



明愛賽馬會屯門青少年綜合服務
Caritas Jockey Club Integrated Service For Young People - Tuen Mun



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

活動通訊

2025年5-8月

表達愛：友情

SUMMER PARTY



🏠 屯門兆禧苑商場二樓

📞 明愛賽馬會屯門青少年綜合服務

☎ 2441 2225

📠 2404 1462

📧 caritas_ycstmit

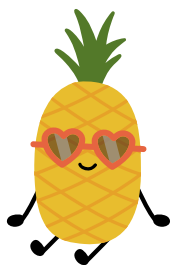
🌐 <https://tmit.caritas.org.hk/>



主任的話	P.3
幼兒天地升級事項	P.4
暑期活動報名日抽籤詳情	P.5
暑期活動试玩日詳情	P.6



通訊目錄



暑期兒童活動	P.7-11
暑期親子活動	P.12-13
家長活動	P.14
暑期青年活動	P.15-19
2025-26年度屯門區	P.20-22
青年暑期一般活動	
暑期興趣班	P.23-55

成長園地 - 課餘託管計劃	P.56
暑期託管計劃	P.57-58
青年義工登記行動	P.59
諮詢委員會(2025-2027年度)事項	P.60
會員大會概況	P.61-62
中心2024-2025年度 調查結果及意見回應	P.63-64



本服務簡介及需知	P.65-72
颱風及雨訊安排	P.73
中心開放時間	P.74
中心服務新動向	P.75
聯絡我們	P.76



主任的話

隨著夏天的腳步悄悄逼近，學生們最期待的暑假即將到來。這是一段沒有繁重課業壓力的日子，也是與朋友共度美好時光的最佳時機。友情在我們的生活中扮演著重要的角色，而暑假則提供了一個珍貴的機會，讓我們與朋友一起創造難忘的回憶。

友情是一種無價的情感，它讓我們在困難時得到支持，在快樂時有人分享。在學校裡，我們與朋友一起學習、玩耍，建立深厚的情誼。然而，當學期結束，暑假來臨，我們的相處時間可能會減少，因此更加珍惜彼此的聯繫。在這段時間裡，我們可以相約遊玩、一起運動，甚至只是簡單地相約吃飯或聊天，這些看似平凡的時刻卻能讓友情更加牢固。

暑假不僅是放鬆的時光，也是自我成長的機會。我們可以利用這段時間培養新興趣、學習新技能，甚至挑戰自己未曾嘗試過的事物。而與朋友一起學習與成長，更能讓這段旅程充滿樂趣與動力。例如，一起學習烹飪、參與義工活動，或是挑戰新的運動項目，這些經歷不僅能讓我們變得更好，也能深化彼此的情誼。

然而，隨著科技的發展，人們習慣透過社群媒體聯繫，卻忽略了面對面交流的重要性。在暑假期間，我們應該珍惜與朋友相處的機會，不只是透過訊息交流，而是真正地見面、分享生活。與朋友一起看夕陽、漫步在海邊、夜晚一起談心，這些回憶比任何社交平台上的對話都更加珍貴。

友情是人生中最美好的財富，而暑假則是我們經營這份財富的最佳時機。在這個充滿陽光與歡笑的季節裡，讓我們珍惜彼此，與朋友共度一個難忘的暑假，讓這段時光成為未來回憶中最美麗的一部分。

黎姑娘

幼兒天地會員 升級措施

- 為了讓6歲以下的小朋友及其家人享有更廣泛、多元化的地區服務。
- 明愛轄下的7間**青少年綜合服務**將與**地區明愛社區中心**將於**2025年4月1日起**，為3-5歲的幼兒合辦成長及技能課程例如：各項興趣班。
- 由此日期起如只育有3-5歲幼兒的家庭必須入會成為社區中心會員方可繼續參與本中心此類課程，申請升級**費用全免**。



- 成為社區中心的會員亦可同時參與社區中心舉辦之所有課程及活動。
- 所有「幼兒天地」成員只需攜帶有效的「幼兒天地」成員證，前往所屬的青少年綜合服務或任何一間明愛社區中心，即可辦理升級手續。

敬請所有「幼兒天地」成員踴躍參加升級！



2025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/社區中心會員成員優先報名日之先後次序。會員/社區中心會員可按「報名時間籌」報名。

凡持有效會員證/社區中心會員(證件有效期必須至 31/08/2025)，均可由 10/4/2025(四) 2:00pm 至 16/4/2025(三) 9:45pm 親臨本服務或透過「網上抽籤系統」<https://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	10/4/2025(四) 2:00pm 至 16/4/2025(三) 9:45pm	<ul style="list-style-type: none">必須持有效會員證/社區中心會員證(證件有效期必須至 31/08/2025)接受新會員申請或續會/社區中心會員申請
暑期活動會員/ 社區中心會員(已抽籤) 優先報名日	27/4/2025(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/社區中心會員證報名參加暑期活動請帶備有效會員證/社區中心會員證、「報名時間籌」，每人最多可報 3 項活動，興趣班則不限。
暑期一般活動 (申請津貼活動) 公開報名日	27/4/2025(日) 2:15pm 開始派輪候籌 2:30pm 至 4:30pm 報名	<ul style="list-style-type: none">活動及興趣班的餘額公開接受報名至滿額即止當天不接受新會員申請或續會、社區中心會員證申請、「領取綜合社會保障援助人士」或「在職家庭津貼人士」津貼申請

注意事項:

- 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:

- 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 29 元正，家庭會員年費為 58 元正。

申請成為社區中心會員須知:

-服務對象為 3 至 5 歲的幼兒，可申請為社區中心會員(詳情請致電或蒞臨本服務查詢)。

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

暑期活動試玩日

12/4/2025



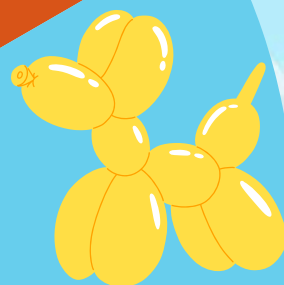
親子瑜珈



魔術班



幼兒多元智能
視藝營



扭氣球班



親子彩繪



桌遊



夾公仔班

試玩地點：屯門兆禧苑商場二樓

試玩對象：3-5歲幼兒，6-24歲及其家人

截止報名：2025年4月7日

負責職員：蔡沛豪先生



點擊報名

兒童活動

DIY小手作2025-芒果沙冰蠟燭

編號：TM2526501

日期：21/07/2025(一)

時間：2:30-4:30pm

地點：本服務兆禧辦事處

對象：8-12歲

名額：10位

費用：會員\$80位/非會員\$110位

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、像真度極高的芒果沙冰蠟燭！

負責職員：蔡沛豪先生 (DC Sir)



- 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。
- 如參加者缺席課堂，物資及費用將不獲補發。

躲避盤放電室

編號：TM2526502

日期：23/07、30/07、13/08、20/08/2025(三)

時間：12:30-1:30pm

地點：本服務兆禧辦事處

對象：8-12歲

名額：8位

費用：會員\$40位/非會員\$70位

內容：學習躲避盤傳接盤的基本技術，透過訓練提升專注力，同時透過各類挑戰盡情放電。

負責職員：蔡沛豪先生 (DC Sir)

備註：須需填寫健康申報表、穿著輕便服裝及運動鞋



(需填寫健康申報表)

兒童肌理畫DIY

參考圖片



編號：TM2526503

日期：23/07/2025(三)

時間：3:00-4:30pm

地點：本服務兆禧辦事處

對象：8-12歲

名額：8位

費用：會員\$60位/非會員\$90位

內容：利用肌理紋路的質感，每人製作一幅獨一無異的肌理畫。

負責職員：余綺珊姑娘

備註：參加者可自備圍裙及與親子肌理畫作品不相同

小小甜品師2025-印模曲奇

編號：TM2526504

日期：24/07/2025(四)

時間：3:00-5:00pm

地點：本服務湖翠樓分辦事處

對象：8-12歲

名額：8位

費用：會員\$50位/非會員\$80位

內容：利用可愛模具自手製作美味可口曲奇餅

負責職員：葉國強先生(強Sir)

備註：參加者自備食盒及圍裙



兒童活動

「童你玩」社交溝通訓練班

編號：TM2526505

日期：24/07、31/07、14/08、21/08/2025(四)

時間：3:30-4:30pm

地點：本服務兆禧辦事處

對象：6-8歲

名額：6位

費用：會員\$80位/非會員\$110位

內容：透過參加者合作挑戰任務，提升參加者於合作、解難及處理衝突等社交溝通技巧。

負責職員：蔡沛豪先生(DC Sir)



- 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。
- 如參加者缺席課堂，物資及費用將不獲補發。

彩繪Fun Fun Fun

編號：TM2526506

日期：25/07、08/08、15/08、22/08/2025(五)

時間：3:00-4:30pm

地點：本服務兆禧辦事處

對象：8-12歲

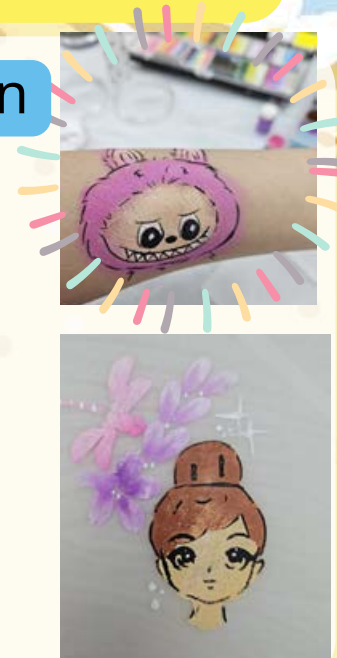
名額：8位

費用：會員\$120位/非會員\$150位

內容：學習基本手繪技巧，發揮個人潛能。

負責職員：余綺珊姑娘

備註：參加者可自備圍裙及堂上提供彩繪工具



三葉球初體驗

編號：TM2526507

日期：25/07、01/08、08/8、15/08/2025(逢五)

時間：10:00-11:00am

地點：本服務湖翠樓分辦事處

對象：8-12歲

名額：6位

費用：會員\$30位/非會員\$60位

內容：三葉球是現時流行其中一項新興運動，在室內進行，所需能力不高。

負責職員：葉國強先生(強Sir)

備註：參加者需填寫健康申報表，須裝著運動鞋



流體藝術工作坊

編號：TM2526508

日期：26/07/2025(六)

時間：4:30-5:30pm

地點：本服務兆禧辦事處

對象：6-12歲

名額：8位

費用：會員\$60位/非會員\$90位

內容：參加者將於工作坊完成一幅流體畫

負責職員：何佩兒姑娘

備註：參加者可自備圍裙



(需填寫健康申報表)

兒童活動

園藝舒壓魔法瓶

編號：TM2526509

日期：30/07/2025(三)

時間：4:00-5:00pm

地點：本服務兆禧辦事處

對象：6-12歲

名額：8位

費用：會員\$60位/非會員\$90位

內容：參加者將在工作坊製作一個網紋草生態瓶

負責職員：何佩兒姑娘



- 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。
- 如參加者缺席課堂，物資及費用將不獲補發。

童你專注瑜樂

編號：TM2526510

日期：12/08、19/08、26/08/2025(逢二)

時間：4:30-5:30pm

地點：本服務湖翠樓分辦事處

對象：6-10歲

名額：8位

費用：會員\$120位/非會員\$150位

內容：小朋友透過瑜伽放鬆身心，提升專注力

負責職員：何佩兒姑娘

(需填寫健康申報表)

備註：課堂已配備瑜伽墊，學員無須自備

參加者需填寫健康申報表，並於課堂中穿著輕便運動服



夏之味道(少年篇)

編號：TM2526511

日期：20/08/2025(三)

時間：4:00-5:30pm

地點：本服務兆禧辦事處

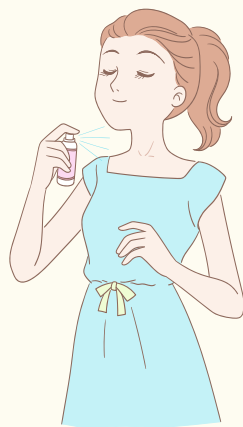
對象：8-12歲

名額：8位

費用：會員\$80位/非會員\$110位

內容：利用不同精油親手調配一款屬於自己的夏天味道香水(30ml)

負責職員：葉國強先生(強Sir)



小小甜品師2025-法式焦糖布丁

編號：TM2526512

日期：07/08/2025(四)

時間：3:00-5:00pm

地點：本服務湖翠樓分辦事處

對象：6-12歲

名額：8位

費用：會員\$50位/非會員\$80位

內容：焗好的布丁，撒上砂糖，以火槍燒至糖分融化，一冷卻便成一敲即碎的焦糖了。

負責職員：葉國強先生(強Sir)

備註：參加者自備食盒及圍裙

兒童活動

親親兔兔計劃2.0



編號：TM2526513

日期：18/07、25/07、01/08/2025 (逢五)

時間：4:00-6:00pm (18/7), 4:00-5:00pm (25/7, 1/8)

地點：本服務湖翠樓分辦事處

對象：8-12歲

名額：12位

費用：會員\$200位/非會員\$230位

內容：與兔兔親身互動, 學習兔兔基本照顧知識及進行藝術活動

負責職員：何佩兒姑娘

備註：參加者需於課堂中穿著輕便運動服

此活動與LOT樂語廬合辦



- 與兔兔親身互動
- 學習兔兔基本照顧知識

- 進行有關兔仔主題的和諧粉彩活動



- 親親兔兔計劃2.0結業禮

- 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。
- 如參加者缺席課堂，物資及費用將不獲補發。

爬蟲神奇探知旅程



編號：TM2526514

日期：04/08、11/08、18/08/2025 (逢一)

時間：4:00-5:30pm (4/8), 4:00-5:00pm (11/8, 18/8)

地點：本服務湖翠樓分辦事處

對象：8-12歲

名額：12位

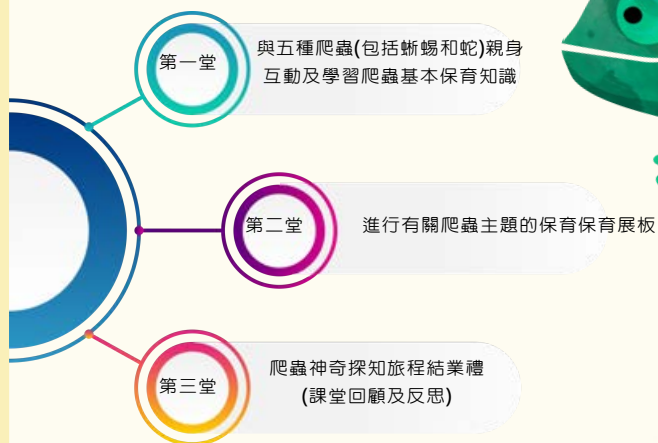
費用：會員\$200位/非會員\$230位

內容：與爬蟲親身互動, 學習爬蟲基本保育知識及進行藝術活動

負責職員：何佩兒姑娘

備註：參加者需於課堂中穿著輕便運動服

此活動與Mellon Pet合辦



兒童活動-戶外

兔兔愛心義工服務

編號：TM2526515

日期：02/08/2025(六)

活動時間：1:00 pm-5:00 pm

活動地點：LOT樂語廬

集合地點(時間)：本服務兆禧辦事處(1:00pm)

解散地點(時間)：本服務兆禧辦事處(5:00pm)

義工服務時間: 2:00 pm-4:00 pm

對象：8-12歲

名額：6位

費用：會員\$100位/非會員\$130位

內容：參加者將到樂語廬親身進行兔兔義工服務,與兔兔親身互動,學習兔兔基本照顧知識

負責職員：何佩兒姑娘

備註：參加者需於課堂中穿著輕便運動服及運動鞋

參加者需自備車資和八達通往返兆禧至LOT樂語廬(荔枝角)-約\$50

此活動與LOT樂語廬合辦

名額有限, 機會難得, 切勿錯過



- 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。
- 如參加者缺席課堂,物資及費用將不獲補發。

「玩轉屯門公園」定向活動

編號：TM2526516

日期：29/07/2025 (二)

時間：2:00-5:00pm

活動地點：屯門公園

集合地點(時間)：本服務兆禧辦事處(2:00pm)

解散地點(時間)：本服務兆禧辦事處(5:00pm)

對象：8-12歲

名額：8位

費用：會員\$30位/非會員\$60位

內容：透過合作挑戰定向任務,提升參加者的溝通及解難技巧,並提升對本社區之認識。

負責職員：蔡沛豪先生(DC Sir)

備註：須填寫健康申報表、穿著輕便服裝及運動鞋
帶備足夠來回兆禧至市中心站輕鐵車資(八達通)



(需填寫健康申報表)

2025湖翠兩日一夜體驗「型」

(需填寫健康申報表)

編號：TM2526517

日期：15/08 - 16/08/2025 (五、六)

時間：3:00pm - 翌日12:00 nn

活動地點：本服務湖翠樓分辦事處

集合地點(時間)：本服務湖翠樓分辦事處(3:00pm)

解散地點(時間)：本服務湖翠樓分辦事處12:00nn)

對象：9-12歲

名額：10位

費用：會員\$100位/非會員\$130位

內容：小朋友將於體驗營和參加者進行團體遊戲及煮食,提升參加者的溝通及解難技巧

負責職員：何佩兒姑娘

備註：須填寫健康申報表、穿著輕便服裝及運動鞋



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。
- 如參加者缺席課堂，物資及費用將不獲補發。

親子肌理畫

參考圖片



編號：TM2526518
日期：12/07/2025(六)
時間：3:00-4:30pm
地點：本服務兆禧辦事處
對象：6-12歲及其一位家長
名額：12位
費用：會員\$50位/非會員\$80位
內容：共同製作一幅肌理畫，當中加插合作元素。
負責職員：余綺珊姑娘

夏之味道(親子篇)

編號：TM2526519
日期：02/08/2025(六)
時間：10:00-11:30am
地點：本服務兆禧辦事處
對象：6-12歲及其一位家長
名額：8位(每家庭限2位)
費用：會員\$30位/非會員\$60位
內容：和小朋友一齊利用不同精油親手調配一款屬於自己的夏天味道香水(10ml)
負責職員：葉國強先生(強Sir)



「瑜」着你好幸福親子瑜伽

編號：TM2526520
日期：13/08/2025(三)
時間：3:00-4:00pm
地點：本服務兆禧辦事處
對象：6-12歲及其一位家長
名額：8位
費用：會員\$30位/非會員\$60位
內容：參加者將在工作坊完成一系列瑜伽動作
負責職員：何佩兒姑娘

(需填寫健康申報表)



DIY小手作2025-親子酒精墨水星球燈

編號：TM2526521
日期：16/08/2025(六)
時間：2:30-4:30pm
地點：本服務兆禧辦事處
對象：7-11歲及其一位家長
名額：14位
費用：會員\$70位/非會員\$100位
內容：利用酒精墨水創作獨特的星球燈，透過墨水流動，家長同小朋友可以共同體驗藝術創作樂趣，增進親子間的互動與合作，仲無需要任何藝術技巧都可以製作出作品!
負責職員：蔡沛豪先生 (DC Sir)

參考圖片



親子活動

小小甜品師2025-親子蛋撻



編號：TM2526522
日期：22/08/2025(五)
時間：10:00am-12:00nn
地點：本服務湖翠樓分辦事處
對象：6-12歲及其一位家長
名額：8位(每家庭限2位)
費用：會員\$40位/非會員\$70位
內容：和小朋友一齊合力親手製作好味蛋撻
負責職員：葉國強先生(強Sir)
備註：參加者自備食物盒及圍裙

- 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。
- 如參加者缺席課堂，物資及費用將不獲補發。



Family
time

家長活動

- 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。
- 如參加者缺席課堂，物資及費用將不獲補發。

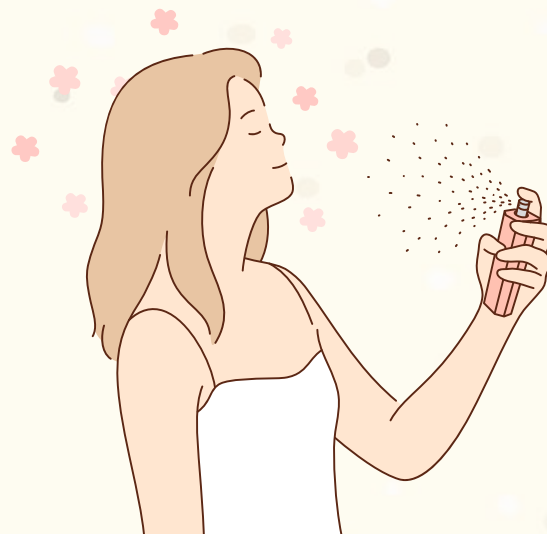
鋼筆水彩減壓工作坊(家長篇)



編號：TM2526523
日期：15/07、22/07、29/07/2025(逢二)
時間：10:00am-11:30am
地點：本服務兆禧辦事處
對象：6-24歲兒童之家長
名額：6位
費用：會員\$120位/非會員\$150位
內容：學習如何繪畫鋼筆水彩畫，過程中認識自己，同時亦讓心情放鬆。

負責職員：余綺珊姑娘

夏之味道(家長篇)



編號：TM2526524
日期：16/07/2025(三)
時間：10:00-11:30am
地點：本服務兆禧辦事處
對象：6-24歲兒童之家長
名額：8位
費用：會員\$80位/非會員\$110位
內容：利用不同精油親手調配一款屬於自己的夏天味道香水(30ml)

負責職員：葉國強先生(強Sir)

青年活動

暑期結他青年

編號：TM2526525
日期：9/7、16/7、23/7、30/7、6/8/2025(逢三)
時間：5:30-7:00PM
地點：本服務湖翠樓分辦事處
對象：12-24歲青年
名額：8位
費用：會員\$400位/非會員\$430位
內容：學習結他彈奏的技巧，
聽講識彈結他嘅人都好型!
負責職員：張明兒姑娘(明兒姑娘)



- 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。
- 如參加者缺席課堂，物資及費用將不獲補發。

看我今天怎麼玩：旋風球

編號：TM2526526
日期：18/07/2025(五)
時間：7:30-10:00pm
地點：本服務兆禧主辦事處及區內運動場
對象：12-24歲青年
名額：12位
費用：會員 免費/非會員\$30位
內容：刺激有趣的旋風球，節奏快、易上手
負責職員：張明兒姑娘(明兒姑娘)



集合時間：7:00pm
集合及解散地點：兆禧辦事處



(需填寫健康申報表)

升中無限Fun X RPG

編號：TM2526527
日期：24/07、31/07、07/08及14/08/2025(逢四)
時間：12:00nn-1:00pm
地點：本服務兆禧辦事處
對象：升小六及升中一學生
名額：8位
費用：會員\$80位/非會員\$110位
內容：利用角色扮演(RPG)來模擬中一新生活，了解升中
後可能面對的轉變和挑戰
負責職員：張智峯先生(Wilson)

弊傢伙！我要去街訪！

編號：TM2526528
日期：25/07/2025(五)
時間：1:00 - 6:00pm
地點：本服務湖翠樓分辦事處及屯門碼頭區
對象：12-24歲青年
名額：8位
費用：會員 免費/非會員\$30
內容：參加者需要抽出隨機的街訪題目，並且在限時內挑
戰進行街訪，最後將作品製作成reels。
負責職員：高諾文先生(Sunny Sir)



青年活動

- 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。
- 如參加者缺席課堂，物資及費用將不獲補發。

男女關係DSE 精讀班

編號：TM2526529
日期：05/08/2025 (二)
時間：7:30pm-9:00pm
地點：本服務湖翠樓分辦事處
對象：16-24歲青少年
名額：10位
費用：會員 免費/非會員\$30位
內容：透過遊戲及分享，一齊傾傾男仔又傾傾女仔，睇下兩性之間點相處？包括：男女關係DSE MC題 男女法庭、愛的語言、關愛自己小禮物。
負責職員：高諾文先生(Sunny Sir)



夾公仔挑戰賽

編號：TM2526530
日期：15/08/2025 (五)
時間：7:00 PM-10:00PM
地點：本服務湖翠樓分辦事處
對象：12-24歲青年
名額：16位
費用：會員 免費/非會員\$30位
內容：參加者需要在限時內夾出指定的目標，競逐夾公仔王座。
負責職員：高諾文先生(Sunny Sir)



青年情緒健康活動

- 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。
- 如參加者缺席課堂，物資及費用將不獲補發。

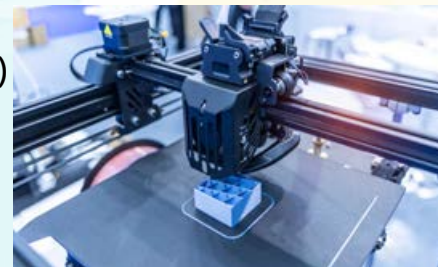
藝術與自我發現

編號：TMLM010
日期：19/06/2025 & 03/07/2025 (四)
時間：6:30-8:30pm
地點：本服務湖翠樓分辦事處
對象：12-24歲青少年
名額：6位
費用：免費 (由賽馬會平行心間資助)
內容：透過陶泥以及戳戳鏡藝術創作，舒緩壓力，探索內在潛能，發現自我。
負責職員：杜詠詩姑娘(Agnes)



3D Printing 研習社

編號：TMLM011
日期：15/07 & 29/07/2025(逢二)
時間：3:30-5:30PM
地點：本服務湖翠樓分辦事處
對象：12-24歲青年
名額：8位
費用：免費(由賽馬會平行心間資助)
內容：3Dprinting 咁都有得整，學下點整點畫圖，度身訂造有趣小物送比社區有需要的人
負責職員：張明兒姑娘(明兒姑娘)



甜品工房-梳乎厘班戟

編號：TMLM012
日期：18/07/2025(五)
時間：2:00-5:00PM
地點：本服務湖翠樓分辦事處
對象：12-24歲青年
名額：8位
費用：免費(由賽馬會平行心間資助)
內容：一同製作梳乎厘班戟，有得玩有的食~
負責職員：劉遠珠姑娘(Angel姑娘)



Chill級行山團-港島線

編號：TMLM013
日期：22/07/2025(二)
時間：10:00-5:00PM
地點：黃泥涌水塘
對象：15-24歲青年
名額：8位
費用：免費(由賽馬會平行心間資助)
內容：一齊挑戰一星行山路線-黃泥涌水塘
負責職員：劉遠珠姑娘(Angel姑娘)

(需填寫健康申報表)

**集合時間：10:00am
集合及解散地點：本服務兆禧辦事處**



青年情緒健康活動

- 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。
- 如參加者缺席課堂，物資及費用將不獲補發。

再忙也要好好吃飯 (韓式簡餐)

編號：TMLM014
日期：24/07/2025 (四)
時間：6:00-9:00pm
地點：本服務湖翠樓分辦事處
對象：12-24歲青少年
名額：8位
費用：免費 (由賽馬會平行心間資助)
內容：學習幾道簡單易學的韓式料理，在烹飪過程中放鬆身心，學習在忙碌生活中兼顧飲食和身心健康。
負責職員：杜詠詩姑娘(Agnes)



台飲工房-珍珠奶茶

編號：TMLM015
日期：25/07/2025(五)
時間：2:00-5:00PM
地點：本服務湖翠樓分辦事處
對象：12-24歲青年
名額：8位
費用：免費(由賽馬會平行心間資助)
內容：一同製作珍珠奶茶特飲, 有得玩有的飲~
負責職員：劉遠珠姑娘(Angel姑娘)



香水噴霧工作室

編號：TMLM016
日期：01/08/2025(五)
時間：3:00-5:00PM
地點：本服務湖翠樓分辦事處
對象：12-24歲青年
名額：8位
費用：免費(由賽馬會平行心間資助)
內容：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)
負責職員：劉遠珠姑娘(Angel姑娘)



雙人瑜伽體驗x拍照日

編號：TMLM017
日期：08/08/2025(五)
時間：2:00-4:00PM
地點：本服務湖翠樓分辦事處
對象：12-24歲青年
名額：8位
費用：免費(由賽馬會平行心間資助)
內容：透過雙人瑜伽體驗及拍照活動, 與身體的朋友共建美好回憶。(歡迎自組參加~ 同朋友一齊黎玩~自己一個想黎玩又得姐)
負責職員：劉遠珠姑娘(Angel姑娘)

(需填寫健康申報表)



青年情緒健康活動

讀心神探

編號：TMLM018
日期：19/08/2025(二)
時間：2:30-6:00pm
地點：本服務湖翠樓分辦事處
對象：12-24歲青少年
名額：16位
費用：免費(由賽馬會平行心間資助)
內容：通過性格透視® 測試讓自更好地了解自己的性格，
還可以幫助了解他人的性格特徵。

負責職員：張智峯先生(Wilson)

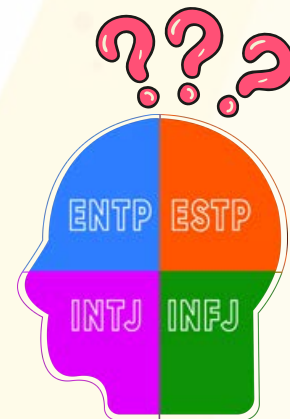


- 參加者必須於活動當日滿足年齡要求。
- 所有體能活動，均須填報健康申報表，沒呈交則不能上課，並不能退款。
- 活動名額有限，先報先得。
- 參加者自行協調各課程/活動時間，以免重疊，如有撞期，恕不退款。
- 如參加者缺席課堂，物資及費用將不獲補發。

MBTI臥底日

編號：TMLM019
日期：21/08/2025(四)
時間：4:00-5:30pm
地點：本服務湖翠樓分辦事處
對象：12-24歲青少年
名額：8位
費用：免費(由賽馬會平行心間資助)
內容：透過不同的遊戲，加深對MBTI性格類型的理解，
促進自我覺察，了解自己性格優勢及與人相處模式。

負責職員：杜詠詩姑娘(Agnes)



療癒星空噴漆X大鐵閘塗鴉

編號：TMLM020
日期：25/08/2025(一)及26/08/2025(二)
時間：(25/8)12:00-1:00pm, 2:00-4:00pm;
(26/8)1:00-3:00pm
地點：本服務湖翠樓分辦事處
對象：12-24歲青年
名額：8位
費用：免費(由賽馬會平行心間資助)
內容：塗鴉星空作品(可以取走)及合法地塗鴉湖翠鐵閘~正~
負責職員：張明兒姑娘(明兒姑娘)



再忙也要好好吃飯(日式簡餐)

編號：TMLM021
日期：28/08/2025(四)
時間：6:00-9:00pm
地點：本服務湖翠樓分辦事處
對象：12-24歲青少年
名額：8位
費用：免費(由賽馬會平行心間資助)
內容：學習幾道簡單易學的日式料理，在烹飪過程中放鬆身心，學習在忙碌生活中兼顧飲食和身心健康。
負責職員：杜詠詩姑娘(Agnes)



2025-26年度屯門區青年 暑期一般活動 (申請中)

愛健康體驗系列-獨木舟訓練

- 編號：TMSYP2526-01 **(需填寫健康申報表)**
- 日期：22/07、29/07、05/08/2025(逢二)
- 時間：8:00-5:00pm
- 地點：屯門獨木舟總會(集合及解散：本服務兆禧辦事處)
- 對象：8-12歲
- 名額：6位
- 費用：\$150位 (包午膳及證書*)
- 內容：本訓練會考取少年獨木舟星章證書*，包括：海星、海馬、海豹
- 負責職員：葉國強先生(強Sir)
- 備註：1.參加者須能穿著衣服游泳最少50米及須簽聲明
2.須自備車費(由中心到加多利灣泳灘/舊咖啡灣)
3.請自備防曬、沖身用品及後備衣物等
- * 需通過考核才能獲得相應證書



- 以下為暑期一般活動，接受非會員報名，報名日期為27/4/2025(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。
- 如參加者缺席課堂，物資及費用將不獲補發。

愛健康體驗系列-原野烹飪

- 編號：TMSYP2526-02 **(需填寫健康申報表)**
- 日期：30/07/2025(三)
- 時間：9:30-5:00pm
- 地點：大棠郊野公園(集合及解散：本服務湖翠樓分辦事處)
- 對象：8-12歲
- 名額：12位
- 費用：\$50位 (包車費及午膳)
- 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
- 負責職員：葉國強先生(強Sir)
- 備註：自備防曬、防蚊及雨具等



愛健康體驗系列-探索「你今日飲咗未」

- 編號：TMSYP2526-03
- 日期：13/08/2025(三)
- 時間：9:45am-1:00pm
- 地點：益力多工場(集合及解散：本服務兆禧辦事處)
- 對象：6-12歲
- 名額：20位
- 費用：\$20/位 (包車費)
- 內容：參觀益力多工場，認識益力多製作過程
- 負責職員：葉國強先生(強Sir)



愛健康體驗系列-滴滴遊蹤

- 編號：TMSYP2526-04
- 日期：14/08/2025(四)
- 時間：8:15am-12:15pm
- 活動地點：大埔濾水廠
- 集合地點(時間)：本服務兆禧辦事處(8:15am)
- 解散地點(時間)：本服務兆禧辦事處(12:15pm)
- 對象：8-12歲
- 名額：16位
- 費用：\$50/位 (包車費)
- 內容：參加者將參觀大埔濾水廠，了解日常食水的消毒過程。
- 負責職員：余綺珊姑娘



2025-26年度屯門區青年 暑期一般活動〔申請中〕

- 以下為暑期一般活動，接受非會員報名，報名日期為27/4/2025(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。
- 如參加者缺席課堂，物資及費用將不獲補發。

【室內團隊歷奇系列】

超級方塊城



編號：TMSYP2526-05
日期：17/07、02/08/2025(四、六)
時間：6:30-8:00pm(17/07)，待定(02/08)
地點：17/07:本服務湖翠樓分辦事處
02/08:Supercube (銅鑼灣)
對象：14-24歲青少年
名額：10位
費用：\$100/位
內容：進入遊戲區域，使用四肢努力得分並避開障礙，遊戲強調團隊合作與協作能力，在難度的情況下挑戰關卡要求。
負責職員：杜詠詩姑娘(Agnes)

(需填寫健康申報表)

【室內團隊歷奇系列】

鐳射Wargame戰隊

編號：TMSYP2526-06
日期：30/07/2025(三)
時間：4:00-6:00pm
地點：ResalaserHK(荔枝角 Place ONE 5樓B室)
對象：12-24歲青少年
名額：14位
費用：\$100/位
內容：學習正確使用鐳射槍及戰術運用、領袖及團體合作訓練
負責職員：張智峯先生(Wilson)

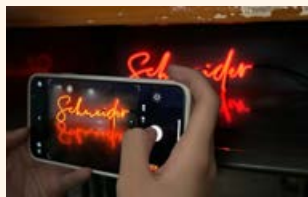
集合時間：3:30pm
集合及解散地點：荔枝角港鐵站
(需填寫健康申報表)



【黑暗中對話系列】

【你的名字】霓虹燈製作

編號：TMSYP2526-08
日期：31/07/2025(四)
時間：2:00-4:00pm
地點：本服務湖翠樓分辦事處
對象：12-24歲青少年
名額：12位
費用：\$80/位
內容：親手製作屬於自己的英文字霓虹燈
負責職員：高諾文先生(Sunny Sir)



【黑暗中對話系列】

小王子黑暗之旅 **(需填寫健康申報表)**

編號：TMSYP2526-09
日期：01/08/2025(五)
時間：2:30-5:00pm
地點：黑暗中對話體驗館
(九龍長沙灣長義街9號D2 Place 一期7樓B室)
對象：12-24歲青少年
名額：16位
費用：\$80/位
內容：重新認識自己的旅程，您將進入伸手不見五指的全黑環境，跟隨小王子離開B612星球，沿途造訪不同星球，與星球上的人對話。
負責職員：高諾文先生(Sunny Sir)

集合時間：2:15pm
集合及解散地點：黑暗中對話體驗館



「真正重要的東西只用眼睛是看不見的」

2025-26年度屯門區青年 暑期一般活動 (申請中)

- 以下為暑期一般活動，接受非會員報名，報名日期為27/4/2025(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。
- 如參加者缺席課堂，物資及費用將不獲補發。

【室內團隊歷奇系列】

超動感Esport

編號：TMSYP2526-11
日期：08/08/2025(五)
時間：3:45-5:45pm
地點：啓德JOYPOLIS SPORTS
對象：12-24歲青少年
名額：10位
費用：\$100/位
內容：使用數十種結合科技與運動的遊樂項目來減壓!
負責職員：張智峯先生(Wilson)

集合時間：3:00pm
集合及解散地點：啟德港鐵站

(需填寫健康申報表)



【室內團隊歷奇系列】

密室大逃脫-女生宿舍

編號：TMSYP2526-12
日期：13/08/2025(三)
時間：2:00-3:30pm
地點：《逃出香港!》
(旺角西洋菜南街1A-1K百寶利商業大廈4樓)
對象：13-24歲青少年
名額：6位
費用：\$100/位
內容：在規定的時間內解開謎題、尋找線索並完成任務
負責職員：張智峯先生(Wilson)

集合時間：1:45pm
集合及解散地點：油麻地港鐵站

(需填寫健康申報表)



【室內團隊歷奇系列】

密室大逃脫-詭酒店

編號：TMSYP2526-07
日期：13/08/2025(三)
時間：4:00-5:30pm
地點：《逃出香港!》
(旺角西洋菜南街1A-1K百寶利商業大廈4樓)
對象：13-24歲青少年
名額：6位
費用：\$100/位
內容：在規定的時間內解開謎題、尋找線索並完成任務
負責職員：張智峯先生(Wilson)

集合時間：3:45pm
集合及解散地點：油麻地港鐵站

(需填寫健康申報表)



【黑暗中對話系列】

蝦蝦釣

編號：TMSYP2526-10
日期：21/08/2025(四)
時間：7:00-9:00PM
地點：待定
對象：12-24歲青年
名額：8位
費用：\$80/位
內容：Fun Game + 釣蝦，品嘗新鮮味道
負責職員：張明兒姑娘(明兒姑娘)

集合時間：6:30pm
集合及解散地點：待定



星期一 MONDAY

- 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，未有呈交者不能上課，並不獲另行補課或退款。
- 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	名稱	對象	日期	時間	堂數	名額	收費	材料	地點	內容	備註
TM2025-089	幼兒多元智能-運動營	3-5歲	21/7-18/8/2025 (逢一)	10:00-11:00am	5	10	\$610	/	兆禧辦事處舞蹈室	集EQ遊戲及跳舞於一身的課程，教授學員各項知識，建立學員全面思考能力及學習技巧。 內容：1.EQ遊戲-情感認識；2.EQ遊戲-情緒管理；3.舞蹈基礎-Jazz；4.情感表達舞蹈-Jazz；5.團隊合作與分享。 <<匯材軒合辦>>	需填寫健康申報表
090	幼兒中文識字班	3-5歲	21/7-18/8/2025 (逢一)	11:00-12:00nn	5	10	\$610	/	兆禧辦事處舞蹈室	課程教授學員讀寫中文生字、詞彙，內容以日常生活的實用題材為主，使學員能活用基本的生活用字。另外設筆順教學，學員能學懂正確的中文寫法。 內容：認識基本漢字；字形與字音；組詞與造句；故事分享與應用。 <<匯材軒合辦>>	請自備文具
091	幼兒講故事學英文	3-5歲	21/7-18/8/2025 (逢一)	12:00-1:00pm	5	10	\$610	/	兆禧辦事處舞蹈室	聽故事提升孩子專注力，可以發揮孩子無限想像力，閱讀提供了想像的「背景知識」，從而提供了創造力的元素。創造力強的人，背景知識也很廣博。愈是年幼的孩子，聽覺理解程度愈強，遠遠超過視覺閱讀能力；聽故事，為孩子的閱讀能力奠定了基礎。希望藉著有趣故事加深兒童對生詞的印象。構建穩固的英語基礎。 內容：1.故事角色介紹；2.理解故事的基本情節和主題；3.通過重複來加強記憶；4.學會用英語表達情感；5.創意延伸。 <<匯材軒合辦>>	請自備文具
092	幼兒英語唱遊樂	3-5歲	21/7-18/8/2025 (逢一)	2:00-3:00pm	5	10	\$650	/	兆禧辦事處舞蹈室	透過趣味的英文歌曲，啟發同學們學習英語的興趣。歌曲中以英語演繹不同的故事內容，豐富同學的英語字庫，提升對英文歌曲欣賞能力。 內容：1.基本歌曲介紹；2.音韻與節奏；3.詞彙擴展；4.角色扮演與互動；5.創作與分享。 <<匯材軒合辦>>	/

星期一 MONDAY

- 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，未有呈交者不能上課，並不獲另行補課或退款。
- 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	名稱	對象	日期	時間	堂數	名額	收費	材料	地點	內容	備註
TM2025-093	幼兒普通·畫	3-5歲	21/7-18/8/2025 (逢一)	3:00-4:00pm	5	10	\$610	/	兆禧辦事處 舞蹈室	課程內容多元化，以輕鬆手法配合普通話教授主題，加上木顏色及粉彩的運用法把主題形象化、具體化，使學員對課程內容更瞭解，課程趣味性強，適合低年班的初學者。內容：基本繪畫工具介紹；基礎形狀與線條；顏色認識；繪製簡單物體；創意作品展示。主題：繪畫動物、風景、卡通人物等。 <<匯材軒合辦>>	請自備文具
094	幼兒小司儀訓練班	3-5歲	21/7-18/8/2025 (逢一)	4:00-5:00pm	5	10	\$610	/	兆禧辦事處 舞蹈室	導師指導學員演說技巧、應有態度及應變方法；內容主要圍繞演說時運用的眼神、語氣及身體語言，加以訓練，使學員能夠提升自己勇於在人前表達自己，並學習到如何於演說時製造良好氣氛，達至震撼眾人心靈的效果。內容：1.基本自我介紹；2.語音與發音練習；3.肢體語言與表情；4.活動主持技巧；5.即興表達與反應。<<匯材軒合辦>>	請自備文具
001	幼兒跆拳道班	4-6歲	21/7-18/8/2025 (逢一)	10:00-11:00am	5	12	\$320	/	兆禧辦事處 小劇場	跆拳道著重腳踢與拳擊，但用腳法佔百份之七十，腳法也特別巧妙，對於腳法之鍛練也就特別講究，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、體能鍛練及跆拳道的禮儀等。 <<國際跆拳道香港總會有限公司合辦>>	需填寫健康申報表
010	幼兒籃球班	4-6歲	21/7-18/8/2025 (逢一)	9:30-10:30am	5	10	\$570	/	湖翠樓分辦事處之舞蹈室或屯門湖景邨室外籃球場	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。 <<凌動康體發展有限公司合辦>>	請穿著波鞋，需填寫健康申報表

星期一 MONDAY

- 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，未有呈交者不能上課，並不獲另行補課或退款。
- 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	名稱	對象	日期	時間	堂數	名額	收費	材料	地點	內容	備註
TM2025-067	角落小廚神黏土班 (幼兒)	4-6歲	21/7-11/8/2025 (逢一)	3:00-4:00pm	4	12	\$245	\$216	兆禧辦事處活動室	<p>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，今天卻當上了小廚師，實行玩轉廚房。教授小朋友如何拓展想像空間，黏土搓製出小生物的廚師模樣，更砌出一個廚房模形，以擺放各種食材及生物小廚師。每堂完成一件作品。</p> <p>1. 拼砌廚房 2. 炸物與面包 3. 蜥蜴與零食 4. 白熊與甜品 <<創意夢工場合辦>></p>	請自備膠盒
068	Sanrio盲盒與蔬果黏土班	4-6歲	21/7-11/8/2025 (逢一)	4:00-5:00pm	4	12	\$245	\$216	兆禧辦事處活動室	<p>為人熟悉的Sanrio，每個角色以粉色及浪漫的獨特形態，深深迷倒了大、小朋友。是次以輕黏土製作同樣富有馬卡龍色彩的蔬果，如草莓（紅）、紅蘿蔔（橙）、梨子（黃）、西瓜（綠），以陪伴每款Sanrio人物。為了提升小朋友的學習興趣，每堂給予一個盲盒，裡面為不同的Sanrio 及 Pokemon 不同款卡通等趣緻公仔。（以盲盒形式配送，款式有相同或不同），每堂完成一件作品。</p> <p><<創意夢工場合辦>></p>	請自備膠盒
043	Cambridge劍橋英語暑期體驗A班	升小一至升小二	21/7-18/8/2025 (逢一)	10:00-11:00am	5	12	\$530	\$82	兆禧辦事處會議室	<p>劍橋英語考試為世界上最具公信力的國際兒童英語能力認證之一，對孩子將來升學有莫大的幫助，面試必備的證書。劍橋英語考試測試學童的聆聽、閱讀、寫作及會話的能力，標準統一，有助了解兒童學習進度。透過報讀劍橋英語考試課程，有效提升兒童的英語能力，提高兒童學習英語的信心。</p> <p>1. Animals, Body and Face 2. Numbers 1-20, Colours 3. Family and friends, Toys 4. Clothes, Weather and Time 5. Food and Drinks <<現代多元教室有限公司合辦>></p>	請自備文具

星期一 MONDAY

- 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，未有呈交者不能上課，並不獲另行補課或退款。
- 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	名稱	對象	日期	時間	堂數	名額	收費	材料	地點	內容	備註
TM2025-011	兒童籃球班	7-10歲	21/7-18/8/2025 (逢一)	10:30-11:30am	5	12	\$545	/	湖翠樓分辦事處之舞蹈室或屯門湖景邨室外籃球場	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。 <<凌動康體發展有限公司合辦>>	請穿著波鞋，需填寫健康申報表
063	流行卡通人物黏土組合	7-12歲	21/7-11/8/2025 (逢一)	10:00-11:00am	4	12	\$245	\$216	兆禧辦事處活動室	這些永垂不朽的卡通人物，是耳熟能詳、也是帶給我們歡樂的小伙伴，以輕黏土把牠們搖身變得更趣緻可愛，作為桌上的小擺設或實用品，令生活變得充滿樂趣。每堂完成一件作品。 1. 遊樂園的米奇及米妮(Micky & Minnie) 2. 庫洛米七彩啫喱杯 3. 游泳中的卡皮巴拉(Kapibara) 4. 冰川上的Elsa <<創意夢工場合辦>>	請自備膠盒
064	達菲熊的夢幻世界黏土班	7-12歲	21/7-11/8/2025 (逢一)	11:00-12:00nn	4	12	\$245	\$216	兆禧辦事處活動室	瘋摩亞洲甚至人氣超越米奇的達菲熊家族，今年會走進一個夢幻仙境，在美景中起舞。這個課程裡中，達菲熊的朋友們陸續登場，在精緻的房間、遊樂場、及夢幻的背境中生動地展現它們的風采。讓小朋友會以輕黏土製作每一件作品。 1. 達菲 2. 雪梨玫 3. 多尼 4. 史黛拉 <<創意夢工場合辦>>	請自備膠盒

星期一 MONDAY

- 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，未有呈交者不能上課，並不獲另行補課或退款。
- 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	名稱	對象	日期	時間	堂數	名額	收費	材料	地點	內容	備註
TM2025-065	吉伊卡哇最佳便當黏土班	7-12歲	21/7-11/8/2025 (逢一)	12:00-1:00pm	4	12	\$245	\$216	兆禧辦事處活動室	近年爆紅的「吉伊卡哇」Chiikawa，帶著獨特魅力在近幾年席捲全球，它確實是又小又可愛的化身。我們運用黏土與各款小配件，讓小朋友透過製作過程，了解Chiikawa的世界觀及每一個療癒人心的角色。 1. 小白小貓丸子 2. Chiikawa 小籠包 3. 兔子漢堡包 4. 小桃蛋糕 <<創意夢工場合辦>>	請自備膠盒
066	爆紅Labubu黏土班	7-12歲	21/7-11/8/2025 (逢一)	2:00-3:00pm	4	12	\$245	\$216	兆禧辦事處活動室	旋風式全球爆紅的人氣卡通人物Labubu，設計源自香港藝術家，極富本土文化。課程以搓製Labubu的不同造型，讓這個擁有大眼睛、大嘴巴和尖牙齒的森林精靈，活潑生動地呈現在我們面前。每堂完成一件作品。 1. 南瓜上的Labubu 2. 喝著冷飲的Labubu 3. 旋轉起舞的Labubu 4. Labubu之心動馬卡龍 <<創意夢工場合辦>>	請自備膠盒
002	兒童跆拳道班	7-13歲	21/7-18/8/2025 (逢一)	11:00-12:00nn	5	12	\$320	/	兆禧辦事處小劇場	跆拳道著重腳踢與拳擊，但用腳法佔百份之七十，腳法也特別巧妙，對於腳法之鍛練也就特別講究，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、體能鍛練及跆拳道的禮儀等。 <<國際跆拳道香港總會有限公司合辦>>	需填寫健康申報表

星期一 MONDAY

- 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，未有呈交者不能上課，並不獲另行補課或退款。
- 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	名稱	對象	日期	時間	堂數	名額	收費	材料	地點	內容	備註
TM2025-044	Cambridge劍橋英語暑期體驗B班	升小三至升小四	21/7-18/8/2025 (逢一)	11:00-12:00nn	5	12	\$530	\$82	兆禧辦事處會議室	劍橋英語考試為世界上最具公信力的國際兒童英語能力認證之一，對孩子將來升學有莫大的幫助，面試必備的證書。劍橋英語考試測試學童的聆聽、閱讀、寫作及會話的能力，標準統一，有助了解兒童學習進度。透過報讀劍橋英語考試課程，有效提升兒童的英語能力，提高兒童學習英語的信心。 1.Animals, Body and Face 2.Numbers 1-100, Colours and Toys 3.Family and friends, Work 4.Clother, Weather and Time 5.Food and Drinks <<現代多元教室有限公司合辦>>	請自備文具
045	英文呈分試班	升小五至升小六	21/7-18/8/2025 (逢一)	12:00-1:30pm	5	12	\$640	/	兆禧辦事處會議室	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>>	請自備文具
012	青年籃球班	11-13歲	21/7-18/8/2025 (逢一)	11:30-12:45pm	5	12	\$670	/	湖翠樓分辦事處之舞蹈室或屯門湖景邨室外籃球場	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。 <<凌動康體發展有限公司合辦>>	請穿著波鞋，需填寫健康申報表

星期二 TUESDAY

- 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，未有呈交者不能上課，並不獲另行補課或退款。
- 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	名稱	對象	日期	時間	堂數	名額	收費	材料	地點	內容	備註
TM2025-075	STEM科學 魔術A班	4-6歲	22/7- 19/8/2025 (逢二)	10:00- 11:00am	5	10	\$505	/	兆禧辦事處 舞蹈室	課程以一系列和科學相關的魔術，用各種科學原理演繹出不同的魔術效果。在課堂上，導師會以魔術作為解釋科學的不同原理，從而增進學生的科學知識。學生能同時獲得科學的新奇及魔術的樂趣。 內容： 1.緊箍咒、磁雙環、明日環(STEM魔術-磁力) 2.年齡透視卡、圖畫預言卡(STEM魔術-數學) 3.三杯三球、魔術棒(STEM魔術視覺) 4.魔杯騰空、奇門循甲(STEM魔術-磁力) 5.ET預言螺絲、預言陀螺(STEM魔術-力學) <<魔術嵐才藝中心合辦>>	/
083	為食小廚神:小食A	4-6歲	22/7- 12/8/2025 (逢二)	2:00- 3:00pm	4	10	\$400	\$100	湖翠樓分辦 事處家政室	內容： 1. 朱古力曲奇 2. 香蕉焦糖鬆餅 3. 自製蕃薯芋圓 4. 燕麥餅乾 **食材可能會因供應有所變動**	請自備圍裙 及食物盒
084	為食小廚神:小食B	4-6歲	22/7- 12/8/2025 (逢二)	3:05- 4:05pm	4	10	\$400	\$100	湖翠樓分辦 事處家政室	內容： 1. 迷你蘑菇小漢堡 2. 公司三文治 3. 蜂蜜牛油吐司 4. 自製生朱古力 **食材可能會因供應有所變動**	請自備圍裙 及食物盒
046	升小中文認字班	升小一	22/7- 19/8/2025 (逢二)	10:00- 11:00am	5	12	\$425	\$82	兆禧辦事處 會議室	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.詞語配搭 <<現代多元教室有限公司合辦>>	請自備文具

星期二 TUESDAY

- 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，未有呈交者不能上課，並不獲另行補課或退款。
- 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	名稱	對象	日期	時間	堂數	名額	收費	材料	地點	內容	備註
TM2025-018	科學實驗工具	6-11歲	22/7-19/8/2025 (逢二)	10:00-11:00am	5	12	\$430	\$130	兆禧辦事處活動室	<p>課程適合動手體驗STEM的初學學員，透過實習電工電子零件的使用及原理，學習工具運用及技巧，有效於日後在課堂的實務製作。每堂分別派發所有的實習電子零件，量度卡尺，螺絲批，工具箱及科學實驗手冊。</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 學習使用專業接線板(白麵包)體驗電路實驗，制作地面傾斜探測器 2. 學習運用卡尺量度造型，理解面積，周界及體積運算方法等等 3. 學習接駁電線技巧及啟動電動馬達，理解抽氣扇與風扇的原理 4. 製作有趣電流測試錶，用以測量電池餘剩的能源 5. 學習使用金屬紙製作紙電路圖，啟動發光LED燈 <p><<ITECH PLUS LTD合辦>></p>	請自備兩粒AA電池
019	2025升空發射探索實驗室	6-11歲	22/7-19/8/2025 (逢二)	11:00-12:00nn	5	12	\$430	\$130	兆禧辦事處活動室	<p>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。</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 彈射太空船高空降落傘 2. 充電式航空飛翔電動飛機 3. 螺旋動力火箭發射台 4. 彩色閃光旋轉陀螺飛碟 5. 高空彈射摺紙飛翔飛機 <p><<ITECH PLUS LTD合辦>></p>	請自備兩粒AA電池

星期二 TUESDAY

- 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，未有呈交者不能上課，並不獲另行補課或退款。
- 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	名稱	對象	日期	時間	堂數	名額	收費	材料	地點	內容	備註
TM2025-020	2025機械人	6-11歲	22/7-19/8/2025 (逢二)	12:00-1:00pm	5	12	\$430	\$130	兆禧辦事處活動室	<p>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。</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 毛巾抹地機械人 2. 三足跳動競賽機械人 3. 機械式智能避障礙機械人車 4. 電動馬達滑板人車 5. 液壓機械手 <p><<ITECH PLUS LTD合辦>></p>	請自備兩粒AA電池
021	2025恐龍樂土探險樂園	6-11歲	22/7-19/8/2025 (逢二)	2:00-3:00pm	5	12	\$430	\$130	兆禧辦事處活動室	<p>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。</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 電動暴走腕龍車 2. 電動噴石小火山模型 3. 三輪馬達腳速龍車 4. 槓桿力學夾物大恐龍 5. 紅點激光射線暴龍槍 <p><<ITECH PLUS LTD合辦>></p>	請自備兩粒AA電池
022	海陸空科學玩具樂園	6-11歲	22/7-19/8/2025 (逢二)	3:00-4:00pm	5	12	\$430	\$130	兆禧辦事處活動室	<p>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。</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 水上航行環保電動船 2. 電動馬達小貨車 3. 氣動發射小火箭 4. 機械式自行避障電動車 5. 高空彈射摺紙飛機 <p><<ITECH PLUS LTD合辦>></p>	請自備兩粒AA電池

星期二 TUESDAY

- 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，未有呈交者不能上課，並不獲另行補課或退款。
- 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	名稱	對象	日期	時間	堂數	名額	收費	材料	地點	內容	備註
TM2025-023	實用設計 創造工程師	6-11歲	22/7- 19/8/2025 (逢二)	4:00- 5:00pm	5	12	\$430	\$130	兆禧辦事處 活動室	學習理解及探索，課堂提供不同製作的實驗零件，太陽能板，微電子積木板，感知探測器，電子電機元件，每課提供工作紙講議，可回家再作實驗。 1. 自製手搖發電手機充電器 2. 植物泥土缺水探測器 3. 清除污物電鍍盒 4. 自製UV燈CO2化學的捕蚊器 5. 食物發電小時鐘 <<ITECH PLUS LTD合辦>>	請自備兩粒 AA電池
014	乒乓球訓練初B	6-8歲	22/7- 19/8/2025 (逢二)	11:00- 12:00nn	5	12	\$420	/	兆禧辦事處 小劇場	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。	請自備乒乓球拍及穿著波鞋，需填寫健康申報表
076	STEM魔術+ 扭汽球B班	7-9歲	22/7- 19/8/2025 (逢二)	11:00- 12:00nn	5	12	\$505	/	兆禧辦事處 舞蹈室	課程中包含有趣的科學魔術，從學習魔術的過程中能體驗到非凡的科技科學元素。另一方面，課程中亦加入受歡迎的扭氣球學習，學生可以在課程中學習到多款好玩新奇的氣球款式，一個課程能盡得二種樂趣。 內容： 1.氣球魔法棒、氣球魔法劍 2.穿鈔筆、木乃衣預言(STEM魔術-磁力) 3.氣球吉伊卡哇 - Chiikawa 4.絲巾穿杆、自昇魔術棒(STEM魔術-力學) 5.氣球比卡超、氣球兔兔 <<魔術嵐才藝中心合辦>>	/

星期二 TUESDAY

- 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，未有呈交者不能上課，並不獲另行補課或退款。
- 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	名稱	對象	日期	時間	堂數	名額	收費	材料	地點	內容	備註
TM2025-047	中文閱讀理解強化A班	升小二至升小三	22/7-19/8/2025 (逢二)	11:00-12:00nn	5	12	\$425	/	兆禧辦事處會議室	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>>	請自備文具
049	中文寫作提升A班	升小二至升小三	22/7-19/8/2025 (逢二)	2:00-3:00pm	5	12	\$425	/	兆禧辦事處會議室	本課程旨在通過文章閱讀和有趣的教學活動，讓學生掌握基本文體的寫作方法，並進一步體驗文學創作的樂趣。 課程內容：記敘文，實用文，看圖寫作。 <<現代多元教室有限公司合辦>>	請自備文具
015	乒乓進階班	對乒乓球有認識者(8-14歲)	22/7-19/8/2025 (逢二)	12:00-1:15pm	5	12	\$525	/	兆禧辦事處小劇場	教授反手推擋或撥球、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。	請自備乒乓球拍及穿著波鞋，需填寫健康申報表
013	乒乓球訓練初A	9-12歲	22/7-19/8/2025 (逢二)	10:00-11:00am	5	12	\$420	/	兆禧辦事處小劇場	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。	請自備乒乓球拍及穿著波鞋，需填寫健康申報表

- 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，未有呈交者不能上課，並不獲另行補課或退款。
- 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

星期二 TUESDAY

編號	名稱	對象	日期	時間	堂數	名額	收費	材料	地點	內容	備註
TM2025-048	中文閱讀理解強化B班	升小四至升小五	22/7-19/8/2025 (逢二)	12:00-1:00pm	5	12	\$425	/	兆禧辦事處會議室	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>>	請自備文具
050	中文寫作提升B班	升小四至升小五	22/7-19/8/2025 (逢二)	3:00-4:00pm	5	12	\$425	/	兆禧辦事處會議室	本課程旨在通過文章閱讀和有趣的教學活動，讓學生掌握基本文體的寫作方法，並進一步體驗文學創作的樂趣。 課程內容：記敘文，人物描寫，實用文。 <<現代多元教室有限公司合辦>>	請自備文具
085	為食小廚神:小食C	10-13歲	22/7-12/8/2025 (逢二)	4:10-5:10pm	4	10	\$400	\$100	湖翠樓分辦事處家政室	內容： 1. 卡邦尼意粉 2. 墨西哥雞肉捲 3. 蜂蜜牛油雞翼 4. 黑椒汁薯蓉 **食材可能會因供應有所變動**	請自備圍裙及食物盒

星期二 TUESDAY

- 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，未有呈交者不能上課，並不獲另行補課或退款。
- 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	名稱	對象	日期	時間	堂數	名額	收費	材料	地點	內容	備註
TM2025-077	舞台魔術+ 道具製作C班	10-13歲	22/7- 19/8/2025 (逢二)	12:00- 1:00pm	5	12	\$505	/	兆禧辦事處 舞蹈室	<p>課程教授一系列帶有強烈效果的舞台魔術 (包括難得一見的大舞台工具)。將表演的流程分程序學習，由開場白、自我介紹、與觀眾互動、至結尾均會有系統地教授。學生能掌握每個細節，更能提昇整個表演質素，直接觸動每位觀眾的神經，帶來強烈震撼的表演效果。學生於課程中有所專業的舞台魔術道具，亦會由導師教授去創造自己所屬的舞台表演道具，可於日後在自己的場景再度表演。</p> <p>內容： 1. 魔術棒變花、光碟變色 2. 三繩、環脫繩-(自製) 3. 超級變鈔神功、變銀紙-(自製) 4. 破Q還原、彈棒二支 5. 絲巾消失、絲巾變色 <<魔術嵐才藝中心合辦>></p>	/
051	寓言探索之旅	升小五至 升小六	22/7- 19/8/2025 (逢二)	4:00- 5:00pm	5	12	\$465	/	兆禧辦事處 會議室	<p>本課程以典型的文言寓言故事為教材。通過多種活動，培養學生的閱讀、思考和創作能力，同時培養他們的價值觀和道德觀。</p> <p>課程內容： 1. 寓言的介紹 2. 文言寓言故事的閱讀與理解 3. 創作寓言故事-寫作與創作技巧 4. 寓言故事-應用與實踐 <<現代多元教室有限公司合辦>></p>	請自備文具

星期三 WEDNESDAY

- 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，未有呈交者不能上課，並不獲另行補課或退款。
- 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	名稱	對象	日期	時間	堂數	名額	收費	材料	地點	內容	備註
TM2025-027	2025幼童海陸空工程師	4-6歲	16/7-13/8/2025 (逢三)	2:00-3:00pm	5	12	\$430	\$130	兆禧辦事處活動室	<p>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及船。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。</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 電動小船 - 浮力實驗 2. 透明飛機小燈飾 - LED燈使用 3. 回力暴走巴士 - 動力轉移 4. 風動力小車 - 牛頓第三力學 5. 彈射三輪車 - 拉力原理 <p><<ITECH PLUS LTD合辦>></p>	請自備兩粒AA電池
028	幼童學製作	4-6歲	16/7-13/8/2025 (逢三)	3:00-4:00pm	5	12	\$430	\$130	兆禧辦事處活動室	<p>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，過程中體會電動馬達，槓杆原理，而相關零件可供日後自行組裝及創作之用。</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 木製步行機械人 - 動力轉移 2. 乒乓球瞄準發射器 - 拉力原理 3. 電動旋轉芭蕾舞 - 桿杆滑輪 4. 電動動力彈跳魚 - 電動馬達 5. 電視機箱手搖音樂機 - 聲音實驗 <p><<ITECH PLUS LTD合辦>></p>	請自備兩粒AA電池
029	2025幼童科學小森林	4-6歲	16/7-13/8/2025 (逢三)	4:00-5:00pm	5	12	\$430	\$130	兆禧辦事處活動室	<p>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。</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 回力甲蟲車 - 動力轉移 2. 力學平衡小蝴蝶 - 三點平衡原理 3. 發光螢火蟲 - 使用LED燈 4. 電動彈彈小青蛙 - 電動馬達 5. 七彩燈發光樹 - 螢光效果 <p><<ITECH PLUS LTD合辦>></p>	請自備兩粒AA電池

星期三 WEDNESDAY

- 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，未有呈交者不能上課，並不獲另行補課或退款。
- 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	名稱	對象	日期	時間	堂數	名額	收費	材料	地點	內容	備註
TM2025-081	日語初階A班	5-7歲	16/7-13/8/2025 (逢三)	10:00-11:00am	5	12	\$575	/	兆禧辦事處會議室	<p>家長們要先自己想想看，日文在香港不是必修語言，點解要讓小孩學日文呢？有些人會認為從小讓小孩接觸外語有助於小孩的發展，亦可以提高熟練外語的機會，但學任何東西前一定要有動機與興趣，不然學在久都沒用。而我們的教學方式會從玩遊戲等較輕鬆的方式進行，重點是要讓小孩覺得學日文是有趣的活動，而不是一件痛苦、無聊、只是去"上課"而已。本課程會幫助小朋友從小訓練日語語感，正確日文語調，說純正自然日語發音。</p> <p>內容： 1.日文五十音 2.用簡單日語進行自我介紹 3.簡單會話 4.日文小遊戲 <<魔術嵐才藝中心合辦>></p>	請自備文具
016	花式跳繩A	5-8歲	16/7-13/8/2025 (逢三)	10:00-11:00am	5	12	\$585	自備拍子繩	兆禧辦事處小劇場	<p>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。</p>	請自備拍子繩及穿著波鞋，需填寫健康申報表
061	兒童反斗城A	5-8歲	16/7-13/8/2025 (逢三)	2:15-3:15pm	5	12	\$430	/	湖翠樓分辦事處3號室	<p>參加者透過參與桌上遊戲的過程，提升正向情緒、專注力及社交技巧，遊戲包括：</p> <p>1.dobble 2.妙傳爆趣 3.奶酪大盜 4.拍蒼蠅 5.5秒定律</p>	/

星期三 WEDNESDAY

- 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，未有呈交者不能上課，並不獲另行補課或退款。
- 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	名稱	對象	日期	時間	堂數	名額	收費	材料	地點	內容	備註
TM2025-024	智能家居STEM實驗室	6-11歲	16/7-13/8/2025 (逢三)	10:00-11:00am	5	12	\$430	\$130	兆禧辦事處活動室	學習理解及探索，課堂提供不同製作的實驗零件，太陽能板，微電子積木板，感知探測器，電子電機元件，蜂鳴器，每課提供工作紙講議，可回家再作實驗。 1. 陽光發電時鐘 2. 太陽能風扇 3. 火警警報器 4. 下雨警報器 5. 聲音啟動照明燈 <<ITECH PLUS LTD合辦>>	請自備兩粒AA電池
025	2025開心樂園射擊樂	6-11歲	16/7-13/8/2025 (逢三)	11:00-12:00nn	5	12	\$430	\$130	兆禧辦事處活動室	課堂內藉着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，機關構造及體驗相關電子電機科技材料元件，而相關零件可用作日後創作零件的應用。 1. 空氣壓縮發射飛彈槍 2. 電動空氣壓縮飛彈發射大炮 3. 電動吹泡泡槍 4. 連發橡筋機關槍 5. 紅點激光瞄準器手槍 <<ITECH PLUS LTD合辦>>	請自備兩粒AA電池
026	科學遊樂場	6-11歲	16/7-13/8/2025 (逢三)	12:00-1:00pm	5	12	\$430	\$130	兆禧辦事處活動室	孩子在課堂中動手製作，在製作過程中學習電子機械零件的應用，體會導電，電子，化學，槓桿，光學，機關電動原理，並培養對科學的好奇心。而相關零件可供日後自行組裝及創作之用。 1. 電動碰碰車 2. 歡樂獎品幸運電機輪盤 3. 電動飛馳大象車 4. 橡筋槍鴨仔射擊鏢靶 5. 穿越電光電網陣 <<ITECH PLUS LTD合辦>>	請自備兩粒AA電池

星期三 WEDNESDAY

- 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，未有呈交者不能上課，並不獲另行補課或退款。
- 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	名稱	對象	日期	時間	堂數	名額	收費	材料	地點	內容	備註
TM2025-059	圍棋入門班	6-12歲	16/7-13/8/2025 (逢三)	2:00-3:00pm	5	12	\$415	/	兆禧辦事處會議室	圍棋的學問易學難精，能夠激發學員多層次思考。中國史上很多軍事家和謀略家，如諸葛亮，都深知棋理妙道。奕棋之道常與兵法策略、治國安邦等相契合。古人創造圍棋是為了生慧增智、陶冶性情，學員也可以透過學習圍棋，感受佈局謀略的思維。 內容： 1.圍棋文化、規則、禮儀 2.死活觀念，基本定式 3.吃子技巧 4.地域觀念 5.棋子的生命力 <<現代多元教室有限公司合辦>>	/
060	國際象棋入門班	6-12歲	16/7-13/8/2025 (逢三)	3:00-4:00pm	5	12	\$400	\$82	兆禧辦事處會議室	西洋棋(英語：chess)，又稱歐洲象棋或國際象棋，是一種二人對奕的戰略棋盤遊戲。因棋盤變化多端，在對奕時非常考究棋手的智慧。而本課程旨在向沒有或少接觸國際象棋的學員介紹其背景，教授國際象棋的規則、走法等，擴闊學員的知識層面。 內容： 1.認識國際象棋棋盤與棋子，學習走子方法 2.認識特殊走法和基本戰術 3.分析子力價值，學習攻殺基礎 4.實戰訓練與檢討 <<現代多元教室有限公司合辦>>	/

星期三 WEDNESDAY

- 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，未有呈交者不能上課，並不獲另行補課或退款。
- 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	名稱	對象	日期	時間	堂數	名額	收費	材料	地點	內容	備註
TM2025-078	雜耍達人	6-12歲	16/7-13/8/2025 (逢三)	10:00-11:00am	5	12	\$505	\$50	兆禧辦事處舞蹈室	課程會為同學設計一系列的雜耍招式，由淺入深，使學習成為一個成長的階梯，讓同學培養雜耍興趣，練習基本功，入門知識及基本表演要求。主要教授拋絲巾，轉碟及扯鈴等入門招式。由基本功開始，學習各式雜耍玩法、單人及多人合作花式訓練手眼協調、增強專注力及提升自信心。 內容：1.雜耍知識；2.技巧訓練；3.拋絲巾；4.轉碟；5.扯鈴。<<魔術嵐才藝中心合辦>>	/
080	LED閃光高達模型班	6-12歲	16/7-13/8/2025 (逢三)	12:10-1:10pm	5	12	\$600	\$100	兆禧辦事處會議室	課程將以高達模型為教材，介紹基本組裝、上色、打磨、組裝、色彩配搭、場景製作、滲線技巧等有初步認識。最後加上LED燈及地台，令模型閃閃生光。(課程中用上水性油漆，沒有氣味散發)培養小朋友的專注力和好奇心，鍛鍊雙手靈活協調性和空間思維能力，學生於課程後有完成度很高的模型藝術品帶回家。內容：1.製作高達模型；2.簡單上色技巧；3.裝備改造技巧；4.模型情景製作。 <<魔術嵐才藝中心合辦>>	/
086	為食小廚神:小食D	7-9歲	23/7-13/8/2025 (逢三)	2:00-3:00pm	4	10	\$400	\$100	湖翠樓分辦事處家政室	內容： 1. 朱古力心太軟 2. 卡通牛油曲奇 3. 麻薯波波 4. OREO Muffin **食材可能會因供應有所變動**	請自備圍裙及食物盒
087	為食小廚神:小食E	7-9歲	23/7-13/8/2025 (逢三)	3:05-4:05pm	4	10	\$400	\$100	湖翠樓分辦事處家政室	內容： 1. 芝士煙肉焗薯 2. 海明威煎蘑菇 3. 簡易版PIZZA 4. 香蕉飛餅 **食材可能會因供應有所變動**	請自備圍裙及食物盒

星期三 WEDNESDAY

- 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，未有呈交者不能上課，並不獲另行補課或退款。
- 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	名稱	對象	日期	時間	堂數	名額	收費	材料	地點	內容	備註
TM2025-079	STEM無人機體驗班	8-12歲	16/7-13/8/2025 (逢三)	11:00-12:00nn	5	12	\$600	\$100	兆禧辦事處舞蹈室	透過無人機的課程，學習到最新的科技新知識，學習到遵從指示要求去完成各種小小任務，成就感滿滿。內容：1.學習無人機的飛行原理；2.透過不同賽道組合學習多種無人機飛行方式；3.課堂上進行飛行的比賽。 <<魔術嵐才藝中心合辦>>	/
082	日語初階B班	8-12歲	16/7-13/8/2025 (逢三)	11:00-12:00nn	5	12	\$575	/	兆禧辦事處會議室	家長們要先自己想想看，日文在香港不是必修語言，點解要讓小孩學日文呢？有些人會認為從小讓小孩接觸外語有助於小孩的發展，亦可以提高熟練外語的機會，但學任何東西前一定要有動機與興趣，不然學在久都沒用。而我們的教學方式會從玩遊戲等較輕鬆的方式進行，重點是要讓小孩覺得學日文是有趣的活動，而不是一件痛苦、無聊、只是去"上課"而已。本課程會幫助小朋友從小訓練日語語感，正確日文語調，說純正自然日語發音。內容：1.日文五十音；2.用簡單日語進行自我介紹；3.簡單會話；4.日文小遊戲。<<魔術嵐才藝中心合辦>>	請自備文具
017	花式跳繩B	9-13歲	16/7-13/8/2025 (逢三)	11:00-12:00nn	5	12	\$585	自備拍子繩	兆禧辦事處小劇場	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。	請自備拍子繩及穿著波鞋，需填寫健康申報表

星期三 WEDNESDAY

- 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，未有呈交者不能上課，並不獲另行補課或退款。
- 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	名稱	對象	日期	時間	堂數	名額	收費	材料	地點	內容	備註
TM2025-062	兒童反斗城B	9-13歲	16/7-13/8/2025 (逢三)	3:15-4:15pm	5	12	\$430	/	湖翠樓分辦事處3號室	參加者透過參與桌上遊戲的過程，提升正向情緒、專注力及社交技巧，遊戲包括： 1. 卡卡頌 2. 印加寶藏 3. 璀璨寶石 4. 教父風雲 5. 奶酪大盜	/
088	為食小廚神:小食F	10-13歲	23/7-13/8/2025 (逢三)	4:10-5:10pm	4	10	\$400	\$100	湖翠樓分辦事處家政室	內容： 1. 迷你天使蛋糕 2. OREO 雪花酥 3. 芒果糯米糍 4. 朱古力杯子蛋糕 **食材可能會因供應有所變動**	請自備圍裙及食物盒



星期四 THURSDAY

- 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，未有呈交者不能上課，並不獲另行補課或退款。
- 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 TM2025-	名稱	對象	日期	時間	堂數	名額	收費	材料	地點	內容	備註
039	Phonics for Fun	升K.2至 升K.3	17/7- 14/8/2025 (逢四)	12:00- 1:00pm	5	12	\$425	/	兆禧辦事處 會議室	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>>	請自備文具
003	幼兒HipHop	3-5歲	17/7- 14/8/2025 (逢四)	10:00- 11:00am	5	12	\$420	/	兆禧辦事處 小劇場	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。	請穿著波鞋， 需填寫健康申報表
098	廚神You and Me	3-5歲	17/7- 14/8/2025 (逢四)	10:00- 11:00am	5	10	\$620	/	湖翠樓分辦 事處家政室	教授學員親自製作多種食品，成品可帶回家與父母一起分享。內容：1.牛油曲奇；2.蘋果批；3.木糠布甸；4.水果撻；5.花花三文治。 **食材可能會因供應有所變動** <<匯材軒合辦>>	請自備圍裙及 食物盒
099	特式小食派對	3-5歲	17/7- 14/8/2025 (逢四)	11:05- 12:05pm	5	10	\$620	/	湖翠樓分辦 事處家政室	教授學員親自製作多種食品，成品可帶回家與父母一起分享。內容：1.香蕉班戟；2.蝦多士；3.港式蛋撻；4.朱古力曲奇；5.朱古力麻糬曲奇。 **食材可能會因供應有所變動** <<匯材軒合辦>>	請自備圍裙及 食物盒
100	我愛下午茶	3-5歲	17/7- 14/8/2025 (逢四)	12:10- 1:10pm	5	10	\$620	/	湖翠樓分辦 事處家政室	教授學員親自製作多種食品，成品可帶回家與父母一起分享。內容：1.香蕉班戟；2.蘋果酥；3.朱古力味米通棉花糖；4.紅豆椰汁糕；5.麵包布丁。 **食材可能會因供應有所變動** <<匯材軒合辦>>	請自備圍裙及 食物盒

星期四 THURSDAY

- 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，未有呈交者不能上課，並不獲另行補課或退款。
- 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	名稱	對象	日期	時間	堂數	名額	收費	材料	地點	內容	備註
TM2025-037	升小英文串字班	升小一	17/7-14/8/2025 (逢四)	10:00-11:00am	5	12	\$425	\$82	兆禧辦事處會議室	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。課程內容：1.School Life, 2.Numbers, 3.Body Parts, 4.Animals, 5.Toys, 6.Colours. *課程內容有機會按課堂實際情況調整。 <<現代多元教室有限公司合辦>>	請自備文具
004	兒童HipHop	6-10歲	17/7-14/8/2025 (逢四)	11:00-12:00nn	5	12	\$420	/	兆禧辦事處小劇場	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。	請穿著波鞋，需填寫健康申報表
055	治癒系動物手作坊	6-12歲	17/7-14/8/2025 (逢四)	12:30-1:30pm	5	12	\$364	\$164	兆禧辦事處活動室	本課程希望藉由簡單的工具與材料，結合可愛、俏皮的動物造型，帶領學生進入有趣可愛的動物世界！這些超人氣的可愛物件，彷彿天生具有治癒效果似的，總是令人會心一笑。現在一起動手創作，增添生命中的幸福與喜悅吧！ 內容： 1.動物黏土畫 2.幸福黏土御守 3.動物搖搖樂 4.玻璃畫小夜燈 <<現代多元教室有限公司合辦>>	/
052	My Melody & Kuromi精品大集合	7-12歲	17/7-14/8/2025 (逢四)	9:30-10:30am	5	12	\$364	\$164	兆禧辦事處活動室	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>>	/

星期四 THURSDAY

- 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，未有呈交者不能上課，並不獲另行補課或退款。
- 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	名稱	對象	日期	時間	堂數	名額	收費	材料	地點	內容	備註
TM2025-053	Cinnamoroll X Pompompurin 夢幻手工派對	7-12歲	17/7-14/8/2025 (逢四)	10:30-11:30am	5	12	\$364	\$164	兆禧辦事處活動室	<p>本課程會以玉桂狗和布甸狗為手作主題，帶領孩子們進入玉桂狗和布甸狗的夢幻派對，讓學生在製作實用成品的同時，也能體驗視覺美感的享受。</p> <p>內容： 1.主角黏土製作 2.奶油土夾子 3.手繪環保袋 4.鎖匙扣 <<現代多元教室有限公司合辦>></p>	/
054	角落生物水彩畫室	7-12歲	17/7-14/8/2025 (逢四)	11:30-12:30pm	5	12	\$375	\$92	兆禧辦事處活動室	<p>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。</p> <p>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>></p>	請自備圍裙
038	英文Grammar Level up	升小二至升小三	17/7-14/8/2025 (逢四)	11:00-12:00nn	5	12	\$425	/	兆禧辦事處會議室	<p>本課程會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, Prepositions of Place.... <<現代多元教室有限公司合辦>></p>	請自備文具

星期四 THURSDAY

- 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，未有呈交者不能上課，並不獲另行補課或退款。
- 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	名稱	對象	日期	時間	堂數	名額	收費	材料	地點	內容	備註
TM2025-040	英文寫作A班	升小二至升小三	17/7-14/8/2025 (逢四)	2:00-3:00pm	5	12	\$425	/	兆禧辦事處會議室	課程簡介：通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：Student will be able to write a passage of 50-70 words. <<現代多元教室有限公司合辦>>	請自備文具
056	物理奧秘小發現	8-12歲	17/7-14/8/2025 (逢四)	2:00-3:00pm	5	12	\$364	\$164	兆禧辦事處活動室	物理學是一門實驗科學，物理學家善於觀測和分析各種物質和能量的現象，從中找出規律並建立「物理理論」。通過他們的研究，現代人才能發展各種新科技。而在本課程中，小朋友能夠透過組裝各種科學模型，在享受實驗和組裝的樂趣，同時增進物理知識，一舉多得。 內容： 1.懸浮小球 2.天文望遠鏡 3.導體檢測器 4.脫水機 <<現代多元教室有限公司合辦>>	/
057	火星探索工程師	8-13歲	17/7-14/8/2025 (逢四)	3:00-4:00pm	5	12	\$364	\$164	兆禧辦事處活動室	太空裏有數以萬億顆的星球，最常聽到的會是鄰近地球的火星，火星對小朋友來說既熟悉又陌生。本課程旨在以組裝火星勘探車，以啟發小朋友對太空探索和科學的興趣，並提供一個有趣且具有挑戰性的學習體驗。 內容： 1.介紹火星的地理特徵、環境條件和科學研究的重要性 2.學習如何組裝火星勘探模型車(車身、輪子、太陽能電池板等) 3.介紹遙控技術和相關的控制原理。課程包括一副火星勘探模型車 <<現代多元教室有限公司合辦>>	/

星期四 THURSDAY

- 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，未有呈交者不能上課，並不獲另行補課或退款。
- 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	名稱	對象	日期	時間	堂數	名額	收費	材料	地點	內容	備註
TM2025-058	遙控模型車工作坊	8-13歲	17/7-14/8/2025 (逢四)	4:00-5:00pm	5	12	\$365	\$286	兆禧辦事處活動室	<p>本課程旨在透過組裝遙控模型車向學員介紹汽車的基本原理。在組裝過程中，可讓學員學習電子裝置、電路運作的知識，以增加學生對科學的興趣和認識。課堂上也會介紹控制遙控車的技巧，學員也能在組裝部件的過程中可培養定力及耐性。</p> <p>內容：1.教授如何組裝遙控模型車 2.認識及學習連接電子裝置(摩打，驅動器等) 3.移動基礎(前進、倒車、剎車及轉彎) 4.講解及示範遙控模型車操控</p> <p>課程包括模型車一部。</p> <p><<現代多元教室有限公司合辦>></p>	/
041	英文寫作B班	升小四至升小五	17/7-14/8/2025 (逢四)	3:00-4:00pm	5	12	\$425	/	兆禧辦事處會議室	<p>課程簡介：通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。</p> <p>課程目標：Student will be able to write a passage of 70-90 words.</p> <p><<現代多元教室有限公司合辦>></p>	請自備文具
042	英文寫作C班	升小六	17/7-14/8/2025 (逢四)	4:00-5:00pm	5	12	\$425	/	兆禧辦事處會議室	<p>課程簡介：通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。</p> <p>課程目標：Student will be able to write a passage of 100-120 words.</p> <p><<現代多元教室有限公司合辦>></p>	請自備文具
005	青年HipHop	11歲或以上	17/7-14/8/2025 (逢四)	12:00-1:15pm	5	12	\$520	/	兆禧辦事處小劇場	<p>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。</p>	請穿著波鞋，需填寫健康申報表

星期五 FRIDAY

- 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，未有呈交者不能上課，並不獲另行補課或退款。
- 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	名稱	對象	日期	時間	堂數	名額	收費	材料	地點	內容	備註
TM2025-032	指心算A	升K2至升K3	18/7-22/8/2025 (逢五)	11:30-12:30pm	6	12	\$540	\$65	兆禧辦事處會議室	指心算訓練班的最終學習目標，是使學員懂得運用手指的獨特代表法及腦中的手指影像計算加或減數。在指算的階段，學童能夠掌握計算答案10以內的題目，進一步發展出「腦中手指影像」的能力，能夠在不依賴實際手指的情況下，快速且準確地進行加減運算，為以後建立基礎的運算能力與數感。 內容：第一階段：鞏固學童對多與少、數與量、珠與量及珠與數的概念認識的概念。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>>	請自備文具
095	科學小偵探(機械)	3-5歲	18/7-15/8/2025 (逢五)	10:00-11:00am	5	10	\$610	/	兆禧辦事處舞蹈室	以深入淺出的方式，讓學員可以簡單地明白到不同的機械原理，從遊戲中學習，樂此不疲，揭開自然科學的秘密。內容：1.機械的基本概念-電器製作；2.力與運動(車)；3.簡單機械的原理-電器製作；4.機械的應用；5.創意設計與製作。(每堂製作1款機械原理的作品) <<匯材軒合辦>>	/
096	幼兒多元智能-視藝營	3-5歲	18/7-15/8/2025 (逢五)	11:00-12:00nn	5	10	\$610	/	兆禧辦事處舞蹈室	集繪畫，手工，黏土於一身的課程，教授學員各式各樣的美術技巧，建立學員全面思考能力及製作技巧。內容：繪畫基礎-油粉彩；手工藝技巧-剪貼；黏土造型；綜合創作,作品展示與分享。<<匯材軒合辦>>	請自備文具
097	幼兒數學研習班	3-5歲	18/7-15/8/2025 (逢五)	12:00-1:00pm	5	10	\$610	/	兆禧辦事處舞蹈室	讓學生能夠清楚了解數學定理的意義，再來強化學生的解題能力。為奠定穩固基礎。內容：1.數字認識；2.數量比較；3.簡單加減法；4.形狀與空間；5.數學應用。 <<匯材軒合辦>>	請自備文具

星期五 FRIDAY

- 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，未有呈交者不能上課，並不獲另行補課或退款。
- 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 TM2025-	名稱	對象	日期	時間	堂數	名額	收費	材料	地點	內容	備註
006	幼兒中國舞	4-6歲	18/7- 15/8/2025 (逢五)	10:00- 11:00am	5	12	\$420	/	兆禧辦事處 小劇場	本課程教授中國舞的基本組合和舞蹈排練，訓練兒童肌肉發展、四肢協調和提升節奏感。	請穿著輕便衣服及技巧鞋，需填寫健康申報表
071	立體黏土畫	4-6歲	18/7- 8/8/2025 (逢五)	12:00- 1:00pm	4	12	\$245	\$216	兆禧辦事處 活動室	一個課程可以讓小朋友學習兩種技巧，從繪畫的上色、漸變製造層次感的效果，再從黏土搓揉，學習搓圓、壓製、水滴、方形等不同的技巧，並兩者合併，創製出具層次感及立體感的黏土油畫。今年主題以一天裡不同的天色為主體，每幅作品也展現美麗的風貌。每堂完成一件作品。 1. 雪地中的七彩聖誕樹 2. 沙漠中的七彩仙人掌 3. 草原下彩色的花 4. 星星下的小房子 <<創意夢工場合辦>>	請自備圍裙
030	奧數A	升小一至 升小二	18/7- 22/8/2025 (逢五)	9:30- 10:30am	6	12	\$540	\$70	兆禧辦事處 會議室	本課程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，有效地使用不同的遊戲及工具啟發及引導學童在輕鬆的環境下學習，以達致學而生趣、主動學習的目的。內容：學習<巧算加減>和<幻方>，掌握加減、大小、多少的認知；學習以特殊的數學圖陣為主題的一類填數字遊戲題。 <<展才能通識教育集團合辦>>	請自備文具

星期五 FRIDAY

- 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，未有呈交者不能上課，並不獲另行補課或退款。
- 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	名稱	對象	日期	時間	堂數	名額	收費	材料	地點	內容	備註
TM2025-033	速算A(加減) 只收新生	升小一至 升小二	18/7- 22/8/2025 (逢五)	12:30- 1:30pm	6	12	\$540	\$65	兆禧辦事處 會議室	課程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。學員隨了學會數學理論外，還可以訓練其腦筋的靈活，可謂一舉兩得。主要分為初階班和進階班。 內容：初階班(加減班)：學習基礎四則概念及加減，在熟練加法運算的基礎上，初步理解乘法是相同加數加法的簡單概念，並能正確解釋乘法算式中各部分的意義。 <<展才能通識教育集團合辦>>	請自備文具
009	兒童瑜伽班	6-13歲	18/7- 15/8/2025 (逢五)	3:30- 4:30pm	5	12	\$455	/	兆禧辦事處 小劇場	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、促進肌力及柔韌度。	請自備瑜伽墊，穿著彈性長褲，需填寫健康申報表
007	兒童中國舞	7-10歲	18/7- 15/8/2025 (逢五)	11:00- 12:00nn	5	12	\$420	/	兆禧辦事處 小劇場	本課程教授中國舞的基本組合和舞蹈排練，訓練兒童肌肉發展、四肢協調和提升節奏感。	請穿著輕便衣服及技巧鞋，需填寫健康申報表

星期五 FRIDAY

- 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，未有呈交者不能上課，並不獲另行補課或退款。
- 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	名稱	對象	日期	時間	堂數	名額	收費	材料	地點	內容	備註
TM2025-069	角落小廚神黏土班 (兒童)	7-12歲	18/7-8/8/2025 (逢五)	10:00-11:00am	4	12	\$245	\$216	兆禧辦事處活動室	<p>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，今天卻當上了小廚師，實行玩轉廚房。教授小朋友如何拓展想像空間，黏土搓製出小生物的廚師模樣，更砌出一個廚房模形，以擺放各種食材及生物小廚師。每堂完成一件作品。</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 拼砌廚房 2. 炸物與面包 3. 蜥蜴與零食 4. 白熊與甜品 <p><<創意夢工場合辦>></p>	請自備膠盒
070	我的冰涼甜品世界黏土班	7-12歲	18/7-8/8/2025 (逢五)	11:00-12:00nn	4	12	\$245	\$216	兆禧辦事處活動室	<p>玩黏土有什麼好處？對小朋友而言，透過揉、搓、捏、貼、捍、壓等動作的反覆練習，可以訓練手部大小肌的運動、有助智力發展及手眼協調，亦可激發兒童的想像力與創造力。運用像棉花一樣柔軟、易搓，而且快乾的輕黏土，具透明感和富有彈性，製作仿真甜點最具代表性，我們讓小朋友最喜歡吃的甜品開始，讓他們容易投入與學習。每堂完成一件作品。</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 日式和菓子 2. 小馬寶莉馬卡龍 3. 夏日清涼抹茶冰淇淋 4. 草莓甜筒 <p><<創意夢工場合辦>></p>	請自備膠盒

星期五 FRIDAY

- 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，未有呈交者不能上課，並不獲另行補課或退款。
- 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	名稱	對象	日期	時間	堂數	名額	收費	材料	地點	內容	備註
TM2025-072	塑膠彩繪畫藝術課程	7-12歲	18/7-8/8/2025 (逢五)	2:00-3:00pm	4	12	\$245	\$216	兆禧辦事處活動室	教授色彩對比及拼配的層次，不同落筆技巧所造出的果效，讓小朋友在繪畫及用色上掌握基礎，在課堂中鍛練，以繪畫出色並富獨特感的畫作。每堂完成一件作品。 1. 胖胖黑貓（學習橫擦效果） 2. 富士山下的櫻花（學習漸變的技巧） 3. 藍色紋理畫（學習旋轉紋理技巧） 4. 粉紫星空下的街燈（學習漸變的技巧） <<創意夢工場合辦>>	請自備圍裙
073	精選綜合素材畫室	7-12歲	18/7-8/8/2025 (逢五)	3:00-4:00pm	4	12	\$245	\$216	兆禧辦事處活動室	透過運用沒有限制的使用，配以萬馬奔馳的創意，從而提昇其豐富的創造力和潛能，可繪畫及變化成為優秀畫作，讓小朋友探索自己的繪畫天份。學習繪畫技巧包括混色漸變、排線、色彩運用及變化等。每堂完成一件作品。 1. 七彩水筆禪繞畫（水筆） 2. 夏日花花理肌畫（理肌沙） 3. 秋日落葉（水果網） 4. 紫藍花畫（保鮮袋） <<創意夢工場合辦>>	請自備圍裙
074	手作達人創作班	7-12歲	18/7-8/8/2025 (逢五)	4:00-5:00pm	4	12	\$245	\$216	兆禧辦事處活動室	繽紛手工是鍛鍊小朋友運用不同的材料，創作獨特的作品。多元學習及多角度嘗試是課程的特式。小朋友可以認識與體驗不同的素材物料，導師會指導如何創意思維地拼配與製作，以完成具個人獨特風格的製成品。每堂完成一件作品。 1. 奶油膠筆盒（奶油土及樹脂配件） 2. 光影房子（紙藝） 3. 馬賽克檯檯燈 4. 植物移印布袋（布袋+移印貼） <<創意夢工場合辦>>	請自備文具

星期五 FRIDAY

- 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，未有呈交者不能上課，並不獲另行補課或退款。
- 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	名稱	對象	日期	時間	堂數	名額	收費	材料	地點	內容	備註
TM2025-034	速算B(乘法) 只收新生	升小三至 升小五	18/7- 22/8/2025 (逢五)	2:30- 3:30pm	6	12	\$540	\$65	兆禧辦事處 會議室	課程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。學員隨了學會數學理論外，還可以訓練其腦筋的靈活，可謂一舉兩得。主要分為初階班和進階班。內容：進階班(乘法班)：學習乘數速算，根據乘法算式的具體情況彈性選擇速算方法，提高計算的彈性和適應性。 <<展才能通識教育集團合辦>>	請自備文具
031	奧數B	升小三至 升小四	18/7- 22/8/2025 (逢五)	10:30- 11:30am	6	12	\$540	\$70	兆禧辦事處 會議室	本課程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，有效地使用不同的遊戲及工具啟發及引導學童在輕鬆的環境下學習，以達致學而生趣、主動學習的目的。內容：學習<重疊問題>和<枚舉問題>，學習涉及重疊部分的數量的問題；掌握運用若干個元素，拼出不同的組合。 <<展才能通識教育集團合辦>>	請自備文具

星期五 FRIDAY

- 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，未有呈交者不能上課，並不獲另行補課或退款。
- 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	名稱	對象	日期	時間	堂數	名額	收費	材料	地點	內容	備註
TM2025-035	升中英數銜接班	升小五至 升小六	18/7- 22/8/2025 (逢五)	3:30- 4:30pm	6	12	\$540	\$65	兆禧辦事處 會議室	課程目的是幫助即將從中文小學升上英文中學的同學，在應用語文的轉變上順利過渡。同學必須對數學科所用的英文詞彙有基本認識，再把中文與英文題目作對照，才可了解問題的意義並找出答案! 本課程重點在理解英數文字題，明白題目真正問些甚麼，以免答非所問。 內容：分階段理解英文數學四則混算、平均數及百分比等課題的英文詞彙用字，以中英對照的形式，加深對題目的理解後，便可運用已知的數學方法作答! <<展才能通識教育集團合辦>>	請自備文具
036	25乘數表	升小四至 升小六	18/7- 22/8/2025 (逢五)	4:30- 5:30pm	6	12	\$540	\$60	兆禧辦事處 會議室	本課程讓學生深入理解25x25乘法表的變化及其規律，提升學生的數感。課程將超越傳統的10x10乘法表，擴展至11至25的乘數，幫助學生應對更廣泛的數學問題，尤其是25以內相關的乘法文字題。25x25乘法表對於小三至小六的學生是非常實用的工具，不但能顯著提高數學科運算的準確性，更能備戰呈分試。學生掌握了25x25乘法表的規律結構之變化後，可以輕鬆地記憶和背誦，有效地輸入和運用25x25乘法表；運算速度亦會顯著提升，從中節省計算的時間可用於覆核答案，減少粗心錯誤。除了有技巧記憶乘法表之外，課堂會加入有趣的遊戲比賽，以增強學習的趣味性和互動性。 內容： 第一階段：學習11至15的乘法表，強調其規律和記憶方法。同時為後續學習打下基礎。 第二階段：進一步學習16至20的乘法表，掌握其口訣和數字變化，確保學生具備穩固的基礎。 第三階段：學習21至25的乘法表的口訣和結構，幫助學生全面掌握25x25乘法表。 *學生必須熟練掌握10x10乘法表* <<展才能通識教育集團合辦>>	請自備文具

星期六 SATURDAY

- 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，未有呈交者不能上課，並不獲另行補課或退款。
- 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 TM2025-	名稱	對象	日期	時間	堂數	名額	收費	材料	地點	內容	備註
008	芭蕾舞啟蒙班	3-5歲	26/7- 23/8/2025 (逢六)	10:25- 11:25am	5	12	\$400	/	兆禧辦事處 小劇場	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。(本課程為延續課程)	請穿著技巧鞋，需填寫健康申報表

報讀暑期興趣班須知

1. 凡參加者為本服務的有效會員，於報名時出示有效會員證(有效期必須至31/8/2025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符合資格的人士補上(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. 小食班：如有食物敏感，請自行決定參加與否。
11. 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。
12. 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。
13. 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。



明愛賽馬會屯門青少年綜合服務
Caritas Jockey Club Integrated Service For Young People - Tuen Mun



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



成長園地 - 課餘託管計劃

本服務有多年提供兒童託管服務之經驗，活動由註冊社工和兒童工作人員統籌及推行，為區內在職父母或有照顧需要之家庭提供託管服務，讓兒童在安全和愉快的環境下成長，發展多元智能，加強社交及自理訓練。

日期：逢星期一至五 (公眾假期休息)

時間：下午3:30 - 晚上7:30

地點：本服務兆禧苑辦事處

對象：升小一至小六學生，其父母需要外出工作或有照顧需要之家庭

名額：16人

費用：每月\$1,640、\$1,100(*半免)、\$590(*全免)

負責職員：葉國強先生(強Sir)

內容：功課輔導、集體遊戲、手工藝及棋藝活動等

報名方法：

- 1) 符合資格之家庭需填妥申請表及連同成績表副本交回本服務單位
- 2) 本服務職員將安排個別面見學員及家長，待取錄後才須繳交費用

* 詳情請參閱「課餘託管服務收費減免計劃」

 明愛賽馬會屯門青少年綜合服務 

 Instagram [Caritas_ycstmit](https://www.instagram.com/Caritas_ycstmit) 

地址：屯門兆禧商場二樓 電話：2441 2225 電郵：ycstmit1@caritassws.org.hk



成長園地 - 暑期託管計劃



本服務有多年提供兒童託管服務之經驗，活動由註冊社工和兒童工作人員統籌及推行，為區內在職父母或有照顧需要之家庭提供託管服務，讓兒童在安全和愉快的環境下成長，發展多元智能，加強社交及自理訓練。

日期：21/7~31/8/2025 (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：升小二至升中一學生，其父母需要外出工作或有照顧需要之家庭

名額：16人

費用：7月\$640、\$430(*半免)、\$230(*全免)

8月\$1,640、\$1,100(*半免)、\$590(*全免)

負責職員：葉國強先生 (強Sir)

內容：功課輔導、集體遊戲、桌遊、動畫欣賞、手工藝及棋藝活動等...

報名方法：

- 1) 符合資格之家庭需填妥申請表及連同成績表副本交回本服務單位
- 2) 本服務職員將安排個別面見學員及家長，待取錄後才須繳交費用

截止報名：6/6/2025(五)

* 詳情請參閱「課餘託管服務收費減免計劃」





課餘託管服務收費減免計劃 (減免計劃)

計劃內容

- 在收費減免計劃下，中心提供全免、半費減免或三分一減免的資助，給讓來自低收入家庭的兒童接受課託服務。

計劃目的

- 幫助父母照顧子女，以便他們能夠工作、尋找工作或參加再培訓課程／就業實習訓練，加強自力更生的能力；
- 加強支援服務給有照顧問題及／或有社會需要的家庭，如單親家庭、新來港家庭、有特殊教育需要兒童的家庭及領取綜合社會保障援助(綜援)的家庭，協助他們自力更生；及
- 防止家長獨留子女在家或避免兒童課餘在外流連，受到不良黨群的誘惑。

符合申請豁免或減費之條件

- 申請兒童其父母有工作、尋找工作或其他原因；及來自以下不利環境。

1. 政府資助計劃的受惠人士

- 學生資助事務處的學生資助計劃 (即學校書簿津貼計劃／學生車船津貼計劃／上網費津貼計劃)；
- 在職家庭津貼辦事處的在職家庭津貼

2. 領取綜援人士。

- 綜援計劃下低收入家庭
- 綜援計劃下自力更新支援計劃就業及支援服務

3. 家庭每月總收入

- 豁免全費：家庭每月收入相等於或低於「家庭住戶每月入息中位數(家庭入息中位數)的55%；
- 半費減免：家庭每月收入高於家庭入息中位數的55%，但並未超過75%；
- 三分一費用減免：家庭每月收入高於家庭入息中位數的75%，但並未超過100%

申請手續

- 可直接向提供課餘託管收費減免負責職員聯絡，中心會根據申請人的家庭經濟狀況而決定批核減免與否。

查詢

- 如欲查詢申請詳情，請致電 2441 2225 與葉國強先生聯絡。



青年義工登記行動

WHO?



- 須為12-24歲並為本服務之有效會員

WHY?

- 幫助有需要的人
- 培養責任感、同理心和社會責任
- 關注弱勢群體的權益 等



WHAT?

- 優先參與經本中心舉行的義工服務、聯誼及交流活動
- 優先參與經本中心舉行的義務工作培訓課程
- 全年計算服務時數不少於30小時的已登記青年義工，可獲安排參與「出色義工獎勵計劃」



EXAMPLE?

- 義工服務種類多元，並以有利服務他人為主要目的。
- 例如但不限於：

1. 動物義工
2. 長者/兒童/殘疾人士服務義工
3. 入校服務義工
4. 中心活動帶領義工等



成為青年義工步驟:

青年義工登記表格



(第一步:先登記)

青年義工服務時數
自助登記表格



(第二步:後儲鐘)

資料查詢:

地址: 明愛賽馬會屯門青少年綜合服務
兆禧辦事處(香港屯門兆禧苑商場二樓)

查詢電話: 2441 2225

網頁: <https://tmit.caritas.org.hk/>及
https://www.instagram.com/caritas_ycestmit

明愛賽馬會屯門青少年綜合服務
諮詢委員會(2025-2027年度)選舉議席

當選公告

因合資格提名候選人的人數
等於須選出的委員人數(即六人),
下列候選人將自動當選。

1. 葉麗晴
 2. 孔令龍
 3. 李銳文
 4. 張嘉嵐
 5. 鍾嘉芙
 6. 吳翠姿
- (排名不分先後)

余綺珊
選舉主任

日期：2025年2月15日

當日花絮

會員大會概況

2024-2025年度會員大會已於8/3/2025順利舉行，感謝出席會員對本服務單位提供寶貴的建議及意見。



會員大會當天亦有頒發感謝狀及委任狀予去屆及本屆之諮詢委員會成員。

會員大會是什麼?

- 回顧去年的活動與成果及報告單位狀況
- 提供會員討論與交流的平台，收集會員對服務的意見與建議
- 讓會員共同參與中心的運作與決策，確保活動符合會員的需求，並促進中心的發展與透明度

除了會員大會，還可以通過以下渠道向本服務單位提供意見

- 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



會員大會概況

諮詢委員會是什麼?

- 諮詢委員會是中心的諮詢組織，負責監察中心的服務運作及其效率和效能。
- 我們期望透過諮詢委員會可以提高會員的參與度、加強中心問責性及向公眾交代，以為社區提供更優質的服務。
- 委員會向單位提出意見，以確保單位之服務切合兒童、青少年、家長及社區的需要；
- 本屆諮詢委員會任期由2025年4月1日至2027年3月31日，每次任期為2年

2025-2027年度諮詢委員會成員

由中心會員、邀任委員及中心代表組成(共有12名)

邀任委員:

李志文校長(邀任委員-東華三院辛亥年總理中學校長)

羅敬慧女士(邀任委員-中心家庭會員)

梁明敏女士(邀任委員-新生精神康復會安泰軒(屯門)代表)

郭詩雅女士(邀任委員-兔廬代表)

中心會員:

葉麗晴小姐(選任委員-中心青年會員)

孔令龍先生(選任委員-中心青年會員)

李銳文先生(選任委員-中心青年會員)

張嘉嵐小姐(選任委員-中心青年會員)

鍾嘉芙女士(選任委員-中心家長會員)

吳翠姿女士(選任委員-中心家長會員)

中心代表:

待定(明愛代表-高級督導主任)

黎飛燕女士(秘書-督導主任)

2024-2025 服務使用者滿意程度調查結果

為了持續提升服務質素，本服務每年均會進行「服務使用者滿意程度調查」，透過問卷調查搜集服務使用者的意見。本年度的調查經已完成，共收到 256 份有效問卷。大家的回應對我們是一份鼓舞，亦是提醒，督促我們要繼續努力向大家提供優質服務。

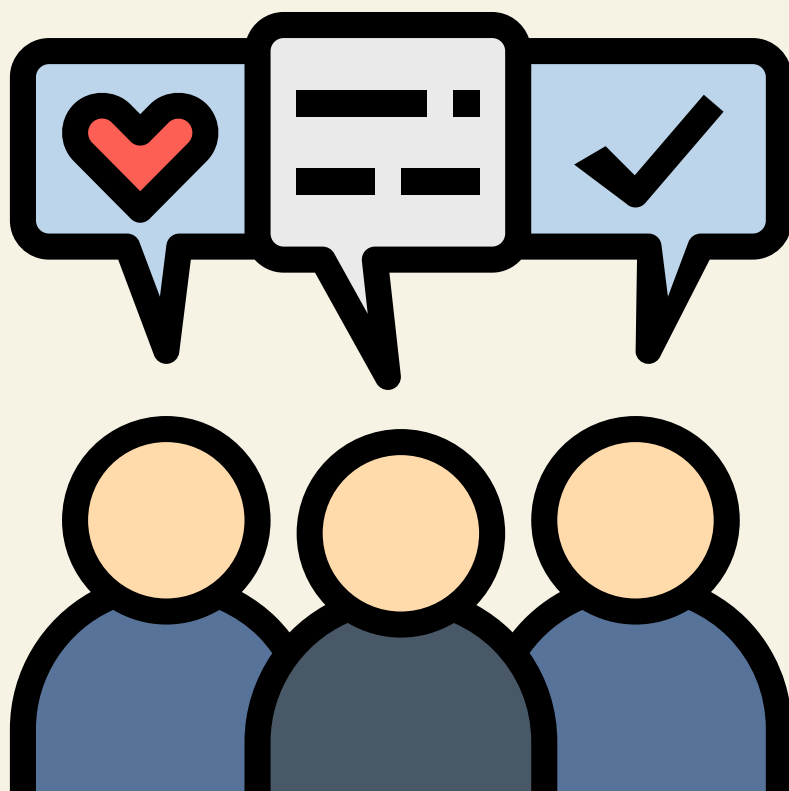
檢討項目	被訪者給予 7 分或以上的百分比 (10 分最高分)
(1) 接待服務 (駐校社工不適用)	
1.1 報名手續	96.76%
1.2 輪候時間	92.59%
1.3 工作人員的態度	98.61%
1.4 工作人員的辦事效率	98.15%
(2) 社工及福利工作員的表現	
2.1 服務熱誠	99.61%
2.2 對服務熟悉	98.83%
2.3 專業知識和技巧	99.22%
2.4 值得信賴	100%
2.5 能有效地幫你解決問題	98.44%
2.6 辦事效率	99.22%
(3) 活動及服務	
3.1 活動/服務滿足你的需要	96.48%
3.2 活動/服務多樣化	96.48%
3.3 活動/服務收費適中	97.27%
3.4 活動/服務安排妥當	98.05%
(4) 服務環境	
4.1 舒適程度	98.44%
4.2 整潔程度	99.61%
4.3 安全程度	99.22%
4.4 服務設施	98.05%
(5) 資訊提供	
5.1 服務資訊內容的清晰程度	98.05%
5.2 獲得資料內容之方便程度	96.88%
5.3 服務資料的準確性	98.83%
5.4 資料內容能幫助我對中心服務	98.05%
(6) 提升了生活技能/潛能/解決問題的能力	99.02%
(7) 加強了人際關係/家庭關係/社交能力/公民意識/社會責任/社區聯繫	98.55%
(8) 對中心服務整體的滿意程度	98.44%

2024-2025 年度服務使用者意見回應

為了持續提升服務質素，本服務每年均會以問卷調查及聚焦小組等形式進行「服務使用者意見調查」。在搜集服務使用者的意見後，會作出相關跟進，務求為服務使用者提供更優質的服務。本年度的意見調查經已完成，並作出不同的跟進，詳情如下：

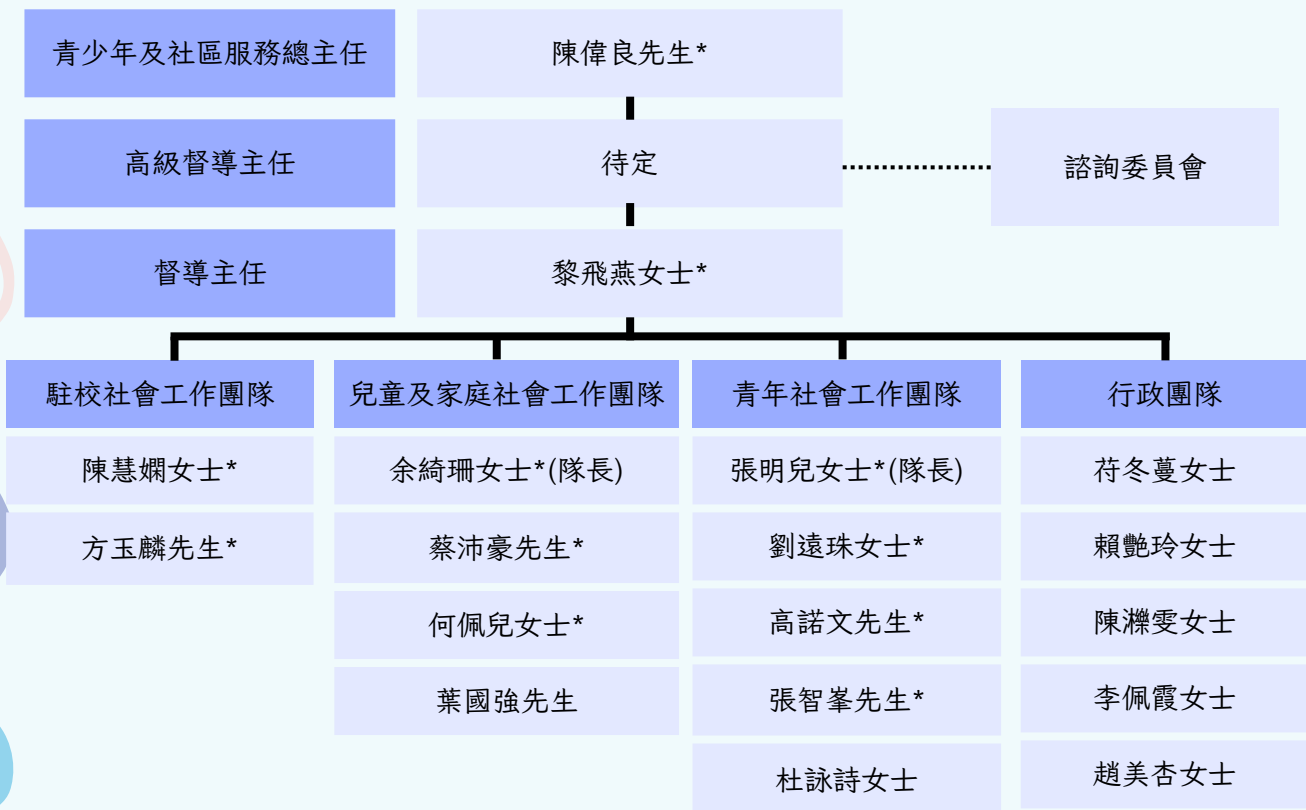
服務使用者意見	跟進狀況	相關跟進
建議新增網上繳費及環保電子收據	已於 10/2024 進行跟進	會持續向總部反映。
希望有實體小冊子可以取回家	已於 10/2024 進行跟進	將會增加印刷暑期活動通訊數量。
平日接待處報名及查詢的人員，工作效率較慢	已於 10/2024 進行跟進	將於團隊會議中再檢討及改善。
希望增加恆常興趣班種類	已於 10/2024 完成跟進	已於 10/2024 增加恆常籃球班、兒童瑜珈班、空手道班。
希望可提供上午開放時間	已於 10/2024 完成跟進	除季度通訊會公布外，會在當月有上午開放的日期加強宣傳。
希望能下載高清活動圖片	已於 10/2024 完成跟進	宣傳海報將會增加「如有需要可向負責同事索取活動照片」等字眼。
希望中心需要整體裝修及升級設備	已於 10/2024 進行跟進	兆禧辦事處青年閣地板及湖翠樓分辦事處跳舞室地板將於 11/2024 裝修。
多開放湖翠樓分辦事處	已於 10/2024 進行跟進	湖翠樓分辦事處會逢星期一午膳時間增加開放。
建議發展托兒服務，方便家長應付突發情況	已於 10/2024 進行跟進	因人手比例及空間有限，會轉介到附近之社區服務。
建議增加圖書閣	已於 10/2024 完成跟進	下半年將會配合團隊舉辦之突發活動推出。
不建議進行瑜伽活動時有閉路電視	已於 10/2024 完成跟進	基於保安及確保參加者之安全理由，閉路電視須持續錄影。

更新日期：2024 年 10 月 24 日



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

「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 | |



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	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 (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）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

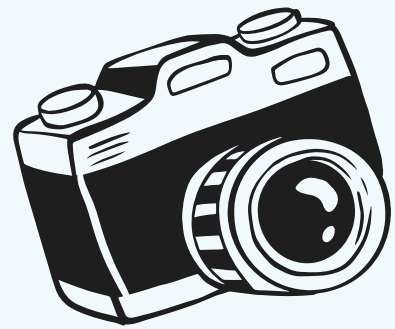
- 本服務歡迎服務使用者通過以下途徑向本服務單位作出申訴或對服務提供意見，相關表格可向詢問處職員索取。
- 途徑一：意見箱
- 途徑二：本服務單位電郵
- 途徑三：電話
- 途徑四：向本服務職員表達

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。

錄像和收錄

為了加強本服務單位與社區的溝通，本服務所拍攝的照片、錄像和收錄的聲音會作為發佈及宣傳之用，包括出版刊物、印製宣傳單張、社交媒體和本機構網站等等。若有任何查詢，歡迎與本服務職員聯絡。



In order to enhance communication between our service unit and the community, the photos, videos, and recorded sounds taken by our unit will be used for publication and promotion purposes, including publishing materials, printing promotional leaflets, social media, and our organization's website, etc. If you have any inquiries, please contact our service staff.



「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：

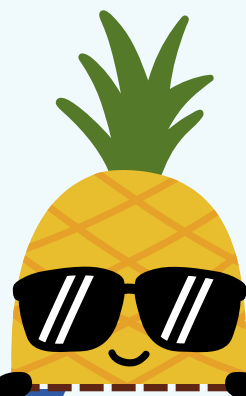
優惠制度條款及細則：

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。





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 	<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。 	



5-8月
公眾假期及特別節日
開放安排

日期	開放安排	服務				社工當值
		恆常興趣班	課餘託管	收費	偶到	
01/05/2025(四) 勞動節	(全日暫停開放) ✗	芭蕾舞A2、P、K班 ✗	✗	✗	✗	✗
05/05/2025(一) 佛誕	(全日暫停開放) ✗	芭蕾舞H、E1班 ✗	✗	✗	✗	✗
31/05/2025(六) 端午節	(全日暫停開放) ✗	芭蕾舞A2、M班 兒童/幼兒HIP HOP A、B、C、D、E班 兒童繪畫A班 兒童跆拳道B、C、 D、E班 ✗	✗	✗	✗	✗
01/07/2025(二) 香港特別行政區 成立紀念日	(全日暫停開放) ✗	芭蕾舞B3班 兒童跆拳道A班 青年跆拳道A班 ✗	✗	✗	✗	✗

註：✗表示服務暫停

健康申報聲明及
參加活動家長/監護人同意書



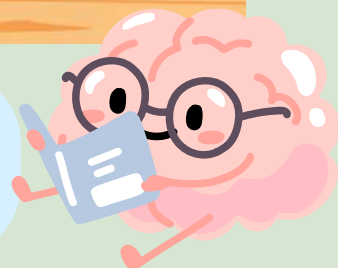
<https://e-health.youthnetradio.org>

中心服務新動向

賽馬會平行心間計劃

(LevelMind@JC)

- 本中心於2024年11月獲香港賽馬會慈善信託基金贊助以推行賽馬會平行心間計劃(LevelMind@JC)。



- 為12-24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。



OPEN

平行心間開放時間:

逢星期一:12:00至2:00PM

逢星期五:4:00至6:00PM及7:00-10:00PM

(公眾假期除外)

賽馬會平行心間 -

明愛賽馬會屯門青少年綜合服務

地址: 屯門湖景邨湖翠樓地下2B-34號

放空 · 充電 · 重新發現

如對服務有所查詢,可與中心職員聯絡!



JC LevelMind 賽馬會平行心間

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

策劃及捐助:



香港賽馬會慈善信託基金
The Hong Kong Jockey Club
Charities Trust

聯合策劃:



P.75

聯絡我們



如何由兆禧辦事處前往
湖翠樓分辦事處



如何由屯門碼頭站前往
兆禧辦事處




兆禧辦事處 香港屯門兆禧苑商場二樓

湖翠樓分辦事處 香港屯門湖景邨湖翠樓地下

 屯門兆禧苑商場二樓

 明愛賽馬會屯門青少年綜合服務

 2441 2225

 2404 1462

 caritas_ycstmit

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

