

方樹福堂服務處

FONG SHU FOOK TONG SERVICE UNIT



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

星期	一	二	三	四	五	六	日
時間	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		✓	✓	✓	✓	✓	

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)

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

星期	一	二	三	四	五	六	日
時間	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		✓	✓	✓	✓		

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
74



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

MOMENTS
CELEBRATION FOR
35th Anniversary
中心通訊

10月
Oct
12月
Dec

好消息!

申請成為中心會員，
會費一律全免。

舊生優先報名

10/9 19/9
2:00PM > 9:45PM
星期三 WED 星期五 FRI

方樹福堂服務處及穗禾服務處

公開報名日

20/9
10:00AM | 星期六 SAT

方樹福堂服務處及穗禾服務處

https://jcsisc.tungwahcsd.org



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

中心電郵：jcsisc@tungwah.org.hk | 中心網址：http://jcsisc.tungwahcsd.org | 督印：劉志芳 | 編輯：岑智聰

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。

收集資料的目的及使用準則

1

- 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。

申請停止使用個人資料作推廣之用途

2

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

PURPOSE OF COLLECTION AND GUIDELINE FOR USE OF PERSONAL DATA

1

- 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.

REQUEST FOR CESSATION OF USING PERSONAL DATA FOR PROMOTION PURPOSES

2

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

MOMENTS CELEBRATION FOR 35th Anniversary

Page 1	長期服務獎	Page 24	特別服務推介：好當家(新界東)
Page 2-4	活動花絮：共創明Teen校友會	Page 25-26	週二 (TUE) 興趣活動 / 班組
Page 5-9	活動花絮：35小辣多甜·彩虹之約Summer Show 2025	Page 26-27	週三 (WED) 興趣活動 / 班組
Page 10	活動花絮：慶祝服務 35 周年 暨 觸動·新·蒲崗 健球 U15 錦標賽 2025	Page 28	週四 (THUR) 興趣活動 / 班組
Page 11-12	活動花絮：PTS & Mini PTS 暑期體驗計劃2025	Page 28-29	週五 (FRI) 興趣活動 / 班組
Page 13	特別服務推介：FREE Play Station!	Page 30-33	週六 (SAT) 興趣活動 / 班組
Page 14	特別服務推介：沙田西區第37旅童軍 - 團員招募計劃	Page 34	中心服務介紹
Page 15	特別服務推介：成長樂園及開心學堂	Page 35	家庭新成員
Page 16	特別服務推介：開心學習村	Page 36	中心家庭圖
Page 17-20	特別服務推介：「凝樂」家庭輔導服務	Page 37	會員個人資料更新表格
Page 21-22	「凝樂」當季小組活動	Page 38-39	服務政策
Page 23	特別服務推介：男士小組服務Men's Club	Page 40	颱風及暴雨信號懸掛後中心開放及活動安排
		Page 41	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10/9/2025(三)至19/9/2025(五)，只適用於有列明「舊生優先報名」之恒常興趣班組。
- 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

1/10 2025 三 WED 國慶日 休息	7/10 2025 二 TUE 中秋節翌日 休息	29/10 2025 三 WED 重陽節 休息	24/12 2025 三 WED 平安夜 開上下	25/12 2025 四 THU 聖誕節 休息	26/12 2025 五 FRI 聖誕節後第一個周日 休息	31/12 2025 三 WED 大除夕 開上下
-----------------------------------	-------------------------------------	------------------------------------	-------------------------------------	------------------------------------	--	-------------------------------------

長期服務獎

LONG SERVICE AWARDS

得獎回顧 2025

為表揚長期服務本機構及盡心盡力為社區人士服務的同事，
東華三院特設「長期服務獎」。
本年度，本中心共有四位員工得獎，可喜可賀。

5 年
YEAR
長期服務獎



丘耀傑
(社工)

10 年
YEAR
長期服務獎



鄭志立
(社工)

20 年
YEAR
長期服務獎



劉志芳
(中心主任)

30 年
YEAR
長期服務獎



梁佩雯
(家庭個案輔導員)



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。

全港明「TEEN」閃避球新星挑戰賽

閃避球我哋撈咗碟賽殿軍



DODGE BALL CHALLENGE



「羽」眾同樂

BADMINTON FUNDAY



羽毛球可以話學到基本技術，放鬆到之餘，仲認識到新朋友

沙田區籃球隊 兩日一夜訓練營



晨早訓練、黃昏傾偈、夜晚睇星，沙田籃球隊訓練營，原來汗水都可以好療癒～

魔術隊

MAGIC TEAM



原來學魔術唔只係玩幻術，仲可以訓練表達能力同自信心，勁有挑戰性！



香港雜耍之家 聯校比賽2025



同學參加雜耍比賽成功突破自己，
滿載而歸！

理財密室逃脫



原來學理財都可以咁好玩！
係活動入面反思自己點樣洗錢，
仲學到點樣避開「課金」陷阱！

海洋公園 OCEAN PARK



讀書之餘都要睇吓氣，
夏日熱辣辣就梗係去海洋公園啦

35 小辣多甜 + 彩虹之約 SUMMER SHOW 2025

31.8.2025 @ 麗豪酒店

今年是中心成立35周年，更是連續二十年舉辦【彩虹之約—義工嘉許計劃】，而「彩虹之約」意思是指中心與義工們之間的一個約定，鼓勵大家積極參與義工服務，幫助社會上有需要人士。單計去年，已有100位新登記的義工獲得紅色獎章了，期盼義工們一直傳承中心的義工口號 **與你約定，譜出喜樂生命，彩虹為證。**

今年很榮幸邀得社會福利署沙田區助理福利專員2 **蔡玉玲**女士、東華三院社會服務科新界東區域主任 **王永寧**女士聯同中心主任 **劉志芳**先生一同頒獎，別具意義。中心為答謝助理專員擔任主禮嘉賓及頒發義工獎狀，特別送贈一份由中心義工親手製作、掛有彩虹之約七色獎章的相架，份外有意義!!

今年獲邀出席義工名單如下

黃章

累計在中心擔任義工3年
廖栩瑤、童煒晴、童煒樂

綠章

累計在中心擔任義工4年
李沚澄、梁沛琳、陶穎希

青章

累計在中心擔任義工5年
陳加明、黃富浩、楊卓敏

紫章

累計在中心擔任義工7年
楊福勝、葉德強

A章

累計在中心擔任義工9年
葉美妍

B章

累計在中心擔任義工12年
嚴蘭英

BRAVO章

由於義工時數累計逾50小時，因此同時獲得
【彩虹之約-銅狀】鍾詠汶

IMPRESSIVE章

累計在中心擔任義工20年
梁顯騰

共創雜季



小提琴



百老匯歌舞團



Sanctus 樂隊
(YMCA)



Sickma Boy 樂隊



Satori 樂隊
(連青網絡)



大會司儀



開幕儀式



嘉賓大合照



跆拳道(穗禾)



跆拳道(銀禧)



花式跳繩



拉丁舞

芭蕾舞(穗禾)



芭蕾舞(銀禧)



Summer Show 大合照

慶祝服務35周年

YEARS
ANNIVERSARY

觸動·新·蒲崗 健球U15錦標賽2025

KIN-BALL

自2024年9月起，本中心為6間中學提供健球校隊訓練，除了教授健球技術外，更著重培養學生的社交能力及團隊合作精神，促進他們的身心健康發展。



適逢中心紮根及服務地區35周年，我們於2025年5月24日假東華三院「東蒲」舉辦《觸動·新·蒲崗 - 健球U15錦標賽2025》。這場比賽不僅為一系列周年慶祝活動揭開序幕，更為來自6間受訓中學及另外公開招募的8間校隊，共14間中學，提供一個展現團隊精神、公平競技及累積比賽經驗的寶貴平台。



參賽學生在比賽中盡情發揮所長，為學校爭光，亦透過運動建立自信與友誼，充分體現健球運動的教育價值。

暑期初體驗計劃

Mini PTS

SYZYG



第16屆Mini PTS 暑期初體驗計劃「SYZYG」的挑戰者於7月22、25、27日順利完成一共三日的挑戰。活動包括忍者運動、原野歷奇、黑夜行山等。希望各位參加者在經歷這三天的挑戰後，學習到團體合作和溝通。得到強大的力量後，繼續勇於接受未來各種新挑戰！期待明年暑假與大家繼續經歷不一樣的新體驗！



原來要用力先過過去！



用我哋剛才執到嘅樹枝，一齊學習生火。



我哋傾下點樣做保護雞蛋嘅工具先！

第二年參加嘅我好勇敢呀，今次完成咗一人Night Walk！



一齊學習做小農夫。



我哋到咗山頂喇！YEAH！

FREE PLAY STATION!

玩係小朋友與生俱來嘅本能!

FAM25260055/3 & FAM25260055/4

1/11/2025

SAT 六 費用全免

1:00pm-3:00pm

穗禾服務處

對象：K2至小三的會員及家長
負責同工：蘇皓瑤姑娘、馮樂琳姑娘

我地中心將化身為期間限定嘅親子遊樂場，讓小朋友自由探索，發揮創意，全面啟發佢地嘅潛能！同時，家長亦會同小朋友一齊經歷遊戲旅程，「建構」一個獨一無二嘅親子時光！

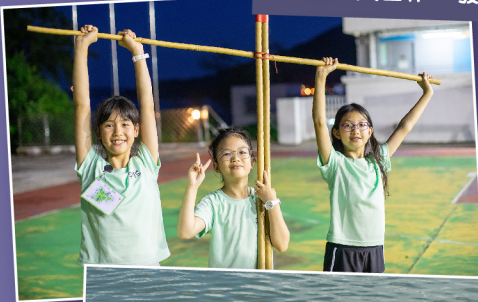


暑期體驗計劃 PTS

SYZYGY

第21屆PTS暑期體驗計劃「SYZYGY」已於7月13日至7月17日舉行，今年共有24位參加者及3位守護先鋒接受一連五日的挑戰，一同經歷了攻防箭、獨木舟訓練、宿營及夜行挑戰等。參加者透過不同活動得以發掘自己的強項及內在潛能，實踐了PTS三大元素，讓個人抗逆力及自信得以提升。願各位帶著PTS的精神，繼續進步、正面迎接不同挑戰，盡己所能，完成任務，繼續突破自我！

學習與人合作，發揮團隊精神。



團體訓練，考驗專注及發揮溝通能力。



獨木舟訓練，挑戰自我！



結伴同行，我們一同互相支持、勇敢面對夜山的各種障礙！

香港童軍新界東地域沙田西區

第37旅

2025-2026年度 團員招募計劃

支部集會地點 方樹福堂服務處

小童軍A團

招募人數	4人	年齡	5.5-7歲兒童
集會時間	逢星期六 SATURDAY 2:00PM-3:30PM		
面試日期	4/10/2025(六) 3:30pm-6:00pm 期間		
查詢	Madam Mak 2699-4100		

支部集會地點 穗禾服務處

小童軍B團

招募人數	3人	年齡	5.5-7歲兒童
集會時間	逢星期六 SATURDAY 11:15AM-12:30PM		
面試日期	4/10/2025(六) 3:30pm-6:00pm 期間		
查詢	Madam Etta 2602-1220		

報名日程

童軍報名投籌日

8/9 MON - 20/9 SAT

- 會員可選擇在方樹福堂服務處 或 穗禾服務處 進行投籌。

公佈抽籤結果

22/9 MON

- 公佈抽籤結果，於中心兩個服務處內張貼中籤者名單。

中籤者到中心索取及提交報名表格

22/9 MON - 27/9 SAT

- 中籤者可到中心兩個服務處索取及填寫報名表格。
- 逾時提交者作放棄論，名額一律由後備中籤者補上。

面試時間詳見申請表，由負責同事個別聯絡。

注意事項

- 1) 家長在投籌前先確定參加者的年紀符合，否則中籤亦不能報名。
- 2) 參加者必須參加由各所屬支部舉辦之入旅簡介會及先修班(有關日期會於面試日通知)。

《成長樂園》

課餘託管服務

方樹福堂服務處

負責同工：麥詠恩姑娘

《開心學堂》

課餘託管服務

穗禾服務處

負責同工：蘇皓瑤姑娘、黃綺琳姑娘

10月 Oct 2025

12月 Dec

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\$1580 (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
3:00pm - 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
3:00pm - 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
3:00pm - 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	一
3:00pm - 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

* 導師駐場時間為3:30p.m-6:30p.m



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

每6節為一階段 | 每節45分鐘

「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。

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)

《開心學習村》

特別學習需要為本課餘託管服務

方樹福堂服務處 負責同工：麥詠恩姑娘

10月 Oct 2025
12月 Dec

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。

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。

對象 小一至小六會員

名額 8人

費用 每月\$2800 (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)		

點滴親和輔導系列

青少年成長輔導

青春期待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

服務對象 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所激怒，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

第1步：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步：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步：轉化及整合

- 轉化舊有行為模式
- 整合自己豐富資源

共6-8節 | 每節1.5小時

服務對象 成年人士(不限定家長)

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。

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疏理分歧

共建親密

- 建立親密關係，共建希望的秘道

共6-8節 | 每節1.5小時

服務對象 夫妻

查詢 梁佩雯姑娘(家庭個案輔導員)

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、原生家庭糾結等問題。

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。

個人心靈
輔導

哀傷治療
小組

情緒藝術
工作坊

服務對象

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)

「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。

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

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

服務對象

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

梁佩雲姑娘(家庭個案輔導員)

親子互動系列

FAM(FREE)25260001/C

家庭凝樂

「走進孩子心」 遊戲治療家長講座

- 1) 認識「兒童為本遊戲治療」的理念和概念；
- 2) 學習聆聽和回應子女的內心世界。

對象 育有3至10歲兒童之家長

名額 12人

最少人數 3人

日期 27/11(四)

時間 10:00am-11:45am

地點 方樹福堂服務處

負責同工 曾詠蓮姑娘

\$50 / 1節

孩子經常發脾氣？有口難言？
這令家長相當苦惱！

其實，遊戲是兒童的語言，玩具是他們的文字。

家長透過是此講座，可以學習「兒童為本遊戲治療」的基本原則和技巧，學習透過玩具和遊戲，進一步傾聽兒童內心世界，從而學習回應子女的情緒，建立良好的親子關係。

備註

如孩子在本中心正接受遊戲治療，家長免費參加。

FAM(FREE)25260017/1

家庭成長服務

手築情誼 積木遊戲治療小組

- 1) 透過遊戲練習同理心及溝通能力；
- 2) 逐漸提升的兒童社交能力。

對象 小一至小二會員

名額 3人

最少人數 2人

日期 21/10、28/10、4/11、11/11、
18/11、25/11 (逢星期二)

時間 4:30pm - 5:30pm

地點 方樹福堂服務處

負責同工 馮樂琳姑娘

\$240 / 6節

小組善用兒童對Lego的興趣，提升他們的社交能力。
兒童在小組中會化身成不同角色，朝著共同目標一起溝通及解難，構建各式各樣的Lego組合。

備註

報名後負責職員會聯絡家長了解更多兒童的狀況。而小組結束後家長可以和負責職員回顧兒童的表現。

伸展運動治療 STRETCHING EXERCISE

21/10、
4/11、18/11、
2/12、16/12
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

14/10、28/10、
11/11、25/11、
9/12、23/12
8:00pm-9:30pm

方樹福堂服務處

活動將由拳擊導師Jason Fung帶領



費用：\$120

人數：8人

如有興趣報名，可致電
2699-4100 馮姑娘 或 2602-1220 業Sir 查詢

FAM25260074/A

男士小組服務

MEN'S CLUB

不少男士作為父親，要在忙碌生活中找到一個喘息的空間並不是一件容易的事，特別是當回想起讀書年代的自己、在球場上「爆汗」的自己，就有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不同類型的運動，重新得力！即使面對著生活壓力、需要照顧家庭的同時，請男士們不忘要照顧自己的身心健康。Men's Club亦會不定期舉辦出外活動或其他特別活動，希望讓男士更能夠從中發掘自己的可能性和了解自己！

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 NIGHT

男士小組恆常每星期二晚活動，
提升男士照顧者身心靈健康。

男士小組服務Men's Club / FAM25260074/A

CODE

兒童好品系列

FAM(FREE)25260013/10-12月

家庭凝樂

正念系列SAM

- 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) 運用多元介入手法，包括運動、藝術創作和遊戲提昇學童情緒表達。

對象 7-10歲會員

名額 6人

最少人數 4人

日期 19/12 (五) 及 23/12 (二)

時間 19/12 (5:00-6:00pm) 及
23/12 (3:00-4:30pm)

地點 方樹福堂服務處

負責同工 梁佩雯姑娘

\$120 / 2節

主要環繞SAM
(S)Sport Like、(A)Art Lab、
(M)Mindful Cook
其中兩個元素。

(A)Art Lab
塑彩塗鴉以不同材料把獨特的創作天份呈現在主題畫上。

1. 石頭畫

(M)Mindful Cook
透過講求步驟的烹飪來增強左右腦-自控、邏輯、情緒的管轄區。

1. 製作甜品美點

FAM(FREE)25260002/話事權

家庭成長服務

內在小孩 child-IN-Child

- 1) 了解「心理地位」中所產生的權力拉鋸戰；
- 2) 學習擺脫過去、重新建立家庭「我好，你也好」的溝通模式。

對象 有興趣的成人或家長會員

名額 8人

最少人數 4人

日期 8/10、22/10、12/11 (逢星期三)

時間 9:30am - 11:00am

地點 方樹福堂服務處

負責同工 梁佩雯姑娘

免費 / 3節

1. 課程設計以「心理地位」和「依附理論」作框架。
2. 了解自己原生家庭的話事權模式。
3. 分析自己成長後與別人(包括丈夫、孩子或身邊人物)所產生的權力拉鋸戰。
4. 建立「我好，你也好」的溝通模式。

CODE

正念系列-SAM / FAM(FREE)25260013/10-12月
內在小孩Child-IN-Child / FAM(FREE)25260002/話事權



細心聆聽業Sir講解，
點樣用策略取勝



地壘球體驗 -
媽媽也來大顯身手



親子合作，很是快樂



東華三院社會企業
好當家
新界東
New Territories East



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

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

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

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

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

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

TUE S M T W T F S
TUESDAY
星期二

藝術系列
ART

FAM25260012/3

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 14/10、21/10、28/10、4/11、
11/11、18/11、25/11、2/12、
9/12、16/12 (逢星期二)

時間 8:00pm - 9:00pm

地點 方樹福堂服務處

負責同工 曾俊聞先生 及 導師 **\$880 / 10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。

舞蹈系列
DANCE

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。

對象 5 - 8歲會員

名額 10人

最少人數 4人

日期 14/10、21/10、28/10、4/11、
11/11、18/11、25/11、2/12、
9/12、16/12 (逢星期二)

時間 8:00pm - 9:00pm

地點 方樹福堂服務處

負責同工 曾俊聞先生 及 導師 **\$1200 / 10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。

FAM25260015/3

高班 6:00pm-7:00pm

FAM25260016/3

Grade 1班 7:00pm-8:00pm

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。

晚間兒童畫班(2025年10月-12月) / FAM25260012/3

芭蕾舞高班(2025年10月-12月) / FAM25260015/3

芭蕾舞Grade 1班(2025年10月-12月) / FAM25260016/3

CODE

TUE S M (T) W T F S

TUESDAY

星期二

心靈+動腦+入廚+通識

FAM25260010/3

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。

對象 7 - 11歲會員

名額 6人

最少人數 4人

日期 14/10、21/10、28/10、4/11、
11/11、18/11 (逢星期二)

時間 7:30pm - 8:30pm

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。

WED S M T (W) T F S

WEDNESDAY

星期三

心靈+動腦+入廚+通識

FAM25260056/糖水篇

生活技能及職志體驗

Kid Kid聲之糖水篇

- 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 15/10、22/10、5/11、12/11、
19/11、26/11 (逢星期三)
(29/10重陽假期暫停)

時間 7:00pm - 8:00pm

地點 穗禾服務處

負責同工 黃綺琳姑娘 **\$400 / 6節**

在活動中製作不同中式糖水。

備註

- 1) 舊生優先報名。
- 2) 自備圍裙及食物盒。

舞蹈系列
DANCE

LIF25260008/3

生活技能及職志體驗

穗禾芭蕾舞

- 1) 可鍛鍊身體的柔軟度和節奏感；
- 2) 提升學員自信。

對象 4 - 6歲初學學員

名額 10人

最少人數 4人

日期 8/10、15/10、22/10、5/11、
12/11、19/11、26/11、3/12、
10/12、17/12 (逢星期三)
(29/10重陽假期暫停)

時間 6:00pm - 7:00pm

地點 穗禾服務處

負責同工 廖惠嫻姑娘 及 導師 **\$1000 / 10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) 舊生優先報名、學生必須穿著由芭蕾舞公司指定的芭蕾舞服裝。

MOMENTS

CELEBRATION FOR

35th Anniversary

舞蹈系列
DANCE

LIF25260009/3

生活技能及職志體驗

穗禾芭蕾舞(高班)

- 1) 可鍛鍊身體的柔軟度和節奏感；
- 2) 提升學員自信。

對象 5 - 8歲或已完成中班之學員

名額 10人

最少人數 4人

日期 8/10、15/10、22/10、5/11、
12/11、19/11、26/11、3/12、
10/12、17/12 (逢星期三)
(29/10重陽假期暫停)

時間 7:00pm - 8:00pm

地點 穗禾服務處

負責同工 廖惠嫻姑娘 及 導師 **\$1200 / 10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) 舊生優先報名、學生必須穿著由芭蕾舞公司指定的芭蕾舞服裝。

THU S M T W (T) F S

THURDAY

星期四

語文系列
LANGUAGE

LIF25260010/3

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 9/10、16/10、23/10、30/10、
6/11、13/11、20/11、27/11、
4/12、11/12 (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

- 1) 舊生優先報名。

FRI S M T W T (F) S

FRIDAY

星期五

舞蹈系列
DANCE

FAM25260043/2B

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 10/10、17/10、24/10、31/10、
7/11、14/11、21/11、28/11、
5/12、12/12 (逢星期五)

時間 5:00pm - 6:00pm

地點 方樹福堂服務處

負責同工 麥詠恩姑娘 及 導師 **\$900 / 10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。

音樂系列
MUSIC

生活技能及職志體驗

兒童小提琴

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。

名額 6人

最少人數 4人

日期 3/10、10/10、17/10、24/10、
31/10、7/11、14/11、21/11、
28/11、5/12 (逢星期五)

地點 方樹福堂服務處

負責同工 曾俊聞先生 及 導師

- 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：篠崎小提琴教材 或 鈴木小提琴教(第一冊)。

初階組E1 FAM25260004/5

對象 6 - 12歲會員 (適合初學者)

時間 7:00pm - 8:00pm

\$970 / 10節

高階組E2 FAM25260004/6

對象 6 - 12歲會員 (適合一年經驗者)

時間 8:00pm - 9:00pm

\$1080 / 10節

備註

- 1) 學員需自備小提琴。
- 2) 舊生優先報名。

兒童好品系列

FAM25260038/B 10-12

家庭凝樂

劍擊小英雄B班

- 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。

對象 7 - 12歲會員

名額 10人

最少人數 5人

日期 10/10、17/10、24/10、31/10、
7/11、14/11、21/11、28/11
(逢星期五)

時間 6:00pm - 7:00pm

地點 穗禾服務處

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

- 1) 舊生優先報名。

藝術系列
ART

FAM25260044/2

生活技能及職志體驗

CLAY CLAY園

- 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。

對象 6 - 9歲會員

名額 8人

最少人數 4人

日期 11/10、18/10、25/10、1/11、
8/11、15/11、22/11、29/11、
6/12、13/12 (逢星期六)

時間 9:45am - 10:45am

地點 方樹福堂服務處

負責同工 麥詠恩姑娘 及 導師 **\$900 / 10節**

製作不同主題的黏土作品。
學習不同手作技巧，共同享受創作的
成就感！

備註

- 1) 舊生優先報名。

藝術系列
ART

FAM25260018/3

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，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。

對象 6 - 10歲會員

名額 10人

最少人數 6人

日期 4/10、11/10、18/10、25/10、
1/11、8/11、15/11、22/11、
29/11、6/12 (逢星期六)

時間 7:00pm - 8:00pm

地點 方樹福堂服務處

負責同工 曾俊聞先生 及 導師 **\$880 / 10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。

舞蹈系列
DANCE

生活技能及職志體驗

兒童拉丁舞

- 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 11/10、18/10、8/11、15/11、22/11、
29/11、6/12、20/12、27/12 (4/10、25/10、
1/11、13/12暫停) (逢星期六)

地點 穗禾服務處

負責同工 蘇皓瑤姑娘 及 導師

初階班 FAM25260007/3

對象 6 - 12歲會員

名額 10人

時間 1:30pm - 2:30pm

最少人數 5人

\$650 / 9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 FAM25260008/3

對象 6-12歲及已完成初階班
之學員

名額 8人

最少人數 4人

時間 12:30pm - 1:30pm

\$900 / 9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。

備註 舊生優先報名。

運動系列
SPORT

FAM25260006/3

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、紀律性及團隊精神合作。

對象 6 - 12歲會員

名額 10人

最少人數 5人

日期 11/10、18/10、25/10、8/11、
15/11、22/11、29/11、6/12、
13/12、20/12 (逢星期六)
(4/10、1/11 暫停)

時間 10:00am - 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。

運動系列
SPORT

LIF25260018/3

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 4/10、11/10、18/10、25/10、
1/11、8/11、15/11、22/11、
29/11、6/12、13/12、20/12
(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。

運動系列
SPORT

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。

名額 10人 最少人數 4人

日期 4/10、11/10、18/10、25/10、1/11、8/11、
15/11、22/11、29/11、6/12 (逢星期六)

地點 穗禾苑籃球場

負責同工 張銘深先生 及 導師 **\$620 / 10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。

籃球少年 LIF25260001/3

對象 10 - 14歲會員

時間 10:00am - 11:00am

小籃子 LIF25260002/3

對象 7 - 9歲會員

時間 11:00am - 12:00nn

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。

藝術系列
ART

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。

名額 8人 最少人數 4人

日期 4/10、11/10、18/10、25/10、1/11、8/11、
15/11、22/11、6/12、13/12、20/12
(逢星期六)

地點 穗禾服務處

負責同工 鄭宏業先生 及 導師 **\$847 / 11節**

學習繪畫卡通人物、動物、人物及景物。

穗禾幼兒畫班 LIF25260016/3

對象 6 - 7歲會員

時間 3:15pm - 4:15pm

卡通漫畫班 LIF25260017/2

對象 8 - 10歲會員

時間 4:15pm - 5:15pm

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。
- 4) 29/11 暫停。

穗禾幼兒畫班(2025年10月-12月) / LIF25260016/3
卡通漫畫班(2025年10月-12月) / LIF25260017/2

MOMENTS

CELEBRATION FOR

35th Anniversary

兒童好品系列

FAM25260061/2

家庭凝樂

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 11/10、18/10、25/10、8/11、15/11、
29/11、6/12、13/12、20/12、27/12
(1/11、22/11暫停)

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。

HipHop嘻哈街頭舞(2025年10月-12月) / FAM25260061/2

家庭新成員

New Members

Hello~

職位 半職庶務員

所屬隊伍 方樹福堂服務處行政



王愛芬

HELLO各位好，我是庶務員芬姐。
好開心可以在火炭中心工作，中心內
有地方要清潔，記得搵我呀！

興趣
HOBBY



種植小盆栽

Hi~



職位 社工

所屬隊伍 入校支援及輔導服務

葉詠琪
ELSA

大家好，我係ELSA姑娘，好開心可以
加入呢個大家庭，平時喺中心見到我歡
迎同我傾偈，分享你嘅每日心情！

興趣
HOBBY



去旅行



聽廣東歌

中心服務介紹

Centre Service Introduction

沙田區為擁有最多青少年人口之區域，政府統計處在2023年的統計報告指出沙田區的勞動人口及家庭住戶數目為全港前二，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。

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

中心家庭圖

Family Tree

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
麥詠恩
黃綺琳
活動幹事
曾俊聞
待聘活動幹事
待聘
半職庶務員
王愛芬
何長瑞業務經理
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
丘耀傑
待聘
活動發展
助理
陳偉恒
活動幹事
蔡思琪
余祉晴
待聘社工
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
青少年會員	15歲-24歲	\$30		個人
家長會員	合資格會員之家長	\$30		個人
家庭會籍	家庭會員	\$60		家庭

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；仟元紙幣/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) 如因天氣惡劣或導師缺席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或導師缺席而更改了活動安排，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，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。

Love Message

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

颱風及暴雨信號懸掛後中心開放及活動安排

Typhoon and Rainstorm Warning

CENTRE OPENING AND ACTIVITIES ARRANGEMENT

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	遠足、水上及野外等活動	幼兒活動(1.5-5歲參加者)
雷暴警告	●	●	🐉	✗	●
黃色暴雨	●	●	🐉	✗	●
紅色暴雨	●	🐉	✗	✗	✗
黑色暴雨	★	#	✗	✗	✗
T ₁ 1號暴風信號	●	●	🐉	✗	●
L ₃ 3號暴風信號	●	●	🐉	✗	✗
8號或以上暴風信號	✗	✗	✗	✗	✗
酷熱天氣警告	●	●	✗ (行山活動) 🐉 (夜山活動)	🐉	●

● 中心照常開放/活動繼續進行 ✗ 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。