香港青少年服務處
賽馬會天平綜合青少年服務中心
HONG KONG CHILDREN & YOUTH SERVICES
JOCKEY CLUB TIN PING INTEGRATED CHILDREN & YOUTH SERVICES CENTRE

中心通訊
2023年2月至5月

EMBRACING YOUNG PEOPLE
BONDING WITH FAMILY
擁抱青年
心連於家

@hkcystnit

@hkcystnit

www.hkcys-tnit.org.hk

目錄

中心介紹
- 中心設施介紹 ▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪ P.1
- 中心資訊發放平台及免費WIFI服務 ▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪ P.2

中心新同事介紹 ▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪ P.3

活動花絮 ▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪ P.4-5

2023年暑期活動入籤安排 ▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪ P.6

網上報名系統 ▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪ P.7

主題活動 ▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪ P.8-9
- 小星星學堂
- 賽馬會抗疫有「家」計劃

兒童活動 ▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪ P.10-13

家庭活動 ▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪ P.14-15

青年活動 ▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪ P.16-20
- 中心青年活動
- 平行心間服務

課餘託管服務 ▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪ P.21-22

恆常興趣班 ▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪ P.23-29

機構服務 ▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪ P.30-32
- 星鳥速遞、展翅青見計劃
- 青新頻道
- 寄養家庭服務
- 言語治療服務
- 職業治療服務

中心及機構資訊 ▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪▪ P.33-37
- 機構及中心簡介
- 會員申請及續會須知、活動報名及退款程序
- 有關熱帶氣旋、暴雨及雷暴警告信號下之活動安排、你的意見
- 服務使用者的權利、服務質素標準
- 香港青少年服務處各服務單位資料

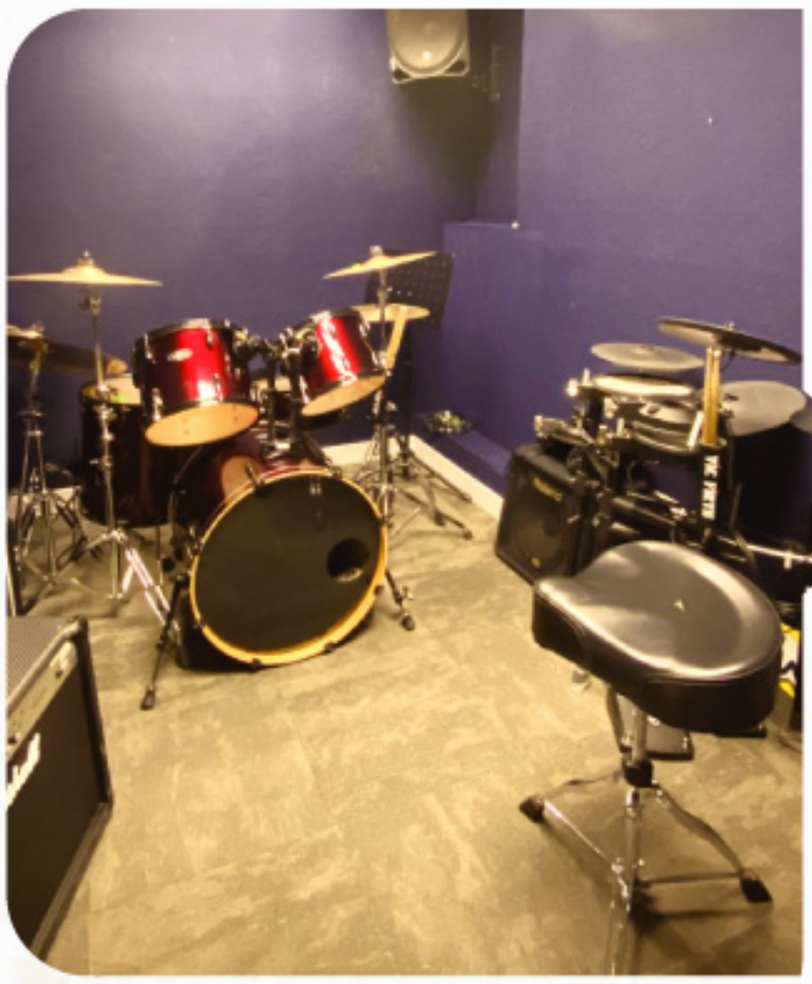
鋼琴設施租用服務



收費詳情如下：

形式	費用
散租 (只限會員)	$ 15 / 30 分鐘
月票 (只限會員)[註1] (一個月有效期)	$ 72 / 3 小時 (半小時為1節)

備註：1. 月票：每張月票為3小時，每半小時為1節，有效期由購買日起一個月內使用。
2. 中心備有拍子機可供使用者練習之用。
3. 中心設施租用服務乃方便有相關樂器技能之使用者作練習之用



樂隊設施租用服務

租用本中心樂隊設施的會員均需要持有「天平Band Club Member Card」，方能借用相關設施。
申請手續：需預約中心負責職員(浩Sir)，進行約20分鐘簡單講解，便可成功申請，費用全免，有興趣者請致電26797557與負責社工浩Sir聯絡。
收費詳情如下：

形式	費用	
散租 (會員)	$ 50 / 1小時	$80 / 2小時

備註：設施租用服務乃方便有相關樂器技能之使用者作練習之用

電腦借用服務



有關詳細的借用電腦守則，歡迎向本中心職員查詢。

「Board Game」借用服務

有關詳細的Board Game借用守則，歡迎向本中心職員查詢。



自修室服務



自修室內備有部份歷屆中學文憑試試卷、參考資料及Wi-Fi服務。
會員可於中心開放時間內使用此服務。

※以上服務只限中心會員使用，並需出示有效會員證；如未申請會員，必須申請成為中心會員方可使用。
※部份服務需要預約，如有疑問，可向中心職員查詢。

香港青少年服務處
賽馬會天平綜合青少年服務中心

facebook搜尋：
hkcystnit

instagram搜尋：
hkcystnit

http://
www.hkcys-tnit.org.hk

61122578
只供廣播通知　查詢請致電2679 7557

立即掃描右方QRcode二維碼
登記訂閱中心WhatsApp通知
接收最新資訊

地址:新界上水天平邨天明樓地下105-113室

歡迎透過中心不同的網上平台與我們聯繫啊！



免費WIFI服務

1.無線網絡登入名稱：Wi-Fi.HK Via HKCYS
2.瀏覽器將自動轉接至本機構登陸頁面
3.閱讀有關使用條款及細則，然後剔選「本人明白及同意以上條款」，再按「按此連結」

- 每次連接限時為4小時，其後須重新連結方能使用。
- 如有疑問，請與中心當值職員聯絡。

中心新同事介紹

馮詩銘姑娘 (Cming)　學校社工



大家好，我喺學校社工Cming！我平日最鐘意周圍搵好嘢食同埋打卡，如果你哋有地方推薦都可以話我知㗎~另外，都希望大家可以安心咁將自己嘅煩惱同我呻吓，傾吓，希望我可以做到一個小小嘅火柴人，傳送到啲溫暖比你哋啦！期待見到你哋啊！

學校社工　鄒偉琴姑娘 (Charlie)

大家好，我係學校社工Charlie 姑娘！雖然係負責駐校服務，但我間中都會喺中心㗎，歡迎大家嚟搵我傾計、玩board game。我平時嘅興趣係畫畫、露營、整甜品。我最近愛上咗玩陶瓷，非常療癒、減壓。製作陶瓷嘅過程，專注於眼前既陶藝，可以平靜心情，好自癒、放鬆！唔知大家平時會用咩方法減壓呢？歡迎大家同我分享。



黃樂希先生 (Hay)　活動幹事



大家好丫！我係新入職嘅活動幹事 希sir(HAY)，主要負責中心興趣班工作。

另外，我都好鍾意飛鏢運動、HipHop同電影！

歡迎大家得閒可以嚟中心放鬆一下，期待喺中心見到大家。

服務助理　梁梓楓先生 (Jeffrey)



大家好啊！我係新入職嘅同事梁梓楓，大家可以叫我Jeffrey，平時我會去健身同埋踩下單車，大家有關於英文嘅問題想問，我都可以協助㗎！我平時大多時間都會喺中心，歡迎大家黎搵我傾下計！

「童」造FreeD - 3D打印活動

不知道大家有沒有嘗試過將一件物品打印出來嗎？「童」造FreeD - 3D打印活動就是將此想法實現出來的一次實踐活動。活動以發展兒童興趣為介入方式，藉著3D打印活動培養參加者STEM技能上的發展，提升兒童創造力及解難能力，活動共有8位8-12歲的兒童參與。參加者在3節活動中，以2人小組形式學習3D打印的基本知識及體驗透過線上3D打印軟件設計模型，從協作過程中，強化與人合作及溝通的能力。參加者表示，很享受活動過程，能夠將自己製作的模型作品，透過特別的儀器打印出來，感到滿足及神奇!





3R親子小組

本中心於12月4日至12月18日期間，一連3個星期日與5對親子在中心一同製作和諧粉彩、酒精墨水畫和多肉植物香氛蠟燭盆栽等手工作品。大家在活動期間除了製作手工外，亦嘗試體驗靜觀呼吸練習，讓參與的家庭明白關注身心靈健康的重要性！在完成作品後，大家拍下家庭照，紀念合力製作手工作品的成果！





尋回平靜的心 靜觀家長小組

家長在日常處理生活、工作、親職教養上所遇到各式各樣的挑戰，難免會感到疲累，甚至出現壓力情況，在適當時間休息一下、滋養身心，為自己打打氣、充充電也是需要的。透過為期4節的小組活動，透過講解、練習、分享與討論等，讓家長學習不同靜觀的概念、親身體驗靜觀的過程，學會覺察自己身體、情緒、念頭的狀況，體會適時放鬆身心為自己及身邊人所帶來的正面影響。同時，工作員亦會與家長分享管教子女時的合宜方法與態度，家長積極交流彼此的親職管教心得，互相學習、互相支援。



青年活動花絮

「Zoom in」生活計劃

本中心獲得民政事務總署贊助，於本年度10月-12月期間為區內共32名青少年參加者舉辦『「Zoom　in」生活計劃』，目的讓青少年參與多元化的培訓活動，促進他們的興趣發展，豐富生活經歷，並拉闊青少年對生涯發展的概念；同時透過舞台表演及攤位市集，為他們提供展現才能的機會，強化有能感及自信心。活動透過四項主題活動，包括「紮染工作坊」、「咖啡工作坊」、「木工工作坊」、「街頭表演訓練」讓青少年發掘興趣；同時，透過導師分享職涯經歷，提升生涯發展的能力。四組年青人分別以攤位、小型體驗工作坊、表演及擺賣等形式於『「ZOOM IN」生活・Music Café X 手作市集』中向社區人士展示學習成果。參加青少年表示，活動讓他們體驗籌備市集的過程，累積相關的經驗，以及從社區人士對作品的欣賞中獲得滿足感。





喜有明TEEN 2022 - 無毒「CHANGE」年社區計劃

本中心獲得民政事務總署贊助，並與北區撲滅罪行委員會合辦，於本年度10月-1月期間為區內青少年共32名參加者舉辦「喜有明TEEN 2022 — 無毒「CHANGE」年社區計劃」，目的讓參加者能透過活動加強抗衡不良文化的能力及意識，同時，從活動中提升抗逆能力，明白健康生活習慣的重要性。計劃分別舉行以自我探索為題的「CHANGE」年 -樂隊訓練」及「天平無毒「CHANGE」年 - 3V3籃球賽・秋季盃」項目，以發掘自身興趣，培養健康和積極的生活態度；同時，舉辦以意識提升為宗旨的「無毒社區教育攤位」及「無毒學校教育講座」項目，以協助青少年認識藥物「成癮」的成因和禍害，學習健康生活訊息，抗衡成癮問題；另外，舉行以自信心建立為目標的「CHANGE」年 - 野外求生訓練營」及「無毒「CHANGE」年 - 天平・冬・音樂祭2022」項目，讓青少年培養抗逆力及得到展示才能的機會。





2023年暑期活動入籤安排
(兒童及家庭活動)

1

入籤日期:

2/5/2023(二)下午2時正至13/5/2023(六)下午六時正

抽籤日期:

14/5/2023(日)中午十二時正

2

公佈抽籤結果:

14/5/2023(日)下午四時正

公佈方式:

張貼於中心、上載至中心網頁www.hkcys-tnit.org.hk或www.facebook.com/hkcystnit，請自行查閱結果。

3

中籤者活動報名期:

19/5/2023(五)下午2時至25/5/2023(四)晚上九時三十分

親身報名：請於中心開放時間內，攜同活動費用(現金/支票)到本中心辦理報名手續。

網上報名：中籤者可透過網上繳費系統網頁(https://hkcysonline.hk/)，完成辦理報名手續。網上報名程序，可查閱網上繳費系統網頁中<常見問題>部份。

中籤名額有效期: 所有中籤者之活動名額，將由公佈抽籤結果起保留至 **25/5/2023 (晚上十時正)**，逾期繳費，則視為自動放棄所有名額。

4

公開報名日期:

27/5/2023(六) 上午10時正起

備註:

1. 以上抽籤安排，本中心將保留最終修改及決定權利，恕不另行通知。
2. 暑期興趣班將另有報名安排，請留意下期通訊、本中心社交平台及廣播訊息。
3. 恆常興趣班將維持恆常程序招收新生，欲了解相關安排，可查閱通訊或於中心開放時間致電與興趣班負責同事查詢。

香港青少年服務處
HONG KONG CHILDREN & YOUTH SERVICES

綜合青少年服務中心活動
現已接受網上報名!

會員現在已可以使用網上報名系統 報名參與中心精選活動!

掃描QR CODE或輸入網址：
www.hkcysonline.hk/
就可以瀏覽活動及報名！



開設網上帳號步驟

(已有實體會員卡)

01 準備好你的會員證、帳號啟動碼和電郵地址
02 在網站上按 [登記會員], 選擇 [已有實體會員卡]。
03 輸入會員資料及電郵
04 你會收到一個電郵, 用作驗証電郵是有效
05 將驗證碼及剛才設定的密碼輸入系統, 完成登記
如未能在一小時內完成認證電郵，系統清除該登記記錄。閣下可再次嘗試登記會員。
06 成功後可以登入系統

活動報名

01 找尋心儀活動 — 點擊活動了解詳情
02 添加活動到購物車
系統會為你購物車內的活動預留十分鐘
03 進行付款
參加者可以透過Paypal平台以VISA或MASTER信用卡支付款項。請注意，報名總額需到達一百元才可進行付款程序。
04 你的電子郵箱會收到我們的電子收據
05 你可隨時到 [帳戶資料] -> [已購課程] 查看報名情況

如在使用網上報名系統時遇到疑問, 請與所屬中心職員聯絡

賽馬會大埔綜合青少年服務中心	2653 8514	tpit@hkcys.org.hk
賽馬會天平綜合青少年服務中心	2679 7557	tnit@hkcys.org.hk
賽馬會麗城綜合青少年服務中心	2414 8283	bgit@hkcys.org.hk
賽馬會方樹泉綜合青少年服務中心	2356 2133	fscit@hkcys.org.hk
賽馬會恒安綜合青少年服務中心	2642 1555	hnit@hkcys.org.hk
賽馬會粉嶺綜合青少年服務中心	2668 2138	fit@hkcys.org.hk

「小星星學堂」

主題活動

我們相信每個孩子都是獨一無二的，就像天上的繁星一樣，有著各自的軌跡。「小星星學堂」透過不同的活動和訓練，讓孩子聚於一起互相學習，結伴成長。與此同時，我們亦會邀請家長參與活動，一同陪伴孩子成長。

備註：1懷疑或已確診有特殊教育需要的學生或社交能力較弱之兒童優先參與。

2有興趣之參加者請先填表留名，待負責職員安排簡單面試，確認參加資格後，始繳交費用作實。

星星訓練員

TNIT/23/004

小朋友有時難以用文字和言語表達自己的情緒和想法，透過遊戲和手工活動，可讓大家有更多的途徑表達情緒及想法！

內　容：1. 自我表達訓練
　　2. 手工/遊戲活動
日　期：06/05、13/05、20/05/2023(星期六)
時　間：3:30pm-4:45pm
地　點：本中心
對　象：7-12歲兒童
名　額：6人
收　費：會員：$60　非會員：$90　優惠：$30
備　註：此活動適合懷疑或已確診有特殊教育需要的學生或社交能力較弱之兒童。
負責人：陳寶兒姑娘(Bowie)、黃樂希先生(Hay)



與星星的孩子去旅行

TNIT/23/003

趁著週末，小星星學堂邀請各位成員一同到營地開心暢遊一番啦！

內　容：1. 親子感官體驗活動
　　2. 營地活動(射箭、繩網等)
日　期：28/05/2023(星期日)
時　間：9:00am-5:30pm
地　點：本中心及鯉魚門公園(暫定)
對　象：7-12歲兒童及其家長
名　額：30人
收　費：會員：$100　非會員：$130　優惠：$50
備　註：1. 收費以個人計算。
　　2. 曾參與小星星學堂活動之參加者優先報名。
負責人：陳寶兒姑娘(Bowie)、黃樂希先生(Hay)



樂 Go Club IV

TNIT/22/241

透過LEGO® - Based Therapy 提供機會讓兒童練習社交溝通技巧，如輪流、傾聽、分享想法、溝通、妥協、解決問題和共同關注等。讓兒童在遊戲中擔任「工程師」、「供應商」、「建築師」或「好幫手」的角色，提高兒童改變行為的能力，理解和談論感受，共同解決問題。

內　容：1. Lego組合活動
　　2. 社交及專注力訓練
日　期：17/02、24/02、03/03、10/03/2023(星期五)
時　間：4:45pm-6:00pm
地　點：本中心
對　象：8-11歲兒童
名　額：6人
收　費：會員：$200　非會員：$230　優惠：$100
備　註：1. 曾參與「樂Go Club」之參加者可優先報名。
　　2. 有興趣之參加者請先填表留名，待負責職員安排簡單面試，確認參加資格後，始繳交費用作實。
負責人：陳寶兒姑娘(Bowie, LEGO®- Based Therapy認可導師)、黃樂希先生(Hay)



賽馬會抗逆有「家」計劃
Jockey Club "Promoting Family Resilience" Project

主辦機構:

The Hong Kong Polytechnic University 香港理工大學

醫療及社會科學院 Faculty of Health and Social Sciences

香港青少年服務處 Hong Kong Children & Youth Services

捐助機構:

香港賽馬會慈善信託基金 The Hong Kong Jockey Club Charities Trust 同心同步同進 RIDING HIGH TOGETHER

為加強香港家庭的抗逆能力，香港理工大學獲得香港賽馬會慈善信託基金捐助，聯同四間非牟利機構共同推行一項為期三年的「賽馬會抗逆有『家』 計劃」。計劃透過社區為本的專業介入服務、網上家庭活動、網上學習課程和專業同工培訓，旨在協助家庭：(1) 建立正面的家庭信念；(2) 促進互相支持的關係；(3) 提升積極解難的能力。計劃並會以實證為本的方法評估活動成效。

計劃透過家庭/家長靜觀體驗、親子歷奇、親子表達藝術和遊戲，以及一家製作家庭相簿等免費小組及活動，陪伴參與家庭從經歷中發掘家庭的獨有強項和內在資源，好讓「家」成為每個人的避風良港，共同迎向未來。



家庭歷奇活動

家庭靜觀活動





家庭表達藝術及遊戲活動

家庭相片集製作



TN/N/23/002

賽馬會抗逆有「家」計劃—「歷」久・嘗新 — 強化家庭抗逆力小組

歷奇包含「冒險」及「奇遇」的意思，家庭將會經歷好玩的歷奇遊戲，讓你更能夠認識你家人的強項、突破自己。

內　容：1. 家庭室內歷奇體驗
　　2. 戶外歷奇之旅

	小組	戶外活動
日　期：	14/04、21/04、05/05、12/05、19/05/2023 (星期五)	27/05/2023 (星期六)
時　間：	4:30pm-6:00pm	10:00am-2:00pm

地　點：本中心及戶外 (地點待定)
對　象：8-14歲兒童及其家長 (每個家庭最多三人)
名　額：8個家庭
收　費：免費
備　註：活動由賽馬會慈善信託基金贊助。
負責人：林子軒先生 (Derek)、賽馬會抗逆有「家」計劃唐岳揚先生 (Michael)





「E」度玩運動

TNIT/23/016

藉運動競技及運動電競活動，提升兒童對健康生活的認識，促進兒童身心健康發展。

內　容：1.Switch Sport 運動電競活動
　　2.認識健康生活
日　期：12/04、 19/04，03/05、17/05/2023 (星期三)
時　間：4:30pm-5:45pm
地　點：本中心
對　象：6-12歲兒童
名　額：16人
收　費：會員：$20　非會員：$50
備　註：參加者須穿著運動鞋及輕便服飾。
負責人：林子軒先生 (Derek Sir)

NerfGun 童玩無窮

TNIT/22/250　TN/N/23/006

NerfGun對戰並唔係一個人嘅活動，平日都習慣一個人玩嘅你，不如試下嚟一齊玩，體驗一下團體活動嘅樂趣！

內　容：1. NerfGun對戰
　　2. 溝通技巧訓練
日　期：04/03、11/03、15/04、22/04、06/05、13/05/2023 (星期六)
時　間：2:30pm-4:00pm
地　點：本中心
對　象：8-12歲兒童
名　額：14人
收　費：會員：$50　非會員：$80
備　註：1. 參加者須穿著運動鞋及輕便服飾。
　　2. 參加者請以TNIT/22/250進行報名。
負責人：林子軒先生 (Derek Sir)



超好吃-布朗尼製作

TNIT/22/246

一起來製作超簡單零失敗又超好吃的巧克力蛋糕-布朗尼！

內　容：布朗尼製作
日　期：11/02/2023 (星期六)
時　間：2:30pm-4:30pm
地　點：本中心
對　象：8-12歲兒童
名　額：6人
收　費：會員：$60　非會員：$90
備　註：1.費用已包括材料費。參加者請自備食物盒、圍裙。
　　2.如有食物敏感，請通知職員。
負責人：羅倩婷姑娘 (Sin Ting)



桌遊無限

TNIT/23/014

透過玩各式各樣的桌遊，一同動動腦筋，訓練邏輯思維；同時認識新朋友，擴闊社交圈子。

內　容：1. 桌遊活動
　　2. 邏輯思維訓練
　　3. 學習與人相處技巧
日　期：13/04、20/04、27/04/2023 (星期四)
時　間：4:15pm-5:30pm
地　點：本中心
對　象：6-11歲兒童
名　額：8人
收　費：會員：$40　非會員：$70
負責人：曾曉鴻先生

「JAM」－「JAM」

TNIT/22/239 TN/N/23/003

Kan Jam是一個外國流行的新興活動，透過不同的合作形式，小朋友可以與其他人合作將飛碟投進得分筒中，絕對是一個考驗手眼協調和溝通的遊戲。

內　容：1.新興運動體驗 (Kan Jam)
　　2. 團隊合作及社交訓練
日　期：26/03、02/04、16/04/2023 (星期日)
時　間：11:00am-12:30pm
地　點：本中心及室外運動場
對　象：8-12歲兒童
名　額：6人
收　費：會員：$80　非會員：$110　優惠：$40
備　註：1. 參加者請穿著運動服裝及自備飲用水。
　　2. 參加者請以TNIT/22/239進行報名。
負責人：陳寶兒姑娘 (Bowie)、羅倩婷姑娘 (Sin Ting)



芬蘭木柱

TN/N/22/147

芬蘭木柱（Mölkky），是源於芬蘭投擲運動的其中一種。玩法簡單，非常容易上手，玩的過程中可以消耗運動量，還可以訓練手腳肌肉，以及手眼協調的能力。

內　容：芬蘭木柱體驗活動
日　期：26/03/2023 (星期日)
時　間：3:30pm-4:30pm
地　點：本中心
對　象：8-12歲兒童
名　額：6人
收　費：會員：免費　非會員：$30
負責人：梁梓楓先生 (Jeffrey)



天平籃球訓練-初階男子組

TNIT/23/010

籃球運動是世界上最受歡迎運動之一，我們希望透過籃球運動讓大家能加強團隊意識和鍛鍊身心健康，更從中認識志同道合的朋友！

內　容：1. 初階籃球技巧訓練
　　2. 模擬比賽練習
　　3. 體適能訓練

	四月	五月
日　期：	22/04、29/04/2023 (星期六)	06/05、13/05、20/05、27/05/2023 (星期六)
時　間：	3:00pm-5:00pm	

地　點：本中心及北區籃球場
對　象：小四至升中一之兒童
名　額：8人
收　費：會員：$60　非會員：$90　優惠：$30
備　註：活動於戶外進行，請參加者自備足夠食水及毛巾，如有需要可自備衣物更換。
負責人：龍志浩先生 (高Sir)

天平籃球訓練-初階女子組

TNIT/23/020

籃球運動是世界上最受歡迎運動之一，我們希望透過籃球運動讓大家能加強團隊意識和鍛鍊身心健康，更從中認識志同道合的朋友！

內　容：1. 初階籃球技巧訓練
　　2. 模擬比賽練習
　　3. 體適能訓練

	四月	五月
日　期：	22/04、29/04/2023 (星期六)	06/05、13/05、20/05、27/05/2023 (星期六)
時　間：	3:00pm-5:00pm	

地　點：本中心及北區籃球場
對　象：小四至升中一之兒童
名　額：8人
收　費：會員：$60　非會員：$90　優惠：$30
備　註：活動於戶外進行，請參加者自備足夠食水及毛巾，如有需要可自備衣物更換。
負責人：龍志浩先生 (高Sir)



繪本樂園：獨一無二的我

TNIT/22/238

每位小朋友都是一顆獨一無二、閃閃發光的寶石，擁有個人特色與不同的優點。讓我們一同走進繪本世界，與繪本故事的主人翁一起認識並欣賞自我，同時建立閱讀的好習慣。

內　容：1.繪本故事 (自我認識及欣賞)
　　2.體驗活動：手工或遊戲互動環節
日　期：08/03、15/03、22/03/2023 (星期三)
時　間：4:30pm-5:30pm
地　點：本中心
對　象：4-6歲兒童
名　額：6人
收　費：會員：$30　　非會員：$60
備　註：因活動涉及手工環節，參加者請自備圍裙及手袖。
負責人：陳泳霖姑娘 (Kelly)

情緒雜錦煲(自我關顧篇)

TNIT/23/005

疫情時，孩子們缺乏跟同儕互動溝通的機會。在復常後，或許會因為社交和學業等情況，而產生不同的情緒。到底如何合適地表達自己內在的情緒？不妨一同透過遊戲和手工活動，學習減壓和表達情緒的方法吧！

內　容：1. 自我表達訓練
　　2. 手工/遊戲活動
日　期：03/05、10/05、17/05/2023 (星期三)
時　間：4:45pm-6:00pm
地　點：本中心
對　象：7-12歲兒童
名　額：6人
收　費：會員：$50　　非會員：$80
負責人：陳寶兒姑娘 (Bowie)



童「創」樂園

TNIT/22/044

一同動動小手，發揮創意，製作不同的藝術作品，齊齊將想象力變成真實！

內　容：1. 和諧粉彩體驗
　　2. 手指畫體驗
　　3. 水彩X鹽畫體驗
日　期：24/02、03/03、10/03/2023 (星期五)
時　間：4:30pm-6:00pm
地　點：本中心
對　象：5-7歲兒童
名　額：6人
收　費：會員：$30　非會員：$ 60
備　註：1. 因活動涉及藝術體驗，參加者請自備圍裙及手袖。
　　2.於和諧粉彩體驗環節，參加者請自備一條抹手布。
負責人：陳泳霖姑娘 (Kelly)

玩樂無窮社交小組

TNIT/22/248

希望透過各項解難遊戲及集體活動學習與人相處技巧，提升適應能力。

內　容：1. 集體活動
　　2. 解難遊戲
　　3. 學習與人相處技巧
日　期：10/02、17/02、24/02/2023 (星期五)
時　間：4:15pm-5:30pm
地　點：本中心
對　象：6-11歲兒童
名　額：8人
收　費：會員：$40　　非會員：$70
負責人：曾曉鴻先生

禮拜Free頻道



禮拜Free頻道：彩繪圍裙DIY

TNIT/23/009

利用顏色及圖案去設計出自己風格的圍裙。

內　容：製作彩繪圍裙
日　期：28/05/2023 (星期日)
時　間：3:00pm-4:30pm
地　點：本中心
對　象：6-12歲兒童
名　額：6人
收　費：會員：免費　　非會員：$30
負責人：李鳳儀姑娘

禮拜Free頻道：復活節「Double」快樂

TNIT/23/002

「Happy Easter！」一同製作手工賀卡及小手作，迎接復活節的到來吧！

內　容：1. 製作和諧粉彩手工賀卡
　　2. 復活節主題手工製作
日　期：02/04/2023 (星期日)
時　間：11:00am-12:30pm
地　點：本中心
對　象：4-6歲兒童
名　額：6人
收　費：會員：免費　　非會員：$30
備　註：因活動涉及手工環節，參加者請自備圍裙、手袖及抹手布。
負責人：陳泳霖姑娘 (Kelly)







禮拜Free頻道：車仔食檔DIY

TNIT/23/008

利用顏色繪畫出自己的車仔檔及以樹脂黏土去設計出攤檔的食物。

內　容：製作黏土車仔食檔
日　期：30/04/2023 (星期日)
時　間：3:00pm-4:30pm
地　點：本中心
對　象：6-12歲兒童
名　額：6人
收　費：會員：免費　　非會員：$30
負責人：李鳳儀姑娘

禮拜Free頻道：母親節花朵卡片製作

TNIT/23/012

母親節到了！趁這機會製作與眾不同的手工卡片，向媽媽表達心意。

內　容：母親節花朵卡片製作
日　期：14/05/2023 (星期日)
時　間：11:30am-12:30pm
地　點：本中心
對　象：6-10歲兒童
名　額：6人
收　費：會員：免費　　非會員：$30
負責人：羅倩婷姑娘 (Sin Ting)



Chill・強家庭 - 山野無痕 Leave No Trace

TNIT/23/015

Chill・強家庭今次任務就是身體力行走到郊外，清潔大自然！

內　容：1. 學習「山野無痕」知識及推廣活動
　　2. 郊遊及遠足活動
　　3. 垃圾清理活動
日　期：21/05/2023 (星期日)
時　間：1:00pm-6:00pm
地　點：本中心及流水響水塘
對　象：區內家庭
名　額：40人
收　費：會員：免費　非會員：$30
備　註：1.活動已包含旅遊巴費用，接載參加者來回本中心及活動地點。
　　2.請穿著輕便服裝、運動鞋及帶備足夠飲用水。
　　3. Chill・強家庭成員優先參與。
負責人：林子軒先生 (Derek Sir)、陳寶兒姑娘 (Bowie)、梁梓楓先生 (Jeffrey)

沿「露」有你 - 親子露營活動

TNIT/22/251

孩子在成長過程中總遇到大大小小的挑戰，何時需要懂得自立？家長又何時需要放手？
我們一齊透過露營活動，一同發掘當中的要訣啦！

內　容：1.營前簡介會:
　　親子活動、露營用具教學、活動簡介
　　2.露營: 親子露營活動

	營前簡介會	露營
日　期： 時　間：	17/02/2023(星期五) 7:30pm - 9:00pm	25/02-26/02/2023 (星期六及日) 2:30pm - 翌日2:30pm

地　點：本中心及流水響或鶴藪營地(暫定)
對　象：6-15歲兒童、青少年及其家長
名　額：30人
收　費：會員：$80　非會員：$110　優惠：$40
備　註：1.參加之家庭必須出席營前簡介會。
　　2.參加者須自行準備25/2晚餐及26/2早餐煮食材料。
　　3.中心將安排基本的露營物資供參加者使用，參加者需負責於活動後清潔所使用物資之工作。
　　4.中心將安排旅遊巴接送參加者來回中心至活動地點。
　　5.費用以每位參加者計算。
負責人：林子軒先生 (Derek Sir) 、陳寶兒姑娘 (Bowie)

Chill・強家庭：長者院舍探訪活動

TNIT/22/240

今期Chill・強家庭會去天平護老中心探訪住在院舍的長者，與他們一同遊戲，送上祝福！

內　容：1. 義工服務籌備
　　2. 長者探訪技巧訓練
　　3. 義工服務(攤位活動)

	義工服務籌備	義工服務日
日　期：	24/03/2023 (星期五)	25/03/2023 (星期六)
時　間：	7:30pm-9:00pm	1:00pm-4:30pm

地　點：本中心及天平護老中心
對　象：Chill・強家庭成員
名　額：10個家庭
收　費：免費
備　註：Chill・強家庭成員優先報名，其他有興趣家庭請留名。如有餘額，負責同事將另行通知。
負責人：陳寶兒姑娘 (Bowie)、林子軒先生 (Derek)、梁梓楓先生 (Jeffrey)

走進文化藝術區

TNIT/23/007

一家人在繁忙的生活中忙裏偷閒，中心為大家預備了放鬆心身的親子遊；在充滿活力的西九文化區，家長與子女一同感受文化氣息！

內　容：1.參觀西九文化區
　　2.遊覽海濱長廊及苗圃公園
日　期：16/04/2023 (星期日)
時　間：10:30am-4:30pm
地　點：西九龍文化區
對　象：5-12歲兒童及其家長
名　額：24人
收　費：會員：$50　非會員：$80
備　註：1.費用已包括車費。
　　2.請自行於附近食肆進行午膳。
　　3.名額有限，先到先得。
負責人：彭秀方姑娘 (Berry)

家庭活動

禮拜Free頻道



禮拜Free 頻道：親子鬆一鬆-春日之約 TNIT/22/242

藉著春意漸濃的日子，提供親子溝通的機會，讓家長、子女互相表達關懷，在繁忙的生活中加多點愛，中心預備了一個輕鬆聚會，與家人放開懷抱一同玩樂！

內　容：1. 親子遊戲
　　2. 小食分發
日　期：12/03/2023 (星期日)
時　間：11:15am-12:30pm
地　點：本中心
對　象：5-12歲兒童及其家長
名　額：12人
收　費：會員：免費　　非會員：$30
備　註：1. 從未參加禮拜Free 頻道之參加者優先參加
　　2. 名額有限，先到先得。
負責人：彭秀方姑娘 (Berry)

禮拜Free 頻道：親子鬆一鬆-親親媽咪 TNIT/23/006

藉著母親節的來臨，提供親子溝通的機會，讓子女向母親表達心意！



內　容：1. 親子遊戲
　　2. 心意表達行動
　　3. 小食分發
日　期：07/05/2023 (星期日)
時　間：11:15am-12:30pm
地　點：本中心
對　象：5-12歲兒童及其家長
名　額：12人
收　費：會員：免費　　非會員：$30
備　註：1. 從未參加禮拜Free 頻道之參加者優先參加。
　　2. 名額有限，先到先得。
負責人：彭秀方姑娘 (Berry)



藝術・家庭 TNIT/23/001

讓我們暫時放慢腳步，放下生活上的忙碌與重擔，一同走進奇妙的藝術世界，透過共同創作，促進親子關係，享受親子時光。

內　容：1. 和諧粉彩體驗
　　2. 流體畫體驗
　　3. 酒精墨水體驗
日　期：23/04、30/04、07/05/2023 (星期日)
時　間：11:30am-12:30pm
地　點：本中心
對　象：6-10歲兒童及其家長
名　額：10人 (5對親子)
收　費：會員：$100　非會員：$130　優惠：$50
備　註：1.因活動涉及手工環節，參加者請自備圍裙。
　　2. 費用以一對親子為單位計算。
負責人：陳泳霖姑娘 (Kelly)

「甜入心」親子甜品工作坊 TNIT/23/013

透過親子甜品工作坊，親子一同製作愛意滿滿的甜品，增加彼此的親密感，促進親子關係。

內　容：1. 甜品製作
　　2. 親子溝通分享及討論
日　期：06/05/2023 (星期六)
時　間：2:30pm-4:00pm
地　點：本中心
對　象：6-11歲兒童及家長
名　額：4對親子 (8人)
收　費：會員：$50　　非會員：$80
備　註：1. 活動費用以個人計算。
　　2. 參加者需要自備餐盒取走甜品，恕未能在中心享用。
負責人：曾曉鴻先生

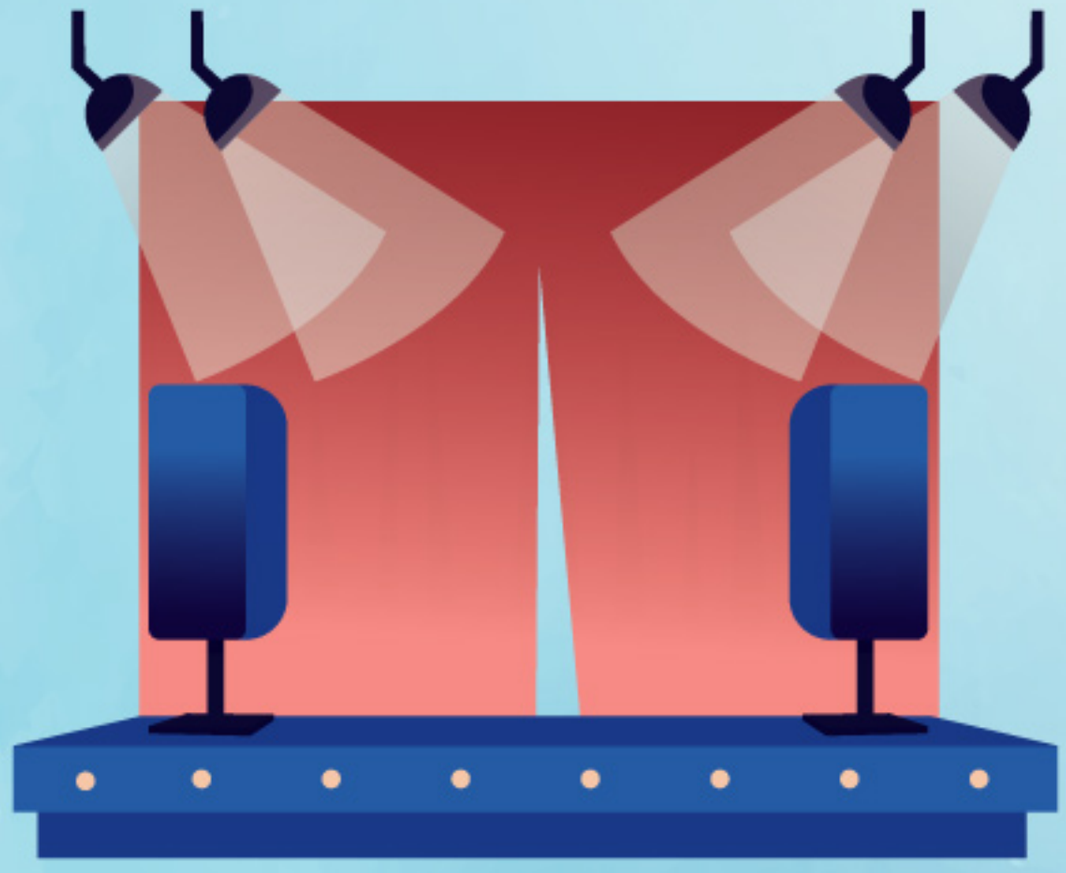
天平・春・音樂祭2023

TNIT/22/244

讓音樂將彼此聯繫！

內　容：青少年音樂表演
日　期：31/03/2023 (星期五)
時　間：7:30pm-10:00pm
地　點：本中心及網上直播
對　象：歡迎任何人士免費入場或網上收看
名　額：30人
收　費：免費
負責人：譚偉浩先生 (浩Sir)





天平舞台支援隊招募成員

TN/N/23/004

如果你對舞台音響、燈光、直播工作感興趣，但不知道從何入手？加入我們舞台支援團隊就是一個最好的選擇！

內　容：1. 舞台音響、燈光、直播技巧訓練
　　2.擔任舞台支援團隊成員協助中心大型表演活動
日　期：21/04/2023-19/05/2023 (逢星期五)
時　間：7:30pm-9:30pm
地　點：本中心
對　象：16-24歲對後台控制工作感興趣的青少年
名　額：8人
收　費：免費
備　註：參加者將進行簡單面試。
負責人：譚偉浩先生 (浩Sir)



造星演員訓練工作坊

TNIT/23/018

招募熱愛表演的年青人！透過身體律動、語氣、表情，深入認識自我。

內　容：1. 劇場遊戲
　　2. 演技訓練、即興練習
　　3. 學習身體律動、運用語氣及表情作演出
　　4. 自我認識

	四月	五月
日　期：	14/04、21/04、28/4/2023 (星期五)	05/05、12/05、19/05、26/05/2023 (星期五)
時　間：	7:00pm-9:30pm	

地　點：本中心
對　象：14-24歲之青少年
名　額：8人
收　費：會員：$20　　非會員：$50
備　註：參加者需穿著鬆身衫褲，方便進行活動。
負責人：龍志浩先生 (高Sir)

Chill Dance Club

TNIT/23/017

透過音樂及身體的律動，讓大家在歡樂的氣氛中，學習於舞蹈中釋放自己的情緒。

內　容：1. 跳舞訓練
　　2. 減壓活動
日　期：14/04、21/04、28/04、05/05/2023 (星期五)
時　間：7:30pm-9:30pm
地　點：本中心
對　象：12歲以上青少年
名　額：8人
收　費：會員：$40　非會員：$70
備　註：參加者需自備食水，並穿著輕便運動服裝參與活動。
負責人：黃懿汶姑娘 (Elaine)



VR遊戲體驗

TNIT/22/243

近年VR遊戲盛行，今次體驗一個運用激光劍的節拍遊戲。玩樂之餘亦考驗自己的手腳協調及反應。



內　容：VR遊戲體驗 (beat saber)
日　期：19/03/2023 (星期日)
時　間：3:00pm-4:30pm
地　點：本中心
對　象：12-18歲青少年
名　額：6人
收　費：會員：$30　非會員：$60
備　註：如果容易暈眩及對光敏感的人士不建議參與。
負責人：梁梓楓先生 (Jeffrey)

目"鏢"明確

TNIT/22/245

誠邀熱愛飛鏢運動的青年人前來參與，運用飛鏢一決高下，體驗全神貫注、目標明確的過程。

內　容：飛鏢體驗
日　期：10/03、17/03、 24/03/2023 (星期五)
時　間：7:30pm-9:30pm
地　點：本中心
對　象：12-18歲青少年
名　額：10人
收　費：會員：$20　非會員：$50
備　註：1. 參加者需要穿著運動鞋。
　　2. 本中心將會提供所需練習器材及物資。
負責人：黃樂希先生 (Hay)

天平3V3籃球賽・春季盃

TNIT/23/019

籃球運動是世界上最受歡迎運動之一，除了個人技術，隊友間的配合亦同樣重要，我們以三人籃球比賽形式讓大家有機會體驗隊伍間的切磋及互動，從中加強團隊意識和鍛鍊身心健康！

內　容：1. 三人籃球比賽　2.籃球技巧交流

	賽規簡介會&抽籤日	比賽日Day1	比賽日Day2
日　期：	13/04/2023 (星期四)	15/04/2023 (星期六)	16/4/2023 (星期日)
時　間：	7:30pm-8:30pm	2:00pm-9:30pm	7:00pm-9:30pm

地　點：本中心及北區籃球場
對　象：14-24歲之青少年
名　額：12隊 (每隊3-5人)
收　費：會員：$50　非會員：$80
備　註：1.比賽分為兩大組別U18(18歲或以下)及U24(24歲或以下)。
　　2.各組別參賽名額上限為6隊，共12隊。
　　3.比賽隊伍人數最少為3人，最多為5人。
　　4.參加者自備足夠食水及毛巾，如有需要可自備衣物更換。
負責人：龍志浩先生 (高Sir)



輕鬆整！絹印體驗工作坊

TNIT/22/247

一起自製印花小卡片和布袋圖案，共創美感與創意之旅。

內　容： 絹印體驗
日　期： 24/03、31/03/2023 (星期五)
時　間： 7:30pm-9:30pm
地　點： 本中心
對　象： 12-24歲青少年
名　額： 6人
收　費： 會員：$50　非會員：$80
負責人： 羅倩婷姑娘 (Sin Ting)





水泥 X 樹脂 香薰石

TNIT/23/011

都市人生活節奏急促，借助香氣讓自己放鬆身心也是個不錯的選擇。活動所教導製作的水泥香薰石只要加上精油後，便能成為療癒小物。

內　容： 1. 製作水泥香薰石
　　2. 製作10 厘米杯墊
日　期： 18/05/2023 (星期四)
時　間： 7:30pm-9:00pm
地　點： 本中心
對　象： 15-24歲青少年
名　額： 6人
收　費： 會員：$50　非會員：$80
備　註： 本中心將會提供所需器材及物資。
負責人： 黃樂希先生 (Hay)

心心烘焙

TNIT/22/249

甜品讓人感到滿滿的愛意，讓我們透過平凡的甜品向身邊的朋友或家人表達深深的愛意。

內　容： 1.烘焙活動
　　2.兩性相處分享
日　期： 04/03、11/03、18/03/2023 (星期六)
時　間： 2:30pm-6:00pm
地　點： 本中心
對　象： 12歲以上青少年
名　額： 8人
收　費： 會員：$10　非會員：$40
備　註： 1.請參加者自備食物盒。
　　2.若參加者有任何食物敏感，請預早通知工作員。
負責人： 黃懿汶姑娘 (Elaine)



青年活動

畢業 Studio

TNIT/23/021

經歷DSE或大專階段後，你將會進入人生的另一階段，讓我們一同整理這段歷程，以相片紀錄與你同行的朋友/老師/家長。

內　容：1. 拍攝活動
　　2. 小組分享
日　期：01/05/2023 - 30/06/2023
時　間：每組 2小時
地　點：本中心
對　象：17歲以上青少年
名　額：8組
收　費：會員：$30　　非會員：$60
備　註：1.參加者需預先與負責職員，約定時間及日期。
　　2.每組參加者可獲4R的實體相片及經篩選及後期製作的電子檔。
　　3.活動將由中心青年攝影義工協助拍攝。
負責人：黃懿汶姑娘(Elaine)

拉闊點高中考生支援服務-模擬英文口試練習

TNIT/22/252

藉著是次活動，既幫助大家體驗口語考試的過程；亦教導考生們放鬆及減壓方法，讓大家以最佳狀態迎接考試！

內　容：1. 模擬英文口試練習
　　2. 放鬆活動

	A	B
日　期：	08/03/2023 (星期三)	15/03/2023 (星期三)
時　間：	7:00pm-10:00pm	

地　點：本中心
對　象：高中學生(中六考生優先)
名　額：12人
收　費：免費
備　註：1. 只限本中心會員參加；若未申請成為會員，可向當值社工查詢。
　　2.參加者須於報名時，註明欲參與的活動日期（08/03或18/03，二選一)。
負責人：劉善鈞姑娘

拉闊點高中考生支援服務-升學面試工作坊

TNIT/23/022

大專大學面試季節又黎啦！點樣留個好印象？面試問題又應該點答好？
想知就一定要黎參加升學面試工作坊喇！



內　容：1. 升學面試工作坊　2. 升學模擬面試

	A	B
日　期：	19/05/2023 (星期五)	23/05/2023 (星期二)
時　間：	2:00pm-6:00pm	

地　點：本中心
對　象：高中學生
名　額：12人
收　費：免費
備　註：只限本中心會員參加；若未申請成為會員，可向當值社工查詢。
負責人：劉善鈞姑娘

中心自修室服務

預備考DSE嘅同學仔，想搵一個寧靜嘅環境溫習，呢到就啱你啦！溫習之外，自修室仲免費提供Wi-Fi服務、歷屆文憑試試卷借閱同埋學院資訊站，要使用就要留意開放時間啦！

	一	二	三	四	五	六	日
10:00am-1:00pm	休息	#[2]	#[2]	#[2]	#[2]	✓	✓
2:00pm-6:00pm		✓	✓	✓	✓	✓	✓
7:00pm-9:30pm		✓	✓	✓	✓	✓	×

對象：高中學生（須為本中心會員；若未申請成為會員，可向當值社工查詢。）
備註：1. 每節設有名額，請先預約或電話查詢。
　　2. 為配合公開考試，中心在2023年3月1日至2023年5月19日期間，中心將加開放星期二至五上午時段(10:00am-1:00pm)。

平行心間

LevelMind@JC 賽馬會平行心間計劃

簡介

本處賽馬會天平綜合青少年服務中心為6至24歲青少年及其家庭提供多元化服務，為了加強對青年人情緒健康的支援，自2019年11月開始於天平商場會址推行為期4年「賽馬會平行心間計劃」，此計劃目標旨在為12至24歲為主的青年人建立一套專為他們而設的身心靈健康服務模式。本單位乃其中一所參與此計劃的機構，為青年人提供一個安全及友善環境予他們休息、放空及充電，並以「靜觀體藝」(M.A.P)作為重點的介入手法—靜觀(Mindfulness)、藝術(Art)、運動(Physical)、朋輩(Peer)，透過小組活動及個案輔導，為有需要的青年人提供早期介入及支援服務，提升其整體身心靈健康質素。



放空

提供一個清空腦袋、轉換心情的舒適放空空間，享受當下環境、聲音、味道。

充電

提供多元化舒展身心靈的活動，讓身心放鬆，好好充電。





重新發現

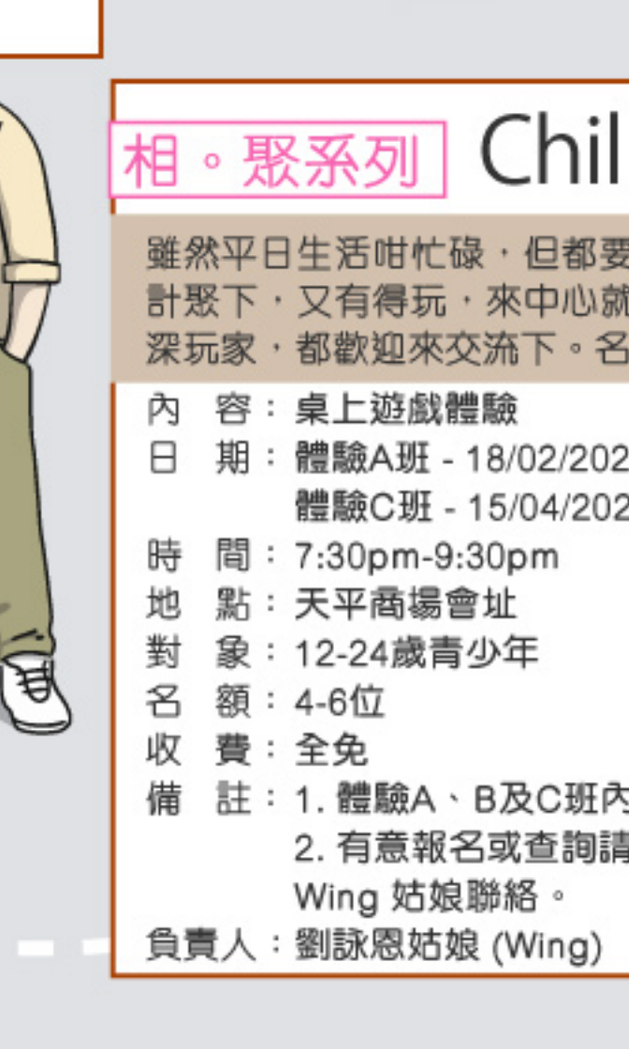
透過小組及個別面談輔導，認識自己內在力量，重新發現個人強項，連結社區，享受快樂的秘訣。

生活。藝術系列 藝術在角落

面對外在的不穩，我們更要好好照顧自己，一起在藝術創作中找回內在的平靜，擁抱和感受「不確定」帶來的驚喜。

內　容：藝術創作體驗，如香薰乾花蠟牌、酒精墨水畫、浮游花瓶
日　期：11/02/2023(六)、11/03/2023(六)、15/04/2023(六)、13/05/2023(六)
時　間：11:00am-12:30pm
地　點：天平商場會址
對　象：12-24歲青少年
名　額：每節6位
收　費：全免
備　註：1. 以上每節內容不同，參加者可選擇報名節數。
2. 有意報名或查詢請Whatsapp/Signal 6407 8824，與Simmy姑娘聯絡。
負責人：楊倩雯姑娘(Simmy)





相。聚系列 Chill住玩桌遊

雖然平日生活咁忙碌，但都要抽時間比自己放鬆下。想同朋友傾下計聚下，又有得玩，來中心就做得到啦！不論你是桌遊新手還是資深玩家，都歡迎來交流下。名額有限，欲報從速！

內　容：桌上遊戲體驗
日　期：體驗A班 - 18/02/2023 (六)　體驗B班 - 18/03/2023 (六)
體驗C班 - 15/04/2023 (六)　體驗D班 - 20/05/2023 (六)
時　間：7:30pm-9:30pm
地　點：天平商場會址
對　象：12-24歲青少年
名　額：4-6位
收　費：全免
備　註：1. 體驗A、B及C班內容一樣，只需報名其中一班。
2. 有意報名或查詢請 Whatsapp 5223 7917，與 Wing 姑娘聯絡。
負責人：劉詠恩姑娘 (Wing)

課餘託管服務



服務宗旨

本中心為北區有需要家庭的小學生提供課餘託管服務，幫助家長減低既要面對工作，亦要面對照顧子女的雙重壓力。

本著服務社群的專業精神，本中心努力為 閣下的子女提供一個安全健康的環境，並協助培養小朋友的良好品格及積極的學習態度。

對象

北區內小一至小六全日制學生
(歡迎雙職家庭子女，單親家庭子女及新來港兒童參加)

名額

每班8人

負責人

彭姑娘



	B1託管組	B2託管組	B3託管組	B4託管組
逢星期一至五	3:30pm-6:00pm 費用：1100元正	4:00pm-6:30pm 費用：1100元正	3:30pm-7:00pm 費用：1300元正	4:00pm-8:00pm 費用：1400元正

組別	B5(1)託管組	B5(2)託管組	B5(3)託管組	B5(4)託管組
時間	4:00pm-6:00pm	4:30pm-6:30pm	5:00pm-7:00pm	6:30pm-8:30pm
費用(一星期五天)	每月HK$1050.00	每月HK$1050.00	每月HK$1050.00	每月HK$1050.00
費用(一星期三天)	每月HK$800.00	每月HK$800.00	每月HK$800.00	每月HK$800.00

**本中心課餘託管服務已獲社會福利署「課餘託管收費減免計劃」資助，為來自低收入家庭的兒童提供支援。如有經濟困難的家長可向彭姑娘查詢及申請減費。

備註：現有託管兒童



服務特色

＊舒適的場地和安全衛生的環境

＊由經驗導師，以小組形式跟進學童功課

＊設立寫手冊制度、與家長保持聯繫，了解學童表現　＊舉辦獎勵計劃，提高學童學習動機，增強自信心

＊定期舉辦家長會 / 家長工作坊 / 親子活動，內容包括：

透過演說繪本故事及進行與故事相關的遊戲，以繪本作活動介入手法，培養學童關愛、同理心等良好品格。同時，籍著活動認識正向心理學，學習親子溝通的技巧，讓孩子健康愉快成長，建立和諧的家庭生活。

＊透過活動教學，提升學童多方面才能

- 提升學習動機及解決學習困難
- 提升自我照顧的意識及危機處理能力
- 多元智能發展





課餘託管活動推介

康輔活動 / 成長小組

透過康輔活動，如社交技巧及情緒管理訓練，提升學童多方面才能；活動中透過角色扮演等互動遊戲，以課餘生活題材作為介入手法，培養學童關愛、同理心等的良好品格。

同時，讓學童從活動中學習與人溝通、合作的技巧，提升社交能力；透過參與團隊活動及解說，學習解難的技巧及面對困難的態度，提升抗逆能力。透過以自我保護為主題的小組，提升學童自我保護的能力及意識，讓學童愉快健康成長。

對象

課餘託管服務學童

推行時段

康輔活動時段進行

負責人

社工(陳寶兒姑娘)

活動推介

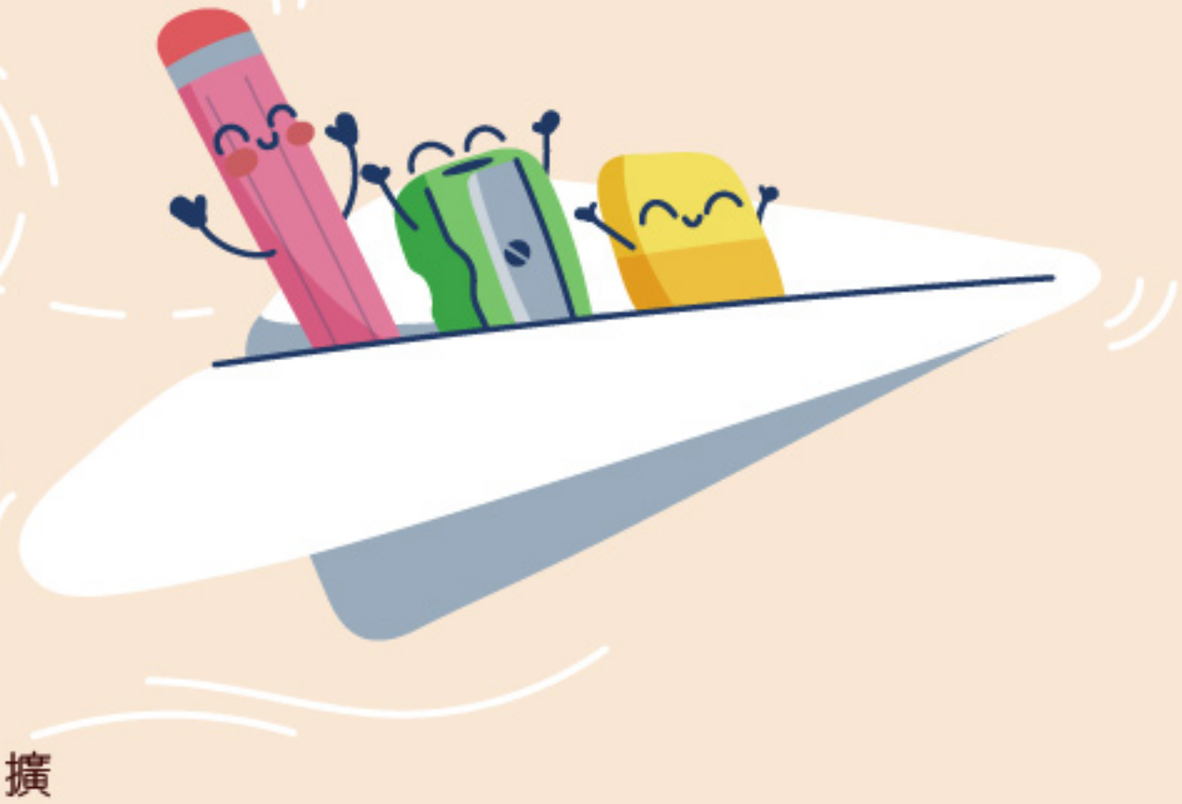
定期家長會 / 家長工作坊 /親子活動

活動旨在促進親子關係，培養孩子同理心，建立良好品格，讓孩子健康愉快成長，建立和諧的家庭生活。

節令活動 新春聯歡會/復活節親子大派對/親子活動

對象

課餘託管服務學童及其家長



義工小組

目標

透過義工訓練及實踐讓學童有機會參與義務工作，擴闊視野及發展多方面潛能，提升兒童的責任感及社會意識，以及建立積極的人生觀。

對象

課餘託管服務學童

推行時段

康輔活動時段進行

活動

2023年　2月 ： 新春聯歡會
2023年　4月 ： 親子復活節聯歡會
2023年　5月 ： 親子活動

恒常興趣班報名須知

1.中心將透過手機通訊程式（Whatsapp）發放最新興趣班資訊。手機的號碼為 61109312，此號碼只用作興趣班服務用途，不能替代日常的電話溝通或其他工作用途。

2.報名前，請自行核對課程之日期、時間，以免與其他班組／活動相撞。所有恒常興趣班之報名，一經繳費作實，本中心將不接受退款、改班或轉班之申請。如有特殊理由，須向社工督導申請，中心將按個別情況處理。

3.除了劍橋英語課程之外，本中心之多元智能興趣班均以月費收費，即以該月之堂數收費。

4.為確保學位，舊生須於每月21日或以前預繳下月學費，以保留學位。逾期繳交費用之學位，將不被保留及作公開報名處理而不會另行通知。如舊生仍想報讀，需先到接待處查詢學位餘額，繳費後方可進入課室上課。

5. 請於報名後保留收據，直至該期興趣班完結。每月第一堂出席興趣班請帶備收據，以核實為參加者資格。若未能提供收據，導師可拒絕出席者進入課室。

6. 每月15日後不接受新生報班。

7. 中心用膳時間為1:00pm-2:00pm及6:00pm-7:00pm，期間不設報名及收費。詳情可參閱中心開放時間。

8. 所有恒常興趣班若因有關熱帶氣旋或暴雨警告訊號生效而取消，或因導師請假以致停課，中心將會盡早通知參加者，並安排補堂或退款。但參加者自行缺席或請假，則不予以補堂或退款。

如對興趣班服務有任何查詢，歡迎親臨本中心、whatsapp至興趣班手機或致電本中心電話2679 7557與興趣班負責同事陳泳霖姑娘(Kelly)或黃樂希先生(Hay)聯絡。

如有意報讀班組，歡迎致電或親臨本中心查詢。
如班組已滿額，可親臨本中心接待處申請候補，
詳情請參閱中心恆常興趣班候補安排之通告。

恆常興趣班候補須知

1. **同一類型的班組只可接受一個時段的候補申請**。如出現重覆申請情況，將以最新資料作準，舊有申請將被新資料取代，並不作另行通知。

2. **請確保申請時提供的所有資料齊全及準確**，當中包括小朋友的中文姓名、年齡(需詳細列明出生年月日)及家長的聯絡方式。如因資料不齊全或不準確而導致無法通知家長，恕本中心未能處理安排。

3. 如班組有名額，職員會按申請次序以電話(或留言)及whatsapp方式通知家長。**如職員於通知時未能聯絡家長（中心電話以2679開頭）及後家長亦未有於whatsapp訊息所指定之時間內回覆，將視作放棄名額。**如家長有意繼續報讀原先的班組，需再次申請候補。

4. 每類型班組皆設有**年齡限制**，請家長於申請時留意是否符合班組對象年齡。如職員於安排學位時，發現小朋友不符合班組所設定的年齡範圍，將視作申請無效，並不作另行通知。

5. 請家長於申請時**確保班組時間是否適合**。如因與其他活動時間相撞而導致無法參加班組，將不被保留候補名額。如家長有意報讀原先的班組，需再次重新申請輪候。

6. 候補名額恕不能接受任何學員之間互相轉讓或交換。

7. 如有任何爭議，本中心保留最終決定權。

8. 如有查詢，歡迎親臨本中心(地址：上水天平邨天明樓地下105-113室)或 致電2679 7557與興趣班負責同事聯絡。

創意幼兒畫班

內容：教授初階的線條繪畫及著色技巧，啓發孩子的創意智能，創作不同主題的圖畫。

備註：1. 學員需自備鉛筆、擦膠、16色油粉彩和A3畫簿。
2. 08/04/2023（星期六）耶穌受難節翌日，興趣班暫停一堂。

編號	班組	日期	堂數	時間	對象	名額	月費收費（會員 / 優惠）
TN/I/22/001	A班	04/02-25/02/2023	4堂	10:00am-11:00am（逢星期六）	3-5歲	10人	$240 / $120
		04/03-25/03/2023	4堂				$240 / $120
TN/I/23/001		01/04-29/04/2023	4堂				$240 / $120
		06/05-27/05/2023	4堂				$240 / $120
TN/I/22/002	B班	04/02-25/02/2023	4堂	11:00am-12:00nn（逢星期六）	3-5歲	10人	$240 / $120
		04/03-25/03/2023	4堂				$240 / $120
TN/I/23/002		01/04-29/04/2023	4堂				$240 / $120
		06/05-27/05/2023	4堂				$240 / $120
TN/I/22/003	D班	04/02-25/02/2023	4堂	12:00nn-1:00pm（逢星期六）	3-5歲	10人	$240 / $120
		04/03-25/03/2023	4堂				$240 / $120
TN/I/23/003		01/04-29/04/2023	4堂				$240 / $120
		06/05-27/05/2023	4堂				$240 / $120
TN/I/22/004	H班	04/02-25/02/2023	4堂	2:15pm-3:15pm（逢星期六）	3-5歲	10人	$240 / $120
		04/03-25/03/2023	4堂				$240 / $120
TN/I/23/004		01/04-29/04/2023	4堂				$240 / $120
		06/05-27/05/2023	4堂				$240 / $120

兒童畫班

內容：綜合兒童畫班：以水溶性木顏色及油粉彩等作主要藝術媒介，於課堂上學習不同的繪畫技巧，培養小朋友對藝術方面的興趣。
混合素材畫班：課程將教授學生混合不同種類的素材，如木顏色、水彩、乾粉彩及麥克筆等繪畫出具不同題材的作品。

備註：1. 綜合兒童畫班：學員需自備鉛筆、擦膠、水溶性木顏色、16色油粉彩和A3畫簿。
2. 混合素材畫班：學員需自備木顏色和A3畫簿。
3. 08/04/2023（星期六）耶穌受難節翌日，興趣班暫停一堂。

編號	班組	日期	堂數	時間	對象	名額	月費收費（會員 / 優惠 / 非會員）
TN/I/22/058	綜合兒童畫班	04/02-25/02/2023	4堂	12:00nn-1:00pm（逢星期六）	6-12歲	10人	$240/$120/$270
		04/03-25/03/2023	4堂				$240/$120/$270
TN/I/23/005		01/04-29/04/2023	4堂				$240/$120/$270
		06/05-27/05/2023	4堂				$240/$120/$270
TN/I/22/006	混合素材班	04/02-25/02/2023	4堂	11:00am-12:00nn（逢星期六）	6-12歲	10人	$240/$120/$270
		04/03-25/03/2023	4堂				$240/$120/$270
TN/I/23/006		01/04-29/04/2023	4堂				$240/$120/$270
		06/05-27/05/2023	4堂				$240/$120/$270

鋼琴班

考試資訊：本課程根據英國皇家音樂學院所規定之課程而編定，本中心亦會推薦學員參加英國皇家音樂學院之考試。
導師師資：每位導師均獲取英國皇家音樂學院八級或以上鋼琴證書，及五級或以上樂理證書。
報名須知：1. 由於課程為1對1個別教授，所以一經報名及繳費，缺席之學員將不獲補課。
2. 對象為5至24歲兒童及青少年。
3. 若需要更改上課時間，學員需要報名前與負責職員確認學位。

課程收費：會員收費：每期以月費形式收費，即以該月的堂數收費。
非會員收費：以下收費加$30（以每月計算）
優惠收費：以下收費之半費。

每堂收費：

時間\級別	初級	一級	二級	三級	四級	五級
30分鐘	$100	$110	$120	$140	$160	/
45分鐘	/	$150	$160	$180	$200	$220

跆拳道班

內容：透過跆拳道的訓練，讓學員能培養紀律及提升健康的體魄，是一種有益身心的帶氧活動。
除了可強身健體、增強自衛能力外，亦可以培養學員的專注力、意志、紀律、責任心及合群的精神。
備註：1. 新生可於第一堂穿著運動服上課，學員亦可於上課時向教練訂購跆拳道道袍。
2. 場地鋪設跆拳道安全地蓆。約半年一次舉行跆拳道升級考試，不需要考試的學員亦需要上堂參與，以學習考帶升級。如需升級考帶的學員需向教練繳付考試費用。
3. 08/04/2023（星期六）耶穌受難節翌日，興趣班暫停一堂。

跆拳道初階班

編號	班組	日期	堂數	時間	對象	名額	月費收費（會員/優惠/非會員）
TN/I/22/017	A班	04/02-25/02/2023	4堂	7:10pm-8:10pm（逢星期六）	6歲或以上兒童及青少年	16人	$240/$120/$270
		04/03-25/03/2023	4堂				$240/$120/$270
TN/I/23/018		01/04-29/04/2023	4堂				$240/$120/$270
		06/05-27/05/2023	4堂				$240/$120/$270
TN/I/22/019	B班	05/02-26/02/2023	4堂	10:15am-11:15am（逢星期日）	6歲或以上兒童及青少年	16人	$240/$120/$270
		05/03-26/03/2023	4堂				$240/$120/$270
TN/I/23/020		02/04-30/04/2023	5堂				$300/$150/$330
		07/05-28/05/2023	4堂				$240/$120/$270

跆拳道進階班（適合綠帶6級或以上）

編號	班組	日期	堂數	時間	對象	名額	月費收費（會員/優惠/非會員）
TN/I/22/018	A班	04/02-25/02/2023	4堂	8:15pm-9:45pm（逢星期六）	8歲或以上兒童及青少年	16人	$280/$140/$310
		04/03-25/03/2023	4堂				$280/$140/$310
TN/I/23/019		01/04-29/04/2023	4堂				$280/$140/$310
		06/05-27/05/2023	4堂				$280/$140/$310
TN/I/22/020	B班	05/02-26/02/2023	4堂	11:20am-12:50pm（逢星期日）	8歲或以上兒童及青少年	16人	$280/$140/$310
		05/03-26/03/2023	4堂				$280/$140/$310
TN/I/23/021		02/04-30/04/2023	5堂				$350/$175/$380
		07/05-28/05/2023	4堂				$280/$140/$310

珠心算初階班

內容：課程配合學員的能力，由淺入深，通過耳聽、眼看、手撥及腦算的訓練，是提升學員快速計算的方法。

備註：1. 學員需自備五珠算盤、鉛筆及擦膠。
2. 05/04/2023（星期三）清明節，**興趣班暫停一堂**。
3. 08/04/2023（星期六）耶穌受難節翌日，**興趣班暫停一堂**。

編號	班組	日期	堂數	時間	對象	名額	月費收費（會員/優惠/非會員）
TN/I/22/007	A班	04/02-25/02/2023	4堂	3:30pm-4:30pm（逢星期六）	4-8歲	10人	$280/$140/$310
		04/03-25/03/2023	4堂				$280/$140/$310
TN/I/23/007		01/04-29/04/2023	4堂				$280/$140/$310
		06/05-27/05/2023	4堂				$280/$140/$310
TN/I/22/008	B班	04/02-25/02/2023	4堂	4:30pm-5:30pm（逢星期六）	4-8歲	10人	$280/$140/$310
		04/03-25/03/2023	4堂				$280/$140/$310
TN/I/23/008		01/04-29/04/2023	4堂				$280/$140/$310
		06/05-27/05/2023	4堂				$280/$140/$310
TN/I/22/009	D班	01/02-22/02/2023	4堂	3:30pm-4:30pm（逢星期三）	4-8歲	10人	$280/$140/$310
		01/03-29/03/2023	5堂				$350/$175/$380
TN/I/23/009		12/04-26/04/2023	3堂				$210/$105/$240
		03/05-31/05/2023	5堂				$350/$175/$380
TN/I/22/010	E班	01/02-22/02/2023	4堂	4:30pm-5:30pm（逢星期三）	4-8歲	10人	$280/$140/$310
		01/03-29/03/2023	5堂				$350/$175/$380
TN/I/23/010		12/04-26/04/2023	3堂				$210/$105/$240
		03/05-31/05/2023	5堂				$350/$175/$380

奧數班

內容：導師在課堂上引導學員思考，著重學員的分析、理解能力，讓學員每週思考一個小專題，循序漸進的增加學員對學習數學的興趣、自信心及邏輯思考的能力，並透過課餘練習培訓學童的獨立思考。

備註：1. 學員需自備鉛筆及擦膠。
2. 08/04/2023（星期六）耶穌受難節翌日，**興趣班暫停一堂**。

編號	日期	堂數	時間	對象	名額	月費收費（會員 / 優惠 / 非會員）
TN/I/22/027	04/02-25/02/2023	4堂	2:30pm-3:30pm（逢星期六）	9-11歲	10人	$280/$140/$310
	04/03-25/03/2023	4堂				$280/$140/$310
TN/I/23/011	01/04-29/04/2023	4堂				$280/$140/$310
	06/05-27/05/2023	4堂				$280/$140/$310

英語拼音課程

內容：本課程以Letterland Phonics為藍本，幫助學員分辨相近聲音，以快捷有效的方法令學員認識基本42個字母組合， 拼出英文生字的正確讀音。加上戲劇、遊戲等元素，令小朋友開心快樂學習英語。本課程由外籍人士擔任導師。

備註：1. 學員需自備鉛筆及擦膠。
2. 07/04/2023(星期五)耶穌受難節，興趣班暫停一堂。
3. 26/05/2023（星期五)佛誕，興趣班暫停一堂。

編號	班組	日期	堂數	時間	對象	名額	月費收費（會員 / 優惠）
TN/I/22/011	Letterland Phonics B	02/02-23/02/2023	4堂	4:00pm-5:00pm (逢星期四)	K2-K3	10人	$320 / $160
		02/03-30/03/2023	5堂				$400 / $200
TN/I/22/012	Letterland Phonics	03/02-24/02/2023	4堂	4:00pm-5:00pm (逢星期五)	K2-K3	10人	$320 / $160
		03/03-31/03/2023	5堂				$400 / $200

內容：Jolly Phonics根據英國拼音教學法Jolly Phonics為基本，由外籍教師教授國際認可音標符號的英語拼讀方式，課程配合圖像、學習卡及故事方法學習，令學員學習純正英文拼音系統，自行拼讀詞語及句子。本課程由外籍人士擔任導師。

備註：1. 學員需自備鉛筆及擦膠。
2. 07/04/2023(星期五)耶穌受難節，興趣班暫停一堂。
3. 26/05/2023（星期五)佛誕，興趣班暫停一堂。

編號	班組	日期	堂數	時間	對象	名額	月費收費（會員 / 優惠 / 非會員）
TN/I/22/013	Jolly Phonics	03/02-24/02/2023	4堂	5:00pm-6:00pm (逢星期五)	P1-P2	10人	$320/$160/$350
		03/03-31/03/2023	5堂				$400/$200/$430

英國劍橋小學英語課程

Juniors(幼兒組)

內容：課程以遊戲學習的方式向兒童教授基本的英文知識，讓兒童提早學習英語。主要內容包括：英語生字的學習、書寫訓練、唱遊兒歌、小組遊戲等。

備註：1. 課程結構：每期6堂，每堂1小時，全期共42堂(共7期)，銜接劍橋小學英語考試課題。
2. 全期教材費用$300，新生可於第一次報名時一併繳交，舊生不用訂購。
3. 學員需自備顏色筆及文具。

編號	班組	上課日期	時間	對象	名額	期數收費（會員 / 優惠）
TN/I/22/014	A班	04/02，11/02，18/02，25/02，04/03，11/03	11:50am-12:50pm (星期六)	K.2學童	10人	$530 / $265
TN/I/23/015		01/04，15/04，22/04，29/04，06/05，13/05				$530 / $265
TN/I/22/015	B班	04/02，11/02，18/02，25/02，04/03，11/03	2:00pm-3:00pm (星期六)		10人	$530 / $265
TN/I/23/016		01/04，15/04，22/04，29/04，06/05，13/05				$530 / $265

Pre-Starters(預備組)

內容：與劍橋小學英語課程Starters(第一級)語法結構及概念銜接的幼兒英語課程。課程共包括32個學習單元，著重運用有趣的教學材料，讓幼童學會如何應用英語文法和詞彙，提高閱讀理解能力。

備註：1. 課程結構：每期6堂，每堂1小時，全期共36堂(共6期)，銜接劍橋小學英語考試課題。
2. 全期教材費用$300，新生可於第一次報名時一併繳交，舊生不用訂購。
3. 學員需自備顏色筆及文具。

	上課日期	時間	對象	名額	期數收費（會員 / 優惠）
TN/I/22/016	04/02，11/02，18/02，25/02，04/03，11/03	3:10pm-4:10pm (星期六)	K.3學童	10人	$530 / $265
TN/I/23/017	01/04，15/04，22/04，29/04，06/05，13/05				$530 / $265

恆常興趣班時間表

星期三

1. 珠心算初階班D (3:30pm-4:30pm)
2. 珠心算初階班E (4:30pm-5:30pm)

星期五

1. 幼兒英語拼音班 (4:00pm-5:00pm)
2. 兒童英語拼音班 (5:00pm-6:00pm)

星期四

1. 幼兒英語拼音班 B (4:00pm-5:00pm)
2. 鋼琴C班 (3:30pm-6:00pm)
3. 鋼琴D班 (7:00pm-9:30pm)

星期日

1. 跆拳道初階班B (10:15am-11:15am)
2. 跆拳道進階班B (11:20am-12:50pm)
3. 鋼琴G班 (10:00am-1:00pm)
4. 鋼琴F班 (2:00pm-5:30pm)

恆常興趣班時間表

星期六

10:00am-1:00pm

1. 鋼琴A班 (10:00am-1:00pm)
2. 創意幼兒畫班A (10:00am-11:00am)
3. 創意幼兒畫班B (11:00am-12:00nn)
4. 混合素材創意畫班 (11:00am-12:00nn)
5. 劍橋小學英語課程Juniors (幼兒組) A (11:50-12:50pm)
6. 綜合幼兒畫班D (12:00nn-1:00pm)
7. 綜合兒童畫班 (12:00nn-1:00pm)

2:00pm-6:00pm

1. 鋼琴B班 (2:00pm-6:00pm)
2. 劍橋小學英語課程 Juniors (幼兒組) B (2:00pm-3:00pm)
3. 創意幼兒畫班H (2:15pm-3:15pm)
4. 奧數班 (2:30pm-3:30pm)
5. 劍橋小學英語課程 Pre-Starters(預備組) (3:10pm-4:10pm)
6. 珠心算初階班A (3:30pm-4:30pm)
7. 珠心算初階班B (4:30pm-5:30pm)

7:00pm-10:00pm

1. 跆拳道初階班A (7:10pm-8:10pm)
2. 跆拳道進階班A (8:15pm-9:45pm)

星鳥速遞

SINEWS EXPRESS

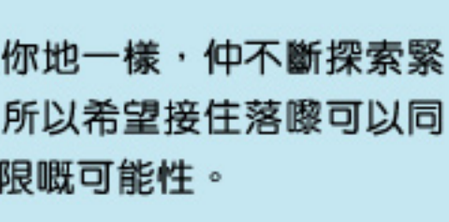
星鳥計劃 Project Sinews

星鳥計劃是一項深宵外展服務，社工於深宵時分運用外展手法，主動走到青少年經常流連和聚集的公共場所，與青少年接觸及建立關係，評估他們的服務需要，提供以下服務：

- 預防受不良影響
- 為身處危機的青少年提供即時輔助
- 為他們在教育、職業、家庭、人際關係和個人問題上提供輔導，有需要時再作轉介
- 提高他們解決困難的能力，發展潛能，貢獻社會

服務對象

年齡6-24歲，於晚上10時至翌日凌晨6時，流連於服務地區之公共場所，而符合上述服務目標需要的青少年。



服務範圍

大埔　粉嶺　上水

大埔、粉嶺、上水區內各公共屋邨、市中心及其他鄰近鄉郊區域。

深宵時分想搵社工？

如欲接受服務、轉介個案或對服務有任何查詢，歡迎致電我們 6280 6281與當值社工聯絡！

《夜展新同工介紹-----小智Sir》

大家好！我喺北區深宵外展社工小智Sir！我嘅興趣有好多架，例如籃球、足球、欖球...等等。仲鍾意行山、打機、聽音樂，細個仲練過武術，舞過龍。最近仲愛上左做GYM。睇到呢到，加上我大大份嘅身形就知我咩料啦。

不過，正所謂鐵漢柔情！小智Sir都有柔情嘅一面架！仲有好多靜態嘅嘅興趣架，想知到底係咩咁柔情？咁就嚟搵我傾計啦！慢慢話過你知！如果你地想搵人吹水、談心，搵我啦！傾咩都可以架！



興趣多多嘅我就好似你地一樣，仲不斷探索緊自己更多嘅興趣架，所以希望接住落嚟可以同大家一齊探索自己無限嘅可能性。



電影推介：《深宵閃避球》

今次想同大家介紹一套電影「深宵閃避球」，因為劇本素材是取自北區外展年青人及青處閃避球隊，故事講述外展社工(周家怡飾演)主理「深宵體育館」計劃多年，一直鼓勵不願歸家的少女們凌晨時份到體育館做運動。然而，管理層突然出現人事變動，隨即面臨閉館危機。在自稱資深教練(鄭伊健飾演)協助下，集合八位問題少女組成「粉青隊」參加全港閃避球錦標賽。

戲中有一句金句：「在那裡跌低，就在那裏再跌低！」跌倒並非是一件可怕的事情，透過跌倒的經歷令自己在成長路上多一份體驗認識自己。人生如朝露，跌一次站不起來的時候，就要勇敢再跌低，讓這經歷化為動力，勇敢地走出每一步挑戰困難。

北區星鳥

north_ynd_hkcys



展翅青見

香港青少年服務處 HONG KONG CHILDREN & YOUTH SERVICES

勞工處「展翅青見計劃」委任培訓機構
培訓機構編號：TB 036



「展翅青見計劃」透過勞工處、僱主和服務機構的通力合作，為15至24歲、學歷在副學位或以下的離校青年人，提供全面的求職平台，配合一站式和多元化的職前和在職培訓，幫助青年人認識自我和職業志向，豐富他們的工作技能及經驗，以提升就業競爭力。



計劃內容簡介

- 個案管理及就業支援服務 - 擇業導向及支援服務
- 職前培訓
  - ➢ 核心課程：求職人際
  - ➢ 選修課程，包括：
    - i. 「課程一：團隊協作」
    - ii. 「課程二：電腦應用」
    - iii. 「課程三：職業技能」
  - ➢ 1個月工作實習訓練
- 在職培訓
  - ➢ 6-12個月有薪在職培訓
  - ➢ 職外職業技能培訓津貼
- 度身訂造培訓暨就業項目
- 培訓津貼

職場特訓班：咖啡調製員/甜品烘焙基礎課程

培訓課程為有特別需要青少年而設，上課時數約60-80小時，歡迎有興趣青少年、家長或學校查詢詳情。

計劃網址 http://www.yes.labour.gov.hk

查詢及報名

服務中心	負責社工	聯絡電話
馬鞍山恆安邨	Kaling姑娘	2642 1555
大埔廣福邨	Yuri姑娘	2653 8514
粉嶺御庭軒	Kenneth Sir	2668 2138
上水天平邨	郭姑娘	2679 7557

推薦影片



https://youtu.be/OC4pr4-zY_A

香港青少年服務處
HONG KONG CHILDREN & YOUTH SERVICES

歡迎加入 成為寄養家庭

給孩子一個溫暖的家



理想寄養家長

- 家庭生活愉快，生活安定
- 身體健康及情緒穩定
- 年齡在二十五歲或以上
- 有小學或以上程度
- 家居整潔安全，並有足夠居住面積
- 喜愛兒童，有照顧兒童的經驗及能力
- 為兒童安排妥善的照顧計劃
- 願意接受社工的調查及輔導

我們誠意邀請你成為寄養家長。如您有興趣申請為寄養家長，歡迎聯絡本機構

機構網頁：http://www.cys.org.hk

電郵：sghfc@hkcys.org.hk

電話：27507913

寄養家長津貼

- 寄養兒童生活津貼：$6,402(每月)
- 寄養服務獎勵金：$4,802(每月)
- 寄養兒童入住津貼：$3201(一次過)
- 若照顧3歲以下或特殊需要的兒童，另有額外津貼。

有興趣了解申請成為寄養家長請填妥以下表格，傳真至 27553137 ，本中心社工將會與您聯絡。

姓名：_____

地址：_____

_____

聯絡電話：_____

電郵地址：_____

香港青少年服務處
HONG KONG CHILDREN & YOUTH SERVICES

「青」代表
香港青少年服務處

青新 CZ Channel 頻道

「新」代表
新一代 Z-Generation

有乜嘢等住你睇？

好多各式各樣點播
定期直播節目

「青。新頻道」現已上架！
可在以下兩個平台下載
或直接登入網址

Google Play　IOS App Store

http://czchannel.hkcys.hk





香港青少年服務處
HONG KONG CHILDREN & YOUTH SERVICES

言語治療服務



甚麼是「言語治療」?

由專業言語治療師為懷疑及確診有言語障礙的兒童及青少年進行評估及系統性訓練，改善認知、社交語言發展、口肌、吞嚥、嗓音、聲線運用、說話流暢度、言語上溝通範疇的各種困難，以增強兒童及青少年的表達及理解能力，從而改善溝通。

服務目標：

- 及早識別：把握兒童接受治療的黃金時期，及早介入提供訓練
- 增強溝通能力：改善學童的言語發展基礎，增強表達和溝通能力
- 建立自信：減輕學童因言語障礙帶來的情緒困擾，建立正面的自我形象
- 改善社交：促進學童的溝通能力，建立正常愉快的人際關係

服務對象：

- 2-12歲懷疑及被診斷有言語障礙的兒童及其家長

服務收費：

- 言語評估：1000（60分鐘）
- 個別言語治療：$700（45分鐘）
- 小組、講座等收費，請向本處查詢

服務範圍：

- 言語評估
- 個別言語治療
- 小組言語治療
- 家長訓練及講座
- 教師專業培訓
- 社區教育

服務地點：

賽馬會粉嶺綜合青少年服務中心
帝庭軒會址



聯絡我們

御庭軒會址：
新界粉嶺聯和墟和滿街9號御庭軒政府大樓2樓
帝庭軒會址：
新界粉嶺聯和墟和滿街8號帝庭軒商場1樓36號

電話：2668 2138
傳真：3125 4677
電郵：fit@hkcys.org.hk

香港青少年服務處
HONG KONG CHILDREN & YOUTH SERVICES

職業治療服務



甚麼是職業治療?

為有學習困難、發展遲緩或身體肌能失調的兒童，提供合適的評估和訓練，包括精細動作發展、視覺感知、專注力、執行功能、寫前或書寫、自我能力和日常生活訓練，以提升兒童學習能力、精細動作的發展和自我照顧的能力

服務目標

- 及早識別有特殊學習需要的兒童，並提供合適訓練，以改善兒童的大小肌肉和視覺感知的發展基礎，增強書寫及自理能力
- 減輕兒童因學習困難和發展障礙帶來的情緒困擾，建立正面的自我形象

服務對象

為2至12歲懷疑及被診斷有學習困難、發展遲緩、感覺統合失調或身體肌能失調的兒童、青少年及其家長
（例如：自閉症、專注力不足/過度活躍症和發展性協調障礙）
●學習困難　●發展遲緩

服務範圍

- 職業治療評估
- 個別及小組訓練
- 家長訓練及講座

服務收費

- 職業治療評估：$1000（1小時）(已包含評估簡報，詳細報告另需$1000)
- 職業治療個別訓練：$700（45分鐘）
- 小組及講座等收費，請向本處查詢

服務地點

賽馬會粉嶺綜合青少年服務中心
帝庭軒會址



聯絡我們

御庭軒會址：
新界粉嶺聯和墟和滿街9號御庭軒政府大樓2樓
帝庭軒會址：
新界粉嶺聯和墟和滿街8號帝庭軒商場1樓36號
電話：2668 2138
傳真：3125 4677
電郵：fit@hkcys.org.hk

機構簡介

香港青少年服務處為多元化社會服務機構，服務包括綜合家庭服務、臨床心理服務、長者社區照顧服務、兒童之家、寄養服務、綜合青少年服務中心、課餘託管服務、兒童及青少年中心、學校社會工作及支援服務、地區青少年外展社會工作服務、深宵外展服務、濫用精神藥物者輔導中心、網上青年支援服務、幼兒及家長服務、兒童復康服務及不同特別計劃。

服務宗旨及目標

綜合青少年服務中心旨在提供機會及支援，讓青少年透過參與及體驗，各展所長，成為愉快、成熟及對社會有貢獻的一群。綜合服務主要目標為：

1. 培育青少年的個人成長，協助他們了解自我、掌握情緒，培養處理困難及壓力的能力及充份發展個人潛能。
2. 培養青少年積極的價值觀，建立和諧的人際及家庭關係。
3. 促進青少年關心社會，貢獻社會。
4. 為處於不利環境或面對困難的青少年提供支援及輔導。
5. 與社區人士緊密合作，共同建立一個關心青年人的社會及締造有利青年成長的環境。

服務對象

本中心主要服務對象為北區6至24歲的兒童、青少年及其家庭。

服務範圍

按地區特色和需要，透過中心服務、駐校及外展等不同形式，以個人輔導、小組及社區活動之社會工作方法，籌劃和推行下列四項核心服務：

1. 指導及輔導服務
2. 為處於不利環境的青少年提供支援服務
3. 培育青少年自我發揮、個人成長及建立和諧人際關係的小組及活動
4. 培養青少年關心及參與社會的小組及活動

中心亦會透過不同類型的活動，例如康樂活動、興趣班與小組、自修室及閱讀室設施等，輔助上述服務的推行。

會員申請及續會須知

會員類別

會　　員：供6至24歲人士申請，以個人身份入會。
附屬家庭會員：供6至24歲人士及家屬一同申請，同一家庭申請人數不限，以家庭會籍申請入會。

會員福利

1. 以會員價參加中心舉辦之活動。
2. 免費享用自修室服務和借用書籍。
3. 免費享用中心提供之偶到服務。
4. 獲寄贈中心之活動通訊。

會籍有效期及會費

會　　員：一年會籍 $25　兩年會籍 $40
附屬家庭會員：一年會籍 $50　兩年會籍 $80
(如其他家庭成員並非與會員於同一日申請入會，須另外繳付一年會籍　$25，兩年會籍　$40費用，有效期以入會當日開始計算。)

會員續証申請

到中心繳交新一年度年費及辦理續証手續。
如申請兩年會籍，當第一年會籍完結時，第二年會員續証之登記會自動進行。

申請手續

1. 親臨中心填妥中心會員申請表。
2. 選擇會籍年期，並繳交會費，下列人士將可獲豁免會費
   a) 單親家庭人士
   b) 綜援家庭人士
   c) 來港居住不足三年之新來港人士
   d) 社工轉介之人士
3. 若申請者年齡在12歲以下，申請表上必須有家長簽名同意。

退出會籍手續

會員如欲退出會籍，可攜同會員証親身到中心辦理。所繳費用，恕不退回。另外未繳交續會之年費，將作自動退會處理。

活動報名及退款程序

1. 如欲申請參加中心舉辦之興趣班、小組或活動，歡迎填寫活動報名表，並連同費用，到中心辦理報名手續。如以支票付款，支票抬頭寫「Hong Kong Children & Youth Services」。
2. 所有班/組/活動一經繳費，恕不退款。如有特殊理由，可向社工督導申請，中心會按個別情況處理。
3. 如活動取消或改期，中心會盡早通知參加者及安排退款，並會於原定活動日期起計，在十五個工作天內退回有關款項。參加者須於獲通知後一個月內憑收據領取退款，否則該款項將撥作慈善用途。
4. 所有興趣班及活動若因有關熱帶氣旋或暴雨警告訊號生效而取消，或因導師請假以致停課，中心將會盡早通知參加者，並另定補堂日期。如因某些原因而未能安排補堂，中心將會安排退款。但參加者自行缺席，則不予以補堂。
5. 戶外活動參加者如未滿18歲，需出示家長簽署同意書，否則，中心有權拒絕參加者出席當天活動，亦不獲退款安排。

減免計劃

為了讓接受綜緩/低收入/有經濟困難人士及家庭有更多機會使用本中心之收費服務，中心特此設立收費減免計劃。有需要人士可憑有效證明文件申請會員費之豁免，亦可以「優惠價」報名中心活動，詳情請留意活動收費欄，名額有限，額滿即止。

申請及退出服務手續

1. 服務使用者可親臨中心及駐校辦事處，或以電話或書面方式，向中心或駐校社工申請服務。
2. 社工亦會主動認識在服務區域範圍內經常流連及聚集的青少年，經過評估手續，衡量服務需要後，便會與他們開展有計劃的介入工作，他們亦即成為中心的服務使用者。
3. 凡年齡由6至24歲的青少年均可申請成為會員。
4. 凡有子女或家庭成員年齡介乎6至24歲之家長或其家庭相關成員，如兄弟姊妹、父母、照顧者或監護人等，可申請成為附屬家庭會員。
5. 單親家庭人士、綜援家庭人士、來港居住不足三年之新抵港人士及經社工轉介之人士均獲豁免會員年費。
6. 服務使用者如因各種原因退出服務或活動，可向負責工作員提出，中心會按個別情況處理。

收集個人資料聲明

本處根據《個人資料(私隱)修訂條例》已制定了相關的工作指引，以保障閣下個人資料。本處仍會沿用過去的做法，繼續使用你的個人資料如姓名、電話、傳真、電郵及郵寄地址等與你保持接觸包括通訊、籌款、活動推廣、培訓課程、義工招募及收集意見等用途。除了個人(私隱)修訂條例特定豁免包括保安、防止反偵查罪案、新聞活動及健康等方面範疇外，閣下有權就香港青少年服務處備存有關閣下的個人資料作出查閱、更改及停止使用閣下的個人資料，但已達成使用目的後而刪除的個人資料除外。

如閣下不欲本處使用閣下的個人資料作上述用途，請填寫以下「拒收直接促銷/推廣通知書」，並以郵寄/傳真/電郵形式聯絡本處 (地址：新界上水天平邨天明樓地下105-113室，傳真號碼：2671 2206，電郵：tnit@hkcys.org.hk)，費用全免。

拒收直接促銷/推廣通知書

☐ 本人不同意香港青少年服務處使用我的個人資料作上述推廣用途。

姓名（全寫）：_____ 簽署：_____

聯絡電話：_____ 日期：_____

有關颱風、暴雨及雷暴警告信號下之活動安排

有關訊號生效下	中心開放	戶內活動	戶外(陸上活動)	戶外(水上活動)
雷暴警告	✓	✓	按情況而定	✗
黃色暴雨警告	✓	✓	按情況而定	✗
紅色暴雨警告	✓	✓一般活動 ✗[3]幼兒活動及興趣班[5]	✗	✗
黑色暴雨警告	✗[4]	✗[4]	✗	✗
T1 一號戒備信號	✓	✓	✓	✗
3 三號強風信號	✓	✓一般活動 ✗[1]幼兒活動及興趣班[5]	✗	✗
8 NE 東北 八號烈風或暴風信號	✗[2]	✗[2]	✗	✗

註解：

1. 如於7am前改掛一號戒備信號，日間之幼兒活動將恢復進行；
   如於12nn前改掛一號戒備信號，午間之幼兒活動將恢復進行；
   如於5pm前改掛一號戒備信號，晚間之幼兒活動將恢復進行。
2. 如於7am前改掛三號戒備信號，日間之戶內活動將恢復進行；
   如於12nn前改掛三號戒備信號，午間之戶內活動將恢復進行；
   如於5pm前改掛三號戒備信號，晚間之戶內活動將恢復進行；
   如八號烈風或暴風信號於6pm後除下，所有中心/單位將繼續暫停開放。
   在一般情況下，中心會於八號烈風或暴風信號除下後三小時恢復開放。
3. 紅色暴雨警告解除後及在一般情況下，戶內活動將於三小時後恢復進行。
4. 黑色暴雨警告解除後及在一般情況下，戶內活動及「中心開放」服務將於三小時後恢復進行。
5. 幼兒活動及興趣班之參加者為幼兒(K1-K3)或(3-5歲)，當日活動及興趣班將會取消。

備註：

在暫停活動情況下，服務使用者會盡快被安排返家，或在職員/導師陪同下，留在安全的地方。
個別活動之最新安排，請留意中心公佈，如有疑問，請向中心職員查詢。

有關補堂事宜

所有興趣班及活動若因上述天雨關係而取消，將安排補堂。若中心未能安排補堂，則按比例安排退款。

歡迎提供意見

為提供安全舒適的環境與及優質的服務，本中心歡迎你將意見填寫於下表，並交回中心跟進。所有意見盡皆保密，並會由本中心之主任及/以上職級之員工負責處理。

(請於選擇方格加上“✓”號，並請簽署) 本人 □ 同意公開意見內容 本人 □ 不同意公開意見內容	簽署： 填寫日期：

歡迎提供下列個人資料，你提供的資料只供本中心處理這次建議和聯絡之用。(可選擇不填寫)

姓名：_____ 聯絡電話：_____

地址：_____

請將填妥的意見表放於信封內，並投放於本中心之意見箱，或寄回本中心主任收。
如對本中心服務有任何意見或投訴，請聯絡本中心主任 李健庭先生。
電話：2679 7557　　地址： 天明樓會址：上水天平邨天明樓地下105-113室

服務使用者權利

作為本機構的服務使用者，你可享有以下權利：

1. 所有服務使用者，不論性別、性取向、年齡、種族、信仰、背景及能力，均受到我們的尊重及平等對待。
2. 服務使用者所提供的個人資料只用作向你提供服務包括通訊、籌款、活動推廣、培訓課程、義工招募、收集意見及所需援助等用途。除了在特殊情況下包括服務使用者的安全受威脅或其行為將嚴重危害他人安全，否則將予以保密。詳情請參考個人資料 (私隱) 修訂條例及有關向香港青少年服務處提供個人資料事宜通告。
3. 獲知服務單位最新的服務資料包括宗旨、對象、內容、申請及退出服務等用途。如未能為你提供服務，將會向你交待原因。
4. 有權選擇及決定是否接受服務或專業意見。
5. 如合適，服務使用者可要求轉介以接受適當的服務。
6. 服務使用者參與任何需要繳費的活動，均獲發本會正式收據，並獲服務單位在活動日前知會有關參加活動細則。
7. 如服務單位因各種原因而須將活動取消或延期，可獲通知及作出安排，或退回已繳費用。所有服務上的變動，將儘早向你提供資料，讓你作出恰當的選擇及決定。
8. 大眾可從服務單位之通訊或其他途徑(例如告示板)獲知服務單位最新之服務統計數字。
9. 有權知悉有關評估和滿足服務使用者需要的政策及程序及參與服務的計劃及評估。服務單位將定期收集服務使用者意見，有關意見將成為製定未來工作計劃的參考。
10. 享用一個安全的服務環境，認識中心的消防設備及其擺放位置，服務單位會為服務使用者提供清晰的疏散指示及路線。
11. 服務單位將盡力保障你的私人財物的安全，在未得你同意前，你的私人財物不會被隨意取用；如因特別情況，需要代管你的金錢財物時，服務單位職員須在交收時與你簽訂文件。我們呼籲服務使用者自行小心保管個人物品及金錢。
12. 服務使用者有權透過不同渠道例如意見箱、致函、致電給負責職員等提出你對服務單位的建議或不滿，我們會認真及公正地處理所有意見。服務使用者不會因此而受到不佳的對待。
13. 獲服務單位將盡力保障你免受到任何形式的侵犯，包括任何可能對服務使用者構成危險、損害〔言語上、身體上或性侵犯〕的情況。如你對這方面有任何建議，可向負責職員提出；我們亦會透過職員鼓勵服務使用者提出有關的關注。
14. 就服務單位政策、程序及履行服務質素標準之表現提出意見。

* 如大家對以上服務質素標準有任何意見，歡迎聯絡服務單位之社工督導

服務質素標準

本機構致力提供優質服務，並根據社會福利署所訂定十六項服務質素標準，製定了相關之工作指引和服務程序。現將有關服務質素標準詳列下表。本中心正收集服務使用者對我們在這方面執行情況的意見。如對本中心服務有任何意見或提問，歡迎隨時與本中心職員提出，亦可使用中心意見箱或直接與本中心社工督導聯絡。

原則一：資料提供

標準1　服務單位確保製備說明資料，清楚陳述其宗旨、目標和提供服務的形式，隨時讓公眾索閱。

標準2　服務單位應檢討及修訂有關服務提供方面的政策及程序。

標準3　服務單位存備其服務運作和活動的最新準確記錄。

原則二：服務管理

標準4　所有職員，管理人員，管理委員會和理事會或其他決策組織的職務及責任均有清楚的界定。

標準5　服務單位/機構實施有效的職員招聘、簽訂職員合約、發展、訓練、評估、調派及紀律處分的守則。

標準6　服務單位定期計劃，檢討及評估本身的表現，並製定有效的機制，讓服務使用者，職員及其他關注人士就服務單位的表現提出意見。

標準7　服務單位實施政策及程序以確保有效的財政管理。

標準8　服務單位遵守一切有關的法律責任。

標準9　服務單位採取一切合理步驟，以確保職員和服務使用者處身於安全的環境。

原則三：對使用者的服務

標準10　服務單位確保服務使用者獲得清楚明確的資料，知道如何申請接受和退出服務。

標準11　服務單位運用有計劃的方法以評估和滿足服務使用者的需要(不論服務對象是個人、家庭、團體或社區)。

原則四：尊重服務使用者的權利

標準12　服務單位盡量尊重服務使用者知情下作出服務選擇權利。

標準13　服務單位尊重服務使用者的私人財產權利。

標準14　服務單位尊重服務使用者保護私隱和保密的權利。

標準15　每一位服務使用者及職員均有自由申訴其對機構或服務單位的不滿，而無須憂慮受責罰，所提出的申訴亦應得到處理。

標準16　服務單位採取一切合理步驟，確保服務使用者免受侵犯。

香港青少年服務處各服務單位資料

單位	地址	電話	傳真
總辦事處	香港北角百福道21號16樓	2366 7271	2721 3563
綜合家庭服務			
紅磡綜合家庭服務中心	九龍紅磡邨紅暉樓地下	2761 1106	2715 4033
臨床心理服務	九龍紅磡邨紅暉樓地下	2761 1106	2715 4033
長者社區照顧服務			
沙田綜合家居照顧服務中心	新界沙田馬鞍山利安邨利興樓地下G2室	2640 1008	2683 5345
大埔綜合家居照顧服務中心	新界大埔大元邨泰榮樓地下11及12室	2667 7616	2661 9648
關愛基金支援在公立醫院接受治療後離院的長者試驗計劃(新界東)－幸福樹	新界沙田安耀街3號匯達大廈305至306室	3990 1500	3702 1071
兒童之家	於九龍及新界區設立9間兒童之家 九龍啟業邨啟盛樓地下G4室	2750 7913	2755 3137
寄養服務	九龍啟業邨啟盛樓地下G4室	2750 7913	2755 3137
綜合青少年服務中心			
賽馬會大埔綜合青少年服務中心	新界大埔廣福邨廣仁樓220-229室	2653 8514	2638 5370
賽馬會天平綜合青少年服務中心	新界上水天平邨天明樓地下105-113室	2679 7557	2671 2206
賽馬會麗城綜合青少年服務中心	新界荃灣麗城花園第一期第三座平台	2414 8283	2412 3570
賽馬會方樹泉綜合青少年服務中心	九龍紅磡黃埔花園第二期十八座地下及一樓	2356 2133	2334 9963
賽馬會恒安綜合青少年服務中心	新界沙田馬鞍山恒安邨恒安社區中心2-4樓	2642 1555	2643 0476
賽馬會粉嶺綜合青少年服務中心	新界粉嶺聯和墟和滿街9號御庭軒政府大樓2樓	2668 2138	3125 4677
課餘託管服務	於各綜合青少年服務中心均設有課餘託管服務	2660 6572	2660 8254
大元課餘託管服務中心	新界大埔大元邨泰樂樓地下24-26室		
兒童及青少年中心			
成和青少年中心	香港跑馬地桂成里20號誠和閣地下	2572 2311	2572 3115
學校社會工作服務	為全港40所中學提供駐校社工服務 請聯絡總辦事處	2366 7271	2721 3563
地區青少年外展社會工作服務			
大埔地區青少年外展社會工作隊	新界大埔富亨邨亨裕樓地下23-26室	2667 7780	2667 7149
馬鞍山青少年外展社會工作隊	新界沙田馬鞍山恆安邨恆安社區中心2樓	2328 6903	2328 6523
深宵外展服務			
星鳥計劃 - 大埔及北區深宵外展社會工作服務	新界大埔富亨邨亨裕樓地下23-26室	2667 7780	2667 7149
濫用精神藥物者輔導中心			
心弦成長中心	新界荃灣大河道99號99廣場11樓01-03室	2402 1010	2614 2695
到校學前康復服務			
小海星 - 到校學前康復服務	新界葵芳興芳路223號新都會廣場二座辦公大樓12樓1201室	2366 7222	2366 7262
網上青年支援服務			
一微^_^米網上青年支援隊	新界沙田鄉事會路138號新城市中央廣場二座1719室	3615 8331	3020 6224
學前單位社會工作服務			
家愛童行 - 學前單位社會工作服務	九龍尖沙咀漆咸道南23號六字樓	2366 2849	2366 0230

香港青少年服務處
賽馬會天平綜合青少年服務中心

中心開放時間

😀為中心開放時間

時間 \ 星期	一	二	三	四	五	六	日
10:00am-1:00pm	預約服務	/	/	/	/	😀	😀
2:00pm-6:00pm		😀	😀	😀	😀	😀	😀
7:00pm-10:00pm		😀	😀	😀	😀	😀	/

公眾假期中心開放安排（2023年2月-5月）

清明節	2023年4月5日 (星期三)	中心開放 10am — 6pm
耶穌受難節	2023年4月7日 (星期五)	暫停開放
耶穌受難節翌日	2023年4月8日 (星期六)	暫停開放
復活節星期一	2023年4月10日 (星期一)	暫停開放
勞動節	2023年5月1日 (星期一)	暫停開放
佛誕	2023年5月26日 (星期五)	中心開放10am — 6pm



天明樓會址：上水天平邨天明樓地下105-113室
天平商場會址：上水天平邨天平商場2樓203室
電話：2679 7557
傳真：2671 2206
電郵：tnit@hkcys.org.hk
網址：www.hkcys-tnit.org.hk

Like @hkcystnit

交通方法：
巴士：70K、261、270、277E、277P、79K
小巴：55K
港鐵：上水港鐵站D出口(上水廣場方向)乘電梯到地面，轉乘巴士270(天平邨方向循環線)，於天平邨總站下車。