



東華三院

Tung Wah Group of Hospitals



2021 **5** *Issue*
JAN TO MAR **5**

東華三院賽馬會沙田綜合服務中心
TWGHs Jockey Club Shatin Integrated Services Centre

MOMENT

What a beautiful Day



公開留位日

9/1

Saturday 10:00 am

方樹福堂服務處及樓下服務處

舊生優先留位日

—— 即日起至 ——

31/12

Thursday 6:00pm

Free
免費贈閱

2021年1-3月
報名特別安排
『會員公開網上留位』



中心
網址
WEBSITE



寄：沙田火炭樂景街2-18號
銀禧花園第三至四座平台
東華三院賽馬會沙田綜合服務中心
中心主任收

郵票
Stamp

▲ 摺位

本人 (中文全名) 選擇日後透過以下電郵地址接收電子版本通訊以支持環保：

▲ 摺位

@

*會員可貼上郵票寄回 或 親臨中心提交以作進一步處理

使用會員個人資料重要通知

Important Notice

為配合 - 《個人資料(私隱)條例》的新規定，
本會有以下通知有關使用閣下個人資料的重要通知

1 收集資料的目的及使用準則

- 東華三院將依照在收集資料時所說明的目的使用該等資料。
- 向東華三院提供個人資料純屬自願，如閣下未能提供足夠個人資料，本會可能無法處理閣下的申請或向閣下提供有關服務。
- 東華三院可能使用閣下的個人資料(包括姓名、電話、傳真、電郵及郵寄地址)，以便本院日後與閣下作通訊、籌款、推廣活動/業務及收集意見的用途。
- 閣下可以隨時要求本會停止使用閣下的個人資料作上述推廣之用途，費用全免。

2 申請停止使用個人資料作推廣之用途

如閣下反對本院將閣下的個人資料作推廣及促銷之用途，可循下列其中一個途徑提出請求：

- 郵寄申請至 火炭樂景街2至18號銀禧花園第三至四座平台
- 致電 2699 4100 / 2602 1220
- 電郵至 jcsisc@tungwah.org.hk

IMPORTANT NOTICE ON USE OF YOUR PERSONAL DATA

1 Purpose of Collection and Guideline for Use of Personal Data

- Tung Wah Group of Hospitals will use personal data collection from data subject for the purposes for which it was collected.
- To provide personal data to Tung Wah Group of Hospitals is on a voluntary basis. However, if you do not provide sufficient personal data, we may not be able to process your application or provide service to you.
- Tung Wah Group of Hospitals may use your personal data in future (name, telephone number, fax number, email and mailing addresses) for the purposes of communication, fundraising, and promotion of activities / business as well as collection of feedback.
- Upon your request at any time and at no charge, we will cease to use your personal data for promotion purposes.

2 Request for Cessation of using Personal Data for Promotion Purposes

If you do not agree to the use of your personal data for promotion purposes, you should make a request via one of the following channels:

- By post to 'Level 3, Block 3 & 4, Jubilee Garden, Shatin, N.T.'
- By phone at 2699 4100 / 2602 1220
- By email to jcsisc@tungwah.org.hk

目錄

Table Of Contents

Page 01	活動報名須知 + 中心特別消息	Page 14	特別服務推介： 點滴親和輔導系列 - 夫妻同心輔導課程
Page 02	活動花絮：歡樂滿東華 2020	Page 15	特別服務推介： Love Our Way 社區樂器環保回收
Page 03	活動花絮：員工獲頒長期服務獎回顧	Page 16	Spark Joy 夏威夷小吉他回收轉贈行動
Page 04	活動花絮： 東華三院150週年誌慶活動 「幸福森林」藝術聯展裝置藝術展覽活動	Page 17	特別服務推介：好當家(沙田)
Page 05	活動花絮：幼童軍B團	Page 18	特別服務推介：男士小組Men's Club
Page 06-07	活動花絮： Teen Cafe 青少年身心健康推廣計劃 跨界別協作會議	Page 19	特別服務推介：課餘托管服務(2021年1-3月)
Page 08	特別服務推介： Teen Café 青少年身心健康推廣計劃	Page 20-22	特別服務推介：開心學習村(2021年1-3月)
Page 09	活動花絮：男士服務	Page 23-25	週二 (TUE) 興趣活動 / 班組
Page 10	特別服務推介： 「伙」「慳」人 - 社區鄰里支援計劃	Page 26	週三 (WED) 興趣活動 / 班組
Page 11	特別服務推介： 「凝樂」家庭輔導服務 - 走進腦世界	Page 27	週四 (THUR) 興趣活動 / 班組
Page 12	特別服務推介： 「凝樂」家庭輔導服務 - SEN 夢樂園	Page 28-36	週五 (FRI) 興趣活動 / 班組
Page 13	特別服務推介： 點滴親和輔導系列 - 個人成長三步曲	Page 37	週六 (SAT) 興趣活動 / 班組
		Page 38	中心服務介紹
		Page 39	家庭新成員
		Page 40-41	中心家庭圖
		Page 42	服務政策
		Page 43	颱風及暴雨信號懸掛後中心開放及活動安排
			愛家留言

中心特別消息

以下日子為中心特別日子及公眾假期，將暫停開放或作特別安排：

公眾假期如下

2021年1月1日 (五)	元旦日	休息
2021年2月12日 (五)	農曆年初一	休息
2021年2月13日 (六)	農曆年初二	休息
2021年2月14日 (日)	農曆年初三	休息
2021年2月15日 (一)	農曆年初四	休息

中心年度休假

2021年2月16日至	(二) 至	農曆年初五至	休息
2021年2月20日	(六)	農曆年初九	休息

(重要消息)

2021年1至3月份活動報名須知

疫情期間，為保障服務使用者安全，
本季活動報名將有以下改動，敬請留意。

2021年1至3月活動特設「網上留位」時段，讓會員於家中進行課程留位，於留位交費時段才需繳付申請費用：

舊生優先網上留位 日期 (無需預先交費)	21/12(一) 至 31/12/2020(四)	2020年12月21日上午10:00至 12月31日下午10:00 或 中心開放時間到中心留位 (地點：穗禾及方樹福堂服務處)
公開網上留位日	9/1/2021(六)起	上午10:00正 或 中心開放時間到中心留位 (地點：穗禾及方樹福堂服務處)
留位交費時段	22/2/2021(一)起	請按時於中心開放時間到穗禾及 方樹福堂服務處交費。

有關網上留位及交費：

- 1) 舊生優先網上留位網站連結，會由活動負責職員於網上留位日前以電話或電郵方式通知。
- 2) 會員及家長亦可按需要到中心進行網上留位手續。
- 3) 如會員成功完成網上留位後，以班組負責職員會通知成功留位作實。
- 4) 請根據指定的日期及時段，攜同有效會員證、報名表格及報名費用，前往本中心方樹福堂服務處進行報名程序，逾時當放棄論。
- 5) 請自備輔幣或劃線支票(抬頭東華三院)，一千元紙幣及期票恕不接受。
- 6) 會員可委託代表，但需持有該參加者之有效會員証(30/04/2021前)，代為辦理報名手續。
- 7) 公開網上留位，每個會員編號最多可報名參加五個個人活動，親子/家庭活動則不限。
- 8) 公開網上留位日(9/1/2021)，指所有舊生優先活動之剩餘名額，將自動撥入公開報名日開放予其他會員到本中心穗禾及方樹福堂服務處報名，先到先得。
- 9) 所有活動資料以活動通訊作實，若遇個別原因需要更改則將另作通知；惟所有活動舉行前恕不另行致電提醒。
- 10) 如受疫情影響未能提供面授課程，將改為網上課堂而不作取消及另行退款安排。
- 11) 如對以上項目有任何異議，本中心保留最終決定及解釋權。

通訊活動介紹頁內有Icon圖示及活動編號索引方便各會員閱讀，Icon圖示註解如下：

代表舊生優先報名

代表可獲發証書

代表可計算義工時數

代表親子活動必須家長參與

代表參加者需經面試

代表有其他材料 / 附加費

須填寫健康聲明

代表網上授課

歡樂滿東華

TUNG WAH CHARITY GALA

2020

本年度歡樂滿東華籌款週於2020年11月2日至7日進行，雖然面對疫情但無減義工們的積極參與，為歡樂滿東華籌款活動製作不同的紀念品，務求令社區人士感受到「施比受更有福」的喜悅。與此同時，本中心感謝各位善長仁翁的慷慨解囊，有關捐款定必有效使用以幫助更多有需要的社區人士。



員工獲頒長期服務獎回顧

東華三院一向設立長期服務獎以表揚同事長期盡心竭力為機構及社區人士服務。
以下為本中心在2018-2020年度之員工得獎名單及相片：

2018-2019 年度



凝樂輔導及臨床心理服務
家庭個案輔導員
鄧碧華女士



方樹福堂服務處
行政文員
蔡潔瑩女士



凝樂輔導及臨床心理服務
家庭個案輔導員
洪湘玫女士



生活技能及職志發展服務
活動幹事
葉子謙先生



就業服務
活動幹事
楊進耀先生

2019-2020 年度



穗禾服務處
活動助理
劉佩春女士



穗禾服務處
助理主任
張銘深先生



就業服務
個案社工
鄺志立先生



入校支援及輔導服務
駐校社工
陳紀瞳女士

神召會康樂中學 X 樂在製造

TWGHs

150TH ANNIVERSARY CELEBRATING EVENT JOINT ARTS EXHIBITION 東華三院150週年誌慶活動

「幸福·森林」藝術聯展

裝置藝術製作小組

為慶祝東華三院成立150週年，本院於2020年11月11-15日在石硤尾JCCAC賽馬會創意藝術中心舉行「幸福·森林」藝術聯展。

本中心有幸獲邀展出「樹的心事」、「寄語蒲公英」兩項裝置藝術，而展品的製作則交由「樂在製造」導師Eddie Sir及神召會康樂中學薪火燃傳學長輔導計劃十三位學長傾力而成。

縱使疫情期間，同學們未能親身參與製作，但通過視像會議，每位學長奉獻自己的時間、精神及創意，將每一件看似簡單但製作繁複的部件組合起來。

雖然「幸福·森林」藝術聯展已完滿結束，但「樹的心事」及「寄語蒲公英」仍然會放於校內展出，而兩項展品更會轉生成為學生心事信箱(樹的心事)及祝福留言架(寄語蒲公英)，讓展品與學生產生互動，讓「幸福·森林」延展到校園。

作品1

寄語
蒲公英



作品2

樹的
心事



2020-2021年度



幼童軍

Cub Scouts

B GROUP



這大半年經歷由網上集會到恢復實體集會，感謝每位幼童軍積極的參與，網上學習的認真及匯報中的創意，每次都令領袖們感到驚喜。盼望在往後的日子裡，隊員們能一起經歷高低，參加不同的活動，發揮潛能！

歡樂滿東華
2020

網上集會 Online Meeting



用心手繪，準備義賣



疫情下一起學習童軍技能

開心重聚
歡送轉團成員，歡迎新隊員！

歡送會2020



Page
05

TeenCafe

青少年身心健康推廣計劃

跨界別協作會議



青少年精神健康一直是現今社會最關心的議題之一，但縱然近年中、小學以至非政府機構對推廣青少年精神健康服務的覆蓋面不斷擴大，

「青少年」和「服務提供者」之間卻存在著一道隱形障礙，有需要的青年人因種種原因沒有主動求助，而學校師長和青年工作者想從旁協助，但卻又無從入手。有見及此，「Teen Café 青少年身心健康推廣計劃」隊伍在11月21日舉辦了一次跨專業協作會議，圍繞「求助意識薄弱的學生成長需要」這個在香港社會中一直較少著墨的重要議題，邀請了不同專業互相交流和分享建議。

當天我們非常榮幸能邀請服務新界東多年的合作伙伴李思冲精神科專科醫生擔任主講嘉賓，並邀請得來自區內多間中學、非政府機構派出老師和社工，並有社會福利署的代表共同參與，互相交流臨床、教學、輔導以至青少年成長層面的觀察和心得。

是次跨專業協作會議的分享和討論非常有價值和意義，各參與者均認為透過不同專業的交流，確實可帶出新的思維，對前線同工如何辨識及支援求助意識薄弱的青年人有莫大幫助。我們希望這麼有意義的專業交流活動能夠再次有舉辦的機會，期望下一次跨專業協作會議再次見到大家。

鳴謝(排名不分先後)

社會福利署沙田區策劃及統籌小組
鄭月紅女士(社會工作主任)、
黃祥雲女士(助理社會工作主任)

台山商會中學
謝慧玲老師(輔導主任)、鄭謹老師、李清華老師

馬鞍山崇真中學
孔美怡老師(輔導主任)

聖公會曾肇添中學
鍾冠峰老師

曾璧山中學
冼麗敏姑娘(駐校社工)

東華三院邱金元中學
潘勵煥老師(輔導老師)

博愛醫院陳楷紀念中學
黃寶琳姑娘(駐校社工)

香港浸會大學附屬學校王錦輝中小學(中學部)
蘇蕊虹姑娘、蘇凱文姑娘(駐校社工)

沙田培英中學
林恩庭姑娘(駐校社工)

沙田循道衛理中學
馮曉婷姑娘(駐校社工)

香港中文大學校友會聯會陳震夏中學
鮑世杰先生、曾凱霖姑娘(駐校社工)

香港中國婦女會馮麗敬紀念中學
梅婉君姑娘(駐校社工)

聖公會學校社會服務部
黎婉華女士(督導主任)

香港傷健協會賽馬會沙田青少年綜合服務中心
林冠達先生(高級項目幹事)

香港青年協會隆亨青年空間
梁寶怡女士(單位主任)、吳錦娟女士(計劃經理)、
周嘉欣女士(青年工作幹事)



中心主任頒贈紀念品予李明沖精神科專科醫生



李醫生向與會者分享前線臨床經驗



非政府機構社工督導分享及發言



中學駐校社工分享
在校支援學生的經驗



TeenCafe

青少年身心健康推廣計劃



Development Group

自2015年10月至2018年9月期間，由社區投資共享基金資助的「Better SHA Teen Cafe關顧青少年身心健康計劃」曾為15間學校舉辦活動，直接參與人數達3271人，合共舉辦1418節活動予參加者及社區人士。而計劃亦獲得協作伙伴高度評價，以肯定計劃成效，顯示關顧青少年身心健康的主題在地區內仍有持續推行的需要。

計劃自2018年10月開始獲得東亞銀行慈善基金全力支持，「Teen Cafe青少年身心健康推廣計劃」得以繼續推行。

期望透過計劃作為一個起點，與醫護專家、社福機構、學校及家庭等組成的多界別平台合作，將有需要的青年人轉化成為Teens，在地區內推廣青少年個別差異和情緒需要，嘗試去除社會對精神健康議題的污名，從而發展青年友善社區，尊重青少年的個別差異，以及包容他們的情緒需要。

推行日期

2019年1月 - 2021年9月

推行地區

新界東：大圍、沙田、火炭、馬鞍山、大埔及北區

目標對象

10-24歲學生及有情緒需要的青少年



TeenCafe@School



Volunteer Services



Teen Show



TeenCafe@Centre



男士服務 MEN'S CLUB

疫情中雖相距遙遠，但仍心繫彼此，由衷地感激每位男士在這段日子的耐心等待及支持，得以令我們能繼續發展男士服務。希望在往後的日子，可以提供更多不同的活動予男士們嘗試，生活不易，願在這裡一起休息、發揮與共鳴。

網上相見



終於可以
夾BAND啦



疫情後大家一齊練腹肌



運動後分享心聲



疫情中參加男天匯活動



製作義賣物品



「男」能可貴

入廚房 出band房
上山下海 各展所長
剛強不猶 柔而力拼
並肩負重 重情兼理
性別不定 無限其型

環保袋及筆記簿由男士小組
Mencub成員及其家人製作，
利用手繪及絲網印刷術製作，
一筆一畫都具備他們的心思及
祝福。

快醒人

社區鄰里支援計劃

在疫情的影響下，相信大家的生活也有受到不同程度的影響。但在面對艱難生活的同時，你有否注意到自己的精神狀態？會因生活壓力而感到不安、恐懼和絕望？會因害怕受到感染而害怕與人交流及接觸嗎？會每天都感到很大壓力，不能放鬆嗎？

精神健康狀況是指個人的心理狀態，包括感覺和應付日常生活問題的能力。我們每天的生活裡也會遇到不同的挑戰或困難，可能是來自學業、工作、家庭和朋友等。為了應付每天不同的挑戰，我們需保持著我們身心的健康。

如何成為快樂小博士(PHD)?



Partner
人生旅途上會遇到
不同人陪伴成長



Happiness
發現值得開心的事



Do something
做一些令自己開心的事

Neighborhood



如對計劃有任何查詢，歡迎致電26021220與計劃社工吳姑娘(Vienne)聯絡



提升社會大眾對身心健康的了解

教育家長協助兒童建立身心健康的生活

鬆-Zone Cafe

面對沉重的生活壓力，在周末不妨放鬆一下，
在體驗不同新事物的同時，讓自己的情緒得以抒發，學習享受生活。
負責同工：吳穎欣姑娘

FAM20210133/A

立體畫工作坊

製作一幅立體畫

2021年2月21日(星期六)

對象 5-7歲之兒童
名額 6人
最少人數 3人
費用/節數 \$10
時間 2:15pm-3:15pm
地點 曉禾服務處

FAM20210133/B

小盆栽蠟燭 工作坊

認識蠟燭的種類及
製作小盆栽蠟燭

2021年3月13日(星期六)

對象 7-10歲之兒童
名額 6人
最少人數 3人
費用/節數 \$10
時間 2:15pm-3:15pm
地點 曉禾服務處

FAM20210133/C

果凍蠟燭台 工作坊

認識蠟燭的種類及
製作果凍蠟燭台

2021年3月27日(星期六)

對象 7-10歲之兒童及其家長
名額 4對親子
最少人數 2對親子
費用/節數 \$20
時間 2:30pm-3:45pm
地點 方樹福堂服務處

走進腦世界系列

情緒導航 家長講座

在浩瀚的情緒汪洋中，風急浪高，如何找到座標，安穩地駛到彼岸呢？我們在2020年10月份講座中，認識憤怒之情緒，參加者反應相當良好。在2021年1月及4月，我們再接再厲，邀請了黃姑娘，繼續以腦神經科學 (Neuroscience)、心理學(psychology) 及體感療法 (Somatic Experiencing)，了解我們之情緒。讓我們找自己情緒座落之方位，避過陰灘危石，安穩地駛到彼岸。

FAM(FREE)20210006

走進腦世界 情緒導航 當你感到害怕時...

- 1) 透過腦神經科學及心理學角度，理解害怕的情緒
- 2) 運用身體覺察技巧 (Somatic Experiencing)，協助調節及疏解害怕的情緒

2021年1月15日

星期五FRIDAY

講者 王穎慧姑娘 (婚姻及家庭治療師)

對象 家長

名額 20人

時間 晚上7:45 至 9:45 (2小時)

地點 方樹福堂服務處

負責同工：廖詠妍姑娘

如疫情轉為不穩定，或會改為網上授課

FAM(FREE)20210007

走進腦世界 情緒導航 當你感到無助內疚時...

- 1) 透過腦神經科學及心理學角度，理解無助內疚的情緒
- 2) 運用身體覺察技巧 (Somatic Experiencing)，協助調節及疏解無助內疚的情緒

2021年4月23日

星期五FRIDAY

講者 王穎慧姑娘 (婚姻及家庭治療師)

對象 家長

名額 20人

時間 晚上7:45 至 9:45 (2小時)

地點 方樹福堂服務處

費用全免
FREE

講者介紹

何王穎慧 CATHERINE 資深婚姻及家庭治療師

何王穎慧，家庭及婚姻治療師，對遊戲治療、對兒童及特殊學習需要之兒童心理、家長工作等獨具心得。善於在輔導中揉合不同理論，有20多年個人、婚姻及家庭輔導等經驗。她有豐富的臨床經驗，曾處理過數千個以上的幼兒、兒童、青少年、成人、婚姻及家庭個案，種類繁多。曾主持過數百個工作坊，親臨講座、社工、老師、公司培訓及親子遊戲輔導等課程。其中親子遊戲輔導更已培訓了過千名的家長。王女士更是理工大學社工系實習導師及社工碩士客席講師；也曾任香港教育學院客席講師(幼兒教育)。王女士的心志是透過個人所學去祝福他人生命，師承陳霍玉蓮，近年致力推廣輔導與心靈發展及生命重疊工作，喜歡揉合各輔導學派於治療及培訓中。王女士於2007年著有〈親子遊戲啟導〉，希望將遊戲治療本土化，藉此幫助更多香港兒童及家庭成長。



Page
11

★SEN夢樂園★

S FOR SMILEY E FOR ENERGETIC N FOR NATURAL

理念

SEN (Special Educational Needs) 學生於日常生活中，總是忙於功課、學習及訓練。而我們透過不同層面之介入，看到SEN學生另一面，她/他們是充滿喜悅的(Smiley)、活力的 (Energetic)。在SEN夢想樂園裡，我們一同發掘和開拓孩子被隱藏之自然的(Natural)能力。

輔導服務

「兒童為本」遊戲治療

讓兒童在接納及關注之氣氛下，透過遊戲，表達內心世界及感受，釋放壓力，建立他們的安全感，提升自尊自信。

治療小組

社交能力

「手足深情」團體遊戲治療

團體遊戲治療讓兒童在一安全、接納環境下，透過經歷和朋輩互動溝通及輔導員有效之回應，從而增強兒童之自我意識，自我調節，促進社交溝通，培養他們同理心和適應環境之能力。

專注能力

「我愛好動兒」左理右情 靜觀系列

藉著遊戲及靜觀練習，整合兒童右腦情感及左腦邏輯功能；亦整合上層大腦思考計劃及下層大腦情緒身體感官知覺，幫助兒童在大風浪中維持覺察，有創意及能力解決問題。

感統能力

「腦力學」系列

透過五感活動，整合兒童之感覺統合之能力。

發展小組

創意

透過兒童自由創作砌Lego過程，培養專注及社交能力，發掘兒童其他方面之才能。

舞動

透過兒童學習舞蹈，培養專注及社交能力，發掘兒童其他方面之才能。

家長管教小組

「和孩天地」親子遊戲治療

透過「和孩天地」親子遊戲治療，幫助父母了解他們之內心世界，學習回應他們的情緒及行為，促進親子關係，成為孩子生命中之「輔導員」。

從遊戲中了解孩子世界

透過觀察家長和孩子在遊戲室遊玩過程，了解家長和孩子相處互動，改善親子關係。

離情依依

透過遊戲治療，協助孩子接觸及疏理內心的感受，以減少因父母離異對他們的負面影響。

透過體感治療，家長學習體感減壓技巧，幫助他們舒緩負面情緒。

點滴親和輔導系列

個人成長三部曲

在生命軌跡上，我們總是點點滴滴、跌跌撞撞地成長著。在忙碌生活節奏裡、紛亂環境下，我們慣常地、麻木地生活，忘記欣賞自己、欣賞身邊人和事。有時，在管教孩子時，又會被孩子某些行為而勞氣，生氣過後，又內疚自責。本課程希望透過回顧生命歷史，肯定我們的努力，找回自己之內外資源；疏解我們成長的遺憾和未了情結。

讓我們能找到

“PEACE WITHIN, PEACE BETWEEN, PEACE AMONG”

回到童年的家

- 了解原生家庭之動力
- 了解原生家庭對成長之影響
- 了解原生家庭對今天管教子女之影響
- 認識成長中內在小孩
- 疏解成長及原生家庭糾纏
- 學習情緒管理

轉化及整合

- 轉化舊有行為模式
- 整合自己豐富資源

第三步
STEP 3第二步
STEP 2第一步
STEP 1

踏上旅途

- 回顧成長歷史
- 尋找成長歷史中內外資源
- 填寫九型人格評估問卷，了解自己生命優點及限制

共10節
每節1.5小時

(按個別需要預約時間)

形式：以個別面談形式進行



費用
\$400

**當面談節數超過10節，
不會另加收費

Page
13

申請方法：致電2699 4100和「凝樂」家庭輔導員聯絡

夫妻同心輔導課程

近日社會氣氛緊張，輔導員深深感到夫妻同心同行之重要。如夫妻們能同心共建一片青草地，讓孩子得到適切的保護，而且可以自由、安全地成長，是何等美麗。本輔導課程透過回顧夫妻的婚姻歷史、成長歷史，重新肯定彼此努力及付出，並且在相處互動模式中，化解阻礙溝通之沙石；以及學習處理分歧。希望在紛亂中，尋找到夫妻間獨特的希望秘道。

了解與探索

- 了解夫妻們對婚姻價值觀及期望
- 填寫九型人格評估問卷
- 回顧婚姻歷史

欣賞和接納

- 透過各自九型人格中之性格特質，了解彼此溝通之優點及限制

回顧與珍惜

- 了解原生家庭對婚姻之影響
- 如有個人成長創傷或需要時，以個別面談跟進**

管教與調節

- 透過各自九型人格中之性格特質，學習調節管教子女分歧

共建親密

- 建立親密關係，共建希望的秘道

【對象】
夫妻

共**10**節
每節**2**小時

(按個別需要預約時間)

費用
\$800

**當面談節數超過10節，
不會另加收費

輔導員會按個別參加者需要，
將安排單獨約見其中一方；
包括處理個人成長、情緒管理、
原生家庭糾纏等問題。

申請方法：致電2699 4100和「凝樂」家庭輔導員聯絡



Love Our Way

社區樂器環保回收[®]青少年藝術培訓計劃



SPARK JOY

夏威夷小吉他回收轉贈行動

中心於2020年10月開展SPARK JOY樂器回收轉贈行動，
我們鼓勵社區人士能捐贈已被丟棄或已損壞的 夏威夷小吉他(ukulele)。
然後，再交由SPARK JOY樂器維修義工隊進行修理和翻新，
並轉贈給有需要的學童使用。

SPARK JOY

小吉他回收轉贈計劃

於社區收集棄置及已損壞的夏威夷小吉他(ukulele)，
將交由樂器維修義工隊修理後，再轉贈給有需要的學童使用。

回收期 10/2020 - 3/2021

聯絡電話：2699-4100

負責同工：葉子謙先生

Page
15





什麼是「好當家」?

「好當家」是東華三院轄下之社會企業，多年來為區內婦女及再培訓人士提供就業機會，並為區內有需要人士提供支援，以優質服務協助他們處理家居及照顧的問題。

選擇「好當家」的原因

預約簡單、一站式專人跟進、專業訓練及督導、支持弱勢社群

家務助理服務

家居清潔、洗衣熨衫、外出購物

\$100/小時
(最低消費3小時)

上午8:00 至
下午6:00

假日/夜間陪診服務v

陪診、家居陪伴、陪伴外出

**假日
陪診**

\$100/小時
(最低消費3小時)
早上7:00-下午6:00

**夜間
陪診**

\$110/小時
(最低消費3小時)
下午6:00-早上7:00

當家大廚

家居煮食、購買食材

\$110/小時
(最低消費2小時)

上午9:00 至
晚上8:00

長者照顧服務

餵食、煮食、換尿片、洗澡等個人護理

\$102/小時
(最低消費2小時)

全日

吉屋清潔服務

家居清潔、洗衣熨衫、外出購物

\$150/小時
(最低消費4小時)

上午8:00 至
下午6:00

平日陪診服務

陪診、家居陪伴、陪伴外出

\$82/小時
(最低消費3小時)

上午7:00 至
下午6:00

● 新春時段期間會實施特別收費，歡迎來電查詢。
● 以上收費只適用於沙田及鄰近地區，如需跨區或偏遠地區服務需另行報價。
● 服務必須提前預約，而取消或改期必須在1個工作天前通知，否則需收取1小時服務費。



男士小組

MEN'S CLUB



FAM20210010

型男小組

透過多類“型”活動，豐富男士們的興趣及專長、關心及了解社區需要。

負責同工 廖詠妍姑娘、鄭宏業先生

對象 18歲或以上男士及其家庭

名額 12人

最少人數 6人

日期 24/1、28/2、21/3

費用/節數 \$50(以男士為報名單位)

時間 半日或全日活動，確實時間待定

地點 本中心或戶外



戶外活動



藝術創作



義工服務



家庭活動

日期或因天氣情況而作出修訂

如受疫情影響未能提供面授課程，
課堂將改為網上授課而不作退款安排。



FAM20210009

SPORTSMEN 運動小組

暢談男士心聲，幫助男士減壓，發掘男士興趣，找尋自己專長，並提升運動量

負責同工 廖詠妍姑娘、鄭宏業先生

對象 18或以上 男士

名額 12人

最少人數 6人

日期 5/1、12/1、19/1、26/1、2/2、9/2、
23/2、2/3、9/3、16/3、23/3

費用/節數 \$50

時間 8:00-10:00pm

地點 本中心或戶外



暢談
男士心聲



幫助
男士減壓



發掘
男士興趣



找尋
自己專長



並提
升運動量

日期或因天氣情況而作出修訂

如受疫情影響未能提供面授課程，
課堂將改為網上授課而不作退款安排。

《成長樂園》

課餘托管服務

2021年1-3月

負責同工：劉寶榮姑娘 @方樹福堂服務處

FAM20210123 1月 / FAM20210124 2月 / FAM20210125 3月

《開心學堂》

課餘托管服務

2021年1-3月

負責同工：何曉林姑娘 @穗禾服務處

FAM20210130 1月 / FAM20210131 2月 / FAM20210132 3月

服務目標

- 1) 讓學童善用課餘時間，並獲得適當的照顧及輔導，使家長能安心專注工作。
- 2) 透過培育個人成長的活動，讓學員在情緒、智能、體能及社交上得到均衡的發展。

內容

協助學童解決功課或溫習上的疑難，及核對各科功課；默書、測驗、考試前之溫習；茶點、康樂時段、獎勵計劃及成長小組。

備註

1. 申請者需經安排面試；
2. 設有學生手冊，用作紀錄功課及溫習情況；
3. 每3個月一次派發學員個人發展評估報告；
4. 舊生優先報名。

對象

小一至小六會員

名額

8人

費用

每月\$1380 (穗禾服務處)
(方樹福堂服務處)
(如屬低收入或綜援家庭，可向中心提出申請減免)

參加辦法：於中心開放時間親臨或致電中心索取申請表格，填妥後交回本中心，負責同工再個別聯絡申請者安排面試
繳費方式：參加者經面試取錄後可以現金或支票方式交費。舊生於每個月最後一個工作天或之前繳交下個月費用。

方樹福堂服務處時間表

時間	一、二、三、四
3:30pm - 4:30pm	功課輔導
4:30pm - 4:45pm	小休/茶點
4:45pm - 6:00pm	功課輔導/溫習
6:00pm - 6:30pm	輕鬆半小時
時間	五
3:30pm - 4:30pm	功課輔導
4:30pm - 4:45pm	小休/茶點
4:45pm - 5:30pm	功課輔導/溫習
5:30pm - 6:30pm	成長小組

穗禾服務處時間表

時間	二、三、四、五
3:30pm - 4:30pm	功課輔導
4:30pm - 4:45pm	小休/茶點
4:45pm - 6:00pm	功課輔導/溫習
6:00pm - 6:30pm	輕鬆半小時
時間	二
3:30pm - 4:30pm	功課輔導
4:30pm - 4:45pm	小休/茶點
4:45pm - 5:30pm	功課輔導/溫習
5:30pm - 6:30pm	成長小組

《開心學習村》

特別學習需要為本課餘托管服務



2021年1月 FAM20210126
2021年2月 FAM20210127
2021年3月 FAM20210128

◎方樹福堂服務處

內容

協助學童解決功課或溫習上的疑難，及核對各科功課；默書、測驗、考試前之溫習；評估及了解兒童之專注力、文字認讀及書寫特性，為學童提供個別化訓練，和加強學習效能計劃；茶點、康樂時段、獎勵計劃及成長小組。

服務目標

- 1 讓兒童善用課餘時間，並獲得適當的照顧及輔導，使家長能安心專注工作；
- 2 了解兒童的學習能力取向和個別需要，提昇兒童的學習能力和效率；
- 3 透過培育個人成長的活動，讓學員在情緒、智能、體能及社交上得到均衡的發展。

對象

小一至小六會員

(曾接受特別學習需要評估之兒童優先)

名額

8人

費用

每月\$2600

(方樹福堂服務處)

(如屬低收入或綜援家庭，可向中心提出申請減免)

參加辦法：於中心開放時間親臨或致電中心索取申請表格，填妥後交回本中心，負責同工再個別聯絡申請者安排面試
繳費方式：參加者經面試取錄後可以現金或支票方式交費。

《開心學習村》方樹福堂服務處時間表

時間	一、四	時間	二、三、五
3:30pm - 3:45pm	小休/閱讀	3:30pm - 3:45pm	小休/閱讀
3:45pm - 5:15pm	功課輔導	3:45pm - 5:30pm	功課輔導
5:15pm - 5:30pm	集體遊戲	5:30pm - 5:45pm	小休/茶點
5:30pm - 5:45pm	小休/茶點	5:45pm - 6:30pm	完成功課輔導
5:45pm - 6:30pm	完成功課輔導	6:30pm - 7:00pm	成長小組(多元智能活動)/ 輕鬆半小時/ 個別化訓練
6:30pm - 7:00pm	個別化訓練時段 (分別由社工及導師進行)		

  **FAM20210002/4**
生活技能及職志體驗 *Art*
2021 1-3月
晚間幼兒畫班

- 1) 培養學員對繪畫的興趣；
- 2) 啟發學員的創作能力。

負責同工 洪芷琪姑娘 及 珊珊老師

對象 4-5歲會員

名額 10人

最少人數 6人

日期 2/3、9/3、16/3、
23/3/2021(二)

費用/節數 \$320/4節

時間 7:00pm-8:00pm

地點 方樹福堂服務處

教授繪畫的基本技巧，幾何圖形的組合，各種媒體的運用及構圖，增加兒童的自信和創作能力。

備註

1. 學員需自備畫簿及粉彩筆
2. 如受疫情影響未能提供面授課程，課堂將改為網上授課而不作退款安排。

  **FAM20210003/4**
生活技能及職志體驗 *Art*
2021 1-3月
晚間兒童畫班

- 1) 培養學員對繪畫的興趣；
- 2) 啟發學員的創作能力。

負責同工 洪芷琪姑娘 及 珊珊老師

對象 6-8歲會員

名額 10人

最少人數 6人

日期 2/3、9/3、16/3、
23/3/2021(二)

費用/節數 \$320/4節

時間 8:00pm-9:00pm

地點 方樹福堂服務處

教授繪畫的基本技巧，幾何圖形的組合，各種媒體的運用及構圖，增加兒童的自信和創作能力。

備註

1. 學員需自備畫簿及粉彩筆
2. 如受疫情影響未能提供面授課程，課堂將改為網上授課而不作退款安排。



生活技能及職志體驗

舞蹈
系列

芭蕾舞班

2021
1-3月

- 1) 可鍛鍊身體的柔軟度和節奏感
- 2) 提升學員自信

負責同工 洪芷琪姑娘及導師

最少人數 4人

日期 2/3、9/3、16/3、
23/3/2021(二)

地點 方樹福堂服務處

1. 教授專業芭蕾舞技巧，幼兒於跳舞中學習節奏，優美姿態及尋求跳舞樂趣。
2. 費用並不包括芭蕾舞服裝，而服裝可由芭蕾舞班導師代為訂購。

備註

1. 本課程由星語藝術中心派出合資格芭蕾舞導師教授。
2. 本課程不設考試
3. 所有芭蕾舞班均為舊生優先報名，當有剩餘學額時，新生可在公開報名日直接報名，或滿額後加入候補名單。

LIF20210001/4

小小芭蕾舞

對象 4-6歲初學學員

費用/節數 \$280/4節

名額 10人

時間 6:00pm-7:00pm

LIF20210091/4

芭蕾舞初班

對象 4-6歲初學學員

費用/節數 \$280/4節

名額 6人

時間 5:00pm-6:00pm

LIF20210003/4

芭蕾舞進階班

對象 6歲或以上學員

費用/節數 \$360/4節

名額 6人

時間 7:00pm-8:00pm

LIF20210077/3

家庭娛樂

親子互動系列

Family



SPARK JOY 兒童音樂訓練計劃

透過音樂培養兒童的專注能力及 開拓多元發展的可能性。

負責同工 葉子謙先生

對 象 10-12歲

名 額 8人

最少人數 5人

日 期 2/3、9/3、16/3、23/3、
30/3(二)

費用/節數 \$50 / 5節

時 間 6:45pm-8:30pm

地 點 穗禾苑服務處

班組將教授三種樂器(Ukulele、電吉他、木箱鼓)供學員練習，全面理解音樂演奏技巧之基礎，讓兒童能發展多元發展的可能性。

備 註

1. 如受疫情影響未能提供面授課程，課堂將改為網上授課而不作退款安排。



LIF20210104

生活技能及職志體驗

舞蹈系列

Dance

Break Dance

- 1) 學習Break Dance基本舞步
- 2) 訓練身體節奏及平衡
- 3) 提升學員自信心

負責同工 姚庭傑先生

對 象 12-20歲會員

名 額 8人

最少人數 3人

日 期 2/3、9/3、16/3、23/3、
30/3(二)

費用/節數 \$125 / 5節

時 間 7:00pm-8:30pm

地 點 方樹福堂服務處

教導Break Dance基本舞步，於跳舞中學習音樂節奏感，提升自我有能感，進行體能訓練。

備 註

1. 參加者需自備足夠食水和毛巾
2. 參加者需穿著合適的運動服裝
3. 如受疫情影響未能提供面授課程，課堂將改為網上授課而不作退款安排。



LIF20210006/4

生活技能及職志體驗

運動系列

Sport

跆拳道進階班

2021
1-3月

- 1.教授跆拳道技術
- 2.建立自信，培養紀律，耐性，體育精神。

負責同工 葉子謙先生 及 高教練

對 象 已考獲藍帶或以上

名 額 8人

最少人數 5人

日 期 3/3、10/3、17/3、24/3、31/3(三)

費用/節數 \$225 / 5節

時 間 7:30pm-9:00pm

地 點 方樹福堂服務處

- 1.小組教學，循序漸進，教授跆拳道品勢，對策及搏擊。
- 2.為達到一定水平的學員定期安排考試升級，提供機會參與比賽及公開表演。
- 3.依年齡安排合適體能訓練，並使用各種輔助工具進行練習，有助手腳協調，強健肌肉，提升運動表現。
- 4.表現優異的學員，在教練 評核資格後，可加入教練團隊成為助教。

備 註

- 1.本課程與香港啟聯跆拳道協會合辦。
- 2.舊生可優先報名。
- 3.新生可於第一堂向負責教練訂購道袍。
- 4.考試費或報名參加比賽費用 可向負責教練查詢。
- 5.如受疫情影響未能提供面授課程，課堂將改為網上授課而不作退款安排。



FAM20210115

家庭凝樂

兒童好品系列

Kid

小故事·童創作

2021
1-3月

繪本能夠提升幼兒的專注力及培養其閱讀興趣，同時亦能夠加強他們的聯想力。此小組透過繪本故事，會以不同創意活動作延伸，藉此促進幼兒在創造力、專注力、社交及肌能協調的發展。

負責同工 劉寶榮姑娘 對 象 K.2-K.3會員

名 額 6人 最少人數 3人

日 期 3/3、10/3、17/3(三)

費用/節數 \$150 / 3節

時 間 2:30pm-3:30pm

地 點 方樹福堂服務處

- 專注力訓練：透過繪本故事，培養幼兒聽覺及視覺方面的專注力
- 肌能協調訓練：透過制作不同的延伸活動(例：小手工、玩樂器等)，調節及強化幼兒的肌能系統
- 創造力訓練：透過繪本故事及延伸活動，激發幼兒的創意思維
- 社交訓練：透過分享創作成果，鼓勵幼兒樂於表達

備 註

如受疫情影響未能提供面授課程，課堂將改為網上授課而不作退款安排。





FAM20210112

家庭凝樂

兒童好
品系列

Rid

解難~小一預備班

透過模擬情境練習，讓小孩學習用「情感式」的說話來鼓勵自己，增加解難能力，為小一作好準備。

負責同工 梁佩雯姑娘 對 景 K3會員

名 額 6人 最少人數 3人

日 期 3/3、10/3、17/3、24/3(三)

費用/節數 \$200/4節 地 點 方樹福堂服務處

時 間 5:00-5:50pm

1. 相關情境短片
2. 理解問題google form
3. 延伸家課練習

備 註

1. 如受疫情影響未能提供面授課程，課堂將改為網上授課而不作退款安排。



FAM20210113

家庭凝樂

兒童好
品系列

Rid

專注~小一預備班

透過每堂兩個專注教具，讓小孩體驗記憶遊戲，擴闊接收訊息的能力，為小一作好準備。

負責同工 梁佩雯姑娘 對 景 K3會員

名 額 6人 最少人數 3人

日 期 3/3、10/3、17/3、24/3(三)

費用/節數 \$200/4節 地 點 方樹福堂服務處

時 間 4:00-4:50pm

1. 視覺、聽覺、觸覺記憶學習法

備 註

1. 如受疫情影響未能提供面授課程，課堂將改為網上授課而不作退款安排。



FAM20210114

家庭凝樂

Love

向左走-左腦後果

強調理解、分析、綜合三大目標，讓孩子從中增強左腦-邏輯的管轄區。

向左走~Causal-Relation(因果關係)

1. 分析自己的問題Self-critique
2. 重建良好的價值行為Self-construction

負責同工 梁佩雯姑娘 對 景 小一至小三會員

名 額 6人 最少人數 3人

日 期 3/3、10/3、17/3、24/3/2021(三)

費用/節數 \$200/4節

時 間 7:10-8:00pm

地 點 方樹福堂服務處





生活技能及職志體驗

舞蹈系列

Dance

穗禾幼兒芭蕾舞

2021
1-3月

1. 可鍛鍊身體的柔軟度和節奏感
2. 提升學員自信

負責同工 凌心兒姑娘及導師

名額 10人

最少人數 4人

日期 3/3、10/3、17/3、24/3(三)

地點 穗禾服務處

1. 教授專業芭蕾舞技巧，幼兒於跳舞中學習節奏，優美姿態及尋求跳舞樂趣。
2. 費用並不包括芭蕾舞服裝，服裝可由芭蕾舞班導師代為訂購。

備註

1. 本課程由合資芭蕾舞導師教授。
2. 本課程不設考試
3. 所有芭蕾舞班均為舊生優先報名，當有剩餘學額時，新生可在公開報名日直接報名，或滿額後加入候補名單。

LIF20210086/2

初班

對象 3-6歲初學學員

費用/節數 \$280 / 4節

時間 6:00pm-7:00pm

LIF20210087/2

高班

對象 3-6歲或以上或
已完成初班之學員

費用/節數 \$360/4節

時間 5:00pm-6:00pm



NET20210006/4

社區關愛

小眼睛大世界

1. 透過訓練及戶外探訪，去認識及接觸沙田區不同之弱勢人士
2. 義工親手製作小手工，再送給探訪對象

負責同工 洪芷琪姑娘 劉 景 8-14歲會員

名額 8人 最少人數 4人

日期 訓練日：3/3、10/3(三)

探訪日：13/3(六)

費用/節數 \$90/3節 地點 方樹福堂服務處

時間 訓練日：5:00pm-6:00pm

探訪日：10:00am-12:30pm

透過訓練及戶外探訪，去認識及接觸沙田區不同之弱勢人士。

備註

1. 參加者需出席兩節訓練日及一節探訪日
2. 此活動可計算義工時數
3. 如受疫情影響未能提供面授課程，課堂將改為網上授課而不作退款安排。





LIF20210016/1-3月
生活技能及職志體驗

語文系列

2021
1-3月

FUNNY ABC

1. 提昇幼兒的英語會話的能力
2. 增加對英語的興趣
3. 學習英語詞彙

負責同工 何曉林姑娘 劉 景 K.1-K.2 會員

名 額 10人 最少人數 6人

日 期 4/3、11/3、18/3、25/3(四)

費用/節數 \$340/4節

時 間 4:00PM-5:00PM

地 點 穗禾服務處

1. 以日常生活為主題學習有關主題英語詞彙及句子
2. 透過角色扮演、遊戲、唱歌、工作紙等多元化形式學習英語詞彙

備 註

1. 整個課程為期2年，完成後並經導師評估後可升讀Funny Letter land，學習英語拼音並持續進深英語
2. 如受疫情影響，課堂將改為網上課堂而不另作退款，時間為：4:15PM - 5:00PM。

FAM20210129

家庭凝樂

兒童好
品系列

Kid



晚間故事天地

繪本能夠提升幼兒的專注力及培養其閱讀興趣，同時亦能夠加強他們的聯想力。此小組透過繪本故事，會以不同創意活動作延伸，藉此促進兒童在創造力、專注力、社交及肌能協調的發展。



LIF20210017/1-3月
生活技能及職志體驗

語文系列

Language

2021
1-3月

FUNNY LETTER LAND

1. 提昇幼兒的英語會話及聆聽能力
2. 增加對英語的興趣
3. 學習英語詞彙

負責同工 何曉林姑娘 劉 景 K.3 - P1會員

名 額 10人 最少人數 6人

日 期 4/3、11/3、18/3、25/3(四)

費用/節數 \$340/4節

時 間 5:00PM-6:00PM

地 點 穗禾服務處

1. 練習Phonics音節
2. 學習有關主題英語詞匯及句子

備 註

1. 整個課程為期2年
2. 如受疫情影響未能提供面授課程，課堂將改為網上課堂而不作取消及另行退款安排。網上課堂時間：5:15PM - 6:00PM。

負責同工 劉寶榮姑娘 劉 景 K2-K3

名 額 6人 最少人數 3人

日 期 4/3、11/3、18/3、25/3(四)

費用/節數 \$200/4節 地 點 穗禾服務處

時 間 7:30pm-8:30pm

1. 專注力訓練
2. 說話能力訓練

如受疫情影響未能提供面授課程，課堂將改為網上授課而不作退款安排。
網上時間：4:30pm-5:30pm

週五 Friday

音樂系列

Music

生活技能及職志體驗

兒童小提琴

2021
1-3月

透過學習小提琴這種樂器，拉奏不同類型的歌曲，發展兒童對音樂的興趣。

負責同工 洪芷琪姑娘及導師

名額 6人 最少人數 3人

日期 5/3、12/3、19/3、26/3(五)

費用/節數 \$340/4節

地點 方樹福堂服務處

- 1.教授拉小提琴正確姿勢：夾琴、持弓、認識四弦線、將弓拉直(上落)；
- 2.基本樂理；
- 3.學習拉奏不同的類型的歌曲，如：兒歌、流行曲及古典音樂；
- 4.使用課本：鯨鯨小提琴教材或鈴木小提琴教(第一冊)。

備註

- 1.小提琴導師已考獲八級小提琴及五級樂理資格；
- 2.學員需自備小提琴(首堂可在中心借用)；
- 3.如受疫情影響未能提供面授課程，課堂將改為網上授課而不作退款安排。網上時間：2:00pm-3:00pm。

LIF20210004/4

初階組

對象 6-12歲會員
(適合初學者)

時間 7:00pm-8:00pm

LIF20210005/4

進階組

對象 6-12歲會員
(適合能拉奏課本
「鯨鯨小提琴教材
第三冊」之學員)

時間 8:00pm-9:00pm

LIF20210078/3

生活技能及職志體驗

音樂系列

Music



SPARK JOY

兒童音樂訓練計劃

銀禧組

透過音樂培養兒童的專注能力及開拓多元發展的可能性。

負責同工 葉子謙先生 劉 翹 10-12歲

名額 8人 最少人數 5人

日期 5/3、12/3、19/3、26/3(五)

費用/節數 \$40/4節 地點 方樹福堂服務處

時間 6:45pm-7:30pm

班組將教授三種樂器(Ukulele、電吉他、木箱鼓)供學員練習，全面理解音樂演奏技巧之基礎。讓兒童能發展多元發展的可能性。

如受疫情影響未能提供面授課程，將改為網上課堂而不作取消及另行退款安排。

FAM20210042/(1-3月)

家庭音樂

兒童好品系列

2021
1-3月

MINDFUL KIDS

- 1.貫穿靜觀3大情緒調節系統，提昇兒童忍耐力，改變固有思維模式，願意接受意見。
- 2.讓孩子從中增強左右腦-自控、紀律、情緒的管轄區。

負責同工 梁佩雯姑娘 劉 翹 小二至小四會員

名額 6人 最少人數 3人

日期 5/3、12/3、19/3、26/3/2021(五)

費用/節數 \$200/4節 地點 方樹福堂服務處

時間 6:40-7:30pm

多元媒體教材，包括短片、CardGame、工作紙

曾參加Mindful Kids7-9月學員優先

如受疫情影響未能提供面授課程，課堂將改為網上授課而不作退款安排。
網上時間：4:40pm-5:30pm



FAM20210004/4
生活技能及職志體驗

藝術系列

兒童水彩繪畫班

2021
1-3月

1. 通過水彩描寫對物象的結構、質感、光暗作畫,以培養學員完整的繪畫技法;
2. 通過水彩等顏料,理解基礎色彩調配。

負責同工 洪芷琪姑娘 及 珊珊老師

對 象 6-12歲會員

名 額 10人

最少人數 6人

日 期 6/3、13/3、20/3、
27/3/2021(六)

費用/節數 \$300/4節

時 間 7:00pm-8:00pm

地 點 方樹福堂服務處

繪畫不同卡通角色,色彩運用及構圖設計,增加兒童的觀察和創作能力。

備 註

1. 中心將預備顏料、畫筆等物資,參加者無需準備物資。
2. 如受疫情影響未能提供面授課程,課堂將改為網上授課而不作退款安排。

生活技能及職志體驗

藝術系列

銀禧兒童畫班

2021
1-3月

1. 啟發學員的想像及自我表達能力。
2. 加強他們對日常生活身邊事物的好奇心。

負責同工 梁佩雯姑娘

日 期 6/3、13/3、20/3、27/3/2021(六)

費用/節數 \$260/4節

地 點 方樹福堂服務處

備 註

1. 學員自備畫簿、油粉彩、鉛筆、橡皮擦。
2. 如受疫情影響未能提供面授課程,課堂將改為網上授課而不作退款安排。

FAM20210012/1-3月 幼兒主題畫班

教授繪畫基本技巧,包括幾何圖形的組合和背景構圖,在繪畫過程中增加學員的自信和創作能力。

對 象 3-5歲會員

名 額 6人

最少人數 4人

時 間 10:50am-11:50am

FAM20210013/1-3月 兒童綜合手工畫班

1. 啟發學員用不同物料創作增加想像力。
2. 加強訓練小肌肉和手眼協調的操控力,為學習打好基礎。

對 象 6-8歲會員

名 額 5人

最少人數 3人

時 間 9:45am-10:45am

興趣活動/班組

生活技能及職志體驗

語文系列

2021
1-3月

PHONICS

1. 提升幼兒英語會話及聆聽能力；
2. 增加對英語的興趣；
3. 增加英語詞彙；

負責同工 洪芷琪姑娘及導師

名額 8人

最少人數 5人

日期 6/3、13/3、20/3、27/3(六)

費用/節數 \$360/4節

地點 方樹福堂服務處

透過多元化、趣味性和創意教學活動，如繪故事、遊戲、兒歌、活動等。讓幼兒認識字母及簡單生活詞語，培養孩子語言學習的興趣。

備註

1. 家長在中心接走幼兒時，必須出示該幼兒的會證。
2. 如受疫情影響未能提供面授課程，課堂將改為網上授課而不作退款安排。

LIF20210011/4

PHONICS EMPIRE

對 象 6-12歲會員 時 間 11:00am-12:00pm

LIF20210012/4

PHONICS GARDEN

對 象 K1-K2會員 時 間 12:00pm-1:00pm

LIF20210104

社區關愛

2021
1-3月

火熱鬥士 義工訓練計劃

透過訓練及義工服務：

- 1) 建立成功感及自信心；
- 2) 培養青年的義工特質及精神，如：責任感、關愛別人；
- 3) 凝聚單位青年義工，以成為單位之義工領袖為長期目標

負責同工 丘耀傑先生 劉 樂 中學生會員/職青

名額 10人 最少人數 5人

日期 小組：20/3/2021(六)

服務：27/3/2021(六)

費用/節數 \$20/2節 地點 小組：

時 間 小組：7:00pm-9:00pm方樹福堂服務處

服務：10:00am-5:00pm

活動以小組形式進行，設訓練部份、籌備部份及實習部份。

讓青年從訓練中，學習義工品格、與人溝通的技巧及策劃義工活動的技巧，並透過推行不同類型的義工服務，鼓勵青年發揮潛能及培養他們「全力以赴、不計回報、關愛社區」的精神。

備註

*若因天氣關係活動取消，活動會順延進行。



生活技能及職志體驗

運動系列

Sport

2021
1-3月

銀禧跆拳道班

- 1.教授跆拳道技術
- 2.建立自信，培養紀律，耐性，體育精神。

負責同工 葉子謙先生 及 高教練

名 額 16人

最少人數 8人

日 期 6/3、13/3、20/3、27/3(六)

費用/節數 \$180/4節

地 點 方樹福堂服務處

- 1.小組教學，循序漸進，教授跆拳道品勢，對策及搏擊。
- 2.為達到一定水平的學員定期安排考試升級，提供機會參與比賽及公開表演。
- 3.依年齡安排合適體能訓練，並使用各種輔助工具進行練習，有助手腳協調，強健肌肉，提升運動表現。
- 4.表現優異的學員，在教練 評核資格後，可加入教練團隊成為助教。

備 註

- 1.本課程與香港啟聯跆拳道協會合辦。
- 2.舊生可優先報名。
- 3.新生可於第一堂向負責教練訂購道袍。
- 4.考試費或報名參加比賽費用 可向負責教練查詢。
- 5.受疫情影響未能提供面授課程，跆拳道中班 及 高班將改為網上課堂而不作取消及另行退款安排。



LIF20210007/4

幼兒跆拳道班

對 象 4-6歲初學者 時 間 5:30pm-6:30pm

LIF20210008/4

跆拳道初班

對 象 6歲以上初學者 時 間 4:00pm 5:30pm

LIF20210009/4



跆拳道中班

對 象 黃帶或以上 時 間 6:30pm-8:00pm

LIF20210010/4



跆拳道高班

對 象 綠帶或以上 時 間 8:00pm-9:30pm



興趣活動/班組



NET20210006/4

社區關愛

Love

2021
1-3
月

小眼睛大世界

1. 透過訓練及戶外探訪，去認識及接觸沙田區不同之弱勢人士
2. 義工親手製作小手工，再送給探訪對象

負責同工 洪芷琪姑娘

對象 8-14歲會員

名額 8人

最少人數 4人

日期 訓練日：3/3、10/3(三)

探訪日：13/3(六)

費用/節數 \$90/3節

時間 訓練日：5:00pm-6:00pm

探訪日：10:00am-12:30pm

地點 方樹福堂服務處

透過訓練及戶外探訪，去認識及接觸沙田區不同之弱勢人士。

備註

1. 參加者需出席兩節訓練日及一節探訪日
2. 此活動可計算義工時數
3. 如受疫情影響未能提供面授課程，課堂將改為網上授課而不作退款安排。



FAM20210112

家庭凝樂

音樂
系列

Music



SPARK JOY 兒童音樂訓練計劃

週末組

透過音樂培養兒童的專注能力及開拓多元發展的可能性。

負責同工 葉子謙先生

對象 10-12歲

名額 8人

最少人數 5人

日期 6/3、13/3、20/3、27/3(六)

費用/節數 \$40/4節

時間 4:00pm-5:30pm

地點 方樹福堂服務處

班組將教授三種樂器(Ukulele、電吉他、木箱鼓)供學員練習，全面理解音樂演奏技巧之基礎，讓兒童能發展多元發展的可能性。

備註

如受疫情影響未能提供面授課程，課堂將改為網上授課而不作退款安排。



週六 Saturday



FAM20210118

家庭凝樂

兒童好
品系列

2021
1-3月

花式跳繩班

花式跳繩是一項靈活多變及有益身心的運動，只需要一條繩子就能做出千變萬化的花式。透過不同的活動及循序漸進的學習，提升兒童身體的靈敏度、加強心肺功能及手腳協調能力。同時，亦培養他們個人自發性、紀律性及團隊合作精神。

負責同工 劉寶榮姑娘 對 象 小一至小六

名 額 10人

最少人數 5人

日 期 6/3、13/3、20/3、27/3(六)

費用/節數 \$280/4節

時 間 3:30pm-4:30pm

地 點 穗禾服務處

大致分為3個Level學習，初學者會由Level 1開始學習，導師會按學生能力再循序漸進教授：

level 1: 繩感練習、擺動動作及姿勢、手腳協調

level 2: 控制繩子節奏感、手部及腳部動作

level 3: 手腳並用花式、速度感及多重花式

備 註

自備拍子繩或可向導師購買(\$60)



FAM20210018/1-3月

家庭凝樂

兒童好
品系列

2021
1-3月

兒童拉丁舞初階班

1. 提升兒童的合作性及表演慾
2. 增加兒童對音樂的節奏感
3. 鍛煉兒童的大小肌肉

負責同工 何曉林姑娘 名 額 10人

對 象 K3-小六以上會員 最少人數 6人

日 期 6/3、13/3、20/3、27/3(六)

費用/節數 \$260/4節

時 間 1:30pm-2:30pm

地 點 穗禾服務處

拉丁舞步學習



備 註

1. 本小組加強支援特殊學習需要參加者
2. 需帶備拉丁舞鞋及穿著輕便服裝

兒童好
品系列

FAM20210119

家庭凝樂

學習兵團

2021
1-3月

從遊戲中學習，透過故事，遊戲等方式提升兒童的聽說能力，同時加入識字教學元素，讓幼兒輕鬆地學習認讀和字型結構等。

負責同工 劉寶榮姑娘 名 額 6人

對 象 小一至小二會員 最少人數 3人

日 期 6/3、13/3、20/3、27/3(六)

費用/節數 \$160/4節

時 間 10:00am-10:45am

地 點 穗禾服務處

1. 學習部首及字型結構
2. 學習拆字法
3. 共讀故事

備 註

1. 如受疫情影響未能提供面授課程，將改為網上課堂而不作取消及另行退款安排。



FAM20210120

家庭娛樂

兒童好
品系列

升中面試工作坊

透過面試技巧分享、模擬面試等活動，協助小六學童應付升中面試，提升他們面試技巧和信心。

負責同工	劉寶榮姑娘	名額	6人
對象	小六會員	最少人數	3人
日期	11/1(一)	地點	穗禾服務處
時間	4:30pm-5:30pm	費用/節數	免費

1. 面試技巧及準備分享
2. 模擬面試

備註

1. 如受疫情影響未能提供面授課程，將改為網上課堂而不作取消及另行退款安排。

FAM20210121

家庭娛樂

兒童好
品系列

「童」賀新年迎牛牛

1. 認識農曆新年的各項活動及拜年時的各項禮儀
2. 製作新年掛飾
3. 學習如何善用利是錢

負責同工	劉寶榮姑娘	名額	5人
對象	小一至小三會員	最少人數	3人
日期	23/1(六)	地點	穗禾服務處
時間	11:00am-12:00am	費用/節數	免費

1. 製作新年掛飾
2. 賀年遊戲

備註

1. 如受疫情影響未能提供面授課程，將改為網上課堂而不作取消及另行退款安排。

興趣活動/班組

FAM20210119

家庭娛樂

幼兒
CLAY CLUB

幼兒音樂小跳豆

2021
1-3月

1. 發揮幼兒音樂潛能，讓幼兒體驗唱歌、創作、演奏及聆聽活動
2. 透過表演，增強幼兒自信心
3. 訓練幼兒的眼、手及耳協調

負責同工 劉寶榮姑娘 對象 3.5-6歲會員

名額	8人
最少人數	5人
日期	6/3、20/3、27/3(六)(13/3暫停)
費用/節數	\$210/3節
時間	3:30pm-4:30pm
地點	穗禾服務處

1. 學習不同敲擊樂器技巧
2. 參與音樂遊戲
3. 學習簡單樂理
4. 合唱兒歌

週六 Saturday

一 二 三 四 五 六

生活技能及職志體驗

藝術系列

穗禾畫班

2021
1-3月

1. 培養參加者對繪畫藝術的興趣；
2. 給予參加者一個發揮創意的空間。

負責同工 鄭宏業先生及導師

名 額 8人 最少人數 4人

日 期 6/3、13/3、20/3、27/3(六)

費用/節數 \$260/4節

地 點 穗禾服務處

學習繪畫卡通人物、動物、人物及景物。

備 註

1. 若因天氣關係課堂取消，課堂會順延至下一個星期進行，若未能出席補堂，該堂費用不會退回；
2. 參加者請自備畫簿。
3. 如受疫情影響未能提供面授課程，課堂將改為網上授課而不作退款安排。

LIF20210020/4

穗禾幼兒畫班(初班)

對 象 3-4歲 時 間 2:15pm-3:15pm

LIF20210021/4

穗禾幼兒畫班(中班)

對 象 5-6歲 時 間 3:15pm-4:15pm

LIF20210022/4

兒童畫畫樂

對 象 6-7歲
時 間 4:15pm-5:15pm



LIF20210023/4

生活技能及職志體驗

運動系列

Sport

穗禾跆拳道班

2021
1-3月

提升參加者的體格及品德。

負責同工 鄭宏業先生及導師

對 象 6歲或以上

名 額 15名

最少人數 4名

日 期 6/3、13/3、20/3、27/3(六)

費用/節數 \$160/4節

時 間 4:30pm-5:45pm

地 點 穗禾服務處

學習不同踢腿的方法及套拳、訓練良好紀律及品格。

備 註

1. 課程由香港跆拳道正道館導師教授；
2. 道袍於第一堂上課時向導師購買。
3. 如受疫情影響未能提供面授課程，課堂將改為網上授課而不作退款安排。



FAM20210117

家庭凝樂

兒童好
品系列

Family

PLAY ATTENTION! 專注力訓練小組

2021
1-3月
JAN-MAR

透過專注力遊戲及多感官刺激活動，加強兒童的視覺及聽覺專注力，從而提升兒童的自我控制能力以致加強學習效率。

負責同工 何曉林姑娘 劉 景 5-7歲會員
名 額 6人 最少人數 3人
日 期 6/3、13/3、20/3、27/3(六)
費用/節數 \$200/4節 地 點 穗禾服務處
時 間 10:15am - 11:00am

1. 專注力遊戲
2. 健腦操
3. 空間感訓練
4. 大小肌肉訓練

備 註

如受疫情影響未能提供面授課程，課堂將改為網上授課而不作退款安排。



興趣活動/班組

運動
系列

生活技能及職志體驗

2021
1-3月
JAN-MAR

籃球小組

1. 培養參加者團體合作精神及自我控制情緒能力；
2. 加強參加者自信心及建立個人良好品德；
3. 加強參加者的運動智能。

負責同工 鄭宏業先生

最少人數 7人

日 期 6/3、13/3、20/3(六)

費用/節數 \$150/3堂

地 點 穗禾服務處 / 穗禾苑球場

透過專業教練及社工協作推行基本籃球訓練及實踐競賽。

備 註

1. 若因天氣關係課堂取消，課堂會順延至下一個星期進行，若未能出席補堂，該堂費用不會退回；
2. 參加者請穿著合適運動服及自備食水。
3. 如受疫情影響未能提供面授課程，課堂將改為網上授課而不作退款安排。

LIF20210024/4

籃兒當自強

劉 景 10-12歲青少年 名 額 10人
時 間 10:00am-11:00am

LIF20210106

小籃子

劉 景 7歲-9歲青少年 名 額 10人
時 間 11:00am-12:00pm

LIF20210025/4

我要高飛籃球小組

劉 景 13-18歲青少年 名 額 10人
時 間 12:00PM-1:00PM



FAM20210122

家庭凝樂

兒童好
品系列

Family

情緒小管家

透過小組遊戲、桌遊的形式認識情緒，並學習合宜的表達方式

負責同工 何曉林姑娘 劉 景 8-12歲會員
名 額 6人 最少人數 3人
日 期 6/3、13/3、20/3、27/3(六)
費用/節數 \$40 / 4堂 地 點 穗禾服務處
時 間 2:30pm - 3:30pm

1. 小組遊戲
2. 桌遊(boardgame)

備 註

如受疫情影響未能提供面授課程，課堂將改為網上課堂而不作取消及另行退款安排。

週六 Saturday

一 二 三 四 五 六



LIF20210103

生活技能及職志體驗

舞蹈系列

Dance

2021
1-3月

兒童HIPHOP班

1. 學習HIPHOP基本舞步
2. 訓練身體節奏及平衡
3. 提升學員自信心

負責同工 姚庭傑先生 對 象 6-12歲會員

名 額 10人

最少人數 5人

日 期 6/3、13/3、20/3、27/3(六)

費用/節數 \$240/4節

時 間 10:00am-11:00am

地 點 穗禾服務處

教授活力的HIP-HOP舞蹈，於跳舞中學習音樂節奏感，提升自我有能感，學會Freestyle，享受HIP-HOP舞蹈的樂趣。

- 備 註
1. 參加者需自備足夠食水和毛巾
 2. 參加者需穿著合適的運動服裝
 3. 如受疫情影響，課堂將改為網上課堂而不另作退款。

週日 Sunday

LIF20210044/3

14/3/2021
11:00am-1:00pm

Page
36

CODE

桌上遊戲皇 / LIF20210116
1-3月兒童HIPHOP班 / LIF20210103



FAM20210116

家庭娛樂

兒童好
品系列

桌上遊戲皇

1. 讓兒童放下電子產品，學習正面的人際溝通技巧
2. 學習正面面對輸贏，提升抗逆力
3. 學習多方面思考，提升解難能力

負責同工 何曉林姑娘 對 象 小一至小三會員

名 額 6人

最少人數 3人

日 期 6/3、13/3、20/3、27/3(六)

費用/節數 \$40 / 4堂 地 點 穗禾服務處

時 間 4:30pm - 5:30pm

每節教授不同桌上遊戲(board game)，並提供一個平台讓兒童互相切磋，於桌遊中學習到互相合作，以提升社交能力及享受桌遊的樂趣。

TSSU 親子氣槍射擊同樂日

1. 學習使用氣槍，認識實用射擊運動
2. 透過親子射擊，予平台讓家長及子女共同學習，藉以加深親子間的溝通。

負責同工 丘耀傑先生

對 象 9-12歲會員及一位家長 / 10人

名 額 5個家庭

最少人數 2個家庭

費用/節數 \$50家庭 / 1節

地 點 穗禾服務處

教授氣槍基本運作原理、氣槍種類及實用氣槍射擊(IPSC)技巧。

TSSU-親子氣槍射擊同樂日 / LIF20210044/3



中心服務介紹

沙田區為擁有最多青少年人口之區域，規劃署在2010-2019年人口分佈推算亦估計沙田將擁有最多工作年齡人口，故此沙田區之雙職家庭及青少年服務需要將持續殷切，而本院為回應青少年及家庭服務之需要，於1990年在火炭銀禧花園成立了方樹福堂青少年中心，為區內青少年提供多元服務，並於2002年4月，獲得社會福利署支持，升格為青少年綜合服務中心，服務範疇擴展至穗禾苑區域，在穗禾苑成立了穗禾服務處，與方樹福堂服務處一起以「青少年為中心」、「家庭為本」、「社區為基礎」提供優質服務。

為進一步回應沙田區青少年與家庭關係之需要，我們更於2004年，在青少年綜合服務中心自資增加附設「凝樂」家庭輔導及臨床心理服務，為沙田區青少年及其家庭提供專業之青少年情緒支援、兒童遊戲治療、親職輔導、婚姻輔導及臨床心理評估服務等，一站式及全方位地服務沙田區之青少年及家庭。

中心自2002年起亦先後為8間小學提供全方位學生輔導服務，主要為區內小學學生、老師及家長提供多元化的小學輔導服務，挑選具經驗的輔導人員駐校，舉辦教師專業培訓活動、家長支援服務以及個案輔導工作等等。同時亦為小學推行「成長的天空計劃」，提昇學生的抗逆能力及建立積極樂觀的態度。另一方面亦舉辦「區本計劃」及其他校本課後學習活動，讓來自低收入家庭的學童有機會參與有益身心的活動。上述服務均獲校方、學生及家長十分正面的評價。

近年我們亦積極發展社會企業，於2007年起開設以「家庭為本」的「好當家(沙田)」服務，服務包括：家居清潔、長者陪診/陪伴，以及當家大廚(煮食)服務，不但為區內家庭之日常生活提供實際支援，更為低收入、待業婦女、青少年及男士提供能發揮所長、自力更新之就業機會。

為進一步配合社會發展及回應地區服務需要，中心亦推行了多項計劃，包括：自力更新綜合就業援助計劃、欣曉計劃、Teen Cafe青少年身心健康推廣計劃、「大小足印」新手父母育兒計劃等。為區內家庭創造更多機會及開拓更多的社會資本。

家庭新成員

New Member



凌心兒

生活技能及職志發展服務
社工

Ella

大家好，我叫Ella！我平時鍾意郊遊、影相，仲有貓貓狗狗！希望有機會大家一齊傾下計，一齊去玩啦:D

興趣
HOBBY

郊遊、影相



鄧凱珊

Teen Cafe
青少年身心健康推廣計劃
計劃社工

Krista

大家好，我係新加入Teen Cafe嘅成員Krista :)！我平時好鍾意聽歌，同埋周圍去影菲林相。同埋因為太鍾意睇韓國綜藝嘅關係，所以就咗學韓文，而家都叫做識聽識講架！期待可以同大家傾下計互相交流一下 :)！

興趣
HOBBY

韓國綜藝

中心家庭圖

Family Tree

東華三院區域主任(沙田)
冼翠珊女士

中心主任
劉志芳

助理主任
譚敏琪

助理主任
張銘深

行政文員
蔡潔瑩
活動助理
廖麗芬

家庭
成長
服務

方樹福堂
服務處
行政

社會企業
好當家
(沙田)

穗禾服務
處行政

生活技能
及職志
發展服務

入校支援
及
輔導服務

Teens Cafe
青少年身
心健康推
廣計劃

就業支援
服務

凝樂家庭
輔導及
臨床心理
服務

社工
梁佩雯
劉寶榮
何曉林
吳穎欣
活動幹事
洪芷琪
陳英偉

活動幹事
葉子謙
活動助理
蔡婉雯
半職庶務員
洪肖璋
黃敏兒

助理市場
推廣主任
余麗宮
馬淑珍

活動助理
劉佩春
庶務員
陳惠儀

社工
鄭宏業
丘耀傑
凌心兒
活動幹事
姚庭傑

社工
鄧小婷
鄭佩娟
陳紀瞳
梁芊妮
活動幹事
陳惠宜
活動助理
張韻霖

計劃社工
鄧凱珊

項目主任
賀夢欣
王程程
社工
鄺志立
曾廣棟
馮偉通
馮諾瑤
周德雅
曾樂施
陳詠茵
活動幹事
楊進耀
文員
張慧欣

家庭個案
輔導員
鄧碧華
洪湘玫
廖詠妍
臨床
心理學家
待聘

服務政策

會員福利

- 1) 可以會員優惠價參與中心各類服務、活動及課程；
- 2) 可免費享用中心設施，如自修室、報章雜誌閱覽、借用卡棋及玩具；
- 3) 按時免費收到中心通訊及其他有關刊物；
- 4) 可同時於兩間服務處辦理報名或退款手續；
- 5) 每張會員証可借用三項書籍物品，每次借用時限為兩星期，逾時交還需按中心規定繳交罰款。
- 6) 凡持有東華三院轄下的青少年綜合服務中心之會員證，均可於本中心享用圖書借閱及活動報名(本中心)等服務。

會員義務

- 1) 個人資料若有任何更改(包括聯絡電話及地址)，會員需盡快通知本中心；
- 2) 妥善保存會員証，必要時出示核對；
- 3) 會員証不能轉借他人使用；
- 4) 如有遺失會員証，盡快通知本中心及辦理補証手續(各類補証收費\$15)；
- 5) 遵守中心規則。
- 6) 幼兒天地會員在參與活動接送時，家長/接送者需憑其幼兒證接放，如未能出示幼兒證則接送者需出示身份證登記，以保障幼兒之安全。

申請接受及退出服務

1

中心會籍

申請中心會籍

申請成為中心會員，必須符合會員申請資格(見下表)。申請人需填妥「會員申請表」及提供有效的身份證明文件和相片一張，並繳交會員費用，會員費用一經繳交，恕不退回。

申請人可即時領取會員証。如申請人未能於申請當日遞交相片，在補回相片十四個工作天後，可攜同收據到中心領取會員証。

會員類別	資格(足歲計算)	費用	年期	會籍性質
兒童會員	6歲-14歲	\$30	三年/ 由會籍生效日起計算	個人
青少年會員	15歲-24歲	\$30		個人
成人會員	25歲或以上	\$30		個人
家庭會籍	家庭會員	\$60		個人
幼兒天地會員	1.5-5歲	全免	直至兒童達6歲	附屬

優惠計劃——家庭會籍

- 1) 家庭會籍可包括4名個人會籍成員，成員可以是父母、祖父母及直系子女或同住家人，合共只收\$60，有效期三年(由會籍生效日起計算)；
- 2) 由家長/申請人決定4名會籍之安排，在會籍有效期內不可作出修改。惟若有空缺名額，可隨時補加，有效期會跟第一次申請日期計算。幼兒天地會員不計算在家庭會籍成員數目內。然而，當幼兒已達6歲，則必須計算在內或當個人兒童會籍申請。

申請退出中心會籍

- 1) 在任何情況下，參加者有權退出會籍。參加者可以口頭或書面方式通知本中心其退出會籍的決定，惟已繳交的會籍費用一概不會退回；
- 2) 如參加者不申請續會，其會員資格會於會籍逾期後自動取消。

2

中心活動

申請活動

- 01) 申請必須符合個別活動的參加要求；報名年齡亦以活動開始當日足歲計算；
- 02) 除特別註明外，所有活動報名均於報名日起採取先到先得的原則，額滿即止，收費作實；
- 03) 中心會以派籌方式進行報名，會員需出示有效之會員証領籌，一個家庭會籍一個籌。每人最多取一個籌；
- 04) 參加者須填妥報名表，並連同有效的會員証及有關費用(以現金或劃線支票付款，抬頭寫上「東華三院」)交回中心辦理；千元紙幣/交期票恕不接受；
- 05) 本中心不設留位及電話報名服務；
- 06) 參加者必須於報名時，自行核對清楚有關活動的時間及上課地點，避免相撞；收費一經作實，中心便不會因此而接受退款、改班或轉名；
- 07) 若活動需要進行甄選面試，中心將在接獲報名表後十四個工作天內安排接見，並於面見後十四個工作天內通知參加者是否接納其報名。若參加者最終未被取錄，所繳之費用將予以發還；
- 08) 如活動因人數不足或其他原因而需要取消，中心將於三天前通知已報名人士，並安排退款或延期；
- 09) 如因天氣惡劣導致活動不能如期舉行，中心將以順延形式或另行安排日子補回(以較多人數可參與的日子為原則，日子確定後即使參加者不能出席，亦不作個別補堂)；
- 10) 非會員每項活動收費另加\$40(特別服務/活動除外)；
- 11) 繳費後，參加者須於指定時間及地點出席有關活動，如有遲到或缺席，一概不候，亦不能安排退款；
- 12) 活動中所拍的照片及影片，可能會被安排刊登於通訊、服務單張或短片內作宣傳用途，如有異議者，請與中心職員聯絡；
- 13) 如遇特別情況，中心會保留更改活動導師、時間及地點之權利；
- 14) 通訊內容如有更改，中心恕不個別通知，請各會員前來中心參閱更改事項。

退出活動

申請退出服務不涉及退款

-已報名參加有關活動的人士可於活動舉行前知會本中心退出活動的決定。

申請退出活動涉及退款

中心只在以下情況會接受退出活動，並退回有關款項：

- 活動未能成功開辦；
- 活動因外在環境影響而更改了活動安排，而且不能補回堂數。例如因天氣惡劣、社區爆發流行疾病而中心按各政府部門指引下更改時間，並且不能補回堂數，中心將退回有關款項。如能補回堂數，當中未能出席之參加者恕不獲退回款項。而宿營、戶外訓練日營、營地或室內訓練及一切涉及預繳租用場地及入場費之活動，如因外在環境影響而更改了活動安排，即使不能補回堂數，均不會退款。
- 活動因中心衍生之環境影響而更改了活動安排，如中心維修、導師缺席而取消，中心將退回有關款項。如能更改時間，補回堂數，而當中未能出席之參加者仍獲退回款項。
- 參加者主動提出退出，惟需符合以下之條件：
已報名參加本中心活動的人士可知會本中心欲退出活動的意願，但不能少於活動舉行前十個工作天。此外，亦需親自前往中心申請，填寫「退出活動申請表」，交由中心批核。若有關人士於申請退出活動時，該活動已有候補名單，則先由中心安排候補者補上。在候補者繳交費用後(即成功有人補上)，申請退出者便可獲本中心退回已繳交活動的費用。然而，若有關活動於當時並沒有候補名單，則申請退出者需自行推薦符合該活動參加資格的人士補上，惟本中心仍保留是否接納候補人士的權利。若獲接納，本中心在收取候補者的費用後(即成功有人補上)，便會退回申請退出者已繳交之活動費用；若申請退出者於申請的時候，未能有候補者或提供推薦者補上有關名額，則申請人不能取回已繳交之費用。(因參加課託及華軍的申請人需要經中心員工面試後方確定是否收取，故上述的做法並不適用於此兩類活動。)

*以上準則若有任何更改，本中心不作另行通知。

退款備忘

- 當退款款項安排好，中心職員會以電話通知申請人領回退款；
- 如是\$700以下的退款，申請人須帶備活動收據正本於通知日起2星期內前往中心辦理退款手續。收回退款後，申請人需即時於「退款簽收紀錄」表格上簽署作實。逾期仍未領取退款者，有關之收費將當作中心捐款處理；
- 凡超過\$700或以上的退款，中心會聯絡申請人取回支票抬頭資料，於通知日起後6星期內備妥支票，再通知申請人前往中心簽收確認。申請人必須攜同有關活動收據正本交回中心，方可獲發支票；
- 若申請人不慎遺失收據，必須簽署「遺失收據證明」表格，經中心職員核實後，方可退回有關款項；
- 如申請人並非親自領回有關款項或支票，申請人必須填寫授權書，委託他人前往中心領取退款；
- 領取款項地點是根據活動所屬之服務處而定。

拒絕申請及終止提供服務

在下列情況下，
本中心將不接受報名者申請參加活動：

- 有關活動名額已滿；
- 報名者之資格不符合有關活動之要求；
- 報名者未能在報名時提供有關的個人資料。

在下列情況下，本中心可取消已報名者參加活動的資格或向其終止提供服務，而所繳交之費用亦概不發還：

- 報名者填報的資料與事實不符；
- 報名者報名後並沒有參與有關活動，並私自轉讓他人代為參與；
- 報名者在活動進行期間對他人造成傷害、嚴重騷擾或妨礙活動進行，並且不聽從本中心職員的勸告。

建議、讚賞或申訴

為了將最好的服務帶給社區，我們明白需要不斷努力及改善。在改善的過程中，您的寶貴意見是我們改善的良方。我們除了通過活動收集意見外，亦歡迎任何人士就本中心的服務向當值員工直接提出意見或填寫中心意見表，投放於中心內之意見箱，我們會於七個工作天內跟進回覆。如是匿名意見，中心則會定期於通訊內回覆，惟匿名投訴恕難跟進及回覆。

個人資料的披露

本中心會遵守保密原則來處理閣下的個人資料，除非根據法例規定，必須披露該等資料。

綜援人士收費

為回應社區需要，綜援人士可免費申請中心會籍，惟須於申請時遞交相關有效的證明文件。有關活動費用的減免，須向個別的負責職員查詢。

免費申請出席証明書

申請人必須於有關班組完結後3個月內向中心遞交申請表，逾期申請恕不受理。有關申請只適用於參加者之出席率達80%或以上，不符合資格者，其申請恕不受理。資料經核實無誤後，有關證書會於一個月後發出，申請者可於中心開放時間內親臨所申請之服務處索取。

Typhoon Rainstorm 颱風及暴雨信號 懸掛後

中心開放及活動安排

信號	中心開放	班/組活動及其他室內活動	戶外活動/校外活動	水上活動	幼兒活動 (1.5-5歲參加者)
 雷暴警告	●	●		X	●
 黃色暴雨	●	●		X	●
 紅色暴雨	●		X	X	X
 黑色暴雨	★	#	X	X	X
T₁ 1號暴風信號	●	●		X	●
L₃ 3號暴風信號	●	●		X	X
▲₈ 8號或以上暴風信號	X	X	X	X	X
 酷熱天氣警告	●	●	X(行山活動)	●	●

● 中心照常開放/活動繼續進行

X 中心暫停開放/活動取消

 請致電中心查詢最新安排

電話：2699 4100 (方樹福堂服務處) / 2602 1220 (穗禾服務處)

- ★ 於黑色暴雨警告懸掛時，如中心尚未開放，則中心會暫停開放；於黑色暴雨警告除下後2小時，中心會重新開放；
 - 於黑色暴雨警告懸掛時，如中心已開放，中心會維持有限度服務。

- # 如在活動舉行前兩小時仍懸掛黑色暴雨警告，則該活動會改期或取消；
 - 於黑色暴雨警告懸掛時，如該室內活動仍在進行中，活動將繼續進行至完結；
 - 課餘託管服務：

於黑色暴雨警告懸掛時，如中心仍開放，課託服務會提供有限度服務。如中心未有開放，則課託服務會暫停，直至中心開放為止。

愛家留言

Love Message

姓名 NAME

聯絡電話 PHONE

日期 DATE

為了將最好的服務帶給社區，我們明白需不斷努力及改善，而在改善的過程中，您的寶貴意見是我們改善的良方。我們除了通過活動收集意見外，亦歡迎任何人士就本中心的服務向當值員工提出意見，並留下聯絡方法，我們會於七個工作天內跟進回覆。如是匿名意見，中心則會定期於通訊內回覆，惟匿名投訴恕難跟進及回覆。(多謝閣下給予寶貴意見！)

TO: 東華三院賽馬會沙田綜合服務中心



Page
43

中心開放時間 *Opening Hours*

方樹福堂服務處

代表服務處
開放時間

MTR C出口 方樹福堂服務處

樂景街 Lok King St

銀禧商場 銀禧花園

地址：火炭樂景街2至10號銀禧花園第三至四座平台
電話：2699 4100
傳真：2602 7167
途經車輛：巴士88K / 小巴801、811 / 港鐵火炭站C出口

星期	一	二	三	四	五	六	日
MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN	
上午10:00-下午1:00						✓	
下午2:00-下午6:00	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
晚上7:00-晚上10:00		✓	✓	✓	✓	✓	

穗禾服務處

*
星期日
開放時間為
早上10:00至
下午2:00

穗禾路 Sui Wo Rd

穗禾服務處

穗禾苑商場 穗禾苑街市

地址：新界沙田穗禾苑商場一樓10室
電話：2602 1220
傳真：2602 1230
途經車輛：巴士80M、81K / 小巴811、811S / 港鐵火炭站A出口轉乘小巴811

星期	一	二	三	四	五	六	日
MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN	
上午10:00-下午1:00						✓	✓*
下午2:00-下午6:00	✓	✓	✓	✓	✓	✓	
晚上7:00-晚上10:00	✓	✓	✓	✓	✓		

家庭及就業支援服務中心

地址：新界大圍泰石購物中心1樓19A號舖
電話：2639 5250
傳真：2639 5211
途經車輛：巴士81K, 47X, 80X, 282, 81C, 85B, 86C, 86A, 89B

社會企業

好當家(沙田)
客戶服務熱線：2636 5166
傳真：2636 5778
網址：<http://vhome.tungwahcsd.org> (好當家)

備註

- 1) 中心報章、雜誌、圖書及玩具設施會於中心開放後15分鐘方接受借用，並會於中心開門前15分鐘停止借用；
- 2) 自修室開放時間：請留意中心為本服務介紹、告示或致電查詢；
- 3) 中心會於開門前15分鐘停止活動報名及收費。

ADDRESS

