協康會
HEEP HONG SOCIETY
海富家長資源中心
HOI FU PARENTS RESOURCE CENTRE

協康會 211 賣旗行動~探索故宮

日期/時間	地點	對象	名額	費用	內容
賣旗日 11/2/23(六) 上午 9:00-12:00 (其中兩小時) **集合時間** 下午 2:45 西九龍博物館道 8 號 **解散時間** 下午 6:00 自行解散	港島區 及 香港故宮文化博物館 (西九龍博物館道 8 號)	中心家庭會員	40 名	全免	**協康會賣旗日** 參加者服務滿兩小時，可獲證書及禮物一份。 下午前往**香港故宮文化博物館** ~ 絕大部分珍藏瑰寶更是首次在香港公開亮相。博物館更設有故宮學堂、多媒體設施、互動裝置及餐飲休憩空間，為大家帶來獨一無二的文化體驗。 **備註：** 1. 請自行前往指定賣旗地點及到指定旗站交還旗袋；參加者需事前親臨中心領取旗袋。 2. 活動當日參加者自行午膳，下午 2:45 於西九龍博物館道 8 號香港故宮文化博物館由協康會職員派發入場券。 3. 活動當日的聯絡電話：9199 0477

SMART 爸爸俱樂部

培育子女成長，爸爸擔任非常重要的角色。若子女有發展障礙，爸爸的育兒壓力便更沉重了。「SMART 爸爸俱樂部」，鼓勵父親們互相分享感想及交流育兒心得，發揮自強、助人助己的精神，而使命方面包括; Support（支持）: 爸爸在俱樂部中能夠獲得支持及鼓勵 Mutual Aid （互助）: 促進爸爸之間互相分享及幫助 Resource （資源）: 滙聚資源，爸爸掌握育兒知識及技巧 Tender（親切）: 爸爸俱樂部像一個大家庭，給爸爸親切和溫暖的感覺。

爸爸活力行動篇

痛症 ByeBye 治療班

負責職員:張姑娘

活動編號	日期/時間	地點	對象	名額	費用	內容
(HFPRC-23-00022)	二月篇 25/2/23 (六) 下午 5:00- 6:00	海富家長資源中心或ZOOM網上平台	中心家長(爸爸出席優先)	10 名	$50	背痛？腰痛？肌肉崩緊？足底筋膜發炎 不想繼續讓痛症纏繞，一定要想法處理，治療班可以改善肌肉耐力不足、柔韌度不足而導致身體上的各種問題，為自己的身體打打氣，同痛症說再見。 **導師:**註冊痛症專員及伸展治療師 **備註:**家長可選擇實體或 ZOOM 上課，請在報名表上註明。
(HFPRC-23-00023)	三月篇 25/3/23 (六) 下午 5:00- 6:00			10 名	$50	
(HFPRC-23-00024)	四月篇 29/4/23 (六) 下午 5:00- 6:00			10 名	$50	
(HFPRC-23-00025)	五月篇 27/5/23 (六) 下午 5:00- 6:00			10 名	$50	

家長教與學

負責職員：張姑娘

日期/時間	地點	對象	名額	費用	內容
22/2/23 (三) 上午 10:00-11:30	海富中心或ZOOM	適合就讀主流學校初小家長	8 名	全免	**孩子的解難力(AQ) (HFPRC-22-00329)** 有特殊教育需要的兒童在成長中需面對不少的困難。因此，及早培養兒童的抗逆力，可讓他們相信自己的能力及以更正面的心境面對難題。
22/3/23 (三) 上午 10:00-11:30			8 名	全免	**孩子的學習能力 (HFPRC-22-00330)** 擔心自己的孩子學習力不佳，便找一些提升專注力或是學習力的方法想要讓自己的孩子變的更好，想要提升兒童學習力不難，找對方法對症下藥就對了！

家長增值學堂 – 《幕後玩家》

負責職員：張姑娘

讓家長可以學習與子女【玩】的技巧，學習了解子女的內心世界，學習靈活的溝通方法，以建立良好的親子關係，更重要是希望家長能有多一些 ME TIME，能與同路人家長互相交流及分享。

活動編號	日期/時間	地點	對象	名額	費用	內容
(HFPRC-22-00326)	28/2/23 (二) 上午 10:00-11:30	海富家長資源中心	2-6 歲發展障礙兒童之家長	8 名	$20	**開心同你玩** 家長可以透過一同玩，明白玩之中的好處，而且可以將遊戲帶回家，與孩子共享快樂時光。
(HFPRC-22-00327)	28/3/23 (二) 上午 10:00-11:30			8 名	$20	**腦力玩一番** 透過五感遊戲，讓家長了解五感對孩子的重要性，從而幫助家長發展子女的腦部及刺激孩子對五感的感知及靈敏度。

同心家長會融合教育關注小組舉辦

『融合教育關注小組』為家長舉辦多元化的活動，讓家長終身學習裝備起來。與同路人家長建立支援網絡，互相支持及鼓勵。藉此讓家長一同認識兒童及青少年子女成長的需要及掌握更多融合教育的資訊。

負責職員：張姑娘

日期/時間	地點	對象	名額	費用	內容
15/2/23(三) 上午 10:00-12:00	海富中心	中心家長會員	15名	全免	**伴你同行 (小學篇)** (HFPRC-22-00333) 入讀主流小學後，家長和子女面對的問題有多少，在陪伴子女適應學校的過程中，你的心得和體會可以在平台中與同路人分享，幫助更多育有特殊學習需要的家長。
8/3/23(三) 上午 10:00-12:00			15名		**升讀主流中學知多 D** (HFPRC-22-00334) 與同路人家長一起交流及討論，掌握最新的資訊，幫助子女適應中學階段的生活。
19/4/23(三) 上午 10:00-12:00			15名		**驅蚊膏 (HFPR-23-00026)** 夏季蚊蟲多，小孩子皮膚柔嫩，一旦被叮咬便立刻又紅又腫。市面不難見到各類驅蚊法寶，例如蚊貼、防蚊噴霧、蚊帶等。但不少防蚊產品含化學成分避蚊胺，但不少不適合用於兒童皮膚，不妨自製驅蚊膏 備註:自備材料费$ 20
17/5/23(三) 上午 10:00-12:00			15名		**靜心頌鉢療癒 (HFPRC-23-00027)** 透過聲頻和靜心學習讓大腦深層休息，排走多餘的情緒及毒素，是可以讓身體「不藥而癒」的天然療法。而聲音療法（Sound Healing）由古代已經一直沿用至今，聲療能改善現代人免疫系統失調及無發法診斷的問題，聲頻振動透過身體的水份傳遞到身體內的細胞分子、血液、肌肉、器官和骨骼，利用共振原理對人體進行快速修復，重啟身體的自癒能力。
21/6/23(三) 上午 10:00-12:00			15名		**探索心靈拼貼 (HFPRC-23-00028)** 心靈拼貼是一個簡單、有創意、富有想像力的藝術，透過圖像剪貼、自我解讀圖卡，可以發現內在智慧，並且和群體和諧共處，透過自我的拼貼過程中，會發現你的問題核心，自我解讀內在智慧。

負責職員：美純姑娘

活動名稱	日期	時間	地點	對象	名額	費用	內容
教得其樂－家長管教小組 (HFPRC-23-00029)	5/5 ~ 30/6/23 (逢五, 26/5 暫停, 共 8 節)	上午 9:30 - 11:30	海富中心	育有 3-8 歲發展障礙兒童的家長	6名	$40	課程由*本會與香港理工大學及香港大學*共同研發。 小組透過講解管教原則，引導家長掌握 *20 個因應特殊需要幼兒情況的管教技巧*，從而有效減少孩子的問題行為，同時有效紓減家長的親職壓力。 **備註:**家長可獲*「教得其樂」家長管教手冊及情緒卡一套(非賣品)*

爸爸·媽媽 親子動一動【體驗課】

親子瑜伽講究溝通與互動，過程中互相幫助，有效增進感情，同時可建立良好的運動習慣。而且，瑜伽過程中，小孩需要集中專注力，才能控制身體做出各種動作，有效提高專注力和協調能力，同時能訓練身體各部位的肌肉，促進血液循環。

負責職員：張姑娘

活動編號	日期/時間	地點	對象	名額	費用	內容
A 班 (HFPRC-23-00030)	1/4/23 (六) 下午 2:00-3:30	海富家長資源中心	3-6歲發展障礙兒童及其家長	6對	$20	【學習瑜伽的好處】 ① 保持身體柔軟度和靈活性 幼兒時期的兒童筋骨都十分柔軟，但隨著年紀增長、生活壓力、缺乏運動等情況，柔軟度和身體靈活度會逐漸下降。定時伸展有助維持肌力均勻發展，降低受傷風險。 ② 增加自信心 不少幼兒在面對人群時，會感到害怕、緊張，甚至影響到他們的社交行為。讓兒童學習瑜珈能幫助他們打開心胸，增加快樂荷爾蒙安多酚，從而促進人際互動、幫助自我成長。 ③ 提升專注力 透過瑜伽除了能增加體能外，其實亦在訓練專注力，留意動作的伸展。課堂上專注力得到提升，在做日常生活上更能事半功倍。
B 班 (HFPRC-23-00031)	6/5/23 (六) 下午 2:00-3:30			6對	$20	
C 班 (HFPRC-23-00032)	3/6/23 (六) 下午 2:00-3:30			6對	$20	

Me Time 話你知~伸展瑜珈(實體)

負責職員：張姑娘

活動編號	日期	時間	地點	對象	名額	費用	內容
A 班 (HFPRC-23-00033)	6/4 ~ 27/4/23 (四) 13/4 暫停 共 3 節	上午 10:00 - 11:30	海富家長資源中靠心	中心家長	8 名	$90	提供機會讓家長學習伸展各呼吸，由淺入深進行全身拉伸及強化筋腱，達致身心寧靜健康、消除緊張、紓解壓力。好好享受自己的Me Time，同時會安排家長互相交流時間，為家長建立支援網絡。 **備註：** 1. 上課前一小時不能進食及須穿著輕便運動裝。 2. 為免影響課堂進行，遲到逾30分鐘者，將不安排入內參與該課堂，敬請留意。 **義務導師：**吳穎淇女士
B 班 (HFPRC-23-00034)	4/5 ~ 25/5/23 (四) 共 4 節				8 名	$120	
C 班 (HFPRC-23-00035)	1/6 ~ 29/6/23 (四) 22/6 暫停 共 4 節				8 名	$120	

息出好心情~義能量加分

負責職員：張姑娘

日期	時間	地點	對象	名額	費用	內容
24/2/23 (五) (HFPRC -23-00036)	上午 10:00 - 11:30	海富中心或ZOOM網上平台	中心家長	10名	全免	**義能量加分-同路同心** 讓義工家長跟中心家長分享照顧子女的心路歷程，相信過來人的經驗能助同咯人家長看得更多、看得更遠。
10/3/23 (五) (HFPRC -23-00037)						**義能量加分-子女學會學習** 作為家長可以如何協助子女自動自覺，學會學習呢? 沒錯，義工家長會帶給大家如何引導子女自主學習的方法及技巧，讓大家獲得一點點的啟示。
21/4/23 (五) (HFPRC -23-00038)						**義能量加分-子女學會社交** 社交溝通的重要是無可置疑，家長的角色及定位又如何提昇他們的社交能力呢? 義工家長的故事會為大家加分和加油!!!!
備註：【 活動由義能量 GO 飛義工組 合辦】						

負責職員：賴姑娘

活動名稱	日期	時間	地點	對象	名額	費用	內容
照顧者加油站一禪繞 (HFPRC -23 -00039)	20/4 ~ 11/5/23 (逢四, 共 4 節)	早上 10:00 - 11:00	zoom	家長會員	6名	$50	期望網上形式進行，能讓分身不暇的照顧者，也有機會放鬆一下。透過禪繞畫一筆一畫的過程，讓你感受平靜。禪繞畫的重點不在於對錯或技巧，只要學會享受每一筆的過程，接受作品的不完美，也是一個療癒的過程。

家長手工製作系列

負責職員:李姑娘

活動名稱	日期	時間	地點	對象	名額	費用	內容
家長動手做 - 土耳其桌燈 (HFPRC -23-00040)	18/4/23 (二)	上午 9:30 - 11:30	海富中心	中心家長	6名	$80	日常生活雖然忙碌，但都要留個時間給自己，做自己喜歡的事，體驗各種趣事和新事物。 今次動手製作馬賽克燈，每一盞手工製作都是獨一無二的，齊來創作屬於你的小夜燈！
花一點心思 (二) (HFPRC -23 -00041)	24 及 25/5/23 (三、四)	上午 9:30 - 11:00			4名	$40	5 月是繡球花盛放的花季。花語是「美滿」和「團聚」的繡球花，由一朵朵小花聚集而成，象徵家人相親相愛，十分適合作為居家擺設。 只要抽出少少時間簡單製作，享受過程時又放鬆心情，便可以帶這永不凋謝、美好寓意的花束回家欣賞！ **小組會完成的作品：** 扭扭棒繡球花(花束擺設)

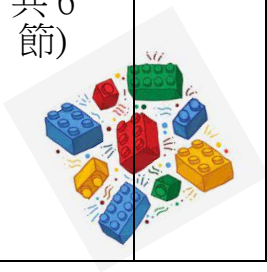
音樂治療系列

音樂治療能幫助特殊需要的兒童已有很悠長的歷史，國際研究已證實，音樂治療對改善兒童的情緒、社交及專注力具正面的成效。

負責職員：賴姑娘

活動名稱	日期	時間	地點	對象	名額	費用	內容
兒童個別音樂治療 (HFPRC-23-00042)	18/4 ~ 27/6/23 期間自選連續 6 堂 (逢二,共 6 節)	下午 4:15 - 4:45	海富中心	3 - 11 歲任何發展障礙的兒童	1 名	$3,720 (每節 30 分鐘)	**<u>兒童個別音樂治療 (6 節)：</u>** 音樂治療師會針對兒童的情緒、心理、言語、溝通及自信心等需要，特別設計音樂活動，讓兒童愉快地參與活動，並在不知不覺間舒緩情緒、加強表達、提升心理質素及自信心，繼而改善生活及學習上的能力，參與日常活動時更有自信心！ 個別音樂治療每期為 6 節，已參加的兒童可優先參與下一期的個別治療，延續治療成效。 **<u>兒童音樂治療成長小組 (11 節) ：</u>** 兒童在音樂治療師特別設計的小組活動下（包括即興音樂創作、音樂合奏、音樂故事及音樂遊戲），能愉快地參與活動，加強社交溝通能力及提升專注力，繼而改善日常生活中與同學及朋友的社交能力，與及提升在學校學習時的專注力！ **備註：** 1) 導師為專業音樂治療中心（英國）註冊音樂治療師伍偉文博士 2) 除一位音樂治療師外，亦有兩至三位小組助理協助活動進行，確保兒童到合適照顧 3) 此小組並非親子組，因此家長需在房間外等候 4) 有需要時，家長可在房外作短時間的觀察（但不能錄音或錄影） 5) 如兒童缺席，均不獲補堂或退款
兒童音樂治療成長小組 (HFPRC-23-00043) 	18/4 ~ 27/6/23 (逢二共 11 節)	下午 5:00 - 5:45		3 - 6 歲任何發展障礙的兒童	4 - 6 名	$3,025 (每節 45 分鐘)	

負責職員：美純姑娘

活動名稱	日期	時間	地點	對象	名額	費用	內容
LEGO® 遊戲治療小組 (HFPRC-23-00044) 	15/4 ~ 20/5/23 (逢六, 共 6 節)	上午 10:30 - 11:30	海富中心	6-12 歲有發展障礙並**喜愛** LEGO 的兒童及其照顧者	6 對親子	$60	透過 LEGO® 遊戲作為媒介，讓兒童通過特定角色建構，導師作出適當引導，協助學童發展及加強七大社交能力，包括***<u>溝通、共同關注力、專注力、輪替分享、妥協、解難及創造力。</u>*** **備註:** 除父母外，可由其他照顧者帶領出席活動

發展障礙兒童 / 家長支援系列

負責職員：幼兒導師楊姑娘

活動名稱	日期	時間	地點	對象	名額	費用	內容
情緒・情緒妥管理 (HFPRC-23-00045)	19/4/23 (三)	10:00 - 11:30	海富中心	發展障礙兒童之家長	10 名	免費	情緒本無分錯對，最重要的是要運用合適的方法來表達情緒。透過分享會讓家長分享孩子的情緒表現，以及認識輔導孩子情緒感受的方法與技巧。
親子同學會 A (情緒篇) (HFPRC-23-00046)	21/4 ~ 12/5/23 (逢五，4 節)	下午 4:30 - 5:30		3 - 4 歲發展障礙兒童及其家長	4 對	$200	讓家長學習如何教導兒童認識自己的情緒，以及疏導情緒的方法。透過課堂中的實踐，家長可掌握方法運用於生活之中。 **備註：出席 HFPRC-23-00045 家庭優先**
親子同學會 B (情緒篇) (HFPRC-23-00047)	26/4 ~ 17/5/23 (逢三共 4 節)	下午 4:30 - 5:30		5 - 6 歲發展障礙兒童及其家長	4 對	$200	讓家長認識如何疏導兒童的情緒，以及引導兒童學習管理和處理自己的情緒。透過課堂中的實踐，家長可掌握方法運用於生活之中。 **備註：出席 HFPRC-23-00045 家庭優先**

學前兒童活動

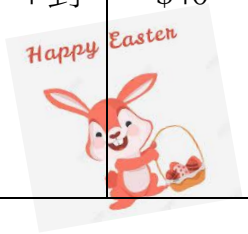
負責職員：幼兒導師楊姑娘

活動名稱	日期	時間	地點	對象	名額	費用	內容
專注再升呢 (HFPRC-23-00048)	27/ 5 ~ 17/6/23 (逢六，共 4 節)	下午 10:00 - 11:00	海富中心	5 – 6 歲發展障礙兒童	6 名	$120	如在玩耍和遊戲中專注已沒有難度，就要讓專注力升級啦！透過紙上遊戲，讓兒童在靜態活動裏能集中注意完成工作，從而令專注力進一步提升。 **備註：兒童能安坐及遵從指令**
記憶力大挑戰 A (HFPRC-23-00049)	2/6 ~ 23/6/23 (逢五，共 4 節	下午 4:30 – 5:30		3- 4 歲發展障礙兒童	6 名	$120	藉著不同的感觀遊戲，加強兒童對事物的認知及記憶力。 **備註：兒童能安坐及遵從指令**
記憶力大挑戰 B (HFPRC-23-00050)	31/5 ~ 21/6/23 (逢三，共 4 節)	上午 4:30 – 5:30		5 - 6 歲發展障礙兒童	6 名	$120	藉著不同的感觀遊戲，加強兒童對事物的認知及記憶力。 **備註：兒童能安坐及遵從指令**

節日活動

負責職員：幼兒導師楊姑娘

活動名稱	日期/時間	地點	對象	名額	費用	內容
親子樂在復活節 B (HFPRC-22-00361)	1/4/23 (六) 下午 12:00-1:00	海富家長資源中心	2-3 歲發展障礙兒童其家長	4 對	$40	透過不同的遊戲，家長可與兒童一起共享親子時間，並藉此加深兒童對復活節的認識。



兒童成長及學習室

負責職員：張姑娘

活動名稱	日期	時間	地點	對象	名額	費用	內容
閱讀魔法營 II (HFPRC-23-00051)	22/4 ~ 13/5/23 (六) 共 4 節	上午 10:00 - 11:15	海富家長資源中心	7-10 歲就讀主流學校發展障礙兒童	6 名	$120	從閱讀故事訓練小朋友的理解能力，增強兒童的表達能力及組織能力，並享受閱讀的樂趣。
Kids fun fun 天地 (HFPRC-23-00052)	6/5 ~ 20/5/23 (六) 共 3 節	下午 2;15 - 3:15			6 名	$90	透過多元化的活動，增強孩子的創意、想像力，讓兒童學會欣賞自己及欣賞別人。
Play Time (HFPRC-23-00053)	10/6 ~ 24/6 (六) 共 3 節	上午 10:00 - 11:15			6 名	$90	藉故事、遊戲及手工藝，學習與人相處，提昇社交能力。

負責職員：張姑娘

活動名稱	日期	時間	地點	對象	名額	費用	內容
尋人記 (HFPRC-23-00054)	10/6/23 (六)	下午 2:00 - 3:15	海富家長資源中心	中心會員	15 對親子	全免	2023 年 6 月 10 日有一則 **《尋人》啟示** 有以下特徵者: 性別 :女 鞋碼 :23,25 如擁有以上特徵者便請依時出席聚會了，大家一同玩遊戲，共渡愉快時光。

負責職員：美純姑娘

活動名稱	日期	時間	地點	對象	名額	費用	內容
快快樂樂升小一 (HFPRC-23-00055)	27/5 ~ 24/6/23 (逢六, 共 5 節)	上午 10:30 - 中午 12:00	海富中心	2023 年 9 月升讀主流小一的發展障礙兒童	6 名	$120	透過不同的小組遊戲，讓孩子升小學前預早體驗小學的上課流程，幫助孩子適應未來的挑戰。

珠心算班

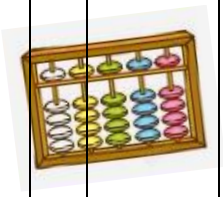
目的:打好數學基礎，協助兒童形象思維及記憶力。

如家長希望了解兒童的學習進度,可由最多 1 名照顧者陪同上課

課堂只限報名幼兒出席,請勿帶同其他兒童上課,包括其兄弟姐妹,以免對其他參加者造成不便

負責職員：美純姑娘

活動名稱	日期	時間	地點	對象	名額	費用	內容
珠心算高班(第一期) (HFPRC -23-00056)	6/5 ~ 15/7/23 (逢六, 1/7 暫停, 共 10 節)	下午 2:45 - 3:45	海富中心	完成中班三期的兒童	4 名	$700	高班(第一期)：乘法 2 位×1 位、3 位×1 位，心算。 **經驗導師**：何玉萍老師 **備註**：參加者請自備五珠算盤
珠心算高班(第三期) (HFPRC -23-00057)		下午 4:00 - 5:00		完成高班二期的兒童	3 名	$700	高班第三期：多位數乘法，多位數除法，心算。 **經驗導師**：何玉萍老師 **備註**：參加者請自備五珠算盤



語文讀寫課程

負責職員：賴姑娘

活動名稱	日期	時間	地點	對象	名額	費用	內容
小一語文適應課程小組(初階) (HFPRC -23-00058)	4/5 ~ 29/6/23 (逢四, 共 8 節,22/6 暫停)	下午 3:15 - 4:15	海富中心	就讀主流學校 K3/N4 任何發展障礙的幼兒及其家長	6 對親子	$400 (每對)	此課程是參考《悅讀・悅寫意》，為現就讀主流幼兒學校 K3/N4 的幼兒提供基礎的語文訓練，為升讀主流小一作好準備。每節均有家課需家長跟進，以鞏固幼兒所學。 **備註：** 1. 參與的幼兒必須要情緒穩定 2. 必須有照顧者陪同參與以協助幼兒學習(不建議工人姐姐陪同) 3. 已報讀 HFPRC-22-00346 親子聽說讀寫小組 (K3 進階)之參加者優先報名

躍動成長路系列

負責職員：賴姑娘

活動名稱	日期	時間	地點	對象	名額	費用	內容
好玩專注力遊戲(初小篇) (HFPRC -23 -00059)	1/4 ~ 29/4/23 (逢六,8/4 暫停，共 4 節)	上午 11:00 - 12:00	海富中心	就讀主流學校 6-8 歲的 ADHD 兒童	4 名	$120	活動主要給 ADHD 兒童參與不同的專注力遊戲, 除了有視覺專注、聽覺專注及記憶遊戲外, 亦會進行覺醒運動及控制衝動的練習。亦期望兒童在活動中能學習小組規矩及與人相處合適的態度。 **備註：** 此活動不適合智力障礙或自閉症譜系之兒童。

共融系列 (與本中心的少數族裔服務隊合作)

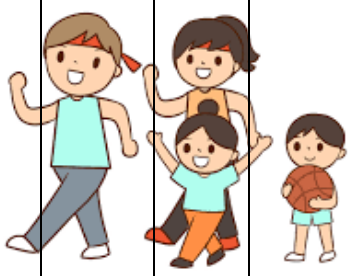
負責職員:李姑娘

活動名稱	日期	時間	地點	對象	名額	費用	內容
沙灘獵蛋大行動 (HFPRC -23-00007) 	1/4/23 (六)	下午 12:00 - 5:00	屯門黃金海岸	中心家庭 (2-6歲有發展障礙的兒童及其家長)	20名	每位 $20	提起復活節，大家一定會聯想到復活蛋！尋找復活蛋，更是表達友誼、關愛和祝願的方式。 今年我們一起前往沙灘，欣賞海天一色的沙灘美景之餘，更能認識新朋友。一系列的團體遊戲，更有尋找復活蛋活動等著你！ **備註：** 1. **集合及解散：** **集合及解散地點: 協康會海富中心** **集合時間: 下午 12:00** ***旅遊巴接送，敬請準時，逾時不候。** 2.可帶備零食食水、防曬和防蚊用品。請穿著舒適輕便裝束和運動鞋。 3. 外出活動中心聯絡手機號碼為5415-8992。
濕地公園觀光團 (HFPRC -23-00010) 香港濕地公園 Hong Kong Wetland Park	30/4/23 (日)	下午 12:00 - 5:00	香港濕地公園	中心家庭	20名	每位 $30	位於天水圍北部的香港濕地公園，佔地約 61 公頃。除了有為水鳥和野生動物的濕地保護區，還有不少設施，例如兒童遊戲室、觀鳥屋、教育徑等。 是次活動與本中心的少數族裔服務隊合作，大家可以趁機認識不同的新朋友，享受愉快的家庭日。 **備註：** 1. **集合及解散：** 集合及解散地點: 協康會海富中心 集合時間: 下午 12:00 ***旅遊巴接送，敬請準時，逾時不候。** 2.可帶備零食食水、防曬和防蚊用品。請穿著舒適輕便裝束和運動鞋。 3. 外出活動中心聯絡手機號碼為5415-8992。

活動名稱	日期	時間	地點	對象	名額	費用	內容
探索科學館奧秘 (HFPRC-23-00012) 	21/5/23 (日)	下午 1:00 - 5:00	香港科學館	中心家庭(6-12歲有發展障礙的兒童及其家長)	10名	$10	香港科學館大家可能都遊覽過，但樓高四層的展館，每次都是走馬看花。今次我們準備了不同的小任務，大家可以趁機深度地探索科學館，一起渡過有趣的週末。 **備註：** 1. **集合及解散：** 集合及解散地點: 港鐵紅磡站 集合時間: 下午 1:00 敬請準時，逾時不候。 2. **請自備交通費用**，請穿著舒適輕便裝束和運動鞋。 3. 外出活動中心聯絡手機號碼為 5415-8992。

共融活動系列

負責職員：賴姑娘

活動名稱	日期	時間	地點	對象	名額	費用	MTR 內容
做個有品鐵路迷 (HFPRC-23-00060)	4/3/23 (六)	下午 3:00 - 4:00	海富中心	8 - 12歲之任何發展障礙的兒童	8名	$20	由新一期協康會海富中心的鐵路迷教育大使為參加者設計有關鐵路的問答比賽及小遊戲，期望參加者學習到有趣的知識外，更學習到乘坐公共交通工具的規則和禮儀，做一個有品格的鐵路迷。(內容和上一期不同)
運動樂趣多 (HFPRC-23-00061) 	13/5 ~ 27/5/23 (逢六，共 3 節) 及戶外 28/5/23 (日)1 節	詳情見內容	海富中心、櫻桃街公園及香港單車館公園		8名	$50	由一班 YMCA 青年義工哥哥姐姐帶領，與參加者一同進行有益身心的運動活動，提升參加者之身心健康及與人溝通相處技巧。 內容：拉筋伸展、不同類型之帶氧及球類活動等。 參加者必須出席 3 節小組及 1 次外出活動，內容如下： **<小組活動>** 日期：5 月 13、20、27 日(逢六) 時間：上午 11:00-12:00 地點：海富中心及櫻桃街公園 **<外出活動>** 日期：5 月 28 日(日) 時間：上午 10:00-下午 1:00 活動地點：香港單車館公園 集合及解散地點：港鐵坑口站 B 出口 **備註：** 1) 活動出發前，家長必須簽妥「外出活動同意書」並交予活動負責職員 2) 此活動與 YMCA 佐敦會所賽馬會綜合青少年服務中心合作

青年義工服務

負責職員：賴姑娘

活動名稱	日期及時間	時間	地點	對象	名額	費用	內容
鐵路迷教育大使 (HFPRC-23-00062)	10/6 ~ 15/7/23 (逢六, 共 5 節, 1/7 暫停) 	第一至四節：上午 11:00 - 12:30 第五節：上午 10:00 - 12:30	海富中心	13 歲或以上的任何發展障礙的青少年	4 名	免費	1.鐵路迷教育大使需要有耐性，及願意與小學生分享有關鐵路的知識 2.透過義工服務，學習與人合作，與組員一起設計小學生的鐵路活動。亦會學習如何使用圖片、文字、說話技巧傳達令人更易明白的訊息 4. 第一至四節為活動籌備；第五節為義工服務

中學生活動系列

負責職員：賴姑娘

活動名稱	日期	時間	地點	對象	名額	費用	內容
中學生加油站 (HFPRC-23-00063)	18/3 ~ 29/4/23 (逢六, 共 6 節，8/4 暫停)	下午 5:00 - 6:15	海富中心	就讀主流中學之任何發展障礙的中學生 	10 名	$300	此小組是一個定期舉辦的支援小組，讓一班來自不同中學的青少年在同一個平台下能互相交流中學生活及個人生活。活動中亦會進行遊戲、分享、討論等不同形式，以達到同輩間彼此支持及建立友誼，為青少年的成長打打氣！ 主題(不分次序)： 復活節活動、康樂聯誼活動、解難合作活動、微電影同分享、減壓活動、中學生事件簿
後生仔傾傾計 (HFPRC-23-00064)	6/4/23 (四)	下午 2:15 - 3:30		13 至 25 歲的青年會員	10 名	免費	青少年的成長階段會經歷生理、心理和社交方面的轉變，亦要面對各種矛盾、挫折及衝突。這是一個為青少年而設的支援平台。參加者可以在自由的環境下，分享自己的看法，亦能從別人身上，學習到不同的觀點，從而尊重別人。
PS4 無限復活日 (HFPRC-23-00065)	13/4/23 (四)	下午 2:30 - 4:30		就讀主流中學之任何發展障礙的中學生	8 名	$20	透過好玩刺激的 PS4 遊戲，讓參加者學習到情緒控制、輪候、接受輸贏等經驗，以提升社交技巧。

海富中心
負責職員: 陳 sir

青年系列

活動名稱	日期	時間	地點	對象	名額	費用	內容
海富青年生日派對(3-5月壽星)(HFPRC-23-00066)	19/5/23(五)	下午5:00-6:30	海富中心	15歲以上任何發展障礙的青少年	10位	$60	透過生日派對與青年進行不同的派對遊戲，學習社交互動技巧。 內容: 1. 派對遊戲 2. 許願及切蛋糕 備註: 非3-5月生日的青年都可以報名參加。
Switch遊戲週(HFPRC-23-00067)	1及15/4/23(六，共2節)	下午2:30-4:30			4位	$50	透過Switch遊戲的競技及任務解難元素，刺激年青人思考，也讓他們能陶冶性情，以正能量應對困難。
海富K歌2023(HFPRC-23-00068)	22/4~6/5/23逢六，共3節	下午4:00-6:00			8位	$90	透過唱K活動，讓年青人發展音樂的興趣及才能，也讓他們能陶冶性情，以正能量應對困難。
海富友周圍走－孫中山香港遊(HFPRC-23-00069)	13/5/23(六)	下午3:00-6:00	孫中山博物館，大館，中環街市		8位	$20	讓青年遊歷香港的博物館，了解本地的歷史和文化，同時亦藉參觀活動讓青年放鬆身心。 **備註**: 1. 集合及解散：敬請準時下午 3:00於中環站D2出口, 逾時不候。回程於中環站解散。 2. 請自備食水、防曬和防蚊用品及穿輕便服運動鞋。 3. 外出活動中心聯絡手機號碼為5415-8992 4. 外出活動請務必填寫外出活動同意書
山系男女 －大美督家樂徑(HFPRC-23-00070)	3/6/23(六)	上午9:30-下午1:00	大美督家樂徑 		6位	$20	透過行山，讓青年人可以多做運動，訓練大肌肉。而且能親親大自然，飽覽大美督家樂徑多個天然景觀。 **備註**: 1. 集合及解散：敬請準時上午 9:30於大埔墟站A出口, 逾時不候。回程於大埔墟站解散。 2. 請自備食水、防曬和防蚊用品及穿輕便服運動鞋。 3. 外出活動中心聯絡手機號碼為5415-8992 4. 外出活動請務必填寫外出活動同意書

海富中心

負責職員: 陳 sir

活動名稱	日期	時間	地點	對象	名額	費用	內容
M+通達導賞團及工作坊——「草間彌生：一九四五年至今」通達遊 (HFPRC -22-00413) 	18/2/23	上午 9:00 - 11:45	九龍博物館道38號西九文化區M+	18歲以上青年及其家長	20位	全免	「草間彌生：一九四五年至今」是草間在日本以外的亞洲地區舉行的最大回顧展，由第二次世界大戰尾聲創作的繪畫至其最近期的沉浸式作品，圍繞「無限」、「積累」、「全面連結」、「生物宇宙」、「死亡」和「生命的力量」六個主題，全面地呈現草間藝術生涯的各個發展階段。 **備註**: 1. 集合及解散：敬請準時上午 9:00 於九龍站 D1 出口出口, 逾時不候。回程於九龍站解散。 2. 請自備食水、防曬和防蚊用品及穿輕便服運動鞋。 3. 外出活動中心聯絡手機號碼為 5415-8992 4. 外出活動請務必填寫外出活動同意書 5. 活動可以只是青年參與，家長共同參與會予以優先。 6. 此項活動包括在導賞期間免費進入展廳。如欲在活動後再次進入展廳，請參考參觀指南網頁上的票務資訊，為你的團體購買門票。 7. 參觀指南: https://www.mplus.org.hk/tc/plan-your-visit/ 8. 西九文化區管理局包括其附屬公司（統稱為「管理局」）可能會安排製作本次活動照片、音訊、影片和其他形式的活動紀錄（統稱為「紀錄」），以供日後推廣或非商業用途，而出席是次活動的所有人員將可能會被刊載於上述記錄當中。當您確認參加本次活動，即表示您及團體成員同意授予管理局全部權利，不受任何限制地使用您及團體成員的影像或聲音製作此記錄，並無需向您或團體成員支付費用。如果您對上述用途有任何異議，請在參加本次活動前與我們的工作人員洽談。

海富中心

負責職員: 李姑娘

活動名稱	日期	時間	地點	對象	名額	費用	內容
青年加油站 (HFPRC-23-00071)	20/5 ~ 17/6/23 (逢六，共 5 節)	下午 5:00 - 6:15	海富中心	18 歲以上有發展障礙的青年人	8 名	$250	青年加油站是一個長期舉辦的支援小組，希望讓畢業後的青年人有個共同平台分享生活上遇到的人和事，以及學習一些職場和生活技巧。小組有不同形式的主題和活動，學習的同時都能放鬆娛樂一番。青年彼此間互相支持，為生活打打氣！ **每節主題(不分次序):** 1. 青年暢談+ 遊戲環節 2. 手工製作 3. 職場小百科 4. 簡易甜品製作 5. 戶外團體活動+野餐
週末遊玩團 - 嘉道理農場 (HFPRC-23-00072)	24/6/23 (六)	中午 12:00 - 下午 5:00	嘉道理農場暨植物園	15 歲以上有發展障礙的青年人	8 名	$40	能在香港看到野生動植物的機會並不多，而嘉道理農場暨植物園是香港一個環境保育教育中心及植物園，育有不同的動植物，還有各種保育及教育設施。 今次我們一起前往農場，接觸大自然小動物，完成任務後更有小禮物！ **備註：** 1. **集合及解散：** 集合及解散地點: 港鐵大埔墟站 集合時間: 中午 12:00 敬請準時，逾時不候。 2. 入場費已包，**請自備交通費用**。可帶備零食食水、防曬和防蚊用品。請穿著舒適輕便裝束和運動鞋。 3. 外出活動中心聯絡手機號碼為 5415-8992。

舞蹈班

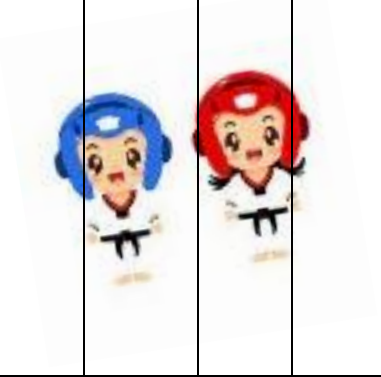
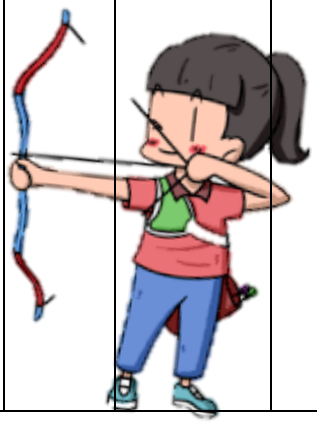
負責職員：美純姑娘

班別	日期	時間	地點	對象	名額	費用	內容
Hip Hop 跳舞班 A (HFPRC-23-00073)	6/5 ~ 15/7/23 (逢六, 1/7 暫停, 共 10 節)	下午 2:15 - 3:15	海富中心	就讀主流學校 7-15 歲任何發展障礙的兒童或青少年 (舊生優先，歡迎新生)	3 名	$900	動一動!扭一扭! 主要是用街舞音樂教學， 透過輕快流行的音樂，令參加者隨著音樂節奏而動 起來，提升舞蹈技巧之外， 還 有 助 提 升他 們 身 體 的 柔 軟 度。 課程也能讓參加者擁有自己一個小舞台，增加自信， 提 升 個 人 專 注 力 和 協 調 性。 **備註：** 1. **導師:** Manchi 姐姐 2. 參加者身體需適合進行劇烈運動，及能跟從簡單身體指令 3. 參加者請穿著運動服裝及運動鞋，自備毛巾及水。
Hip Hop 跳舞班 B (HFPRC-23-00074)		下午 3:30 - 4:30			3 名	$900	

體育活動

負責職員：賴姑娘

活動名稱	日期	時間	地點	對象	名額	費用	內容
攀石班 (HFPRC-23-00075)	19/4/ ~ 7/6/23 (逢三, 共 8 節)	下午 5:15 - 6:15	九龍尖沙咀梳士巴利道 41 號 YMCA 2 樓	7 歲或以上任何發展障礙兒童或青少年 (亦適合初學者)	8 名	$600	透過學習攀石技巧，培養參加者的專注力和身體協調，並增強自信，特別適合專注力及手腳協調較弱的兒童或青少年。 **備註：** 1. ***<u>不論參加者的年齡，其照顧者必須陪同出席</u>*** 2. 參加者請穿著輕便服裝及不脫色運動鞋出席(不能穿牛仔褲) 3. 參加者必須全程配戴口罩 4. 此活動與香港基督教青年會(YMCA)合辦，故必須同意 YMCA 之服務條款方可參加 5. **《YMCA 將於下期調整收費，敬希留意！》**

活動名稱	日期	時間	地點	對象	名額	費用	內容
跆拳道進階 A 班 ＊ (HFPRC-23-00076)	18/3 ~ 10/6/23 (逢六, 8/4 暫停,共 12 節)	下午 5:00 - 6:00	海富中心	5 歲或以上任何發展障礙兒童	18 名	$780	跆拳道訓練既可強身健體，又可鍛鍊兒童的意志、忍耐力、紀律、自信心及群體合作精神，同時透過學習腳法、套拳的練習，增強兒童的協調能力及專注力，若持續參加本課程與及教練認為合適的組員，可獲安排參與有關升級考試。 **備註：** 1. 組員須穿著道袍上課，新組員可向教練購買道袍, 費用約為$350, 第一堂可先穿輕便衣服上課 2. 每期舊生可優先報名 3. **導師**：黎志安教練 4. **《下期將調整收費，敬希留意！》**
跆拳道初階 B 班 ＊ **(適合初學者)** (HFPRC-23-00077)		下午 6:10 - 7:10			18 名	$780	
箭藝體驗日 A 組 (HFPRC-23-00078)	9/4/23 (日)	上午 11:00 - 中午 12:00	荔枝角	7 歲或以上任何發展障礙兒童或青少年	4 名	$260	反曲弓 (Recurve Bow) 是奧運射箭項目所使用的一種，也是大部分人剛開始接觸射箭運動的起點。 比較於複合弓和傳統弓，反曲弓比較容易上手，如果你之前沒有接觸過射箭運動，參加反曲弓課程是個很好的開始。射箭運動有不少好處，例如強化肌肉、舒解壓力、提升手眼協調、增強專注力等等。 **集合及解散地點：** 荔枝角道 822 號 4 樓西翼 (港鐵荔枝角站 D2 出口步行五分鐘) **備註：** 1. 參加者必須有基本運動機能、能夠明白及聽從指示及全程配戴口罩。 2. 家長需陪同子女出席。 3. 此活動與金信射箭合辦。
箭藝體驗日 B 組 (HFPRC-23-00079)		中午 12:00 - 下午 1:00			4 名	$260	

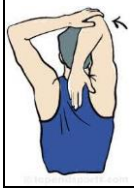
親子活動

負責職員：賴姑娘

活動名稱	日期	時間	地點	對象	名額	費用	內容
親子攀登同樂日 (HFPRC-23-00080)	2/4/23(日)	上午10:00-12:00	尖沙咀YMCA	6-17歲任何發展障礙兒童或青少年及一位直系親屬照顧者	6對	$250(每對)	此活動主要是以親子的形式進行，期望2小時的親子攀登體驗讓大家可初嘗攀石樂趣，也可增加父母和孩子共聚的時光，加強彼此之間的溝通，有助父母了解孩子的潛能。 **活動地點**: 九龍尖沙咀梳士巴利道41號 YMCA二樓 **備註**： 1. 參加者請穿著輕便服裝及不脫色運動鞋出席(不能穿牛仔褲) 2. 此活動與香港基督教青年會(YMCA)合辦，故必須同意YMCA之服務條款方可參加 3. 直系親屬照顧者必須為成年人，不可以直系兄弟姐妹代替 4. **YMCA將於下期調整收費，敬希留意！**
親子空中瑜珈體驗日 (HFPRC-23-00081) 	7/5/23(日)	下午1:00-2:00	荔角枝	K3或以上兒童/青少年及其家長	6對親子	$250(每對)(加一位大人$80)	瑜珈可釋放負能量，注入有益的能量，對情緒和失眠都大有幫助，而且親子空中瑜珈能提升親子之間的合作和互動，讓您們享受溫馨和愉快的親子時光，提升親子及家庭關係。 **集合及解散地點：** 長沙灣醫局西街1033號源盛工業大廈 (荔角枝MTR出口5分鐘路程) **備註**： 1. 不適合高血壓、心血管疾病、孕婦等人士 2. 每對親子(一大一小)共用一條空中吊布 3. 如加一位大人，即兩大一小共用一條空中吊布 4. 每位兒童/青少年必須由至少一位大人看顧，故此不建議一大兩小參加 5. 直系親屬照顧者必須為成年人，不可以直系兄弟姐妹代替

【DAD,MUM&CHILD 伸展同樂日】

負責職員：張姑娘

活動編號	日期/時間	地點	對象	名額	費用	內容
(HFPRC-23-00082) 	17/6/23(六) 下午2:15-3:30	海富中心	3~9歲發展障礙兒童及其家長	15對親子	全免	伸展常常被忽略，因為柔軟度 (Flexibility) 是10大體適能元素之一，是影響身體健康的重要因素。人們往往只注重鍛練心肺功能及肌肉力量，但就忽略了柔軟度的重要性。伸展有很多好處：改善關節活動度(Range of movement, ROM)、減輕肌肉及關節壓力、運動前熱身從而減低受傷機會、誘發神經系統、放鬆、有治療作用、增加血液循環、促進新陳代謝、加強肌肉彈性……大家快來一同體驗，家長和孩子齊來做個健康快活人。

親子琴班

負責職員：美純姑娘

重要事項:

1. 若所有琴班參加者因任何原因而不能出席部份節數或中途退出，中心***恕不安排換人，與他人調堂，補堂或退款***，請各參加者報名前留意此安排！
2. 本季**設上季舊生優先報名，往後1季舊生必須報名現有時段，方可獲優先報名，如報其他時段，並無優先。**

活動名稱	日期/	時間	地點	對象	名額	費用	內容
親子鋼琴班(四) (HFPRC-23-00083)	9/3 ~ 11/5/23 (逢四, 共 10 節)	下午 3:00 - 6:00	海富中心	5 歲或以上發展障礙兒童及其家長	每節教授一對親子	$1,800	以個別教授形式，教導兒童或青少年彈奏鋼琴技巧 **導師：**顏靜華老師 **備註：** 1. 每節為半小時 2. 請於報名表上註明所選擇之時段(例：下午 4:00-6:00) 3. 如同一時段超過一名參加者選擇，則由中心抽籤決定。
七色彩琴(五) (HFPRC-23-00084)	31/3 ~ 16/6/23 (逢五, 7/4 及 26/5 暫停, 共 10 節)	下午 4:15 - 7:15				初階 $1,800 進階 $2,000	課程特意為能力稍慢的兒童, 設計一套適合他們的**鋼琴課程**，老師因應兒童能力培養他們小手肌,閱 譜能力及節奏感,待孩子能力上升 後, 孩子將會轉移至閱讀正式五線譜,並使用鋼琴學習, 場地同時備有鋼琴, 方便老師因應參加者能力作安排。 **導師:** 方老師 **備註:** 1. 每節為半小時 2. 請於報名表上註明所選擇之時段(例：下午 4:00-4:30) 3. 如同一時段超過一名參加者選擇，則由中心抽籤決定 4. 另須要繳交琴書費用$60，於第一節繳交 5. 10 歲或以上參加者需自行上課 6. 此課程為電子琴加鋼琴班 7. 請家長於報名表註明所報級別!
快樂彩琴(六) (HFPRC-23-00085)	20/5 ~ 29/7/23(逢六, 1/7 暫停, 共 10 節)	下午 3:45 - 7:15				初階 $1,800 進階 $2,000	

輔導服務

~在維繫家庭的路上，您絕不孤單~

無論是子女選校訓練、日常管教、家庭關係，無論是憂是喜，事無大小，我們都樂意聆聽您的傾訴及提供資訊。歡迎致電本中心一齊傾下，我們希望與您同行，尋找正能量及解決方法!

電話: 2777 5588 社工美純姑娘

海富中心
暫託服務

對象及服務形式: 1)二至六歲發展障礙兒童及其兄弟姊妹皆可申請暫託服務。
2)每日中心可接待兩名暫托兒童。
3)全日暫托者請自備午餐。

收費: 每兩小時$16

服務時間: 1)逢星期一至五上午九時至下午五時
2)星期六上午九時至下午一時
(星期日及公眾假期暫停)

查詢: 請致電 2777 5588 與中心職員聯絡