

🔔 重要通知！ 🔔

1. 按社會福利署資助服務指引，家長/照顧者需陪同6歲或以下兒童參與中心活動，或於活動期間逗留在中心。家長/照顧者在訓練期間如因事離開中心，請在接待處填寫「家長不能陪伴上課紀錄表」並由家長及負責職員簽署作實。
2. 中心會向以 Whatsapp 形式遞交活動報名表之會員回覆短訊，以確認收妥活動報名表，如沒有收到中心回覆，請致電中心確認收妥表格。
3. 會員如以 WHATSAPP 形式遞交活動報名表，請先確定關閉與中心對話之**自動刪除訊息功能**，確保中心能收到及查閱相關信訊內容，如有疑問，可致電與中心職員聯絡。
4. 成功報名及中籤者請於抽籤結果公佈 2 星期內或活動開始前(以日期較早者為準)到中心繳交活動費用，逾時沒有繳交費用會影響下期中籤機會。
5. 家長如需繼續收取紙 116 期或之後的活動快訊合訂本，請家長填妥 P.3 聯合通訊之申請通知，並交回所屬中心或以 whatsapp 通知所屬中心，詳情請參閱聯合通訊。



人事消息

為配合中心服務的發展，社工李靜庭姑娘於 2023 年 11 月加入中心的團隊，負責「為低收入的殘疾人士照顧者提供生活津貼計劃」，亦會在中心舉辦小組及活動，在此歡迎李姑娘，希望各位會員支持她及中心的服務。



節日特備活動

名稱/編號	日期	時間	地點	對象	名額	費用	內容 / 備註	查詢
親子環保 工房 A 之 防倒刺玉 手指緣膏 (JCPRC- 24-001)	2/4/24 (二)	上午 11:00 - 中午 12:00	綠 在 東 區	家庭 會員 (兒童 必須足 6 歲或 以上)	24 名	免費	<p>教授參加者利用植物油製作天然滋潤護膚品，滋潤皮膚同時鼓勵市民減少使用有害化學物。</p> <p>活動附連回收導賞遊，讓參加者進一步增加對環保的認識。</p>  <p>參加者請留意：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 只可選擇 A 班或 B 班 2. 帶備乾淨容器 1 個(容量約 10ml) 3. 準時下午 10:55 於綠在東區門外集合 	周 姑 娘 ／ 余 姑 娘
親子環保 工房 B 之 豆渣曲奇 (JCPRC- 24-002)	2/4/24 (二)	下午 3:00 - 4:30	綠 在 東 區	家庭 會員 (兒童 必須足 6 歲或 以上)	24 名	免費	<p>教授參加者利用生產豆製品所衍生的豆腐渣，製作成為美味的曲奇餅，鼓勵參加者善用廚餘轉化成材料，減少棄置。</p> <p>活動附連回收導賞遊，讓參加者進一步增加對環保的認識。</p>  <p>參加者請留意：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 只可選擇 A 班或 B 班 2. 帶備乾淨食物盒 1 個 3. 準時 2:55 於綠在東區門外集合 	周 姑 娘 ／ 余 姑 娘
親子環保 工房 C 之 斑蘭 咖央醬 (JCPRC- 24-003)	6/4/24 (六)	上午 10:30 - 12:00	綠 在 東 區	家庭 會員 (兒童 必須足 6 歲或 以上)	24 名	免費	<p>選擇有機的材料和按自己所需的比例來製作抹醬，自製環保健康的調味料。</p>  <p>參加者請留意：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 帶備乾淨食物盒 1 個 2. 準時 10:25 於綠在東區門外集合 	周 姑 娘

名稱/編號	日期	時間	地點	對象	名額	費用	內容 / 備註	查詢
滋味廚房 之 西米糰 (JCPRC- 24-004)	8/5/24 (三)	上午 10:00 - 12:00	本 中 心	家長 會員	6 名	\$100	- 端午節就快到，應節的傳統糯米糰不可少，熱氣逼人的炎夏，可曾想到新派的西米糰，晶瑩剔透的外表，營造視覺、味覺及觸覺的透心涼快意，今年可以嚐試親手自己製作。 - 參加者可在課堂製作成品。 - 參加者需自備食物盒。 - 最少開班人數為4位。	余 姑 娘
生活自理 之 自己午餐 自己煮 (JCPRC- 24-005)	2/4 及 3/4/24 (週二及 週三)	上午 10:30 - 1:00	本 中 心	8-11 歲 發展障 礙兒童	6 名	\$130	活動讓參加者學習簡單烹調知識及技巧，一同品嚐親手製作美味午餐及飲料。 *費用已包兩天午餐	歐 姑 娘
生活自理 之 自製 High Tea 食品 (JCPRC- 24-006)		下午 2:30 - 4:00		12-15 歲 發展障 礙青年	6 名	\$130	活動讓參加者學習簡單烹調智識及技巧，一同品嚐親手製作美味食品及飲料。 *費用已包兩天下午茶餐	歐 姑 娘
開開心心 齊慶生 - 4 月之星 (JCPRC- 24-007)	27/4/24 (六)	上午 11:00 - 下午 1:00	本 中 心	6 歲或 以上之 發展障 礙兒童 及 棠棣	10 名	\$20	- 生日咁重要的日子，當然要開個派對慶祝一吓。為4-6月生日之會員開慶生會，亦歡迎其他會員一同參與。 - 大家一同玩吓遊戲、認識吓朋友。	余 姑 娘
開開心心 齊慶生 - 5 月之星 (JCPRC- 24-008)	25/5/24 (六)	上午 11:00 - 下午 1:00		(當月 生日之 會員優 先參與)	10 名	\$20		
開開心心 齊慶生 - 6 月之星 (JCPRC- 24-009)	22/6/24 (六)	上午 11:00 - 下午 1:00			10 名	\$20		



名稱/編號	日期	時間	地點	對象	名額	費用	內容 / 備註	查詢
賀端陽 義工探訪 (JCPRC- 24-010)	1/6/24 (六)	上午 9:30 - 下午 1:00	太古	14 歲或 以上之 發展障 礙兒童	8 位	\$80	<ul style="list-style-type: none"> - 在端午節前夕進行探訪活動，為他們送上關懷與祝福一同慶祝佳節。 - 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發揮助人互愛精神，為有需要人士送上關懷及祝福。 - 參加者需自備八達通。 - 集散地點: 太古港鐵站 	余姑娘
動動手 表愛意 A (JCPRC - 24-011)	4/5/24 (六)	上午 10:30 - 中午 12:00	本 中 心	8 以上 之發展 障礙兒 童	6 名	\$50	好快就到母親節，趁佳節前就親手製作出獨一無二的潤唇膏，在母親節當日俾個驚喜辛勞照顧自己的媽媽同家人啦。	余姑娘
動動手 表愛意 B (JCPRC - 24-012)	8/6/24 (六)				6 名	\$50	父親節又快到，有無想過發揮創意？從揀選植物至親手製作獨一無二的水泥盆，完全由自己發揮，表心意！	
花展之旅 (JCPRC- 24-058)	20/3/24 (三)	上午 9:30 - 13:00	維多利亞公園	家長會員	24 名	免費	<ul style="list-style-type: none"> - 今屆香港花卉展覽以花色繽紛的香彩雀為主題花，並以「雀躍全城」為主題。於花展觀賞香彩雀及各色各樣花卉，能讓人充滿活力，喜悅無限。 - 集散地點：維多利亞公園 	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 之 修心、 養身 (JCPRC- 24-013)	12/4、 10/5 及 14/6/24 (週五， 共 3 節)	上午 10:00 - 中午 12:00	本 中 心	家長 會員	10 名	\$60	<p>「家長世界」是透過多元化活動，如康樂活動、健康常識及生活經驗分享，讓家長有多一份照顧自己機會與自己及他人連繫，彼此關心和支持的力量。</p> <p>是次以身、心、靈為主題與參加者分享簡單穴位按摩、品嚐養身食療及花茶，練習靜觀呼吸關愛自己。</p>	歐姑娘

名稱/編號	日期	時間	地點	對象	名額	費用	內容 / 備註	查詢
小一進階組後家長會 (JCPRC-24-024)	15/6/24 (週六)	下午 3:00 - 4:30	本中心	小一預備進階組員家長	12名	\$10	<ul style="list-style-type: none"> - 導師講述兒童在組內的表現並作出訓練建議 - 簡介下期學習重點及家長配合 - 怎樣協助兒童順利銜接小學階段 - 意見交流及回饋 <p>出席家長會的家長，可直接為進階組員報讀下期課程，毋須抽籤</p>	周姑娘

B. 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
和諧粉彩之隨意畫 (JCPRC-24-016)	7/5-11/6/24 (週二、共 6 節)	上午 10:00 - 11:45	本中心及 ZOOM	家長會員	20名	\$60	<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> <ul style="list-style-type: none"> ▶ 需有繪畫和諧粉彩基本技巧 ▶ 課堂將以實體及 ZOOM 同時進行 ▶ 如在中心上堂，中心可借出所有和諧粉彩顏料及用具 	歐姑娘
捲紙花藝術 (JCPRC-24-017)	17/4、24/4/24 (逢三、2 節)	上午 10:30 - 12:30	本中心	家長會員	6名	\$60	<ul style="list-style-type: none"> - 捲紙藝術又稱衍紙，是一門以專用工具將細長紙條捲成特定形狀，用捏、折、皺、彎、搓、捻、挑，等方法做出造型。再搭配組成不同形狀的線圈經排列後，可形成花，葉，動物，字體以及各種裝飾圖案的紙藝製品圖案。 - 參加者可按個人喜好搭配色彩，激發創意空間，塑造獨一無二的作品。 	余姑娘
齊齊來減廢 (JCPRC-24-018)	10/4/24 (三)	上午 10:30 - 中午 12:30	本中心	家長會員	6名	\$60	<ul style="list-style-type: none"> - 變廢為寶有沒有想過，平日吃水果剩下的果皮及蔬菜不適宜食用的部分，經過處理都能發揮清潔家居、施肥的妙用。 - 自行製作抗菌消臭噴霧更健康及安全。 - 導師: Ms.Fung 	
DIY 香水 + 香水膏 (JCPRC-24-019)	19/6/24 (三)	上午 10:30 - 12:30	本中心	家長會員	6名	\$100	<ul style="list-style-type: none"> - DIY 製作個人化香水，過程中會為大家講解基本了解香水和香精種類知識、調配重點等。 - 親自調配獨一無二、個人化的專屬香水及香水膏。 - 導師: Ms.Fung 	

B. 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	
伸展瑜珈 -4 月份 (JCPRC- 24-020)	12/4 - 26/4/24 (逢五、 3 節)	上午 10:00 - 12:00	本 中 心 / 港 島 東 體 育 體	家 長 會 員	8 名	\$90	<p>讓家長們一起跟隨導師練習伸展瑜動作，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，讓呼吸更深層感受自己的內心。</p> <p>家長可以藉此機會紓緩，消除平日照顧子女又要兼顧家務的辛勞，放鬆我們的心靈，才有力量面對生活不同的挑戰。</p> <p>備註： - 上課前 1 小時不能進食及須穿著輕便運動裝，參加者需自備瑜珈墊。 - 家長導師：吳穎淇女士 - 為免影響課堂進行，遲到逾 30 分者，將不安排入內參與該節課堂，敬請留意。</p>	余 姑 娘	
伸展瑜珈 -5 月份 (JCPRC- 24-021)	3/5 - 24/5/24 (逢五、 共 4 節)	上午 10:00 - 12:00							\$120
伸展瑜珈 -6 月份 (JCPRC- 24-022)	7/6 - 28/6/24 (逢五、 共 4 節)	上午 10:00 - 12:00							\$120



C. 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
「當生命 教育遇上 園藝 治療」 家長小組 (JCPRC- 24-014)	22/5 - 12/6/24 (週三、 共 4 節)	上午 10:00 - 11:45	本 中 心	家 長 會 員	12 名	\$160	<p>小組以「春、夏、秋、冬」四季探討人生、了解植物與生命的關係、結合栽種、料理和養生等活動，讓參加者從新思考人生價值，從而提升生活智慧、關愛自己、紓緩壓力等。</p> <p>*曾參加本中心園藝治療活動者優先</p>	黃 姑 娘 / 歐 姑 娘
動身紓心： 內在小孩 與同理心 (JCPRC- 24-015)	11/4 - 16/5/24 (週四、 共 6 節)	上午 9:45 - 11:45	本 中 心	家 長 會 員	8 名	\$120	<p>舞動治療並非等於跳舞，而是透過多元化的活動，如伸展、律動、舞動、靜觀等連繫及覺察身心的練習，讓你在一個安全、接納及不帶批判的空間裡，覺察自己的情感、思想與身體的狀態和需要。</p> <p>此活動讓你由自己出發，探索你的內在小孩，從而覺察親子間的溝通模式，並建立非批判思維與同理心，促進更有效的親子溝通。</p> <p>導師: 郭欣欣 (Crista)</p> <ul style="list-style-type: none"> ◆ 美國註冊督導級舞蹈/動作治療師 ◆ 形人培訓及心理輔導中心總監 ◆ 美國認證體感療癒師 ◆ 靜觀導師 ◆ 心理輔導員 <p>➤ 此活動獲 AXA Regional Grant 資助，出席所有節數的參加者可獲全數退回活動費。</p>	黃 姑 娘

名稱/編號	日期	時間	地點	對象	名額	費用	內容 / 備註	查詢
「心寬歡」 家長 靜觀小組 (JCPRC- 23-263)	21/2 - 27/3/24 (週三、 共 6 節)	上午 10:00 - 11:30	本 中 心	家長 會員	10 名	\$60/ 全期	<p>人生中無法避免壓力，特殊需要孩子的照顧者的情緒壓力更加不容忽視。</p> <p>協康會曾與香港城市大學研究一個短期的家長靜觀課程，旨在幫助家長紓緩壓力，提升家庭幸福感，結果顯示參加者在完成課程後，在整體的育兒壓力、親子互動及抑鬱症狀方面都有顯著改善。</p> <p>◇ 靜觀理念： 有意識、不加批判、留心當下</p> <p>◇ 靜觀練習： 靜觀呼吸、身體掃描、靜心步行</p> <p>◇ 靜觀帶來改變： 減低壓力、應對情緒、照顧自顧、同理心增、心靈健康</p> <p>~ 家長必須出席全期課程(六堂)及回家完成家課</p> <p>~ 每位參加者可獲贈「心寬歡」家長手冊一本</p> <p>(此活動的中籤者將獲個別通知。)</p>	黃 姑 娘 、 歐 姑 娘



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
小一 預備進階 (JCPRC- 24-023)	6/4- 8/6/24 (逢六， 共 10 節)	下午 3:30 - 5:30	本 中 心	小一預 備初階 組員	6 名	\$1000	<p>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。</p> <p>本期學習重點：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 抄寫單字及詞語 2. 中英文默書 3. 自我照顧 <p>*參加者請自備背囊、飲用水、紙巾、備用口罩、筆袋及 A4 尺寸的拉鏈功課袋</p>	周 姑 娘



名稱/編號	日期	時間	地點	對象	名額	費用	內容 / 備註	查詢
社交遊樂園 A (JCPRC-24-025)	18/4-9/5/24 (逢四, 共 4 節)	下午 4:30 - 5:30	本中心	4-6 歲發展障礙兒童	5 名	\$160	與朋輩一起進行有趣的遊戲, 同時學習遵守規則、協商等社交技巧。 	周姑娘
社交遊樂園 B (JCPRC-24-026)	6/6-27/6/24 (逢四, 共 4 節)	下午 4:30 - 5:30		4-6 歲發展障礙兒童	5 名	\$160		
「棋」趣天地 (JCPRC-24-027)	4/5-25/5/24 (週六、共 4 節)	上午 10:00 - 11:30	本中心	就讀主流小學小一至三年級兒童	6 名	\$160	桌上遊戲可以培養兒童的認知、語言表達、邏輯思維、專注耐力、手眼協調、解難、社交、情緒智商等多元智能, 讓兒童邊玩邊學習, 也是提升與朋輩互動的好機會。 	歐姑娘
兒童心智解讀-社交訓練 (JCPRC-24-028)	4/5-1/6/24 及 15/6/24 (戶外) (週六、共 6 節)	下午 12:00 - 1:15 (15/6 時間待定)	本中心	就讀主流小學小二至小四	6 名	\$270	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。 *上期參加者優先 * 此活動較適合評估為有自閉症兒童	歐姑娘

名稱/編號	日期	時間	地點	對象	名額	費用	內容 / 備註	查詢
情緒的藝術 (JCPRC-24-029)	3/4 (週三) 、 5/4 (週五、 共 2 節)	下午 3:00 - 4:15	本中心	6-8 歲 發展障 礙兒童	5 名	\$100	<ul style="list-style-type: none"> 透過藝術創作活動，讓兒童認識不同的情緒。 在一個安全、自由及接納的空間中，協助兒童把難以用言語表達的感受，以藝術創作加以表達及抒發。 	黃姑娘
互動長知識遊戲坊 - 1 (JCPRC-24-030)	4/5、 11/5/24 (六)	上午 10:30 - 11:30	本中心	6-8 歲 之發展 障礙兒 童	6 名	\$50	<ul style="list-style-type: none"> GOPod 採用非接觸感應專利技術，配以獨特的訓練 + 娛樂的互動訓練模式。 通過豐富“常識”問答，提升及加強參加者記憶，增強認知能力。還能改善關節活動度、手眼協調、平衡、反應力，提升生活自理能力。 	余姑娘
互動長知識遊戲坊 - 2 (JCPRC-24-031)		下午 2:00 - 3:00		9-12 歲 之發展 障礙兒 童	6 名	\$50		



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
公園遊學團 3+1 (JCPRC-24-032)	12/4- 3/5/24 (逢五， 共 4 節)	下午 4:30 - 5:30	中心及公園	4-6 歲 發展障 礙兒童	5 名	\$180	<p>小組以 4 節為一期，每期提供不同學習內容，前三節於中心進行，透過遊戲活動及工作紙鞏固概念，最後一節安排在家長陪同下於公園進行，將所學融匯於日常生活。</p> <p>本期學習重點: 量詞和位置</p>	周姑娘
故事寶盒 A (JCPRC-24-033)	9/4- 30/4/24 (逢二， 共 4 節)	下午 4:30 - 5:30	本中心	4-6 歲 發展障 礙兒童	5 名	\$180	<p>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</p>	周姑娘
故事寶盒 B (JCPRC-24-034)	4/6- 25/6/24 (逢二， 共 4 節)	下午 4:30 - 5:30	本中心	4-6 歲 發展障 礙兒童	5 名	\$180		

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-24-035)	12/4/24 、 10/5/24 及 14/6/24 (週五、 共 3 節)	晚上 7:00 - 8:30	本中心	在職中心青年會員	10名	\$180 (費用包括 14/6 晚餐)	<p>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。</p> <p>在這裡我們會以四個目標與組員一同探討、學習並彼此鼓勵在生活中實踐：</p> <ul style="list-style-type: none"> ➢ 「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 ➢ 「友」：成為自己及別人的好朋友 <p>★14/6 將與組員共進晚餐</p>	歐姑娘
青年藝術坊 (JCPRC-24-036)	5/4、 3/5、7/6 及 5/7 (週五、 共 4 節)	晚上 7:00 - 8:15	本中心	15 歲以上中心青年會員	8名	\$280	<p>青年藝術坊將會是一個長期小組，(每月一次)，小組透過多元藝術創作並加入舞動、靜觀及遊戲等不同元素，帶領年青人認識及表達自己，從而學習與人互動及溝通。</p> <p>~ 小組作品將有機會於 2024 年 12 月在筲箕灣港鐵站社區畫廊展出</p> <p>~ 小組社交遊戲及正念活動元素由歐姑娘負責策劃及帶領</p> <p>~ 小組繪畫技巧及藝術創作由導師 Amy 姐姐負責教授</p>	歐姑娘
青少年靜觀小組 (JCPRC-24-037)	27/4 - 8/6 及 6/7 (週六、 共 8 節)	下午 5:00 - 6:30	本中心	就讀主流小六至中二發展障礙青少年	6名	\$320	<p>實證研究顯示靜觀/正念(Mindfulness)有助提升人的專注力、改善睡眠、紓緩壓力、焦慮及抑鬱情緒，因此於心理學及醫學中被廣泛應用。</p> <p>此活動為一個有系統的 8 節課程，讓青少年認識靜觀，並透過多元化的活動，如：靜觀呼吸、進食、步行、身體律動、自我關懷、愛的語言等練習，協助他們多覺察自己的身心狀態，學習調適情緒。</p>	黃姑娘、歐姑娘

兒童 / 青少年興趣班 (運動)

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

4-6 月 費用:\$880

負責職員:歐姑娘

名稱/編號	日期	時間	名額	內容
籃球班 A 組 (JCPRC-24-038)	6/4/24	下午 4:00-5:30	18 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。 
籃球班 B 組 (JCPRC-24-039)	22/6/24 (週六、共 12 節)	下午 5:30-7:00	18 人	
籃球班 C 比賽組 (JCPRC-24-040)		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:

- 籃球班 A 組和 B 組教學內容相同，參加者可於報名表上註明 A 或 B 班或以首選及次選註明，中心將以抽籤先後次序編入各時段。
- 上期(114)參加者毋須抽籤，唯上期參加者必須在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。下次重新抽籤將於「117 期」，如有興趣參加仍可於每期活動報名，待處理優先(上期參加者)報名後如有餘額仍可補上。
- 請自備籃球及水上課

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:牛池灣配水庫永義足球中心(真草場)

負責職員:歐姑娘

名稱/編號	日期	時間	名額	費用	內容
足球隊 4 月 (JCPRC-24-043)	7/4-28/4 (週日、共 4 節)	待定	20 人	\$260	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。 *參加者毋須帶備足球 
足球隊 5-6 月 (JCPRC-24-060)	5/5-23/6 (週日、共 8 節)		20 人	\$520	

主教練:周 Sir (前香港代表隊及前甲組球員)及一至兩名教練

前往交通:港鐵彩虹站 A2 出口, 轉乘綠色小巴 16S, 約 2 分鐘在平定道東路口落車,

然後沿平定道步行 10 分鐘即可到達。(第一堂周 SIR 可安排集合大家一同前往)

備註:

- 由 2023 年 9 月開始本中心獲「永義慈善基金」贊助, 提供足球場地及教練
- 如因天雨或任何原因取消訓練, 將不會作任何退款及補堂。
- 上期出席率達 80%或以上可優先報名。



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

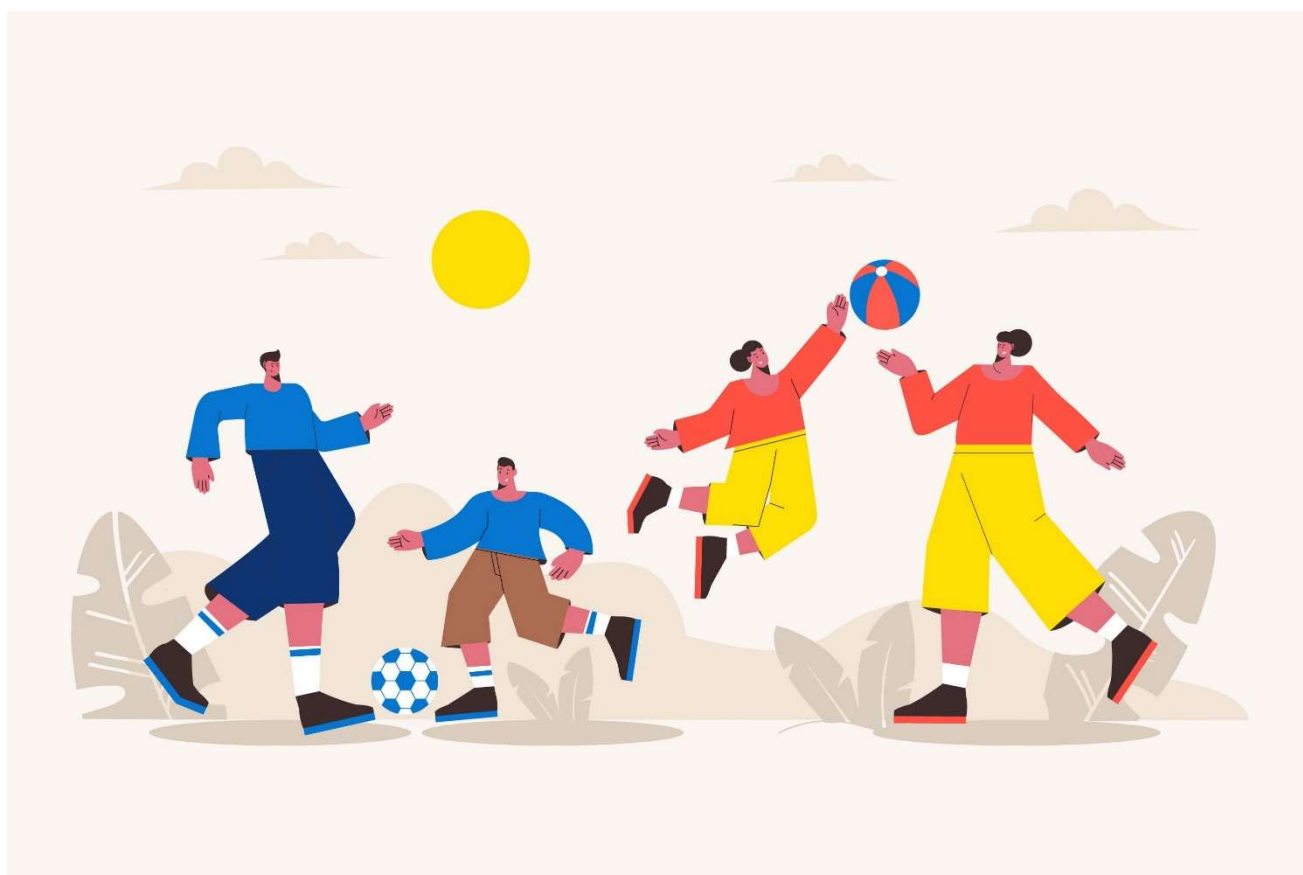
名稱/編號	日期	費用	名額	時間
游泳班 4-5 月 (JCPRC-24-041)	6/4/24 - 25/5/24 (週六、共 8 節)	\$3520	5 人	上午 8:00-12:00 及 下午 1:00-2:00
游泳班 6 月 (JCPRC-24-042)	1/6/24 - 29/6/24 (週六、共 5 節)	\$2200	5 人	

- 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。
- 上期(114)參加者毋須抽籤，唯上期參加者必須在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。泳班將於「117 期」重新抽籤，如有興趣參加仍可於每期活動報名，待處理優先(上期參加者)報名後如有餘額仍可補上。
- 如報名人數不足 3 人活動將會取消。
- 由於每年 5 至 6 月摩利臣山泳池進行維修工程，泳池將暫停開放。中心泳班將轉往維園或柴灣泳池上堂，教練將於上堂前一至兩星期通知參加者上課地點。如參加者因個人理由不能出席，中心不會作任何退款。
- 請自備入場費、泳鏡、泳帽及毛巾
- 教練：薛 Sir (游泳教師總會-認證教師)




稱/編號	日期	時間	地點	對象	名額	費用	內容 / 備註	查詢
山系青年 之 山頂遊 (JCPRC- 24-049)	13/4/24 (六)	上午 10:00 - 下午 3:30	山 頂	13 以上 之發展 障礙兒 童或棠 棣	4 名	\$50	趁週末與同樣喜歡郊遊的朋友一起外出走走，既可以互相交流心得，又可發掘郊遊的樂趣。 - 參加者需要有一定自理能力，如自行到集合地點會合。 - 需穿著輕便服裝及自備防曬、防蚊用品、食水及八達通。	余 姑 娘
山系青年 之 愉景灣遊 (JCPRC- 24-050)	15/6/24 (六)	上午 10:00 - 下午 3:30	愉 景 灣	13 以上 之發展 障礙兒 童或棠 棣	4 名	\$50	*集散地點及時間待定	

稱/編號	日期	時間	地點	對象	名額	費用	內容 / 備註	查詢
芬蘭木棋 A (JCPRC- 24-044)	6/4/24 (週六、 共 1 節)	上午 10:00 - 11:30	本 中 心 及 六 樓 籃 球 場	8-11 歲 以上發 展障礙 兒童	4 名	\$40	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。 此活動主要在戶外進行，如因天氣影響未能外出活動，將在中心進行飛鏢、模擬保齡球及大肌肉等活動。 集散地點：本中心	歐 姑 娘
芬蘭木棋 B (JCPRC- 24-045)	13/4/24 (週六、 共 1 節)	上午 10:00 - 11:30		12-15 歲以上 發展障 礙青年	4 名	\$40		
芬蘭木棋 C (JCPRC- 24-046)	27/4/24 (週六、 共 1 節)	上午 10:00 - 11:30		16 歲 或以上 發展障 礙青年	4 名	\$40		
芬蘭木棋 幼兒 A 班 (JCPRC- 24-047)	17/5- 24/5/24 (週五、 共 2 節)	下午 5:00- 6:00		6-7 歲 以上發 展障礙 兒童	4 名	\$80		
芬蘭木棋 幼兒 B 班 (JCPRC- 24-048)	14/6- 21/6/24 (週五、 共 2 節)	下午 5:00- 6:00			4 名	\$80		



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
親子 小提琴 A (JCPRC-24-051)	5/4 - 3/5/24 (週五、 共 5 節)	下午 4:30 - 6:30	本 中 心	7 歲 以上 發展 障礙 兒童	4 名 (上 期 參 加 者 優 先)	\$300	<p>課堂教授正確抱琴方法，基本按弦與撥弦、音階和弦入門等技巧，彈奏不同的歌曲。活動期間中心將安排同事在場協助並拍攝教琴片段，讓導師作教學檢討。</p> <p>▶活動以個別形式教授。 ▶每節 30 分鐘。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。 ▶參加者自備小提琴，報名後歐姑娘會聯絡參加者以提供資料購買合適小提琴</p>	歐 姑 娘
親子 小提琴 B (JCPRC-24-52)	31/5 - 28/6/24 (週五、 共 5 節)				\$300	<p>導師：頌勇哥哥是一位 SEN 青年已獲倫敦聖三一學院 (Trinity College, London) 小提琴演奏級，英國皇家音樂學院(ABRSM) 鋼琴 8 級，香港共融樂團(Hong Kong enharmonic) 和 True Colors Symphony 成員，經常在香港故宮博物館，中環大館表演，亦有教授小提琴經驗。</p>		
Ukulele 夏威夷 小結他- 4 月份 (JCPRC-24-053)	12/4 - 26/4/24 (逢五、 3 節)	下午 5:00 - 6:00		本 中 心	7 歲以 上之 發展 障礙 兒童 或 棠棣	5 名	\$360	<p>-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。</p> <p>- 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。</p> <p>- 參加者需自備小結他</p> <p>- 3 組同期報名優先。</p> <p>- 導師:RINGO SIR 有多年教授 Ukulele 夏威夷小結他經驗。</p>
Ukulele 夏威夷 小結他 -5 月份 (JCPRC-24-054)	3/5 - 24/5/24 (逢五、 共 4 節)	下午 5:00 - 6:00	5 名		\$480			
Ukulele 夏威夷 小結他 -6 月份 (JCPRC-24-055)	7/6 - 28/6/24 (逢五、 共 4 節)	下午 5:00 - 6:00	5 名		\$480			

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 郊遊樂 (JCPRC- 23-315)	25/2/24 (日)	上午 9:30 - 下午 5:00	曹公潭 戶外康樂中心	家庭 會員	28 名 (每組家庭最多4位)	\$180 (大小同價)	<p>於新春一起乘車前往位於於大帽山山麓的曹公潭戶外康樂中心郊遊，親親大自然，舒展身心，下午一同於營地燒烤。藉著家庭集體遊戲及燒烤樂，讓家長及孩子共度美好的親子時光，促進親子關係。</p> <p>備註： - 集合時間：上午 9:15 (逾時不候) - 集合及解散地點：賽馬會家長資源中心 - 費用已包括營費、燒烤及來回交通</p> <p>*中籤者將於 25/1/2024 收到職員通知</p>	實習 社工 Yu ki 姑娘 / 余 姑娘
歷史 知識 之旅 (JCPRC- 24-056)	26/5/24 (日)	上午 9:00 - 下午 5:00	沙頭角 抗戰紀念館、 沙頭角農莊	家庭 會員	28 名	\$389 (大小同價)	<ul style="list-style-type: none"> - 乘旅遊車前往香港沙頭角抗戰紀念館，是香港首間抗戰紀念館，將香港抗戰這段歷史記錄下來並展現出來。 - 遊畢乘旅遊車往沙頭角農莊，任食2.5小時燒烤。並且可自製普通版客家茶粿和品嚐 (即做即蒸)，餐後自由活動可自費享用園內設施。 <p>備註： 集合時間:上午 9:00 集散地點:賽馬會家長資源中心</p> <p>*活動由采星旅遊協辦</p>	余 姑娘
有機同樂 大日營 (JCPRC- 24-057)	23/6/24 (日)	上午 9:00 - 下午 5:00	粉嶺 綠田園	家庭 會員	40 名	\$290 (大小同價)	<ul style="list-style-type: none"> - 在有機農場內親身體驗有機耕種、綠色飲食及大自然藝術等有趣活動，以嘉年華或套裝活動形式進行。 - 參加者可參與以下活動: 認識綠色飲食及親手製作專屬自己的有機麵包 小農夫有機種植體驗，親嘗翻土、下肥、下種等農務滋味 - 午膳需自備 <p>備註： 集合時間:上午 9:00 集散地點:賽馬會家長資源中心</p>	余 姑娘