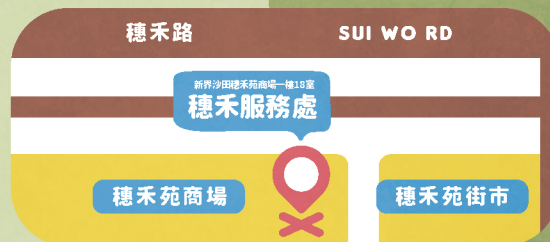




地址：火炭樂景街2至18號銀禧花園第三至四座平台
電話：2699 4100
傳真：2602 7167
途經車輛：巴士88K、A46 / 小巴801、811 / 港鐵火炭站C出口



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	二	三	四	五	六	日
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

時間	星期	一	二	三	四	五	六	日
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

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)



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
78
第七十八期



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

中心通訊

Love Grows Here

2026
10月-12月
OCT to DEC

好消息!

申請成為中心會員，
會費一律全免。

舊生優先報名

9/9 > 18/9
2:00PM 星期三 WED
9:45PM 星期五 FRI

方樹福堂服務處及穗禾服務處

公開報名日

19/9
10:00AM 星期六 SAT

方樹福堂服務處及穗禾服務處



FREE
免費贈閱

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。

www.jcsisc.tungwahcsd.org

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

舞蹈系列
DANCE

FAM26270027/3

生活技能及職志體驗

小小芭蕾舞班 2026 OCT-DEC

- 1) 可鍛鍊身體的柔軟度和節奏感
- 2) 提升學員自信

對象 4-5歲會員

名額 10人

最少人數 4人

日期 13/10、20/10、27/10、3/11、10/11、17/11、
24/11、1/12、8/12、15/12、29/12 (逢星期二)

時間 5:00pm - 6:00pm

地點 方樹福堂服務處

負責同工 張浚彥先生 及 導師 **\$1100 / 11節**

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。

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。
- 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。

藝術系列
ART

FAM26270009/3

生活技能及職志體驗

晚間幼兒畫班 2026 OCT-DEC

- 1) 培養學員對繪畫的興趣
- 2) 啟發學員的創作能力

對象 4-5歲會員

名額 10人

最少人數 6人

日期 13/10、20/10、27/10、3/11、10/11、17/11、
24/11、1/12、8/12、15/12、29/12 (逢星期二)

時間 6:00pm - 7:00pm

地點 方樹福堂服務處

負責同工 張浚彥先生 及 導師 **\$880 / 11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

LIF26270006/3

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 7/10、14/10、21/10、28/10、4/11、11/11、
18/11、25/11、2/12、9/12、16/12 (逢星期三)

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 **\$1100 / 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) 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。

舞蹈系列
DANCE

LIF26270007/3

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 3人

日期 7/10、14/10、21/10、28/10、4/11、11/11、
18/11、25/11、2/12、9/12、16/12 (逢星期三)

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 **\$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) 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。

星期四

語文系列
LANGUAGE

LIF26270008/3

生活技能及職志體驗

2026
10月-12月
OCT-DEC

Funny letterland

- 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 4-5歲會員

名額 10人

最少人數 6人

日期 8/10、15/10、22/10、29/10、5/11、12/11、
19/11、26/11、3/12、10/12 (逢星期四)

時間 4:00pm - 5:00pm

地點 穗禾服務處

負責同工 蘇皓瑤姑娘 及 導師 **\$1100 / 10節**

本課程將字音與圖像、身體動作聯繫，配合有系統及多元化的教材及活動，令學生於唱歌、聽故事及遊戲中學習Phonics，掌握拼音字母發音、字形及拼讀規則。

備註

- 1) 家長在中心接走幼兒時，必須出示該幼兒的會員證。
- 2) 整個課程為期1年，完成課程後並經導師評估達標後可升讀Funny Letter land Advanced，持續進修英語。
- 3) 舊生優先報名。

星期三

舞蹈系列
DANCE

FAM26270002/3A

生活技能及職志體驗

2026
10月-12月
OCT-DEC

幼兒HIP HOP班

- 1) 增加自信心；
- 2) 培養興趣與技能。

對象 4-6歲會員

名額 8人

最少人數 4人

日期 23/10、30/10、6/11、13/11、20/11、
27/11、4/12、11/12 (逢星期五)

時間 4:00pm - 5:00pm

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) 家長在中心接走幼兒時，必須出示該幼兒的會員證。
- 2) 舊生優先報名。

幼兒
CLAY CLUB

FAM26270052/2A

家庭凝樂

大力出奇波

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

對象 4-6歲會員

名額 10人

最少人數 5人

日期 9/10、16/10、23/10、30/10、6/11、
13/11、20/11、27/11 (逢星期五)

時間 5:00pm - 6:00pm

地點 穗禾服務處

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

- 1) 舊生優先報名。

幼兒
CLAY CLUB

FAM26270051/2A

家庭凝樂

穗禾小劍客

- 1) 透過劍擊活動增加組員的事注意力。
- 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 4-6歲會員

名額 10人

最少人數 5人

日期 9/10、16/10、23/10、30/10、6/11、
13/11、20/11、27/11 (逢星期五)

時間 4:00pm - 5:00pm

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，透曲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

FAM26270003/3

生活技能及職志體驗

幼兒主題畫班

2026
10月-12月
OCT-DEC

- 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 4-5歲會員

名額 8人

最少人數 5人

日期 10/10、24/10、31/10、14/11、21/11、
28/11、5/12、12/12 (逢星期六)

時間 10:50am - 11:50am

地點 方樹福堂服務處

負責同工 袁瑋程先生 及 導師 **\$600/8節**

學習幾何、構圖、線條等技巧，並且在執筆填色過程中鍛鍊手部大小肌肉。

備註

- 1) 家長在中心接走幼兒時，必須出示該幼兒的會員證。
- 2) 學員自備畫簿、油粉彩、鉛筆、橡皮擦。
(中心提供剪刀、白膠漿和手工材料)
- 3) 舊生優先報名。

運動系列
SPORT

LIF26270001/3

生活技能及職志體驗

幼兒跆拳道

2026
10月-12月
OCT-DEC

- 1) 教授跆拳道技術
- 2) 建立自信，培養紀律，耐性，體育精神。

對象 4-6歲會員 (初學者)

名額 10人

最少人數 8人

日期 3/10、10/10、17/10、24/10、7/11、14/11、
21/11、28/11、5/12、12/12 (逢星期六)
(31/10除外)

時間 5:30pm - 6:30pm

地點 方樹福堂服務處

負責同工 余祉晴姑娘 及 導師 **\$550/10節**

- 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，有助手脚協調，強健肌肉，提升運動表現。

備註

- 1) 家長在中心接走幼兒時，必須出示該幼兒的會員證。
- 2) 本課程與香港啟聯跆拳道協會合辦。
- 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直接與教練查詢。
- 5) 舊生優先報名。

幼兒
CLAY CLUB

FAM26270005/3

家庭凝聚

幼兒周身郁勁舞團

2026
10月-12月
OCT-DEC

- 1) 增加自信心；
- 2) 培養興趣與技能。

對象 4-5歲會員

名額 6人

最少人數 4人

日期 17/10、24/10、31/10、7/11、
21/11、28/11、5/12、12/12、
19/12 (逢星期六)

時間 3:30pm - 4:30pm

地點 穗禾服務處

負責同工 蘇皓瑤姑娘 **\$720/9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) 家長在中心接走幼兒時，必須出示該幼兒的會員證。
- 2) 舊生優先報名。

藝術系列
ART

LIF26270010/3

生活技能及職志體驗

穗禾幼兒畫班 (初班)

2026
10月-12月
OCT-DEC

- 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。

對象 4-5歲會員

名額 8人

最少人數 5人

日期 3/10、10/10、17/10、24/10、31/10、
7/11、14/11、21/11、28/11、5/12、
12/12、19/12 (逢星期六)

時間 2:15pm - 3:15pm

地點 穗禾服務處

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) 家長在中心接走幼兒時，必須出示該幼兒的會員證。
- 2) 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。
- 3) 參加者請自備畫簿。
- 4) 舊生優先報名。

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	●	●	🦎	✗	●
🌧️ 黃色暴雨	●	●	🦎	✗	●
🌧️ 紅色暴雨	●	🦎	✗	✗	✗
🌧️ 黑色暴雨	★	#	✗	✗	✗
T ₁ 1號暴風信號	●	●	🦎	✗	●
⬇️ ₃ 3號暴風信號	●	●	🦎	✗	✗
⬆️ ₈ 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。

Love 愛家留言 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

