

地址 新界沙田博康邨博達樓地下20-30號
 新界沙田沙角邨雲雀樓地下33號
 (家庭及青少年服務支援中心)

傳真 2646 9406

電郵 st@ttmssd.org

電話 2647 7337

電話 2647 7335

網址 www.ttmssd.org

沙田綜合服務中心位置圖



前往中心方法·交通

可乘坐巴士：87A、47X、81K、85A、80X、89B、170、182
 可乘坐小巴：809A (港鐵大圍站)
 可乘坐馬鐵：港鐵沙田圍站

中心開放時間

博康邨博達樓

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

沙角邨雲雀樓

	一	二	三	四	五	六	日
10:00-13:00							✓
14:00-18:00	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
19:00-21:30	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓

印刷品一免費派發

印刷數量：3,000本

督印人：謝飛翔

1-3月

2010年冬

網址：www.ttmssd.org

電話：2647 7337

傳真：2646 9406



活動報名日期：
12月29日(二)
下午2:30分

首廿名報名會員可獲得2010年精美年曆

沙田

目錄 CONTENTS

1-3月

中心架構圖 / 假期安排	01	青少年興趣班	23-24
新職員介紹	02	家長活動 / 家長興趣班	25
督導·主任全接觸	03	親子活動	25
活動花絮 - 學校工作支援隊	04-05	義工活動	26
活動花絮 - 家庭及社區工作支援隊	06-07	制服團隊活動	27
幼兒活動 / 幼兒興趣	08-10	中心恆常活動	28
兒童活動	11-12	露營用品借用服務 /	29
兒童興趣班	13-14	會員商舖優惠	
暑期活動特刊	15-16	服務質素標準 (SQS) /	30-32
活動花絮	17-18	會員須知	
兒童興趣班	19-20	會員申請表	33
青少年活動	21-22	活動花絮 - 家庭及社區工作支援隊	34-35

機構年度主題

效主愛人 締造豐盛生命

中心簡介

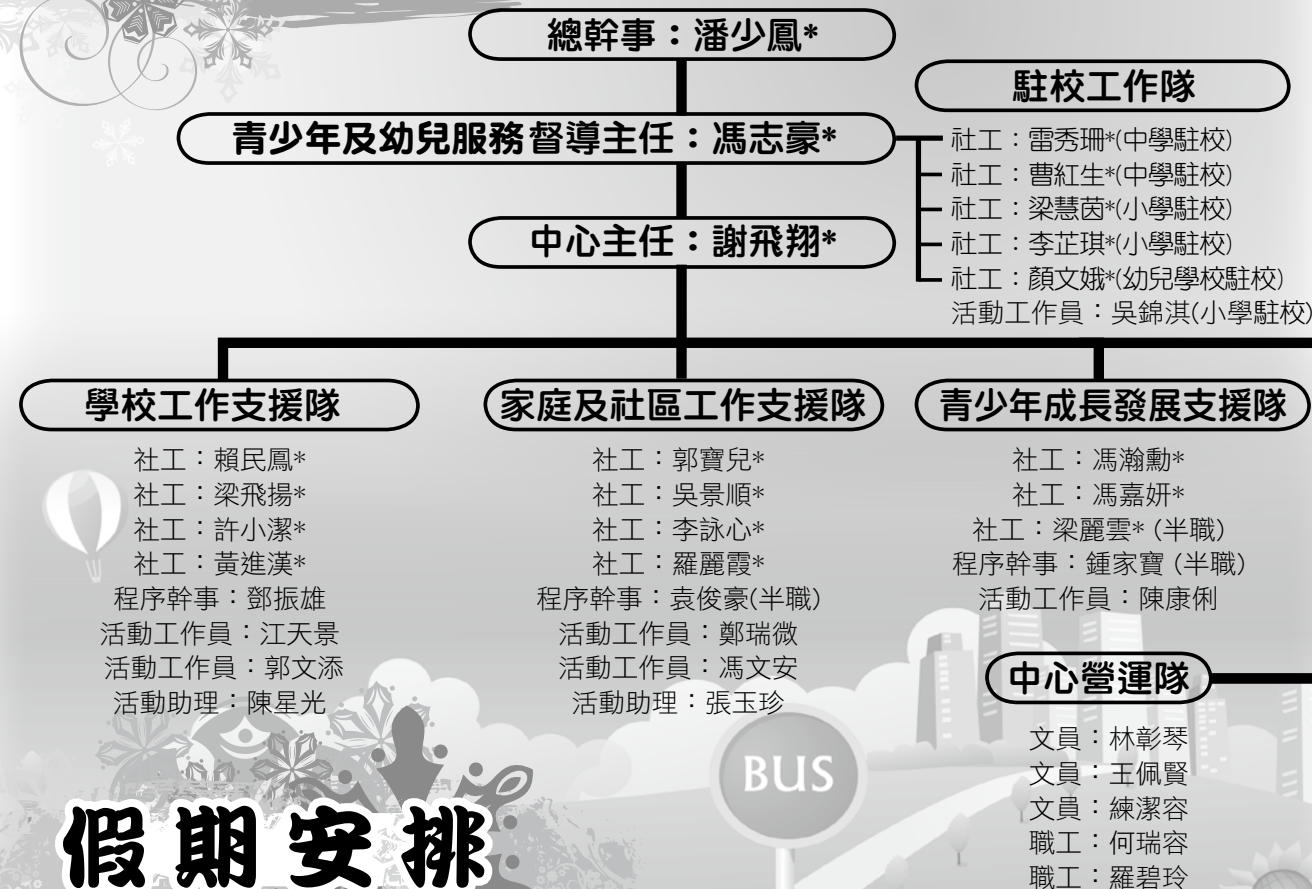
本中心為社會福利署資助的青少年綜合服務中心，位於沙田博康邨博達樓，已服務區內居民接近二十年，主要服務範圍包括博康邨、沙角邨及愉城苑。在二零零六年五月，我們於沙角邨雲雀樓增設『家庭及青少年服務支援中心』，為沙角邨的居民提供更直接及方便的服務。而中心因應著兒童、青少年、家庭及社區急速變化的需要，為區內居民提供不同種類的服務及活動，近年流行的多元智能及歷奇輔導活動都是本中心提供之主要服務模式。

宗旨及目標

- 透過基督服侍的精神，為區內有需要的青少年及其家庭提供適切的服務。
- 為區內兒童及青少年提供一站式的社會服務，使其身心靈獲得均衡發展。
- 以多層次的社會工作介入手法，為區內處於不利環境中的兒童及青少年提供發展性、預防性及補救性的多元化活動。

中心架構圖

*註冊社工



假期安排

以下公眾假期，中心將暫停開放

1月1日
農曆年初一的前一日
農曆年初一
農曆年初二
農曆年初三

1月1日
2月13日
2月14日
2月15日
2月16日

星期五
星期六
星期日
星期一
星期二

自我介紹 社會工作員



當我剛來到“沙綜”時，有一點陌生的感覺，因為博康邨，還是我第一次踏足。大家好，我是新來報到的社工梁姑娘，大家可以叫我“Jass”，但不是“Jazz”哦！

興趣方面 ~無什麼，樣樣都試的，不過不是好願意去探單車，因為覺得好辛苦；才能方面呢~講玩唔夠你們玩、講快又不夠你們快，不過，有一顆願意聆聽的耳朵，以及關懷的心。

我來到“沙綜”的時間尚淺，還在適應階段，很多時候看到你們可愛的笑臉，都很想認識你們，期望日後可以有更多交流哦！

活動工作員



大家好！我是新到職的活動工作員，大家可以叫我馮Sir，因為中心有兩個馮Sir，所以大家可以跟著小兩個馮Sir，所以我朋友一樣叫我Dick Sir都得。我是家庭及社區工作支援隊的成員，所以大家係中心會成日見到我出現，我個人比較貪玩，所以有什麼玩都可以預我一份！



Hello-我是初來報到的活動工作員,阿Sam,可以叫我陳小森的-我鍾意搞活動、參加活動-大家有任何活動想搞的,可以搵我,預我玩!!!我鍾意什麼?我鍾意同陽光玩遊戲-水上活動,單車,打波...任何戶外運動都鍾意-閒時會去聽濤看海...真的動靜皆宜哦...不說那麼多了,得閒來找我傾計.."



我是剛剛新入職的駐校活動工作員,我叫阿淇-好開心今年9月正式加入崇真會成為大家的同事,希望未來可以學到更多,見識更多.請大家多多指教

新職員介紹



祝大家新年快樂,身體健康,本人是社工同事黃進漢,大家可以叫我做黃Sir或Johnny Sir.隨著中心廿週年的不同活動,我相信與大家彼此認識過.本人喜歡不同運動及旅行,特別喜歡足球運動,今年2010年世界盃,有機會一齊去睇波吧!



大家好!相信經常到中心參與活動的你們一定會認得我,沒錯!我就是崇真會的社工羅姑娘,你們亦可以叫我Miss Lo.很高興能夠加入崇真會這個大家庭及認識到你們,你們有些開心/不開心的事也可以找我傾訴,我很樂意為你們分享/分擔啦!希望往後的日子能在我的活動中看到你們啦!



大家好,我是新入職的社工李芷琪姑娘,負責沙田崇真學校的駐校工作.平時我較少機會跟大家見面,但如果你幸運地在沙綜遇到我的話,歡迎你來跟我打個招呼,互相認識!希望大家享受沙綜舉辦的活動,玩得開心!



沙綜廿載情

不經不覺，我們在沙田博康邨已服務了廿個年頭。這些年間，無論在服務層面或中心設施，我們也一直與服務使用者同步成長，一張簡簡單單的康樂棋檯已不知孕育了多少代青少年。

適逢本年是中心廿周年的大日子，我們預備了一連串的慶祝活動，與會員一同分享當中的喜悅。打頭炮的是在十月十八日舉行的「中心廿周年親子電車遊」，是次活動共有三十個家庭，八十多名參加者，當日的節目既豐富且緊湊，包括親子燒烤、參觀科學館及「夜遊電車河」。

除此以外，當各位閱讀本文時，中心應即將進行期待已久的現代化工程。中心在新年度將以全新面貌與各會員見面，希望全新的中心環境及設施能為大家提供一個更加舒適的空間，以及有一種耳目一新的感覺。

稍後中心更會為現代化工程舉行開幕典禮，加上中心廿周年的壓軸慶祝活動 --- 「沙綜廿載盆菜宴」，相信介時定必相當熱鬧。本人亦趁這篇主任的話，感謝多年來支持中心的會員，使中心的服務得以不斷發展，故此我們日後定必加倍努力，為大家提供更多高質素的活動，以答謝大家的支持。

中心主任
謝飛翔

同人生說得

新的學年開始了幾個月，相信同學們已經逐漸適應學校的生活，也開始為學業而努力。

無論工作或者在學，我們都會經歷著高高低低的挑戰，我們可能選擇逃避，或者會選擇迎難而上。還記不記得你孩提時，學行、執筆、自己吃飽對你來說都是一個困難，但你都能一一克服，回頭一想這些困難算得上什麼？

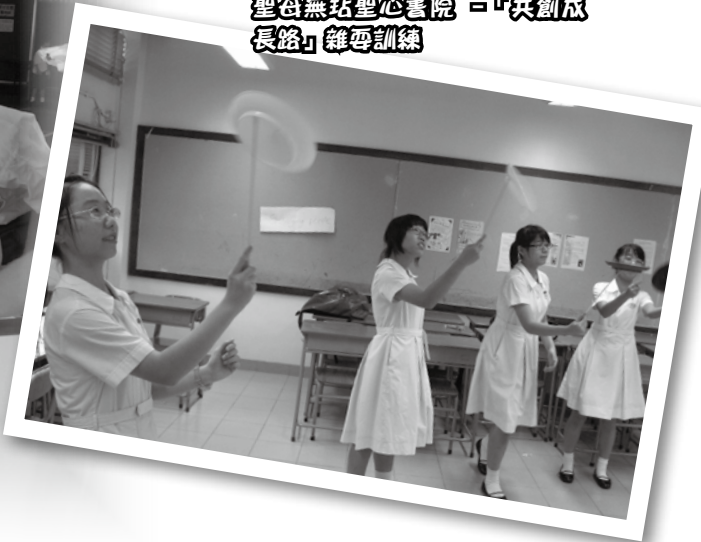
今天我們面對困難，萬勿走上逃避之路，甚至揀選利用有害的物品來麻醉自己，例如吸煙、吸毒等，無論吞雲吐霧或者迷迷糊糊，醒後問題依然存在，何不積極地面對挑戰？

放心，你的路絕不孤單，家人、老師、社工都非常樂意與你同行。我要引一個比喻，上帝從不會造沒有門窗的屋，困難就好比這屋，一定有門有窗。視乎你花多少時間和路程去尋找出口，只要我們能互相勉勵扶持，鼓起勇氣，必定活出精彩人生。

青少年及幼兒服務督導主任
馮志豪



保良局田家炳小學 - 「校園小偵探」
小一新生適應活動



聖母無玷聖心書院 - 「共創成長路」
雜耍訓練



胡素貞博士紀念學校上午校 - 「Super Kid」
訓練計劃



保良局蕭漢森小學 - 「成長的天空」
小六輔助小組



聖母無玷聖心書院 - 中一級記憶力訓練

九龍城浸信會禧年小學 - 「成長的天空」
啟動禮



愛家



九龍城浸信會禧年小學 - 「情緒獎門人」

從欣賞出發

聖公會馬鞍山主風小學 - 教師減壓工作坊



活動花絮

家庭及社區工作支援隊



社交天橋：寓學習於遊戲，大家都很投入活動呢。



卡通人物逐個捉：小朋友們都很用心地繪畫自己喜歡的卡通人物呢。



愛心義工服務(售賣愛心券)：義工們很積極地向途人售賣愛心券，為長者服務籌款呢。

國際幼童軍：幼童軍們參加完香港童軍總會舉辦之電訊日的活動後一起拍照留念。



原來英語拼音咁Easy：參加者都很認真地學習，把所學到之知識用簿抄下。



愛家。

活動花絮

家庭及社區工作支援隊



Triple R足球小組：小組成員於比賽完畢後都很用心地聽教練的教導。



珠仔樂：我們一起製作得意小手工啦！



結他班：大家都很用心地聽著導師的結他彈奏示範。



樂真兒童歌詠團：我們於唱歌前玩一些小遊戲熱身吧！



秋日愛心燒烤樂：完成售賣愛心券籌款後，一起去BBQ真是很開心呢。

從欣營出發

幼兒活動

小兔中英文課室

內容：透過遊戲、唱歌及觀賞影片等，讓幼兒在活動中學習讀及寫中英文的生字。除了學中英文外，活動有不同的單元及主題如學習禮貌、分享及合作等等；讓幼兒可一邊學習一邊遊戲。

日期：5/2/2010 - 9/4/2010 (逢星期五,共八節)
(12/2及2/4/2010除外)

時間：16:00 - 17:00

地點：本中心

對象：4 - 6歲幼兒

收費：\$40(會員)，\$65(非會員)

名額：8人

負責人：註冊社工李詠心姑娘

MQ(多元智能)智叻星(幼兒延續組)

內容：延續上一期的多元智能訓練，加強參加者於不同智能的能力，並讓他們嘗試發掘自己的優點及改善缺點，達到全人的發展。

日期：6/1/2010 - 24/3/2010 (逢星期三,共十節)
(10/2 及17/2/2010除外)

時間：15:00 - 16:00

地點：本中心

對象：曾參與MQ(多元智能)智叻星(幼兒組)之幼兒

收費：\$50(會員)，\$75(非會員)

名額：10人

負責人：註冊社工李詠心姑娘

迷你復活蛋

內容：透過製作復活蛋，讓幼兒發揮創作天份，培養他們對藝術的興趣。

日期：30/03/2010 (星期二,共一節)

時間：15:00-16:00

地點：本中心

對象：4-6歲幼兒(K1-K3)

費用：\$10(會員)；\$30(非會員)

名額：8人

負責人：註冊社工羅麗霞姑娘

我要變身做公主(第二期)

內容：透過訓練、手工製作及小遊戲等，學習成為公主、淑女必備的禮儀，包括坐姿儀態、餐桌禮儀、個人衛生整潔、得體的談吐等；提升參加者的自信心及禮儀技巧。

日期：7/1/2010 - 4/2/2010 (逢星期四,共五節)

時間：15:30-16:30

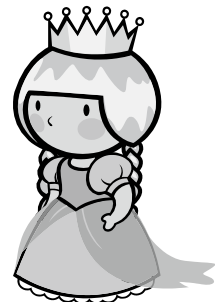
地點：本中心

對象：4 - 6歲之幼兒(女)

收費：\$30(會員)，\$55(非會員)

名額：8人

負責人：註冊社工李詠心姑娘



崇真幼兒朗誦團(B隊)

內容：透過學習朗誦詩句及集體遊戲，改善幼兒咬字不清及懶音的習慣，讓幼兒學習廣東話的正確讀音，提昇幼兒自我表達的能力及提昇自信。

日期：2/2/2010 - 16/3/2010

(逢星期二, 16/2/2010除外, 共六節)

時間：17:00 - 18:00

地點：本中心

對象：4-6歲幼兒(K1-K3)

費用：\$40(會員)、\$70(非會員)

名額：8人

負責人：註冊社工羅麗霞姑娘



社交至叻星(第一期)

內容：透過集體遊戲，增加幼兒與人相處的機會，讓幼兒學習與人相處的技巧及基本禮貌。

日期：A班：3/2/2010 - 17/3/2010

(逢星期三, 17/2/2010除外, 共六節)

B班：5/3/2010 - 16/4/2010

(逢星期五, 2/4/2010除外, 共六節)

時間：17:00-18:00

地點：本中心

對象：4-6歲幼兒(K1-K3)

費用：\$30(會員)；\$50(非會員)

名額：8人

負責人：註冊社工羅麗霞姑娘

備註：曾參與社交天使的組員可優先報名。

齊來勤小手

內容：透過製作繽紛的彩沙畫及玻璃畫，培養他們的專注力，同時讓他們發揮自己的創意。

日期：14/1/2010-4/2/2010(逢星期四,共四節)

時間：16:30-17:30

地點：本中心

對象：4-6歲幼兒

收費：\$ 50(會員)；\$80 (非會員)

名額：10人

負責人：鄭瑞微姑娘

備註：費用已包材料費

普通話小博士

內容：透過唱歌及生動的遊戲方式，讓幼兒輕鬆學習簡單會話及生字。

日期：2/3/2010-30/3/2010(逢星期二,共五節)

時間：17:30-18:30

地點：本中心

對象：4-6歲幼兒

收費：\$ 50(會員)；\$80 (非會員)

名額：8人

負責人：鄭瑞微姑娘

幼兒英文拼音初班

內容：透過學習26個字母讀音,配合有趣的遊戲,提升幼兒的讀寫能力。

日期：21/1/2010-18/3/2010

(逢星期四,共八節)(18/2除外)

時間：14:00-15:00

地點：沙角中心

對象：4-6歲幼兒

收費：\$ 230(會員)；\$260 (非會員)

名額：8人

負責人：鄭瑞微姑娘

備註：由專業導師任教(代課導師)

新春大激鬥

內容：新年又到啦~想過一個有得食、有得玩、有禮物收嘅新年~咁就快黎參加我地嘅新春party啦~

日期：8/2/2010 (星期一)

時間：16:00-17:00

地點：本中心

對象：4-6歲幼兒

收費：\$ 30(會員)；\$60 (非會員)

名額：20人

負責人：註冊社工李詠心姑娘；鄭瑞微姑娘

幼兒興趣班



幼兒英語遊樂場

內容：透過多元化的課堂遊戲及活動，讓幼兒在輕鬆愉快的環境下接觸英語；同時透過學習與生活相關的字詞，提升學員對英語的興趣及讀寫能力。

日期：16/1/2010-27/2/2010

(逢星期六,共六節,13/2除外)

時間：13:30-14:30

地點：本中心或沙角中心

對象：4-6歲幼兒

收費：\$ 160(會員)；\$190 (非會員)

名額：10人

負責人：鄭瑞微姑娘

備註：由專業導師任教

幼兒英文拼音中班

內容：透過學習26個字母讀音及拼音技巧,並配以活動及遊戲方式進行學習,提升學員對英文的興趣及讀寫能力。

日期：22/1/2010-12/3/2010(逢星期五,共八節)

時間：14:00-15:00

地點：沙角中心

對象：4-6歲幼兒

收費：\$230(會員)；\$260(非會員)

名額：8人

負責人：鄭瑞微姑娘

備註：1.由專業導師任教(代課導師)

2.參加者須具備英文拼音初班程度或對英文拼音有簡單的認識

幼兒興趣班

幼兒繪畫班

內容：藉導師以互動方式教授繪畫技巧及手工製作技巧，以培養幼兒的專注力及提升創意。

日期：9/1/2010-20/2/2010(逢星期六,共六節(13/2除外))

時間：A班：10:00-11:00

B班：12:15-13:15

地點：本中心

對象：4-6歲幼兒

收費：\$ 150(會員); \$180(非會員)

名額：12人

負責人：鄭瑞微姑娘

備註：由專業導師任教



幼兒唱歌學英語

內容：藉學習唱英文歌,認識不同的英文生字,並且培養幼兒學員對學習英文的興趣。

日期：9/1/2010-20/2/2010(逢星期六,共六節,13/2除外)

時間：11:10-12:10

地點：本中心

對象：4-6歲幼兒

收費：\$ 120(會員); \$150(非會員)

名額：15人

負責人：鄭瑞微姑娘

備註：由專業導師任教

「棋」趣天地

內容：1.培養參加者對棋類、紙牌及遊戲之興趣。如五連環、黑白棋、兒童版大富翁、團體合作等遊戲。
2.提升參加者的人際關係技巧。

日期：07/01/2010-11/02/2010(逢星期四,共6節)

時間：14:00-15:00

地點：本中心或區內合適場地

對象：5至6歲幼兒

名額：6人

收費：\$75(會員); \$100(非會員)

負責人：袁俊豪先生

備註：由於本中心將進行裝修工程,部份課節有可能移往區內其他合適場地進行,如未能安排合適場地,本活動將刪減課節或取消,不便之處敬請見諒。



中國水墨畫

內容：透過學習繪畫中國畫,培養幼兒對中國藝術的興趣及提昇他們的專注力。

日期：3/2/2010 - 17/3/2010

(逢星期三,17/2/2010除外,共六節)

時間：16:00-17:00

地點：本中心

對象：4-6歲幼兒(K1-K3)

費用：\$80(會員); \$130(非會員)

名額：8人

負責人：註冊社工羅麗霞姑娘

備註1. 請自備圍裙;
2. 舊生優先;
3. 若報讀人數超額,將考慮加開一班,最終視乎人數及中心房間使用而定

色彩繽紛樂悠悠

內容：透過手工藝製作,培養小朋友自信心及興趣感,提升參加者專注力

日期：27/2/2010-6/3/2010(逢星期六,共2節)

時間：16:00-17:00

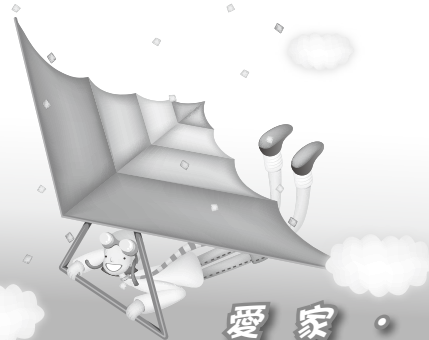
地點：本中心

對象：5-8歲兒童

收費：\$ 30(會員); \$ 60(非會員)

名額：8人

負責人：張玉珍姑娘



歷奇小戰士

內容：透過歷奇活動及集體遊戲,讓兒童學習如何解決問題、放下自我中心、與人合作及相處的技巧;從而提升兒童的自信心及決策能力。

日期：29/1/2010 - 26/3/2010(逢星期五,共八節)

(12/2/2010除外)

時間：17:30-18:30

地點：本中心

對象：7 - 10歲兒童

收費：\$ 40(會員); \$65(非會員)

名額：12人

負責人：註冊社工李詠心姑娘

備註：1. 請穿著輕便衣服
2. 請帶備食水

崇真兒童歌詠團(第五期)

內容：透過學習世界各地的兒歌,從中感受各地的文化及學習外語。以生動的遊戲方式,配以身體動作,訓練兒童群體合作、唱歌的技巧;提升兒童的自我表達能力、自信心及培養個人興趣。完成整個課程後將會錄製CD以作紀念。

日期：9/1/2010 - 6/3/2010(逢星期六,共八節)

(13/2/2010除外)

時間：14:00-15:30

地點：本中心

對象：5 - 9歲兒童

收費：\$35(會員); \$60(非會員)

名額：18人

負責人：註冊社工李詠心姑娘、鄭瑞微姑娘

備註：1. 舊生優先報名,歡迎新生插班
2. 參加者需通過試音才會被錄取
3. 費用已包括CD錄製

結他研習工作坊

內容：透過學習彈奏基本結他技巧,以提升專注力、培養合作精神及建立良好的學習態度。

日期：12/1/2010-2/3/2010(逢星期二,共八節)

時間：18:30-19:30

地點：本中心

對象：10歲或以上之人士

名額：8人

收費：\$ 50(會員); \$ 80(非會員)

負責職員：註冊社工吳景順先生

備註1. 中心有小量結他可供借用,先到先得,建議參加者自備結他
2. 適合對結他彈奏沒有任何認識之人士

兒童活動

升中面試工作坊2009

內容：透過訓練、題目討論及實習等,讓兒童更有自信的面對升中面試;亦可在面試實習期間瞭解自己的弱項,從而得到加強。另外小組亦會討論時事題目,以訓練兒童的批判思考。

日期：23/1/2010 - 20/2/2010(逢星期六,共四節)

(13/2/2010除外)

時間：11:00 - 12:00

地點：本中心

對象：即將面對升中面試之兒童

收費：\$20(會員); \$45(非會員)

名額：8人

負責人：註冊社工李詠心姑娘



我是小作家

內容：透過多個故事題材,激發兒童的創意思維,訓練他們的創作及寫作能力,從而提升自信。

日期：16/1/2010 - 13/3/2010

(逢星期六,13/2/2010除外,共八節)

時間：11:30-12:30

地點：本中心

對象：6-8歲兒童

費用：\$40(會員); \$60(非會員)

名額：8人

負責人：註冊社工羅麗霞姑娘



兒童活動

歌唱技巧訓練小組

目的：透過學習歌唱中文及英文流行曲，以改善發聲、讀字及歌唱技巧，從而提升個人自信及培養個人興趣。

日期：11/2/2010-1/4/2010 (逢星期四，共八節)

時間：20:00-21:00

地點：本中心

對象：10歲或以上之人士

名額：8人

收費：\$ 100 (會員)；\$ 130 (非會員)

負責職員：註冊社工吳景順先生

備註：1. 由專業導師任教
2. 參加者有機會到不同場合表演
3. 適合對歌唱技巧沒有任何認識之人士

小小演說家 (第二期)

內容：透過學習動物摺紙及講故事，提昇兒童的自信心及自我表達的能力。

日期：4/2/2010 - 18/3/2010

(逢星期四，18/2/2010除外，共六節)

時間：16:30-17:30

地點：本中心

對象：6-8歲兒童

費用：\$30(會員)、\$50(非會員)

名額：8人

負責職員：註冊社工羅麗霞姑娘

創意摺紙教室

內容：透過學習摺紙技巧，以提升參加者之耐性、專注力及發揮他們的藝術潛能。

日期：17/2/2010 - 10/3/2010 (逢星期五，共四節)

時間：16:30-17:15

地點：本中心

對象：6-8歲之兒童

名額：8人

收費：\$ 30 (會員)；\$ 55 (非會員)

負責職員：註冊社工吳景順先生

閱讀樂 - 中文篇

內容：透過角色扮演及遊戲，培養參加者閱讀的興趣，同時提昇其表達能力。

日期：12/3/2010 - 23/4/2010

(逢星期五，2/4/2010除外，共六節)

時間：16:00-17:00

地點：本中心

對象：6-8歲兒童

費用：\$30(會員)、\$60(非會員)

名額：8人

負責人：註冊社工羅麗霞姑娘

流行鼓初階研究室 (兒童篇)

內容：有沒有想過學打鼓除了可以加強節奏感及拍子感之外，也同時是可以發洩個人情緒？本小組將教你打鼓之餘，也教你如何正確地表達個人情緒。

日期：6/3/2010-26/4/2010 (共八節)

時間：11:30-12:45 (逢星期六)

地點：本中心

對象：10-11歲小童

名額：5人

收費：\$80(會員)；\$105(非會員)

負責人：註冊社工吳景順先生

備註：1. 中心有鼓棍可供借用
2. 參加者可於每星期免費借用鼓房練習一次，每次一小時
3. 適合對鼓沒有認識之人士

足球學堂

內容：1. 足球訓練、小組活動。
2. 提升參加者團體合作精神及自信心。
3. 培育參加者對足球運動之興趣。
4. 改善參加者足球技巧。

日期：02/01/2010- 13/03/2010
(逢星期六，13/02除外，共10節)

時間：10:30-12:00

地點：博康邨足球場或其他邨內足球場

對象：8至12歲學生及獲推薦之舊生
(表現良好者，將安排與區外隊伍作友誼比賽)

名額：12人

收費：\$120 (會員)，\$145 (非會員)

負責人：袁俊豪先生

備註：1. 如遇天氣不穩定，而中途取消課堂，將不另行補堂。
2. 各學員上課時請穿著運動服裝、波鞋，並自備飲用水。
3. 此活動由香港足球總會註冊足球教練任教。

花式跳繩我都會

目的：1. 教授花式跳繩之技巧。
2. 培育兒童對花式跳繩之興趣。

日期：03/01/2010-28/02/2010(逢星期日，14/02除外，共8節)

時間：15:30-16:30

地點：本中心或區內合適場地

對象：7歲至10歲學生及獲推薦之舊生

名額：8-10人

收費：\$200 (會員)，\$225 (非會員)

負責人：袁俊豪先生

備註：1. 由於本中心將進行裝修工程，部份課節有可能移往區內其他合適場地進行，如未能安排合適場地，本活動將刪減課節或取消，不便之處敬請見諒。
2. 各學員上課時請穿著運動服裝、波鞋，並自備飲用水及繩。
3. 如參加者需中心代訂專業用繩乙條，可於報名時繳付\$15物資費。
4. 部份名額已預留舊生，尚餘名額將於報名日公佈。
5. 由專業導師任教。

兒童興趣班

兒童跆拳道班

內容：教授自由搏擊、自衛術、體能鍛練等。
(表現良好者可獲導師安排考升級試)

日期：每月(逢星期三，公眾及中心假期除外，共4節或以上)

時間：17:00-18:30

地點：本中心或區內合適場地

對象：4-12歲兒童(K2至中一學生)

名額：15人

收費：\$160(會員)，\$190(非會員)

負責人：袁俊豪先生

備註：1. 由於本中心將進行裝修工程，部份課節有可能移往區內其他合適場地進行，如未能安排合適場地，本活動將刪減課節或取消，不便之處敬請見諒。
2. 由捷擊跆拳道館專業導師任教。
3. 凡新加入之參加者連續兩個月參與此活動，可獲由捷擊跆拳道館贈送之道袍乙套。

圍棋之友(1-3月份)

內容：1. 教授圍棋對奕知識及技巧，並培育參加者對圍棋之興趣。
2. 提升參加者的專注力。

日期：07/01/2010-11/03/2009 (逢星期四，共10節)

時間：初階組 17:00-18:00

進階組 18:00-19:00

地點：本中心

對象：初階組6至8歲學生(初學者)或舊生

進階組8至11歲學生(舊生)及獲推薦初階組之舊生

名額：8人

收費：\$120 (會員)，\$145 (非會員)

負責人：袁俊豪先生

備註：1. 由於本中心將進行裝修工程，部份課節有可能移往區內其他合適場地進行，如未能安排合適場地，本活動將刪減課節或取消，不便之處敬請見諒。
2. 部份名額已預留舊生，尚餘名額將於報名日公佈。

兒童興趣班

兒童珠心算班

內容：藉學習珠心算訓練學童的心算能力，從而訓練兒童視覺、聽覺及觸覺等協調，達至手腦並用，促進全腦發展。

日期：02/01/2010- 13/03/2010 (逢星期六，13/02除外，共10節)

時間：A班 13:30-14:30

B班 14:30-15:30

C班 16:30-17:30

地點：沙角中心

對象：5至9歲兒童(k3至小三學生)

名額：6-8人

收費：\$520 (會員)，\$550 (非會員)

負責人：袁俊豪先生

備註：1.由於本中心將進行裝修工程，部份課節有可能移往區內其他合適場地進行，如未能安排合適場地，本活動將刪減課節或取消，不便之處敬請見諒。

2.學員如連續完成三期或以上課程，表現良好者可獲導師推薦報考11-13級珠心算能力證書考核。

(珠算及心算考試費用需另付約\$110)

3.凡新加入之參加者，可獲增珠心算算盤及課本乙份。

4.舊有之參加者請自備珠心算用具，如有需要中心可代為訂購有關用具(有關收費按市價而定)。

5.由資深珠心算導師任教。

趣味數學天地

內容：1.心算、珠算訓練及趣味數學遊戲。

2.提升及培養參加者對數學之興趣。

日期：02/01/2010- 13/03/2010 (逢星期六，13/02除外，共10節)

時間：A班 13:30-14:30

B班 14:30-15:30

地點：沙角中心

對象：A班6至9歲兒童(小一至小三學生)

B班10至12歲兒童(小四至小六學生)

名額：8-12人

收費：\$260 (會員)，\$290 (非會員)

負責人：袁俊豪先生

備註：1.由於本中心將進行裝修工程，部份課節有可能移往區內其他合適場地進行，如未能安排合適場地，本活動將刪減課節或取消，不便之處敬請見諒。

2.由資深導師任教。

踢毽新人王

內容：1.教授教授基本技巧及團隊訓練。

2.培育參加者對踢毽運動之興趣，並提升身體協調能力之人士。

日期：03/01/2010- 7/02/2010 (逢星期日，共6節)

時間：14:30-15:30

地點：本中心或區內合適場地

對象：9至12歲兒童(小三至小六學生及未接觸毽子運動)

名額：8人

收費：\$150 (會員)，\$180 (非會員)

負責人：袁俊豪先生

備註：1.由於本中心將進行裝修工程，部份課節有可能移往區內其他合適場地進行，如未能安排合適場地，本活動將刪減課節或取消，不便之處敬請見諒。

2.自備飲用水及穿著輕便運動服裝。

3.費用已包括比賽專用毽乙個。

崇真小記者大作戰 x 崇者編輯王

暑期活動特刊

梁Sir：我們一班小記者，由一眾參加了編輯王的義工哥哥姐姐帶領下，在暑假期間去了很多地方了。

馮姑娘：是呀，小記者先在中心認識了一班義工哥哥姐姐，看看他們分組之後自製的小組招牌。



Fun Sir：他們好像由梁Sir教了很多攝影技巧，然後再去軟硬體公司學後期製作。

Po姑娘：之後小記者仲去了不同地方去採訪。

梁Sir：那不如大家看看他們的作品先!

馮姑娘：嘩! 小記者去了香港國際機場，進行了緊張的定向活動外，又採訪了不同的人物。

訪問一

小記者：你的日常工作是什麼呢?

地勤姐姐：回應旅客的詢問，協助他們訂購機票。

小記者：為甚麼你會選擇這份工作?

地勤姐姐：這工作比起一般工作多變化，接觸到不同國家不同類型的人，富新鮮感，有趣味及具挑戰性。

小記者：你在機場有沒有遇過什麼趣事呢?

地勤姐姐：常常遇到一些小記者要我們接受訪問，但自己又在工作中，但又不好意思推辭，左右為難哭笑不得。

小記者：你最喜歡機場中的什麼地方呢?

地勤姐姐：自己工作的崗位一票務服務櫃台，因很有親切感。



訪問二

小記者：你的日常工作是什麼呢？

保安姐姐：檢查不合規格的行李。

小記者：為甚麼你會選擇這份工作？

保安姐姐：因可以學以致用。

小記者：你在機場有沒有遇過什麼趣事呢？

保安姐姐：你們訪問我。

小記者：你最喜歡機場中的什麼地方呢？

保安姐姐：食肆。

Po姑娘：一班義工同小記者去左機場、馬灣公園、科學館同星光大道等唔同的地方，編輯王義工仲整左展板係我地中心八月的暑期活動開幕禮展出，不如我地睇下D精華相呀！

林韻珊小朋友

參加這個活動，令我學習到攝影的技巧，調節相片的光暗度，還令我認識更多新朋友。我們還參觀了香港科學館、機場、馬灣公園，謝謝崇真會舉辦這個活動。

劉遠廷小朋友

我在這個活動過程中，我學到怎樣和組員相處，還可以學到怎樣與陌生人做訪問，可惜訪問的時間不夠充足。我又可以學到怎樣拍攝一些美麗的照片和一些拍攝的技巧，真多謝這些導師悉心教導我們，希望來年可以和你們見面。

黎芷妍小朋友

有份參予這次的崇真小記者，我很開心。這次活動當中，我學識了很多有關攝影的知識，認識了很多義工哥哥和姐姐，這個活動令我非常難忘。真的感謝中心的阿sir和姑娘，讓我過了這個特別有意義的假期，thank you.

李曉琳小朋友

這個活動令我學習到很多攝影技巧，拓闊眼界、增廣見聞，也令我增強自信心，認識了很多朋友。既可以學習用電腦處理照片的方法，又可以參觀不同的地方，令我在暑假時也能學到很多有趣的知識，真是一舉百得。

鄭卓行小朋友

我參加了崇真小記者後，我覺得很高興，因為我學會了怎麼樣來拍攝一個在滾動的小皮球，當皮球在滾動的時候要用閃光燈。有一次我們去科學館的糖果展覽拍照，導師教我們在室內拍攝的技巧。我在崇真小記者的課程裡學會了很多攝影的技巧，這個暑期我過得真的很開心。

馮Sir：在活動完結後，很多小記者也想主動表達一下他們的感想，不如我們看看他們的心聲。

彭明慧小朋友

在這個暑假裡，參加了崇真小記者活動，令我對於拍攝很有興趣，認識了幾位大哥哥和大姐姐，這個暑假過得很快樂，所以我很開心參與小記者，希望下一年暑假再有這些活動參加。

黃曦雯小朋友

在這個暑假裡，參加了崇真小記者活動，令我對於拍攝很有興趣，相識了幾位好朋友，這個暑假過得很開心，所以我很高興參與小記者。

梁Sir：今次活動，有一班小記者經過一系列的訓練，並完成兩次戶外活動，他們是…

周卓南、林珈穎、林俊傑、劉遠廷、蔡曉盈、彭明慧、唐毅、鄭卓行、林樂蓓、黃曦雯、蔣鎧銘、溫芷菁、鍾穎彤、潘慧晶、趙筠宜、盧愷瑩、馬穎彤、黎芷妍、駱晞雯、王永駿、林韻珊、蔡佩雯、李昌靜、葉東麗、李曉琳、羅詠恩、潘尚智、溫甜懿、陳殷龍、吳柏希。

馮姑娘：仲有一班編輯王義工哥哥姐姐陪伴左小記者一個暑假，出席率超過八成的義工有…

鄭佩美、許俊賢、李卓謙、郭玉琳、王靄妍、許蔚芯、孔令筠、劉匡瑤、潘家衡、徐迪雯、郭悅山、方梓軒、賴曉儀、李嘉穎、蔣國熙、雷卓軒

馮Sir：感謝大家的支持，當然要多謝軟硬體公司資助是次活動！

UNISOFT 愛家

大家一同於電車上載歌載舞，非常開心~ =]



參加者們於電車上拍照留念。



家長與小朋友一同合作體驗於科學館內的一些小測試。



活動花絮

沙線廿週年慶祝活動 「親子電車遊」18/10/2009



小朋友們多麼興奮地嘗試駕駛電車。

參加者與工作人員一同於電車前合照留念。



在電車上有精彩的魔術表演看呢~~~~



看小朋友們吃得多麼開心~~~~



節目預告： 沙線廿週年盆菜宴 2010年3月~即將隆重推出



有xx請我們的主禮嘉賓本機構總幹事潘少鳳女士及青少年及幼兒服務督導主任馮志豪先生為親子電車遊舉行啟動儀式。



一家人於餐廳一同開心合照



於科學館前影一張大合照~~看，很多參加者參與是次活動呢~~~

愛家

科學小超人

內容：1.與參加者進行不同的科學原理之小實驗及製作小手工。如水火箭、電動玩偶、自行車車、迷你紅綠燈製作等。
2.提升參加者科學的興趣。

日期：02/01/2010-27/02/2010(逢星期六，13/02除外，共8節)
時間：15:30-16:30
地點：本中心或區內合適場地
對象：9至12歲兒童(小三至小六學生)
名額：8人
收費：\$180(會員)，\$205(非會員)
負責人：袁俊豪先生

備註：1.由於本中心未來將有裝修工程進行，部份課節有可能移往區內其他合適場地進行，如未能安排合適場地，本活動將刪減課節或取消，不便之處敬請見諒。
2.費用已包括材料費。
3.由資深導師任教。

英文綜合訓練課程

內容：六節中會以綜合形式學習英文並會以分級形式學習，好讓六年級的學生一起學習，可以互相提點，營造和諧學習群體，以提升學員的英文能力及認識。(包括閱讀理解、英文會話、文法及寫作)

日期：(A、B、C) 30/1/2010 - 13/3/2010 (逢星期六，共六堂，13/2除外)
(D、E) 29/1/2010 - 12/3/2010 (逢星期五，共六堂，12/2除外)

地點：本中心
負責人：馮文安先生
備註：由資深導師任教
由於中心的現代化工程關係，此課程將有機會移到沙角中心上課。

內容	時間	堂數	名額	收費
小一至小二(A)	10:00 - 11:00	6	6-8人	\$210
小三至小四(B)	11:00 - 12:00	6	6-8人	\$210
小三及小四(C)	17:30 - 18:30	6	6-8人	\$210
小三至小四(D)	17:00 - 18:00	6	6-8人	\$210
小一至小二(E)	18:00 - 19:00	6	6-8人	\$210

從欣賞出發

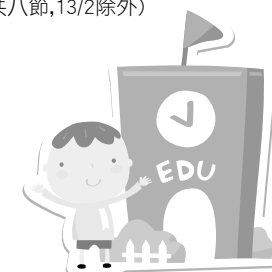
兒童興趣班



兒童英文拼音班

內容：透過互動式教學，學習英文拼音技巧，以提升學員英文讀音及默寫能力，並提升他們對學習英語的興趣。

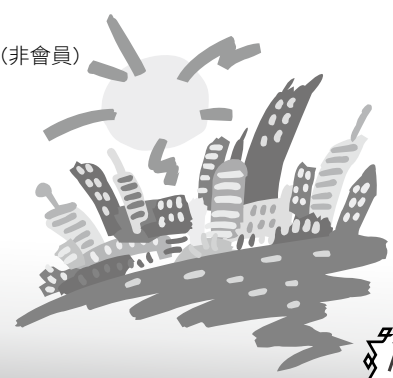
日期：16/1/2010-13/3/2010(逢星期六，共八節，13/2除外)
時間：15:30-16:30
地點：沙角中心
對象：8-12歲兒童(小三至小六)
收費：\$300(會員)；\$330(非會員)
名額：8人
負責人：鄭瑞微姑娘
備註：由專業導師任教



回琴初班

內容：透過學習口琴，發揮小朋友的音樂才能，從而培養小朋友多元發展。

日期：27/2/2010 - 24/4/2010 (逢星期六，共八節，3/4除外)
時間：14:00-15:00
地點：本中心
對象：6 - 12歲兒童
名額：12人
收費：\$170(會員)；\$200(非會員)
負責人：馮文安先生
備註：1.由專業導師任教
2.學生需自備口琴



兒童興趣班

劍橋英語課程初班 (Starters Class)

內容：本課程專為有興趣報考劍橋小學英語考試(Cambridge Young Learners English Tests)之小學生而設。課程內容兼具英語讀寫聽講的學習，以及考試技巧的訓練。鞏固英語讀寫聽講的知識及應用，並且熟習劍橋小學英語的模式及評核標準，從而掌握考試技巧。

日期：30/1/2010 - 27/3/2010 (逢星期六，共八節，13/2除外)

時間：14:15 - 15:15

地點：本中心

對象：5-7歲兒童

名額：6-10人

收費：\$500(會員)；\$530(非會員)

負責人：馮文安先生

備註：1.每一級的課程需上課二十小時，共二十堂，而每級考試均設有3個部分，分別為聆聽(Listening)、閱讀及寫作(Reading & Writing)和口試(Speaking)

2.可代報英國文化協會的劍橋英語Starters考試(考試費需自行支付)

劍橋英語課程中班 (Movers Class)

內容：本課程專為有興趣報考劍橋小學英語考試(Cambridge Young Learners English Tests)之小學生而設。課程內容兼具英語讀寫聽講的學習，以及考試技巧的訓練。鞏固英語讀寫聽講的知識及應用，並且熟習劍橋小學英語的模式及評核標準，從而掌握考試技巧。

日期：20/2/2010 - 13/3/2010 (逢星期六，共四節)

時間：15:30 - 16:30

地點：本中心

對象：7-12歲兒童

名額：6-10人

收費：\$330(會員)；\$360(非會員) 另加教材費用\$70

負責人：馮文安先生

備註：1.每一級的課程需上課二十小時，共二十堂，而每級考試均設有3個部分，分別為聆聽(Listening)、閱讀及寫作(Reading & Writing)和口試(Speaking)

2.可代報英國文化協會的劍橋英語Movers考試(考試費需自行支付)

低音結他班

內容：讓小朋友對低音結他有初步認識，從而發展其音樂才能。

日期：20/3/2010 - 22/5/2010 (逢星期六，共8節，3/4&1/5除外)

時間：12:00-13:00

地點：本中心

對象：6至12歲兒童

名額：6-12人

收費：\$200(會員)；\$230(非會員)

負責人：馮文安先生

備註：由資深導師任教

流行鼓初階研究室 (青少年篇)

內容：有沒有想過學打鼓除了可以加強節奏感及拍子感之外，也同時是可以發洩個人情緒？本小組將教你打鼓之餘，也教你如何正確地表達個人情緒。

日期：9/3/2010-27/4/2010 (共八節)

時間：19:45-21:00 (逢星期二)

地點：本中心

對象：12-14歲之青少年

名額：5人

收費：\$80(會員)；\$105(非會員)

負責人：註冊社工吳景順先生

備註：1. 中心有鼓棍可供借用

2. 參加者可於每星期免費借用鼓房練習一次，每次一小時

3. 適合對鼓沒有認識之人士

“戀愛預告” 正視愛情工作坊

內容：透過流行曲、短片等，與組員、社工一起探討天長地久的戀愛觀

日期：22/1/2010-12/2/2010(逢星期五,共4節)

時間：16:00-17:30

地點：本中心

對象：中二至中三女會員

收費：\$ 20 (會員)；\$ 50 (非會員)

名額：8人

負責人：註冊社工梁麗雲姑娘

“花樣少女” 改變自我形象工作坊

內容：透過小組活動、潮流文化媒介，認識改變自我形象的方法，加強自信心，使自己更明艷照人

日期：27/2/2010-27/3/2009(逢星期六,共5節)

時間：14:00-15:30

地點：本中心

對象：小六至中一女會員

收費：\$ 30 (會員)；\$ 60 (非會員)

名額：8人

負責人：註冊社工梁麗雲姑娘

青少年活動

會考加油站

內容：會考是個人生的難關，每個年青人都要經歷，但你們不是一個人的，黎會考加油站加加油，一同努力互相支持!!!

日期：11月中至4月(逢星期三晚上)

時間：18:30-21:00

地點：本中心

對象：中五會考生

名額：不限(最好全班朋友一齊來)

收費：全免

負責人：註冊社工馮瀚勳先生

加油站會有讀書小組、加油活動、mock 卷交換及自修室借用同你d朋友仔一齊黎加油la!!!!

愛心café~關懷精神病康復者計劃

內容：透過籌備活動予精神病康復者，培養關懷別人的美德及擴闊生活視野

日期：27/2/2010-27/3/2010(逢星期六,共5節)

時間：19:00-20:15

地點：本中心

對象：16至24歲會員

收費：\$全免(會員)；\$ 60(非會員)

名額：10人

負責人：註冊社工梁麗雲姑娘

備註：探訪日期為27/3，車費自費

送暖行動 PART 2

內容：冬天到喇~不如齊齊學習織頸巾喇!^^織完之後，會帶住你地既製成品探訪區內既長者，約定你喇!

日期：8/1/2010-5/2/2010(逢星期五,共五節) 服務日待定

時間：19:00-20:30

地點：本中心

對象：12至15 歲青少年

收費：\$ 25(會員)；\$50 (非會員)

名額：8人

負責人：註冊社工馮嘉妍姑娘

備註：費用已包材料

青少年活動

指甲彩繪訓練班 PART 1

內容：透過4節的課程，教授修甲、指甲拋光及甲油設計的基本技巧。

日期：5/3/2010-26/3/2010(逢星期五,共四節)

時間：18:00-22:30

地點：本中心

對象：12至15歲青少年

收費：\$250(會員); \$280(非會員)

名額：10人

負責人：註冊社工馮嘉妍姑娘

備註：該課程將會由專業美甲師教授，另費用已包材料

排球A、B班

內容：教授排球的基本技巧，從而培養對運動的興趣。

日期：10/1/2010-7/3/2010(逢星期日,共八節) 14/2/10除外

時間：A班15:00-16:30

B班16:30-18:00

地點：博康村內排球場

對象：A班小四至小六學生

B班中一至中三學生

收費：\$80(會員); \$110(非會員)

名額：14人/每班

負責人：註冊社工馮嘉妍姑娘、梁麗雲姑娘、陳康俐姑娘

備註：自備食水及毛巾，需穿著運動服及運動鞋。

義仁同行~領袖訓練計劃(第三季)

內容：內容:各位沙田區的青少年朋友有冇諗過你都可以當領袖呢???

o下!!冇諗過?? o下!!無膽??

o下!!無技巧?? o下!!無機會??

咁...呢個活動就幫到你la!!!!!!

呢個計劃仲可以實現各位三個願望tim, 包括: 有得玩, 有o野學, 仲可以自己計劃自己想玩d 咩tim...機會難逢, 快d 報名啦!!!仲等咩呀???

日期：1/2010(逢星期五)

時間：5:00-6:00

地點：中心

對象：12-18歲青少年

名額不限(最好成班friend 黎啦)

收費：\$22

負責人:註冊社工馮瀚勳先生、馮嘉妍姑娘

甜心天使

內容：透過學習及合作製作甜品，例如雞蛋布丁、和菓子、芝士蛋糕等，提升人際溝通技巧。

日期：6/3/2010-27/3/2010(逢星期六,共四節)

時間：15:00-16:30

地點：本中心

對象：12歲或以上青少年

收費：\$40(會員); \$70(非會員)

名額：8人

負責人：註冊社工馮嘉妍姑娘

備註：費用已包括材料，請自備食物盒

美麗由「肌」本做起

內容：透過學習及認識基本的面部清潔步驟，選擇護膚品的基本原則，使用心得分享，以提升時下青少年對個人形象的注意

日期：6/3/2010-27/3/2010(逢星期六,共四節)

時間：16:30-17:30

地點：本中心

對象：12歲或以上青少年

收費：\$20(會員); \$50(非會員)

名額：8人

負責人：註冊社工馮嘉妍姑娘

備註：請自備髮夾及毛巾

銀鈎大作戰 第一回

內容：教授簡單的耳環、手鏈製作，讓參加者發揮他們的創意空間

日期：6/3/2010-27/3/2010(逢星期六,共四節)

時間：18:30-19:30

地點：本中心

對象：12歲或以上青少年

收費：\$40(會員); \$70(非會員)

名額：8人

負責人：註冊社工馮嘉妍姑娘

齊來紮紮營

目的/內容：聖誕節有什麼做?當然是去camp啦!我們同你們去郊外露營，透過戶外活動及露營，挑戰你們的個人及領袖潛能，還可以同班朋們一齊玩下!^^

日期：12月23-24日(星期三及四)

時間：待定

地點：待定

對象：12至18歲青少年

名額：20人

收費：\$30(會員); \$80(非會員)

負責人：註冊社工馮瀚勳先生



愛家

急救證書課程

目的/內容：在三小時的訓練課程內向學員介紹急救的原則；認識並練習急救處理方法，包括心肺復甦法及在特殊的情況下應用急救處理方法。

日期：22/1-26/3/2010(逢星期五,共10堂)

時間：18:30-21:30

地點：本中心

對象：13歲以上

名額：15人

收費：\$290(會員); \$320(非會員)

負責人：鍾家寶姑娘

備註：課程由香港紅十字會導師任教，每位學員須自備一本急救訓練課程手冊及繃帶包，如有需要，可向負責職員協助訂購。

急救課程證書每張港幣五十元(成績公佈後才須繳交)。

費用包括本中心物資費

甜思思-情人節大作戰

內容：親手泡製不同款式的甜蜜蜜甜品，為情人節準備非一般的禮物。

日期：10/1/2010-24/1/2010(逢星期日,共3節)

時間：15:00-16:30

地點：本中心

對象：小五至中五學生

名額：8人

收費：\$130(會員); \$150(非會員)

負責人：鍾家寶姑娘

備註：費用以包材料費



Dreamwaver 入門

內容：學習基本製作及運用dreamwaver的技巧，了解動畫製作網頁入門。

日期：6/3/2010-27/3/2010(逢星期六,共4堂)

時間：14:30-15:30

地點：本中心

對象：小五至中三

名額：10人

收費：\$50(會員); \$80(非會員)

負責人：鍾家寶姑娘

備註：費用包括導師費。

從欣賞出發

青少年興趣班

一級山藝訓練課程

內容：教授學員基本的山藝知識及技術，向學員灌輸登山的安全觀念。協助學員培養良好的登山態度，鼓勵學員關注和愛護山野環境。

日期：理論課(25/2星期四、26/2星期五) 日營(27/2、6/3星期六)

時間：理論課(18:00-21:00) 日營(09:00-17:00)

地點：本中心(理論課)

對象：十二歲或以上，有興趣參與遠足活動者

名額：20人

收費：\$410(會員); \$440(非會員)

負責人：鍾家寶姑娘

備註：當中包括--理論課程(不少於六小時)及兩次日間遠足旅程(每次實習路程不少於十公里)。

訓練課程由註冊認可的「一級山藝教練」或以上資格者負責教授。完成課程及經評審合格後可申請由香港攀山總會發出的山藝訓練證書(學員可自行決定是否申請證書及參加評審)。

學員須自備糧水、交通費及訓練所需之裝備。

二級山藝訓練課程

目的/內容：教授學員登山露營的知識及技術，使學員能安全地在山野中作露營的生活。協助學員熟習各種山藝技巧，體驗各種山野環境及突變的天氣。

日期：理論課(10/3,11/3,12/3) 戶外實習(13-14/3, 20-21/3)

時間：理論課(18:00-21:00) 戶外實習(待定)

地點：本中心(理論課)

對象：16歲或以上，持有「一級山藝訓練證書」及對登山活動有興趣者。

名額：20人

收費：\$910(會員); \$940(非會員)

負責人：鍾家寶姑娘

備註：當中包括不少於九小時理論課，及二次兩日一夜戶外實習。

實習內容包括夜行練習，讓學員體驗在惡劣的天氣及偏僻的環境中進行遠足露營活動。

學員須自備糧水、交通費及訓練所需之裝備。

青少年興趣班



跆拳道班

內容：教授自由搏擊、自衛術、體能鍛練等。(表現良好者可獲導師安排考升級試)
 日期：每月(逢星期三，公眾及中心假期除外，共4節或以上)
 時間：18:30-20:00
 地點：本中心或區內合適場地
 對象：12歲或以上青少年(小六或以上之會員)
 名額：15人
 收費：\$160(會員)；\$190(非會員)
 負責人：袁俊豪先生
 備註：1.由於本中心未來將有裝修工程進行，部份課節有可能移往區內其他合適場地進行，如未能安排合適場地，本活動將刪減課節或取消，不便之處敬請見諒。
 2.由捷擊跆拳道館專業導師任教。
 3.凡新加入之參加者連續參與兩個月參與此活動，可獲由捷擊跆拳道館贈送之道袍乙套。

一級運動攀登訓練課程

內容：學習攀登時應注意安全事項，如攀登口號、保護手法及應變措施；學習一些基本攀登技巧，如平衡、重心轉移、用力技巧等等，考試合格可申請認可證書
 日期：2/13/2010-28/3/2010(逢星期日,共兩節)
 時間：12:00-18:00
 地點：康文署核下之合資格攀岩場
 對象：14歲或以上青少年
 收費：\$300(會員)；\$330(非會員)
 名額：16人
 負責人：陳康俐姑娘
 備註：由專業導師教授
 參加者自備食水及毛巾,需穿著運動服裝及運動鞋
 證書費用\$30,考試後付款
 此課程費用不包括個人之保險,參加者如有需要可自行購買
 參加者如未滿十八歲必須家長或監護人簽名同意

羽毛球A班 & B班

內容：讓參加者對羽毛球有初步的認識，從而培養對運動的興趣
 日期：8/1/2010-29/1/2010(逢星期五,共4節)
 時間：18:00-19:30(A班)，19:30-21:00(B班)
 地點：博康邨內羽毛球場
 對象：小五至小六學生(A班)，中一至中三學生(B班)
 收費：\$30(會員)；\$60(非會員)
 名額：4-8人
 負責人：陳康俐姑娘
 備註：參加者自備球拍,食水及毛巾,需穿著運動服裝及運動鞋



RUN TO THE HIP HOP

內容：學習hip-hop舞蹈，培養對舞蹈的興趣
 日期：19/1/2010-9/2/2010(逢星期二,共4節)
 時間：18:30-20:00(girl)，20:00-21:30(boy)
 地點：本中心
 對象：小五至中七學生
 收費：\$200(會員)；\$230(非會員)
 名額：6-10人
 負責人：陳康俐姑娘
 備註：參加者自備食水及毛巾,需穿著運動服裝及運動鞋



花師奶大作戰(掛飾篇)

內容：透過製作掛飾及分享心得，準備歡度新年之外，共同探討不同的子女行為問題及管教良方。
 日期：2/2/2010-9/2/2010(逢星期二,共兩節)
 時間：10:00-11:00
 地點：本中心
 對象：家長
 收費：\$5(會員)；\$30(非會員)
 名額：8人
 負責人：註冊社工郭寶兒姑娘

成人英文班

內容：提升區內家長對英文的認識，掌握日常英文用語及會話。
 日期：24/2/2010 - 14/4/2010(逢星期三，共八節)(A)
 25/2/2010 - 15/4/2010(逢星期四，共八節)(B)
 時間：9:30-11:00
 地點：本中心
 對象：區內家長
 名額：8-12人
 收費：\$180(會員)，\$210(非會員)
 負責人：馮文安先生
 備註：由資深導師任教

親子競技賽

內容：活動當天有不同類型的比賽，以家庭為單位，增加親子間的合作精神，促進親子關係。
 日期：28/2/2010(星期日，共一節)
 時間：15:00-16:30
 地點：本中心
 對象：親子
 費用：\$20/1對(會員)；\$50/1對(非會員)
 名額：10對親子
 負責人：註冊社工羅麗霞姑娘

愛多一點「他」

內容：婚姻關係對子女的成长有莫大的關係，活動與你一同探討兩性間的相處與子女的全人成长的重要，讓你愛多一點「他」/「她」。
 日期：2/3/2010-23/3/2010(逢星期二,共四節)
 時間：10:00-11:00
 地點：本中心
 對象：家長
 收費：\$5(會員)；\$30(非會員)
 名額：8人
 負責人：註冊社工郭寶兒姑娘

婦女瑜珈班

內容：藉著教授瑜珈，讓參加者能夠舒展筋骨，紓緩生活壓力。
 日期：19/1/2010-16/3/2010(逢星期二,共8節)(16/2除外)
 時間：10:00-11:30
 地點：本中心
 對象：區內婦女
 收費：\$200(會員)；\$230(非會員)
 名額：6人
 負責人：註冊社工郭寶兒姑娘，張玉珍姑娘
 備註：由資深導師任教

新年大攞作

內容：透過親子共同製作賀年物品，讓親子共同感受節日氣氛，促進親子關係。
 日期：11/2/2010及12/2/2010(星期四及五，共兩節)
 時間：15:30-16:30
 地點：本中心
 對象：親子
 費用：\$30/1對(會員)；\$60/1對(非會員)
 名額：8人
 負責人：註冊社工羅麗霞姑娘

親子義工兵團

目的/內容：親子一同參與義工服務，發揮社區關懷及共融精神。
 日期：16-17/1/2010(親子義工訓練營)
 2-5月/2010(義工服務)
 時間：待定
 地點：本中心及沙田區社會服務機構
 對象：單親家庭
 名額：30人
 收費：每人\$20(包括營費及交通費)
 負責人：註冊社工賴民鳳姑娘
 備註：鳴謝「匯豐銀行社區發展基金」撥款資助

家長活動

家長興趣班

親子活動

義工活動

沙線義務特工隊 (義工小組)

內容：負責策劃及提供各類型的義工服務，以幫助社區上有需要的人

日期：1/10/2009-31/12/2010 (逢星期五；每月一次)

時間：不定；主要為晚上時間

地點：本中心

對象：10歲或以上之人士

名額：15人

收費：全免

負責人：註冊社工吳景順先生

備註：有意參加者請與註冊社工吳景順先生聯絡

電腦維修義人組

內容：負責為低收入人士檢查需要維修之電腦，並作簡單之維修

日期：不定；主要為星期五；按服務需要

時間：不定；主要為晚上

地點：本中心

對象：小五或以上之人士

名額：15人

收費：全免

負責人：註冊社工吳景順先生

備註：1) 參加者對電腦需有基本認識
2) 曾參加「電腦維修專員義人組」之參加者可優先報名



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：3/1/2010、7/2/2010、7/3/2010 (每月首個星期日)

時間：15:00 - 17:00

地點：本中心

對象：綜援家庭、低收入家庭、長者

名額：30人

收費：免費

負責人：註冊社工賴民鳳姑娘

備註：服務由「愛心剪髮義工隊」提供



愛家 ·

制服團隊活動

中心幼童軍及童軍團成員招募

沙田南區三十旅是中心最活躍的組織之一，目的是為訓練童軍的紀律、培養責任感、提升自信心及團隊合作精神等等。各團(童軍及幼童軍)除了有穩定的恆常集會外(包括各項進度性訓練、康樂活動及成長課程)，亦經常不定時舉辦『露營訓練活動』、『野外定向』及『遠足活動』。

而於來年，幼童軍及童軍除了舉辦以上活動外，更會進行以下一連串之活動，包括聖誕派對、宿營、動運會、燒烤同樂日、義工服務、行山、香港遊蹤、美食製作及常識問答比賽等等。如果你有興趣加入童軍或幼童軍，請即聯絡註冊社工吳景順先生。

註：(1) 幼童軍之年齡為7-12歲；童軍之年齡為11-16歲。

(2) 參加者須每月繳交\$20團費。

崇真小精英

內容：小組會定期集會，包括集體遊戲及紀律訓練，以提昇參加者的團體合作精神，作為成為小童軍或幼童軍的預備班。

日期：14/01/2010 - 18/03/2010

(逢星期四，11/2/2010及18/2/2010除外，共八節)

時間：17:30-18:30

地點：本中心

對象：5-8歲兒童

費用：\$40(會員)；\$70(非會員)

名額：8人

負責人：註冊社工羅麗霞姑娘

從欣營出發

中心恆常服務

小學課餘託管服務

- 目的：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，透過獎勵和彼此觀察、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：小一至小六年級學生

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、學校接送服務 (只限保良局朱正賢小學及救世軍田家炳學校)

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：註冊社工李詠心姑娘

小學功課輔導小組

本小組成立的目的是為了協助兒童處理功課上的問題，讓他們面對學習時更有信心。

對象：區內小一至小六學生

對象	堂數	收費(\$)	綜援收費	名額(每組)	班數、時間及地點
博康組:小一至小六	每星期4堂 (逢二至五)	\$22/堂	\$16/堂	7人	博康組:本中心 (18:30-20:30)
沙角A班:小一至小三 沙角B班:小四至小六		\$25/堂	\$18/堂	7人	沙角A、B組:家庭及青少年 服務支援中心 地址:沙角邨雲雀樓地下 33號(16:15-18:15)

計算每月收費方法：

若一月份堂數為16堂，則該月低年級學生收費為\$22X16堂=\$352

備註：1) 各參加者需預先留名，經工作員面試後再視乎各小組之空缺情況而決定是否取錄。

2) 按月收費，以該月份之上課日數為準。

3) 若繳交綜援收費，請出示相關的證明文件參加者必須為本中心有效會員。

負責人：註冊社工吳景順先生，袁俊豪先生

鋼琴班

本中心提供多元化的興趣班，目的是發掘兒童及青少年的潛能，培養他們的興趣，增強其自信心。

課程特色：1. 教授鋼琴指法及樂理

2. 獨立琴房及鋼琴

3. 每節30分鐘，也可選擇45分及60分，請參考以下收費

4. 由八級或以上鋼琴導師個別教授

5. 本中心可以代報英國皇家音樂學院考試

6. 學員須自備筆記及文具、鋼琴課本
(導師可代購)

7. 每一個月為一期

級別時間	初級	I級	II級	IV級
30分鐘	\$70	\$75	\$80	\$85
45分鐘	\$105	\$112.5	\$120	\$127.5
60分鐘	\$140	\$150	\$160	\$170

級別時間	V級	VI級	VII級	VIII級
30分鐘	\$90	\$95	\$105	\$125
45分鐘	\$135	\$142.5	\$157.5	\$187.5
60分鐘	\$180	\$190	\$210	\$250

負責人：註冊社工羅麗霞姑娘、鄭瑞微姑娘及馮文安先生

備註：1. 本中心鋼琴班上課時間為逢星期四、五及六，時段需電話再行商議；

2. 本中心另設琴房租借服務，詳情歡迎致電查詢。

3. 學員必須為中心有效會員。

初中功課輔導班

內容：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。

日期：2/3/2010 - 30/3/2010

(逢星期二、五，共九節)

時間：18:30-22:00

地點：本中心

對象：中一至中三學生

名額：8-10人

收費：\$337.5 (會員)；\$367.5 (非會員)

負責人：馮文安先生

備註：1. 由專業導師任教

2. 按月收費



愛家。

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) 借用前務先聯絡負責職員(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	\$10	地圖	\$5
Gas爐/燈	\$10	睡袋	\$5	指南針	\$5
背囊	\$5	地蓆	\$5	水袋	\$5



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設施外，亦可以獲得購物優惠。

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	博康邨商場119號舖	購物滿\$30，可獲九折優惠
中原電腦有限公司	· 新翠邨商場地下5號 · 隆亨邨商場2樓217號 · 沙角邨商場3樓42號 · 馬鞍山新港城中心2樓218號(電腦山莊)	1. 購物可獲九折優惠(原裝墨及特價品除外) 2. 檢查電腦可獲半價優惠，如維修電腦更可獲免檢查費 3. 電腦維修折扣優惠(最高可獲減\$180) 4. 環保墨回收，可獲購物贈券
Jacky Hair Salon	乙明邨明信樓地下	電髮七折、染髮七折、剪髮八折

從欣賞出發

會員須知

服務質素標準 (SQS)

標準 1 製備說明資料，隨時讓公眾索閱服務資料：服務單位應製備說明資料，清楚陳述中心宗旨、目標、和提供服務的形式，讓公眾索閱。

標準 2 檢討及修訂政策和程序：服務單位應檢討及修訂有關服務提供方面的政策和。

標準 3 運作及活動紀錄：服務單位存備其服務運作和活動的最新準確記錄。

標準 4 職務及責任：所有職員及有關管理人員及組織的職務及責任均有清楚界定。

標準 5 人力資源：服務單位實施有效的職員招聘、發展、訓練等。

標準 6 計劃、評估及收集意見：服務單位定期計劃、檢討及評估本身的表現。

標準 7 財政管理：服務單位實施政策及程序以確保有效的財政管理。

標準 8 法律責任：服務單位遵守一切有關的法律責任。

標準 9 安全的環境：服務單位採取一切合理步驟，以確保職員及服務使用者處身於安全的環境。

標準 10 申請和退出服務：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 評估服務使用者的需要：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。

標準 12 知情的選擇：服務單位應盡量尊重服務使用者知情下作出服務選擇的權利。

標準 13 私人財產：服務單位應尊重服務使用者的私人財產。

標準 14 私隱和保密：服務單位尊重服務使用者保護私隱和保密的權利。

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

標準 16 免受侵犯：服務單位應採取一切合理步驟——確保服務使用者免受侵犯。

服務對象

- 沙田區內六至二十四歲兒童、青少年及其家庭。
- 本中心亦為三至五歲的幼兒特設「幼兒俱樂部」；亦為二十五至五十九歲人士特設「會員之友」。

服務內容

- 課餘託管服務
- 功課輔導小組
- 專業輔導服務
- 成長發展性的活動及小組
- 「Fusion」義工網上行-義工網絡計劃
- 學校支援服務
- 家庭及單親家庭支援服務
- 興趣班
- 制服團隊
- 社區教育工作
- 偶到服務 (例如：玩具、圖書、雜誌、上網、消閒設施等)
- 露營用品借用

入會手續

- 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
- 會員有效期為一年，由申請日開始計算。

報名手續

- 請親臨本服務單位填妥「報名表格」及繳交報名費用即可

收費

類別	年齡	收費
幼兒俱樂部	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	6-14歲	\$22(每位)
青少年會員	15-24歲	\$25(每位)
會員之友	25-59歲	\$25(每位)
家庭會員 (直繫親屬)	子女在3-24歲的家庭	\$45(每個家庭，人數不限)

報名須知

- 服務使用者如符合接受服務資格，包括會員或非會員，均可報名參與本中心之各項服務，包括：個案服務、班、組、活動、計劃等，申請資格視乎各項服務而定。
- 申請辦法以先到先得為原則，除具進度性或分階段之服務會優先收納舊參加者外，所有會員或非會員申請服務，只要合乎要求的資格，均以一視同仁為收生原則。
- 個別服務可能有不同形式的報名手續，請參考中心最新之公佈，符合資格的服務使用者在完成有關報名手續後，便正式成為該項服務的參加者。
- 活動及課程不設留位及電話報名。
- 如以支票繳付有關費用，抬頭請填上「基督教香港崇真會社會服務有限公司」或「The Tsung Tsin Mission of Hong Kong Social Service Company Limited」，期票恕不接受。
- 所有活動及課程，繳費後不得退還，亦不接受任何轉讓或轉換。凡取消之活動及課程，請於通知時間一個月內，帶同該項活動的收據到本服務單位辦理退款手續。
- 如遇天氣問題，請參閱本單位「颱風及暴雨警告措施」。
- 所有活動、小組及興趣班之詳情以最新公佈為準，本服務單位將保留更改任何資料之權利，有關改動將盡快通知參加者。

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：租/借圖書、玩具、電腦、影帶、光碟、露營物資及琴房租用等等；
- 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（興趣班及課餘活動除外）；
- 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。

會員須知

補領手續

1. 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；
2. 會籍已滿一年者，可申請續期，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；
3. 提早續證之會員，其會籍將依原本到期順延一年；
4. 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證。

退款事宜

- 本中心只會在下列情況下接受退款申請：
- 中心在接受報名後更改服務內容或取消活動。
 - 活動因天氣影響而取消或改期。

拒絕申請及終止提供服務

• 在下列情況下，本中心將不接受報名者申請參加服務：

1. 服務申請者不符合接受服務資格。
2. 服務申請者的期望與該項服務目標不符。
3. 所提供的服務不符合服務申請者的需要。
4. 有關活動名額已滿

• 在下列情況，本中心可要求服務使用者退出已參加的服務：

1. 該服務因任何原因取消舉辦
2. 服務使用者不再符合接受服務資格
3. 服務使用者的行為對其他服務使用者及 / 或職員構成危險 / 滋擾性
4. 服務使用者嚴重違反本中心規則
5. 所提供的班、組及活動，不再符合服務使用者的需要

退出服務

- 服務使用者在有需要時可申請退出已參與之服務及會籍，並須填妥「退出服務申請表格」，已繳之費用將不獲發還。
- 所有已接受報名但仍未開始的活動，均不列作退出服務程序處理。

建議、讚賞或申訴

為提供優質的服務予社區人士，本中心歡迎您提出意見。我們除了通過活動收集意見外，任何人士可就本中心的服務向當值社工直接提出意見，或填寫「會員 - 服務使用者意見表格」，投放於中心內之意見箱，我們會於七個工作天內跟進回覆。如是匿名意見，中心則會定期於通訊內回覆，惟匿名投訴恕難跟進及回覆。

備註：1. 倘若天文台於中心開放前發出八號風球或黑色暴雨訊號，中心將不會開放，所有室內及戶外活動將會取消或延期。
 2. 倘若天文台改掛八號以下的風球或解除黑色暴雨訊號後的兩小時內，中心會重新開放，所有未開始的室內活動，需如常舉行。
 3. 倘若天文台改掛八號以下的風球或解除黑色暴雨訊號後不足兩小時的活動將會取消或延期。
 4. 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，中心將不會開放。
 5. 倘若**黑色暴雨訊號於中心開放時間內發出，中心仍會繼續開放**，並會視乎天氣、路面及交通情況，安排參加者暫時留於中心，並於安全情況下安排參加者離開。
 6. 使用本中心服務人士，若於颱風、暴雨期間，宜多留意天氣情況，以決定是否出席中心活動；如希望了解中心開放及活動情況，可於中心開放時間內致電2647 7337查詢，或瀏覽中心網址www.ttmssd.org。
 7. 因為天氣情況而取消之活動，中心將盡量改期，擇日舉行，惟無法舉行的活動/課程，中心將作退款安排。

颱風及暴雨警告措施

訊號	中心開放	中心室內活動	戶外活動
一號風球 或 黃色暴雨警告	✓	✓	✓ (備註：中心會視乎天氣情況，有需要可能會取消/延期/終止)
三號風球 或 紅色暴雨警告	✓	✓	✗ 取消/延期/終止
八號風球或以上	✗	✗ 取消/延期/終止	✗ 取消/延期/終止
黑色暴雨警告	✗ (中心開放前發出)	✗ (未開始的活動則取消/延期)	✗
	✓ (中心開放時間內發出)	✓ (已開始的活動可繼續進行)	✗ 取消/延期/終止

09-10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。有關的資料將由一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。

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：_____



活動花絮
家庭及社區工作支援隊

活動花絮
家庭及社區工作支援隊

