

# 協康會賽馬會家長資源中心 活動快訊

## 人事消息

本中心社工劉慧心(劉姑娘) 將於 4 月份離開賽馬會家長資源中心，調職往本會最新的鯉魚門中心。在此衷心感謝劉姑娘多年來於中心的貢獻，她為家長和兒童提供了很多中文學習上的支援、兒童的社交適應、家長的支援小組等。在此祝福劉姑娘日後在協康大家庭的鯉魚門中心工作愉快！



## 協康售賣獎券 - 義工招募 (JCPRC-19-008)

協康會每年一度的售賣慈善獎券籌款活動將於 4 月至 6 月期間舉行。今年本中心繼續與本會之灣仔中心合作於銷售情況非常理想的地點 - 太古港鐵站內售賣慈善獎券。希望各位會員踴躍支持，有關詳情如下：

日期	時間	地點	對象	內容/備註	查詢
5/5/19 (日) (暫定)	上午 10:00 - 下午 5:30 (其間任何時段)	太 古 城 港 鐵 站	- 家長會員 - 親子 (歡迎家長陪同發展障礙兒童或其兄弟姊妹參加)  * 歡迎連同非會員之親友參與	- 協助協康會售賣獎券籌款 - 參加者可獲義工証書以作鼓勵 - 請於 <u>報名表上填上預算可協助之時間</u>  - 報到：於港鐵太古站內	陳 姑 娘



# 家長天地

賽馬會中心

## A. 家長講座

名稱/編號	日期	時間	地點	對象	名額	費用	內容/備註	查詢
與孩童行 - 適應小學 生活 家長講座 (JCPRC- 19-009)	2/4/19 (二)	上午 10:00 - 11:30	賽 馬 會 家 長 資 源 中 心	家長 會員 (特別適 合子女 將於今 年或明 年升讀 小一的 家長)	20 名	免 費	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 升讀小一，對普遍孩子而言，是個既新鮮又忐忑的經驗，對有特殊學習需要的孩子尤甚。他們既要適應全新的環境，又要應付課業的要求，更要學習投入群體生活，認識新朋友。本講座將與家長分享如何協助子女適應小學的生活。</li> </ul> <p>講者：葉杏冷姑娘(本會教育心理學家)</p> <p>註；此講座與協康會港島區之中心合辦，如會員已於所屬中心報名，則毋須重覆報名。</p>	陳 姑 娘



# 家長天地

## B. 家長聚會

名稱/編號	日期	時間	地點	對象	名額	費用	內容/備註	查詢
家長 茶「聊」 - 每月聚會 (JCPRC- 19-010)	3/4 (三), 7/5 (二)及 4/6/19 (二)	上午 10:00 - 12:00	賽 馬 會 家 長 資 源 中 心	家 長 會 員	不 限	免 費	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 為增強中心與家長以及家長與家長之間的溝通及聯繫，中心誠意邀請你出席我們的每月茶聚，內容：</li> <li>- 因應家長所關心的議題，互相分享及交流資訊，以發揮家長互助的精神。</li> <li>- 介紹協康會、復康服務或社會資源的新資訊，以便家長盡早了解及選擇所需服務。</li> </ul>	陳 姑 娘 / Mo Sir



# 家長天地

賽馬會中心

## C. 家長小組

名稱/編號	日期	時間	地點	對象	名額	費用	內容/備註	查詢
「釋放 · 放鬆 · 回氣」家長鬆一鬆 -- 表達藝術體驗小組 (JCPRC-19-011)	3/5-31/5/19 (逢五, 共 5 節)	上午 10:00 - 12:00	賽馬會家長資源中心	家長會員	10 名	\$50	<ul style="list-style-type: none"> <li>仔仔囡囡都返了學，不如抽空來鬆一下，回一回氣！體驗小組提供一個安全及自由的空間。</li> <li>透過不同形式的藝術創作，例如視覺藝術，音樂，舞動及文字等，享受自由創作的經驗，放鬆自己，釋放內在的能量，並重新發現自身的能力。</li> <li>此活動不需具備藝術創作經驗。</li> <li>請穿着舒適的衣服，以方便作舞動及藝術創作。</li> </ul> <p>導師：香港大學表達藝術治療碩士學生</p> 	陳姑娘

名稱/編號	日期	時間	地點	對象	名額	費用	內容 / 備註	查詢
桌上遊戲家長組 (JCPRC-19-012)	9/5-30/5/19 (逢四、共 4 節)	上午 11:00-12:00	賽馬會家長資源中心	8 至 18 歲之青少年的家長	8 名	\$40	<ul style="list-style-type: none"> <li>桌上遊戲 board game 是一種言語以外的溝通工具。適合不同年齡的人士一起透過遊戲的溝通。</li> <li>家長也可以以桌上遊戲 board game 來作溝通之工具，幫忙家長了解青年子女的需要和情緒，提升親子關係。</li> </ul>	Mo Sir
智能生活家長小組 (JCPRC-19-013)	11/4-18/4/19 (逢四、共 2 節)	上午 11:00-12:00		家長會員	8 名	\$20	<ul style="list-style-type: none"> <li>幫助家長學習一般使用智能手機。</li> <li>學習有助提升聽、講、讀的智能工具，幫助小朋友愉快學習。</li> <li>家長請自備一部可上網的智能手機。</li> </ul>	

# 家長天地

賽馬會中心

## D. 家長興趣班 / 悠閒工坊

名稱/編號	日期	時間	地點	對象	名額	費用	內容/備註	查詢
家長跳舞班 (JCPRC-19-014)	4/4-11/7/19 (逢四、共 12 節， 18/4、 25/4、6/6 亭)	下午 1:00 - 2:45	賽馬會家長資源中心	家長會員	16 名	*\$270	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 以輕鬆愉快心情一齊跳排舞，舞蹈有不同的舞步，輕鬆易學，運動量適中，服飾隨便，無需舞伴，適合任何年齡人士學習。</li> <li>- 歡迎初學者報名參加</li> <li>- 義務家師導師：劉慧萍女士（有多年於特殊學校教導家長及學生之經驗）</li> </ul> <p>註：*出席達 80%以上可獲\$150 之退款</p>	余姑娘

名稱/編號	日期	時間	地點	對象	名額	費用	內容/備註	查詢
自製豬肉乾 (JCPRC-19-015)	10/4/19 (三)	上午 10:00 - 12:00	賽馬會家長資源中心	家長會員	12 名	\$50	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 在家自製豬肉乾簡單又經濟實惠，不但沒有人做色素及防腐劑，還可以依個人喜歡的口味加入不同調味。而且比市面售的更新鮮、更健康吃得很放心。</li> <li>- 家長導師：王太。</li> </ul>	余姑娘
齊齊來包粽 (JCPRC-19-016)	29/5/19 (三)		賽馬會家長資源中心	家長會員	12 名	\$120	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 由經驗家長導師教授學習包咸蛋豬肉粽基本技巧及方法。所有粽子均為手作，深入淺出讓家長更容易掌握在家製作粽子的秘訣</li> <li>- 每位參加者可取回 10 隻粽子，回家自行烹調。</li> <li>- 每位參加者當日需自備購物袋</li> <li>- 家長導師：林太/史太。</li> </ul>	
防蚊磚及軟膏工作坊 (JCPRC-19-017)	26/6/19 (三)		賽馬會家長資源中心	家長會員	12 名	\$70	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 一種天然驅蚊妙法自製驅蚊磚，既沒有殺蟲水的難聞氣味，又可為室內增添一股香氣。</li> <li>- 另配合自製防蚊軟膏，性質溫和亦可用在小朋友身上，今個夏天外出活動必帶備防蚊用品。</li> </ul>	

- 以上活動由家長義務教授分享，歡迎會員在活動中發揮所長、互相交流。如有興趣分享，歡迎與中心職員余姑娘聯絡。
- 活動只供中心家長會員參加，報名後未能出席者，有關課堂材料將不會分發予參加者。此外如活動亦需要參加者一同協助清洗有關食材及工具，請參加者預留時間協助。
- 參加者未能出席課堂，材料均不會補發。

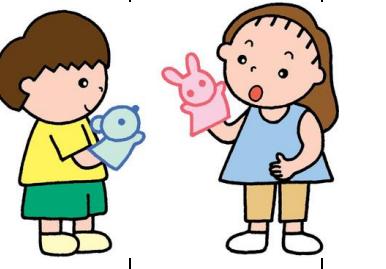
# 兒童園地 - 遊戲 / 學習發展篇

賽馬會中心

名稱/ 編號	日期	時間	地點	對象	名額	費用	內容/備註	查詢
親子學堂 A 班 (JCPRC- 19-018)	27/4 - 18/5/19 (逢六， 共 4 節)	下午 5:00- 6:00	賽 馬 會 家 長 資 源 中 心	2 至 3 歲發展 障礙兒 童及其 家長	4 對	\$200	 <p>以遊戲活動建立學習基礎，促進幼兒社交發展，並與家長交流育兒心得，協助幼兒開展潛能</p> <p>註：</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 經評估而尚未獲服務之幼兒優先（請註明）</li> <li>- 每位幼兒必須由父或母親親自陪同方可參加</li> <li>- 設有家長時段，討論幼兒表現及輔導技巧</li> <li>- 報名的幼兒將安排於 13/4 (六) 接受甄別，由導師編配進入 A 班或 B 班，如人數超出名額，會於甄別後再行抽籤決定，中籤者將獲個別通知</li> </ul>	周 姑 娘
親子學堂 B 班 (JCPRC- 19-019)	1/6 - 22/6/19 (逢六， 共 4 節)	下午 5:00- 6:00			4 對	\$200		
親子學堂 甄別日	13/4/19 (六)	下午 5:00- 6:00		擬報讀 親子學 堂的幼 兒	12 對	免費	 <p>由導師安排遊戲／活動以進行觀察，並將表現及需要相近的幼兒編排進入同一組別</p> <p>註： *每名幼兒須由一位照顧者陪同 *如人數超出名額，會於甄別後再行抽籤決定</p>	

# 兒童園地 - 遊戲 / 學習篇

賽馬會中心

名稱/ 編號	日期	時間	地點	對象	名額	費用	內容/備註	查詢
我們的生活小故事 (JCPRC-19-020)	2/4-7/5/19 (逢二，共 6 節)	下午 4:30-5:30	賽馬會家長資源中心	5-7 歲發展障礙兒童	8 名	\$300	透過中心和外出活動，增加兒童的生活經驗，促進朋輩間的合作，並且製作相關的活動小冊子，鼓勵口語表達	周姑娘／余姑娘
	 							
小童軍 (JCPRC-19-021)	27/4-15/6/19 (逢六，共 8 節)	下午 2:15-3:15		5-8 歲發展障礙兒童	8 名	\$160	藉童軍活動使參加者： 1. 提升服從及合作性，從而發展自律能力 2. 學習自理技巧，培養良好生活習慣，發展自助及助人精神  *參加者須能跟從口頭指令 *上期參加者優先（無故缺席超過 2 節者須重新抽籤）	周姑娘
								
概念樂園類別篇 (JCPRC-19-022)	10/4-8/5/19 (逢三，共 4 節，1/5 暫停)	下午 4:30-5:30		5-7 歲發展障礙兒童	6 名	\$180	-擬參加小組的兒童必須出席 27/3 (三) 下午 4:30-5:30 的免費甄別活動，從而組合有共同需要的兒童，中選者請於獲個別通知後繳費。  -名額有限，向隅者敬請見諒 *暫時毋須繳費	
								

# 兒童園地 - 遊戲 / 學習篇

賽馬會中心

名稱/ 編號	日期	時間	地點	對象	名額	費用	內容/備註	查詢
跟你做個 Friend A (JCPRC- 19-023)	11/4 - 23/5/19 (逢四、 共 5 節, 25/4 及 16/5 暫 停)	下午 4:30 - 5:30	賽 馬 會 家 長 資 源 中 心	4-6 歲 發展障 礙兒童	每組 6 名	\$200	- 透過不同的遊戲及活動，藉此擴展孩子的社交經驗及能力，嘗試與人互動及合作，建立與小隊合作的成功感。	余 姑 娘
跟你做個 Friend B (JCPRC- 19-024)	13/6 - 4/7/19 (逢四、 共 4 節)					\$160		

## 親子興趣班

名稱/ 編號	日期	時間	地點	對象	名額	費用	內容/備註	查詢
手工皂 蛋糕杯 (JCPRC- 19-025)	24/4/19 (三)	上午 11:00 - 12:30	賽 馬 會 家 長 資 源 中 心	8 歲或 以上發 展障礙 兒童及 其家長	5 對	\$95	- 家長與孩子一起動手共同體驗製作手工皂的製造程序，啟發大人與小朋友共同的創意。將親手製成的手工皂帶回家使用。  - 每對參加者均可取回 3 件共同製作的手工皂。	余 姑 娘



# 親子系列節目

賽馬會中心

名稱/ 編號	日期	時間	地點	對象	名額	費用	內容 / 備註	查詢
玩出親子 關係 - 表達藝術 體驗工房 (JCPRC- 19-026)	27/4/19 (六)	上午 10:00- 12:00	賽 馬 會 家 長 資 源 中 心	6-9 歲 就讀主 流小學 發展障 礙兒童 及其家 長	8 對	每對 \$40	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 有否想過透過玩耍及藝術創作，促進家庭成員的溝通及建立親子關係呢？體驗工房提供一個安全並有趣的空間，讓父母和子女透過玩耍及不同的藝術活動，體驗非語言的溝通，並創造一個愉快及合拍的經歷。</li> <li>- 此活動不需具備藝術創作經驗。</li> <li>- 請穿着舒適的衣服，以方便作舞動及藝術創作。</li> <li>- 導師為香港大學表達藝術治療碩士學生</li> </ul>	陳 姑 娘
香港 7 人 欖球賽 (JCPRC- 19-027)	5/4/19 (五)	上午 10:00- 下午 1:00	香 港 大 球 場	8 歲或 以上發 展障礙 兒童及 其家長	12 對	每對 \$10	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 假日與家人一起於現場，近距離觀賞香港 7 人欖球賽的賽事，體驗氣氛。</li> </ul>	Mo Sir
親子廚房 (JCPRC- 19-028)	6/4 及 13/4/19 (逢六、 共 2 節)	上午 11:00- 中午 12:00	本 中 心	10 歲或 以上發 展障礙 兒童及 其家長	6 對	每對 \$100	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 食物是每個人的生活所需，也能成為良好的橋樑，幫助親子之間的溝通的相處。</li> <li>- 透過親子廚房活動，體驗親子之間的合作，創造難忘，珍貴的共同經驗。</li> </ul>	
親子義工 探訪 (JCPRC- 19-029)	18/5/19 (六)	上午 10:00- 下午 1:00	筲 箕 灣 區	10 歲或 以上發 展障礙 兒童及 其家長	10 對	每對 \$40	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 子女在成長的過程中，多是被照顧的一方。但其實他們也能夠，也希望可以運用自己的能力關心和幫助別人。</li> <li>- 透過探訪區內獨居長者，學習與人溝通並關心他們。</li> <li>- 親子組合與義工一起進行探訪，並於探訪後分享彼此學習合作機構：循道衛理中心</li> </ul>	

# 親子系列節目

名稱/編號	日期	時間	地點	對象	名額	費用	內容 / 備註	查詢
親子歷險之旅 - 黑暗中對話體驗 (JCPRC-19-030)	25/5/19 (六)	上午 11:30 下午 3:30	美孚	10 歲或以上發展障礙兒童及其家長	12 對	每對 \$260	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 在伸手不見五指的全黑環境中，體驗失明人士的日常生活和生活技巧。(親子套票原價:\$330)</li> <li>- 親子體驗黑暗中歷險，創造難忘，珍貴的共同經驗。</li> </ul> <p>*本活動要求參加者有日常自理能力，並能家長陪同下，在全黑環境進行約一小時的活動。</p> <p>集合及解散地點：美孚地鐵站 C 出口          集合時間：上午 11:30          合作機構：黑暗中對話體驗館</p>	Mo Sir
青年挑戰站之與爸同行 (JCPRC-19-032)	30/6/19 (日)	上午 10:00-下午 1:00	獅子山	10 歲或以上青少年及其父親 (必須與父親一同報名)	8 對	每對 \$10	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 透過登山活動，與爸爸同遊香港美麗山野。</li> <li>- 登山運動能幫助青年建立良好生活習慣，減輕生活壓力和健康的生活態度。</li> </ul> <p>集合地點：大圍地鐵站 A 出口          行山地點：獅子山(難度屬中下)          (行程回來約 3 小時)</p>	
親子獨木舟體驗 (JCPRC-19-033)	13/7/19 (六)	上午 9:00-下午 6:00	西貢	12 歲或以上發展障礙兒童及其家長	7 對	每對 \$300 (已包括午餐費用)	<p>透過雙人獨木舟活動，體驗親子之間的合作，創造難忘，珍貴的共同經驗。</p> <p>*本活動要求參加者有日常自理能力，並能家長陪同下，在上下午進行各約兩小時的水上活動。</p> <p>集合及解散地點：西貢碼頭          集合時間：上午 9:00          合作機構：香港青年獎勵計劃          野外鍛鍊中心</p>	

## 兒童園地 - 遊戲 / 學習

賽馬會中心

名稱/ 編號	日期	時間	地點	對象	名額	費用	內容/備註	查詢
親親 我社區 (JCPRC- 19-034)	課堂篇 4/5 及 22/6/2019  戶外篇 11/5、25/5 及 8/6/2019 (全部共 5 節)	10:30 - 12:30  10:30 - 2:30	賽馬會家庭資源中心及戶外	12-16 歲發展障礙青少年	6 名	\$500	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 藉著與其他會員一起設定活動程序，能認識現時的社區資源外，更可學習尊重彼此的需要及團隊合作精神。</li> <li>- 透過穿梭社區大街小巷，用心去探索社區環境，用眼睛去發掘社區獨特的一面。</li> <li>- 需穿著輕便服裝及自備防曬、防蚊用品、食水及八達通。</li> <li>- 費用已 11/5、25/5 及 8/6/19 之午餐。</li> <li>- 今期須重新抽籤。</li> </ul>	余姑娘
街坊 小廚神 (JCPRC- 19-035)	26/4/19 (五)	10:00 - 12:30		7-10 歲發展障礙兒童	8 名	\$30	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 讓小朋友在製作美食時，學習採購及製作概念。</li> <li>- 增強小朋友創意及自信心。</li> <li>- 從烹飪學習與人合作及人際相處。</li> <li>- 參加者當日需自備食物盒。</li> </ul> <p>外出時間: 10:30-11:30 往惠康購物</p> <p>** 此活動由惠康集團贊助， 特此鳴謝！</p>	

# 兒童共融活動

名稱/ 編號	日期	時間	地點	對象	名額	費用	內容 / 備註	查詢
樂、樂 遊戲坊 (JCPRC- 19-036)	4/5 - 8/6/19 (逢六、 共 6 節)	下午 3:30- 4:30	賽馬 會家 長資 源中 心	6-10 歲 發展障 礙兒童	8 名	\$180	- 透過音樂活動、遊戲等引發 參加者的溝通、表達及合作  - 此活動與義務工作發展局音 樂創意服務隊合辦	陳 姑 娘

# 兒童園地 - 遊戲 / 學習篇

賽馬會中心

## 兒童劇場 Kids Theatre



此兒童劇場計劃是希望透過多元化的劇場遊戲、情境想象、身體語言、語調訓練等，幫助兒童提升溝通、理解他人及與人合作的能力；同時培養兒童對戲劇的興趣和提升自信。

此計劃獲**惠康集團**贊助大部份的費用，故被選中之參加者需預期由 19 年 3 月至 20 年 2 月期間的週上課，計劃共分 5 期，每期 6 課。每期出席達八成或以上將獲証書及可繼續參加下一期之劇場訓練。參加之小演員將於 19 年 8 月於本中心舉辦之嘉年華會及 20 年初演出他們的戲劇作品。

名稱/編號	日期	時間	地點	對象	名額	費用	內容/備註	查詢
兒童劇場 Kids Theatre ((JCPRC- 19-037))	16/3 - 27/4/19 (逢六， 共 6 節， 20/4 暫 停)	下午 3:30- 4:45	賽 馬 會 家 長 資 源 中 心	8-12 歲 之發展 障礙兒 童 (就讀 主流小 學優 先)	8 名	*\$300	<ul style="list-style-type: none"><li>- 劇場遊戲、情境想象及模擬、身體語言、語調訓練等……</li><li>導師：鍾勵君女士（小貓）英國列斯大學戲劇研究碩士、美國紐約一人一故事劇場畢業。鍾女士積極於推廣社羣戲劇及藝術教育工作。曾為本中心舉辦一人一故事家長劇場以推廣公民教育；她現為多間中、小學的戲劇導師、亦是本中心火鳥藝團的藝術導師。</li></ul> <p>*備註： <ul style="list-style-type: none"><li>- 出席率達 80% 者可獲退回 \$180, 獲証書一張及優先參加第二期之兒童劇場</li></ul></p>	陳姑娘



# 青少年成長坊 - 社交/生活篇

賽馬會中心

名稱/ 編號		日期	時間	地點	對象	名額	費用	內容 / 備註	查詢
想法解讀 社交訓練 Theory of mind  (CPG-JCPRC-19-038-)	課堂篇	4/5-15/6/19 (逢六、共 7 節)	下午 5:00-6:00	賽馬會家長資源中心	就讀主流小二至小四之自閉症學童	6 名	\$240	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 學習適當處理情緒;幫助他們明白別人的感受和想法，從而作出恰當的回應行動或解決方法。</li> <li>- 此活動是一個連貫而持續的小組，並配合戶外活動讓參加者能深化內容運用於日常生活中。</li> <li>- 上期參加報名優先</li> </ul>	Mo Sir
	戶外篇	22/6/19 (六)	下午 12:30 - 5:00	待定				<ul style="list-style-type: none"> <li>- 戶外活動是在實際的社交場景中，實踐課堂所學。</li> <li>- 內容：待定(稍後通知家長)</li> </ul>	
我是配音員- (JCPRC-19-039)		3/5-24/5/19 (逢五、共 4 節)	下午 4:45-5:45	賽馬會家長資源中心	8 歲至 15 歲發展障礙兒童	6 名	\$160	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 為有趣的短片作配音，讓參加者投入對話之中，從而訓練其聆聽及短講能力。同時，透過了解人物角色，學習理解和表達情緒。</li> </ul>	
Minecraft 社交訓練 (JCPRC-19-040)		31/5-28/6/19 (逢五、共 4 節， 7/6 暫停)	下午 4:45-5:45	賽馬會家長資源中心	10 歲至 16 歲發展障礙兒童	4 名	\$200	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Minecarft 是一款沙盒遊戲，可讓兒童在模擬現實的物理環境下，學習與人相處和溝通。</li> <li>- 利用兒童對遊戲的興趣，引發小朋友模仿，思考和創新，讓其快樂地的逐步學習。</li> </ul>	
躍動遊戲 空間 (JCPRC-19-041)		6/4 - 11/5/18 (逢六、共 4 節， 20/4 及 27/4 暫停)	下午 2:00-3:00		8 歲至 13 歲之過度活躍症學童	6 名	\$160	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 以桌上遊戲 board game 來訓練小朋友的專注和情緒管理，寓學習於娛樂。</li> <li>- 桌上遊戲有不同的主題，除了競爭對抗性的，也有合作完成任務的，更有促進自己的認識，讓小朋友在不同情況下，學習與人相處。</li> </ul>	

# 青少年成長坊 - 社交/生活篇

賽馬會中心

名稱/ 編號	日期	時間	地點	對象	名額	費用	內容 / 備註	查詢
職動成長室 (JCPRC-19-042)	8/6-29/6/19 (逢六、共4節)	上午11:00-12:00	賽馬會家長資源中心	5至12歲發展障礙兒童	4名	\$120	義工將會以一對一的方式，進行不同的活動和遊戲，協助參加者認識、了解、學習情緒管理，並提升人際相處的能力。  義工：香港理工大學 職業治療四年級學生	Mo Sir

名稱/ 編號	日期	時間	地點	對象	名額	費用	內容 / 備註	查詢
青年挑戰站 (JCPRC-19-043)	19/5/19 (日)	上午10:00-下午1:00	龍脊	10歲或以上青年	10名	\$10	登山運動能幫助青年建立良好生活習慣，減輕生活壓力和健康的生活態度。  集合地點：筲箕灣地鐵站A出口 行山地點：龍脊(難度屬中) (行程回來約3小時)	Mo Sir



# 青少年成長坊

名稱/ 編號	日期	時間	地點	對象	名額	費用	內容 / 備註	查詢
青年理財 大使－ 理財教育 小組 (JCPRC-19- 044)	3/5 - 17/5/19 (逢五、 共 3 節)	下午 6:30- 8:00	賽 馬 會 家 長 資 源 中 心	15 歲或 以上發 展障礙 兒童	10 名	\$90	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 金錢是青少年日常接觸的事物，如何用、應否用、儲蓄與否等，都是青少年，特別是剛工作的青少年，都是常面對的難題。</li> <li>- 小組內容由 FinKAB 現職投資銀行的義務導師設計，以互動的方式，深入淺出，協助青少年理解自己的需要，學習基本理財知識。</li> </ul>	Mo Sir
青年俱樂部 (JCPRC-19- 045)	24/5 及 14/6/19 (週五、 共 2 節)	下午 6:30- 8:00		12 歲或 以上發 展障礙 兒童	8 名	\$100	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 以桌上遊戲、小組遊戲、小食，分享為主要內容</li> <li>- 締造輕鬆、減壓的空間</li> </ul>	
Running Man (JCPRC-19- 046)	31/5 及 28/6/19 (週五、 共 2 節)	下午 6:30- 8:00	筲 箕 灣 海 傍	12 歲或 以上發 展障礙 兒童	8 名	\$20	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 跑步運動能幫助青年建立良好生活習慣，減輕生活壓力和健康的生活態度。</li> <li>- 由馬拉松長跑義工帶領於筲箕灣海傍進行緩步跑訓練。</li> <li>- 下午 6:30 於本中心集合</li> </ul>	
健樂 青年 小組 (JCPRC- 19-047)	藝術	18/5(六)	賽 馬 會 家 長 資 源 中 心	14 歲或 以上發 展障礙 青少年	10 名	\$120 (已包 括 1/6 之晚餐 費用)	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 此為長期性小組，推動青年主導，共議小組內容。 (上期參加者優先報名) 藝術體驗：和諧粉彩 (義工導師：郭太)</li> </ul>	
	學習	1/6 (六)		14 歲或 以上發 展障礙 青少年	10 名	\$120 (已包 括 8/6 之晚餐 費用)	主題活動：自理及健康生活 及小組聚餐	
樂動 義拾 青年 小組 (JCPRC- 19-048)	藝術	25/5(六)	賽 馬 會 家 長 資 源 中 心	14 歲或 以上發 展障礙 青少年	10 名	\$120 (已包 括 8/6 之晚餐 費用)	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 此為長期性小組，推動青年主導，共議小組內容。 (上期參加者優先報名) 藝術體驗：和諧粉彩 (義工導師：郭太)</li> </ul>	
	學習	8/6 (六)		14 歲或 以上發 展障礙 青少年	10 名	\$120 (已包 括 8/6 之晚餐 費用)	主題活動：輕鬆交朋友 及小組聚餐	

# 青年城市歷奇之旅 (JCPRC-19-049)

青年城市歷奇之旅，是一個讓青年人去仔細認識這土生土長的香港，其中一些獨特地區的文化、設施、歷史的旅程。這次我們會一起走訪石硶尾和深水埗區，並會入住美荷樓。

香港青年旅舍協會 — 美荷樓青年旅舍是由第一代「H型」徙置大廈活化而成，提供由原公屋單位改建的精品房間，現在成為接待各國旅客及介紹香港文化的酒店規格之青年旅舍。青年們除了會參觀特色的「美荷樓生活館」外，也會參觀香港賽馬會創意藝術中心及參與其中藝術工房的工作坊。希望透過營前的聚會、歷奇營、及營後的聚會，讓青年人去學習做計劃、搜集資料、記錄及整理。所自己所見及感及有關石硶尾和深水埗區的故事與人分享。

此活動獲 XL Catlin 公司贊助，特此鳴謝！



名稱/ 編號	日期	時間	地點	對象	名額	費用	內容 / 備註	查詢
<b>營前聚會</b>	7/4/19 (日)	下午 3:30- 6:00	本 中 心	14 歲 或以 上發 展障 礙青 少年	15 名	全期 \$ 600  (加者如 能出席 全部聚 會，可 獲退回 \$200)	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 自理訓練</li> <li>- 遊戲及藝術初探</li> <li>- 策劃城市歷奇之行程</li> <li>- 認識營友及講解入營安排</li> </ul> <p>*參加須出席全部兩節營前會</p>	Mo Sir / 陳 姑 娘
	12/4/19 (五)	下午 6:30- 8:00						
<b>青年城市 歷奇營</b>	24/4 - 26/4/19 (週三至 週五、 三日兩夜)	見 備 註	石 硶 尾 及 深 水 埗 區				<ul style="list-style-type: none"> <li>- 入住香港青年旅舍協會美荷樓青年旅舍，認識石硶尾及深水埗的社區特色，接觸不同文化背景人士。</li> <li>- 在三日兩夜中，學習自理和與人相處。並與同行的青年一起策劃部份行程</li> </ul> <p>集合時間：(24/4)下午 2:30 解散時間：(26/4)下午 1:00 集散地點：港鐵石硶尾站 A 出口(站內)</p>	
<b>營後聚會</b>	4/5/19 (六)	下午 6:30- 8:00	賽 馬 會 家 長 資 源 中 心				<ul style="list-style-type: none"> <li>- 分享、回顧於歷奇營的體會；學習整理所收集的資料以預備 11/5 之分享會。</li> </ul>	
<b>**分享會</b>	11/5/19 (六)						<p>**<u>誠邀家長出席</u> 11/5 (六)晚上 7:00-8:00 之分享會，一起分享青年們在歷奇營的經驗和體會。</p> <p>備有茶點招待。</p>	

# 兒童及青少年興趣班

名稱/ 編號	日期	時間	地點	對象	名額	費用	內容 / 備註	查詢
4-5 月 游泳班 (JCPRC- 19-050)	6/4- 18/5/19 (逢六,共 6 堂) (20/4 暫 停)	上午 9:00- 12:00 及 下午 1:00- 3:00	灣仔摩利臣山泳池	6 歲或 以上發 展障礙 兒童或 棠棣	5 名	\$2100	- 活動以個別形式教授。 - 每節一小時。如要求特別時段，請 於報名表上註明，若遇相同時段， 則以抽籤先後次序編入各時段。 - 如持有「殘疾人士登記證」，連同陪 同者可免小童入場費入場。	Mo Sir
5-6 月 游泳班 (JCPRC- 19-051)	25/5- 29/6/19 (逢六, 共 6 堂)				5 名	\$2100	- 參加者必須準時到達摩利臣山訓 練池；如需由教練協助帶領入場請 於活動報名後與 Mo Sir 聯絡。 - 請自備入場費、泳鏡、泳帽及毛巾 教練：薛 Sir (香港游泳教師總會-認証游泳教師) *(上期參加者重新抽籤)	
籃球隊 A 班 - 研習班 4 - 6 月 (JCPRC- 19-052)	6/4- 22/6/19 (逢六, 共 11 節) (20/4 暫 停)	下午 4:00- 5:30	愛秩序灣籃球場	必須為 上期參 加者及; 經教練 推薦	20 名	\$660	- 訓練籃球技術如：傳球、射球、進攻 及防守等。加強兒童手眼協調、合作 及團隊精神。 備註：初次參加者必須參加 基礎班(5:30pm 上堂)，如合適其他班 別，教練將安排轉班。	
籃球隊 B 班 - 基礎班 4 - 6 月 (JCPRC- 19-053)		下午 5:30- 7:00		8 歲以 上發展 障礙兒 童及棠 棣	20 名	\$660	- 請自備籃球及水上課  教練： 葉 Sir (香港籃球總會註冊教練) 羅 Sir (香港籃球總會註冊教練) 古 Sir (經驗導師)	
J C 足球隊 4 月 (JCPRC- 19-054) (逢日、 共 3 節)	地點： 愛秩序灣硬地場 7/4 時間：下午 1:00-2:30			8 歲或 以上發 展障礙 兒童及 棠棣 (上期 參加者 毋須抽 籤)	40 名	\$195	- 足球技術訓練如：傳球、控球、 頭球、射球、進攻及防守等；以 及訓練團隊精神。 - 初次參加者請自行購買 4 或 5 號 足球上課。 - 由於需要每月向康文署申請 活動場地，故練習時間和場地亦 會有所不同，敬請留意。 - 每次練習均會安排一名教練及一 名助教 主教練:周 Sir (前香港代表隊及前甲組球員) 及 俞 Sir (資深足球教練)	

# 兒童/青少年興趣班

賽馬會中心

名稱/編號		日期	時間	地點	對象	名額	費用	內容 / 備註	查詢
非洲鼓及敲擊樂班	Artist in Wonder Band A (JCPRC-19-055)	26/4 - 31/5/19 (逢五、共 6 節)	下午 5:45 - 6:30	賽馬會家長資源中心	6 歲以上之發展障礙兒童或棠棣	8 名	\$660	 <ul style="list-style-type: none"> <li>- 這是一個有趣又充實的課程，以學習多種元素，包括旋律，和弦，節奏及動作，圍繞十首小朋友所喜愛的兒歌，以敲打不同的敲擊樂器，如彩虹鐘、鐵片琴、木箱鼓、非洲鼓等一同唱歌聲音，學和弦及做手語歌，合奏出兒童喜愛的音樂，合奏型成一隊樂隊。是很好的合作活動也是合奏訓練，提供了手口眼協調，一邊奏樂器一邊唱歌或唱音，刺激左右腦活動，有助智力發展。</li> </ul>	余姑娘
	Artist in Wonder Band B (JCPRC-19-056)	14/6-12/7/19 (逢五、共 5 節)				8 名	\$550		
	音樂節拍進階暨表演隊 A (JCPRC-19-057)	26/4 - 31/5/19 (逢五、共 6 節)	下午 6:35 - 7:20	需由導師推薦		8 名	\$660	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 非洲鼓的進階課程</li> <li>- 上期參加者優先</li> <li>- 曾於本中心參加音樂節拍班學員</li> <li>- 透過舞台表演訓練，提高參加者的自律性及使命感，使參加者從中掌握到一般舞台表演的形式，在訓練及表演經驗中加強自信及團隊精神。</li> </ul>	
	音樂節拍進階暨表演隊 B (JCPRC-19-058)	14/6-12/7/19 (逢五、共 5 節)				8 名	\$550	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 過去曾被邀請加入非洲鼓隊之學員。</li> </ul> 	

導師：周政慧小姐(Minnie 姐姐)畢業於香港演藝學院音樂系，主修西洋敲擊樂，有豐富演出及教學經驗，有十多年特殊學校教授音樂經驗。

# 兒童/青少年興趣班

賽馬會中心

名稱/編號	日期	時間	地點	對象	名額	費用	內容 / 備註	查詢
4 - 5 月 親子 電子琴 (JCPRC- 19-059)	13/4 - 25/5/19 (逢六、 共 6 節)	下午 3:30 - 6:30 下午	賽 馬 會 家 長	6 歲或 以上發 展障礙 兒童及 其一名 家長	6 對	\$780	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 教授基本樂理及電子琴彈奏技巧。</li> <li>- 活動以半小時為一節。</li> <li>- 如要求特別時段，請於報名表上註明，若遇相同時段，則以抽籤先後次序編入各時段。</li> </ul> <p>導師：曹老師</p> 	余 姑 娘
6 - 7 月 親子 電子琴 (JCPRC- 19-060)	1/6 - 13/7/19 (逢六、 共 7 節)	4:00 - 6:30	資 源 中 心	家長		\$910		

## 家庭活動

名稱/ 編號	日期	時間	地點	對 象	名 額	費用	內容/備註	查 詢										
休閒 一日遊 (JCPRC- 19-061)	31/3/19 (日)	上午 9:00   下午 5:00 逾時 不候 敬請 準時	西九苗 圃公園 、 流浮山 鮑魚海 鮮午宴 、 恆香製 餅廠 、 沙田文 化博物 館	家庭 會員	58 名	\$155 (大小 同價)  \$95 (不足 3 歲,只佔 車位不 佔餐位 兒童)  <b>*年齡 以活動 當日計</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 早上集合後乘旅遊車前往西九苗圃公園。可飽覽維多利亞港和港島景緻。</li> <li>- 乘旅遊車前往流浮山，可在市集自由選購當地特產。</li> <li>- 午餐於流浮山享用豐富鮑魚海鮮午宴。</li> <li>- 餐後乘坐旅遊車前往恆香製餅廠，參觀製餅過程。</li> <li>- 下午再乘坐旅遊車前往沙田文化博物館。(免入場門票，專題展覽需門票除外。)</li> </ul> <p><u>鮑魚海鮮宴(12人一席)</u></p> <table style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 50%;">果皮蒸鮑魚</td> <td style="width: 50%;">翡翠鴛鴦片</td> </tr> <tr> <td>金栗龍脷柳</td> <td>蒜茸蒸茄子</td> </tr> <tr> <td>白灼海生蝦</td> <td>郊外油菜</td> </tr> <tr> <td>香橙焗肉排</td> <td>絲苗白飯</td> </tr> <tr> <td>古法金禾烤鴨半隻</td> <td>合時生果</td> </tr> </table> <p>註: 如天文台於當日早上 7:00 或之後發出紅色暴雨警告或 3 號風球，活動將會取消，稍後通知更改日期</p>	果皮蒸鮑魚	翡翠鴛鴦片	金栗龍脷柳	蒜茸蒸茄子	白灼海生蝦	郊外油菜	香橙焗肉排	絲苗白飯	古法金禾烤鴨半隻	合時生果	余 姑 娘
果皮蒸鮑魚	翡翠鴛鴦片																	
金栗龍脷柳	蒜茸蒸茄子																	
白灼海生蝦	郊外油菜																	
香橙焗肉排	絲苗白飯																	
古法金禾烤鴨半隻	合時生果																	