



地址：火炭樂景街2至18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、A46 / 小巴801、811 / 港鐵火炭站C出口

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

逢星期六下午6:00-7:00暫停開放

代表服務處
開放時間

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，並會於中心關門前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) 中心會於關門前15分鐘停止活動報名及收費。

社會企業



客戶服務熱線：2636 5166

傳真：2636 5778

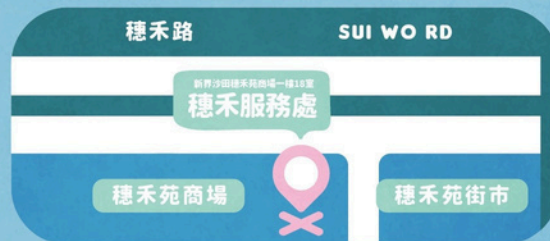
網址：<http://vhome.tungwahcsd.org> (好當家)



好當家家屬服務

穗禾服務處

SUI WO SERVICE UNIT



地址：新界沙田穗禾苑商場一樓18室
電話：2602 1220
傳真：2602 1230
途經車輛：巴士80M、81K、280X / 小巴811、811S / 港鐵火炭站A出口轉乘小巴811

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

ADDRESS



東華三院

Tung Wah Group of Hospitals

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

issue
77
第七十七期



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

moment
Odyssey

7 JUL 2026
9 SEP

暑假抽報名時段籌

16/5 (六 SAT) ▶ 26/5 (二 TUE)
9:45 PM

方樹福堂服務處及穗禾服務處

舊生報名日

18/5 (一 MON) ▶ 29/5 (五 FRI)
2:00 PM 9:45 PM

方樹福堂服務處及穗禾服務處

暑假活動交費日

31/5 (日 SUN)

方樹福堂服務處
(按抽出的報名時段)

餘額及候補名單

3/6 (三 WED)

方樹福堂服務處及
穗禾服務處

公開報名日

6/6 (六 SAT)
10:00 AM

方樹福堂服務處及
穗禾服務處

為支持環保，本中心於2023年4月起，只會透過電子版本方式發佈季度通訊。



FREE
免費贈閱

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

Important Notice

使用會員個人資料重要通知

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

- A. 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。
- B. 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。
- C. 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。
- D. 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：

- A. 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
- B. 致電 2699 4100 / 2602 1220
- C. 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

- A. Tung Wah Group of Hospitals will use personal data collection from data subject for the purposes for which it was collected.
- B. 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.
- C. 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.
- D. 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:

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

目錄 Table of Content

moment

Odyssey

Page 1-2 2026暑期活動報名程序

Page 3 活動花絮：共創明Teen校友會

Page 4-5 活動花絮：一義之間·彩虹之約 義工交流日2026

Page 6 活動花絮：東瀟Dance Show

Page 7 特別服務推介：PTS & Mini PTS 暑期體驗計劃2026

Page 8 特別服務推介：SUMMER Show 2026

Page 9 特別服務推介：暑期潛能發展課程2026

Page 10 特別服務推介：FREE PLAY STATION

Page 11-14 特別服務推介：「凝樂」家庭輔導服務

Page 15-19 特別服務推介：「凝樂」當季小組活動

Page 20 特別服務推介：男士小組服務Men's Club

Page 21 特別服務推介：好當家(新界東)

Page 22-47 週一(MON)至週六(SAT) 興趣活動/班組

Page 48 中心服務介紹

Page 49 家庭新成員

Page 50 中心家庭圖(員工架構圖)

Page 51 會員個人資料更新表格

Page 52-53 服務政策

Page 54 颱風及暴雨信號懸掛後中心開放及活動安排

Page 55 愛家留言

活動報名須知 Notice for Activities Registration

- 所有活動報名必須出示該名參加者之有效會員証；
- 公開活動報名當日，將不辦理新入會、補証或續會之手續；
如未能出示有效之會員証，將不能進行報名手續或需即時作補証手續（費用\$15）
- 舊生優先報名日為18/5/2026(一)至29/5/2026(五)，只適用於有列明「舊生優先報名」之恆常興趣班組。
- 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
- 代表親子活動必須家長參與
- 須填寫健康聲明
- 代表可計算義工時數
- 代表參加者需經面試
- 代表有其他材料 / 附加費

- 會員可於中心網頁下載活動報名表格。

中心特別消息 Centre Special News

1/7 JUL WED 香港特別行政區成立紀念日 休息

26/9 SEP SAT 中秋節翌日 休息

2026 暑期活動報名程序

Registration Procedure

暑期活動又黎啦！請各會員留意，本中心2026暑期活動「交費」日將於2026年5月31日(日)舉行，為了讓您報名時更順暢，另請務必留意以下注意事項及整個暑期活動報名程序。

報名前必讀注意事項

有關抽報名時段籌 (簡稱“時段籌”)

- 本年度之暑期活動交費日為2026年5月31日(日)，設有不同時段。
- 會員可到本中心兩個服務處抽時段籌，以決定交費時段。
- 每一個時段籌，最多只可接受五個會員編號組成一個報名名單。
- 每一個會員編號只可以在報名名單內出現一次，如被發現重複在不同或多個名單中，該會員編號之抽籤程序將自動作廢。
- 抽時段籌時須出示報名名單內所有會員的有效會員証，會員証之有效日期須在2026年9月30日或之後。
- 會員必須於抽時段籌期間，到本中心接待處填寫報名名單，由職員即場核實會員身份及報名名單沒有重複後，便可即場在抽籤箱內抽出一張時段籌。
- 當正確地抽出一張時段籌後，會員須即場在時段籌上，填上已核實之報名名單。
- 經中心職員核實有關資料後，會員須在時段籌上加簽作實。

有關已抽時段籌後之活動報名安排

- 會員完成抽時段籌程序後將獲發一張報名須知，請根據指定的日期及時段，攜同時段籌、有效會員證、報名費，前往本中心方樹福堂服務處進行報名程序，逾時當放棄論。
- 請注意，本年度之暑期活動交費日只限於在「方樹福堂服務處」進行。
- 會員可委託代表，但需持有該參加者之會員証，代為辦理報名手續。
- 會員需按已抽出的時段報名，不能自行更改報名名單或報名時段。
- 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。
- 會員優先交費日完結後，所有活動之剩餘名額，將自動撥入第二階段公開報名日(6/6/2026)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。
- 如有活動參加人數眾多，中心保留加開該活動的權利，有關資料將張貼於中心，而不作另行通知。
- 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通知。
- 有關活動退款申請將按通訊內之細則進行，會員可參考有關內容，如有任何疑問，可即時向中心當值職員提出。
- *暑期活動交費日當日只會進行活動報名及收費，申請會員、借還圖書及部份活動申請將會暫停。
- 如對以上項目有任何異議，本中心保留最終決定及解釋權。

Phase One

第1階段

抽時段籌日程及次序

16/5 MAY SAT 六

26/5 MAY TUE 二

最後截止
抽時段籌日期

暑期活動交費日

31/5 MAY SUN 日 方樹福堂服務處

26/5 MAY TUE 二
5:45PM

第2階段

Phase Two

剩餘活動名額公佈

- 所有活動剩餘名額於3/6/2026(三)2:00PM於網上及中心壁報板公佈，並於公開報名日6/6(六)在本中心穗禾及方樹福堂兩個服務處同步接受報名，名額先到先得。
- 會員可登入中心網址查核剩餘名額。

公開報名日

6/6 JUN
六SAT
上午10:00開始

- 公開報名日以派籌方式進行，會員需出示有效會員証報名，一個家庭只需一個籌，每人限取一籌。
- 為了更有效處理報名手續，當日本中心兩個服務處都不會進行新入會、續會等手續，請預先辦理入會手續。

東華三院賽馬會沙田綜合服務中心
2026暑期活動 交費時段籌

抽時段籌程序：

填寫本頁之暑期活動交費時段籌*

憑有效之會員証於16/5(六)-26/5(二)到穗禾或方樹福堂服務處抽出時段籌
在時段籌上簽署作實、領取報名須知及按指定時段到方樹福堂服務處交費。

*規則：每個時段籌最多只可接受五個會員編號組成一個報名名單，多項或重覆者將會被取消抽籤資格。

會員姓名	會員姓名	會員姓名	會員姓名	會員姓名
會員編號	會員編號	會員編號	會員編號	會員編號

會員優先交費日地點：

本中心方樹福堂服務處 (新界火炭樂景街2-18號銀禧花園三至四座平台)

抽籤日期： _____ 跟進職員： _____
 抽籤會員姓名： _____ 抽籤會員編號： _____
 跟進職員： _____ 中籤交費時段： _____
 交費日期： 31.5.2026 會員簽署： _____



共創明Teen校友會

Strive and Rise Alumni Club

「共創明Teen校友會」為「共創明Teen計劃」畢業學員提供一個全面的平台，讓他們參與更多不同類型的活動，以擴闊他們的社交網絡和視野及延續計劃的成效。本中心亦有為「校友會」成員舉辦種種不同的活動，讓我們來回顧過去的活動吧。



手創拼豆

PERLER BEADS

義工交流日

VOLUNTEER EXCHANGE DAY

魔術班

MAGIC

獨木舟淨灘生態遊

CANOE BEACH CLEANUP ECOTOURISM

一義之間·彩虹之約

義工交流日 2026

今年義工嘉許禮暨義工交流日已於2026年4月26日（星期日）順利在大埔林村坑下莆愛丁堡公爵訓練營舉行，2025年全年總義工時數超過1253小時，而獲獎嘅義工人數更加達到127人，比起2024年總時數多咗接近100小時。今年更增設5年、10年、15年等長期服務嘉許狀。

全年總義工時數
超過**1253**小時

獲獎義工人數
達到**127**人

齊製作亮燈儀式素材



活動邀請一眾參加透過製作RAINBOW 2026字樣及亮燈儀式，肯定義工2025年的努力及付出，加上今年活動主動曲「無名氏」，確實別具意義。

RAINBOW 2026



學識扭氣球，今年歡樂滿東華靠晒你哋



攤位遊戲



共創明Teen校友會義工獲得義工小組時數第1名



下午攀石活動



活動為讓參加者體驗做義工的樂趣，特別安排了4項義工體驗活動，使參加者可學習新技能，包括花束製作、穿電話繩、扭氣球、綵香製作。待10-11月份歡樂滿東華時把所學可大派用場。

來年義工交流日再見!

百多人一齊影張大合照



東蒲 DANCE SHOW 舞出人生 年度匯演



暑期初體驗計劃

Mini PTS

ODYSSEY PTS

暑期體驗計劃

萬眾期待、一年一度的PTS暑期體驗計劃及Mini PTS又來了，本年度PTS及Mini PTS以「ODYSSEY」為主題，語源自古希臘史詩中長達十年的海上歷險，寓意著每一位參與者在這個夏天，每一位參與者都將化身為導航者即將踏上一場關於勇氣、探索與自我超越的壯麗征途！

P 迎接挑戰，衝破困難
problem solving

T 善於表達，團隊溝通
team building

S 建立自信，肯定自我
self-confidence

暑期初體驗計劃 Mini PTS

對象：5.5歲至7歲兒童

4/7 六 SAT

參加者及家長簡介會
*最少一位家長出席



暑期體驗計劃 PTS

對象：8歲至12歲兒童

4/7 六 SAT

參加者及家長簡介會
*最少一位家長出席

DAY 1 14/7 二 TUE	DAY 2 15/7 三 WED	DAY 1 19/7 日 SUN	DAY 2 20/7 一 MON	DAY 3 21/7 二 TUE
DAY 3 16/7 四 THU	結業禮 15/8 六 SAT	DAY 4 22/7 三 WED	DAY 5 23/7 四 THU	結業禮 15/8 六 SAT
活動後備日期 26/7, 27/7, 28/7		活動後備日期 24/7, 25/7, 29/7, 30/7, 31/7		

活動即將推出 請密切留意中心網頁及相關單張

有興趣參加或查詢，請致電2602 1220 與PTS 負責社工蘇皓瑤姑娘 或 2602 1220 與MINI PTS 負責社工黃綺琳姑娘聯絡。

Summer Show 2026

感謝去年參加者對中心Summer Show的熱烈支持，使活動大獲成功！本年度中心的Summer Show將定在8月30日(星期日)舉行。屆時小朋友，青年人會將學習成果與家長一同分享。

跆拳道



30/8/2026 星期日 SUNDAY

如果你都想來參加，就記得預留日子，再關注中心資訊呀！

小提琴



拉丁舞



大合照



為青少年及兒童提供一個突破潛能、盡展所長的機會；
透過表演活動，提昇表演者的信心及團隊合作精神；
讓欣賞及支持表演的家庭成員感受到來自表演者的進步和自信心！

活動詳情請留意中心稍後發出的資訊

銀禧：FAM26270057/1, FAM26270057/2
穗禾：FAM26270056/1

負責同工

袁瑋程先生、張浚彥先生 (方樹福堂服務處) /
蘇皓瑤姑娘、黃綺琳姑娘 (穗禾服務處)

暑期潛能發展課程 2026

目標

提昇個人多元化潛能

建立社交合作精神

讓家長了解子女的潛能

維持暑期學習動機

課程理念

你想有一個充實開心的暑假嗎？又不想浪費暑假這個長假期的學習機會？除了參加興趣班及遊學團之外，本中心舉辦的暑期潛能課程亦是一個充實暑假及學習新知識好選擇。

沒有學校的束縛，暑假是孩子自由學習各種新知識的黃金機會，一方面家長希望為子女安排各種的課外活動，讓孩子能夠接觸不同的新事物，擴闊視野；另一方面家長亦都希望為子女安排完成暑期功課的時間表，完成暑期功課及整理過去一年的學習，溫固知新。

為了切合家長及孩子的需要，本中心在每年暑假都會舉辦暑期潛能發展課程。現時的半日班安排了孩子在固定的時間轉成他們的暑期功課，讓孩子學習分配及善用自已的時間，學習訂立屬於自己的時間表。與此同時每天的課程都會有主題活動，讓孩子在沉重的功課中亦能夠體驗到多元化的活動，豐富不同的知識，培養良好的品格，學習各種生活技能。此外每星期日都有一次戶外學習機會，讓孩子在暑期功課中放鬆自己之外，都可以擴闊自己的視野。

利用暑假的黃金時間，讓孩子能學會分配自己的時間，維持學習動機，並透過多元化的個人發展活動，提升兒童在智能，體能，社交及情緒上的均衡發展

時間	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
10:00-10:15am		早操/運動(本體覺)			
10:15-11:15am		功課輔導/課外練習			
11:15-11:40am		茶點/小休			
11:40-11:45am		集合			
11:45-12:15pm		閱讀時間			
12:15-1:00pm		主題活動(由專業社工及導師帶領)			
方樹福堂服務處	品德教育	團隊合作	創意空間	生活技能	戶外學習日
穗禾服務處	生活技能	創意空間	品德教育	團隊合作	

對象/名額 升小二至小六

方樹福堂服務處：16人

穗禾服務處：8人

費用/節數 \$3,300

最少人數 每班5人

日期 13/7/2026-21/8/2026

(一至五)(一共六星期)

地點/時間 方樹福堂服務處和
戶外場地

10:00am-1:00pm

穗禾服務處和戶外場地

10:00am-1:00pm

備註：

- 費用已包括導師費，茶點費，活動材料和戶外學習日活動費。
- 戶外學習日活動內容會紀錄計劃手冊中。
- 現正參與中心課餘託管服務的學員可優先報名。
- 因應參觀地點的安排，戶外學習日可能會在星期一或五舉行，戶外學習日的地點不會與中心暑期參觀活動相同。
- 為了讓家長了解今年暑期潛能發展課程的具體安排，本中心特別安排了家長簡介會，日期是26/6/2026，時間是晚上7:00-8:00，地點於方樹福堂服務處，鼓勵已報名今年暑期潛能發展課程參加者的家長出席。

家長簡介會

26/6 JUN 2026

晚上7:00-8:00
@方樹福堂服務處

FAM26270019/5 & FAM26270019/6

FREE PLAY STATION

親子自由遊戲活動

放暑假想去玩唔知去邊到好？黎FPS玩啦！

今個暑假我哋中心會化身為遊樂場，俾各位盡情玩樂！係冇既定目標嘅自由遊戲入面，爸爸媽媽同小朋友可以一齊發揮小宇宙，發掘大家無限嘅創意同潛能。同時係放鬆嘅玩樂氛圍下，大人同小朋友一齊享受特別嘅親子時光，共同留下美好玩樂回憶！

6/8 AUG
四THU

7:00PM-9:00PM

穗禾服務處

對象 升K2至小三的會員及家長

FREE
費用全免

如有任何疑問，可向蘇姑娘(26021220)或馮姑娘(26994100)查詢。



凝樂 家庭輔導服務

兒童為本輔導服務

對象 6至12歲有情緒困擾或特殊學習需要的兒童

「兒童為本」遊戲治療 CHILD-CENTERED PLAY THERAPY

「兒童為本」遊戲治療對經常發脾氣、說謊、對於新的環境及事物較難適應、焦慮緊張的孩子甚為有效。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，疏解情緒，建立孩子的安全感，提升自尊自信。

每6節為一階段

每節45分鐘

備註

- 1) 會安排家長面談、兒童遊戲治療評估。
- 2) 家長必須參與「走進孩子心」遊戲治療家長講座，認識兒童為本遊戲治療的目標、理念和技巧。

親子輔導服務

對象 6至12歲有情緒困擾或特殊學習需要的兒童及其家長

親子遊戲治療 PARENT-CHILD PLAY THERAPY

親子遊戲治療採用「兒童為本遊戲治療」的概念及技巧，家長能在遊戲互動過程中學習用不同觀點看待孩子，進入子女內心世界和感受，使家長能更接納並了解孩子，疏解孩子的壓力和抑壓的情緒，以促進兒童發展良好的人格特質與行為。

每8節為一階段

每節1小時

親子互動輔導服務 PARENT-CHILD INTERACTION THERAPY

「親子互動輔導服務」(Parent-Child Interaction Therapy, 簡稱(PCIT)), 讓兒童及家長共同參與密集式治療。治療師會透過單面反光鏡及無線耳筒裝置，即時指導父母如何與子女建立關係和處理子女不良行為的技巧，讓家長即時領略良好親子互動模式的果效，以及具體掌握有效的管教技巧，藉此促進親子關係，提昇子女合作性。

每7-14節為一階段

每節1小時

查詢

曾詠蓮姑娘 (家庭個案輔導員)

點滴親和輔導系列

青少年成長輔導

青春往往被形容為風暴期。究竟什麼影響著青少年？是荷爾蒙變化影響生理、心理和行為表現？是同輩相處、學業壓力或兩代相處的矛盾衝突嗎？不少研究指出青少年的確因此造成情緒困擾！！

作為青少年的你，當你在人生旅途上渴望有明燈作指引時、當你內心的善惡交戰著感到迷失時、當你背負著社會及家庭的期望要求時、當你期望多一個人明白理解你時...

如你願意...我們可成為你航行中的人生座標、成為明白理解你獨特之處的聆聽者。

透過一對一的面談，輔以心理測驗及藝術創作等媒介，或許可讓你更認識自己，更發掘內心的美，以致成為更愛自己的你。

- 第1站 我是誰 (認識自己)
- 第2站 我的根源 (成長歷程)
- 第3站 我的規條 (價值信念)
- 第4站 影響輪 (重要人物)
- 第5站 美好的自己 (性格陶塑)

共6-8節 每節1.5小時 對象 青少年

查詢 梁佩雯姑娘 (家庭個案輔導員)

點滴親和輔導系列

個人成長三步曲

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。

共6-8節 每節1.5小時

對象 成年人士

查詢 梁佩雯姑娘 (家庭個案輔導員)

讓我們能找到
PEACE WITHIN PEACE BETWEEN
PEACE AMONG

- 第1站「踏上旅途」
- 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
- 第2站「回到童年的家」
- 了解原生家庭對案主成長之影響
 - 父母對應模式如何影響處事態度
- 第3站「轉化及整合」
- 轉化舊有行為模式
 - 整合自己豐富資源

查詢 梁佩雯姑娘 (家庭個案輔導員)

點滴親和輔導系列

夫妻同心輔導課程

你相信給孩子最好的禮物是夫妻同心同行這句話嗎？曾有育兒專家說：提供教子方程式容易，要解決夫妻意見分歧卻難之又難！孩子與父母之間形成的三角關係是否過度黏連？父母是否能彼此作伴，亦或硬拖了孩子成為大人的伴？孩子過早承受大人的情緒，他還有自我發展的空間嗎？

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。

共6-8節 每節1.5小時 對象 夫妻

- 了解與探索 了解夫妻們對婚姻價值觀及期望回顧婚姻歷史
- 欣賞和接納 簡單九型性格測試了解各自九型人格中之性格特質，明白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 了解孩子九型人格中之性格特質，知己知彼管教模式學習調節對子女期望及處理分歧
- 共建親密 建立親密關係，共建希望的祕道

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。

查詢 梁佩雯姑娘 (家庭個案輔導員)

走出LG困境 Lost & Grief

當家庭遭逢突變，根據知名心理治療師Kubler-Ross哀傷理論，指出成員之間會經歷否認、憤怒、討價還價、沮喪、接受、意義，這六個階段。若其中一環被阻塞，便會出現創傷後遺症，反之，便能迎向新的角色，邁向更無憾的人生。

其實每個人的悲傷反應及應變能力都不同，但共通點或許會反反覆覆，例如有時好一點；有時卻沒有那麼好；一會兒鼓勵自己振作起來，一會兒又陷入悲傷不捨中，表面上呈現「進一步、退兩步」狀況。

- 目標
- 1) 朝著哀慟不是病、是愛的延續這方向邁進！
 - 2) 不以尋求治愈或治療等醫學模式作依歸！
 - 3) 陪伴案主連繫內在生命和創傷經驗，讓心境更平靜地迎向未來。

對象 單親(離異/失喪)家庭的家長及其子女 查詢 梁佩雯姑娘 (家庭個案輔導員)

個人心靈輔導

哀傷治療小組

情緒藝術工作坊

「手築情誼」積木遊戲治療小組

小組主要關注兒童的社交能力。透過融入兒童的興趣，提高他們改善社交能力的動機。兒童在小組中會化身成不同角色，共同構建不同的LEGO組合，從而建立共同目標，逐步提升兒童的執行功能、同理心及溝通能力。

報名及輪候方法

每季會針對不同年級的兒童開小組，報名詳情可以留意每期通訊。如有其他年級的兒童對小組有興趣，請先在右方Google Link填表輪候，之後會輔導員會聯絡家長，並安排適合的兒童放在一組，其他兒童可以繼續輪候此服務



輪候表QR Code

活動流程

初步評估 | 報名會後有工作人員致電
了解更多孩子的情況

多節小組活動

分享與回顧 | 個別約家長見面

對象 6-12歲會員

地點 方樹福堂服務處

查詢 馮樂琳姑娘 (家庭個案輔導員)

「腦力學」系列之「腦力讀」、「腦力寫」和「腦力記」

閱讀、背記、書寫這三項能力是小學階段必須具備的學術技能。而這些技能的強弱與腦部發展有密切關係。本課程利用遊戲教具針對兒童這三方面範疇，達到訓練和提升兒童「讀」、「寫」和「記」能力。詳細內容目標如下：

「腦力讀」

追跳視速讀法

- 鍛鍊眼球肌肉的控制力。
- 增強視覺空間感。

- 1) 利用不同遊戲式教具鍛鍊追視和跳視的眼球韌力。
- 2) 透過圖書畫冊、「搬字過紙」等教具增加閱讀的速度。

「腦力寫」

形聲字拆解法

- 提高解構文字的能力。
- 掌握不同拆字學習法。

- 1) 利用視覺觸覺的感官途徑，簡化文字的結構，增加學習文字的果效。
 - 1.1 象形文字
 - 1.2 聲音結構
 - 1.3 多元拆字法

「腦力記」

多感官記憶法

- 提高記憶文字的能力。
- 掌握不同記憶方法。

- 1) 利用不同媒體，刺激大腦創意，加強記憶的能力。
 - 1.1 故事記憶法
 - 1.2 聯想記憶法
 - 1.3 圖像記憶法

查詢 梁佩雯姑娘 (家庭個案輔導員)

FAM(FREE)26270010

家庭成長服務

手足情深

- 1) 加強兄弟姐妹之間的認識，欣賞大家的優點及長處。
- 2) 加強兄弟姐妹之間的關係。

對象 6 - 12歲的兄弟姐妹

名額 5對

最少人數 3對

日期 24/7、31/7、7/8、14/8 (五)

時間 11:00 - 12:00 pm

地點 方樹福堂服務處

負責同工 馮樂琳姑娘 \$100 / 4節 / 人

如果家中有兄弟姐妹，想必他是見證及陪伴你長大的親密玩伴。難免有時候大家會吵架，但轉頭大家又繼續一起玩耍。不過！你又有多瞭解你的手足呢？你們之間又有多少默契呢？透過這個小組，大家會共同完成一些遊戲挑戰，一起創造更多愉快的共同回憶，增進手足之間的信任與交流。

FAM(FREE)26270011

家庭成長服務

「一舉一動」執行功能訓練小組

- 1) 透過桌遊提升兒童的執行功能。
- 2) 逐漸提升兒童的專注力及自我控制的能力。

對象 升小二至小四

名額 6人

最少人數 3人

日期 7/7、21/7、4/8、11/8 (二)

時間 4:00 - 5:30 pm

地點 方樹福堂服務處

負責同工 馮樂琳姑娘 \$160 / 4節

執行功能對兒童的學習、社互動動和情緒管理至關重要。而小組主要關注兒童的執行功能，透過輕鬆的遊戲及不同技巧，讓兒童培養他們的自我意識，進一步提升兒童的專注力、調節能力及組織能力。整體提高兒童對自己行為的掌控感。

FAM(FREE)26270012

家庭成長服務

小富翁大作戰

- 1) 協助參加者建立金錢及理財概念。

對象 升小四至小六

名額 6人

最少人數 3人

日期 13/7、20/7、3/8、10/8 (一)

時間 4:30 - 5:30pm

地點 方樹福堂服務處

負責同工 馮樂琳姑娘 \$120 / 4節

我想要好多好多錢！

小朋友在成長中有很多機會接觸金錢，所以理財已成為必不可少的一部分。小組透過不同遊戲及活動，讓孩子瞭解基本理財的知識，從而建立善用金錢，珍惜所有的概念。

親子互動系列

FAM(FREE)26270007

家庭凝樂

「大小共鳴」 親子音樂治療 體驗工作坊

- 1) 讓孩子在音樂即興創作中展示獨特自我。
- 2) 提供抒發壓力的空間。
- 3) 加強親子互動與溝通。

對象 6 - 10歲親子

名額 7對

最少人數 5對

日期 17/7 (五)

時間 7:15 - 9:15pm

地點 方樹福堂服務處

負責同工 曾詠蓮姑娘 \$260 / 對

透過親子同步的音樂活動（如拍打節奏、跳舞、即興創作）和「合奏」，建立良好的親子連結，從而建立安全感，增進親子間的信任與交流。

備註

- 1) 此活動與富有經驗之音樂治療師：澳洲註冊音樂治療師及 Nordoff-Robbins音樂治療師陳姑娘合作。
- 2) 費用已包括當日需要用的樂器。

兒童好品系列

FAM(FREE)26270008

家庭凝樂

「童樂源」 兒童音樂治療小組

- 1) 發揮音樂創意。
- 2) 音樂參與及即時回應，提昇社交能力。
- 3) 學習放鬆與專注，疏導焦慮情緒及壓力。

對象 8 - 11歲兒童 (升小三至小六)

名額 6人

最少人數 6人

日期 27/7、3/8、10/8、17/8 (一)

時間 10:15 - 11:45am

地點 方樹福堂服務處

負責同工 曾詠蓮姑娘 \$760 / 4節

透過彈奏樂器、節奏訓練、哼唱歌曲及不同的音樂活動遊戲，讓參與者在輕鬆和正面的環境下得到具治療效果的多重感官刺激，幫助他們的情緒、個人成長和社交發展。

備註

- 1) 此活動與富有經驗之音樂治療師：澳洲註冊音樂治療師及 Nordoff-Robbins音樂治療師陳姑娘合作。
- 2) 費用已包括所需要用的樂器。
- 3) 負責社工會於小組前及完結後，與家長了解孩子需要，以及匯報治療師臨床觀察孩子課堂進展之情況。

親子互動系列

FAM(FREE)26270009 / (7-9月)

家庭凝樂

「和孩天地」 遊戲治療家長小組

- 1) 認識親子遊戲治療的理念和技巧。
- 2) 加強對孩子情緒的認識。
- 3) 學習聆聽和回應子女的心聲。

對象 幼兒或小學家長

名額 4人

最少人數 2人

日期 小組理論篇：2/7(四)、6/7(一)、9/7(四)及3/9(四)

親子實習篇：30/7、6/8及13/8(四) (每次一小時)

時間 小組理論篇：9:45 - 11:30am

親子實習篇：按個別親子時間預約實習

地點 方樹福堂服務處

負責同工 曾詠蓮姑娘 \$600 / 7節

小組分為理論篇和實習篇兩部份，家長先參與小組的理論篇，認識親子遊戲治療的理論和技巧。其後，在實習篇期間，透過與子女在本中心遊戲室及家中實習，運用聆聽和回應子女的心聲技巧，促進親子正面關係和溝通。

備註

- 1) 每位參與的家長，可以與一名子女於本中心遊戲室進行三節的親子遊戲實習，社工會直接進行指導。
- 2) 完成小組及親子實習，家長可獲證書以示嘉許。

兒童好品系列

FAM(FREE)26270005

家庭凝樂

TEEN 使任務

- 1) 裝備參加者作為助人者的質素。
- 2) 訓練情緒表達及解決問題的能力。

訓練日 9/7及16/7 (四) 5:45-6:45pm 服務簡介 5/8 (三) 5:45-6:45pm

服務日 12/8 (三)或13/8 (四) 4:30-6:00pm 聯歡日 14/8 (五) 4:30-6:00pm

對象 升小五至中一會員

名額 6人

最少人數 3人

日期 17/7 (五)

時間 7:45 - 9:15pm

地點 方樹福堂服務處

負責同工 梁佩雯姑娘 \$200 / 6節

協助社工帶領一個名為SAM系列、為K3-小二小朋友而設的小組

備註

參加者出席所有訓練和服務的時數會被紀錄，並獲邀於每年義工嘉許日中頒發證書。

兒童好品系列

FAM(FREE)26270001/Summer

家庭凝樂

SAM 系列

- 1) 協助學童舒緩壓力，提昇耐力，改變固有思維模式，願意接受意見。
- 2) 運用多元智能的介入手法，包括運動、藝術創作和遊戲提昇學童情緒表達。

對象 升K3至小二會員

名額 6人

最少人數 3人

日期 12/8 (三)、13/8 (四)、14/8 (五)

時間 4:45 - 5:45pm

地點 方樹福堂服務處

負責同工 梁佩雯姑娘 \$120 / 3節

SPORT LIKE 競技遊戲

ART LAB 和諧粉彩、乾花拼貼

MINDFUL KIDS 智能桌上遊戲

貫穿身心靈三大核心，
增強左右腦-自控、紀律、情緒的管轄區。

親子互動系列

家庭凝樂

解碼KEY - 啟發孩子潛能

- 1) 探討孩子性格與個人行為、表現的關係。
- 2) 協助父母尊重和接納孩子獨特之處，有效增進親子關係。

對象 6 - 17歲及其一個家長 名額 8對

地點 方樹福堂服務處 最少人數 4對

FAM(FREE)26270006/A組

家長篇A組 31/7 (五) / 7:45 - 9:00pm

兒童篇A組 5/8 (三) / 10:00 - 11:00am

親子篇A組 13/8或14/8 (四或五)任選一日
6:00 - 9:00pm期間每對親子45分鐘

FAM(FREE)26270006/B組

家長篇B組 16/9 (三) / 9:45 - 11:00am

兒童篇B組 19/9 (六) / 2:00 - 3:00pm

親子篇B組 24/9或25/9 (四或五)任選一日
6:00 - 9:00pm期間每對親子45分鐘

負責同工 梁佩雯姑娘、曾詠蓮姑娘 \$100 / 3節

家長篇：參考著名的心理學量表-MBTI和MMTIC，執行師以講座形式讓家長簡單了解其理論和學習觀察不同性格類型的人如何在生活細節中流露獨特一面。

孩子篇：建基MBTI和MMTIC的性格測量表，執行師為兒童及青少年(6-17歲)進行性格評估，協助釐清對象的性格傾向。

備註

- 1) 負責職員具有兒童及青少年性格類型MMTIC執行師證書。
- 2) 家長自費報名國際認可專業測試，費用待定。

FAM25260088/A

男士小組服務

MEN'S CLUB



不少男士作為父親要在忙碌生活中要找到一個喘息的空間並不是一件容易的事，特別是回想起讀書年代的自己在球場上「爆汗」的自己，就多懷念運動後舒暢和輕鬆的感覺。在這小組裏，一班兄弟會定期一起做運動，從運動等等活動了重新得力！即時面對著生活壓力，甚至需要照顧家庭的同時不忘照顧自己的身心健康。Men's Club 亦會不定期出外活動和其他活動，從中發掘自己的可能性和了解自己，希望讓男士更能夠發揮自己！



減壓

DECOMPRESSION

小組元素



內心平靜與內在平衡

INNER PEACE AND INNER BALANCE



身體覺察

BODY AWARENESS

TUESDAY 男士小組恆常每星期二晚活動，
NIGHT 提升男士照顧者身心靈健康。

費用：\$120

人數：8人

伸展運動治療

STRETCHING EXERCISE

28/7、
26/8、
22/9

8:00pm-9:15pm

方樹福堂服務處

活動將由
伸展治療師Lavender Wong帶領

拳擊

BOXING

7/7、14/7、21/7、
4/8、11/8、18/8、
8/9、15/9

8:00pm-9:30pm

方樹福堂服務處

活動將由
拳擊導師Jason Fung帶領



如有興趣報名，可致電26994100或26021220業Sir查詢

好當家
Versatile Care Services

東華三院社會企業

好當家

新界東
New Territories EastDownload on the
App StoreGET IT ON
Google Play

2636-5166/
6629-1383



好當家家居服務

2636 5778

vhomes@tungwah.org.hk

vhomes.tungwahcsd.org

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

最低消費3小時

上午8:00
至
下午6:00

假日/夜間陪診服務

陪診、家居陪伴、陪伴外出

假日陪診 最低消費3小時 | 夜間陪診 最低消費3小時

平日下午6:00至早上7:00或假日全日

當家大廚

家居煮食、購買食材

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

最低消費3小時

全日

吉屋清潔服務

家居清潔、洗衣熨衫、外出購物

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

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，如需即日服務需另加附加費，而取消或改期必須在1個工作天前通知，否則需收取整次服務費。

Art 藝術系列

LIF26270029

生活技能及職志體驗

「織」係點呀？

- 1) 學習鉤織技巧。
- 2) 提升自信心。

對象 10歲或以上

名額 6人

最少人數 4人

日期 20/7、3/8、10/8、17/8、24/8 (逢星期一)

時間 2:30pm - 4:00pm

地點 方樹福堂服務處

負責同工 馮諾瑤姑娘 \$100 / 位

教授鉤織簡單技巧，透過一支鉤針，將一條線編織成不同的藝術品。

備註

課堂完成後會獲得一件完成品。

兒童好品系列

FAM26270046/9

家庭凝樂

STEM 科學機械小達人

- 1) 培養團隊合作精神。
- 2) 增加對科學之興趣。

對象 6 - 12歲兒童

名額 8人

最少人數 4人

日期 27/7、3/8、10/8、17/8、24/8 (逢星期一)

時間 2:00pm - 3:00pm

地點 方樹福堂服務處

負責同工 袁瑋程先生及導師 \$480 / 5節

在這個課程中，孩子們將探索科學基礎知識，通過實踐活動和創新思維，了解科學、技術、工程和數學的基本概念。課程涵蓋模型製作及設計思維，鼓勵學生動手實驗，培養批判性思維和團隊合作。在有趣的學習環境中發展創造力和技術能力，為未來的科學家和工程師打下堅實基礎。

備註

1) 費用包括了活動材料費與科學顯微鏡使用費用。

Art 藝術系列

FAM26270046/16

生活技能及職志體驗

硬筆書法班

- 1) 培養學員流暢、美觀的硬筆書寫能力。
- 2) 建立書法文化素養。

對象 6 - 12歲會員

日期 27/7、3/8、10/8、17/8、24/8 (逢星期一)

時間 3:00pm - 4:00pm 名額 8人

地點 方樹福堂服務處 最少人數 4人

負責同工 張浚彥先生及導師 \$450 / 5節

書法有各種書體。書法作品有一定的格式，格式不是書法技法，而是一種文化修養。本課程以基本書法四大手法，引導學員了解如何改善日常書法的字體。

Art 藝術系列

FAM26270059

生活技能及職志體驗

模型拼拼樂

- 1) 提升孩子們的創造力。
- 2) 培養興趣及創意思維。

對象 6 - 10歲會員

日期 27/7、3/8、10/8、17/8、24/8 (逢星期一)

時間 4:00pm - 5:00pm 名額 8人

地點 方樹福堂服務處 最少人數 5人

負責同工 張浚彥先生 \$300 / 5節

本系列課程讓學生了解基本模型製作技巧，把模型組合，填上顏色或貼上貼紙完成，配合多元化的線條刻畫，再加上設計擺設時模型動作，過程中更訓練自己的專注度、耐力及細心。

兒童好品系列

FAM26270046/10

家庭凝樂

魔術小天才 挑戰賽

- 1) 提升自信心。
- 2) 增加生活技能。

對象 6 - 12歲兒童

名額 8人

最少人數 4人

日期 27/7、3/8、10/8、17/8、24/8 (逢星期一)

時間 2:00pm - 3:00pm

地點 方樹福堂服務處

負責同工 袁瑋程先生及導師 \$400 / 5節

本課程教導學生利用身邊隨手可得的物件變出各種魔術。魔術道具就地取材，學習魔術的基本手法及概念，一從而提升自信及初步瞭解魔術。魔術能隨時隨地發生一必定能讓小朋友的生活帶來不少樂趣。

備註

1) 費用已包括不同魔術用具及魔術專用撲克牌。

Art 藝術系列

FAM26270046/15

生活技能及職志體驗

歐洲彩繪玻璃燈
工場

- 1) 激發孩子們的創造力。
- 2) 培養興趣及創意思維。

對象 6 - 10歲會員

名額 8人

最少人數 5人

日期 27/7、3/8、10/8、17/8、24/8 (逢星期一)

時間 3:00pm - 4:00pm

地點 方樹福堂服務處

負責同工 張浚彥先生 及 導師 **\$300 / 5節**

在這個彩繪玻璃課程中，小朋友將以輕鬆愉快的互動形式學習，透過創作與設計，邊玩邊認識彩繪玻璃的藝術與文化。培養孩子美感與專注力，同時學習基本工藝技巧，享受創作屬於自己藝術作品的樂趣。

Art 藝術系列

LIF26270019/1

生活技能及職志體驗

機械動力
實驗室

- 1) 培養批判性思維和團隊合作能力。
- 2) 探索科學知識。

對象 6 - 12歲會員

名額 8人

最少人數 4人

日期 20/7、27/7、3/8、10/8、17/8 (逢星期一)

時間 2:00pm - 3:00pm

地點 穗禾服務處

負責同工 廖惠嫻姑娘 及 導師 **\$480 / 5節**

製作多款關於機械原理的作品

備註

- 1) 此課程與匯材軒合辦。

Art 藝術系列

LIF26270021

生活技能及職志體驗

軟陶恐龍
製造所

- 1) 提升學員的創意力。
- 2) 訓練手眼協調。

對象 6 - 12歲會員

名額 8人

最少人數 4人

日期 20/7、27/7、3/8、10/8、17/8 (逢星期一)

時間 4:00pm - 4:00pm

地點 穗禾服務處

負責同工 廖惠嫻姑娘 及 導師 **\$450 / 5節**

以軟陶泥製作各樣恐龍原理的作品

備註

- 1) 此課程與匯材軒合辦。

FAM26270047

生活技能及職志體驗

氣候小偵探

- 1) 透過參觀與體驗啟發對氣候變化及全球災害的關注。

對象 6 - 12歲會員

名額 15人

最少人數 8人

日期 10/8、17/8 (逢星期一)

時間 11:00am - 4:00pm

地點 沙田、西九龍

負責同工 黃綺琳姑娘 **\$500 / 2節**

大家快來集合！我們要化身「氣候小偵探」，一起去博物館找找看地球變化的祕密。之後我地會進入一個超級真實的「暴風雪劇場」！周圍都黑漆漆的時候該點做好？到時我地會動手DIY工具，去守護我地嘅城市！

備註

- 1) 兩天活動包括午膳。
- 2) 此活動正申請贊助。

星期二

Art 藝術系列

7 JUL 9 2026 SEP

FAM26270009/2

生活技能及職志體驗

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。

對象 6 - 10歲會員

名額 10人

最少人數 6人

日期 21/7、28/7、4/8、11/8、18/8、25/8、1/9、8/9 (逢星期二)

時間 8:00 - 9:00 pm

地點 方樹福堂服務處

負責同工 張浚彥先生及導師 **\$880 / 8節**

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) 學員需自備粉彩筆及畫簿。
- 2) 舊生優先報名。

Dance 舞蹈系列

7 JUL 9 2026 SEP

生活技能及職志體驗

芭蕾舞班

- 1) 可鍛鍊身體的柔軟度和節奏感。
- 2) 提升學員自信。

日期 14/7、21/7、28/7、4/8、11/8、18/8、25/8、1/9、8/9、15/9、22/9 (逢星期二)

對象 6 - 10歲會員 名額 10人

地點 方樹福堂服務處 最少人數 4人

FAM26270026/2

芭蕾舞高班

6:00 - 7:00PM

FAM26270025/2

芭蕾舞GRADE 1班

7:00 - 8:00PM

負責同工 張浚彥先生及導師 **\$1320 / 11節**

教授專業芭蕾舞技巧，兒童於跳舞中學習節奏，優美姿態及尋求跳舞樂趣。

備註

- 1) 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。
- 2) 學生必須穿著由芭蕾舞公司指定的芭蕾舞服裝。
- 3) 舊生優先報名。

Music 音樂系列

LIF26270036

家庭凝樂

A CAPELLA 試音室

- 1) 放鬆心情。
- 2) 培養個人興趣。

日期 28/7、4/8、11/8、18/8、25/8 (逢星期二)

對象 10 - 18歲會員 名額 10人

時間 3:00pm - 4:00pm 最少人數 5人

地點 方樹福堂服務處

負責同工 鄭宏業先生及導師 **\$500 / 4節**

運用不同的發聲技巧，融入不同參加者的聲線，演奏出不同的音樂。

Art 藝術系列

LIF26270032

生活技能及職志體驗

酒精墨水體驗班

- 1) 表達自己的感受。
- 2) 認識自己的需要。

日期 28/7、4/8、11/8、18/8、25/8 (逢星期二)

對象 8 - 12歲會員 名額 10人

時間 4:00pm - 5:00pm 最少人數 4人

地點 方樹福堂服務處

負責同工 鄭宏業先生及導師 **\$500 / 5節**

將酒精與不同顏色的墨水結合在不同素材上，觀察顏料與酒精流動下自發擴散、暈染成奇幻花紋。從靜置、吹氣到輕移畫面，學會控制色彩節奏，創作屬於自己的作品。

Art 藝術系列

LIF26270030/TUE

生活技能及職志體驗

POKEMON CARD 卡雕初心者

- 1) 發揮創意思維。
- 2) 培養個人興趣。

日期 28/7、4/8、11/8、18/8、25/8 (逢星期二)

對象 10 - 15歲會員 名額 10人

時間 2:00pm - 3:00pm 最少人數 6人

地點 方樹福堂服務處

負責同工 鄭宏業先生及導師 **\$500 / 5節**

從簡單步驟開始，學習卡雕制作技巧，將一張張平平無奇的Pokemon Card卡片巧妙轉化，制作一件獨一無二的收藏卡手作作品。

Art 藝術系列

LIF26270031/TUE

生活技能及職志體驗

POKEMON CARD 簽繪

- 1) 發揮創意思維。
- 2) 培養個人興趣。

日期 28/7、4/8、11/8、18/8、25/8 (逢星期二)

對象 8 - 13歲會員 名額 10人

時間 3:00pm - 4:00pm 最少人數 6人

地點 方樹福堂服務處

負責同工 鄭宏業先生及導師 **\$500 / 5節**

於Pokemon Card卡片上學習繪畫喜愛的Pokemon，令收藏卡片加入自己的元素，繪畫自己第一張的簽繪卡吧！

Art 藝術系列

LIF26270033

生活技能及職志體驗

星之花編織班

- 1) 放鬆心情。
- 2) 培養個人興趣。

對象 8 - 12歲會員
名額 10人
最少人數 4人
日期 28/7、4/8、11/8、18/8、25/8 (逢星期二)
時間 5:00pm - 6:00pm
地點 方樹福堂服務處 與 沙田區內

負責同工 鄭宏業先生及導師 \$500 / 5節

星之花是一款編織的藝術。透過靜心及重複的繞線，有助幫助提升專注，覺察自己情緒。

Music 音樂系列

LIF26270034

生活技能及職志體驗

木箱鼓班

- 1) 學習打木箱鼓技巧。
- 2) 培養興趣。

日期 28/7、4/8、11/8、18/8、25/8 (逢星期二)
對象 8 - 14歲會員 名額 4人
時間 1:30pm - 2:30pm 最少人數 2人
地點 方樹福堂服務處

負責同工 鄭宏業先生及導師 \$500 / 5節

學習敲打木箱鼓技巧，彈奏節拍。

Music 音樂系列

LIF26270035

生活技能及職志體驗

流行鼓班

- 1) 學習打爵士鼓技巧。
- 2) 培養興趣。

日期 28/7、4/8、11/8、18/8、25/8 (逢星期二)
對象 12 - 18歲會員 名額 10人
時間 2:30pm - 4:00pm 最少人數 4人
地點 方樹福堂服務處

負責同工 鄭宏業先生及導師 \$500 / 5節

學習敲打爵士鼓技巧，彈奏節拍。

Music 音樂系列

LIF26270037

生活技能及職志體驗

UKULELE小結他

- 1) 學習發聲技巧。
- 2) 培養興趣。

日期 28/7、4/8、11/8、18/8、25/8 (逢星期二)
對象 8 - 12歲會員 名額 8人
時間 4:00pm - 5:00pm 最少人數 4人
地點 方樹福堂服務處

負責同工 鄭宏業先生及導師 \$500 / 5節

學習基礎小結他技巧，彈奏音樂。

Music 音樂系列

LIF26270038

生活技能及職志體驗

木結他初體驗

- 1) 表達自己的感受。
- 2) 認識自己的需要。

日期 28/7、4/8、11/8、18/8、25/8 (逢星期二)
對象 13 - 18歲會員 名額 10人
時間 5:00pm - 6:00pm 最少人數 4人
地點 方樹福堂服務處

負責同工 鄭宏業先生及導師 \$500 / 5節

學習基礎結他技巧，彈奏音樂。

兒童好品系列

FAM26270053/1

家庭凝樂

沙田走走·宣傳小隊

- 1) 提升兒童自我決策能力。
- 2) 提升與同輩溝通之技巧。

對象 8 - 12歲會員
名額 10人
最少人數 5人

日期 28/7、4/8、11/8、18/8 (逢星期二)
時間 (28/7) 2:30pm-4:00pm;
(4/8) 2:30pm-5:00pm;
(11/8) 1:15pm-4:30pm;
(18/8) 2:30pm-4:00pm

地點 方樹福堂服務處 與 沙田區內

負責同工 袁璋程先生 \$500 / 4節

身處於沙田的參加者體驗沙田的不同生活，並把所體驗、經歷、過程記錄下來。Doo-Doo-Doo以各種姿態記錄生活。

活動：

- 1) 共同規劃出值得記錄的散步路線；
- 2) 一同進行沙田野外體驗活動—生火煮食；
- 3) 一同於沙田散步遊歷；
- 4) 制作記錄本等等。

備註

- 1) 此活動正申請贊助。
- 2) 此活動第二、三節為外出活動。

心靈+動腦+入廚+通識

FAM26270048/1

家庭凝樂

萌獅學堂

- 1) 透過舞獅步法提升平衡力與手腳協調。
- 2) 從傳統武藝中學習尊重導師與紀律。
- 3) 在表演中克服膽怯，培養團隊合作精神。

對象 6 - 12歲會員

名額 15人

最少人數 8人

日期 14/7、21/7、28/7、4/8、11/8、18/8、25/8
(逢星期二)

時間 4:00pm - 5:00pm /
25/8 (4:00pm - 6:00pm)

地點 穗禾服務處

負責同工 蘇皓瑤姑娘及導師 **\$950 / 7節**

「唔使做森林之王，嚟做我哋嘅開心獅王！」
透過學習舞獅基本動作及花式、配合舞獅音樂、
認識舞獅比賽規則、學習舞獅禮儀，今個暑假睇
『獅』展才華啦！

備註

- 1) 請預留30/8(日)為Summer Show表演日。

心靈+動腦+入廚+通識

FAM26270004/2

生活技能及職志體驗



童·下廚

- 1) 提昇自理能力。
- 2) 發展個人潛能。

日期 28/7、4/8、11/8、18/8、25/8、1/9 (逢星期二)

對象 7 - 11歲 名額 6人

時間 7:30pm - 8:30pm 最少人數 4人

地點 穗禾服務處

負責同工 蘇皓瑤姑娘 **\$360 / 6節**

學習製作不同簡單食品，體驗下廚樂趣。

備註 1) 自備食物盒及圍裙。 2) 舊生優先報名。

兒童好品系列

FAM26270046/1

家庭凝樂

日系傳統甜品工房

- 1) 透過活動掌握日系傳統甜品的製作技巧。
- 2) 提昇自理能力。

日期 28/7、4/8、11/8、18/8、25/8 (逢星期二)

對象 6 - 12歲 名額 8人

時間 2:00pm - 3:30pm 最少人數 4人

地點 穗禾服務處

負責同工 黃綺琳姑娘及導師 **\$550 / 5節**

身為煙韌控甜品的大朋友小朋友，都一定會十分喜愛各款
日本的傳甜品，大部份都香濃煙韌，使人愛不惜手。本課
程主要教授日系傳統甜品中幾款經典的甜品，期望學員在
製作甜品的同時，感受到日走一轉手工甜品之旅！

備註 1) 自備食物盒及圍裙。

兒童好品系列

FAM26270046/4

家庭凝樂

英語小廚神 MASTER CHEF

- 1) 建立自理技能，建立基本的生活自理信心。
- 2) 參加者透過親身參與製作食物從而提升自理能力。

日期 28/7、4/8、11/8、18/8、25/8 (逢星期二)

對象 4 - 6歲 名額 8人

時間 4:00pm - 5:30pm 最少人數 4人

地點 穗禾服務處

負責同工 黃綺琳姑娘及導師 **\$460 / 5節**

課程教授小朋友指定的廚藝技巧，當小朋友親手製造、知
道製作流程後，就會更珍惜他們製作的食物，從而改善偏
食的習慣。此外，最重要是小朋友初體驗烹飪後，可培養
他們整理及收納能

備註 1) 自備食物盒及圍裙。

兒童好品系列

FAM26270046/2

家庭凝樂

創意趣味廣播劇配音師

- 1) 透過活動能掌握基本的配音技巧，包括發音咬字、
語氣變化及情感投放。
- 2) 透過培養團隊合作精神與成就感。

日期 28/7、4/8、11/8、18/8、25/8 (逢星期二)

對象 6 - 12歲 名額 8人

時間 2:00pm - 3:00pm 最少人數 4人

地點 穗禾服務處

負責同工 黃綺琳姑娘及導師 **\$350 / 5節**

趣味廣播劇配音師是一個培養6-12歲的小朋友表達能
力和創造力的活動。緊緊會學習如何用聲音演繹角色，創
造生動的故事情境。在這個過程中孩子們不僅能夠提升口
語能力，還能與同伴分享創意，製作專屬的廣播劇，享受
表演的樂趣，激發他們的想像力和團隊合作精神。

兒童好品系列

FAM26270046/3

家庭凝樂

STEAM 卡通科學 藝術設計工作室

- 1) 透過親手製作卡通主題的科學作品，
勇於嘗試與解決困難。
- 2) 透過活動發揮想像力，提升美感設計
的綜合創作能力。

對象 4 - 6歲

名額 8人

最少人數 4人

日期 28/7、4/8、11/8、18/8、25/8 (逢星期二)

時間 2:00pm - 3:00pm

地點 穗禾服務處

負責同工 黃綺琳姑娘及導師 **\$450 / 5節**

小朋友有想過自己親手製作卡通科學作品嗎？今
個暑假，我們帶領小朋友走進科學世界進行神秘
任務，教授小朋友製作不同的卡通科學作品，過
程既新奇又有趣，啟發小朋友的創作思維。

心靈+動腦+入廚+通識

2026
7 JUL 9 SEP

FAM26270017/2

生活技能及職志體驗

KID KID 聲

- 1) 讓兒童認識基本的煮食技能。
- 2) 學習自立能力。

對象 7 - 10歲會員

名額 6人

最少人數 4人

日期 29/7、5/8、12/8、19/8、26/8、2/9
(逢星期三)

時間 7:00 - 8:00pm

地點 方樹福堂服務處

負責同工 黃綺琳姑娘 \$400 / 6節

學習制作不同種類的食品，培養對烹飪技巧。

備註

- 1) 自備食物盒及圍裙。
- 2) 舊生優先報名。

Art 藝術系列

FAM26270046/12

生活技能及職志體驗

霓虹燈立體藝術裝置 X 旋轉黏土音樂盒

- 1) 提升孩子們的創造力。
- 2) 培養創意思維。

對象 29/7、5/8、12/8、19/8、26/8 (逢星期三)

名額 8人

最少人數 5人

日期 6 - 10歲會員

時間 3:00pm - 4:00pm

地點 方樹福堂服務處

負責同工 張浚彥先生 及 導師 \$480 / 5節

本課程教授學生各種黏土手法，通過觸摸、抓、握、推、拍、捏、壓等動作，刺激腦力控制與肌肉發展。學生將使用黏土塑造不同的卡通造型來裝飾藝術裝置和音樂盒。完成的作品可以放在家中作擺設，讓學生隨時欣賞自己的藝術創作，並獲得滿滿的成就感！

備註

已包括材料費(黏土、泥批、霓虹燈、音樂盒及所有課堂所需物料)。

FAM26270046/12

生活技能及職志體驗

小司儀訓練班

- 1) 提升個人自信心、勇於在人聚中表達自己。
- 2) 學習到如何於演說時製造良好氣氛。

日期 29/7、5/8、12/8、19/8、26/8 (逢星期三)

對象 8 - 12歲會員 名額 8人

時間 3:00pm - 4:00pm 最少人數 5人

地點 方樹福堂服務處

負責同工 余祉晴姑娘 及 導師 \$500 / 5節

- 1) 演說技巧
- 2) 演說的應有態度
- 3) 應變方法
- 4) 眼神、語氣及身體語言運用

備註

表現良好者可獲邀成為中心司儀，於8月底中心 Summer Show擔任司儀一職。

心靈+動腦+入廚+通識

FAM26270060

生活技能及職志體驗

「我上小學了」

- 1) 提升兒童自我照顧和自理能力。
- 2) 培養兒童與同儕合作和溝通的能力。

日期 19/8、26/8、2/9 (逢星期三)

對象 4 - 6歲會員 名額 6人

時間 4:45pm - 5:45pm 最少人數 3人

地點 穗禾服務處

負責同工 葉詠琪姑娘 \$30 / 人

透過體驗活動和活動式學習，讓兒童認識小學生活的常規，並學習與同輩相處。

Art 藝術系列

FAM26270046/11

生活技能及職志體驗

POKEMON 《寶可夢》 黏土大冒險

- 1) 激發孩子們的創造力。
- 2) 學習黏土製作技巧。

對象 6 - 10歲會員

名額 8人

最少人數 5人

日期 29/7、5/8、12/8、19/8、26/8 (逢星期三)

時間 4:00pm - 5:00pm

地點 方樹福堂服務處

負責同工 張浚彥先生 及 導師 \$400 / 5節

在這個黏土課程中，小朋友以輕鬆互動的方式學習，透過創作與角色扮演，邊玩邊探索寶可夢世界，同時培養創意、專注力及基本造型技巧，享受動手創作的樂趣。

備註

已包材料費
(黏土、泥批、黏土保存盒、場景製作物料)。

Art 藝術系列

LIF26270020/1

生活技能及職志體驗

刮得出色

- 1) 提升學員的創意力。
- 2) 訓練手眼協調。

對象 6 - 12歲會員

名額 8人

最少人數 4人

日期 22/7、29/7、5/8、12/8、19/8 (逢星期三)

時間 3:00 - 4:00pm

地點 穗禾服務處

負責同工 廖惠嫻姑娘 及 導師 **\$450 / 5節**

透過獨特刮畫手法，體驗驚喜創作過程。

備註

- 1) 此課程與匯材軒合辦。

Dance 舞蹈系列

生活技能及職志體驗

芭蕾舞班

- 1) 可鍛鍊身體的柔軟度和節奏感。
- 2) 提升學員自信。

日期 8/7、15/7、22/7、29/7、5/8、12/8、19/8、26/8、

2/9、9/9、16/9 (逢星期三)

地點 穗禾服務處

LIF26270006/2

穗禾芭蕾舞

時間 6:00pm - 7:00pm

對象 4 - 6歲初學學員

名額 10人

最少人數 4人

\$1100 / 11節

負責同工 廖惠嫻姑娘 及 導師

教授專業芭蕾舞技巧，兒童於跳舞中學習節奏，優美姿態及尋求跳舞樂趣。

備註

- 1) 本課程由合資格芭蕾舞導師教授。
- 2) 本課程不設考試。
- 3) 學生必須穿著由芭蕾舞公司指定的芭蕾舞服裝。
- 4) 費用並不包括芭蕾舞服裝，服裝由芭蕾舞班導師代為訂購。
- 5) 舊生優先報名。

穗禾芭蕾舞(高班) / LIF26270007/2

刮得出色 / LIF26270020/1

穗禾芭蕾舞 / LIF26270006/2

Art 藝術系列

FAM26270011/2

生活技能及職志體驗

兒童水彩繪畫班

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

對象 6 - 10歲會員

名額 10人

最少人數 6人

日期 23/7、30/7、6/8、13/8、20/8、27/8、

3/9、10/9 (逢星期四)

時間 7:00pm - 8:00pm

地點 方樹福堂服務處

負責同工 張浚彥先生 及 導師 **\$880 / 8節**

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) 舊生優先報名。

兒童水彩繪畫班 / FAM26270011/2

兒童好品系列

FAM26270043

家庭凝樂

黃昏三大奇案

- 1) 增加正面溝通的機會。
- 2) 提升解難能力以應對生活困難。
- 3) 重溫已學知識與生活常識。

日期 30/7、6/8、13/8 (逢星期四)

對象 6 - 10歲會員 名額 6人

時間 5:00pm - 6:15pm 最少人數 3人

地點 方樹福堂服務處

負責同工 袁瑋程先生 **\$90 / 3節**

參加者化身為小偵探，運用自己在學校所學的學術知識、生活常識去破解一道道的難關，於限時內尋找證據為案件進行解密。於活動中，工作員會以引導形式協助參加偵探破解任務。至於是否能夠完成，就靠你和團隊了！

備註 1) 參加者需穿著輕便裝束

Art 藝術系列

LIF26270023

生活技能及職志體驗

免燒陶泥研究所

- 1) 讓參加者發揮創意。
- 2) 為參加者提供放鬆減壓的平台。

日期 30/7、6/8、13/8、20/8 (逢星期四)

對象 11 - 18歲會員 名額 8人

時間 4:00 - 5:00pm 最少人數 4人

地點 方樹福堂服務處

負責同工 余祉晴姑娘 **\$360 / 4節**

透過學習製作免燒陶泥的運用、技巧及上色，參加者可以發揮自己的創意，專注創作，完成獨一無二的陶泥作品，並從中發掘藝術創作的樂趣。

黃昏三大奇案 / FAM26270043

免燒陶泥研究所 / LIF26270023

星期四

Sport 運動系列

生活技能及職志體驗

PICKLEBALL

- 1) 提升個人自信心和發揮個人潛能。
- 2) 提升個人靈敏度及手腳協調力。
- 3) 認識基本Pickleball的力學。

日期 30/7、6/8、13/8、20/8、27/8 (逢星期四)
地點 穗禾苑籃球場
名額 6人 最少人數 2人

LIF26270039/A 高小 2:00pm - 3:00pm 對象 8 - 12歲會員	LIF26270039/B 初中 3:00pm - 4:00pm 對象 13 - 18歲會員
---	--

負責同工 鄭宏業先生 **\$400 / 5節**

體驗Pickleball。

備註

- 1) 參加者需穿著輕便裝束。

Sport 運動系列

生活技能及職志體驗

擲在穗禾

- 1) 闊社交圈子。
- 2) 提升他們的抗壓能力。

日期 30/7、6/8、13/8、20/8、27/8(逢星期四)
地點 穗禾苑籃球場
名額 6人 最少人數 2人

LIF26270040/A 高小 4:00pm - 5:00pm 對象 8 - 12歲會員	LIF26270040/B 初中 5:00pm - 6:00pm 對象 13 - 18歲會員
---	--

負責同工 鄭宏業先生 **\$250 / 5節**

體驗軟式飛標。

備註

- 1) 參加者需穿著輕便裝束。

兒童好品系列

FAM26270046/5

家庭凝樂

STEM機動模型小奇才

- 1) 提升兒童對科學的興趣。
- 2) 訓練大小肌肉。

日期 30/7、6/8、13/8、20/8、27/8 (星期四)
對象 6 - 12歲 名額 8人
時間 2:00pm - 3:00pm 最少人數 4人
地點 穗禾服務處

負責同工 蘇皓瑤姑娘 及 導師 **\$450 / 5節**

以遊樂場作為主題去製作科學手工模型，增加他們對科學的好奇心，教授不同的科學原理。打造屬於自己的遊樂場，讓科學變得更加有趣。

兒童好品系列

FAM26270046/8

家庭凝樂

珠心算腦力全開課程

- 1) 訓練兒童的思考。
- 2) 提升兒童的運算能力。

日期 30/7、6/8、13/8、20/8、27/8 (星期四)
對象 6 - 12歲 名額 8人
時間 3:00pm - 4:00pm 最少人數 4人
地點 穗禾服務處

負責同工 蘇皓瑤姑娘 及 導師 **\$370 / 5節**

透過珠心算提升學生的運算速度和能力，鍛鍊思考，增強兒童的想像力、專注力和記憶力，並提升兒童的自信心和情感智能。

language 語文系列

LIF26270009/2

生活技能及職志體驗

FUNNY LETTERLAND ADVANCED

- 1) 提昇兒童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。

對象 6 - 7歲或已完成初階班之學員
名額 10人
最少人數 6人

日期 9/7、16/7、23/7、30/7、6/8、13/8、
20/8、27/8、3/9、10/9 (逢星期四)
時間 5:00pm - 6:00pm
地點 穗禾服務處

負責同工 蘇皓瑤姑娘 及 導師 **\$1100 / 10節**

承接Funny Letterland 初班，進一步學習Phonics音節，學習有關主題英語詞匯及句子。

備註

舊生優先報名。

星期四

兒童好品系列

FAM26270046/3

家庭凝樂

STEAM 魔法立體3D筆 創作天地

- 1) 提升兒童對幾何和立體圖形的認識。
- 2) 訓練兒童對藝術的觸角。

對象 6 - 12歲
名額 8人
最少人數 4人
日期 30/7、6/8、13/8、20/8、27/8 (逢星期四)
時間 3:00pm - 4:00pm
地點 穗禾服務處

負責同工 蘇皓瑤姑娘 及 導師 **\$450 / 5節**

教授及認識幾何和立體，引導兒童主動思考，培養對顏色的配搭設計，發揮創意空間。

兒童好品系列

FAM26270046/7

家庭凝樂

優獸大都會 X

JELLYCAT黏土派對

- 1) 訓練兒童的小手肌。
- 2) 發揮兒童的創意力。

對象 6 - 12歲
名額 8人
最少人數 4人
日期 30/7、6/8、13/8、20/8、27/8 (逢星期四)
時間 2:00pm - 3:00pm
地點 穗禾服務處

負責同工 蘇皓瑤姑娘 及 導師 **\$400 / 5節**

提升孩子們的動手能力，教授黏土混色技巧及保存法，讓小朋友在創作中發揮無限的創意，探索獨特的黏土世界！

Dance 舞蹈系列

2026
7 JUL 9 SEP

FAM26270002/2B

生活技能及職志體驗

兒童HIP HOP班

- 1) 增加自信心。
- 2) 培養興趣與技能。

對象 7 - 10歲會員
名額 8人
最少人數 4人
日期 10/7、17/7、24/7、31/7、7/8、14/8、21/8、28/8 (逢星期五)
時間 5:00pm - 6:00pm
地點 方樹福堂服務處

負責同工 袁瑋程先生 及 導師 **\$720 / 8節**

以Hip Hop舞蹈，展現個人風格及獨特性。Hip Hop舞蹈包括多種風格，充分體現創意與能量！

備註

- 1) 舊生優先報名。
- 2) 將會有機會於30/8日Summer Show演出。

Music 音樂系列

2026
7 JUL 9 SEP

生活技能及職志體驗

兒童小提琴

- 1) 透過學習小提琴這種樂器。
- 2) 拉奏不同類型的歌曲，發展兒童對音樂的興趣。

日期 8/7、15/7、22/7、29/7、5/8、12/8、19/8、26/8、2/9、9/9 (逢星期三)

提醒你，
此活動日期
改至星期三~

對象 6 - 12歲會員
名額 6人
地點 方樹福堂服務處
最少人數 4人

FAM26270045/1

初階組E1

7:00pm - 8:00pm

FAM26270045/2

高階組E2

8:00pm - 9:00pm

負責同工 張浚彥先生 及 導師 **\$1320 / 10節**

立即體驗小提琴魅力，演奏出優美音色、配合導師專業指導、從零開始也能跟得上！快來一起學，奏出屬於你的第一個旋律！

備註

- 1) 學員需自備小提琴。
- 2) 舊生優先報名。

星期五

兒童好品系列

2026
7 JUL 9
月 月
SEP

FAM26270001/2

家庭凝樂

桌遊遊學團

- 1) 增加情緒管理的能力。
- 2) 提高社交技巧與擴闊社交圈子。

對象 8 - 11歲會員

名額 6人

最少人數 4人

日期 31/7、7/8、14/8、21/8、4/9、11/9

(逢星期五)

時間 8:00pm - 9:00pm

地點 方樹福堂服務處

負責同工 袁瑋程先生 **\$180 / 6節**

以桌遊作為媒介，在玩樂中提升兒童的情緒管理、社交技能等。同時，能夠透過制作自己獨有的桌遊發揮個人創意和想像力。

備註

舊生優先報名。



FAM26270046/13

家庭凝樂

爆旋陀螺擊爆戰魂 超Z爭霸課程

- 1) 提升孩子們的創造力。
- 2) 培養創意思維。

對象 6 - 12歲會員

名額 8人

最少人數 4人

日期 31/7、7/8、14/8、21/8、28/8 (逢星期五)

時間 2:00pm - 3:00pm

地點 方樹福堂服務處

負責同工 袁瑋程先生及導師 **\$440 / 5節**

爆旋陀螺之所以能成為旋風，是由於既有相關的漫畫和卡通片，也有相關的玩具產品，更重要的有很多相關比賽。簡簡單單一件陀螺玩具本身已經有很多 STEM 元素，再加入一些新元素後，就能夠增加學生對它們的學習興趣，證明了「玩樂學習」有助學生自主學習的導引。

備註

收費已經包材料費與物資。

language 語文系列

FAM26270058

生活技能及職志體驗

日文 ICHIBAN!

- 1) 培養自信心。
- 2) 增加學習外語的興趣。

對象 6 - 10歲會員

名額 8人

最少人數 4人

日期 31/7、7/8、14/8、21/8、28/8 (逢星期五)

時間

地點 方樹福堂服務處

負責同工 張浚彥先生 **\$350 / 5節**

輕鬆愉快的互動形式學習，透過遊戲、角色扮演，讓小朋友邊玩邊學，認識日文詞彙及日本文化，同時學習基本講、聽、讀、寫的能力。

備註

建議參加者於活動開始前預先自習 五十音

language 語文系列

LIF26270025

生活技能及職志體驗

哎喲哈 SAY YO! 韓文班

- 1) 認識異國文化，增加學習外語的興趣。
- 2) 提升自信心。

對象 11 - 18歲會員

名額 8人

最少人數 4人

日期 17/7、31/7、7/8、14/8、21/8

(24/7暫停) (逢星期五)

時間 4:30 - 5:30pm

地點 方樹福堂服務處

負責同工 余祉晴姑娘 **\$350 / 5節**

透過 Kpop 歌曲、韓國傳統遊戲及電影 (KPop Demon Hunters) 等互動學習，引起參加者學習韓文的興趣，掌握基礎日常會話和聽寫的能力，以及對韓國文化的認識。

兒童好品系列

FAM26270054/1

家庭凝樂

【夢幻玩具屋】 被困的午夜冒險 密室遊戲

1) 激發想像力、空間感訓練、團隊分工合作。

對象 6 - 12歲

名額 12人

最少人數 6人

日期 31/7、14/8、28/8 (逢星期五)

時間 2:00pm - 3:00pm

地點 穗禾服務處

負責同工 蘇皓瑤姑娘 \$150 / 3節

你有想像過，當人類睡著後，玩具屋裡會發生什麼事嗎？一個隱藏在閣樓的神祕通道，將帶領你進入比人還要大的積木城堡與迷宮。一場驚心動魄的午夜逃脫，等你來挑戰！

Sport 運動系列

生活技能及職志體驗

穗禾小劍客

- 1) 透過劍擊活動增加組員的專注力。
- 2) 鍛鍊個人體格，提升力量、耐力、手眼協調、速度及身體控制能力。
- 3) 增強個人學習能力：分析力、集中力、開放思想接受各方知識。

日期 10/7、17/7、24/7、31/7、7/8、14/8、21/8、28/8 (逢星期五)
名額 10人
最少人數 5人

地點 穗禾服務處

FAM26270051/A

A班

4:00pm - 5:00pm

對象 4 - 6歲會員

FAM26270051/B

B班

3:00pm - 4:00pm

對象 7 - 12歲會員

負責同工 黃綺琳姑娘 及 導師 \$1000 / 8節

小組課程教授組員劍擊基本步法，進攻及防守技巧，培養組員身體協調能力，同時於訓練中需不斷觀察和思考，透過判斷力運用合適的攻防策略。

備註 請穿輕便服裝。

Art 藝術系列

LIF26270030/FRI

生活技能及職志體驗

POKEMON CARD 卡雕初心者

1) 發揮創意思維。 2) 培養個人興趣。

日期 31/7、7/8、14/8、21/8、28/8 (逢星期五)
對象 10 - 15歲會員
名額 10人
時間 5:00pm - 6:00pm
最少人數 6人
地點 穗禾服務處

負責同工 鄭宏業先生及導師 \$500 / 5節

從簡單步驟開始，學習卡雕制作技巧，將一張張平平無奇的Pokemon Card卡片巧妙轉化，制作一件獨一無二的收藏卡手作作品。

Art 藝術系列

LIF26270031/FRI

生活技能及職志體驗

POKEMON CARD 簽繪

1) 學習專注。 2) 培養個人興趣。

日期 31/7、7/8、14/8、21/8、28/8 (逢星期五)
對象 10 - 15歲會員
名額 10人
時間 4:00pm - 5:00pm
最少人數 6人
地點 穗禾服務處

負責同工 鄭宏業先生及導師 \$500 / 5節

於Pokemon Card卡片上學習繪畫喜愛的Pokemon，令收藏卡片加入自己的元素，繪畫自己第一張的簽繪卡吧！

Sport 運動系列

生活技能及職志體驗

大力出奇波

- 1) 透過室內感官訓練，掌握網球揮拍技巧與手眼協調能力。
- 2) 透過小組不同挑戰，培養自信心及運動員精神。

日期 10/7、17/7、24/7、31/7、7/8、14/8、21/8、28/8 (逢星期五)
名額 10人
最少人數 5人

地點 穗禾服務處

FAM26270052/A

A班

5:00pm - 6:00pm

對象 4 - 6歲會員

FAM26270052/B

B班

6:00pm - 7:00pm

對象 7 - 12歲會員

負責同工 黃綺琳姑娘 及 導師 \$1000 / 8節

小型網球是專為兒童而設的運動，教練會採用輕巧網球拍、網球及適合兒童高度的球網讓學習小型網球的兒童更容易上手！

備註 請穿輕便服裝。

兒童好品系列

FAM26270044/1

家庭凝樂

家庭島之 夏日傾情



- 1) 於簡單的親子活動中提升對互相的理解。
- 2) 增加親子親密度與關係

對象 7 - 12歲親子會員
名額 4對
最少人數 3對
日期 1/8、8/8 (逢星期六)
時間 10:00am - 11:30am
地點 方樹福堂服務處

負責同工 袁瑋程先生 **\$300 / 每對親子**

「做好嘞功課！」「寫好嘞字！」相信小朋友都聽得多。於星期六早上嘗試放下一切，享受親子甜蜜而富有記憶的時光，並體驗五種愛的語言。活動內容如下：
第一節：共同製作甜品；
第二節：進行手工製作。



兒童好品系列

FAM26270042/2

家庭凝樂

輕鬆！桌桌有娛！

- 1) 於桌上遊戲中互相認識同好，以擴大社交圈子
- 2) 體會從失敗中學習

日期 8/8、22/8 (逢星期六) 名額 8人
對象 7 - 12歲會員 最少人數 5人
時間 4:30pm - 5:45pm 地點 方樹福堂服務處

負責同工 袁瑋程先生 **\$70 / 2節**

暑假啦！一同聚首一堂享受遊玩桌遊與競技的樂趣！活動內容：參加者會一同進行桌上遊戲之競賽(如UNO)或電子競技，亦有茶點時間，為暑假好好休息一下！

Art 藝術系列

LIF26270024

生活技能及職志體驗

CHILL娃娃毛料公仔班 (JELLYCAT篇)

- 1) 提升學員的創意力
- 2) 訓練手眼協調。

日期 1/8、8/8、15/8、22/8 (逢星期六)
對象 10 - 18歲會員 名額 10人
時間 4:30 - 5:30pm 最少人數 4人
地點 方樹福堂服務處

負責同工 余祉晴姑娘 **\$200 / 4節**

韓國最流行的毛料娃娃Moru Doll，不用針線就可Chill住完成自己獨一無二的JellyCat毛料公仔。內容：扭製毛公仔、化妝粉飾、穿著服裝及飾物。

Dance 舞蹈系列

生活技能及職志體驗

兒童拉丁舞班

7 JUL 9 2026
月 月 SEP 月

- 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) 鍛鍊兒童的大小肌肉。

日期 4/7、11/7、18/7、25/7、1/8、8/8、15/8、22/8、29/8、5/9 (逢星期六)
地點 穗禾服務處

初階班 FAM26270007/2

對象 6 - 12歲會員 名額 10人
時間 1:30pm - 2:30pm 最少人數 5人

\$720 / 10節

拉丁舞可分為5種舞蹈，本課程從基本步法開始學習，加強兒童的節奏感和身體的協調性，並提升身體柔軟度，享受跳舞的樂趣。

進階班 FAM26270006/2

對象 6-12歲及已完成初階班之學員 名額 8人
時間 12:30pm - 1:30pm 最少人數 5人

\$990 / 10節

本課程將加強拉丁舞基本功，學習拉丁舞動作的肌肉運用，分析動作技巧以致優化舞步動作，及加強兒童的音樂節奏感。

負責同工 蘇皓瑤姑娘 及 導師

- 備註
- 1) 舊生優先報名。
 - 2) 請預留30/8(日)為Summer Show表演日。

Sport 運動系列

FAM26270016/2

生活技能及職志體驗

花式跳繩

- 1) 提升兒童靈敏度、加強心肺功能及手腳協調能力；
- 2) 培養兒童自發性、紀律性及團隊精神。

對象 6 - 12歲會員
名額 10人
最少人數 5人

日期 4/7、11/7、25/7、1/8、8/8、15/8、22/8、29/8、5/9、12/9 (逢星期六)
時間 10:00 - 11:00am
地點 穗禾服務處

負責同工 黃綺琳姑娘 及 導師 **\$770 / 10節**

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。

- 備註
- 1) 舊生優先報名。
 - 2) 請預留30/8(日)為Summer Show表演日。

Sport 運動系列

7 JUL 9 SEP 2026

LIF26270013/2

生活技能及職志體驗

穗禾跆拳道班

- 1) 提升參加者的體格及品德。

對象 6歲或以上會員

名額 15人

最少人數 4人

日期 4/7、11/7、18/7、25/7、1/8、8/8、15/8、22/8、29/8、5/9、12/9、19/9
(逢星期六)

時間 4:30pm - 5:45pm

地點 穗禾服務處

負責同工 鄭宏業先生及導師 **\$660 / 12節**

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) 舊生優先報名。



Sport 運動系列

7 JUL 9 SEP 2026

生活技能及職志體驗

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) 為參加者訓練健康體魄。

日期 25/7、1/8、8/8、15/8、22/8、29/8、5/9
(逢星期六)

名額 10人

地點 穗禾苑籃球場 最少人數 4人

LIF26270014/26年7-9月

籃球少年

10:00am - 11:00am

對象 6-7歲會員

LIF26270015/26年7-9月

小籃子

11:00am - 12:00pm

對象 7-9歲會員

負責同工 孔思言姑娘及導師 **\$434 / 7節**

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) 舊生優先報名。

Art 藝術系列

7 JUL 9 SEP 2026

生活技能及職志體驗

穗禾畫班

- 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。

日期 4/7、11/7、18/7、25/7、1/8、8/8、15/8、22/8、29/8、5/9、12/9、19/9
(逢星期六)

名額 8人

地點 穗禾服務處 最少人數 4人

LIF26270011/2

穗禾幼兒畫班

3:15pm - 4:15pm

對象 6-7歲會員

LIF26270012/2

卡通漫畫班

4:15pm - 5:15pm

對象 8-10歲會員

負責同工 鄭宏業先生及導師 **\$924 / 12節**

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) 舊生優先報名。

兒童好品系列

FAM26270008/2

家庭凝樂

7 JUL 9 SEP 2026

HIPHOP 嘻哈街頭舞

- 1) 增加自信心。
- 2) 培養興趣與技能。

對象 6-12歲會員

名額 8人

最少人數 4人

日期 11/7、18/7、25/7、1/8、8/8、15/8、22/8、5/9、12/9、19/9 (逢星期六)

時間 2:30pm - 3:30pm

地點 穗禾服務處

負責同工 蘇皓瑤姑娘及導師 **\$800 / 10節**

透過學習不同的舞蹈風格來訓練兒童對節
拍的靈敏度，以及加強手腳協調的能力。

備註

- 1) 舊生優先報名。
- 2) 請預留30/8(日)為Summer Show表演日。

Centre Service Introduction 中心服務介紹

根據2021年人口普查，沙田區為青少年人口全港排名第三之區域，政府統計處在2024年的統計報告指出沙田區的勞動人口及家庭住戶數目分別為全港前二和第一，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(新界東)」服務，包括：上門家居清潔、長者照顧及陪診服務，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活動，包括：Teen Cafe關顧青少年身心健康計劃、「大小足印」年輕父母支援服務及Shining Mind社區身心健康推廣計劃，為區內家庭創造更多機會及開拓更多的社會資本。

New Member

welcome!!

家庭新成員

職位 活動幹事

所屬隊伍 家庭成長服務



Jerry Sir 張浚彥

HELLO~ 我係JERRY SIR,我主要會喺方樹福堂中心,歡迎各位隨時搵我傾計,分享下最近遇到的趣事或者心愛的音樂,我好樂意同大家互相交流。

Hobby
興趣

睇動漫



聽音樂



睇電影

family tree

中心家庭圖

東華三院區域主任(新界東)
王永寧女士中心主任
劉志芳助理主任
賀夢欣助理主任
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
(新界東)穗禾服務
處行政生活技能
及職志
發展服務入校支援
及
輔導服務凝樂家庭
輔導服務社工
蘇皓瑤
袁璋程
黃綺琳
活動幹事
曾俊聞
張浚彥活動幹事
凌惠妮
半職庶務員
王愛芬
待聘業務經理
陳沛綸
業務助理
黃惠真活動助理
劉佩春
庶務員
待聘社工
周建敏
鄭宏業
馮諾瑤
孔思言
丘耀傑
活動發展
助理
陳偉恒
活動幹事
蔡思琪
余祉晴
黃皓祺社工
鄭佩娟
曾樂施
葉詠琪
活動幹事
廖惠嫻家庭個案
輔導員
曾詠蓮
梁佩雯
馮樂琳

會員個人資料更新表格

Updated Form of Member's Information

填寫日期
DATE會員姓名
NAME會員證號碼
MEMBERSHIP NO.項目
ITEMS

更改內容

Description Changing

住址
ADDRESS通訊地址
CORR. ADDRESS聯絡電話
TEL NO電郵
E-MAIL其他資料
OTHER

*本服務單位會遵守保密原則來處理閣下的個人資料

本人 同意 / 不同意 東華三院賽馬會沙田綜合服務中心使用上述個人資料
作為本中心與閣下聯絡之用, 包括通訊、籌款、推廣活動 / 業務及收集意見之用。

如閣下選擇「不同意」, 本中心將不會郵遞中心相關資訊予閣下, 請自行取閱, 敬請留意

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。

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/家庭
青少年會員	15歲 - 24歲	\$30		個人/家庭
家長會員	合資格會員之家長	\$30		家庭
家庭會籍	家庭會員	\$60		家庭
幼兒天地會員	1.5歲 - 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；任何紙幣/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。若參加者最終未被錄取，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還款項。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還款項。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。(因參加課託及童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，會員可選擇申請以支票方式領取退款，中心約於通知日起後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。

免費申請出席證明書

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。

颱風及暴雨信號懸掛後 中心開放及活動安排

TYPOON & RAINSTORM WARNING

CENTRE OPENING AND ACTIVITIES ARRANGMENT

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
T ₁ 1號暴風信號	●	●	👉	X	●
⬇️ 3號暴風信號	●	●	👉	X	X
⬆️ 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) 👉 (夜山活動)	●	●

● 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)

註Note

- ★ - 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。

Love Message

愛家留言

姓名 聯絡電話 日期

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！）

東華三院賽馬會沙田綜合服務中心

姓名

聯絡電話

日期

請在此處留下您的寶貴意見