各課程/活動時間，以免重疊，如有撞期，恕不退款



編號 TM2024-	名稱	對象	日期	時間	堂數	名額	收費	材料	內容	地點	備註
012	兒童HIPHOP	6-10歲	19/7-16/8/2024 (逢五)	11:00-12:00nn	5	12	\$410	/	HipHop文化起源自美國，HipHop舞是街舞的統稱。本課程將教授基本技巧及編排舞蹈，讓學員透過不同的音樂，瞭解各種音樂與舞步的配合方法，體驗HIPHOP獨有的風格及自由度。	兆禧辦事處 小劇場	請穿著波鞋 需填寫健康 申報表
013	青年 JazzFunk	11歲或 以上	19/7-16/8/2024 (逢五)	12:00-1:15pm	5	12	\$515	/	JazzFunk是以jazz為基底加入不同舞蹈風格元素，是種集PopJazz、Jazz和Funky的一種舞蹈，配以較強勁的流行曲作編舞，因此不同的老師亦會完全不同的風格。本課程以訓練節奏感及肢體協調為主，學員將會學到基礎爵士舞技巧，如伸展動作、獨立舞動身體各部份和身體協調之技巧等等。	兆禧辦事處 小劇場	請穿著波鞋 需填寫健康 申報表
014	乒乓球訓練 初A	9-12歲	24/7-21/8/2024 (逢三)	10:00-11:00am	5	12	\$410	/	教授基本比賽規則、發球、攻守等技巧。導師為香港乒乓球總會認可教練。	兆禧辦事處 小劇場	請自備乒乓球拍及穿著波鞋，需填寫健康申報表
015	乒乓球訓練 初B	6-8歲	24/7-21/8/2024 (逢三)	11:00-12:00nn	5	12	\$410	/			
016	乒乓進階班	對乒乓球有認識者 (8-14歲)	24/7-21/8/2024 (逢三)	12:00-:1:30pm	5	12	\$520	/	教授反手推檔或撥球、正反手搓球、步法，各種旋轉球及比賽戰術運用等。導師為香港乒乓球總會認可教練。	兆禧辦事處 小劇場	請自備乒乓球拍及穿著波鞋，需填寫健康申報表
017	芭蕾舞 啟蒙班	3-5歲	24/7-21/8/2024 (逢三)	4:00-5:00pm	5	12	\$410	/	本課程將以輕鬆、活動、有趣方式進行。讓兒童從遊戲中學習基本芭蕾舞技巧及知識，啟發對舞蹈的興趣，芭蕾舞更可培養出優雅氣質、良好的紀律及自信。	兆禧辦事處 小劇場	請穿著技巧鞋，需填寫健康申報表
018	兒童瑜伽	6-13歲	19/7-16/8/2024 (逢五)	2:00-3:00pm	5	12	\$450	/	本課程包含不同的教學元素，透過瑜伽體式練習及呼吸，配以遊戲及音樂等，全面發展兒童的成長。瑜伽對小朋友的好處：培養有自然彎曲和靈活的脊椎；改善情緒及提升情緒智能；學習放鬆和減壓能力；建立協調性、平衡力、促進肌力及柔軟度。	兆禧辦事處 小劇場	請穿著彈性長褲，需填寫健康申報表
019	兒童籃球班	7-10歲	22/7-19/8/2024 (逢一)	10:30-11:30am	5	12	\$520	/	本課程會由淺入深，透過操練身體強度、敏捷度、耐力，同時提升籃球基本功和技術，包括拍球、傳球、射球、上籃和搶籃板。	湖翠辦事處之 舞蹈室或屯門 湖景邨室外籃 球場	請穿著波鞋 需填寫健康 申報表
020	青年籃球班	11-13歲	22/7-19/8/2024 (逢一)	11:30-1:00pm	5	12	\$650	/			
021	幼兒籃球班	4-6歲	22/7-19/8/2024 (逢一)	9:30-10:30am	5	10	\$550	/	本課程會教授身體協調、基本步法、運球、防護等訓練，培養小朋友對籃球的興趣。	湖翠辦事處之 舞蹈室或屯門 湖景邨室外籃 球場	請穿著波鞋 需填寫健康 申報表



暑期興趣班

- 如因天氣影響需取消之課堂，本服務會安排順延一堂作為補課，請學員預留時間，未能出席補課的學員不獲另行補課或退款。
- 所有體能活動，均須填報健康申報表，沒呈交則不能上課，並不能退款。
- 參加者自行協調各課程/活動時間，以免重疊，如有撞期，恕不退款

編號 TM2024-	名稱	對象	日期	時間	堂數	名額	收費	材料	內容	地點	備註
022	科學車2024 自己做	6-11歲	24/7-21/8/2024 (逢三)	11:00-12:00nn	5	12	\$420	\$130	在導師帶領下透過主題的啟發，讓孩子學習製作自己的科學車，還瞭解相關有趣科學知識，從過程中體會各種Steam的元素，而相關零件並可用作日後創作零件的應用。主題製作： 1. 遙控電動車製作Part1 2. 遙控器安裝及接收器裝置Part2 3. 化學噴射飛彈車 4. 投石攻城車 5. 高空行走電動纜車360 <<ITECH PLUS LTD合辦>>	兆禧辦事處 會議室	請自備兩粒 AA電池
023	機械人的科學	6-11歲	23/7-20/8/2024 (逢二)	11:00-12:00nn	5	12	\$420	\$130	在導師帶領下透過主題的啟發，讓孩子學習製作自己的機械人，還瞭解相關有趣科學知識，從過程中體會各種Steam的元素，而相關零件並可用作日後創作零件的應用。主題製作： 1. 推車電動機械人 2. 翻滾前進電動機械人 3. 雙人旋轉芭蕾舞者電動機械裝置 4. 步行機械人 5. 桿杆力學爬繩上升機械人 <<ITECH PLUS LTD合辦>>	兆禧辦事處 活動室	請自備兩粒 AA電池
024	發射科學原理研究所	6-11歲	23/7-20/8/2024 (逢二)	12:00-1:00pm	5	12	\$420	\$130	課堂內藉著孩子親自製作過程中，學習各種STEAM的元素，豐富動手做的能力，明白相關的原理及體驗相關科技材料元件，零件並可用作日後創作零件的應用。主題製作： 1. 化學噴射飛彈槍(學習化學動力噴射原理) 2. 乒乓球發射迫擊大炮筒(學習彈力轉移原理) 3. 自製小水槍(學習應用止流閥原理) 4. 滅聲筒型橡筋槍(學習機關板扣原理) 5. 自製紅外線瞄準器(學習電子接駁原理) <<ITECH PLUS LTD合辦>>	兆禧辦事處 活動室	請自備兩粒 AA電池
025	2024航天科學的玩具	6-11歲	23/7-20/8/2024 (逢二)	2:00-3:00pm	5	12	\$420	\$130	在導師帶領下，透過海陸空主題，學習製作自己的STEM玩具，並瞭解相關有趣科學知識，體會能量轉移、拉力、氣動、化學、力學平衡、反作用力及電動等等原理，豐富自信及培養探索的精神。主題製作： 1. 二氧化碳噴射小火箭製作 2. 彈射發射台小飛機 3. 螺旋槳動力垂直升空飛行器 4. 氣動升空小飛彈 5. 力學平衡浮動小衛星 <<ITECH PLUS LTD合辦>>	兆禧辦事處 活動室	請自備兩粒 AA電池
026	科學玩物恐龍研究所	6-11歲	23/7-20/8/2024 (逢二)	3:00-4:00pm	5	12	\$420	\$130	在導師帶領下透過恐龍主題的啟發，從製作過程中豐富他們的動手能力，啟動孩子的求知好奇心，理解相關的科技原理，作品並且可帶回家再次與家人分享。 1. 彈射恐龍射擊槍 2. 電動飛馳劍龍車 3. 力學飄浮小翼龍 4. 電動恐龍蛋(視覺暫留) 5. 透明發光恐龍頭小夜燈 <<ITECH PLUS LTD合辦>>	兆禧辦事處 活動室	請自備兩粒 AA電池

暑期興趣班

- 如因天氣影響需取消之課堂，本服務會安排順延一堂作為補課，請學員預留時間，未能出席補課的學員不獲另行補課或退款。
- 所有體能活動，均須填報健康申報表，沒呈交則不能上課，並不能退款。
- 參加者自行協調各課程/活動時間，以免重疊，如有撞期，恕不退款

編號 TM2024-	名稱	對象	日期	時間	堂數	名額	收費	材料	內容	地點	備註
027	聲音探索的科學	6-11歲	23/7-20/8/2024 (逢二)	4:00-5:00pm	5	12	\$420	\$130	讓孩子學習製作自己的玩具，還瞭解相關有趣科學知識，從過程中體會各種Steam的元素，作品可帶回家與家人分享。主題製作： 1. 自製八音琴鍵指木琴； 2. 掌聲聲控智能小夜燈； 3. 無線電摩斯密碼發報機製作Part1； 4. 無線電訊號接收機裝置及密碼圖Part2； 5. 手搖發聲音樂電視箱； <<ITECH PLUS LTD合辦>>	兆禧辦事處 活動室	請自備兩粒 AA電池
028	科學昆蟲	6-11歲	24/7-21/8/2024 (逢三)	10:00-11:00am	5	12	\$420	\$130	課堂內藉着孩子互動製作過程中學習各種STEAM的元素及科學原理，也加強了動手做的能力，理解基礎製作元件的知識，過程中體會電動，電子元件，重力驅動，電機齒輪及槓杆原理，而相關零件可供日後自行組裝及創作之用。主題製作： 1. 紅外線感應智能發光小蝙蝠； 2. 樹上飄浮力學蝴蝶； 3. 電動疾走激鬥小蠍子； 4. 拍翼小蜻蜓機械裝置； 5. 電動發光螢火蟲(光學) <<ITECH PLUS LTD合辦>>	兆禧辦事處 會議室	請自備兩粒 AA電池
029	機動森林小生物	6-11歲	23/7-20/8/2024 (逢二)	10:00-11:00am	5	12	\$420	\$130	課堂內藉着孩子互動製作過程中學習各種STEAM的元素及科學原理，也加強了動手做的能力，理解基礎製作元件的知識，過程中體會電動，電子元件，重力驅動，電機齒輪及槓杆原理，而相關零件可供日後自行組裝及創作之用。主題製作：1. 電動爬行小蝸牛；2. 電子燈發光樹；3. 力學槓杆拍翼鳥；4. 電動動力彈彈小青蛙；5. 槓杆力學闊木啄木鳥。<<ITECH PLUS LTD合辦>>	兆禧辦事處 活動室	請自備兩粒 AA電池
030	小偵探的光科學	4-6歲	24/7-21/8/2024 (逢三)	12:00-1:00pm	5	12	\$420	\$130	在導師帶領下，透過主題，學習製作自己的STEM玩具，並瞭解相關有趣科學知識，豐富自信及培養探索的精神。作品可帶回家。主題製作：1. 自製放大鏡；2. 自製電子發光旋轉陀螺；3. 潛望鏡；4. 照明小電筒；5. 自製隱型字及顯示器。 <<ITECH PLUS LTD合辦>>	兆禧辦事處 會議室	/
031	童夢玩具學科學	4-6歲	24/7-21/8/2024 (逢三)	2:00-3:00pm	5	12	\$420	\$130	在導師的帶領下，孩子學習製作科學作品，親自實踐作出實驗效果，過程中體會電動、磁、光學、手眼協調，平衡力及動力等等原理，豐富自信及培養探索的精神。作品可帶回家。主題製作： 1. 探測金屬的小手； 2. 電動馬達包剪猜拳器； 3. 電動動力小風扇； 4. 望遠鏡； 5. 自製不倒熊。 <<ITECH PLUS LTD合辦>>	兆禧辦事處 會議室	/

暑期興趣班

- 如因天氣影響需取消之課堂，本服務會安排順延一堂作為補課，請學員預留時間，未能出席補課的學員不獲另行補課或退款。
- 所有體能活動，均須填報健康申報表，沒呈交則不能上課，並不能退款。
- 參加者自行協調各課程/活動時間，以免重疊，如有撞期，恕不退款



編號 TM2024-	名稱	對象	日期	時間	堂數	名額	收費	材料	內容	地點	備註
032	童夢科學交通工程師	4-6歲	24/7-21/8/2024 (逢三)	3:00-4:00pm	5	12	\$420	\$130	在導師帶領下，孩子親自製作交通主題的作品。除了學習製作自己的玩具外，還瞭解相關有趣科學知識，豐富自信及培養探索的精神。作品可帶回家。 主題內容： 1. 手動上鏈風力飛行車(學習風力推動)； 2. 彈射滑行四輪小跑車(學習彈力原理)； 3. 爬繩上升小火箭(利用平衡張力磨擦力)； 4. 彈射飛機基地(學習拉力原理)； 5. 風帆三輪車(學習風力原理)； <<ITECH PLUS LTD合辦>>	兆禧辦事處 會議室	/
033	幼童自己玩具自己做	4-6歲	24/7-21/8/2024 (逢三)	4:00-5:00pm	5	12	\$420	\$130	自己親自製作有趣的科學玩具，除了豐富動手做的能力，過程中明白相關的科學原理，體會平衡、風力、電及聲學原理。主題製作： 1. 空氣傳音電話機(學習聲學原理)； 2. 電動爬彈塗魚(學習動力原理)； 3. 捕捉釣鱷魚(學習磁力原理)； 4. 自制小劍球製作(學習手眼協調)； 5. 風力飛行車(學習風力學原理) <<ITECH PLUS LTD合辦>>	兆禧辦事處 會議室	/
034	角落小夥伴大圖鑑 (黏土製作)	7-12歲	19/7-9/8/2024 (逢五)	10:00-11:00am	4	12	\$230	\$205	日本人氣趣緻卡通--角落小伙伴，躲在廚房或房間的小角落自得其樂，今次大圖鑑，各個小伙伴展示其特色，怕冷的「白熊」、沒自信的「企鵝」、被吃剩的「炸豬扒」、害羞的貓、隱瞞真正身份的「蜥蜴」等，教授小朋友如何拓展想像空間，黏土搓製出不同變化。每堂完成一件作品。課程內容會按兒童和幼兒之不同程度而調較。內容：1. 企鵝雪糕；2. 炸物派對；3. 蜥蜴星夢；4. 炸蝦尾軍團。 <<創意夢工場合辦>>	兆禧辦事處 活動室	請自備膠盒
035	角落夥伴運動會 (黏土製作)	4-6歲	19/7-9/8/2024 (逢五)	11:00-12:00nn	4	12	\$230	\$205	2023年舉世矚目的奧運會，讓角落夥伴也起勁一起參與，他們跳出房間的框框參與各項運動比賽，令角色更生動活潑。每堂完成一件作品。內容會按兒童和幼兒之不同程度而調較。內容：1. 白熊踢足球；2. 企鵝打籃球；3. 貓貓打羽毛球；4. 真正的企鵝舉重。 <<創意夢工場合辦>>	兆禧辦事處 活動室	請自備膠盒
036	達菲熊家族 (黏土製作)	7-12歲	19/7-9/8/2024 (逢五)	12:00-1:00pm	4	12	\$230	\$205	達菲熊是米奇非常喜愛的泰迪熊玩偶，奇妙仙子撒下了奇妙星粉，讓這些泰迪熊「活」起來，擁有了生命，並改變傳統低調的啡色，給它們換上粉色的衣裳，夢幻、可愛、親切與真實的與我們一起。這個課程讓達菲熊的朋友們陸續登場，讓小朋友製作及擁抱它們。 內容：1. 達菲；2. 雪梨玫；3. 多尼；4. 史黛拉。 <<創意夢工場合辦>>	兆禧辦事處 活動室	請自備膠盒

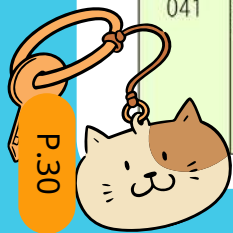


暑期興趣班

- 如因天氣影響需取消之課堂，本服務會安排順延一堂作為補課，請學員預留時間，未能出席補課的學員不獲另行補課或退款。
- 所有體能活動，均須填報健康申報表，沒呈交則不能上課，並不能退款。
- 參加者自行協調各課程/活動時間，以免重疊，如有撞期，恕不退款



編號 TM2024-	名稱	對象	日期	時間	堂數	名額	收費	材料	內容	地點	備註
037	花花藝舍	7-12歲	19/7-9/8/2024 (逢五)	4:00-5:00pm	4	12	\$230	\$205	運用不同花類素材，包括仿真花、紙花、乾花、再生花、壓花，選拼配著大自然的草木，例如松果、桂皮、乾花果實、天然鮮苔、檸檬等，設計日、韓及北歐簡約風格的實用物品，不但學習花藝的拼配，更提昇創意及藝術美感。 內容：1.「花」之Cake；2.「花」之水杯；3.「花」之風鈴；4.「花」之立體畫。 <<創意夢工場合辦>>	兆禧辦事處 活動室	請自備圍裙
038	玻璃繪畫教室	7-12歲	19/7-9/8/2024 (逢五)	3:00-4:00pm	4	12	\$230	\$205	玻璃彩繪是從古埃及與古羅馬時期開始創作，在教堂上的玻璃彩繪畫像，更代表著不同聖經上的故事。時至今日，玻璃彩繪也成為小朋友學習繪畫的其中一種技巧，繪畫加上拼貼方式，打造成為美麗、色彩通透豐富、題材多樣化並具創意的玻璃飾品。是次課程繪畫之題材多元化在不同塑膠及玻璃器皿上。 內容：1.動物匙扣；2.七彩冰山夜燈；3.雕花玻璃碟；4.彩繪星球燈。 <<創意夢工場合辦>>	兆禧辦事處 活動室	請自備圍裙
039	創意皮革工場	7-12歲	19/7-9/8/2024 (逢五)	2:00-3:00pm	4	12	\$230	\$245	利用多色彩及質料的皮革，製作不同技巧之潮流皮革製品，包括手縫、印章、釘鈕、拼貼、印章、繪色等，既實用、時尚及美觀。課程內容會按兒童和幼兒之不同程度而調較。 內容：1.七彩動物卡/匙圈；2.貓咪零錢包；3.雙色筆袋；4.書包/行李套。 <<創意夢工場合辦>>	兆禧辦事處 活動室	/
040	速算A (加減) 只收新生	升小一至升小二	19/7-23/8/2024 (逢五)	11:00-12:00nn	6	12	\$590	/	本活動主要參考了過往各個國際數學比賽中及坊間對計算法發表的研究、對數理的發現，再綜合而得到的成果。當中的國際數學奧林匹克，更是本活動知識的核心，講求學習者對數學的應用及融會貫通，訓練學員從數列中找出規律然後計算。學員除了學會數學理論外，還可以訓練其腦筋的靈活，可謂一舉兩得。活動主要圍繞著加、減作出訓練學習『組十法』及『歸十法』等以懂得數字不同排序的運用，提昇學員加、減法的計算速度。 <<展才能通識教育集團合辦>>	兆禧辦事處 會議室	請自備文具
041	速算B (乘法) 只收新生	升小三至升小五	19/7-23/8/2024 (逢五)	12:00-1:00pm	6	12	\$590	/	本活動主要參考了過往各個國際數學比賽中及坊間對計算法發表的研究、對數理的發現，再綜合而得到的成果。當中的國際數學奧林匹克，更是本活動知識的核心，講求學習者對數學的應用及融會貫通，訓練學員從數列中找出規律然後計算。學員除了學會數學理論外，還可以訓練其腦筋的靈活，可謂一舉兩得。活動主要圍繞著加、減、乘作出訓練讓學員的計算速度得以提昇及進一步了解數理及數列拆解的方法。當中的『展合法』，除了提昇學員乘法的計算速度外，更能鞏固學童的倍數及因式分解概念。(學員需能熟背乘數表) <<展才能通識教育集團合辦>>	兆禧辦事處 會議室	請自備文具



暑期興趣班

- 如因天氣影響需取消之課堂，本服務會安排順延一堂作為補課，請學員預留時間，未能出席補課的學員不獲另行補課或退款。
- 所有體能活動，均須填報健康申報表，沒呈交則不能上課，並不能退款。
- 參加者自行協調各課程/活動時間，以免重疊，如有撞期，恕不退款

3+3

編號 TM2024-	名稱	對象	日期	時間	室數	名額	收費	材料	內容	地點	備註
042	指心算A	升K2至 升K3	19/7-23/8/2024 (逢五)	10:00-11:00am	6	10	\$590	/	第一階段：鞏固學童對多與少、數與量的概念認識。 第二階段：使學童認識數值的指法代表方式、直加直減基礎計算法和運用腦映像的基礎概念。 第三階段：開始『進位算法』的學習及該算法的腦映像運用，還有對加數中『補數』的運用。 <<展才能通識教育集團合辦>>	兆禧辦事處 會議室	請自備文具
043	幼兒奧數	升K2至 升K3	19/7-23/8/2024 (逢五)	2:00-3:00pm	6	10	\$590	/	活動的宗旨除了使學童透過活動改善計算速度及數理認知外，更不忘讓學童在無壓力的環境下啟發分析力、數理理解、思維及邏輯能力。傳統反覆機械式的教學模式，不但加重學童的壓力，還使學習者對數學失去興趣。所以我們會以『啟發及引導』的模式，以達致學而生趣、主動學習的目的。課堂中所學的內容，主要是圍繞著比賽中的題目類型作出探討，本期課題『煮蛋問題(概念認識)』。 <<展才能通識教育集團合辦>>	兆禧辦事處 會議室	請自備文具
044	奧數A	升小一 至升小 二	19/7-23/8/2024 (逢五)	3:00-4:00pm	6	12	\$590	/	活動的宗旨除了使學童透過活動改善計算速度及數理認知外，更不忘讓學童在無壓力的環境下啟發分析力、數理理解、思維及邏輯能力。傳統反覆機械式的教學模式，不但加重學童的壓力，還使學習者對數學失去興趣。所以我們會以『啟發及引導』的模式，以達致學而生趣、主動學習的目的。課堂中所學的內容，主要是圍繞著比賽中的題目類型作出探討，本期課題『幾何規律及移多補少』。 <<展才能通識教育集團合辦>>	兆禧辦事處 會議室	請自備文具
045	奧數B	升小三 至升小 四	19/7-23/8/2024 (逢五)	4:00-5:00pm	6	12	\$590	/	活動的宗旨除了使學童透過活動改善計算速度及數理認知外，更不忘讓學童在無壓力的環境下啟發分析力、數理理解、思維及邏輯能力。傳統反覆機械式的教學模式，不但加重學童的壓力，還使學習者對數學失去興趣。所以我們會以『啟發及引導』的模式，以達致學而生趣、主動學習的目的。課堂中所學的內容，主要是圍繞著比賽中的題目類型作出探討，本期課題『和差位問題及程序問題』。 <<展才能通識教育集團合辦>>	兆禧辦事處 會議室	請自備文具
046	圖像記憶學習法A	升小一 至升小 二	19/7-16/8/2024 (逢五)	10:00-11:00am	5	12	\$490	/	『圖像記憶學習法』是一種富聯想力及創造力的記憶方法，學員在學習其間，學習把所見所聞加以聯想及創造，變成了互相關聯及與回憶掛鉤的東西，當事物與回憶有了關聯，回想起來便容易得多，而且歷久不衰。活動的學習關鍵，在於學生能否把不同的圖像或物件互相聯想起來，他們掌握的聯想能力越高，學習成果便越顯著。當學員掌握了方法後，他們在記憶時間便會減少硬記課本的習慣。 <<展才能通識教育集團合辦>>	兆禧辦事處 舞蹈室	/
047	圖像記憶學習法B	升K2至 升K3	19/7-16/8/2024 (逢五)	11:00-12:00nn	5	10	\$490	/			



暑期興趣班

- 如因天氣影響需取消之課堂，本服務會安排順延一堂作為補課，請學員預留時間，未能出席補課的學員不獲另行補課或退款。
- 所有體能活動，均須填報健康申報表，沒呈交則不能上課，並不能退款。
- 參加者自行協調各課程/活動時間，以免重疊，如有撞期，恕不退款



編號 TM2024-	名稱	對象	日期	時間	堂數	名額	收費	材料	內容	地點	備註
048	創意手作小達人	升小一至升小三	19/7-16/8/2024 (逢五)	12:00-1:00pm	5	10	\$505	/	透過製作簡易的手工藝藝術飾品(馬賽克杯墊、DIY不織布掛飾等)，激發學生的創意，也能鞏固對顏色、形狀、方向的等概念，還有訓練手掌小肌肉手眼腦的協調，除此之外，學生還可以學習手工藝的相關工具及藝術的知識。<<展才能通識教育集團合辦>>	兆禧辦事處 舞蹈室	
049	升小中文認字班	升小一	22/7-19/8/2024 (逢一)	10:00-11:00am	5	12	\$415	\$82	課程簡介：幼稚園升讀小一期間是學生認字的「黃金期」。認識生字可為新學年的課程打好基礎，更有助閱讀及理解。本課程用生動及有趣的教學，引起學生的學習動機，讓學生輕鬆記憶，增加所學詞量，以便迎接小學的挑戰。課程內容：1. 筆順和部首；2. 字義及詞性；3. 組詞；4. 詞語搭配。 <<現代多元教室有限公司合辦>>	兆禧辦事處 會議室	請自備文具
050	中文閱讀理解強化A班	升小二至升小三	22/7-19/8/2024 (逢一)	11:00-12:00nn	5	12	\$415	/	課程簡介：從文章閱讀到深入理解的過程，對學生而言確是難事。本課程透過分析不同文體的寫作方法和不同題型的答題技巧，培養學生對字詞的敏感度，提升對段意及文章主旨的理解，以及對文章深層意義的掌握。課程特色：1. 教授各文體的閱讀方法；2. 教授不同題型的答題技巧；3. 加強學生的個人分析能力。 <現代多元教室有限公司合辦>>	兆禧辦事處 會議室	請自備文具
051	中文閱讀理解強化B班	升小四至升小五	22/7-19/8/2024 (逢一)	12:00-1:00pm	5	12	\$415	/	課程簡介：透過文章閱讀和有趣的教學活動，讓學生認識更多詞彙，能寫出正確文法及內容豐富的文章。 課程目標： -升小二/小三-Student will be able to write a passage of 50-70 words. -升小四/小五-Student will be able to write a passage of 70-90 words. <<現代多元教室有限公司合辦>>	兆禧辦事處 會議室	請自備文具
052	英文寫作A班	升小二至升小三	18/7-15/8/2024 (逢四)	11:00-12:00nn	5	12	\$415	/	課程簡介：每份試卷都由專業導師加以分析並編製。學生透過操練試卷，並由導師講解各科的應試技巧及取分秘訣，全面提升學生在校呈分試的成績及表現。 英文訓練重點： 1. Tenses ; 2. Pronouns ; 3. Prepositions ; 4. Reading Comprehension <<現代多元教室有限公司合辦>>	兆禧辦事處 會議室	請自備文具
053	英文寫作B班	升小四至升小五	18/7-15/8/2024 (逢四)	12:00-1:00pm	5	12	\$415	/	課程簡介：就快升讀小學了，卻為學生的默書串字而煩惱不已？本課程以生動有趣的方式教導學生不同的英文串字技巧，所學詞彙參照教育局制定學習內容，為小學生涯打好基礎。 <<現代多元教室有限公司合辦>>	兆禧辦事處 會議室	請自備文具
054	英文呈分試班	升小五至升小六	18/7-15/8/2024 (逢四)	9:30-11:00am	5	12	\$620	/	課程簡介：就快升讀小學了，卻為學生的默書串字而煩惱不已？本課程以生動有趣的方式教導學生不同的英文串字技巧，所學詞彙參照教育局制定學習內容，為小學生涯打好基礎。 <<現代多元教室有限公司合辦>>	兆禧辦事處 會議室	請自備文具
055	升小英文串字班	升小一	18/7-15/8/2024 (逢四)	3:00-4:00pm	5	12	\$415	\$82	課程簡介：就快升讀小學了，卻為學生的默書串字而煩惱不已？本課程以生動有趣的方式教導學生不同的英文串字技巧，所學詞彙參照教育局制定學習內容，為小學生涯打好基礎。 <<現代多元教室有限公司合辦>>	兆禧辦事處 會議室	請自備文具



暑期興趣班

- 如因天氣影響需取消之課堂，本服務會安排順延一堂作為補課，請學員預留時間，未能出席補課的學員不獲另行補課或退款。
- 所有體能活動，均須填報健康申報表，沒呈交則不能上課，並不能退款。
- 參加者自行協調各課程/活動時間，以免重疊，如有撞期，恕不退款

編號 TM2024-	名稱	對象	日期	時間	堂數	名額	收費	材料	內容	地點	備註
056	英文Grammar Level up	升小二至升小三	18/7-15/8/2024 (逢四)	4:00-5:00pm	5	12	\$415	/	英文文法班設有三個級別，每堂教授不同文法課題，配以適量練習操練，鞏固根基。 內容：Tenses, Prepositions of Time, Pronouns…… <<現代多元教室有限公司合辦>>	兆禧辦事處 會議室	請自備文具
057	Phonics for Fun	升K.2至升K.3	18/7-15/8/2024 (逢四)	2:00-3:00pm	5	10	\$415	/	以生動活潑的方法，教授英語發音及拼讀生字技巧。透過活動教學，有效地減低學生對英語的恐懼，並提升學生串讀英文生字的興趣和信心，提升英語默書成績。內容：學習字母的發音；學習書寫字母及基本書寫技巧；混音拼出單字發音；辨識單字各個發音；並劃分不同部份以協助串字。 <<現代多元教室有限公司合辦>>	兆禧辦事處 會議室	請自備文具
058	編程機械人入門班	9-12歲	22/7-19/8/2024 (逢一)	10:00-11:00am	5	12	\$495	\$205	本課程將會教授初階編程知識、編程運作的原理，以及機械人的組裝。學員可以從中學習相關的科學知識，培養對科學的興趣，還能在組裝機械人的過程中訓練定力及耐性。課堂上也會透過應用程式讓學員控制機械人，並運用編程知識設置指令，在課堂上完成相關的任務。 課程內容： • 教授如何組裝機械人 • 教導初階編程知識 • 運用編程知識設置指令 <<現代多元教室有限公司合辦>>	兆禧辦事處 活動室	請自備平板電腦或手機
059	實用生活小科技	7-12歲	22/7-19/8/2024 (逢一)	11:00-12:00nn	5	12	\$340	\$165	本課程提供一個完美的機會讓學員了解和製作他們日常生活中的實用機械道具，以啟發他們的好奇心和創造力。在導師指導下，學員可以親手一步步組裝零件，了解道具的機械原理，製作品品。其中時鐘和保險箱更能夠實際使用，學員可以把精緻的成品帶回家中，充滿成就感。 課程內容：1. 聲控小夜燈；2. 八音盒；3. 保險箱；4. 時鐘；5. 電動小風扇 <<現代多元教室有限公司合辦>>	兆禧辦事處 活動室	/
060	科學遊戲實驗室	7-10歲	22/7-19/8/2024 (逢一)	12:00-1:00pm	5	12	\$535	/	本課程旨在透過簡單科學實驗讓學員探索世界。透過不同的科學實驗激發學員對探索的興趣，讓學員輕鬆掌握不同的科學原理。課堂上會讓學員利用實驗結果解答不同問題，從而訓練學員的解難能力和邏輯推理能力。 課程內容： 1. 體驗簡單科學實驗 2. 學習不同科學原理 3. 體驗探索和推理的樂趣 <<現代多元教室有限公司合辦>>	兆禧辦事處 活動室	/
061	角落生物水彩畫室	7-12歲	22/7-19/8/2024 (逢一)	2:00-3:00pm	5	12	\$360	\$92	本課程以人氣卡通角落生物為主題，將角色帶到畫紙上。根據每個角色的特點，讓學員學習不同的繪畫技巧。教授學員如何運用水彩、繪畫線條、構圖和搭配色彩等，由淺入深，培養繪畫的興趣。內容：1. 白熊；2. 炸豬排；3. 企鵝；4. 蜥蜴；5. 貓。 <<現代多元教室有限公司合辦>>	兆禧辦事處 活動室	請自備文具



暑期興趣班

- 如因天氣影響需取消之課堂，本服務會安排順延一堂作為補課，請學員預留時間，未能出席補課的學員不獲另行補課或退款。
- 所有體能活動，均須填報健康申報表，沒呈交則不能上課，並不能退款。
- 參加者自行協調各課程/活動時間，以免重疊，如有撞期，恕不退款



編號 TM2024-	名稱	對象	日期	時間	堂數	名額	收費	材料	內容	地點	備註
062	My Melody & Kuromi 精品大集合	7-12歲	22/7-19/8/2024 (逢一)	3:00-4:00pm	5	12	\$340	\$165	本課程會以My Melody和Kuromi為手作主題，帶領孩子們進入My Melody和Kuromi的奇妙世界，讓學生製作實用成品的同時，也能體驗視覺美感的享受。內容：1. 主角黏土製作；2. 手繪筆記本；3. DIY筆盒；4. 手繪環保袋。 <<現代多元教室有限公司合辦>>	兆禧辦事處 活動室	/
063	幼兒動感節拍非洲鼓	3-5歲	22/7-19/8/2024 (逢一)	10:00-11:00am	5	10	\$320	180 (包非洲鼓乙個)	隨着幼兒啟蒙教育的深入改革，幼兒音樂教育已經不是簡簡單單的唱歌跳舞了，幼兒音樂啟蒙教育更加注重的是幼兒全面的發展，重點是培養幼兒的各項才能和素養。非洲鼓節奏感清晰，利於培養幼兒的樂感和節奏感。節奏是音樂的靈魂，讓幼兒通過非洲鼓去感受節奏、感受生命的活力，這也是幼兒在學習音樂的道路上的必修課，學好非洲鼓就等於奠定了幼兒以後學習其他樂器的節奏基礎。而且非洲鼓不但節奏簡單，音色也豐富，有跳躍的律動感，讓幼兒更加了解音樂的奇妙之處。 內容：1. 非洲鼓結構及姿勢介紹；2. 手部、腳部靈活及耐力訓練；3. 學習節拍技巧；4. 音樂風格的演繹方式；5. 節奏感練習。 <<小森林教育有限公司合辦>>	兆禧辦事處 舞蹈室	/
064	幼兒奧福敲擊樂啟蒙班	3-5歲	22/7-19/8/2024 (逢一)	11:00-12:00nn	5	10	\$320	180 (包敲擊音樂套裝乙份)	很多家長都希望自己的子女將來學鋼琴或小提琴，但其實幼兒在3-6歲時未合適學習，手指未有足夠力反而習慣了壞姿勢，以後便很難改正。德國音樂教育家奧福(Carl Orff)主張幼兒應先學習敲擊樂，較容易掌握速度、力度、節奏等音樂概念，有助建立音樂感，對將來學習音樂或其他樂器打好基礎。此外，敲擊樂器種類多樣，而且色彩繽紛，容易啟發小朋友對音樂的興趣。內容：1. 各種敲擊樂介紹及用法；2. 音樂基礎；3. 學習節拍技巧；4. 簡單演奏；5. 合作演奏 <<小森林教育有限公司合辦>>	兆禧辦事處 舞蹈室	/
065	幼兒多元動運動訓練課程	3-5歲	18/7-15/8/2024 (逢四)	4:00-5:00pm	5	10	\$530	/	由導師陪同下及引導下，幼兒進行多連串團體及運動遊戲，從而訓練手眼協調，平衡力等。激發思維啟發身體多元化的律動，使幼兒早日融入群體生活。 內容：1. 室內多功能飛碟，訓練幼兒眼界；2. 小高蹺鍛鍊平衡感；3. 木勺托球加強穩定重心；4. 跳飛機訓練平衡感；5. 捉尾巴增加協調能力。 <<小森林教育有限公司合辦>>	兆禧辦事處 舞蹈室	請穿著波鞋 需填寫健康 申報表
066	幼兒美術小課堂	3-5歲	22/7-19/8/2024 (逢一)	3:00-4:00pm	5	10	\$310	\$130	幼兒美術是3-7歲學齡前兒童所從事的造型藝術活動，反映幼兒對周圍現實生活的認識和體驗。幼兒美術不僅具有濃厚的趣味性還具有強烈的情感性，又直觀又形象，是最為幼兒喜愛和接受的一種藝術形式，主要分為繪畫、手工和欣賞三大類。利用不同物料拼合，加上創意繪畫，增加學習興趣及專注力，更深刻地發揮小朋友的藝術天空。內容：1. 毛毛球冰淇淋、手工毛毛蟲；2. 長頸鹿與章魚的相見；3. 毛線蝴蝶與小蜜蜂；4. 可愛的太陽與彩色貝殼；5. 花斑魚與海洋世界 <<小森林教育有限公司合辦>>	兆禧辦事處 舞蹈室	/



暑期興趣班



- 如因天氣影響需取消之課堂，本服務會安排順延一堂作為補課，請學員預留時間，未能出席補課的學員不獲另行補課或退款。
- 所有體能活動，均須填報健康申報表，沒呈交則不能上課，並不能退款。
- 參加者自行協調各課程/活動時間，以免重疊，如有撞期，恕不退款



編號 TM2024-	名稱	對象	日期	時間	堂數	名額	收費	材料	內容	地點	備註
067	幼兒童話故事投影Story telling & speech	3-5歲	18/7-15/8/2024 (逢四)	3:00-4:00pm	5	10	\$310	200(包故事投影燈套裝乙份)	幼兒是大腦發育的密集時期，需要持續不斷地刺激大腦神經。良好閱讀習慣不只能提升語言能力，而且有助加強認知力、集中力等。以幻燈片投影說故事的方式能吸引幼兒的注意力，利用光影一邊看童話故事的圖片，一邊聽故事讓他們養成好將來閱讀的習慣。內容：1. 小紅帽；2. 醜小鴨；3. 貓和狐狸；4. 三隻小豬；5. 角色扮演。 <<小森林教育有限公司合辦>>	兆禧辦事處 舞蹈室	/
068	幼兒「歌聲魅影」合唱團	3-5歲	22/7-19/8/2024 (逢一)	12:00-1:00pm	5	10	\$430	/	合唱訓練，是音樂修養的根基：強調發聲、和聲感覺、聽覺的訓練、音樂感的表達，講求群體的合作性和個人技巧的獨立性，引導和刺激兒童感受音樂並用音樂表達自我，最終目的是讓音樂陪伴學生成長啟發兒童的藝術天份及創意，培養他們的合群精神、對藝術的興趣。內容：1. 音樂概念-速度、節奏與拍子、力度、音高、音長等2. 聲線-聲線的探索和發展；3. 聆聽-學習留意生活中的聲響；4. 律動-建立正確歌唱姿勢；5. 樂器-基本樂器的配合。 <<小森林教育有限公司合辦>>	兆禧辦事處 舞蹈室	/
069	幼兒科學發展課程-這就是化學!	3-5歲	22/7-19/8/2024 (逢一)	2:00-3:00pm	5	10	\$340	\$190	本課程就是要帶領幼兒走進化學元素的世界，讓你認識元素，瞭解化學，熱愛化學，喜歡化學，讓你覺得學習化學是非常有趣的事。如鐵、鋁、氫、氧、銀、金等，這些元素都可以在我們周圍發現：我們使用的電腦，播放的遊戲光碟，吃的食物，喝的飲料，開的汽車，腳底下的公路以及我們自身。這太神奇了！然而，什麼是元素呢？它是如何形成的又是如何被發現的呢？本課程利用生活小科學實驗，將化學知識融入到趣味的小實驗中，期望引導學生對化學科學產生興趣！內容：1. 杯子吸水化學實驗2. 彩虹雨化學實驗；3. 彩色涌泉化學實驗；4. 火山爆發化學實驗；5. 魔法變色化學實驗；6. 空氣炮化學實驗。 <<小森林教育有限公司合辦>>	兆禧辦事處 舞蹈室	/
070	幼兒情緒管理及專注力提升課程	3-5歲	18/7-15/8/2024 (逢四)	12:00-1:00pm	5	10	\$410	/	情緒控制能力有部份源於孩子天生的性格，但父母後天怎樣與孩子溝通亦會改變他這些能力。因此，專家鼓勵父母從旁引導孩子去認識及控制情緒，作孩子的「情緒教練」。根據美國華盛頓大學心理學教授約翰·高特曼(John Gottman)的追蹤調查發現，有經過指導情緒的孩子抗逆力較強、專注力較高、自控力亦較好。本課程隨著幼兒的年齡提供不同的引導。先讓幼兒學習辨識情緒，再逐漸學習表達感受，繼而開始學習控制情緒。 內容：透過遊戲及輔導提升學員以下情緒管理及專注力持續專注力Sustained Attention；分配專注力Divided Attention，逆境情商Emotional Management，情緒表達Emotional Expression，延遲滿足Delayed Gratification，聽覺專注力Auditory Attention，選擇專注力Selective Attention，視覺專注力Visual Attention，衝動控制Impulsive Control，同理心Empathy。 <<小森林教育有限公司合辦>>	兆禧辦事處 舞蹈室	/



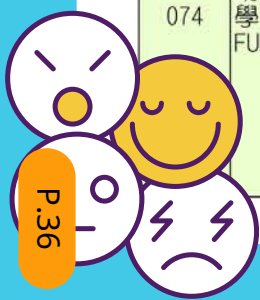
暑期興趣班



- 如因天氣影響需取消之課堂，本服務會安排順延一堂作為補課，請學員預留時間，未能出席補課的學員不獲另行補課或退款。
- 所有體能活動，均須填報健康申報表，沒呈交則不能上課，並不能退款。
- 參加者自行協調各課程/活動時間，以免重疊，如有撞期，恕不退款



編號 TM2024-	名稱	對象	日期	時間	堂數	名額	收費	材料	內容	地點	備註
071	幼兒英語 “周身郁” 唱跳課程	3-5歲	18/7-15/8/2024 (逢四)	2:00-3:00pm	5	10	\$500	/	由導師以輕鬆有趣的方式，利用唱遊、故事及多元化的活動等學習方式，提升小朋友學習英語的信心及對聽說英語的能力和興趣，同時培養思考能力與人相處技巧，為小孩對新學年及進入群體生活作好準備，互相學習，克服害羞，在輕鬆的氣氛下學習日常英語。 內容：1. 通過唱歌方式教授幼兒英語；2. 提升對英文的興趣；3. 提升節奏感和協調性；4. 使幼兒更容易明白英文詞彙；5. 融入群體活動。 <<小森林教育有限公司合辦>>	兆禧辦事處 舞蹈室	請穿著波鞋 需填寫健康 申報表
072	幼兒彩墨畫 小畫師課	3-5歲	22/7-19/8/2024 (逢一)	4:00-5:00pm	5	10	\$310	\$130	水墨畫，是中國繪畫的代表。基本的水墨畫，僅有黑與白色。而彩墨畫較色彩繽紛，能引起幼兒探索的興趣。中國水墨畫的特點是：近處寫實，遠處抽象，意境豐富。以不同的主題，由淺入深，學員繪畫基本技巧，顏色運用，認識材料創作。幼兒在學習中國傳統藝術時，陶冶性情之餘又能訓練幼兒聯想力。內容：1. 學習掌握水墨畫的初步畫法；2. 工具介紹、執筆、用筆方法及用墨技巧；3. 教授彩墨畫的運筆與渲染等基本技法；4. 透過繪畫彩墨畫常見的題材，花、鳥、動物、蟲、魚；5. 彩墨畫概念及幼兒創意表達。 <<小森林教育有限公司合辦>>	兆禧辦事處 舞蹈室	請自備圍裙
073	幼兒記憶力 思維「對對 碰」	3-5歲	18/7-15/8/2024 (逢四)	10:00-11:00am	5	10	\$420	/	許多家長發現幼兒總是死記硬背，轉頭便將所背的內容拋諸腦後。相反，幼兒在遊戲中學習，會有較深刻的記憶。在遊戲中學習的確有助加強記憶力，對於幼兒更加有效，有研究指，幼兒以感官去記憶很奏效，現時亦有多種不同感官相關的記憶法，如五感記憶法。本課程利用幼兒視覺較敏感，會以視覺去記憶、有些幼兒以聽覺記憶，透過刺激不同感官以加強幼兒記憶。 內容：1. 圖像記憶-圖片遊戲，鍛煉觀察的敏捷性和準確性；2. 實物記憶-從實物觀察及發問，提高識記能力；3. 數字記憶-從兩位元數開始重複練習數字記憶；4. 辭彙記憶-故事重述，考驗幼兒記住辭彙；5. 生活記憶-提出記憶的任務，增強有意識記憶能力。 <<小森林教育有限公司合辦>>	兆禧辦事處 舞蹈室	/
074	幼兒趣味數 學「智」多 FUN	3-5歲	18/7-15/8/2024 (逢四)	11:00-12:00nn	5	10	\$310	\$120	幼兒數學所涵蓋的層面有哪些？我們可以簡單的分為四個方面：數、量、圖形空間、邏輯關係。學習數學的精神應著重於「解題的過程」，而非答案本身，幼兒是否具備主動思考、與人溝通、推理、判斷以及新舊經驗的連結能力等，是相當重要的。當幼兒仍在早期學習階段，我們若能就幼兒的認知發展能力，給予適當的引導和啟發，讓幼兒接近數學、喜歡數學，養成主動思考的習慣，幼兒的腦筋便會越來越靈活！ 內容：1. 對稱概念-從常見的蝴蝶、人體的外型讓幼兒體會對稱概念；2. 位值概念-幼兒對於數字的位置和它所代表的值；3. 空間概念-幼兒區分前、後、左、右、上、下等之間的不同；4. 序列概念-幼兒具有觀察、分析、判斷能力；5. 集合概念-幼兒能在兩堆物品當中找出相同及不同的特性。 <<小森林教育有限公司合辦>>	兆禧辦事處 舞蹈室	/



暑期興趣班



- 如因天氣影響需取消之課堂，本服務會安排順延一堂作為補課，請學員預留時間，未能出席補課的學員不獲另行補課或退款。
- 所有體能活動，均須填報健康申報表，沒呈交則不能上課，並不能退款。
- 參加者自行協調各課程/活動時間，以免重疊，如有撞期，恕不退款



編號 TM2024-	名稱	對象	日期	時間	堂數	名額	收費	材料	內容	地點	備註
075	暑期日語 基礎課程A	5-7歲	23/7-20/8/2024 (逢二)	10:00-11:00am	5	12	\$430	\$120	本課程適合5-10歲的兒童報讀，以小班教學的形式上課。兒童課程強調互動及趣味性，特別加入日本教學智力遊戲和圖像，教師在教授時也會更多地採用身體語言以及場景模擬等方法啟發學童思維，使他們可以在歡樂的氣氛中學習日語，例如進行自我介紹，打招呼、購物等簡單會話；時間、星期、日期的表示以及常用的動詞、名詞、敬語的使用方法等等。內容： 1. 基礎日語字母及發音； 2. 日語五十音(平假名、平假名濁音)； 3. 以五十音拼成的日常日語單詞； 4. 數字、身體部分； 5. 打招呼等小會話。 <<小森林教育有限公司合辦>>	兆禧辦事處 會議室	請自備文具
076	暑期日語 基礎課程B	8-11歲	23/7-20/8/2024 (逢二)	11:00-12:00nn	5	12	\$430	\$120	內容： 1. 基礎日語字母及發音； 2. 日語五十音(平假名、平假名濁音)； 3. 以五十音拼成的日常日語單詞； 4. 數字、身體部分； 5. 打招呼等小會話。 <<小森林教育有限公司合辦>>	兆禧辦事處 會議室	請自備文具
077	暑期韓語 基礎課程	6-12歲	23/7-20/8/2024 (逢二)	12:10-1:10pm	5	12	\$430	\$120	兒童階段是學習語言的黃金期。在小學階段接觸韓語，有助於提高及改善小朋友學習外語的能力和思考能力，為將來學習外語準備最好的基礎。學多一種語言就等如多一個視窗，有助小朋友去探索韓國語文世界。精選日常生活中最常用、最重要的詞彙，以圖解的方式呈現給想要學習韓語的小學生。即使從來沒有學過韓語的小朋友，也可以輕鬆上手。 內容：1. 基礎韓語字母及發音； 2. 韓語子音及母音； 3. 以子音及母音拼成的日常韓語單詞； 4. 數字、身體部分； 5. 打招呼等小會話。<<小森林教育有限公司合辦>>	兆禧辦事處 會議室	請自備文具
078	STEM科學魔 術A	4-6歲	23/7-20/8/2024 (逢二)	1:30-2:30pm	5	10	\$495	/	內容：穿鈔筆、爆炸殼（STEM魔術-磁力）；數字預言術、生日快樂（STEM魔術-數學）；小鬼找牌、牌盒縮小（STEM魔術視覺）；四連環、磁力雙環（STEM魔術-磁力）；長短牌、明日環（STEM魔術-力學）。 <<MagicBoy Talent Centre合辦>>	兆禧辦事處 會議室	/
079	STEM魔術+扭 汽球B	7-9歲	23/7-20/8/2024 (逢二)	2:30-3:30pm	5	12	\$495	/	內容：三杯三球、魔術棒（STEM魔術-力學）；氣球-波波提子、波波劍；變色籌碼、緊箍咒（STEM魔術-磁考）；氣球-可射出的氣球弓箭；銅牆鐵壁、絲巾消失（STEM魔術視覺）。<<MagicBoy Talent Centre合辦>>	兆禧辦事處 會議室	/
080	舞台魔術+道 具製作	10-13歲	23/7-20/8/2024 (逢二)	3:30-4:30pm	5	12	\$495	/	內容：報紙剪圖變方、報紙飛水；光能手指、絲巾變蛋；舞台互動海綿、魔術變色畫；紙袋花箱、魔繩脫球；絲巾穿手機、小預言畫板。 <<Magic Boy Talent Centre合辦>>	兆禧辦事處 會議室	/



暑期興趣班

- 如因天氣影響需取消之課堂，本服務會安排順延一堂作為補課，請學員預留時間，未能出席補課的學員不獲另行補課或退款。
- 所有體能活動，均須填報健康申報表，沒呈交則不能上課，並不能退款。
- 參加者自行協調各課程/活動時間，以免重疊，如有撞期，恕不退款



編號 TM2024-	名稱	對象	日期	時間	堂數	名額	收費	材料	內容	地點	備註
081	STEM飄移遙控車&場景製作班	8-13歲	23/7-20/8/2024 (逢二)	4:30-5:30pm	5	12	\$445	350 (遙控車乙部)	本課程會教授小朋友製作一輛屬於自己的遙控車，小朋友可由零件開始逐步組裝一部遙控車，過程充滿樂趣，又可以學習科學工程的知識。內容：組裝遙控車，理解遙控車與基本操作；力學原理與重心轉移；場地設計及實踐與競賽。 <<MagicBoy Talent Centre合辦>>	兆禧辦事處會議室	/
082	幼兒自理+烹飪A班	3-5歲	24/7-14/8/2024 (逢三)	10:00-11:00am	4	10	\$480	/	本課程會透過教授小朋友製作多款小食，讓小朋友提升自理能力，小朋友通過自我照顧及鍛鍊(例如感覺肌能、小肌肉、溝通表達、認知概念等)，有助培養他們的獨立性和自信心，是初步形成自我形象的基礎，因此小朋友學會自理對個人的發展有著重要的影響。小食的內容：魔鬼蛋沙律、粟米薯蓉小丸子、香甜醬西多士、美味Pizza。 **食材可能會因供應有所改變**	湖翠辦事處家政室	請自備餐盒，圍裙
083	幼兒自理+烹飪B班	3-5歲	24/7-14/8/2024 (逢三)	11:15-12:15pm	4	10	\$480	/	本課程會透過教授小朋友製作多款小食，讓小朋友提升自理能力，小朋友通過自我照顧及鍛鍊(例如感覺肌能、小肌肉、溝通表達、認知概念等)，有助培養他們的獨立性和自信心，是初步形成自我形象的基礎，因此小朋友學會自理對個人的發展有著重要的影響。小食的內容：吞拿魚沙律餅乾、燕麥水果乳酪杯、麵包壽司、朱古力醬Pancake。 **食材可能會因供應有所改變**	湖翠辦事處家政室	請自備餐盒，圍裙
084	幼兒自理+烹飪C班	3-5歲	24/7-14/8/2024 (逢三)	1:30-2:30pm	4	10	\$480	/	本課程會透過教授小朋友製作多款小食，讓小朋友提升自理能力，小朋友通過自我照顧及鍛鍊(例如感覺肌能、小肌肉、溝通表達、認知概念等)，有助培養他們的獨立性和自信心，是初步形成自我形象的基礎，因此小朋友學會自理對個人的發展有著重要的影響。小食的內容：蕃茄沙律杯、焗薯(蓉)條、香蕉吐司批、蛋批。 **食材可能會因供應有所改變**	湖翠辦事處家政室	請自備餐盒，圍裙
085	小廚神A	6-9歲	24/7-14/8/2024 (逢三)	2:45-3:45pm	4	10	\$480	/	內容：清新木糠布甸、美味通粉沙律、滋味蘋果批、焦糖雞蛋布甸。 **食材可能會因供應有所改變**	湖翠辦事處家政室	請自備餐盒，圍裙
086	小廚神B	8-12歲	24/7-14/8/2024 (逢三)	4:00-5:00pm	4	10	\$480	/	內容：甜蜜朱古力muffin、朱古力曲奇、芝士烤牛奶、經典Brownie。 **食材可能會因供應有所改變**	湖翠辦事處家政室	請自備餐盒，圍裙



暑期興趣班

- 如因天氣影響需取消之課堂，本服務會安排順延一堂作為補課，請學員預留時間，未能出席補課的學員不獲另行補課或退款。
- 所有體能活動，均須填報健康申報表，沒呈交則不能上課，並不能退款。
- 參加者自行協調各課程/活動時間，以免重疊，如有撞期，恕不退款

編號 TM2024-	名稱	對象	日期	時間	堂數	名額	收費	材料	內容	地點	備註
087	藝創油畫新彩虹	7-12歲	24/7-21/8/2024 (逢三)	12:10-1:10pm	5	12	\$330	\$110	油畫在歐洲文藝復興以後興盛起來，並傳播到世界各地。很多人認為，油畫是一門高不可攀的藝術。實際上它的學習門檻很低，就算是小學生也可以妙筆生花，同時有助加強他們的觀察力和創意。油畫顏料不但乾後不會變色，而且多種顏色調和也不會變得混雜，所以能夠畫出既豐富又逼真的色彩。由於油畫顏料不透明、覆蓋力強，因此繪畫時需要由深到淺，逐層覆蓋，使作品產生立體感。本課程理論及實習兼備，教授簡單易掌握的筆法，配合深入淺出的步驟，繪畫出趣緻動物、經典名作、生活景象、創意卡通等。來！請相信只要給兒童一塊畫布，他們便能天馬行空地創作出具個人風格、充滿特色的畫作呢！ <<AS Education Limited合辦>>	兆禧辦事處活動室	請自備圍裙
088	唐詩中國畫	7-12歲	24/7-21/8/2024 (逢三)	11:00-12:00nn	5	12	\$330	\$110	大自然中的山水花鳥往往是騷人墨客詠物的常用題材，故此他們很多的詩詞和國畫都與自然扯上關係，文藝價值頗高，部份出色的詩人更是名畫家。本課程主要教授兒童繪畫國畫的基本技巧，包括毛筆的握法、運筆技巧、顏色特質配合和水墨效果等。導師更選材合適的唐詩定為每堂主題，指導學員從多角度鑑賞，並加以發揮，融詩入畫，擴闊他們想象空間和領會意境，使作品表現得淋漓盡致。唐詩的形象化，更有效幫助學生記憶詩詞，拋磚引玉，增加他們日後對詩詞的興趣。 <<AS Education Limited合辦>>	兆禧辦事處活動室	請自備圍裙
089	水溶木筆創新畫	7-12歲	24/7-21/8/2024 (逢三)	10:00-11:00am	5	12	\$330	\$100	對於水彩畫一竅不通，卻又鍾情它獨有的藝術味道？水溶木顏色能夠幫你如願以償！跟傳統木顏色一樣，這種顏色筆可以直接在紙上作畫，當顏料接觸到水之後，就會產生奇妙的化學作用，一瞬間變化成水彩效果。本課程針對這項特性，編制了以下題材：靜物彩色描繪、動物繪畫、秘密花園圖案設計、故事畫創作等。導師會以創新的思考方法，引導學生如何構圖，利用點線面為圖畫打稿。更重要是細心考慮木顏色和水彩的黃金比例及大小分佈。過程中，學員學習到不同的繪畫技巧，如直筆、斜筆、平筆、塗抹、渲染，他們也可透過畫畫表達個人想法和抒發情感，藉此培養對藝術的興趣。 <<AS Education Limited合辦>>	兆禧辦事處活動室	請自備文具

暑期興趣班

- 如因天氣影響需取消之課堂，本服務會安排順延一堂作為補課，請學員預留時間，未能出席補課的學員不獲另行補課或退款。
- 所有體能活動，均須填報健康申報表，沒呈交則不能上課，並不能退款。
- 參加者自行協調各課程/活動時間，以免重疊，如有撞期，恕不退款

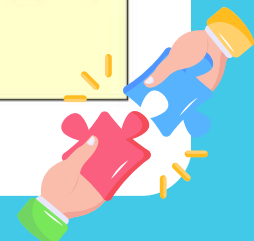
編號 TM2024-	名稱	對象	日期	時間	堂數	名額	收費	材料	內容	地點	備註
090	戰地坦克模型	8-12歲	22/7-19/8/2024 (逢一)	2:30-3:30pm	5	12	\$330	\$120	戰場上的坦克外型雄壯，威風八面，更可適應戰地環境千變萬化，配合重型裝備加強了應戰實力。但青少年真正看見及觸摸到坦克的機會不多，故坦克模型歷久不衰，仍受愛好者熱捧。課程導師會指導學員學習坦克車的拼砌技巧和打磨工序，並指導他們上色和噴油，以及舊化和迷彩的做法。課程中學生會被安排兩套模型作學習之用。完成作品令學員深感自豪，放在家中也是一件特別的裝飾品。 <<AS Education Limited合辦>>	兆禧辦事處會議室	/
091	夾玩童樂抓娃娃機	6-12歲	22/7-19/8/2024 (逢一)	4:30-5:30pm	5	12	\$330	\$110	近年不少兒童都喜歡夾公仔，除了玩樂過程中充滿趣味刺激外，色彩繽紛創意獨特的設計也容易吸引兒童駐足觀看，因此抓娃娃機十分流行，隨處可見，與其花了錢可能也夾不來，那不如自己動手做一部娃娃機，裝飾動玩一下吧！本課程教授學員以塑膠積木、紙材木料、輕黏土、閃爍拼料、電子元件等多元化的素材，製作兩款不同主題的抓娃娃機擺設，並發揮創意裝飾塗繪，同時可了解機體架構及基礎機械運作原理，製作過程除可訓練手眼協調，更突破思考，自得其樂。（課程主要是裝拼塗繪的視藝設計，並非以製作電動機械為主調。） <<AS Education Limited合辦>>	兆禧辦事處會議室	/
092	自然科學解謎團	6-12歲	22/7-19/8/2024 (逢一)	3:30-4:30pm	5	12	\$330	\$110	本課程以生物專業和化學專業兩大科學範疇，探索大自然中昆蟲和植物的成長發展，並認識到自然環境下生物互動和化學反應對生存及繁殖，甚至貢獻人類生活的影響，解開兒童對大自然的謎思。導師安排學員利用透鏡組合製作顯微鏡，學習使用收集儀器工具採集樣本做實驗，觀察微觀世界中不同種類的細胞形態。此外，學員需製作望遠鏡和放大鏡，對外觀察自然物種，完成專題研習記錄。專業導師更教導學員使用滴膠製作精美別緻的昆蟲標本掛飾，以及通過多款自然素材化學反應設計無電時鐘。藉着有系統的教學使學員明白大自然構造的奇妙，要懂得尊重大自然，並且學會包容和接納日常生活中遇到的物種。 <<AS Education Limited合辦>>	兆禧辦事處會議室	/

暑期興趣班

- 如因天氣影響需取消之課堂，本服務會安排順延一堂作為補課，請學員預留時間，未能出席補課的學員不獲另行補課或退款。
- 所有體能活動，均須填報健康申報表，沒呈交則不能上課，並不能退款。
- 參加者自行協調各課程/活動時間，以免重疊，如有撞期，恕不退款



編號 TM2024-	名稱	對象	日期	時間	堂數	名額	收費	材料	內容	地點	備註
093	天文科學星 空漫遊	6-12歲	22/7-19/8/2024 (逢一)	1:30-2:30pm	5	12	\$330	\$110	仰望著滿天的繁星點點，當讚嘆之餘，有否思考過天文觀測是有趣且奧妙的科學。神秘的月亮為何會有盈虧？太陽的耀目金光從何而來？我們會驚嘆天文望遠鏡的愈益精妙，或覺得星座神話感動人心，更為一窺行星景貌而嘖嘖稱奇。本課程希望培養小學生對天文科學的興趣及正確觀念，並進一步啟發他們的思考能力和創作力。導師將透過深入淺出的介紹，輔以趣味創作天文觀測工具、主題棋牌遊戲、星軌導學模型、星座盤等，讓學員透過簡單實習輕鬆掌握天文入門知識，並學會不同方法記錄天象資料。 <<AS Education Limited合辦>>	兆禧辦事處 會議室	/
094	悠閒小café	4-6歲	23/7-13/8/2024 (逢二)	10:00-11:00am	4	10	\$370	\$150	本課程以英式HighTea為藍本，在經典上稍加創意，設計出新穎獨特的食譜，帶領學員細味悠閒的小食。內容：迷你酥餅配小蛋糕、豐脆鮮雜果撻、蜜中情朱古力、英式鬆餅果茶香等。 **食材可能會因供應有所改變** <<AS Education Limited合辦>>	湖翠辦事處 家政室	請自備 餐盒，圍裙
095	廚神大比拼	7-12歲	23/7-13/8/2024 (逢二)	11:15-12:15pm	4	10	\$370	\$150	導師會善用不同種類的材料教導學員，過程中使用攪拌、壓、搓揉等技巧訓練手眼協調力，藉此機會更可提升學員的烹飪技巧，更上一層樓，同時發揮烹飪創意和增加滿足感，讓小廚師學員發揮智慧及烹飪天份，提升他們對烹飪創作的興趣。內容：日式彩虹便當、肉菜滋味意大利麵、英式紳士下午茶、歐陸風情薄餅等。 **食材可能會因供應有所改變** <<AS Education Limited合辦>>	湖翠辦事處 家政室	請自備 餐盒，圍裙
096	日式新煮意	7-12歲	23/7-13/8/2024 (逢二)	12:30-1:30pm	4	10	\$370	\$150	日式食品向來以精細花巧見稱，其外觀已相當吸引，味道濃淡得宜，可口健康，故本地有很多日食的支持者。日食文化與藝術相結合，故呈現食品製作的美感和烹調的精闢心思。本課程以日式食品介紹給學員，藉此鼓勵食與美的欣賞。內容包括七彩壽司、大福餅、照燒拉麵、日式金香焗雞翼等等。 **食材可能會因供應有所改變** <<AS Education Limited合辦>>	湖翠辦事處 家政室	請自備 餐盒，圍裙





成長園地 暑期託管計劃



 Summer Time

日期:22/7-31/08/2024(逢星期一至五)

時間:上午9:00-下午12:30(共3.5小時)

地點:屯門湖景邨湖翠樓地下

對象:升小二至升中一

(父母需外出工作或有照顧需要之家庭)

全額費用:\$567(7月)/\$1560(8月)

名額:16人

活動內容:桌遊、手工製作、動畫欣賞.....

截止報名時間:05/07/2024(五)

■ 有意申請者，可於辦公時間內到本中心填寫暑期托管計劃申請表。

查詢可致電中心電話:



2441 2225



賽馬會鼓掌·創你程論壇2024

由年青人主導設計的主題展覽

3位年青人 (思穎、Kate、coco) 主導設計的主題展覽

思穎家長小專訪：

1) 囡囡大概何時開始喜歡繪畫？

佢4歲就參加明愛賽馬會屯門青少年綜合服務的興趣班學畫畫，加上爸爸都喜歡繪畫，可能她也有點天份，佢從小就培養出畫畫的興趣。但她的興趣不止繪畫，她還有很多創作方式例如：創作故事、不同的劇情等等，即使後期沒有繼續上畫班，佢都會在家網上自學電繪。

2) 主流價值觀中好多家長認為繪畫只能當興趣，但是你作為家長身體力行去支持女兒製作展覽同埋追求以自由創作暫為夢想，是什麼令你奮身支持她呢？

近一年她在明愛參加好多不同活動包括課餘托管義工、藝墟義工、教授家長手作及做畫班導師，我見到女兒比起之前，態度積極有動力去為自己夢想一步步奮鬥，不是口

講追夢，佢都身體力行去實踐。今次是我第一次有機會參與協助女兒的展，其實我好開心，因為從來都無機會見證佢出去做展覽，而今次是能親身見證。在會展這個大舞台，雖然我要請假，我都想陪伴佢這個重要時刻。

我見證到她點樣接待嘉賓同埋講述自己既作品同夢想，我覺得好感恩有呢個機會這個活動連繫到不同人士入場，搭建一個舞台比年輕人，年輕人需要的是累積經驗但同時都需要一個值得被信任同埋被看見的機會，作為家長好欣慰見到自己個囡是被欣賞！

3) 你怎看待她在芸芸出路當中選了電繪/作家/興趣班導師——「自由工作者」的身份？

年輕人一這階段理應係最無負擔的時代，我曾經都同其他家長一樣期待佢跟住主流升學就業，但我亦都見到她不開心同埋有多壓抑。所以作為媽媽，我最想都是她開心快樂。同時我都聽到身邊的姑娘同埋不同專業人士告訴我女兒的轉變，加上當我哋一家願意支持她的時候，原來她變得更願意分享，讓我們知道她的世界。雖然她這條路肯定是辛苦但她亦是享受、積極和快樂，我就更加想支持她繼續嘗試。





水彩舒壓之旅





晨早鬆一鬆





博愛長者服務





瑜伽放鬆之旅





健康動「喜」來訓練計劃 三葉球訓練





成長的天空 小四-再戰營會





成長的天空 小四親子日營





成長的天空 小五戶外學習日



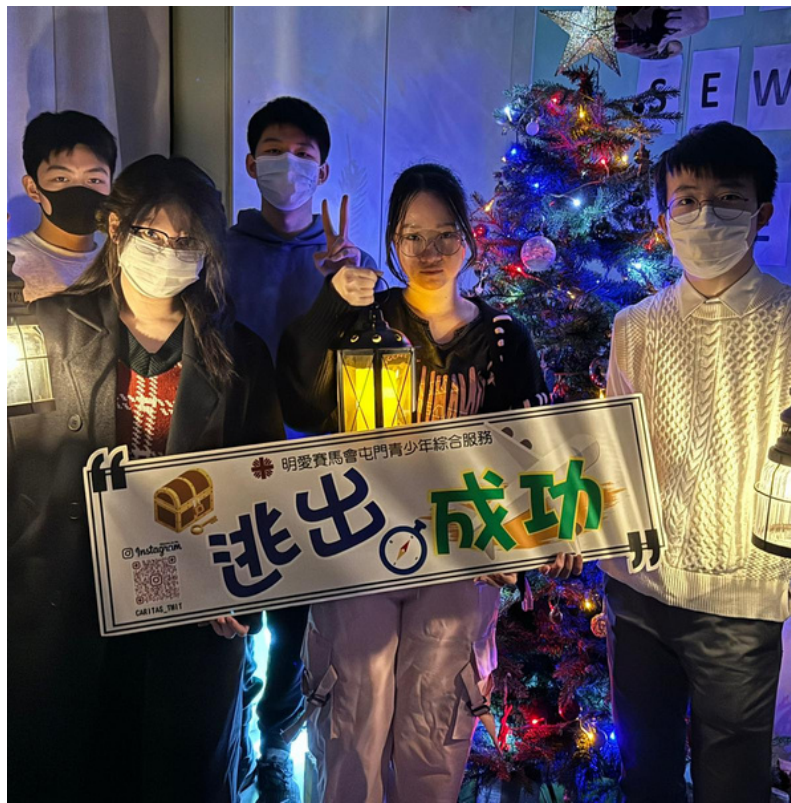


三人籃球比賽





聖誕密室





幸運狗舍宿營





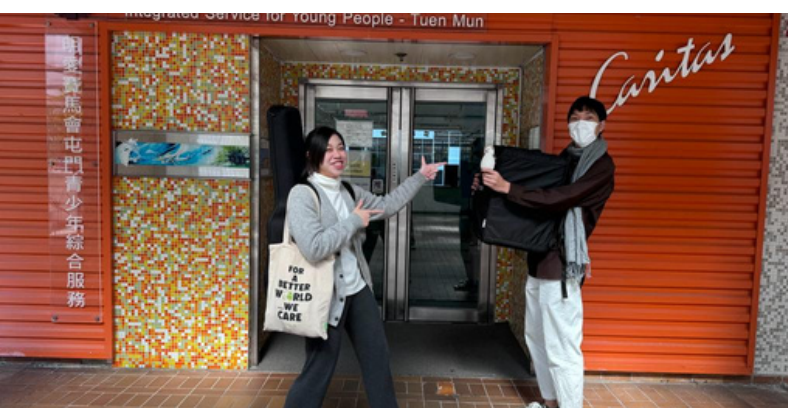
明愛青少年發展策略工作小組 社區「公共空間」
大改造拼貼比賽—東華三院辛亥年總理中學組



活動花絮



日月星晨代表中心
參與全港中學生輕音組音樂比賽



活動花絮



參加安泰軒嘉年華 (K-POP表演)



Francium Girls (K-POP表演)
參與屯門區齊心撲滅罪行嘉年華2024



桌遊師 義工活動



狼人殺小組



2017年3月修訂

颱風及雨訊安排措施

天氣情況	室內活動	戶外活動	退款/改期
三號颱風 	<ul style="list-style-type: none"> 活動如常舉行。 兒童需有成人護送下，方可離去。 	<ul style="list-style-type: none"> 將於三小時內舉行的活動會取消。 已展開的活動必須終止，兒童須有成人護送下，方可離去。 活動集合前三小時改懸一號信號，則活動如常舉行。 	興趣班： 如因天氣影響需取消之課堂，本服務會安排順延一堂作為補課，請學員預留時間，未能出席補課的學員不獲另行補課或退款。 活動： 受天氣影響而取消的活動，參加者可獲退回該活動的費用（材料費除外）。
八號颱風或以上 	<ul style="list-style-type: none"> 將於三小時內舉行的活動會取消。 已展開的活動必須終止，兒童須有成人護送下，方可離去。 活動集合前三小時改懸三號風球，則活動如常舉行。 	<ul style="list-style-type: none"> 將於三小時內舉行的活動會取消。 已展開的活動必須終止，兒童須有成人護送下，方可離去。 活動集合前三小時改懸三號風球，則活動仍舊取消。 	
紅色暴雨警告  Red 紅	<ul style="list-style-type: none"> 活動如常舉行。 參加者須留在安全地方，兒童須有成人護送下，方可離去。 	<ul style="list-style-type: none"> 將於三小時內舉行的活動會取消。 已展開的活動必須終止，兒童須有成人護送下，方可離去。 活動集合前三小時除下紅色暴雨警告，則活動如常舉行。 	
黑色暴雨警告  Black 黑	<ul style="list-style-type: none"> 已展開的活動會繼續，參加者須留在安全地方，兒童須有成人護送下，方可離去。 活動集合前三小時除下黑色暴雨警告，則活動如常舉行。 	<ul style="list-style-type: none"> 將於三小時內舉行的活動會取消。 已展開的活動必須終止，兒童須有成人護送下，方可離去。 活動集合前三小時除下黑色暴雨警告，則活動如常舉行。 	
雷暴警告  雷暴 Thunderstorm	<ul style="list-style-type: none"> 活動如常舉行。 	<ul style="list-style-type: none"> 將於三小時內舉行的水上活動會取消。 已展開的水上活動必須終止。 陸上活動將根據當時天氣情況，決定繼續或取消。 水上活動集合前三小時取消雷暴警告，則如常舉行。 	



聯絡我們



如何由屯門碼頭站前往
兆禧辦事處



<https://bit.ly/TMP2SH>



<https://bit.ly/sh2wt>



如何由兆禧辦事處前往
湖翠分辦事處



兆禧辦事處

湖翠樓分辦事處

屯門兆禧苑商場二樓

屯門湖景邨湖翠樓地下



2441 2225



2404 1462

編輯及印刷日期: 2024年4月

電郵:

ycstmit1@caritassws.org.hk

網址:

<https://tmit.caritas.org.hk>