

# 協康會賽馬會家長資源中心

## 活動快訊



## 重要通知

由於受疫情及相關措施影響，以及考慮參加者之健康為大前題，機構已制定了相關之防疫措施，本期活動的報名亦作特別安排，詳情請參閱「聯合通告」，請會員留意及配合。

如有任何疑問或爭議，請致電中心 2827 2830 查詢，中心保留最終決定。



## 人事消息

為了支援港島東區育有特殊需要兒童之少數族裔家庭，本中心參與「少數族裔地區大使」試驗計劃，並已增聘一名地區大使 Usra Ramzan(華森)，森姐姐已於本年 9 月到職，她會為中心少數族裔朋友提供翻譯服務，亦會協助中心舉辦有趣味的活動！

Hello, I am Usra Ramzan – Ethnic Minority District Ambassadors (EMDA) of Eastern District. I can speak fluent English and Cantonese. I will be providing translation services for the Ethnic Minority families in the center. And I will be also organizing fun and interesting activities for you to enjoy. Let's all welcome each other with love and support.



名稱/編號	日期	時間	地點	對象	名額	費用	內容 / 備註	查詢
Sticker line up (JCPRC-22-263)	17/11/2022 (週四)	下午 3:00 - 4:00	The Center	4-6 Year old	6	Free	A fine motor activity with hand and eye coordination and pinching techniques. 透過有趣的貼紙遊戲，提升參加者手眼協調能力及指支靈活性。	森姐姐

# 協康售賣旗日 - 義工招募

(JCPRC-22-264)

日期	時間	地點	對象	內容 / 備註	查詢
11/2 (週六)	上午 10:00 - 12:00 (其中 任何 時段)	筲 箕 灣 區	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ 家長會員</li> <li>➤ 青少年會員 (中心將安排義工協助)</li> <li>➤ 親子(10歲以下需家長陪同)</li> </ul> <p>*歡迎連同非會員之親友參與</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ 協助協康會賣旗籌款</li> <li>➤ 參與2小時或以上可獲小禮品一份及義工証書以作鼓勵</li> </ul> <p>*請於報名表上填寫姓名</p>	馬 姑 娘

## 港鐵社區畫廊

為了讓更多社區人士認識本中心及欣賞會員的作品，中心將於 **2022年12月1至31日期間**參加「港鐵社區畫廊」計劃，有關作品將在筲箕灣地鐵站內公開展出，歡迎大家親臨欣賞及支持。

名稱/編號	日期	時間	地點	對象	名額	費用	內容 / 備註	查詢
流體畫 創作 A班 (JCPRC- 22-265)		上午 9:45 - 10:45		9-13歲 發展障 礙兒童	8 名	\$10	<p>流體畫亦稱流動畫，只是使用顏料在畫布上流動與混合的藝術創作形式，不需要畫筆也繪畫出像岩石、海浪一樣的自然紋理，是種能療癒人心的靈性創作方式。活動亦加入「正念」元素，提升參加者對自己的覺察及欣賞。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ 請自備膠手套及圍裙上堂</li> </ul>	歐 姑 娘
流體畫 創作 B班 (JCPRC- 22-266)	13/11/ 2022 (週日)	上午 10:45 - 11:45	本 中 心	14歲或 以上發 展障礙 兒童	8 名	\$10	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ 參加者作品將有機會在「港鐵社區畫廊」展出</li> <li>➤ 此活動由義務家長導師郭太教授</li> <li>➤ 特別鳴謝郭太及多位義工協助</li> </ul>	歐 姑 娘 / 黃 姑 娘



日本和諧 粉彩 體驗日 A 班 (JCPRC- 22-267)	13/11/ 2022 (週日)	下午 1:30 - 2:30	本 中 心	9-13 歲 發展障 碍兒童	8 名	\$10	和諧粉彩主要是用簡單而獨特的手指繪畫技巧，讓人得著幸福而和諧的感受。不論任何年齡、有沒有繪畫經驗，都可透過日本和諧粉彩發現自己，與自己的心靈交流，從而接納自己的不完美，並重新燃起希望。活動亦加入「正念」元素，提升參加者對自己的覺察及欣賞。	歐 姑 娘 / 黃 姑 娘
日本和諧 粉彩 體驗日 B 班 (JCPRC- 22-268)		下午 2:45 - 3:45		14 歲或 以上發 展障礙 兒童	8 名	\$10	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ 請自備圍裙上堂</li> <li>➤ 參加者作品將有機會在「港鐵社區 畫廊」展出</li> </ul>	

## 節日特備活動 (實體活動)

名稱/編號	日期	時間	地點	對象	名額	費用	內容 / 備註	查詢
利是封大 變身 A (JCPRC- 22-269)	7/1 (週六)	上午 11:00 - 12:30	本 中 心	6-8 歲 發展障 礙兒童	5 名	\$40	如何運用利是封自製掛飾。然後將成果送贈親朋好友，一起迎春接福！讓大家一起將利是封大變身，變成漂亮的燈籠、炮仗等等不同的裝飾，為新增添氣氛。	余 姑 娘
利是封大 變身 B (JCPRC- 22-270)	14/1 (週六)	上午 11:00 - 12:30		9-12 歲 發展障 礙兒童	5 名	\$40	 	
新春同你 玩 (JCPRC- 22-271)	2/2 (週四)	下午 4:00 - 5:00	本 中 心	8 歲以 上發展 障礙兒 童	6 名	\$40	農曆新年大家一齊開開心心熱熱鬧鬧慶新年，玩吓遊戲做手工。認識新朋友，學習表達分享，親友拜年時可以一齊玩。	余 姑 娘
新春團圓 圓圓 (JCPRC- 22-272)	4/2 (週六)	下午 4:00 - 5:30	本 中 心	7 歲以 上發展 障礙兒 童及其 1 名家 長	4 對	\$50/ 對	元宵節湯圓是農曆正月十五元宵節的必備食品，寓意團團圓圓。整湯圓準備工夫不多，小朋友容易上手亦可增加親子關係。可在過程中，介紹過節吃湯圓的習俗，小朋友則邊搓湯圓邊練小肌肉。	余 姑 娘

## 家長天地

## A.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
家長世界 (JCPRC-22-273)	19/1、 16/2 (戶外) 及 16/3 (週四、 共 3 節)	上午 10:00 - 11:30 (16/2 除外)	本 中 心	家長 會員	10 名	\$90 (費用 包括 戶外 活動 燒烤 食品)	<p>「家長世界」是透過多元化活動，如康樂活動、懷舊遊戲、有趣桌遊體驗及經驗分享等活動，讓家長有多一份照顧自己機會、重拾生活樂趣、與自己及他人連繫，體驗彼此關心和支持的力量。</p> <p>➤ 16/2 戶外燒烤活動，參加者請自備車費及飲品(戶外活動亦會因應政府防疫措施而有更改)</p>	歐 姑 娘
星兒家長小組 (JCPRC-22-274)	24/2 及 24/3 (週五、 共 2 節)	上午 10:00 - 11:15	本 中 心	育有自 閉症孩 子的 家長	10 名	\$20	<p>父母是孩子生命中無可替代的帶領者，在孩子的成長路上所面對壓力及辛酸，實非一般人可以想像及明白，因此，這裡提供一個空間讓家長互相分享經驗、互相扶持，讓育兒的路上有更多同行者及彼此支援。</p> <p>此聚會為定期支援小組，歡迎家長加入分享彼此支持。</p>	歐 姑 娘
漫遊本地文化 (JCPRC-22-275)	12/1 (週四)	上午 10:00 - 1:00	深 水 埗	家長 會員	5 名	\$10	<p>家長們也可以化身為文青，透過探索本地街頭，感受獨有文化氣色。</p> <p>漫步深水埗大街小巷，工藝材料商店、文藝小店、型格咖啡店等社區新血。</p> <p>當新店遇上老舖，總能擦出火花，來個文藝深度遊，讓大家在逛街時候尋寶。</p> <p>➤ 集合地點:深水埗地鐵站內客戶服務中心</p>	余 姑 娘

## B.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
中一選校 分享會 (JCPRC-22-276)	6/1 (週五)	上午 10:00 - 11:15	本 中 心	中心 家長 會員	10 名	\$10	過來人家長分享子女就讀港島區中學的支援情況及選校經驗。	歐 姑 娘

輔導服務

在生活中，照顧家庭、管教子女、升學抉擇  
上遇到困難、情緒及壓力…  
歡迎親臨或致電賽馬會家長資源中心，  
與社工歐姑娘或黃姑娘聯絡，  
我們與你同行，為你提供專業支援。

我們的玩具圖書館 A (JCPRC-22-277)	11/1 (週三)	上午 10:30 - 12:00	本中心	家長 會員	6 名	\$10	介紹中心玩具圖書館的各類玩具和借用方法，讓家長可以善加利用  ➤ 此活動尤其適合新會員參與	周姑娘
我們的玩具圖書館 B (JCPRC-22-278)	14/1 (週六)	下午 3:30 - 5:00			6 名	\$10		
小一預備初階家長會 (JCPRC-22-279)	25/3 (週六)	下午 3:00 - 4:00	本中心	小一初階組員家長	6 名	免費	<ol style="list-style-type: none"> <li>總結兒童在組內的表現</li> <li>簡介後續小組活動</li> <li>建議協助孩子適應小學生活的方法及網頁推介</li> <li>意見交流及回饋</li> </ol> <p>*如因特殊情況未能提供實體小組，將改為網上形式進行 (Zoom)</p>	周姑娘

## C.家長管教小組

名稱/編號	日期	時間	地點	對象	名額	費用	內容 / 備註	查詢
宅出趣味來 (JCPRC-22-280)	12/1 及 19/1 (週四、共 2 節)	上午 10:30 - 11:30	本中心	家長 會員	6 名	\$20	世界在轉，疫情在變，留在家中的時間多了，怎樣提升親子時間的質素，同時又能在趣味中促進孩子的發展呢？讓我們在小組中嘗試不同的遊戲，為孩子設計合適的活動吧！ 	周姑娘

## D.家長治療性小組

名稱/編號	日期	時間	地點	對象	名額	費用	內容 / 備註	查詢
和諧粉彩之賀年畫作 (JCPRC-22-281)	3/1 及 10/1 (週二、共 2 節)	上午 10:00 - 11:30	本中心及 ZOOM	家長 會員	10 名	\$20	<p>春節即來臨，以春節為題繪畫美麗而獨特畫作佈置家居。 歡迎大家來到這裡透過繪畫創作，一同體驗和諧粉彩的療癒力量。</p> <p>備註：</p> <p>➤ 參加者不需要任何繪畫技巧也可繪畫出美麗而獨特圖畫。 ➤ 參加者需自備和諧粉彩顏料及用具 ➤ 課堂將以實體及 ZOOM 同時進行</p>	歐姑娘

<p>和諧粉彩 之 花卉世界 (JCPRC- 22-282)</p>	<p>7/2- 28/2 (週二、共 4節)</p>	<p>上午 10:00 - 11:30</p>	<p>本 中 心 及 Z O O M</p>	<p>家 長 會 員</p>	<p>18 名</p>	<p>\$40</p>	<p>在照顧孩子的路上,有時難免會感到疲乏及氣餒,鼓勵你給自己一點安靜的時間,來到這裡共同探索生活智慧、也許會給你一點啟發,給自己一點滋養,再以柔和的和諧粉彩藝術,用簡單而獨特的手指繪畫技巧繪畫出一幅幅美麗圖畫,讓心靈得以滋潤及得著幸福而和諧的感受。</p> <p>➤ 參加者不需要任何繪畫技巧也可繪出美麗而獨特圖畫 ➤ 參加者需自備和諧粉彩顏料及用具 ➤ 課堂將以實體及 ZOOM 同時進行</p>	<p>歐 姑 娘</p>
<p>藝術治療 家長 工作坊 (JCPRC- 22-283)</p>	<p>13/1 (週五)</p>	<p>上午 9:45 - 11:45</p>	<p>本 中 心</p>	<p>家 長 會 員</p>	<p>14 名</p>	<p>*</p>	<p>\$120</p> <p>忙於照顧孩子的你,有空間關顧自己的情緒嗎? 此工作坊讓你於安全放鬆的空間下抒發情緒、享受和體會自我關懷。 活動內容: 創意藝術活動、小組討論和分享</p> <p><b>導師: 謝敏如</b> 特殊教育工作者 表達藝術治療工作者 DanceAbility®(舞動所能)認證導師 Somatic Experiencing®(體感療癒)認可執行師</p> <p>➤ 參加者無須任何藝術經驗。 ➤ 未曾參與 JCPRC-22-257「親子藝術治療小組」的家長優先。</p> <p>*出席後可獲退回\$100</p>	<p>黃 姑 娘</p>



活動贊助:

主辦:

The Hong Kong Club  
Foundation Limited

<p>園藝治療 體驗活動 @ 與植物做 朋友 (JCPRC- HHPA2021- 22-284)</p> 	<p>22/2- 29/3 (週三、 共 6 節 8/3 戶外 活動)</p>	<p>上午 10:00 - 11:30</p>	<p>本 中 心</p>	<p>家 長 會 員</p>	<p>8 名</p>	<p>* \$180 (費用 包括 課堂 所有 花卉 盆栽 及物 資)</p>	<p>小組透過了解植物與生命的關係，重新思考生命的價值，從而提升生活的智慧、對抗逆境的能力、舒緩情緒及管教壓力。</p> <p>課堂主題：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 從葉子看整全生命</li> <li>2. 葉子創作生命無限</li> <li>3. 花草品味人生</li> <li>4. 農莊探索(戶外活動)</li> <li>5. 生命呑，種子瓶(生命你我共享，活出精彩人生)</li> <li>6. 玻璃球中看生命</li> </ol> <p>*出席全期課堂可獲退回\$100</p>	<p>歐 姑 娘</p> 
---	---	-------------------------------------	----------------------	----------------------------	------------	---	---	--

## E.家長悠閒工作坊

名稱/編號	日期	時間	地 點	對 象	名額	費用	內容 / 備註	查 詢
<p>滋味廚房 之 芋蝦 (JCPRC- 22-285)</p>	<p>18/1 (週三)</p>	<p>上午 10:00 - 12:00</p>	<p>本 中 心</p>	<p>家 長 會 員</p>	<p>6 名</p>	<p>\$100</p>	<p>又到農曆新年，大家齊來整咗芋蝦，食完笑哈哈。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ 參加者可以輕鬆自己動手製作</li> <li>➤ 參加者需自備食物盒</li> <li>➤ 最少開班人數為 4 位</li> </ul>	<p>余 姑 娘</p> 
<p>滋味廚房 之 甜酸齋 (JCPRC- 22-286)</p>	<p>8/2 (週三)</p>	<p>上午 10:00 - 12:00</p>	<p>本 中 心</p>	<p>家 長 會 員</p>	<p>6 名</p>	<p>\$100</p>	<p>甜酸齋在「齋界」中的地位崇高，茹素與否也是大眾喜愛的小食。今次大家可以自己親自動手製作</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ 參加者需自備食物盒</li> <li>➤ 最少開班人數為 4 位</li> </ul>	<p>余 姑 娘</p> 
<p>水苔球 工作坊 (JCPRC- 22-287)</p> 	<p>9/3 (週四)</p>	<p>上午 10:00 - 12:00</p>	<p>本 中 心</p>	<p>家 長 會 員</p>	<p>6 名</p>	<p>\$100</p>	<p>有「裸盆栽」之稱的苔玉，運用水苔包裹植物，再用棉繩紮著，便成為一個既可垂吊又可座檯的水苔球。水苔球有助靜化空氣，改善空氣質素，絕對是家居綠色擺設的首選。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ 參加者可製作一個自己的水苔球。</li> </ul>	<p>余 姑 娘</p>

## F. 家長興趣班

名稱/編號	日期	時間	地點	對象	名額	費用	內容 / 備註	查詢
伸展瑜伽 A (JCPRC- 22-288)	6-13/1 (週五、 共 2 節)	上午 10:00 - 12:00	港 島 東 體 育 館	家長 會員	8 名	\$60	瑜伽除了可以幫助伸展筋骨和增強身體柔軟度之餘，更可以令身體和精神得以放鬆，讓家長可以藉此機會減壓，消除平日照顧子女又要兼顧家務的辛勞。	余 姑 娘
伸展瑜伽 B (JCPRC- 22-289)	3-24/2 (週五、 共 4 節)	上午 10:00 - 12:00		家長 會員	8 名	\$120	備註： ➤ 如 3 組同期報名優先。 ➤ 上課前 1 小時不能進食及須穿著輕便運動裝，參加者需自備瑜伽墊。 ➤ 家長導師：吳穎淇女士 ➤ 為免影響課堂進行，遲到逾 30 分	
伸展瑜伽 C (JCPRC- 22-290)	3-24/3 (週五、 共 4 節)	上午 10:00 - 12:00		家長 會員	8 名	\$120	者，將不安排入內參與該節課堂，敬請留意。 ➤ 此活動租用康文署場地，根據政府疫苗通行證實施下，進入體育館的人士必須出示接種疫苗記錄或獲豁免證明，及使用「安心出行」。	



## G. 家長參觀活動

名稱/編號	日期	時間	地點	對象	名額	費用	內容 / 備註	查詢
參觀賽馬 會星亮資 源中心 (JCPRC- 22-291)	2/12/ 2022 (週五)	上午 9:30 - 11:00	賽馬會 星亮資 源中心	家長 會員	20 名	免費	有殊需要的子女有就業方面常常遇到很多困難，隨著社會進步，不少機構都推動共融就業服務。 其中，本會賽馬會星亮資源中心獲香港賽馬會慈善信託基金捐助，開展為期三年的「共創可能」計劃，以發掘 SEN 青年的優勢和特質為本，為他們創建多元化的就業機會，想知我地子女有什麼可能，快 D 報名參觀了解一下啦！ ➤ 集合時間：上午 9:30 ➤ 集合地點：何文田愛民村 7-Eleven 便利 店門外集合	馬 姑 娘

藝想一陶 瓷碟彩繪  SWD- HHPA2021- JCPRC-22- 292	5/1 (週四)	上午 10:00 - 12:00	聖雅各 福群會 6 樓 (石水 渠街)	家長 會員	20 名	\$200	<p>「藝想」主要是智障及自閉症譜系障礙人士的創作平台，為他們提供藝術發展的機會，並以藝術創作為終身事業。</p> <p>同心家長會特殊教育關注組邀請了「藝想」的師傅仔，教大家製作獨一無二的陶瓷碟彩繪。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ 同心家長會會員優先</li> <li>➤ 此活動獲同心家長會資助。</li> </ul>	馬 姑 娘
參觀展能 發展中心 屯門 SWD- HHPA2021- JCPRC-22- 293	24/3 (週五)	上午 10:00 - 12:00	展亮技 能發展 中心 (屯門)	家長 會員	20 名	免費	為配合不同家長需要，同心家長會將舉辦參觀展亮技能發展中心活動，讓家長了解中心提供的各項職業訓練課程，及子女未來的職業導向。	馬 姑 娘
參觀展能 發展中心 觀塘 SWD- HHPA2021- JCPRC-22- 294	3/3 (週五)	上午 10:00 - 12:00	展亮技 能發展 中心 (觀塘)				<p><b>★展亮技能發展中心(屯門)</b> 新界屯門豐安街一號 (設有宿舍) <u>上午 9:30 港鐵屯門站 B 出口集合</u></p> <p><b>★展亮技能發展中心(觀塘)</b> 香港九龍牛津道 1D 號 (暫遷校舍) <u>上午 9:30 港鐵九龍塘 站 B 出口集合</u></p>	

## 兒童園地 – 遊戲 / 學習發展篇

名稱/編號	日期	時間	地點	對象	名額	費用	內容 / 備註	查詢
故事寶盒 A (JCPRC- 22-295)	10/1-7/2 (週二、 共 4 節， 24/1 暫停 1 節)	下午 4:30 - 5:30	本 中 心	4-6 歲 發展 障礙 兒童	6 名	\$160	圍繞不同故事內容進行相關活動，促進兒童對週遭事物的好奇和認識	周 姑 娘
故事寶盒 B (JCPRC- 22-296)	21/2-14/3 (週二、 共 4 節)	下午 4:30 - 5:30	本 中 心	4-6 歲 發展 障礙 兒童	6 名	\$160		

談天說地 增見聞 A (JCPRC- 22-297)	13/1-10/2 (週五、 共 4 節， 20/1 暫停 1 節)	下午 5:00 - 6:00	本 中 心	5-7 歲 發展 障礙 兒童	6 名	\$160	讓孩子與朋輩聊聊有趣的話題，交流生 活經驗和感受，還可以在導師協助下， 搜尋相關的資料，增進對週遭事物的認 識	周 姑 娘
談天說地 增見聞 B (JCPRC- 22-298)	24/2-17/3 (週五、 共 4 節)	下午 5:00 - 6:00	本 中 心	5-7 歲 發展 障礙 兒童	6 名	\$160		
跟你做個 Friend A (JCPRC- 22-299)	12/1、 19/1、 9/2、16/2 (週四、 共 4 節)	下午 4:15 - 5:15	本 中 心	7-9 歲 發展 障礙 兒童	5 名	\$160	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 增加兒童溝通、聽從指令等等社交技巧。	
跟你做個 Friend B (JCPRC- 22-300)	2/3 - 23/3 (週四、共 4 節)	下午 4:15 - 5:15	本 中 心	10-12 歲 發展 障礙 兒童	5 名	\$160		余 姑 娘

## 兒童 / 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
職場 分享站 (JCPRC- 22-301)	6/1、 3/2、 3/3、 (週五、 共 3 節)	晚上 7:00 - 8:30	本 中 心	在職 中心 青年 會員	6 名	\$90	職場分享站將會是一個長期小組，期望讓 在職的青年會員有一個共同學習、分享及 支援平台。 在這裡我們會以三個目標與組員一同探 討、學習並彼此鼓勵在生活中實踐： ➤ 「聽」：敏於聽，學習用心聆聽技巧 ➤ 「言」：慎於言，學習如何有效表達 自己 ➤ 「怒」：緩於怒，學習應對情緒技巧	歐 姑 娘

科學小遊戲 (JCPRC-22-302)	10/2-24/2 (週五、共3節)	下午4:30-5:45	本中心	7-10 歲就讀特殊學校兒童	4名	\$90	透過科學小遊戲運用「觀察」、「推論」、「預測」、「實驗」的方法，從發現問題、探索問題、尋求解答的過程中，親身體驗到整個探索的過程，從而引發參加者學習動機，體驗生活樂趣。	歐姑娘
情緒小天地 (JCPRC-22-303)	10/3-24/3 (週五、共3節)				4名	\$90	運用顏色學習認識、表達及應對自己情緒，提升參加者社交及應對情緒能力。	歐姑娘
青少年心智解讀-社交訓練 (完結篇) (JCPRC-22-304)	18/2-11/3 (11/3戶外活動) (週六、共3節及1節戶外活動)	上午10:00-11:15 (戶外活動時間另行安排)		9-12 歲發展障礙青少年	6名	\$150	<p>心智解讀是推斷別人想法、信念、願望或意圖的過程，在人際關係中擔當重要角色，但亦是有發展障礙兒童須加強學習的一環。小組透過不同情境片段，配合簡單角色扮演及假想遊戲，讓兒童了解及調節自己的情緒和行為，學習鑑貌辨色，理解別人的感受及觀點，提升社交能力。</p> <p>➤ 109期參加者優先</p>	歐姑娘
兒童心智解讀-社交訓練 (完結篇) (JCPRC-22-305)	18/2-11/3 (11/3戶外活動) (週六、共3節及1節戶外活動)	下午2:00-3:15 (戶外活動時間另行安排)	本中心	就讀主流小學小一至三年級兒童	6名	\$150		歐姑娘

<b>芬蘭木棋 體驗日 (JCPRC- 22-306)</b>	28/1 (週六)	上午 9:30 - 12:00	待定	11-14 歲發展 障礙青 少年 (具簡單 運算能 力)	10 名	\$100	<p>芬蘭木棋是源自芬蘭的新興運動，是一項結合了保齡球玩法及飛鏢規則的運動。木棋對體力要求不高，講求眼界的準繩與腦筋的靈活，過程中可提升專注力、手眼協調能力及團隊合作，是一項老少咸宜的活動。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ 自備交通費(八達通)</li> <li>➤ 參加者自備防曬及防蚊用品</li> <li>➤ 由於是戶外活動，請帶備足夠食水</li> </ul> <p>集散地點：本中心 俊 sir (木棋指導員) 劉姑娘 (木棋指導員)</p>	歐 姑 娘
<b>與義工 有約一 遠足行 (JCPRC- 22-307)</b>	14/1 (週六)	上午 9:15 - 3:00	西 貢 萬 宜 水 庫	15 歲以 上發展 障礙青 少年	6 名	\$65	<p>與義工暢遊西貢萬宜水庫，並在戶外參與集體遊戲及享用簡單野餐。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ 集合時間：上午 9:30</li> <li>➤ 集散地點：彩虹地鐵集 A 閘口</li> <li>➤ 參加者自備車費(八達通)</li> <li>➤ 自備足夠飲料</li> </ul>	歐 姑 娘
<b>故事情緒 社交小組 (JCPRC- 22-308)</b>	11/2 - 4/3 (週六、 共 4 節)	上午 10:30 - 11:30	本 中 心	5-6 歲 發展障 礙兒童	6 名	\$40	<p>繪本是一個讓幼兒學習情緒管理的好媒介。繪本不但有趣吸引、貼近生活情節，且幼兒能觀察繪本中的情節、角色表情及動作，了解情緒狀態、學習管理情緒方法。本小組以繪本故事作為引入，配以遊戲或手工製作，鞏固孩子認識情緒用語、學習表達感受方法，促進他們的社交發展。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ 家長須與兒童複習小組內容，並須交回簡單習作。</li> </ul>	李 姑 娘

<b>動態靜觀 體驗： 認識情緒 (JCPRC- 22-309)</b>	18/2- 4/3 (週六、 共3節)	上午 11:00 - 中午 12:00	本 中 心	小二至 小四發 展障礙 兒童	6 名	\$20	靜觀(Mindfulness)有助兒童增加對情緒的覺察及接納，並得以紓緩及放鬆情緒。小組以動作、律動、小遊戲融入靜觀，讓兒童以輕鬆及容易投入的方式體驗靜觀，從而認識、表達及紓緩不同情緒。  	黃 姑 娘
<b>小小故事 創作家 (JCPRC- 22-310)</b>	4/3-25/3 (週六、 共4節)	下午 3:00 - 4:00	本 中 心	小二至 小四發 展障礙 兒童	6 名	\$40	透過互動遊戲及合作活動，讓兒童發揮創意，共同創作小故事，同時提升兒童的組織能力及表達能力。  	黃 姑 娘
<b>童你玩 Switch (運動篇) (JCPRC- 22-207)</b>	28/12/ 2022 (週三)	下午 2:30 - 3:30	本 中 心	小四 至小六 發展障 礙兒童	4 名	\$10	勤有功，戲也有益！ 透過兒童一起玩 <b>與運動有關的</b> Switch 遊戲，增進與同齡兒童的交流，學習社交及與人合作的重要。  	黃 姑 娘
<b>童你玩 Switch (鬥智篇) (JCPRC- 22-208)</b>	29/12/ 2022 (週四)	下午 2:30 - 3:30	本 中 心	小四 至小六 發展障 礙兒童	4 名	\$10	勤有功，戲也有益！ 透過兒童一起玩 <b>考驗智慧的</b> Switch 遊戲，增進與同齡兒童的交流，學習社交及與人合作的重要。  	黃 姑 娘
<b>童你玩 Switch (趣味篇) (JCPRC- 22-209)</b>	30/12/ 2022 (週五)	下午 2:30 - 3:30	本 中 心	小四 至小六 發展障 礙兒童	4 名	\$10	勤有功，戲也有益！ 透過兒童一起玩 <b>充滿趣味的</b> Switch 遊戲，增進與同齡兒童的交流，學習社交及與人合作的重要。  	黃 姑 娘

傾下、講下、輕鬆 下 A (JCPRC-22-311)	28/1-18/2 (週六、共 4 節)	下午 5:00 - 6:00	本 中 心	就讀主流小一至小二的發展障礙兒童	6 名	\$180	讓孩子們與朋輩商議及進行感興趣的遊戲或活動，促進社交技巧和增加生活經驗，加強自信心。	周 姑 娘
傾下、講下、輕鬆 下 B (JCPRC-22-312)	4/3-25/3 (週六、共 4 節)	下午 5:00 - 6:00			6 名	\$180	 	
小童軍 (JCPRC-22-313)	28/1-18/3 (週六、共 8 節)	上午 10:30 - 11:30	本 中 心	5-8 歲發展障礙兒童	6 名	\$160	藉童軍活動讓參加者： 1. 提升服從及合作性，從而發展自律能力 2. 促進社交技巧、培養良好生活習慣 * 參加者須能跟從口頭指令 * 可優先參加下期小童軍，唯無故缺席超過 2 節者須重新抽籤 * 如有特殊情況未能進行實體課堂，小組將會取消	周 姑 娘
小一預備 初階 (JCPRC-22-314)	28/1-18/3 (週六、共 8 節)	下午 3:00 - 4:00	本 中 心	將於 9/23 入讀主流 小一的 發展障 礙兒童	6 名	\$480	本課程旨在為將升讀主流小學的特殊需要兒童建立基礎，課程由淺入深，鞏固讀寫算能力外，亦兼顧體能和社交發展，同時設有家長會，讓家長明白課程的設計和要求，加強彼此合作，促進兒童發展。原有參加者可優先報讀下一階段的課程。  本期學習重點： 1. 中文筆順 2. 簡單書寫 3. 朋輩互動 4. 自我照顧  * 參加者請自備背囊、紙巾、備用口罩、筆袋及 A4 尺寸的拉鏈功課袋 * 如有特殊情況致未能進行實體小組，將轉為網上形式(Zoom)，敬請家長留意	周 姑 娘

City Hunt 城市獵人 A (JCPRC- 22-315)	25/2 (週六)	下午 1:00 - 4:00	15 歲以 上發展 障礙兒 童	4 名	\$60	城市獵人是一款團體遊戲，當日各參加者會有不同任務，參加者需共同探索，合力完成不同的任務。 透過活動提升參加者可建立團體精神及建立自信心。之間的相處技巧和團隊合作精神 ➤ 參加者需自備交通費 ➤ 參加者須有基本聽從及跟從指令的能力	余 姑 娘
City Hunt 城市獵人 B (JCPRC- 22-316)	4/3 (週六)	下午 1:00 - 4:00	15 歲以 上發展 障礙兒 童	4 名	\$60		
賞櫻團 A (JCPRC- 22-317)	18/3 (週六)	上午 9:00 - 2:00	15 歲以 上發展 障礙兒 童	4 名	\$95	3 月份正是櫻花盛放季節，藉此機會外出走走遊覽嘉道理農場，共同觀賞櫻花。 透過活動參加者可認識新朋友與新事物，從中可以建立自信及學習與人相處。 ➤ 參加者需自備交通費 ➤ 參加者須有基本聽從及跟從指令的能力	余 姑 娘
賞櫻團 B (JCPRC- 22-318)	25/3 (週六)	上午 9:00 - 2:00	15 歲以 上發展 障礙兒 童	4 名	\$95		

## 兒童 / 青少年興趣班 (運動)

### 游泳班

活動對象：6 歲以上發展障礙兒童及棠棣

活動地點：灣仔摩利臣山泳池

負責職員：歐姑娘/ 詩琪姑娘

名稱/編號	日期	費用	名額	時間
1-2 月 (JCPRC-22-319)	7/1-25/2 (週六、共 8 節)	\$3120	4 人	上午 9:00-12:00 及
3 月 (JCPRC-22-324)	4/3-25/3 (週六、共 4 節)	\$1560	4 人	下午 1:00-2:00

- 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。
- 本期(110 期)泳班將重新抽籤，中籤者下一期亦可優先報名，唯參加者必須在下一期截止報名日期前報名及在指定日期前繳費，否則名額將由後備補上。
- 請自備入場費、泳鏡、泳帽及毛巾

教練：薛 Sir (游泳教師總會-認証教師)



## 籃球隊

活動對象：8 歲以上發展障礙兒童及棠棣

活動地點：愛秩序灣籃球場

1-2 月 費用：\$420

3 月費用：280

負責職員：歐姑娘/ 詩琪姑娘

名稱/編號	日期	時間	名額	內容
A 研習組 1-2 月 (JCPRC-22-320)	7/1-18/2 (週六、21/1 暫停 共 6 節)	下午 4:00-5:30	20 人	訓練籃球技術如：傳球、射球、進攻及防守等。加強參加者手眼協調、合作及團隊精神。
A 研習組 3 月 (JCPRC-22-325)	4/3-25/3 (週六、共 4 節)	下午 4:00-5:30	20 人	備註： 初次參加者必須參加基礎班(JCPRC-22-321／22-326) (5:30pm 上堂)，如合適其他班別，教練將跟進/討論。
B 基礎組 1-2 月 (JCPRC-22-321)	7/1-18/2 (週六、21/1 暫停 共 6 節)	下午 5:30-7:00	18 人	
B 基礎組 3 月 (JCPRC-22-326)	4/3-25/3 (週六、共 4 節)	下午 5:30-7:00	18 人	
C 比賽組 1-2 月 (JCPRC-22-322)	7/1-18/2 (週六、21/1 暫停 共 6 節)	下午 3:00-4:00	10 人	*須為過往參加者及經教練推薦
C 比賽組 3 月 (JCPRC-22-327)	4/3-25/3 (週六、共 4 節)	下午 3:00-4:00	10 人	

教練：葉 Sir / 羅 Sir / 俊 Sir (均為香港籃球總會註冊教練)

\*備註: 1. 請自備籃球及水上課

2. 21/1/2022(六)，籃球班暫停。

## JC 足球隊

活動對象：8 歲以上發展障礙兒童及棠棣

活動地點：待定

負責職員：歐姑娘/ 詩琪姑娘

名稱/編號	日期	時間	名額	費用	內容
1-2 月 (JCPRC-22-323)	8/1-19/2 (週日、22/1 暫停 共 6 節)	待定	20 人	\$390	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。
3 月 (JCPRC-22-328)	5/3-26/3 (週日、共 4 節)	待定	20 人	\$260	

主教練：周 Sir (前香港代表隊及 前香港代表隊及 前甲組球員)及一名助教

\*備註: 初次參加者請自行購買 4 或 5 號足球，以及自備球鞋上課。

\*由於場地向康文署申請需時，因此待獲批後再通知大家有關訓練場地



# 兒童 / 青少年興趣班 (音樂 / 藝術)

名稱/編號	日期	時間	地點	對象	名額	費用	內容 / 備註	查詢
多元藝術工作坊 A (JCPRC-22-329)	6/1-13/1 (週五、共 2 節)	下午 4:30 - 5:30	本中心	4-7 發展障礙兒童或棠棣	6 名	\$175	在兒童的成長過程中，藝術是他們生活的一個重要部分，他們的作品往往告訴大家一個有趣的個人風格。 運用不同的顏料、圖工材料由淺至深，讓兒童接觸不同的藝術媒體。學習繪畫和立體拼貼技巧，從而激發兒童的創造力，學會欣賞自己及提升自信，讓他們健康快樂的成長，培養優良的品格。 ➤ 導師：Amy 姐姐(有豐富教學經驗)	余姑娘
多元藝術工作坊 B (JCPRC-22-330)	6/1-13/1 (週五、共 2 節)	下午 5:45 - 6:45		8-11 發展障礙兒童或棠棣	6 名	\$175		
多元藝術工作坊 C (JCPRC-22-331)	3/2-24/2 (週五、共 4 節)	下午 4:30 - 5:30		4-7 發展障礙兒童或棠棣	6 名	\$350	備註： ➤ 自備 48 色油性粉彩上課 ➤ 帶備圍裙及手袖	
多元藝術工作坊 D (JCPRC-22-332)	3/2-24/2 (週五、共 4 節)	下午 5:45 - 6:45		8-11 發展障礙兒童或棠棣	6 名	\$350		
多元藝術工作坊 E (JCPRC-22-333)	3/3-24/3 (週五、共 4 節)	下午 4:30 - 5:30		4-7 發展障礙兒童或棠棣	6 名	\$350		
多元藝術工作坊 F (JCPRC-22-334)	3/3-24/3 (週五、共 4 節)	下午 5:45 - 6:45		8-11 發展障礙兒童或棠棣	6 名	\$350		

Ukulele 夏威夷小結他-1 月份 (JCPRC-22-335)	6/1-13/1 (週五、共 2 節)	下午 5:00 - 6:00	本中心	7 以上之發展障礙兒童或棠棣	5 名	\$240	Ukulele 體積較一般結他小只有四條弦，外型小巧精緻適合小朋友學習，亦可提升對音樂的興趣及自信心。教授正確抱琴方法，基本按弦與撥弦、音階和弦入門等技巧，彈奏不同的歌曲。	余姑娘
Ukulele 夏威夷小結他-2 月份 (JCPRC-22-336)	3/2-24/2 (週五、共 4 節)	下午 5:00 - 6:00		7 以上之發展障礙兒童或棠棣	5 名	\$480	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ 參加者需自備小結他</li> <li>➤ 3 組同期報名優先。</li> <li>➤ 導師: RINGO SIR 有多年教授 Ukulele 夏威夷小結他經驗。</li> </ul>	
Ukulele 夏威夷小結他-3 月份 (JCPRC-22-337)	3/3-24/3 (週五、共 4 節)	下午 5:00 - 6:00		7 以上之發展障礙兒童或棠棣	5 名	\$480		



## 親子系列

名稱/編號	日期	時間	地點	對象	名額	費用	內容 / 備註	查詢
親子天地 A (JCPRC-22-338)	2/2-23/2 (週四、共 4 節)	下午 4:00 - 5:00	本中心	2-3 歲發展障礙兒童	4 對	\$180	藉親子共同參與遊戲活動，促進幼兒的專注力、社交發展和親子關係，同時與家長交流輔導技巧及管教原則	周姑娘
親子天地 B (JCPRC-22-339)	9/3-30/3 (週四、共 4 節)	下午 4:00 - 5:00	本中心	及其家長			<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ 如有特殊情況未能進行實體課堂，小組將會取消</li> </ul>	
親子甜品工房 IV (JCPRC-22-340)	18/2、25/2、11/3、18/3 (週六、共 4 節)	下午 3:30 - 4:30	本中心	4-6 歲發展障礙兒童及家長	6 對	\$210	<p>透過一同製作甜品，加強親子合作，從而促進親子關係，並與家長們一起交流育兒經驗。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ 109 期曾報名參加親子甜品工房 III 優先報名。</li> <li>➤ 如有食物敏感，報名時請通知職員，並於報名表上列出。</li> <li>➤ 請自備食物盒及圍裙。</li> </ul>	李姑娘

主辦:



合辦:



協康會

HEEP HONG SOCIETY

賽馬會家長資源中心  
JOCKEY CLUB PARENTS  
RESOURCE CENTRE

贊助:

The Hong Kong Club  
Foundation Limited

「創藝充電站- SEN 家長關愛計劃」2022-2023

# 親子藝術治療小組

(活動編號: JCPRC-22-341)

於充滿接納、放鬆、正向氛圍的藝術治療活動中，讓你和孩子享受共同創作，從中加強自我覺察、情緒表達及與孩子的互動溝通。

內容： 創藝活動、小組討論和分享。

活動包括 2 個部分 (報名家長及兒童 須同時參與以下共 10 節活動 )

第 1 部分:

家長組	8 節	2023 年 4 月 15、22、29 日 5 月 6、13、20、27 日 6 月 3 日(星期六) 早上 10:00 – 12:00
兒童組	8 節	

第 2 部分 :

親子小組	2 節	2023 年 6 月 10、17 日 (星期六) 10:00 – 12:00
------	-----	--

對象： 特殊學習需要的小四至小六學生 及 其家長會員 (無須具有任何藝術經驗)

[未曾參與上一輪「親子藝術治療小組」(JCPRC-22-257) 優先]

名額： 8 對親子 (家長及兒童各一位)

活動費： \$300\* (出席率達 8 成者可獲退回\$200\*) (請保留活動收據作退款之用)

地點： 協康會賽馬會家長資源中心 (筲箕灣愛東村愛善樓地下 G1 室)

查詢： 社工 黃姑娘 (電話：28272830)



導師 謝敏如

特殊教育工作者

表達藝術治療工作者

DANCEABILITY®(舞動所能)認證導師

SOMATIC EXPERIENCING®

(體感療癒)認可執行師

導師 陸嘉欣

英國 HCPC 註冊藝術治療師

英國藝術治療師協會會員

香港藝術治療師協會專業會員

## 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
新春行 大運 (JCPRC- 22-342)	18/2 (週六)	上午 9:00 - 5:00	沙頭角 、 担水坑村 、 鏡蓉書屋 、 沙頭角 農莊	家庭 會員	26 名	\$220/ 位 （ 大 小 同 價 ）	<p>指定時間地點集合乘旅遊車前往沙頭角担水坑村，參觀村內保留了多項歷史建築物。再乘車前往位於沙頭角禾坑村參觀法定古蹟-鏡蓉書屋。</p> <p>鏡蓉書屋由禾坑村李氏客家族人於清朝初期興建，曾改建為鄉村學校提供國小教育。乘旅遊車往沙頭角農莊，於農莊內自費午餐，餐後繼續於農莊內自由活動。</p> <p>備註：</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ 此活動與采星旅遊合辦。</li> </ul> <p>防疫措施安排：</p> <p>參加者進入任何「疫苗通行證」適用處所，必須符合「疫苗通行證」下訂明的，除非，持有醫生簽發的附有二維碼的豁免證明書，或「康復紀錄二維碼」</p> <p>接種要求：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>5-11 歲兒童，即接種兩劑新冠疫苗，或接種第 1 劑疫苗後未滿三個月</li> <li>12 歲或以上人士，即接種 3 劑新冠疫苗，或接種第 2 劑疫苗後未滿五個月</li> </ol>	余姑娘

## 社區服務 / 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
關懷行動 義工團 (JCPRC- 22-343)	7-28/1 (週六、 共 3 節 21/1 暫 停 1 節)	下午 3:00 - 4:30	本 中 心	14 歲以 上發展 障礙兒 童	6 名	\$150	<p>在元宵佳節前進行探訪活動，為他們送上關懷與祝福一同慶祝新春及元宵節。</p> <p>透過義工探訪活動，讓參加者了解社會上其他群體的需要及揮助人互愛精神，為有需要人士送上關懷及祝福。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ 參加者需自備八達通。</li> <li>➤ 外出活動資料，會在課堂篇內詳細講解。</li> </ul> <p>備註：</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ 外出活動會因應疫情有所變動。</li> <li>➤ 曾參加“齊來做義工”之會員優先。</li> </ul>	余姑娘
	4/2/23 (六) 外出篇	上午 9:30 - 1:00	太 古					