

地址：沙田博康邨博達樓地下20-30號 電話：2647 7337  
 沙田沙角邨雲雀樓地下33號(家庭及青少年服務支援中心) 電話：2647 7335  
 傳真：2646 9406  
 電子郵箱：st@tmssd.org 網址：http://www.ttmssd.org



# 2008年1-3月份季刊



沙角邨雲雀樓辦公室開放時間

星期	一	二	三	四	五	六	日
10:00-13:00							10:00-18:00 全日開放 (午餐時間 繼續開放)
14:00-18:00		✓	✓	✓	✓		✓
19:00-21:30		✓	✓	✓	✓		



博康邨博達樓辦公室開放時間

星期	一	二	三	四	五	六	日
10:00-13:00							✓
14:30-18:30		✓	✓	✓	✓	✓	✓
18:30-21:30		✓	✓	✓	✓	✓	✓

前往本中心辦法：  
 可乘搭巴士：81K, 47X, 87A, 85A, 80X, 89B, 170, 182  
 可乘搭小巴：809A (沙田火車站)  
 可乘搭馬鐵 (沙田圍站)

印刷品—免費派發

印刷數量：3,000本



網址：http://www.ttmssd.org 電話：2647 7337 傳真：2646 9406



# 目錄

主任的話		外間資助活動	21
新職員介紹	1	家長活動系列	
處理程序/投訴的程序	2	家長活動	22-23
中心介紹	3	親子活動	24-26
颱風、暴雨之指引	4	結動剪影	27-28
<b>成人進修學院</b>	5	外間資助活動	29
<b>幼兒活動系列</b>		新來港綜援及低收入家庭服務	30
幼兒活動	6	新露營用品借用服務	30
幼兒興趣班	6-7	臨床心理服務	31
<b>兒童活動系列</b>		中心活動報名須知	32
兒童活動	8-11	會員商舖優惠	32
兒童興趣班	12-13	會員申請細則	33
小學課餘託管服務	14	會員申請表	34
拉比叔叔信箱	15		
<b>青少年活動系列</b>			
青少年活動	16		
中學功課輔導、通天閣	17		
(新界東地域)沙田南區三十旅	18		
義工活動	19-20		

## 主任的話

「一元復始；萬象更新」，新的一年又到了，不知道大家有甚麼大計呢？新一年中心已有一連串的大計，並已為你預備了多采多姿的活動，讓你能夠好好享受餘暇！

首先，中心在本季將增設家長進修學院---「家聚軒」，鼓勵家長多參加中心的小組及活動。此外，我們在新一年將推出更多新鮮及富創意的活動，希望在不久的將來能夠在中心見到你的參與，為中心的新面貌、新活動及新形象作出見證！

中心主任  
謝飛翔

## 社工

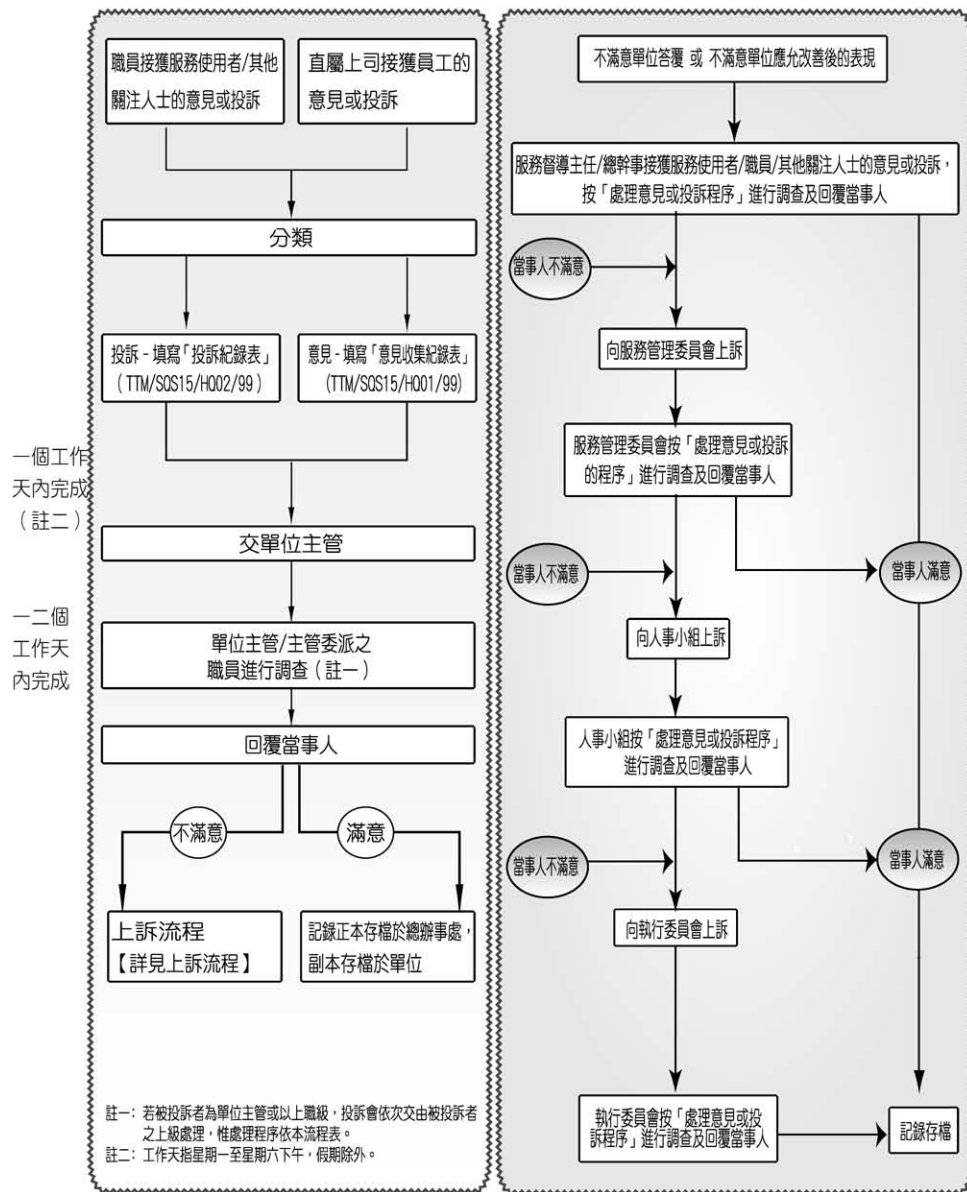


大家好，我是新加入中心的社工，大家可以稱呼我為蔣Sir或Jeff。很高興加入崇真會這個大家庭，希望在將來的日子裡能更認識各位會員，請大家多多指教！

# 處理意見/ 投訴的流程表

## 上訴流程

當事人如不滿意投訴的結果或不滿意單位應允改善後的表現，當事人有權按下列流程，依次向本部的監察架構，以口頭或書面上訴：



## 處理意見/投訴的流程表

## 新職員介紹



家庭及青少年服務支援中心  
(位於沙角邨雲雀樓)



家庭及青少年服務支援中心  
(小學功課輔導小組)



本中心正門  
(位於博康邨博達樓)



歷奇山莊(位於博康邨博達樓)



電腦資源中心 (位於博康邨博達樓)

中心按照服務表現監察制度中服務質素標準9(SOS9)指引，制定有關颱風與暴雨期間中心服務之安排：

A. 颱風安排 ● 中心開放/活動安排 ●

1. 懸掛1號風球	中心照常開放，所有活動照常舉行。
2. 懸掛3號風球	中心照常開放，除中心以內之活動照常舉行外，所有戶外及中心以外之活動均取消或延期舉行。
3. 懸掛8號風球	中心停止開放，所有活動取消或延期舉行。
4. 從8號風球改掛3號風球或以下，或除下所有風球	中心會在風球除下或改掛後兩小時開放，如活動是在風球除下或改掛後兩小時開始，該活動如常舉行；若仍懸掛3號風球，所有戶外及中心以外之活動均取消或延期舉行。

B. 暴雨安排 ● 中心開放/活動安排 ●

1. 黃色暴雨訊號	中心照常開放，所有活動照常舉行。
2. 紅色暴雨訊號	中心照常開放，除中心以內之活動照常舉行外，所有戶外及中心以外之活動均取消或延期舉行。
3. 黑色暴雨訊號	中心停止開放，所有活動取消或延期舉行。
4. 從黑色暴雨訊號改掛紅色或以下，或除下所有暴雨訊號	中心會在暴雨訊號除下或改掛後兩小時開放，如活動是在風球除下或改掛後兩小時開始，該活動如常舉行；若仍懸掛紅色暴雨訊號，所有戶外及中心以外之活動均取消或延期舉行。

備註：1. 使用本中心服務人士，請於颱風、暴雨期間，多留意天氣情況，以決定是否出席中心活動。

2. 因天氣情況而取消之活動，中心將盡量改期，擇日舉行，惟無法舉行的，中心將按可行情況作退款安排。

3. 倘若颱風及暴雨訊號改掛或除下後，中心開放時間少於一小時，中心將不開放。

4. 使用本中心服務人士，若於颱風、暴雨期間，希望了解中心開放及活動情況，歡迎致電 2647 7337 查詢。

## 家長進修學院

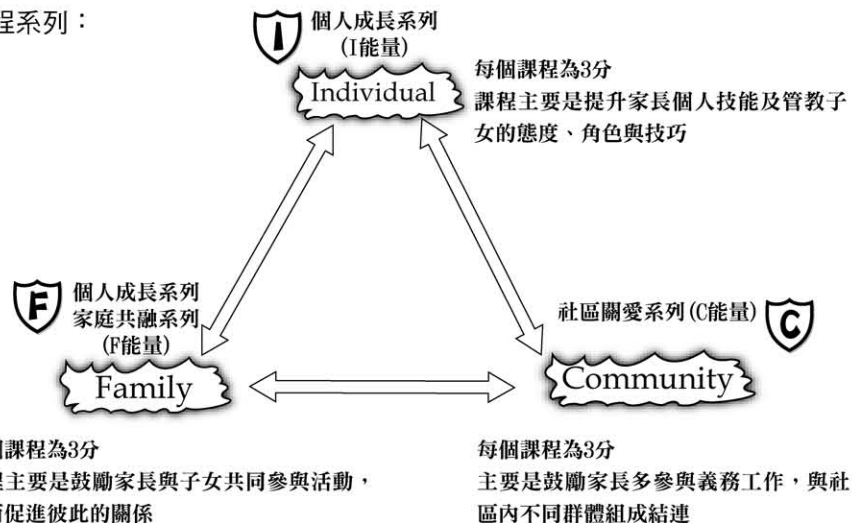
本中心將於2008年1月成立家長進修學院，取名為「家聚軒」，從字面解作，凝聚區內家長在這個小天地中，發揮互助互學的精神，並將學習到的知識廣而傳之。

### 「家聚軒」成立目標：

- 1) 協助家長掌握為人父母的態度、角色與技巧
- 2) 鼓勵家長與子女共同參與活動，從而促進親子關係
- 3) 協助家長建立一個互相支援的網絡，交流與子女相處的經驗及心得

推行期：2008年1月至2008年8月

### 課程系列：



### 學分證書獎勵計劃：

學員須於學期內修讀三個不同系列之課程，參加者出席率達80%或以上，所得的分數才可獲得認可。當學員修畢達不同學分，將獲本中心頒發證書乙張及獎章。

學員所獲頒發之榮譽	修畢之學分
修業證書及獎章	修畢15學分
二級榮譽證書及獎章	修畢24學分
一級榮譽證書及獎章	修畢36學分

**入學資格：**凡成為家庭會員之家長，並於2008年1月至3月報讀其中一項課程，就可成為家長進修學院之學員，學員將獲發一個學籍及學員證一張。必須於學期內修讀三個不同系列之課程，所得的分數才可獲得認受性。

## 我愛廚房

**內容：**幼兒運用一雙小手，親嘗炮製各款小食：吞拿魚焗薯、麵包pizza、多啦A夢班戟，從而培養獨立自主能力及促進團體合作精神。

**地點：**本中心

**日期：**27/2/08-12/3/08  
(逢星期五，共3節)

**時間：**16:00-17:00

**對象：**4-5歲幼兒

**名額：**6人

**收費：**\$30(會員)，\$60(非會員)

**負責人：**梁慧茵姑娘

## 小農夫大攪作 F

**內容：**一個專為幼兒而設的活動。透過故事、農務及參觀當造農作物，讓幼兒可以認識植物的生長過程，藉此培養愛護大自然。

**地點：**粉嶺鶴鵲綠田園

**日期：**15/3/08(星期六)

**時間：**13:00-17:30

**對象：**3-5歲幼兒及其家長1名

**名額：**26

**收費：**\$60(會員)，\$90(非會員)

**負責人：**梁慧茵姑娘

**備註：**包交通，自備糧水

## 興趣班

### 幼兒英文拼音初班

**內容：**透過學習26個字母的讀音，配合活潑有趣的活動及遊戲，以提升學員對英文讀音及默寫能力

**日期：**7/12/07 - 11/1/08

(逢星期五，共6節)

25/1/08 - 14/3/08

(8/2, 15/2除外)

**時間：**15:30-16:30

**地點：**本中心

**對象：**4-6歲兒童

**名額：**10-15人

**收費：**\$100(會員)，\$130(非會員)

**負責人：**葉思敏姑娘

**備註：**1. 由專業導師任教

### 幼兒英文拼音中班

**內容：**藉重溫26個字母的讀音，並教授簡單拼音技巧，配合活潑有趣的活動及遊戲，以提升學員的英語發音及默寫能力

**日期：**7/12/07 - 11/1/08

(逢星期五，共6節)

25/1/08 - 14/3/08

**時間：**(8/2, 15/2除外)

**地點：**16:30-17:30

**對象：**本中心

**名額：**4-6歲兒童

**收費：**10-15人

**負責人：**\$100(會員)，\$130(非會員)

**備註：**葉思敏姑娘

1. 由專業導師任教

# 興趣班

## 幼兒英語及音樂訓練課程

內容：此課程為英國倫敦音樂及媒體學院證書課程，課程是一項純英語會話評核，由英國來港的考官以國際基準來考核學生之英語理解及溝通能力，證書獲國際認可。課程將注重生動活潑和有趣的互動交流，如兒歌、朗誦、多元化遊戲及角色扮演等，從而培育及增強兒童學習及使用英語之興趣

日期：(I) 2/1/08 - 5/3/08  
(6/2, 13/2 除外)  
(II) 12/3/08 - 30/4/08  
(逢星期三，共8節)

時間：16:30-17:30  
地點：本中心  
對象：4-6歲兒童  
名額：10-15人  
收費：\$600(會員)，\$630(非會員)，  
費用已包括所需材料  
負責人：葉思敏姑娘  
備註：1. 由資深導師任教  
2. 完成3期課程後可參加LCM考試

## 幼兒繪畫班

內容：導師以互動方式教授繪畫技巧，以培養兒童專注大力及提昇創意

日期：8/12/07-12/1/08  
(逢星期六，共6節)  
26/1/08-15/3/08(9/2, 26/2除外)

時間：11:00-12:00  
地點：本中心  
對象：4-6歲兒童(須為中心會員)  
名額：10-12人  
收費：\$150(會員)，\$180(非會員)  
負責人：葉思敏姑娘  
備註：1. 費用已包括所需材料  
2. 由專業導師任教

## 幼兒唱歌學英語班

內容：幼兒藉學習唱英文歌，認識不同英文生字，並且培養幼兒學習英語的興趣

日期：8/12/07 - 12/1/08  
(逢星期六，共6節)  
26/1/08-15/3/08(9/2, 16/2除外)

時間：10:00-11:00  
地點：本中心  
對象：4-6歲兒童  
名額：10-15人  
收費：\$100(會員)，\$130(非會員)  
負責人：葉思敏姑娘  
備註：1. 由專業導師任教

## 幼兒書法班

內容：書法可培養幼兒及兒童的專注力，改善日常的學習態度

日期：3/1/08-6/3/08(7/2, 14/2除外)  
(逢星期四，共8節)

時間：16:30-17:30  
地點：本中心  
對象：4-6歲兒童  
名額：10人  
收費：\$160(會員)，\$190(非會員)  
負責人：葉思敏姑娘  
備註：1. 費用已包括所需材料  
2. 由資深書法導師任教



## 衝上雲霄

內容：認識本港航空業運動的發展，可與直升機、飛機一起合照。

地點：香港飛行總會(舊啟德機場)  
日期：29/3/08(星期六)  
時間：09:45-12:30  
對象：小一至小六學生  
名額：26人  
收費：\$30(會員)，\$60(非會員)  
負責人：梁慧茵姑娘  
備註：費用包括車費(自備相機)

## 心勝客Pizza製作日

內容：有冇試過食Pizzahut? Pizza真係好好味，現在有機會試下自己整pizza，有得整有得食，快d來參加!!

日期：17/2/08(星期日)  
時間：09:00-12:00  
集合地點及解散地點：本中心  
收費：\$40(會員)，\$60(非會員)  
對象：6-15歲會員  
名額：26名  
負責人：張淑儀姑娘  
備註：費用已包括材料費及車費。因為會進入廚房參於活動的關係，故為了參加者的安全，必須穿著防滑鞋及長髮請束起。

## 冬日大自然之旅

內容：透過原野烹飪及遠足活動(約2小時)，訓練兒童的毅力和解決問題能力。

日期：27/1/08(星期日)  
時間：09:30 - 17:30  
地點：西貢郊野公園  
對象：小四至小六  
名額：20人  
收費：\$50(會員)，\$72(非會員)  
負責人：賴姑娘  
備註：費用已包括交通費及午餐費。

## 學習多樂趣

內容：讓有學習困難學生透過多感官學習方法，加強對學習的興趣及提昇自尊心及自信心。

地點：本中心  
日期：2/2/08 - 15/3/08  
(逢星期六，共6節)(9/2/08暫停)  
時間：11:00-12:00  
對象：小一至小三，評估有讀寫困難的學生  
名額：6人  
收費：\$30(會員)，\$60(非會員)  
負責人：梁慧茵姑娘  
備註：報名時需出示有關之評估報告

## 兒童生日派對

內容：歡迎1-3/08生日之會員齊齊來慶祝

地點：本中心  
日期：23/3/08(星期日)  
時間：15:00 - 17:00  
收費：\$10(會員)，\$20(非會員)  
對象：6-24歲會員  
名額：30人  
負責人：張淑儀姑娘  
備註：只要你是6-24歲會員，我們都希望與你一齊食蛋糕、玩遊戲!

## 圍棋之友

內容：透過對奕及教授簡單技巧，提升參加者的人際關係技巧。

日期：4/1/08-7/3/08(8/2及15/2 除外)  
(逢星期五，共8節)  
時間：A班17:30-18:30(共8節)  
B班18:30-19:30(共8節)  
地點：本中心  
對象：6-8歲兒童  
名額：10人  
收費：\$45(會員)，\$70(非會員)  
負責人：袁俊豪先生/陳星光先生



## 兒童復活節大派對

內容：復活節小手工製作、大食會、競技遊戲。

日期：15/3/08 (星期六)

時間：15:00 - 16:30

地點：本中心

對象：小一至小三

名額：20人

收費：\$20 (會員)，\$42 (非會員)

負責人：賴姑娘

## 兒童足球精英組(進階班)

內容：1. 教授足球技巧  
2. 透過足球活動提升參加者合作精神

日期：5/1/08 - 29/3/08  
(9/2, 16/2, 22/3除外)  
(逢星期六，共10節)

時間：11:15 - 12:45

地點：博康邨足球場或沙田圍足球場

對象：6至8歲，曾參與本中心足球訓練之兒童

名額：10人

收費：會員 (\$65)，非會員 (\$90)

負責人：袁俊豪先生

## 兒童足球精英組(初班)

內容：1. 教授足球技巧  
2. 透過足球活動提升參加者合作精神

日期：5/1/08 - 29/3/08  
(逢星期六，共8節)  
(9/2, 16/2及22/3除外)

時間：9:30 - 11:00

地點：博康邨足球場或沙田圍足球場

對象：6至8歲初接觸足球運動之兒童

名額：10人

收費：會員 (\$65)，非會員 (\$90)

負責人：袁俊豪先生

備註：1. 此活動不設抽籤，先到先得。  
2. 此活動適合初學者或有意改進足球技術之參加者參與。  
3. 活動可能因應場地及報名人數而有所更改，本中心保留更改或取消活動內容的權利。  
4. 如遇天氣不穩定，而取消課堂，將不另行補堂。  
5. 各學員上課時請自備飲用水，及穿著運動服裝、膠鞋。  
6. 此活動由註冊足球教練任教。

## 寫我心情

內容：透過訓練兒童對環境之觀察力，提升兒童的對寫作之興趣及技巧。

日期：17/1/08-28/2/08  
(7/2為假期) (逢星期四)

時間：17:00 - 18:00 (共6節)

地點：本中心及沙田新城市廣場附近

對象：8 - 12歲兒童 (對寫作需有基本的認識)

名額：8人

收費：\$30 (會員)，\$52 (非會員)

負責人：聶嘉詠姑娘

備註：自備原稿紙和文具  
優秀作品可張貼於中心內

## 英文，無難度(1)

內容：利用英語遊戲、故事，提升兒童對英語的興趣  
如果你對英文沒有興趣，甚至覺得煩厭，不妨參與這個小組，可能會讓你對英文改觀的。

日期：5/1/08-1/3/08  
(9/2為假期) (逢星期六)

時間：11:00-12:00 (共8節)

地點：本中心

對象：就讀小二至小三之兒童，已報讀英文無難度(1)之學員將獲優先考慮

名額：10人

收費：會員 (\$40)，非會員 (\$62)

負責人：聶嘉詠姑娘

## 義戲團—復活節第一擊!

內容：發揮兒童之戲劇潛能  
八節戲劇及義工訓練，需於社區內不同服務單位進行表演。

日期：12/1/08-23/2/08  
(9/2為假期) (逢星期六)

時間：16:30-18:00 (共6節)

地點：本中心/沙角中心

對象：6-12歲兒童 (歡迎對戲劇有興趣的朋友參加)

名額：10人

收費：\$30 (會員)，\$57 (非會員)

負責人：聶嘉詠姑娘

備註：凡出席者達80%或以上，可獲得證書一張，若時間未能配合，會再作安排，若有興趣參加者，可預先留名

## 時事糖水聚

內容：在非常流行通識教育，兒童對社區內的新聞時事，必須有基本的認識掌握，以便早日建立個人的價值觀。小朋友一邊吃糖水，一邊表達對時事新聞之意見，既自然又自在，快來加入小議員的行列。

日期：13/3/08-3/4/08 (逢星期四)

時間：17:00-18:00 (共4節)

地點：本中心美味園

名額：10人

收費：\$5 (每次/會員)、\$10 (每次/非會員)

對象：6-12歲兒童

負責人：聶嘉詠姑娘

備註：精彩語錄將張貼在大堂的壁報版上

## 新春獻禮2008

內容：讓兒童認識春節之傳統文化，內容包括：問答比賽、故事演講、製作揮春、賀年食品、賀年掛飾等

日期：1/2/08 (星期五)

時間：17:00-18:30

地點：本中心

對象：6-12歲兒童

名額：10-12人 (每次)

收費：\$10 (會員)、\$32 (非會員)

負責人：聶嘉詠姑娘

## 煉金術之兒童系列(春節版)

內容：春節是小朋友得到利是錢的一個節日，何不透過這個節日，讓兒童學習理財之道呢?

日期：19/1/08-1/3/08  
(9/2為假期) (逢星期六)

時間：15:00-16:00 (共六節)

地點：本中心

對象：6-12歲兒童

名額：8-10人

收費：\$30 (會員)、\$52 (非會員)

負責人：聶嘉詠姑娘



## 日本文化初體驗

內容：讓兒童認識日本文化  
基本日語、禮貌文化、傳統食品等

日期：16/3/08 (星期日)

時間：15:00-16:30

地點：本中心

對象：6-12歲有興趣接觸日本文化的兒童會員

名額：30人

收費：\$5 (會員)，\$10 (非會員)

負責人：聶嘉詠姑娘

備註：由曾經到日本大阪留學之香港中文大學日本文化研究學系畢業生講師

## 英文智多FUN

內容：利用英語遊戲，提升兒童對英語的興趣

日期：2/2/08 - 29/3/08  
(9/2, 8/3及22/3為假期)  
(逢星期六)

時間：10:00-11:00 (共6節)

地點：本中心

對象：小二至小三之兒童 (從未接觸以遊戲學習英語的小朋友)

名額：8-10人

收費：\$30 (會員)、\$52 (非會員)

負責人：聶嘉詠姑娘

## 兒童普通話拼音班

內容：藉教授普通話的拼音，配以活潑有趣的活動和遊戲，從而提升學員對普通話的讀音及默寫能力

日期：29/12/07-23/2/08  
(9/2 除外) (逢星期六，共8節)

時間：14:00-15:00

地點：本中心

對象：6-12歲兒童

名額：10-15人

收費：\$200 (會員)，\$230 (非會員)

負責人：葉思敏姑娘

備註：1. 由資深及專業導師任教 (普通話水平試達一級乙等)

## 興趣班

### 英文綜合訓練課程

內容：藉提供全面英語訓練 (閱讀理解、英文會話、文法及寫作)，以增強自信心，提高英語能力

日期：29/12/07 - 23/2/08  
(9/2除外) (逢星期六，共8節)

地點：本中心

年級	時間	堂數	名額	收費
小一至小二	10:00-11:00	8	6-8人	\$200
小三至小四	11:00-12:00	8	6-8人	\$200
小五至小六	12:00-13:00	8	6-8人	\$200

負責人：葉思敏姑娘  
備註：由資深導師任教 (達學位或以上學歷程度)

### 國畫班

內容：透過互動式教學，藉以建立正確的水彩繪畫技巧與概念，提升兒童的創意

日期：29/12/07 - 23/2/08  
(9/2除外) (逢星期六，共8節)

時間：13:00-14:00

地點：本中心

對象：6-12歲兒童

名額：10人

收費：\$250 (會員)，\$280 (非會員)

負責人：葉思敏姑娘

備註：費用已包括所需材料

### 兒童珠心算班

內容：學童經由打算盤，由珠算導入心算，再由有形到無形這些過程中，使兒童視覺、聽覺及觸角完全協調一致，達至手腦並用，促進全腦發展

日期：15/12/07 - 23/2/08  
(9/2除外) (逢星期六，共10節)

時間：兒童珠心算 (I) 13:00-14:00  
兒童珠心算 (II) 14:00-15:00

地點：本中心

對象：5-8歲兒童

名額：5-10人

收費：\$450 (會員)，\$480 (非會員)，費用已包括材料

負責人：葉思敏姑娘

備註：1. 由專業珠心算導師任教  
2. 完成三期課程可考11-13級珠心算能力證書 (珠算及心算考試費用各\$110，3-6月才會有考試)

### 翩翩起舞

內容：透過舞蹈 (爵士舞或現代舞)，加強兒童的節奏感及成就感

日期：5/1/08-1/3/08  
(9/2除外) (逢星期六，共8節)

時間：13:00-14:00

地點：本中心

對象：6-12歲兒童

名額：10-15人

收費：\$200 (會員)，\$230 (非會員)

負責人：葉思敏姑娘

## 我手寫我心 (初體驗)

內容：透過製作網上日誌，讓兒童學習舒緩情緒

9/3/08 (日)	速成輸入法II
23/3/08 (日)	開設戶口 (網誌)、互聯網使用
30/3/08 (日)	製作網上日誌
6/4/08 (日)	製作網上日誌
13/4/08 (日)	簡單拍攝技巧
20/4/08 (日)	簡單拍攝技巧

日期：9/3/08 - 13/4/08 (逢星期日)  
(16/3暫停一次)

時間：15:00-16:00 (共6節)

地點：本中心電腦資源中心

對象：8-12歲兒童 (對互聯網有基本認識)

名額：8人

收費：\$30 (會員)、\$52 (非會員)

負責人：聶嘉詠姑娘

## 我手寫我心 (延續篇)

內容：學習發掘身邊的人和事作為寫作素材，真正利用網上日誌做到我手寫我心

日期：5/1/08-1/3/08 (逢星期六) (9/2為假期)

時間：12:30-13:30 (共8節)

地點：本中心電腦資源中心

對象：8-12歲兒童

名額：8-10人

費用：\$40 (會員)、\$62 (非會員)

負責人：聶嘉詠姑娘

備註：歡迎已有網上日誌戶口之兒童會員參加



# 興趣班

## 跆拳道

**內容：**跆拳道是韓國的國術，課程學習自由搏擊、自衛術、體能鍛鍊等，表現良好可考升級試

**地點：**博康社區會堂/本中心

**時間：**18:30-20:00

**日期：**逢星期三

**對象：**6歲或以上的社區人士(須為中心會員)

**名額：**20人

**收費：**每月\$160(學費須於每月第一個上課日前繳交學費)

## 鋼琴班

**內容：**1. 由經驗導師教授鋼琴，內容包括基本樂理知識、音階、視奏、聽力訓練  
2. 安排報考英國皇家音樂學院考試本中心

**地點：**逢星期五至星期日

**日期：**可向負責職員查詢及商討

**時間：**5歲或以上的社區人士(須為中心會員)

**對象：**按學員級數而定(見表)

**收費：**葉思敏姑娘

**負責人：**練琴服務

1. 時間為逢星期二至四及星期六晚 18:45-21:15
2. 每張練習卡八十元，可用8次，每次練習半小時

級別	初	I	II	III	IV	V	VI	VII
30分鐘	\$70	\$75	\$80	\$85	\$90	\$95	\$105	\$115
45分鐘	\$105	\$112.5	\$120	\$127.5	\$135	\$142.5	\$157.5	\$172.5
60分鐘	\$140	\$150	\$150	\$160	\$180	\$190	\$210	\$230

## 戲劇探索兵團

**內容：**藉教授話劇基本技巧，包括觀察力訓練、想像力訓練、集中力訓練、交流訓練等，讓學員藉參與演技的訓練，以提升他們的創意能力及表達能力

**日期：**29/12/07 - 23/2/08(9/2除外)  
(逢星期六，共8節)

**時間：**12:00-13:00

**地點：**本中心

**對象：**6-12歲兒童(須為中心會員)

**名額：**10-15人

**收費：**\$200(會員)，\$230(非會員)

**負責人：**葉思敏姑娘

## 多元智能乒乓球班

**內容：**教授兒童乒乓球技巧，亦提升他們的反應及平衡能力

**日期：**8/12/07-19/1/08(15/12/07除外)  
(逢星期六，共6節)  
26/1/08-8/3/08

**時間：**A班 14:30-15:30  
B班 15:30-16:30

**地點：**本中心

**對象：**6-10歲兒童

**名額：**5人

**收費：**\$30(會員)，\$60(非會員)

**負責人：**葉思敏姑娘

## 素描班

**內容：**教授兒童素描技巧，培養兒童的專注力

**日期：**8/12/07-26/1/08(逢星期六，共8節)  
2/2/08-5/4/08(9/2, 22/3除外)

**時間：**12:00-13:00

**地點：**本中心

**對象：**6-12歲兒童

**名額：**10人

**費用：**\$200(會員)，\$230(非會員)

**負責人：**葉思敏姑娘

**備註：**材料如畫簿、素描筆自備

## 兒童中國舞班

**內容：**透過學習中國舞基本技巧，如扶把練習、腰腿練習、手位及腳位的變化以及簡單的組合練習，以提升兒童「手、眼、身、法、步」的配合和運用

**日期：**5/1/08 - 1/3/08  
(逢星期六，共8節)

**時間：**12:00-13:00

**地點：**本中心

**對象：**6-12歲兒童

**名額：**10-15人

**費用：**\$250(會員)，\$280(非會員)

**負責人：**葉思敏姑娘

**備註：**1. 由專業導師任教  
2. 衣著輕便並需自備跳舞鞋

# 小學課餘託管服務

**內容：**

1. 以課餘託管作為接觸家庭的渠道。主動了解家庭的需要，提供支援或協助。
2. 透過不同的形式滿足孩子在成長階段的需要，如：群體生活、人際關係和學習技巧等。
3. 在群體生活中，透過鼓勵和彼此觀察、學習等，培養孩子的正面行為和觀念。
4. 提供適當的照顧，減少孩子因缺乏照顧而留連街外或獨留家中發生危險。

**時間：**15:00-18:30(逢星期一至五)

**地點：**本中心

**對象：**全日制之小學生

**內容：**小組功課指導、茶點安排、主題週會、獎勵計劃、家長會、個案輔導

**收費：**每月\$750

**申請方法：**填妥申請表交回本中心，負責社工將安排約見。

**負責人：**梁慧茵姑娘/葉思敏姑娘

## 功課輔導小組收費表

本小組成立的目的是為了協助孩子處理功課上的問題，讓兒童面對學習時更有信心。

**對象：**小一至小六學生

詳情如下：

對象	堂數	收費	綜援收費	名額	班數、時間及地點
小一至小三	每星期4節 (逢二至五)	\$350	\$245	7人	A組)本中心(18:30-20:30) B、C組)家庭及青少年服務支援中心 地點：沙角村雲雀樓地下33號 (16:15-18:15)
小四至小六	每星期4節 (逢二至五)	\$400	\$280	7人	

備註：

- 1) 領取綜援的家庭，學費可獲七折優惠。
- 2) 各參加者需預先留名，視乎名額空缺情況而決定是否取錄。

負責人：聶嘉詠姑娘/葉思敏姑娘



## 拉比叔叔信箱——信是孩子的心

拉比叔叔關心每一位小朋友，所以無論你喜（開心）或愁（不开心），拉比叔叔也樂意聆聽你的心底話。（拉比叔叔信箱）正是讓你抒發感受的園地，拉比叔叔就在這裡等候你的信件，而且會在收信後兩星期內回信給你的。書信內容及個人資料，絕對保密！



繪畫者：王悅心

## 個人資料：

姓名 \_\_\_\_\_ 年齡 \_\_\_\_\_ 性別 \_\_\_\_\_ 年級 \_\_\_\_\_

## 希望回信方式：

- 寄回給我——地址：\_\_\_\_\_
- 親自到中心領取（聯絡電話：\_\_\_\_\_）

## 展翅計劃

勞工處『展翅計劃』是為待業之15-19歲青少年提供職前培訓，本中心將於1月08年舉辦電腦培訓課程，詳情可參與下表，或致電本中心 2647 7337 查詢

## 展翅計劃(單元三) 電腦

## 進階課程 (20062CB080)

內容：倉頡及速成輸入法，Word、Excel、Power Point等應用，互聯網及病毒認識等。

日期：7/1/08-18/1/08(星期一至五，共10節)

時間：9:30 - 18:30

地點：本中心

對象：展翅學員（必須完成展翅單元二課程）

名額：20人

收費：全免

負責人：

備註：課程為學員備考HKITSAC（進階綜合試）

## 流行Pop Jazz舞班

內容：本課程旨在為青少年提供全面有系統的Pop Jazz舞培訓，透過基本的技巧、訓練、舞步、排練等學習，加強肌肉及關節的動力及靈活性。

日期：11/1/08 - 7/3/08

(8/2除外) (逢星期五，共8節)

時間：19:00-21:00

地點：本中心

對象：14-20歲青少年

名額：10-15人

收費：\$200(會員)，\$230(非會員)

負責人：葉思敏姑娘

## 日文話咁易

內容：透過教授日語之字母基本發音，日常簡單應對會話，讓學員掌握基本日文知識，從而讓他們認識及了解日本文化，擴闊他們的視野

日期：12/1/08-15/3/08

(9/2除外) (逢星期六，共8節)

時間：19:00-20:30

地點：本中心

對象：13-20歲青少年

名額：10-15人

收費：\$250(會員)，\$280(非會員)

負責人：葉思敏姑娘

備註：1. 由專業導師任教

## 型格足球組A組/型格足球組B組

內容：教授足球技巧及組織足球隊，透過

足球活動提升參加者合作精神

地點：沙田圍足球場或博康邨足球場

日期：8/1/08-25/3/08逢星期二(共12節)

編號	時間	對象	各額	收費	負責人
A組	19:00-20:00	12-16歲	10人	會員：\$15	袁俊豪先生
B組	20:00-21:00			非會員：\$40	

1. 此活動須經過面試甄選。
2. 活動開始前一星期內，未獲通知者，均列入後補名單內。
3. 各學員上課時請穿著運動服裝及膠鞋。
4. 活動可能因應場地及報名人數而有所更改，本中心保留更改或取消活動內容的權利。
5. 如遇天氣不穩定，而取消課堂，將不另行補堂。
6. 此活動由註冊足球教練帶領。

## 少年急救證書課程

內容：學習急救理論、包紮、心肺復甦法，完成課程將會參加由聖約翰救傷隊舉辦之考試

日期：9/1/08-26/3/08 (6/2, 13/2除外)

(逢星期三，共10節)

時間：18:30-21:30

地點：本中心

對象：13-25歲青少年

名額：20人

收費：\$270(會員)，\$300(非會員)

負責人：葉思敏姑娘

備註：1. 急救手冊本\$80，急救包\$38

2. 學員必須出席率不少於80%方可參加考試

## 木結他班

內容：透過學習彈結他技巧，讓學員對結他有所認識及掌握結他的演奏方法，從而提升學員音樂節奏感

日期：10/1/08 - 13/3/08

(7/2, 14/2除外) (逢星期四，共8節)

時間：19:00-20:30

地點：本中心

對象：13-20歲青少年

名額：10人

收費：\$200(會員)，\$230(非會員)

負責人：葉思敏姑娘

備註：1. 由專業導師任教

2. 學員需自備結他

## 中學功課輔導

課程名稱	日期(星期)	時間	地點	對象	費用	名額	課程內容	負責人
初中功課輔導班	10/07 - 6/08 (逢星期二、四)	19:00-20:30	本中心	中一 到 中三	會員(\$300) 非會員(\$350)	10人	協助學生處理功課和學習上的問題，讓學生面對學業時更有信心。	葉姑娘
會考功課輔導班	10/07 - 6/08 (逢星期三、五)			中四至 中五學生	會員(\$400) 非會員(\$430)			

## 通天閣

### 午間通天聚

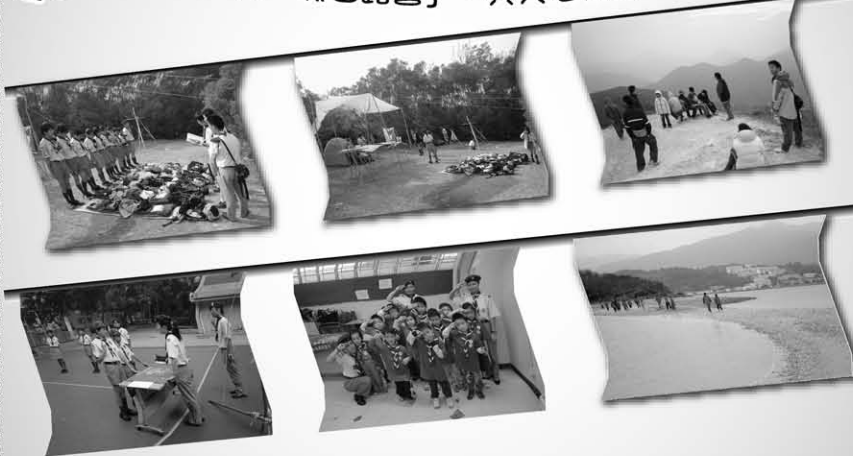
內容：	如果你在附近中學就讀，而午飯時間又無著落。不妨到通天閣玩下啦！通天閣提供多元化的活動，絕對是你午膳時間聚腳的好地方。
活動包括：	啤牌鬥一番、棋類遊戲、扭扭樂對碰、休閒及潮流雜誌欣賞等等。還有每月各式主題活動，如：K歌王之再現、至潮電影觀賞、PS2大挑戰、羽毛球/乒乓球對決等。
時間：	通天閣午間開放時間(12:30-13:30)
日期：	逢星期二及四(由即日起，學校及公眾假期除外)
地點：	通天閣
對象：	中學生
名額：	20人
收費：	全免
負責人：	張sir/豪sir

中學功課輔導·通天閣

## 香港童軍(新界東地區)沙田南區三十旅

### 沙田南區三十旅花絮

三十旅是中心最活躍的組織之一，各團除有穩定的恆常集會外，亦經常安排各項訓練、康樂活動及服務。童軍團及深資童軍團藉假日舉辦了「露營訓練活動」，並進行追蹤符號及遠足活動。此外更有成員參加「聯合露營」，與其他旅團一同經歷小島旅程。



### 招募新團員及領袖

	集會時間
童軍(11-13歲)	逢星期六下午14:30-17:30
童軍領袖(18歲以上青年)	按所屬團需要而定

訓練自己，服務他人，參加童軍活動，三十旅將成為你的首選！

沙田南區三十旅花絮

# 義工網上行

## 義工網絡計劃

大家想過有充實又有意義的生活嗎？可以參與本中心的義工服務，幫助社會上有需要的人，並且擴闊視野、增強自我價值及溝通技巧。想加入成為本中心義工，你只需填寫義工登記表，並出席義工迎新日，便可參與中心為你安排的義工服務和活動！（如有查詢可致電中心與張姑娘聯絡。）

### 做義工的好處？

#### 社會層面

- 社區內有需要人士得到關心和照顧
- 營造社區互助互愛的精神
- 促進社會和諧

#### 個人層面

- 培養良好的責任感
- 提升自尊感，覺得自己有價值
- 培養服務社區和關心他人的精神
- 善用餘暇，充實自己
- 擴闊社交圈子及網絡
- 擴闊視野，增廣見聞
- 培養健康的生活，積極人生

義工嘉許和獎勵：1/9/06-31/8/07 一年內完成以下時數

- 10小時以上 義工証書
- 30小時以上 義工嘉許証書及十二生肖紀念襟章
- 50小時以上 卓越義工嘉許証書及十二生肖紀念襟章

\* 傑出義工 傑出義工嘉許狀、十二生肖紀念襟章及中心75折優惠咭(必須由職員或組員推薦)

義工頒獎禮：於每年8月尾，頒發中心義工獎項及社署義工獎項

義工口號  
獻出愛心 協助他人  
唯有義工網上行

(※ 有興趣協助下列活動，請填妥後交回中心)

義工姓名：\_\_\_\_\_ 義工年齡：\_\_\_\_\_ 聯絡電話：\_\_\_\_\_

中心義工服務 / 活動	日期	時間	義工對象	服務內容/備註	請✓下你可協助的活動
萬國宣道會恆安浸信會幼兒學校	26/1/08	07:00-12:00	14歲或以上	賣旗活動	
大澳水鄉情	20/1/08	09:00-16:00	18歲或以上	帶領活動	
吃喝玩樂在香港	27/1/08	10:00-17:00	18歲或以上	帶領活動	
南丫島漁夫文化生態游	24/02/08	10:00-17:00	18歲或以上	帶領活動	
「健康便當DIY」	29/2/08	15:00-17:00	18歲或以上	帶領活動	
兩代甜絲絲	15/03/08	09:30-11:00	18歲或以上	帶領活動	
兒童生日派對	23/03/08	15:00-17:00	18歲或以上	帶領活動	
我和濕地公園有個約會	16/03/08	09:30-16:00	18歲或以上	帶領活動	
親子小樂園	18/2/08-24/03/08	15:00-16:00	18歲或以上	帶領活動	

## 「舞動全城」義工關懷小組 及 「關愛無界限」之義工訓練

內容：透過中國舞蹈，加強家長國民教育意識，定向社區人士展示  
 時間：09:30-10:30  
 地點：本中心  
 日期：6/12/07-28/2/08 (逢星期四，共12節)  
 探訪期：兩次探訪 (日期待定)  
 對象：家長義工  
 名額：12人  
 收費：\$50 (會員)，\$70 (非會員)  
 負責人：張淑儀姑娘

內容：參觀弱智人士宿舍、學習服務弱智人士的技巧，一同策劃活動給那些人士。  
 地點：本中心/弱智人士宿舍  
 實習及探訪地點：待定  
 時間：14:00 - 17:00  
 日期：19/1, 26/1及2/2 (簡介及訓練) 16/2 (探訪)  
 對象：中心有效義工  
 名額：8-10人  
 收費：免費  
 負責人：張淑儀姑娘

### 喜氣洋洋賀新禧

內容：鼓勵義工製作賀年食品，例如：年糕等，將愛心美食送給區內有需要的弱勢社群  
 日期：1/2/08 (製作) 2/2/08 (探訪)  
 時間：14:00-17:00 (製作) 10:00-12:00 (探訪)  
 地點：本中心  
 探訪地點：待定  
 對象：中心有效義工  
 名額：30人  
 收費：免費  
 負責人：張淑儀姑娘

### 伴你同行 ~ 失明人士服務計劃

內容：協助失明人士進行遠足郊遊活動  
 日期/地點：13/1/08 (星期日) 大帽山遠足研習徑  
 20/1/08 (星期日) 香港仔水塘  
 24/2/08 (星期日) 新春行大運  
 9/3/08 (星期日) 馬灣  
 時間：上午至中午 (半日)  
 對象：18歲或以上  
 名額：8 - 10人  
 收費：會員 (免費)，參加者必須成為中心會員  
 負責人：賴姑娘  
 備註：須出席2次訓練，包括：領路技巧訓練、認識失明人士的特性和需要等。

### 年桔回收顯關懷

內容：鼓勵屋苑愛心義工隊及街坊收集年桔用作醃制咸柑桔，並轉贈屋苑的長者、有需要的家庭、區內志願服務機構及長者中心等。  
 回收日期：23/2/08 (星期六)  
 探訪日期：1/3/08 (星期六)  
 探訪地點：待定  
 地點：本中心  
 費用：免費  
 負責人：張淑儀姑娘



## 「數碼兩代情」活動簡介

數碼共融基金  
Digital Solidarity Fund 贊助

本中心第二年獲數碼共融基金撥款約十五萬元，舉辦名為「數碼兩代情」之計劃。我們希望招募沙田區內五十個家庭，除了參與親子電腦課程，還需利用不同的數碼產品，學習拍攝及剪輯家庭生活短片、撰寫網上日誌，合力製作一個名為「數碼兩代情.com」網站，協助參加者將虛擬網絡世界與現實生活作出結連，破解組員對網絡世界的迷思。

另外，我們將組成一支數碼外展義工隊於區內定期進行街展，利用手提電腦宣傳「數碼兩代情.COM」，鼓勵家長義工實踐所學，延續助人自助的精神，更重要的是將數碼共融及和諧家庭的訊息帶到社區，進一步帶出「使用電腦；無分你我」的訊息。

## 「數碼兩代情」親子電腦課程

內容：鼓勵家長與子女間發揮互助互學的精神，促進彼此間的溝通。課程包括：文書處理、中文輸入法、製作網上日誌、投影片、數碼產品之應用

日期：16/2/08-3/5/08 (逢星期六)

時間：16:00-17:30

地點：本中心電腦資源中心

對象：親子(親子二人對電腦有基本的認識)

名額：10對

費用：\$30 (每對親子)

負責人：聶嘉詠姑娘

鳴謝：數碼共融基金贊助



## 「有腦情真」電腦課程(初階)

內容：鼓勵家長投入數碼世界，學習不同的電腦技巧。課程包括：基本電腦知識、互聯網應用、中文輸入法、文書處理、開設電子郵箱

日期：7/1/08-28/1/08

(逢星期一、三、五)

3/1/08-5/2/08

(逢星期二、四)

時間：09:00-10:30

10:30-12:00

地點：本中心電腦資源中心

對象：沙田區內家長(低收入人士及綜援家長優先)

名額：15-20人(每班)

收費：\$30

負責人：聶嘉詠姑娘

數碼共融基金贊助

## 「有腦情真」電腦課程(進階)

內容：透過學習及利用數碼媒體，增加與子女的溝通話題。課程包括：MSN、網上日誌、電子相簿、網上休閒小遊戲、數碼產品之應用

日期：7/1/08-28/1/08，

18/2/08-10/3/08

(逢星期一、三、五)

19/2/08-20/3/08 (逢星期二、四)

時間：10:30-12:00

地點：本中心電腦資源中心

對象：沙田區內家長(對初階課程內容已有基本的掌握及認識/已參與初階之學員可優先報讀)

名額：15-20人(每班)

收費：\$30

負責人：聶嘉詠姑娘

鳴謝：數碼共融基金贊助

## 齊講齊學普通話

內容：透過學習初級普通話從而擴闊社交圈子

地點：本中心

日期：21/1/08-15/4/08 (星期一，共12節)

時間：09:30-10:30

收費：\$60(會員)，\$80(非會員)

對象：家長

名額：12人

負責人：張淑儀姑娘

備註：單親，綜援及入港不足三年新內港人士家長優先

## 齊齊學瑜珈

內容：藉著瑜珈強化肌肉，改善不良姿勢，並透過呼吸方法使身體放鬆，從而舒緩緊張情緒。

地點：本中心

日期：21/1/08-17/3/08

(逢星期一，共8節)

(11/2/2008暫停)

時間：10:00-11:30

對象：單親家長

名額：10人

收費：\$10(會員)，\$40(非會員)

負責人：梁慧茵姑娘

## 成人英文延修班(小二至小四課程)

內容：提升新來港人士的英文能力及認識，學習日常英文用語及會話

日期：12/12/07-20/2/08

(26/12, 6/2, 13/2除外)

(逢星期三，共8節)

27/2/08-16/4/08

時間：09:30-11:00

地點：本中心

對象：來港人士不足三年的家長或區內婦女

名額：15人

收費：\$120(會員)，\$150(非會員)

負責人：葉思敏姑娘

備註：1. 參加者需要具備英語中級程度  
2. 費用已包括課本

## 穴位按摩療法

內容：你是否常常腰酸背痛、頸梗膊痛？透過講座，物理治療師讓你認識人體的經絡分佈及按摩手法，以舒緩各種痛症帶來的不適。

日期：5/3/2008 (星期三)

時間：13:15-14:30

地點：本中心

對象：家長

名額：30

收費：\$5(會員)，\$15(非會員)

負責人：梁慧茵姑娘

## 成人英文拼音進階班 ① 成人英文初班(小一至小二課程) ①

內容：進階英語拼音技巧訓練  
日期：14/12/07 - 18/1/08  
(逢星期五，共6節)  
25/1/08-14/3/08 (8/2, 15/2除外)  
時間：9:30-10:30  
地點：本中心  
對象：來港人士不足三年的家長或區內婦女  
名額：15人  
收費：\$80(會員)，\$110(非會員)  
負責人：葉思敏姑娘  
備註：參加者需要具備英文拼音中級程度

內容：提升新來港人士的英文能力，主要學習日常英文用語及會話  
日期：11/12/07-19/2/08(逢星期二，共8節)  
26/2/08-15/4/08  
時間：09:30-11:00  
地點：本中心  
對象：來港人士不足三年的家長或區內婦女  
名額：10-15人  
收費：\$120(會員)，\$150(非會員)  
負責人：葉思敏姑娘  
備註：1. 本課程需購買一本\$50以下的課本  
2. 費用已包括課本

## 婦女瑜珈班 ①

內容：舒展筋骨，抒緩生活壓力，使身心完全更新  
日期：19/2/08 - 8/4/08 (25/3除外)  
(逢星期二，共8節)  
時間：10:00-11:30  
地點：本中心  
對象：區內婦女  
名額：10人  
收費：\$150(會員)，\$180(非會員)  
負責人：葉思敏姑娘  
備註：1. 由專業導師任教

## 培養孩子的正面情緒四步曲 ①

內容：了解孩子的成長需要；認識正面表達情緒如何提升親子關係；學習引導幼兒舒發情緒的四個步驟。  
地點：本中心  
時間：10:30 - 11:30  
日期：17/1/08(星期四)  
對象：育有3 - 6歲兒童的家長  
名額：30人  
收費：\$10(會員)，\$35(非會員)  
負責人：雷振輝先生

## 訓練孩子的自主與自立 ①

內容：如何增強孩子的安全感、能力感和責任感從而訓練孩子的自主與自立。  
地點：本中心  
時間：10:30 - 11:30  
日期：31/1/08(星期四)  
對象：育有3-6歲兒童的家長  
名額：30人  
收費：\$10(會員)，\$35(非會員)  
負責人：雷振輝先生

## 家長學堂工作坊 ①

內容：以輕鬆午間茶聚形式教授「有效管教技巧」；家長們互助分享育兒心得  
● 增強孩子的恰當行為 21/2/08  
● 處理孩子的不當行為 28/2/08  
● 親子溝通技巧 6/3/08  
● 壓力處理 13/3/08  
地點：本中心  
時間：10:30 - 11:30  
日期：21/2/08 - 13/3/08  
(逢星期四，共4節)  
對象：育有3-6歲兒童的家長  
名額：6-12人  
收費：\$15(會員)，\$40(非會員)  
負責人：雷振輝先生

## 大澳水鄉情 ①

內容：加強親子關係，認識水鄉文化，並享受一頓鄉村風味午餐  
地點：大嶼山，大澳  
日期：20/1/08(星期日)  
時間：09:00-16:00  
收費：每位\$100(會員)，每位\$130(非會員)  
對象：家庭  
名額：26人  
負責人：張淑儀姑娘  
費用包括：午膳及車費

## 南丫島漁夫生態游 ①

內容：透過參觀南丫島漁民文化村，了解從前的漁民生活，擴闊家庭的生活視野提升兒童的生活視野。  
地點：本中心  
日期：24/02/08(星期日)  
時間：10:00-17:00  
收費：\$110(會員)，\$130(非會員)  
對象：家庭  
名額：26人  
負責人：張淑儀姑娘  
備註：費用包括：船費、車費、午膳

## 我和濕地公園有個約會 ①

內容：通過參觀濕地公園，認識環保教育及當地文化，並到流浮山享受午餐  
地點：濕地公園及流浮山  
日期：16/3/08(星期日)  
時間：09:00-16:00  
收費：\$110(會員)，\$130(非會員)  
對象：家庭  
名額：26人  
負責人：張淑儀姑娘  
備註：費用包括：午膳、車費及入場費

## 吃喝玩樂在香港 ①

內容：讓參加者認識香港的歷史文化，從而增強他們對香港認識及歸屬感，並於香港區餐廳或酒店享用下午茶自助餐  
日期：27/1/08(星期日)  
時間：10:00-17:00  
地點：孫中山紀念館，香港醫療博物館及香港區餐廳或酒店  
對象：家庭  
名額：26人  
收費：\$100(會員)，\$130(非會員)  
負責人：張淑儀及葉思敏姑娘  
備註：1. 費用已包括車費及自助餐(下午茶)  
2. 活動當日請自備飲料乾糧及衣著輕便

### 服務內容：

1. 個人成長 (情緒、學業、就業、經濟)
2. 婚姻關係
3. 親子關係
4. 轉介及評估

### 申請方法：

1. 可電話預約本中心社工2647 7337
2. 親臨中心，與當值社工查詢有關服務詳情。

### 目的：

1. 協助兒童、青少年及家長，處理他們在生活環境及成長過程中面對的困難。
2. 促進他們認識自我、接納自己、增強自信、發展潛能、積極面對人生。

備注：服務可能按需要而收費

## ◎專業輔導服務◎

個人成長  
婚姻關係  
親子關係  
轉介及評估

## 親子小樂園

透過不同形式的遊戲，引導幼兒循序漸進地掌握學習模式，為幼兒作準備及開啟幼兒情緒及社交發展的基石。

- 內容：1. 故事分享 (聆聽力/專注力訓練)  
2. 集體遊戲/群體遊戲 (社交/耐性訓練)  
3. 茶點分享 (社交/常規訓練)  
4. 親子製作 (視覺空間/智能訓練)  
5. 電影欣賞 (視覺空間)  
6. 環保製作 (感官訓練/智能訓練)

本中心

時間：15:00 - 16:00

日期：18/2/08-24/03/08

(逢星期一，共6節)

對象：4-6歲及一名照顧者

名額：5對親子

收費：\$30(會員)，\$60(非會員)

負責人：張淑儀姑娘



## 益力多知多

內容：認識益力多的製作過程，可近距離接觸益力多的製作過程！

地點：大埔工業村益力多廠

日期：26/1/08(星期六)

時間：09:30-11:30

對象：4歲以上兒童及其家長

收費：\$10(會員)，\$30(非會員)

負責人：張淑儀姑娘

## 健康便當DIY

內容：讓小朋友自製愛心便當，讓子女能在上學的日子培養良好的飲食習慣，又可補充體力自製營養便當，育兒心得分享

日期：29/2/08(星期五)

時間：15:00-17:00

對象：親子

收費：\$10(會員)，\$30(非會員)

負責人：張淑儀姑娘

備註：必須自備食物盒

適合小孩用的大小)

## 春季迷你奧運會

內容：通過親子接力及競技賽，提升親子關係親子接力賽各項的競技比賽

地點：博康/沙角社區會堂(待定)

時間：10:00-12:00

日期：2/3/08(星期日)

收費：\$10(會員)，\$20(非會員)

對象：5-8歲子女及其家長

名額：18個家庭

負責人：張淑儀姑娘



## 兩代甜絲絲

內容：透過家長及其子女一起製作朱古力復活蛋，從而加強與子女溝通的能力

內容：父母子女齊齊製作朱古力復活蛋

地點：本中心

日期：15/3/08(星期六)

時間：09:30-11:00

收費：每人\$10(會員)，\$30(非會員)

對象：親子

名額：12人(家長及其子女各6名)

負責人：張淑儀姑娘

## 美味情緣春日版

內容：促進親子關係

1/3/08(六)	意大利芝士蛋糕(Tiramisu)
15/3/08(六)	朱古力慕思蛋糕
29/3/08(六)	忌廉/芝麻泡芙
5/4/08(六)	黑白軟心朱古力布甸

時間：16:30-18:00

地點：本中心美味園

對象：親子

名額：6對(每次)

費用：待定(因材料價格不同)

負責人：聶嘉詠姑娘、葉思敏姑娘

備註：有興趣之親子可先留名



# 學校工作支援服務隊入校服務剪影

## 小學入校服務

本中心於本年度分別為四間小學推行成長的天空計劃，各校之活動現正展開。



保良局蕭漢森小學成長的天空計劃 - 家長工作坊



佛教慈敬學校 - 風紀訓練(同學接受信心訓練)



聖公會馬鞍山宣風小學 - Sim City風紀訓練



聖公會宣風小學成長的天空計劃 - 啟動禮(同學領取襟章)



佛教慈敬學校成長的天空計劃 - 迎新會



保良局蕭漢森小學成長的天空計劃 - 小四輔助小組



沙田官立下午小學成長的天空計劃 - 小五輔助小組



佛教覺光法師中學 - 中五輔導營(同學完成模擬會考, 獲取證書)



五育中學 - 社幹事領袖訓練(同學在參與解難遊戲)



佛教覺光法師中學 - 中五輔導工作坊(角色扮演, 學習如何應付會考)



基督教崇真中學 - 中一歷奇體驗日(同學在接受信心考驗)



沙田崇真中學 - 中一生命教育營(同學正接受合作性活動)



保良局蕭漢森小學 - 小一新生適應課程

活動剪影

活動剪影



## 安枕無憂健康睡眠計劃

本計劃已完成第二階段—健康睡眠小組。六節小組內有瑜伽導師教授組員如何透過瑜伽、呼吸方法及身體認知鍛鍊，藉此紓緩及減輕他們受失眠問題的困擾及壓力。另外，小組亦有一位導師——臨床心理學家唐靜思姑娘，協助組員化解對失眠問題所受到的焦慮及固有想法，最後還有註冊社工，推動組員分享一些有效改善失眠問題的方法及秘訣。

以下是一些組員的心聲：

「各位導師都很盡力去講解，我跟著各種方法去做，失眠情況的確減少了」  
 「瑜伽部分可以令我學懂舒展身體，心理學家和社工能夠幫助本人解開心結，一步一步紓緩緊張的情緒，失眠問題的確有了改善。」

組員大發現—五大改善失眠問題的好方法

- 1) 接觸大自然 (如行山、散步)，心情會變得開朗點
- 2) 晚上來一個暖水浸浴
- 3) 不要強迫自己入睡
- 4) 睡前做一些放鬆身體的運動
- 5) 睡前不要吃得太飽



## 婦女/綜援及低收入家庭服務 愛心剪髮大行動

目的/內容：	為區內有需要人士提供免費剪髮服務。
日期：	6/1/08(星期日)、3/2/08(星期日)、2/3/08(星期日)
時間：	15:00 - 17:00
地點：	本中心
對象：	綜援或低收入家庭
名額：	30人
收費：	免費
負責人：	賴姑娘
備註：	服務由“愛心剪髮義工隊”提供

新來港綜援及低收入家庭服務

## 露營用品借用服務

中心備有多款露營用品供會員借用，在這個秋冬季，不妨自組露營活動或參與由本中心舉辦之野外活動，盡情享受大自然的樂趣！

借用前必須留意下列守則：

- (一) 必須出示有效會員証；
- (二) 借用前先聯絡負責職員(賴姑娘)作預先申請，不接受即時借用；
- (三) 每人每次最多可借5件露營物品，借用期最多2星期；逾期歸還須繳交罰款，每件物品每日5元計算；
- (四) 每次借用物品須繳付物資保養費(詳見下表)，並須繳交50元按金，按金會於物資歸還時退回；
- (五) 借用時必須自行檢查清楚物品是否完整無缺，否則在歸還時若發現有損壞或遺失配件，借用者需作出賠償；
- (六) 物品歸還時必須已清理妥當，否則職員有權拒絕收回，由此引起的一切延誤，須由借用者負責；
- (七) 本中心保留借用露營物品之決定權，以及修改上述規則的權利。

露營物品	保養費	露營物品	保養費	露營物品	保養費
營幕	\$15	Cookset	\$5	地圖	\$5
Gas爐/燈	\$10	睡袋	\$5	指南針	\$5
背囊	\$5	地蓆	\$5	水袋	免費

新露營用品借用服務



## 臨床心理服務

臨床心理服務是透過有系統的心理評估及心理治療過程，幫助當事人化解心結，並改變對事情的觀點，有效地處理問題。在心理治療過程中，臨床心理學家用心聆聽，了解當事人的情況，作專業的評估，用有效的治療模式與當事人探討問題的癥結及其解決方法。除涉及個人或他人安全情況外，所有面談內容將會保密。

### 服務形式

**心理評估及診斷**—利用科學化的心理測驗及專業的面談方式去評估當事人的智力、性格、行為及心理狀態。

**心理治療**—分個人、家庭、婚姻及小組治療透過有成效的心理治療，與當事人共同剖析及制定解決方法，並提供一個安全舒適的空間，協助當事人履行治療目標。

**危機處理**—當遇到緊急事故如自殺、災難、虐待、傷人等情況時，提供危機處理支援，包括心理解說及輔導。

**專業培訓及心理健康講座**—為本會、各區學校、社區及商業機構提供專業培訓及心理健康教育。

**專業諮詢**—針對不同機構的服務對象，提出心理專業意見，處理用戶需求及問題，協助機構提升服務質素。範圍包括危機管理、家長教育、學生問題、治療模式、情緒管理、精神問題等。

### 服務對象

公眾人士、學校，以及各大機構都是本會臨床心理服務對象。

### 甚麼情況適合接受服務？

當你所面對的生活壓力嚴重影響你的工作、人際關係、或學業情況，例如情緒困擾、過份焦慮、失眠、難以集中精神等。

### 申請辦法：

歡迎致電2647 7337與本會的社工聯絡，查詢本服務。經由社工的初步評核後，在適合情況下轉介到臨床心理服務，服務地點：深水埗。

### 服務收費：

評估及報告（兩至三次數小時面見）  
崇真會堂校中心成員：\$1,500  
非堂校中心成員：\$3,000

講座/小組訓練（每節三小時）  
崇真會堂校中心成員：\$1,000  
非堂校中心成員：\$1,200

根據家庭總入息		
	1.0%	1.5%
崇真會堂校中心成員：1.0% 非堂校中心成員：1.5%		
如：\$10,000以下	\$100	\$150
\$10,001 - \$20,000	\$200	\$300
\$20,001 - \$30,000	\$300	\$450
\$30,001 - \$40,000	\$400	\$600
\$40,001 - \$50,000	\$500	\$750
\$50,000以上	\$500	\$750
心理治療（每次約一小時）		

- ### 報名須知
1. 報名時須出示有效會員證或會員收據。
  2. 非中心會員可報名參加中心活動，但須繳交非會員費用。
  3. 活動一經繳費及發單後即作實，不可隨意更改活動。
  4. 所有因私人理由而不能出席已繳費之活動，將不會獲得退款；
  5. 所有因中心決定或天氣影響而取消之活動，可獲安排退款。
  6. 辦理退款手續須攜帶活動收據，並於活動日起計1個月內辦理，逾期作廢。
  7. 參加者須保留收據至活動完結，有需要時中心會要求出示查閱。
  8. 若發現參加者虛報或隱瞞足以影響其參加資格的資料，中心可立即要求其退出活動，已繳之費用將不獲發還。

### 會員商舖優惠

成為中心會員除了可享用中心不同活動優惠及中心設施外，現中心為會員推行購物優惠。會員只需出示中心有效會員証，就可在以下商舖得到不同的折扣優惠。我們會繼續增加優惠商舖，請各位密切留意!!!

商舖名稱	地點	可獲優惠
源盛文具玩具公司	博康商場119號舖	購物滿\$20，可獲九折優惠
活力電腦眼鏡店	博康商場106號舖	配眼鏡可獲免費鏡框一副
順景攝影公司	沙角邨商場41號舖	沖曬可獲9折優惠(特價品除外)
安琪屋	沙角邨商場平台	購物可獲9折優惠(特價品除外)
心意時裝	沙角邨商場平台	購物滿\$150，可獲9折優惠(特價品除外)
英光電器行	沙角邨商場16號舖	購物滿\$50，可獲9折優惠(特價品除外)
寶光眼鏡公司	沙角邨商場8號舖	配眼鏡可獲95折優惠
Jacky Hair Salon	乙明邨明信樓地下	電髮：七折、染髮：七折、剪髮：八折
康健國際控股有限公司	全港各醫療中心 沙田博康邨商場102號舖 沙田沙角邨沙蒸樓地下12號舖	提供門診優惠及各項身體檢查優惠計劃(由於各醫療中心所提供之優惠略有分別，歡迎直接向該公司查詢)
中原電腦有限公司	沙角邨商場平台	購物可獲9折優惠(原廠墨及特價品除外) 檢查電腦可獲半價優惠，如維修電腦更可獲免檢查費 電腦維修折扣優惠(最高可獲減\$180)

註：商舖所提供之優惠最終決定權於有關商舖所擁有。  
請在使用時出示有效之會員証！

# 歡迎加入

基督教  
香港崇真會



沙田  
綜合服務中心

TSUNG TSIN MISSION OF HONG KONG SHA TIN INTEGRATED SERVICE CENTRE

## 07至08年度 《會員申請表》

姓名(正楷): \_\_\_\_\_ (中) \_\_\_\_\_ (英)

身份證/出世紙號碼: \_\_\_\_\_ ( ) 年齡: \_\_\_\_\_ 性別: \_\_\_\_\_

出生日期: \_\_\_\_\_年 \_\_\_\_\_月 \_\_\_\_\_日 婚姻: 已婚 未婚 其他: \_\_\_\_\_

聯絡地址: \_\_\_\_\_

電話: \_\_\_\_\_ (住宅) \_\_\_\_\_ (辦公室) \_\_\_\_\_ (流動電話)

電郵地址: \_\_\_\_\_

就讀學校: \_\_\_\_\_

教育程度: \_\_\_\_\_ 職業: \_\_\_\_\_

緊急聯絡人: \_\_\_\_\_ 電話: \_\_\_\_\_

如下方適用, 請在適當空格內加上 。(資料將有助提供更合適之服務及優惠)

新來港人士(來港不足一年)

綜援人士/家庭

單親家庭

\* 本人明白以上提供之個人及其他有關資料, 純屬自願。然而, 如果本人未能提供足夠和正確的資料, 中心將可能無法處理本人之申請。根據個人資料(私隱)條例, 本人所提供的資料將由貴中心作存檔及活動宣傳之用; 未經本人同意, 上述資料將不會轉交其他機構/單位。

\* 但在有需要或危急時, 貴中心有權將本人的資料轉交有關部門/機構。本人亦明白有權向貴中心查閱本人的個人資料及隨時作出更改資料的要求。如本人的個人資料有任何更改, 本人亦會盡快通知貴中心。

申請人簽名: \_\_\_\_\_ 日期: \_\_\_\_\_

監護人/家長簽名: \_\_\_\_\_ (12歲以下須家長簽名)

監護人/家長姓名(正楷): \_\_\_\_\_ (關係: \_\_\_\_\_)

### 《中心專用》

申請:  幼兒俱樂部  兒童會員  青年會員  家庭會員  會員之友

會員證編號: \_\_\_\_\_ 申請/續會日期: \_\_\_\_\_ 有效日期至: \_\_\_\_\_

負責職員: \_\_\_\_\_ 日期: \_\_\_\_\_

資料輸入日期: \_\_\_\_\_



### 會員福利

- 會員可定期收到中心通訊, 並享用本中心各項設施, 包括: 家長資源閣、通天閣、大爆谷、租/借圖書、玩具、電腦、影帶、光碟、露營物資及琴房等等;
- 參與各項班、組、活動時可以會員優惠價報名; 暑期活動更可獲優先報名權;
- 綜援會員可以七折報名費參加活動(興趣班及課餘託管服務除外);
- 於特約商戶購物或消費, 可獲折扣優惠。

### 會員義務

- 部份中心服務須先登記報名, 會員須攜帶有效之會員證方可享用有關服務。一旦遺失會員證, 應盡快向中心職員補領(見「補證及續會」);
- 會員除可享有上述福利外, 亦有義務遵守本中心之各項規則, 如愛護公物、保持中心清潔及遵從職員指導等, 否則中心可按「申請及退出服務指引」終止屢次犯規者的會員資格。

### 補證及續會

- 會員證如遺失或損毀, 應盡快向中心補領; 補證費用\$10, 中心會發予新證, 但會籍有效期不會順延;
- 會籍已滿一年者, 可申請續會, 以便繼續享有中心福利; 會員未能依期續會, 將當作自動退出論;
- 提早續證之會員, 其會籍將依原本到期日順延一年;
- 無論補證或續證, 會員均可於七個工作天後攜收據到中心領取會員証。

### 退會辦法

- 會員如須在會籍到期前退出, 可到中心辦理退會手續, 並交回會員證予本中心註銷; 已繳付的會員費將不獲發還。

### 查詢

- 如有查詢, 歡迎致電2647 7337與中心職員聯絡;
- 本中心保留一切更改以上細則之權利, 如有修改, 將不會另函通知。

### 入會資格

- 本中心服務對象為6-35歲人士及其家人, 凡符合資格者均可申請成為本中心會員。
- 本中心亦為3-5歲人士特設「幼兒俱樂部」, 以及為25-59歲人士特設「會員之友」服務, 合符資格者均可加入本中心成為會員。

### 申請手續

- 會員申請手續:
  - 填妥並簽署「會員申請表」
  - 出示個人身份證/出世紙、住址證明以便核對資料;
  - 會員可帶備相片貼於會員證上。
- 成功申請成為本中心會員者, 會籍由即日起計算, 有效期一年;
- 會員可於七個工作天後攜收據到中心領取會員証;
- 會員費用按社會福利署要求每年調整。本年度會員收費如下:

2007-2008年度			
幼兒俱樂部	(K)	(3-5歲)	會員的適齡子女可申請自動成為幼兒俱樂部會員
兒童及青少年會員	(C)	(6-14歲)	\$22(每位)
青年會員	(Y)	(15-24歲)	\$25(每位)
會員之友	(F)	(25-59歲)	\$25(每位)
家庭會員	(P)	(6-35歲人士及其直屬家人)	\$45 (每個家庭, 不限人數)

- 如以郵寄方式申請, 請填妥申請表格, 連同身份證副本、住址證明副本及會員費用一併寄回:  
沙田博康邨博達樓地下20-30號「基督教香港崇真會沙田綜合服務中心」收。  
會員費用請以劃線支票繳付, 切勿郵寄現金, 支票抬頭請寫上:  
「The Tsung Tsin Mission of Hong Kong Social Service Company Limited」