

2016年  
10-12月



西貢區社區中心  
SAI KUNG DISTRICT COMMUNITY CENTRE

中心網頁

QR Code



# 我們一路同行！




# 季刊

中心網站新面目  
詳情請參閱P.8-9

中心於2016年10月開始，逢星期日及公眾假期  
均不會對外開放服務，敬請留意！

中心  
Facebook  
QR Code



 西貢區社區中心

[www.facebook.com/SKDCC](http://www.facebook.com/SKDCC)

中心地址：西貢美蓮街8號  
Address: 8 Mei Yuen Street, Sai Kung  
電話 Tel: 2792 1762  
傳真 Fax: 2791 0247  
電郵 E-mail: [skdcc@skdcc.org](mailto:skdcc@skdcc.org)  
網址 Website: [www.skdcc.org](http://www.skdcc.org)

免費派發 FREE

2016年  
10-12月

# Index



西貢區社區中心  
SAI KUNG DISTRICT COMMUNITY CENTRE

季刊

目錄

中心隊伍	P.1
總幹事的話	P.2
中心·新鮮人	P.3
活動花絮·暑期篇	P.4 - P.5
雲南山區服務計劃	P.6 - P.7
中心網站新面目	P.8 - P.9
中心收費政策通告	P.10
親子幼兒活動	P.11 - P.15
推介活動	P.16 - P.17
樂學天地 - 課餘託管服務計劃	P.18
兒童活動	P.18 - P.20
家庭活動	P.21
兒童發展基金計劃活動	P.22 - P.23
小組頻道	P.24
坑口社區服務中心活動	P.25
青年活動	P.26 - P.28
學生活動	P.29 - P.31
長者活動	P.32 - P.34
天糧網	P.35
仁濟醫院♥西貢社區中醫診所	P.36
興趣班資料聲明	P.37
會員須知	P.38 - P.39
社會企業	P.40
捐款表格	P.41

# 西貢區社區中心 中心職員

中心  
隊伍

**總幹事**：譚景華(Alan)  
**副總幹事**：陳曉園(Angie)  
**服務總監**：譚德開(Adward)  
**社企總監**：陳培昌(William)

## 中心行政

**經理**：鄧志紅(Kat)      杜慧珊(Erica)  
**隊員**：余蔚欣(Clairy)      許建立(Lap)      羅嘉樂(Leo)  
羅尹媚(Yedda)      俞志威(威)      白倩兒(Quidde)  
何七嬌(嬌姐)      程玉竹(竹姐)

## 公共關係及資源拓展

**經理**：蘇凱君(Jenny)  
**隊員**：潘俊軒(Kelvin)

## 社會服務

**經理**：趙家輝(Ken)      陳潔華(Eva)      李玉英(Josephina)  
譚卓思(Tracy)  
**隊員**：馮素汶(汶汶)      鄭佩珊(珊)      蔡梓盈(Ashley)  
顏麗華(Serena)      羅嘉華(Chris)      陳秋燕(Jasmine)  
湯文軒(文)      江健恆(Daniel)      關祖謙(Joe)  
李貝賢(貝賢)      周婉婷(婷)      楊顯誼(顯誼)  
王柏麟(Benny)      范浩楠(Raymond)      殷子華(Benson)  
何凱熙(Michael)      劉啟初(Issac)      陳寶琳(Sammi)  
許博尊(Paddy)      葉小芬(Fanny)      張睿珊(Liz)

## 社會企業

**火山探知館館長**：曾繁康(Arthur)  
**西貢海濱樂園負責人**：周堅場(Jerry)  
**隊員**：趙美蘭(Wendy)      李慕韜(Maureen)      葉美珍(Anita)  
楊德森(Sam)      陳靜思(Kaylax)

# 總幹事的話

九月中由「再生會」主辦的每年一度的「十大再生勇士選舉」，順利選出了十位不同背景不同但鬥志卻一樣堅強的人士；他們當中有因中槍至下肢癱瘓的警長兼港隊輪椅籃球教練、患有先天脊髓肌肉萎縮症，以輪椅代步的香港硬地滾球代表出戰今屆里約殘奧……

被選出的每位勇士，都背負著一段艱難的歷史，當中或許流過淚、抱過怨，甚或有過輕生念頭的一刻，但都一一的克服下來，向著生命的彼岸奮鬥，最終做出自己驕傲、別人羨慕的成績。

事實上，從他們的分享中，都同樣強調兩個主題，一是自強，二是堅持。當中，他們十分強調自強的重要性，包括不自怨自艾、不放棄自己、不輕視自己，這都是提升內在潛能很重要的心理質素，讓負能量變作龐大的正能量，讓自己有條件衝出限制，發揮無限；至於「堅持」，更是至勝之道，沒有堅持改變不了現狀，沒有堅持看不到進化，沒有堅持也沒可以看到終點！

今日的青年朋友，生活條件普遍比上一代好，但卻常予人一種「軟弱」的印象，或許就是對自己的「自強」不足、「堅持」不夠吧！朋友們，別氣餒！抓緊明天，讓自己再出發！

中心·  
新鮮人



Hello! 我從Live Nature嶺新  
回嚟，自西生核善方面唔工作，  
希望愛大自然? 搵我喇!

陳靜思思(Kaylax)



大家好，我是許博尊Paddy，  
我哋今年7月加入西區社區中  
心唔啱大屋，我主要自西  
核善唔，請多多指教。

許博尊(Paddy)



大家好! 我叫Quidde, 好開心  
在今年7月加入西區社區中  
心, 自西Counter工作。  
入到中心就會見到我~請大  
家多多指教!

白倩兒(Quidde)



大家好! 我係盧慧琳Michelle, 原  
一位保險員, 我係9月入嚟西  
區社區中心, 自西長者服務員  
長老中學電腦基地, 如果大家  
有唔啱, 請理上頭唔錯,  
歡迎嚟找我。

陳寶琳(Sonia)



大家好! 我係子華Sir, 主要  
自西入職工作, 另外都會自西  
Dora唔啱多唔啱唔啱唔啱工作,  
如果大家想玩啱啱Dora唔啱!  
唔啱唔啱我呀!

殷子華(子華)



大家好!  
我係六月來到中心叫Ashley,  
主要自西青少年服務收帳, 唔  
啱唔啱請到中心  
搵我唔下計~

蔡梓盈(Ashley)



活動  
花絮

# 暑期篇



暑期才藝匯演嘉年華  
(Call me 神射手)



暑期營訓計劃  
(開工第一天！)



暑期才藝匯演嘉年華  
(聽身耐細三分波)



親子uor game  
(一齊上陣！)



SUPER挑戰自我友家人  
(喂喂良心手執唔係牛角噏)



海洋學堂  
(未玩先興奮！)



暑期才藝匯演嘉年華  
(嘉許儀式)



葡葡班  
(今日整咩食呢)



參觀科大  
(用科大 landmark 打卡先)



暑期運動天  
(列隊準備出發)



葡葡班  
(手拖手做好朋友)



水彈方程式  
(呢隻係big boss)

仲有太多活動……  
未能盡錄……

# 雲桂山區服務計劃



本年暑假，西貢翠社區中心同事帶同23位學生義工，遠赴廣西及雲南，與當地學生進行交流活動。我們的義工更在山區學校提供義教，親身了解偏遠地區的教育情況及需要。經過八日七夜的旅程，各同學有不同得著，不同經歷，讓我們一齊回顧一下吧！

計劃社工：馮樂欣(汶汶)

## 石芷君

◀ 很感謝高開學校的小朋友們，感謝他們願意接納我，和我一起玩。沒有嫌棄和討厭我，更感謝那些投入參與活動的小朋友，即使我有時帶活動帶得不是那麼好，他們也不介意，一樣很積極參與活動。我想他們更是我願意繼續參加的最大動力，希望我能一直參加這些活動直到我年齡到了限額為止……

## 徐浩謙

◀ 這次活動除了認識了我的縮具外，更有很多難忘的第一次！第一次十幾歲男生在操場沖涼，第一次被一個小朋友用格鬥技互打及鬥大力，第一次被小朋友話我以35歲，第一次與一大班人玩激水，第一次在小朋友面前唱歌，更要唱得很難聽，第一次和一班人坐馬車……這些第一次的經驗，真係好開心同好有趣，令我的人生變得更好……



教書的designer

## 張麗敏

◀ 我自己對於做服務的宗旨，是令到服務者對象有所得著，無論是笑容、禮物、遊戲或者無聊消磨時間，我認為都算一種得著，沒分高低層次，但是换位思考，其實我所得到的，正正也是這些……

## 胡煥偉

◀ 從來我認為這些服務當中，最珍貴的不是我們為他們帶到幾多的精彩好玩遊戲，幾多的物資給他們，而是簡單純粹投入他們的世界，與他們一同快樂，一同互動交流，一齊彼此學習……



大家桌邊/我



### 江傑龍

◀ 香港有繁華的人工夜景，而這裏有滿天星斗。在這裡我第一次看到了流星，對這裏的居民來說或許是很平常的事，而我卻很羨慕這「平常」...

### 陳廣成

◀ 在貴南學校看到的星雲，震撼了我的心靈，心裡其實十分感謝和感動，我終於看到了星雲。還記得到酋老寨的車程，每家窗出窗外都是藍天白雲，當時身體很累，但眼睛卻不願閉上，害怕會錯過任何風景...



給叫教苦唔緊



教我冇錯活動

### 湯玉敏

◀ 每年秋季的參與不是為了純粹想帶給什麼知識予小朋友，不是想他們對我們感恩，而是每次不一樣的經歷都豐富了我的人生，為我年少的畫而添加了色彩...

### 鮑巧晴

◀ 在第二間小學，感覺有點累，但是很努力跟小朋友玩，一堆教室裏面，一群小朋友喊着我的名字，那一刻，很驚訝...

### 區樹悅

◀ 午飯時間我發現其中一個我組的小男孩和他的朋友坐在一角，並沒有回家吃飯，我就過去問一下，原來是他們的飯太遠，來不及回家吃飯，怕趕不及回來和我們玩。第二天他們也穿著同一套衣服，因為他們能一天沒有回家，要不然第二天就不能來了。我那時就很感動，原來我們的到來對於他們來說真的很有意義...

### 李潔儀

◀ 我真的很想希望再見到他們，見到那個有事沒事也發脾氣的女孩，見到那個會推開人家牽我手的女孩，見到那個我一問她太多話就會叫我「傻瓜」的男孩...



同心協力一定得



今次到我估頭

### 彭宇軒

◀ 學習期間竟有一位不太熟的小朋友主動邀請我合照，令我感到小朋友的心思真的很天真...

### 陳映蓉

◀ 從前，我只想把所有精力花費在學習上，對服務所需要的人並不是那麼熱衷...看到他們一直緊緊的抓住我手，說她們最喜歡和我玩，在那一刻，我才切身的明白小朋友要的不多，她們只需要我們簡單的陪伴...



天下無不散之筵席 我地再見亦愛朋友

中心  
資訊

# 中心網站 新面目

唔知大家有無發覺，中心網站已經悄悄地變左身呢？  
無錯！為左令大家可以更容易知道中心嘅資訊，以及更  
方便查詢到最新活動及興趣班，我哋重新左網站嘅版  
面，宜家就向大家介紹下部份常用網頁面嘞！

[www.skdcc.org](http://www.skdcc.org)

查詢活動及興趣班

回顧活動花絮

首頁



中心最新公告及消息

中心最新季刊

中心最新重點服務/活動

# 活動及興趣班

中心  
資訊

西貢區社區中心  
ANG RONG DISTRICT COMMUNITY CENTRE

活動及興趣班

活動

活動類別	活動名稱	對象	活動地點	活動日期	詳情
親子活動	慶祝回歸廿二週年	中大區小學一年級	本中心	10/09/16-12/06/2016 (逢週一、三、五、日及月)	詳情
親子活動	慶祝回歸廿二週年	中大區小學一年級	本中心	07/2016 - 16/07/2016 - 25/07/2016 - 16/07/2016 - 05/08/2016 - 13/08/2016 (共6次)	詳情
親子活動	慶祝回歸廿二週年	中大區小學一年級	本中心	週七晚: 17/05/2016 - 12/08/2016 (共12次)	詳情

請先在此選擇想查詢活動或興趣班  
(搜尋前也要先選擇!)

按此查詢活動詳情

其它更多頁面未能盡錄，  
大家快啲上  
[www.skdcc.org](http://www.skdcc.org)  
親自睇下啦



P.S.由10月開始季刊不會刊登興趣班資料，請大家到網站查看！



收費政策詳情：

1. 所有已繳交的費用，包括班組<sup>註1</sup>、活動<sup>註2</sup>及服務<sup>註3</sup>，如因為惡劣天氣而取消或參加者請假/缺席，將不會安排補堂、退款。
2. 惡劣天氣下的服務安排  
(請留意電台/電視台的廣播)
  - ◆ 天文台懸掛一號風球/黃色暴雨警告信號，班組/活動/服務如常運作。
  - ◆ 天文台懸掛三號風球/紅色警告信號，除幼兒班組/活動/服務停止外，其它所有班組/活動/服務照常。唯幼兒託管服務在天文台懸掛三號風球/紅色暴雨警告信號，仍會開放予有需要的人士，但家長需確保接送幼兒的安全。
  - ◆ 天文台懸掛八號或以上風球/黑色暴雨警告信號，所有班組/活動/服務停止。
  - ◆ 如在班組/活動/服務進行期間懸掛風球或暴雨警告信號，幼兒仍可繼續留在本中心，家長可在安全情況下到本中心接回幼兒。

# 西貢區社區中心 收費政策(修訂) 通告

註1: 班組泛指各室內活動小組、興趣班

註2: 活動泛指戶外活動、遊戲日等

註3: 服務泛指室內及戶外進行之服務

如有任何查詢，請致電中心2792 1762聯絡當值職員。

親子幼兒  
1-6歲

# 幼兒託管服務 Children Care Service

親子幼兒  
活動

## 目的 Aim

為外出工作或各種特殊原因而未能為幼兒安排照顧之家長，提供中心託管服務，並由有經驗並受訓之幼兒照顧員於中心內照顧及看管幼兒，亦會為幼兒提供具學習及發展元素之活動。

In order to help parents who are not able to take care of their young children in daytime, we offer drop in Child Care Service. Children will be taking care by experienced and trained child care worker. The service also provides learning and developmental activities for young children.

## 服務時間 Service Time

星期一至五 上午8:30至下午5:30 Weekdays From 8:30a.m. to 5:30p.m.

## 服務對象 Service Target

1至3歲之幼兒 1-3 years old

4至6歲之幼兒 4-6 years old

## 費用 Fee

### 恆常服務時間 Regular Time Slot

		收費
半日 Half day	A) <上午>8:30-13:30/ <下午>12:30-17:30	\$125
全日 Whole day	B) 8:30-17:30	\$250
連續兩星期 Continuous two weeks	C) 8:30-17:30	\$2020
全月 Monthly	D) 8:30-17:30	\$3960

### 延長服務時間 Extended Service (當於至少一個工作天前通知 Please inform at least one day before)

全月 Monthly	E) 7:30-19:00	\$4,500
1小時 1 Hour	F) 7:30-8:30 或 17:30-18:30	\$45
1.5小時 1.5 Hours	G) 17:30-19:00	\$67

## 備註 Remark

所有已繳交的費用，如因為惡劣天氣而取消或參加者請假/缺席，將不會安排補回服務節數、退款。

No refund or reschedule if the services are cancelled due to the inclement weather or absence.

## 負責同事 Staff

周姑娘 (電話 Tel: 2792 1762)



## 『智』叻寶貝 專業幼兒 PLAYGROUP計劃

本計劃是根據香港教育統籌局推行的『學前教育課程指引』而製訂的一系列遊戲學習小組，運用多元智能理論(言語能力、感覺統合、音樂智能、人際智能等)學習，幫助幼兒全面的發展，為日後學習及未來生活建立基礎。

### 嬰幼兒潛能啟蒙親子班

日期：4/10-25/10/2016 (逢星期二)

時間：早上11:30-12:30

對象：8個月-12個月 親子

名額：8對親子

收費：\$480 (4堂)

師資：合資格幼稚園老師

負責職員：楊姑娘

備註：每對親子最多由2位家長陪同

### 學前幼兒潛能進階親子班

日期：4/10-25/10/2016 (逢星期二)

時間：早上10:30-11:30

對象：13個月-24個月 親子

名額：8對親子

收費：\$480 (4堂)

師資：合資格幼稚園老師

負責職員：楊姑娘

備註：每對親子最多由1位家長陪同

## 學前適應班2-3歲(獨立班)

日期：6,13,20,27/10/2016 (逢星期四)

時間：10:00-11:00 地點：本中心

名額：8位幼兒 對象：2-3歲幼兒

費用：\$420 (4堂)

內容：五大方向-聽指令能力、專注力、邏輯數理智力、音體、自理能力及增加與主題有關之知識

負責職員：周姑娘

## 幼兒潛能英語親子班

日期：6,13,20,27/10/2016 (逢星期四)

地點：本中心

對象：13-20個月之嬰幼兒及其親子

負責職員：周姑娘

時間：11:15-12:15

名額：8對親子

費用：\$500 (4堂)



# 親子共讀計劃 Parent-child Reading Scheme



## 圖書借閱服務

日期：1/8-31/1/2017(逢星期二及五)  
時間：下午4:00-5:00  
地點：本中心幼兒房  
對象：育有嬰幼兒的家庭  
費用：全免(會員)  
負責職員：楊姑娘、李姑娘  
備註：只供完成兒童啟蒙老師訓練之學員外借，未完成課程之家庭只能在中心借閱

## 社區故事劇場

日期：3/10-31/1/2017(逢星期五)  
時間：下午3:00-4:00  
地點：本中心幼兒房  
對象：育有嬰幼兒的家庭  
費用：全免(會員)  
負責職員：楊姑娘、李姑娘



## 兒童啟蒙老師訓練工作坊

目的：教導家長給小孩朗讀，能增強親子關係，及預備他們的小腦袋，來學習語文和早期閱讀的不同技巧。  
日期：(第三期) 8/10、15/10(星期六)  
時間：下午3:00-4:30  
地點：本中心幼兒房  
對象：區內家長  
名額：10名  
收費：\$30(會員)  
負責職員：楊姑娘  
備註：完成訓練後，可獲書伴我行(香港)基金會送贈每個家庭圖書一本連相架一個)

## 閱讀獎勵計劃

日期：1/8-31/1/2017  
對象：區內家長  
名額：不限  
費用：全免(會員)  
參加方法：參加者填妥表格後，自行將表格交回本中心並須出示有效之會員証  
負責職員：楊姑娘、李姑娘  
備註：在參加計劃時會獲發閱讀紀錄冊一本，以紀錄參加者所閱讀的書籍、遞交的閱讀報告及推介的書籍，所登記的紀錄均需經由本中心職員簽名作實。每月總結時，閱讀書籍最多的首3名會員，可獲

# 嬰幼兒家庭七色彩虹支援計劃 2016-2017



## 計劃目的:

1. 向嬰幼兒家庭推廣正面育兒的知識、技巧及態度，加強家庭功能。
2. 網絡區內居民，建立嬰幼兒家庭的互助網絡平台，分享育兒心得，舒緩家庭育兒壓力。

## 對象:

西貢區內育有0-6歲嬰幼兒的家庭、孕婦及其家庭

## 鳴謝:

西貢區議會贊助

### 兒童心肺復甦法證書課程

目的:

1. 介紹兒童心肺復甦法理論;
2. 示範及練習及技巧評核。

日期: 8/10 (星期六)

時間: 10:00 - 13:00

地點: 本中心

名額: 25個

對象: 育有0-6歲幼兒的家長或照顧者

費用: \$140(已包括合格證書)(原價\$170)

講員: 由聖約翰救護機構主領

負責職員: 李姑娘

### 親子正向管教工作坊(2堂)

1) 正向心理學(Positive Psychology)與親子關係

2) 如何培養孩子的抗逆力

目的: 了解如何與孩子建立快樂和投入的關係以及培養自尊自信的孩子

日期: 15/10、22/10 (星期六)

時間: 11:00-12:30

地點: 本中心

名額: 25個

對象: 育有0-6歲幼兒的家長或照顧者

費用: \$35/堂, 可享優惠價\$65報讀2堂

負責職員: 李姑娘

備註: 出席達2堂的家長將獲發出證書乙張

### 嬰幼兒健康管理持續培訓課程(4堂)

- 目的:
- 1) 認識嬰幼兒的成長發展與需要
  - 2) 認識與促進嬰幼兒的言語發展
  - 3) 認識與促進嬰幼兒的體能發展
  - 4) 認識與促進嬰幼兒的情緒與社交發展

日期: 5/11、12/11、19/11、26/11(星期六)

時間: 11:00-12:30

地點: 本中心

名額: 25個

對象: 育有0-6歲幼兒的家長或照顧者

費用: \$45/堂, 可享優惠價\$165報讀4堂

負責職員: 李姑娘

備註: 出席達4堂的家長將獲發出證書乙張

### 親子美食製作班

目的: 促進親子關係, 加強親子間溝通; 培養幼兒對美食製作的興趣。

日期: 29/10, 10/12, 17/12/2016 (星期六)

時間: 10:00-13:00

地點: 本中心

名額: 10對親子

對象: 育有2-6歲幼兒的家庭

費用: \$12/每堂每對親子

負責職員: 周姑娘



# 嬰幼兒家庭七色彩虹支援計劃 2016-2017

親子幼兒  
活動

## 計劃目的:

1. 向嬰幼兒家庭推廣正面育兒的知識、技巧及態度，加強家庭功能。
2. 網絡區內區民，建立嬰幼兒家庭的互助網絡平台，分享育兒心得，舒緩家庭育兒壓力。

## 對象:

西貢區內育有0-6歲嬰幼兒的家庭、孕婦及其家庭

## 備註:

西貢區議會贊助

### 家庭旅行 (一)

目的：以外出活動的形式，認識香港生態活動，啟發幼兒的多元智能，同時促進親子關係。

日期：16/10/2016 (星期日)

時間：9:00-13:30

地點：綠田園

名額：110個

對象：育有6歲或以下幼兒的家庭

費用：\$60/人 (大小同價)

負責職員：周姑娘

### 家庭旅行 (二)

目的：以外出活動的形式，認識香港交通，啟發幼兒的多元智能，同時促進親子關係。

日期：3/12/2016 (星期六)

時間：9:00-13:30

地點：小白鷺互動中心/大尾篤

名額：110個

對象：育有6歲或以下幼兒的家庭

費用：\$60/人 (大小同價)

負責職員：周姑娘

## 嬰幼兒遊樂場 Infants & Children's Playroom

### 目的 Goal

藉偶到服務為區內嬰幼兒及家長提供交流平台，同時亦能擴闊社交圈子。

To provide a platform for infants and young children and their caregivers to explore, socialize, make new friendships and support each other in our community.

### 內容 Details

- 提供舒適、安全和整潔嬰幼兒遊樂空間。  
Offers a safe, clean and comfortable area for young children.
- 設施包括波波池、滑梯、搖木馬、平衡木等，給親子自由活動。  
Facilities for children's activity include: toys, kids ball pool, slide, rocking horse and balance beam.

日期Date: 3/10 - 19/12 /2016 (逢星期一 Every Monday)  
5/10 - 28/12/2016 (逢星期三 Every Wednesday)

時間Time: 上午10:00-12:00 (共2小時 2 Hours)  
下午13:00-15:00 (共2小時 2 Hours)

地點Venue: 本中心SKDCC center  
名額Quota: 8對親子 8 Children & 8 Adults

收費Fee: \$20 (一對親子) \$20 per 1 child & 1 adult, then \$5 for every additional child

對象: 6個月-5歲之嬰幼兒及其照顧者  
Service Target: Young children of age from 6 months to 5 years Old and their caregiver

負責職員Staff: 楊姑娘

電話Tel: 2792 1762

傳真Fax: 2791 0247



推介  
活動

# 水上活動 課程

編號：  
KayaY-01

## 青少年 獨木舟訓練



親子  
龍舟體驗日

編號：  
DBF-01

對象：14歲以上，懂游泳50米  
獨木舟一星至三星訓練班

日期：2016年11月(逢星期日)  
內容：課程按不同星章的課程內容教授，包括學習基本划舟技術、哨子訊號的認識、個人裝備、如何穿著救生/助浮衣、集合成艇排及翻後的適當處理方法、槳及獨木舟的認識、天氣影響、船尾舵轉向、艇排的靈活運用及HI型深水急救法等。

\*持有三章星章者可於康文署租用獨木舟自行練習。每個星章訓練日數為一天(約6小時)。

費用：個人：每組星章收費\$200元  
團體：\$1500元

(個人為一組，不足8人亦當8人收費)  
證書費用：每人25元正

參加者完成課程及通過評核後均可獲得由獨木舟總會頒發的星章證書

日期：2/10/16(星期日)

時間：09:30-18:00

對象：6歲以上

- 目的：
1. 了解更多龍舟傳統文化
  2. 運動訓練小孩的鬥志和決心
  3. 促進親子關係

內容：一家大細學習划龍舟的技巧，體驗划龍舟的樂趣，渡過一個愉快的親子日。

費用：每人\$150元；  
每加一位成人收費\$200元

名額：14人或以上的倍數

備注：12歲以下小童必須由至少一位的成人陪同。



## 獨木舟 旅程生態 體驗遊

對象：14-60歲，懂游泳50米  
參加者必須持有獨木舟一星章證書

生態體驗(編號:KayaL-01)

日期：11/12/2016(星期日)

時間：09:30-14:00

費用：\$200

地點：新竹灘至黃宜舟

內容：讓參加者學習獨木舟的駕駛方法，以不同的生態景點為單位(如岩岸、紅樹林等)，認識不同的生態群

1. 獨木舟的認識與應用
2. 生態的認識

\*活動均由合資格教練帶領



對象：14-60歲，懂游泳50米  
參加者必須持有獨木舟一星章證書

地質體驗(編號:KayaL-02)

日期：18/12/2016(星期日)

時間：09:30-14:00

費用：\$200

地點：鹽田梓及橋咀

內容：由西貢出發划獨木舟登上鹽田梓探索小島文化、鹽田遺址，欣賞沿岸紅樹林生態。

\*活動均由合資格教練帶領

## 「西貢保育新力量」培訓及實踐計劃

西貢有香港後花園之稱。本計劃以「環境保育」為主體，將西貢及環保聯繫，透過推動一連串環保的活動及學習，教育新一代注重環保，繼而以不同方式的活動，將環保意識帶到社區，保育美麗的西貢。

### 「綠色保育推廣日」

在區內進行環境保育的競賽，以獎板、攤位遊戲、體驗活動等，讓市民大眾親身體驗，加強市民對保育環境的意識。

2016年11月(待定)

對象：西貢區居民

地點：西貢海濱公園

### 「綠色保育先鋒」環境保育訓練計劃

灌輸環境保育的概念予兒童及其家庭，透過戶外訓練及實踐教授，如生態保育、環保生活等知識。

日期：2016年10月-2017年3月

對象：區內中、小學生

地點：市中心、西貢戶外

### 「文化保育考察團」

舉辦文化保育考察團，到香港現有僅存的文化保育點，對該區的文化保育工作進一步了解。

2016年2月(待定)

對象：區內家庭

地點：大嶼山大澳水鄉

### 「西貢自然保育大行動」

到區內海岸公園及地質公園等熱門景點，進行清潔等保育行動；讓參與者身體力行，帶動區內人士為環境保育出力。

21/1/2016(六)

對象：區內家庭

地點：西貢海岸公園

### 「綠色保育推廣日」

#### 手工皂DIY製作

以DIY製作家庭用品，體驗的低消費生活模式，讓參與者體驗製作「環保家品」。

27/11/2016

對象：區內家庭

地點：中環區打邊爐

### 「自然保育親子考察團」

為區內家庭提供參與「自然保育」的機會，到訪西貢後花園的自然景點，透過大自然考察，提升其對「生態污染」

「環境保育」的意識

18/12/2016(日)

對象：區內家庭

地點：西貢海岸公園

負責職員：湯文軒(阿文)

# 樂學天地

## 課餘託管服務計劃

目的：1. 協助參加者處理及解決日常功課的困難，減輕父母的壓力

2. 提昇參加者與人相處及溝通技巧

對象：小一至小六學生（雙職父母之子女優先考慮）

期間：2016年9月1日至2017年6月30日（逢星期一至五）

時間：15:45-18:00

地點：本中心

名額：12人（師生比例：1:6）

負責職員：江健恆(Daniel)

費用：每月\$1500（合乎資格的家庭可申請費用減免，詳情請向負責職員查詢）

計劃內容：

	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
15:45-16:15		安頓及茶點時間			
16:15-17:00		功課輔導及溫習時間			
17:00-17:10		小休（視乎學生學習進度作安排）			
17:10-18:00		功課輔導及溫習時間			
星期五 18:00-18:30	集體遊戲		集體遊戲	興趣活動/ 節日活動	

備註：1. 參加者及其家長必需參與面試；

2. 此服務設獎勵計劃，提昇參加者的投入感；

3. 每雙月最後一個星期五為「樂學家聚」，參加者將於中心一起烹煮或共進晚餐

4. 每學期進行一次家長會，以增加家長對參加者於中心的參與情況；

5. 如參加者及其家長有需要，中心可提供個別輔導服務；

6. 如參加者需要特別的學習支援和照顧，家長請先致電與負責職員聯絡。

## 兒童活動

### PokeMon GO 香港遠隻捉(港島篇)

日期：23/12/2016 (星期五)

時間/地點：10:30 - 17:00 / 香港島

收費：\$20 (會員) \$40 (非會員)

對象：有意成為偉大精靈訓練員之中心會員

名額：10人

內容：捉精靈同時遊走本港歷史及文化建築，同時拍下屬於你個人和不同地方最有創意的照片作品留為紀念。

負責職員：江健恆 (Daniel)

備註：1. 自備八達通、食水及午餐費用

### PokeMon GO 香港遠隻捉(西貢篇)

日期：15/10/2016 (星期六)

時間/地點：11:00 - 16:00 / 西貢

收費：\$20 (會員) \$40 (非會員)

對象：有意成為偉大精靈訓練員之中心會員

名額：10人

內容：捉精靈同時遊走西貢歷史及文化建築，同時拍下屬於你個人和西貢最有創意的照片作品留為紀念。

負責職員：江健恆 (Daniel)

備註：1. 自備八達通、食水及午餐費用



### 10-12月份會員生日會

日期：29/12/2016 (星期四)  
 時間/地點：11:30 - 14:00 / 本中心  
 收費：\$60 (會員) \$80 (非會員)  
 對象：6 - 10歲  
 名額：12人  
 內容：集體遊戲、紙杯蛋糕製作及大食會。  
 負責職員：江健恆 (Daniel)  
 備註：1. 10-12月份出生的參加者將獲得一份生日禮物  
 2. 記得帶食物盒

### 2016獅藝訓練組(10 - 12月)

日期：8/10/16 - 17/12/16 (逢六、11堂)  
 時間/地點：10:30am - 12:00nn / 本中心  
 收費：\$350 (會員) \$450 (非會員)  
 對象：6 - 15歲  
 名額：20人  
 內容：獅藝是中國人在全世界獨有文化，不論在慶典、廟會或過年過節，大家都喜歡看舞獅的表演；而此班主要教授參加者基本動作有：喜、怕、爬、蹲、過及鑼鼓運用等。  
 目的：訓練參加者團隊合作、自律及堅忍，最後把所學的東西在不同場合的表演中表現出來，藉以提升參加者的自信及投入感。  
 負責職員：江健恆 (Daniel)  
 備註：1. 此為長期班組，設有延續課程  
 2. 歡迎查詢及插班

### 義兵訓練團

日期：7/10/2015 - 28/10/2016 (逢星期五)  
 時間：18:30 - 20:00  
 地點：本中心  
 費用：\$50 (會員) \$ 70 (非會員)  
 對象：8 - 12歲兒童  
 名額：10名  
 內容：熱愛運動又想做義工既你點會未玩過乒乓球呢，但你知唔知打乒乓球唔只係強身健康咁簡單，原來仲可以學習管理自己既情緒架！想試下？你就參加啦！  
 負責職員：關祖謙 (Joe)



C

### 跑出我天地(第四期)

日期: 6/10-15/12(逢星期四)(共11節)

時間/地點: 19:30-20:30 / 本中心(倒筆空運動場)

收費: \$50(會員) / \$100(非會員)

對象: 6-12歲; 對運動有興趣的兒童

名額: 12人

- 內容:
1. 參加跑步活動訓練兒童的耐力、訓練肌肉與腦部的協調; 透過小組活動學習社交技巧, 提升自我管理能力。
  2. 經訓練後可獲工作人員推薦參加香港公開跑步比賽(個人或隊制)

負責職員: 顏麗華(Serena)

- 備註:
1. 參加比賽費用需額外收費
  2. 一至三期運動員優先取錄



C

### 反斗「量」盟遊樂場

#### 10月活動 - My Dream Toy

日期: 2016/10/29 (星期六)

時間: 14:00-17:00

地點: 本中心

- ▼ 利用「紙皮盒」製作不同的遊戲及場景, 發揮創意。
- ▼ 公仔紙大賽—以不同的方法, 取得最多的公仔紙。

#### 11月活動 - 「70'S遊樂場」

日期: 2016/11/26 (星期六)

時間: 14:00-17:00

地點: 本中心

- ▼ 不倒戰區 - 利用「廢紙筒」製作不同大小大型棋子, 自由創作玩具;
- ▼ Y叉大戰 - 利用Y叉進行不同類型之射擊比賽;
- ▼ 降落機噐 - 製作不同類型的飛機及進行比賽。

#### 12月活動 - 穿梭聖誕時光隧道

日期: 2016/12/17 (星期六)

時間: 14:00-17:00

地點: 本中心

- ▼ 以大型隧道設計歷險旅程, 讓小朋友經驗尋寶的刺激。

以上活動以小型當年華形式進行, 歡迎所有有興趣人士參與, 不設年齡限制!  
如有任何疑問, 可向負責社工馮素汶姑娘查詢。

# 家庭活動

F

## 親子農場一天樂

- 日期：4/12/2016 (星期日)  
 時間/地點：10:00am - 17:30pm / 大埔林村 及 嘉道理農場  
 收費：\$60/位 (會員) \$90/位 (非會員)  
 對象：西貢區內家庭  
 名額：50人  
 內容：親子郊遊樂。上午主要去大埔林村許願樹，了解許願樹之起源和文化；下午前「嘉道理農場」親視大自然，觀看林林總總動物，學習動物分類和常識；  
 負責職員：江健恆 (Daniel)  
 備註：1. 費用已包括車費 及嘉道理農場的入場費  
 2. 自備午餐，參加者可於林村的餐廳內自費午餐或自備食物  
 3. 自備飲用水及防蚊防曬用品



F

## 親子獨木舟同樂日

- 日期：16/10/2015 (星期日) 暫定  
 時間/地點：10:00 - 16:30 / 西貢劇興水上活動中心  
 收費：\$100/位 (會員) \$130/位 (非會員)  
 對象：親子 (兒童必須足8歲才能划舟)  
 名額：20人  
 內容：1) 獨木舟基本知識和划舟技巧；  
 2) 親子雙人划舟/單人划舟活動；  
 3) 觀賞西貢海上地鱗風暴/保育資訊；  
 負責職員：江健恆 (Daniel)  
 備註：1. 在那筆堅運動場集合；及自備食水  
 2. 必須穿著包指包腳膠鞋才可下水(如白飯魚)；及懂基本泳術能游50米

F

## 羽毛球同樂Fun

- 日期：5/10, 19/10, 2/11, 16/11, 30/11, 14/12, 28/12/2016 (逢星期三、七堂)  
 時間：18:00-20:00  
 地點：西貢大會堂  
 收費：每位\$100 (會員)/\$130 (非會員)  
 對象：區內家庭  
 名額：12  
 內容：此班為個人玩樂性質，沒有導師，自由組隊進行活動，志在透過羽毛球促進親子關係及減低日常生活壓力。  
 備註：自備球拍；中心每節會準備2筒羽毛球  
 負責職員：江健恆(Daniel)



## 兒童發展基金計劃「拉闊」導航計劃 2016年度第四季活動總表

月份	對象	日期/時間	活動地點	活動內容及目標	*名額有限，欲報從速
10月	全銀組組友員	2016/10/15(六) 11:00-16:00	西貢區	Pokemon Go (西貢區) (食、遊、攝影名額共10名) 宏博會的同時遊走西貢歷史及文化建築，同時拍下屬於個人和西貢獨特風景的照片作紀念。 集合時間地點：11:00 西貢社區中心 解散時間地點：16:00 香港廟 *自備車費、水及午餐費用	
	全組友員	2016/10/22(六) 14:00-16:30	Coffee Public Limited 觀塘數碼港438-446號 數碼工業中心 觀塘13樓G室	拉花基礎與進修 (20名) - 義式咖啡(ESPRESSO)及牛奶咖啡(LATTE)製作技巧之解說及示範 - 拉花(LATTE ART)製作技巧之解說及示範 學員實作第一：學員學習專業意大利半自動機(LA PAVONI) - 磨豆製作及以圖ESPRESSO 學員實作第二：學員學習製作牛奶泡沫(MILK FOAMING) 學員實作第三：學員學習拉花技巧(POURING) 導師解說及示範拉花技巧之常見錯誤及注意事項 學員實作第四：學員親手製作 LATTE - 拉花及拿鐵 LATTE；導師示範如何應用家用咖啡機在波厘部拉花 集合時間地點：13:30觀塘地鐵站B出口 解散時間地點：16:30 觀塘	
	全銀組組友員、友朋	2016/10/29(六) 13:00-16:00	志達酒家 香港觀塘康翠道77號 東望入邊1期7樓C座	比送咖啡 17 (食、遊、攝影名額共20名) 帶同家人密至咖啡選購，有別訓練參加者解難能力，團隊合作精神，溝通技巧及耐力。 集合時間地點：13:30觀塘地鐵站B出口 解散時間地點：16:30 觀塘	
11月	全組友員	2016/11/04(五) 17:00-18:00	(事前會議組) 西貢區社區中心	華友誌-開心小導遊* (全組名額共6名) 參加者嘗試擔任小導遊的角色，親自巡視西貢區內容，把活動當日去過一所對能人士觀看，與一班程度與能人士上一堂輕鬆有趣的溝通課。	
		2016/11/19(六) 13:00-16:00	陳奕康利利博士研習 綜合治療中心 奧德樓310號	2016-11-19華友誌解散事宜 集合時間：12:30 東方站地鐵站A出口集合 解散時間：16:00 綜合治療利利博士研習的合康樓中心解散 *必帶出席事前會議組，*如遲到超過15分鐘，恕不候候	
	全銀組組友員、友朋	2016/11/06(日)	諮詢區技術人員協會 托車道將軍澳康翠道 寶利和商場平台3座	諮詢區-員工聚餐 (食、遊、攝影名額共20名) 家庭探訪	
全銀組組友員、家長、友朋	2016/11/20(日) 13:00-21:30	香港迪士尼樂園	香港迪士尼樂園-悅快之旅 (食、遊、攝影名額共40名) 集合時間地點：上午11:30 西貢社區中心 下午12:00 新口岸地鐵站B出口(同個屋內外) 解散時間地點：晚上10:00 新口岸地鐵站 晚上10:00西貢社區中心 *友朋/家長(1名)及友員一同出席後先 *旅遊巴士從新口岸地鐵站 灣內向由參加者自付		
全銀組組友員	2016/11/26(六)	待定	領袖訪問 (食、遊、攝影名額共20名)		
12月	全銀組組友員、家長、友朋	2016/12/18(日)	待定	「拉闊」導航計劃結業禮 *核心活動	*所有參加者、家長、友朋必須出席
	全銀組組友員	2016/12/22(四) 14:00-16:00	香港電台 香港九龍彌敦道30號	參觀香港電台 (食、遊、攝影名額共20名) 讓參加者認識香港電台的架構及電台廣播運作，增加參加者對不同行業的認識。 集合時間地點：14:00 西貢區社區中心 解散時間地點：16:00 西貢區社區中心	
	全銀組組友員、家長、友朋	2016/12/20(日) 14:00-17:00	西貢區社區中心	聖誕派對 (食、遊、攝影名額共30名) 參加者、友朋和家長一同慶祝聖誕節，並為3年的活動作出回顧及為計劃作出總結。	

\*活動日期或會因場地及天氣作出調整，敬請留意中心通知及向陳嘉蓮(Joanne) 或 王主(Bonny)查詢。

\*活動詳情請參閱附錄之資料。

\*由於活動日期調整，本中心會從收齊報名表格後，對名額活動進行核對，活動結果會於2016/12/19前於中心網站公佈。

\*報名方法：活動詳情請於2016年9/20日前透過以下一種途徑向中心。

1. 傳真：2791 0347
2. 親身交回中心：西貢美源街9 號西貢區社區中心
3. WhatsApp：5429 9064 (王Sir)



# 兒童發展基金計劃「飛越夢想」計劃

## 2016年度第四季活動總表

青年  
活動

月份	對象	日期/時間	活動地點	活動內容及目標
10月	友員 友朋	8/10, 22/10, 5/11, 19/11, 3/12, 7/12, 31/12 星期六 (每兩星期一次) 時間待定	香港各大山徑路線	山徑小組 名額20名 登山遠足是一項身心同時又老少咸宜的戶外活動。 小組除了會帶大家去香港各大山徑路線欣賞風景之外，亦會教大家 基本山徑裝備的知識。*參加者必須參加3次以上
	友員 友朋 家長	23/10/2016(日) 上午	抗口中心	72行專業人士為志趣內分享2 名額30名 每3個行業會有不同專業人士為你介紹有趣的行業資訊。例如 入行條件/方法、職業前景、工作內容等等。 今次主題：化妝、美髮師
	友員	15/10/2016(六) 上午 時間待定	西貢區社區中心	美工作坊小組 名額30名 透過訓練工作坊，令友員可以成爲具有親愛他人的義工。中心會安 排義工服務為天耀網服務使用者的小組友員學生日派對。
11月	友員 友朋	6/11/2016 (日) 時間待定	諮詢四肢癱瘓人士協會 將軍澳將軍澳康樂中心 健明軒商場平台3室	諮詢義工培訓 名額20名 由諮詢友朋向同一行業諮詢其他僱員人士，藉此了解到僱員人士的 日常生活。 *諮詢四肢癱瘓人士協會的友朋及其友朋優先
	友員	11-13/11/2016 (五、六、日) 時間待定	西貢區社區中心	領袖訪問工作坊 名額20名 了解受訪對象的背景、學習訪問技巧及禮儀。為之後的領袖訪問做 好準備。 *必須參加領袖訪問
	友員	11-13/11/2016 (五、六、日) 時間待定	西貢區社區中心	領袖訪問 名額20名 訪問一位社會企業的領袖，在訪問中可以學習到領袖的成功經驗， 從而令參加者可以成長。 *必須參加領袖訪問工作坊
	友員 友朋 家長	20/11/2016(日) 13:00 - 22:30	香港迪士尼樂園	香港迪士尼樂園一日遊 名額40名 集合：13:00 西貢區社區中心 13:30 抗口封關站出口兩個鐵門外 解散：22:30 抗口地鐵站 22:30 西貢區社區中心 *友朋/家長(1名)及友員一同出席優先 *園內消費由參加者自付
	友朋	27/11/2016(日) 上午	抗口中心	POP體驗工作坊 名額50名 讓伴領事體驗你的友員將會經歷的POP。我地會俾你完成自己的個人 發展計劃書。你可以更有自信幫助友員完成他們的POP。
12月	家長	10/12/2016 或 11/12/2016 下午	香港科技大學	好妻子工作坊 名額50名 由陳快長免費精神天地的負責人向家長分享經驗，如何與子女訂立 目標、平衡家長期望及子女的理想。
	友員 友朋 家長	23/12/2016(六) 時間待定	西貢區社區中心	聖誕遊戲 名額50名 當中設有神秘環節，讓參加者可有意想不到的驚喜，送一個難忘的 聖誕節！ *參加與否必須本季度有參加其他活動2次或以上

\*以上活動只供「兒童發展基金計劃 - 飛越夢想」計劃者報名。

\*活動日期或會因場地及天氣作出更改，敬請留意中心通訊及何志先生 (Raymond) 或馮潔敏 (Jasmine) 網頁。

\*活動詳情請參閱附時之資料。

\*由於活動名額有限，本中心會收到買票參加預後，對想報名活動的預後，請聯絡美善於2016年10月27日前往中心報名。

\*報名方法：活動名稱請於2016年9月27日前透過以下一種途徑預約中心。

1. 傳真：2791 0247
2. 親臨交收中心：西貢區諮詢及西貢區社區中心
3. WhatsApp：5172 7911 (呂先生)

# 小組頻道

W1/000



## 香港童軍總會~東九龍地域西貢區第281旅童軍 Scout Association of Hong Kong - EKR 281st Group

幼童軍團 (7至11歲)集會時段： 逢星期六·2:00PM—4:00PM，  
本中心 / 戶外活動地點

童軍團 (11至16歲)集會時段： 逢星期六·4:00PM—6:30PM，  
本中心 / 戶外活動地點



活動招收新成員，只要

- 幼童軍：年滿7歲；童軍：年滿11歲；  
深資童軍：年滿16歲
- 嘗試群體生活
- 嘗試野外活動
- 培養紀律及德育

如有任何查詢，  
可與負責職員 湯文軒 (湯sir) 聯絡。



# 地區活動

## 「快樂西貢人」繽紛日 RA

日期：29/10/2016 (星期六)

時間：14:00-17:00

地點：西貢市天后廟對出廣場

目的：- 讓西貢居民認識昔日西貢的生活文化  
- 宣傳西貢社區的特色、展示西貢舊事舊貌

內容：- 昔日西貢照片展覽  
- 台上精彩表演  
- 懷舊遊戲體驗



**歡迎參觀  
免費參與**

參加者可獲精美紀念品  
負責職員：湯文軒 (阿文)

# 坑口社區 服務中心

坑口村社區服務中心  
開放時間  
星期六 10:00 至 18:00



Y

## 青年樂坊

日期：8/10/2016 - 31/12/2016 (星期六)  
時間：14:00-15:00  
地點：坑口村社區服務中心  
收費：\$20 (會員)  
對象：11歲或以上青少年  
名額：每節可容納2-6人  
內容：每星期均會練習熱門流行曲，並透過各種歌唱樂器，供大家分享對音樂的喜好。  
負責職員：湯文軒(阿文)  
備註：需先留名，再安排加入。表現突出，有機會安排演出，進一步發揮潛能。

Y

## 自組成團青年 Teen

你想唱K、跳舞、Broad game、飛鏢、自修... 只要你加入「自組成團青年Teen」，就可以借用本中心房間。

日期：8/10/2016 - 31/12/2016 (逢星期六)  
時間：(中心開放時間)10:00-18:00  
對象：區內12歲以上青少年  
費用：\$20 (每節1.5小時)  
借用辦法：只要加入會員(入會費\$20)，在一星期內以電話預約。  
負責職員：湯文軒(阿文)

Y

## Mix n Match無伴奏樂團

日期：03/10/2016 - 05/12/2016 (逢星期一)  
時間：16:30 - 18:00 /坑口服務中心  
收費：\$50 (會員) \$100 (非會員)  
對象：14-24歲青少年 名額：10人  
內容：音樂對於每個人都有著不同的價值及意義。我們將為青少年提供由專業音樂導師教授無伴奏合奏技巧，好讓他們有發展潛能的機會，並參與公開演出，以推廣無伴奏音樂文化及反映青年對音樂的熱誠！  
負責職員：蔡梓盈(Ashley)  
備註：1. 所有參加者於報名後將收到面試通知，成功入選才需要繳交活動費用。  
2. 參與表演者須出席額外的表演排練。表現突出，有機會安排演出，進一步發揮潛能。





## 青年活動

### Y SK Shooter Team

日期: 07/10/2016-30/12/2016(隔個星期五)

時間: 18:30 - 21:00

地點: 本中心

收費: \$120 (會員) / \$150 (非會員)

對象: 11歲或以上青少年

名額: 12名

目的: 訓練個人決策能力、冷靜處事, 提昇個人品格及自制能力

內容: Shooter! Are U Ready? 以定靶射擊, 模擬實際場景, 在安全情況進行氣鎗射擊運動, 培訓青少年冷靜思考、手眼協調。最後一節, 更會舉辦季度比賽, 挑戰“誰是槍王”

負責職員: 湯文軒 (阿文)

備註: 中心提供合規格之氣鎗及保護裝備  
歡迎自備合規格之氣鎗、保護裝備

### Y “誰是槍王” 挑戰賽(季度戰)

日期: 30/12/2016 (星期五)

時間: 18:30 - 21:00

地點: 本中心

收費: \$40 (會員) / \$70 (非會員)

對象: 11歲或以上青少年

名額: 20名 (SK Shooter Team成員優先)

目的: 切磋氣鎗、定靶射擊技巧, 以比賽挑戰自我的射擊技術。

內容: 以定靶射擊, 模擬實際場景, 在安全情況進行氣鎗射擊運動, “誰是槍王”挑戰賽 一戰而下。

負責職員: 湯文軒 (阿文)

備註: 中心提供合規格之氣鎗及保護裝備

### Y 黑夜單車長征

日期: 03-04/12/2016 (星期六-日)

時間: 03/12/2016(18:30) - 04/12/2016(12:00)

地點: 大水坑-大尾鵬

收費: \$120 (會員) / \$170 (非會員)

費用已包括租用單車及交通費

對象: 12歲或以上青少年

名額: 12名

目的: 以單車長征旅程, 享受黑夜踩單車, 鍛鍊毅力及意志。

內容: 在黑夜中以單車進行長征, 沿途享受踩單車及吐露港美景。在靜夜於單車燈穿梭, 挑戰你的體能及耐力。

負責職員: 湯文軒 (阿文)

備註: 需帶備適當裝備

### Y 保齡球研習班

日期: 05/11/2016 - 26/11/2016 (逢星期六, 4節)

時間: 15:00 - 16:00

地點: 西貢景星廣場保齡球館

收費: \$250 (會員) / \$280 (非會員)

對象: 10-18歲

名額: 10人

內容: 1) 學習打保齡球姿勢、計分、技巧和戰術;  
2) 學習與人相處技巧, 提昇社交圈子

負責職員: 江健悅 (Daniel)

備註: 活動第一堂於社區中心14:30集合, 其後日子可自行於景星廣場集隊





### 社區自修室

日期：22/9/2016-09/12/2016  
(逢星期四、五) (特定)  
時間/地點：16:00 - 20:00/ 本中心  
收費：\$20  
對象：應屆準備DSE的青少年  
名額：15人  
內容：本中心將於星期二、四、五開放社區自修室，提供為本區學生安靜舒適的溫室環境，讓學生們可以凝聚讀書的小伙伴，齊齊努力為DSE備戰及溫習。  
負責職員：蔡梓盈(Ashley)



### Sub Crew微電影

日期：15/10/2016- 17/12/2016 (逢星期六)  
時間/地點：12:00 - 14:00 / 本中心  
收費：\$50  
對象：14-24歲青少年  
名額：10人  
內容：將教授拍攝電影技巧，包括取分鏡角度、剪接技巧等等，青少年透過從不同角度創作劇本，並發揮團體精神，讓他們透過劇組表達自己的意見及突破自我。  
負責職員：蔡梓盈(Ashley)



### 義字頭 羽毛球

日期：4 /10/2016-25/10/2016 (逢星期二)  
時間：15:00-17:00  
地點：荳蔻體育館  
對象：12 - 18 歲  
費用：\$100  
內容：成班FD一齊打下波，又可以一齊做義工，係咪好有意義呢？  
名額：8名  
負責職員：鄧昭謙 (Joe)



### 「伴·逆」音樂會

日期：29/10, 26/11, 31/12/2016 (星期六)  
時間：15:30-17:30  
地點：本中心廣場  
對象：本中心會員  
簡介：夢想於漆黑裡仍然響亮！如果你曾經夢想過可以踏上舞台，發揮自己聲音，樂上蕙一技之長，不論你係唱歌、玩樂器，主動聯絡我地報名表演啦！  
收費：全免  
名額：每日5個表演單位  
負責職員：殷子華 (子華Sir)  
備註：1. 歡迎先留名聯絡子華Sir，協助安排表演  
2. 表演類型不限，歡迎向子華Sir查詢





### STC(Shoot The Champion) 足球領袖訓練1617

日期：7/10/2016-31/12/2016(逢星期五)  
21/10/2016(新隊員選拔)

時間：18:00 - 20:00

地點：西貢區社區中心

收費：會員 \$20 非會員 \$50

對象：12-16歲青少年

名額：10名

目的：突破自己，激發內在潛能，提升團隊精神及個人解難能力

內容：自我認識訓練、足球技術訓練、團隊歷奇訓練、足球比賽及義工服務

負責職員：趙家輝(Ken Sir)

備註：選拔者並達到80%出席率可獲贈STC球衣一件

負責職員：趙家輝(Ken Sir)

### 編「職」夢想

日期：10-12/2016(逢星期五)

時間：16:00-17:00

地點：西貢區市中心

收費：會員 \$30 非會員 \$50

對象：區內15-21歲青少年

名額：6-8名

目的：引發參與者對職志發展的思考

內容：自我認識工作坊、工作技巧培訓、就業講座及行業參觀

負責職員：趙家輝(Ken Sir)

備註：活動需先行面試

### 我是結他手 (Vol. 2)

日期：06/10/2016 - 08/12/2016  
(逢星期五 - 10節)

時間：16:30-18:00

地點：本中心band房

收費：\$100 (會員) / \$130 (非會員)

對象：中一至中五學生

名額：8名

目的：透過學習音樂，同時學習表達自己，建立青少年的成功感與自信

內容：教授基本結他伴奏技巧、自我認識活動、團體遊戲和分享

負責職員：殷子華(子華Sir)

備註：1. 自備結他 2. 適合初學者/無經驗人士

### 招募BAND組

日期時間：16:00 - 18:00 (星期一至星期三)  
16:00 - 21:00 (星期四至星期六)

地點：本中心BAND房

對象：中一至中六學生

簡介：唔知識玩樂器嘅你地有冇諗過夾BAND呢？而家就係一個機會喇！仲可以識到其他志同道合嘅朋友添！當中我地會一齊學夾BAND嘅技巧添，夾出正能量！

收費：\$50 (會員) / \$80 (非會員)

負責職員：殷子華(子華Sir)

備註：1. 歡迎包圍參與，聯絡子華Sir預約時間

2. 歡迎先個別留名聯絡子華Sir，協助組BAND

3. 表現優良可獲安排不同表演機會





# 學生活動

## 西貢崇真天主教學校

### 崇中領袖生訓練日營

日期：12/10/2016(星期三)  
 時間：09:00 - 17:00  
 地點：長洲  
 收費：全免  
 對象：崇中領袖生  
 名額：44人  
 內容：透過城市定向及團隊遊戲，提升參加者的團隊精神及解題能力，以及增加參加者對「領袖」元素的理解及掌握。  
 負責職員：殷子華(子華Sir)  
 備註：參加者必須為崇真學校(中學部)領袖生，方可參加此活動。

### 西貢崇真天主教學校 (中學部)社會服務團

日期：10/2016 - 05/2017(逢星期三)  
 時間：按活動而定  
 地點：學校班房  
 收費：全免  
 對象：崇真中學社會服務團學生  
 名額：20人  
 內容：透過義工服務及訓練，讓參加者更多認識社會的現況及需要，並發揮自己的創意及能力，回應社會上的需要。  
 負責職員：殷子華(子華Sir)  
 備註：此活動與崇真中學合辦，有關報名事宜，請聯絡學校負責老師。

### 西貢崇真天主教學校(中學部)模擬放榜1617

日期：12/2016  
 時間：14:00-17:00  
 地點：西貢醫市中心  
 對象：西貢崇真天主教學校(中學部)中六學生  
 名額：120名  
 負責職員：趙家輝(Ken Sir)  
 目的：認識放榜當天的程序及需預備事宜，協助參加者檢視自己的能力及成績，確認自己的出路，訂定後備計劃  
 內容：模擬放榜當天實況，並有聯主作即場求職面試  
 備註：活動與西貢崇真天主教學校(中學部)合辦，如欲報名可向負責老師或社區中心Ken Sir查

### 西貢崇真天主教學校(小學部)成長的天空活動

日期：10/2016-6/2017  
 時間：按活動而定  
 地點：學校班房/外出活動  
 對象：小四至小六學生  
 收費：待定  
 名額：待定  
 內容：透過小組活動、外出訓練、義務工作等，提升參加者的自我認識，學習遵守紀律及規則，增強抗逆力，並改善與人合作的能力，了解自己的強與弱。  
 負責職員：馮素汶(汶汶)  
 備註：此活動與崇真小學合辦，如有任何查詢，請聯絡學校負責老師/社工。

# 學生活動



## 鄭植之中學



### 性教育工作坊15-16

日期：29/11/2016, 03/01/2017, 10/05/2017  
時間/地點：15:00 - 16:00 / 鄭植之中學課室  
收費：全免  
對象：鄭植之中學中二、中三及中六學生  
名額：360人  
內容：透過互動遊戲、情境抉擇、分組討論及社工講解，讓學生建立尊重及愛護別人的社交能力、建立健康的性態度。  
負責職員：蔡梓韶(Ashley)  
備註：此活動與鄭植之中學合辦，有關參加事宜，請聯絡學校負責老師。



## 西貢中心李少欽紀念學校



### 飛鷹計劃 2016

日期：6/10/2016-15/12/2016(逢星期二、四)  
時間：14:30-15:30  
地點：西貢中心李少欽紀念小學  
對象：小四至小五學生  
名額：12人  
內容：透過小組訓練強化參加者社交技巧及團隊合作能力，從而提升參加者的能力感和聯繫感。  
負責職員：顏麗琴(Serena)  
備註：此活動與西貢中心李少欽紀念小學合辦，有關報名事宜請聯絡陳主任/學校社工(鄭佩珊姑娘)



### 小導師計劃

日期：09/2016-11/2016(逢星期五)  
時間：15:45 - 17:00  
地點：鄭植之中學課室  
收費：全免  
對象：鄭植之中學中一、中二、中四及中五學生  
名額：36人  
內容：對於高中生及中二學生，活動提供團隊培訓，教授帶領及處理小組的技巧，建立健康正面形象，成為中一新生的小導師或同行者。對於中一新生，活動包括迎新小組，任務挑戰，以建立及傳遞正面訊息。  
負責職員：蔡梓韶(Ashley)



### 高中領袖訓練及聯課活動日

日期：11/2016 - 12/2016(逢星期四)  
時間/地點：15:45 - 17:00 / 鄭植之中學課室  
收費：全免  
對象：鄭植之中學學會主席或幹事  
名額：25人  
內容：參加學生將透過不同難度的挑戰活動及團隊合作活動，建立高中領袖彼此溝通及提升其領導技巧。活動內容包括籌備及策劃小組過程的技巧，於聯課活動日展現個人領袖及組織能力。  
負責職員：蔡梓韶(Ashley)



### 風紀訓練 2016

日期：6/10/2016-15/12/2016(逢星期二)  
時間：14:30-15:30  
地點：西貢中心李少欽紀念小學  
對象：小四至小六學生 名額：40人  
內容：提昇風紀的紀律及團隊合作精神，加強執行職務的效能。透過連續的訓練，強化風紀的領導才能及解難能力。計劃中，發掘風紀隊員的才能，提昇風紀科學之技巧及自信心。在訓練中會加入領袖及歷奇訓練元素，提昇他們的團隊合作性及溝通。  
負責職員：顏麗琴(Serena)  
備註：此活動與西貢中心李少欽紀念小學合辦，有關報名事宜請聯絡陳主任/學校社工(鄭佩珊姑娘)



Y

## 社交遊戲治療小組

日期：6/10/2016-15/12/2016(逢星期一) 時間：14:30-15:30  
 地點：西貢中心李少欽紀念小學 對象：小一至小二學生  
 名額：8人 負責職員：鄧麗華(Serena)  
 內容：透過小組訓練強化參加者社交技巧，從而提升參加者的能力感和聯繫感。小組以社交遊戲結合商業形式進行，從多感觀方面學習。  
 備註：此活動與西貢中心李少欽紀念小學合辦，有關報名事宜請聯絡陳主任/學校社工（鄧佩珊姑娘）

# Event

服務學校 活動名稱 服務說明 負責職員：社工 鄧佩珊

西貢中心李少欽紀念學校	「情緒多面睇」小組	日期：2016年10月-12月(逢星期五) 收費：免費 對象：西貢中心李少欽紀念學校小一學生 內容：透過小組活動，讓學生了解不同的情緒，並學習掌握表達及處理自己的情緒。
校本德育輔導活動		日期：2016年10月-12月 收費：免費 對象：西貢中心李少欽紀念學校全校學生 內容：透過週會集會、班組活動等，把有關德育主題演繹，並以獎勵及正面的活動形式，讓學生有更深入的領會及反思，從而深化有關主題的訊息，推動學生在日常生活中實踐良好品德。
	「量言量語」傾訴站	日期：2016年10月-12月 收費：免費 對象：西貢中心李少欽紀念學校全校學生 內容：透過個別或小組面談，了解學生的情況和需要，讓學生舒發內心的情緒，並與學生一起探討可行的解決方法。
	專心多一點—專注力訓練及提升小組	日期：2016年10月-12月(逢星期五) 收費：\$50 對象：西貢中心李少欽紀念學校有需要的學生 內容：透過開心互動的活動及訓練，以小組形式，增強學童自制能力，並透過不同的訓練，提升他們的專注力，有助進一步提升學童的學習情況，更可建立人際關係。
	快樂其實很簡單	日期：2016年10月-12月(逢星期二) 收費：免費 對象：西貢中心李少欽紀念學校有需要的學生 內容：小組將以遊戲、體驗活動、故事、影片、分享等形式進行。學生能透過活動學習建立正面情緒，提升個人積極面對成長的壓力和挑戰的能力，並會訂立個人的學習目標。

贊助機構：



香港公益金  
THE COMMUNITY CHEST

## 鄉郊長者認知訓練班 長者魔力橋大賽



周佩銀婆婆(冠軍)



廖燕輝婆婆(亞軍)



劉招娣婆婆(季軍)

受香港公益金資助「鄉村公益樂延年」計劃，西貢區社區中心(下稱：中心)於上年度成立長者健康服務隊，深入西貢的鄉村提供「展外到村」的健康服務，從而落實具西貢本土特色「原村養老」服務。

為貫徹及早介入的精神，服務隊於去年為居於對面海及蠔涌村的長者，提供了認知評估(Mini-Mental State Examination, 簡稱: MMSE)。若長者在評估中不合格，將極有機會惡化成腦退化症。有見及此，服務隊開辦不同程度的認知訓練小組並透過不同的桌上遊戲進行針對性的認知訓練，至今已舉行超過150節訓練，服務人次750人。

在眾多訓練遊戲中，最受長者歡迎的莫過於Rummikub(中文譯名為魔力橋；長者會稱呼它為鬼佬麻雀)。魔力橋能夠訓練長者的專注力、邏輯思維及解難能力，非常適合鍛鍊長者腦筋。

中心於7月9日舉行了長者魔力橋大賽，希望長者可透過「牌藝」交流，提升對活動的興趣及促進社交。比賽當日氣氛相當熾熱，更有長者的家人親臨中心觀賽，為參賽的長者打氣。有長者比賽近兩個小時，仍然未能分出勝負，可見當天大家付出相當大「腦力」作賽！

比賽最終由對面海邨的周佩銀婆婆奪得冠軍，亞軍為蠔涌村的廖燕輝婆婆，而季軍為對面海邨的劉招娣婆婆。比賽當日更邀請到蠔涌村村長夫人張少蘭女士擔任頒獎嘉賓。

認知訓練能有效延緩腦退化，有興趣之長者可留意下一期課程開班日期。

贊助機構：



老有所為活動計劃  
Opportunities for the Elderly Project

## 老有所為活動 — 玩轉「老」朋友 「歷『耆』派對」

日期：20/9-13/12/2016 (逢星期二-12堂)

時間：10:30-12:30

地點：本中心

收費：\$25(會員) / \$55(非會員)

對象：60歲以上健行之長者

名額：25名

目的：加強參加者自信心，提升個人內在價值及增強與人的連繫感

內容：適宜長者程度之歷奇活動體驗，群體及解難等活動

負責職員：羅嘉華(羅生)

贊助機構：



## 「耆」妙地質 慈善遊

日期：20/10/2016 (逢星期四)

時間：10:00-13:30

地點：地質公園海線觀賞路線

收費：\$30(會員) / \$60(非會員)

對象：55歲以上健行之長者

名額：58名

目的：透過外出活動，鼓勵長者社交參與，並懷緬昔日漁民生活

內容：船上及岸上導賞觀光，簡單船上午膳

備註：如報名人數太多需進行抽籤

負責職員：陳姑娘(Eva)

贊助機構：



# 長者活動

長者活動

## 對面海長者服務點

地點：對面海邨海泰樓互助委員會會址

負責職員：何凱熙(熙仔)

星期一 「硬地滾球班」	星期三 「防跌運動班」	星期五 長者認知訓練小組(A班/B班)
時間：14:30-15:30 (A班)； 15:30-16:30 (B班)	時間：14:30-15:30	時間：14:30-15:30 (A班)； 15:30-16:30 (B班)
收費：免費	收費：免費	收費：免費
對象：對面海村年滿55歲之長者	對象：有跌倒風險之長者	對象：有記憶問題或 有興趣之長者
名額：10名	名額：30名(每節)	(按評估分數分班)
目的：訓練長者手眼協調及專注力，並培養長者多元興趣，豐盛人生	目的：為村內長者建立良好的運動習慣，促進身體健康	名額：6名(每組)
內容：認識硬地滾球的歷史、規則、技巧	內容：基本身體檢查、橡根操、醫學球及下午茶	目的：利用多元認知訓練，為長者作記憶訓練，延緩記憶衰退
		內容：桌上遊戲、現實導向、記憶力訓練及邏輯運算訓練

## 蠔涌長者服務中心

地點：蠔涌村八巷11號地下

負責職員：羅嘉華(羅生)

星期一 「長者興趣班」	星期三 「桌遊小組」(認知訓練)	星期五 「長者健體運動班」
時間：14:30-16:00	時間：15:00-16:00 (A班) 16:00-17:00 (B班)	時間：15:00-16:00
收費：免費	收費：免費	收費：免費
對象：蠔涌村年滿55歲之長者	對象：蠔涌村內有認知需要之長者	對象：蠔涌村年滿55歲之長者
名額：10名	名額：6人(每組)	名額：20名(每節)
目的：讓參與長者建立新興趣及擴闊社交	目的：促進長者思考，改善邏輯思維、記憶力、分析能力	目的：為村內長者建立良好的運動習慣，促進身體健康
內容：按該月份主題而定	內容：桌上遊戲，及安排每星期完成具訓練性的家課	內容：座式八段錦及橡根操



## 中心銀齡活動及興趣班

### 「長者健康食堂 - 早健粥」

負責職員：劉啟初(Issac)

日期：逢星期一至五，公眾假期除外  
地點：本中心  
對象：55歲以上長者  
目的：推廣長者的健康生活及飲食  
內容：早健運動、免費健康早點

時間：09:00-09:30  
收費：全免  
名額：35名(每日)

### 「長者月會」

負責職員：劉啟初(Issac)

日期：4/10、1/11、6/12 (星期二)  
地點：本中心  
內容：對該月舉行的活動進行檢討、宣傳最新活動以及公告長者服務行政事項

時間：10:00-11:00  
對象：55歲以上長者

### 星期一、三 「太極 - 健康八式」

負責職員：羅嘉華(羅生)  
日期：7-28/12/2016，  
(逢星期一、三)  
時間：09:30-10:30  
地點：本中心 1A房  
收費：全免  
(不接受非會員參加)  
對象：60歲以上健行之長者  
名額：15  
目的：太極運動可以鬆弛緊張和焦慮的心理。強化平衡力控制，靈活性和心肺功能。  
內容：由太極師傅教授以太極作基礎之熱身運動，及與學員練習太極套路頭八式。

### 星期四 「長者國畫班/長者書法班」

負責職員：劉啟初(Issac)  
日期：6/10-1/12/2016  
(公眾假期除外)  
時間：09:30-10:30(書法班)/  
10:30-11:30(國畫班)  
地點：本中心  
收費：會員\$390 (13堂)  
非會員\$420  
對象：55歲以上長者  
名額：12  
目的：展現銀齡才藝，發揮老有所為的精神。  
內容：由經驗導師教導國畫/書法技巧，讓長者認識中國文化藝術。

### 星期五 「粵曲唱樂享書情」

負責職員：劉啟初(Issac)  
日期：7/10-30/12/2016  
(公眾假期除外)  
時間：09:30-11:30  
地點：本中心  
收費：會員\$390 (13堂)  
非會員\$420  
對象：55歲以上長者  
名額：12  
目的：鼓勵銀齡人延續學習及發展興趣。  
內容：由經驗導師教導粵曲技巧。

# 天糧義工 招募

中心的扶貧服務  
現正招募天糧義工，  
服務天糧網－  
短期食物援助服務的使用者。

如果你樂意為區內的  
低收入人士盡一分力，  
歡迎與負責同事聯絡。

## 服務內容：

- 協助預備及在中心派發食物
- 為有特別需要人士提供送餐服務

## 負責職員：

陳秋燕(Jasmine)

聯絡電話：2792 1762

## 天糧網－短期食物援助服務

(Daily Meal Network - Short-Term Food Assistance Service)

為低收入及有緊急經濟需要人士提供短期食物援助

服務範圍：觀塘、黃大仙及西貢區（包括將軍澳）

本中心服務範圍：西貢區及坑口鄉郊區域

服務對象：

- 低收入人士及家庭<sup>(1)</sup>，或
- 失業人士、新來港人士、露宿者，或
- 因突發事件，包括面對傷病、家暴、家庭經濟支柱離世等，需要緊急救濟的人及家庭
- 其他有特別需要人士（獲本中心或聯營機構核實其需要）

<sup>(1)</sup> 由2016年3月31日生效

住戶人數	每月入息限額	實際入息水平 <sup>a</sup>	資產限額
1	10,000	10,526	88,500
2	16,600	17,473	120,000
3	18,900	19,894	180,000
4	22,100	23,263	240,000
5	22,800	24,030	240,000
6人或以上	25,200	26,526	240,000

<sup>a</sup>入息不包括僱員須支付的僱員強積金供款(即僱員薪餉的5%)

負責職員：陳秋燕(Jasmine)  
陳潔華(Eva)  
聯絡電話：2792 1762

## 仁濟醫院 西貢社區中醫診所



仁濟醫院及西貢區社區中心合辦的仁濟醫院西貢社區中醫診所於2011年12月投入服務，至今已3年多，與社區中心合作舉辦多次中醫藥健康講座及義診活動，推廣傳統中醫藥保健食療及中醫中藥知識，藉此提昇區內市民對個人保健重要性的關注。由開業初期診所提供有限度服務，直至診所最近的開診時間已延至星期一至六開診，以服務更多西貢區的居民。



### 診所目標：

1. 提供優質中醫藥醫療服務
2. 宣傳中醫藥資訊及推行中醫藥保健活動

### 服務時間：

星期一至六：

上午10時至下午1時

下午2時至下午6時

星期日及公眾假期：休息

地點：西貢區社區中心旁

### 仁濟醫院西貢社區中醫診所

### 現時中醫師駐診時間表如下：

註冊中醫師	星期一及四 陸英英
註冊中醫師	星期二及五 鄧舜元
註冊中醫師	星期三及六 張懿松

### 診所服務包括：

中醫普通科門診服務、針灸治療、免煎中藥顆粒、代訂保健湯包及花茶等。

### 預約及查詢服務：

電話：2791 7222

傳真：2791 7277

### 優惠：

- ◇ 六十五歲或以上長者可獲折扣優惠
- ◇ 本院亦設有贈醫施藥援助



響應環保

減少用紙

於本期開始，興趣班資料將不會刊登於季刊。  
如欲了解最新興趣班資料，請瀏覽本中心網站  
([www.skdcc.org](http://www.skdcc.org))或到本中心查看單張。

可在P.8-9了解如何在網站查詢活動及興趣班資料。  
感謝各位繼續支持本中心服務！

# 會員須知

**中心簡介** 西貢社區中心乃於一九七零年起，由一羣西貢鄉事委員會會員籌建，及依附在「西貢鄉事委員會」的社團註冊名下而成立。於一九八九年開始，正式獲社會福利署認可，並資助對開「兒童及青年中心」服務；在社會福利署式的工作指引下，中心於二零一二年二月正式獨立註冊成為「非牟利慈善註冊機構」。從1970年成立至今已超過40餘載，本中心的服務得到不少地區人士及團體支持，更支持不斷開拓新服務如長者精神健康服務、短期食物援助計劃、中醫診所及社會企業等，更全面地回應區內居民需要。

## 宗旨及使命

### 【會護守望互助鄰情·共建和諧樂活社區】

透過善用社區網絡，以多元服務形式，達成以下目標：

- 增進青少年及家庭的多元活動參與度；
- 強化家庭功能，促進家庭中的西貢文化，以助成員健康成長；
- 促進對社會建立康老扶弱的關懷文化；
- 積極參與社區發展，推動建立和諧、共融、保育及尊重傳統的社區文化。

## 機構服務

### 社會服務：

- 綜合青少年服務
- 學前及幼兒服務
- 婦女長者服務
- 扶貧服務

仁濟醫院西貢社區中醫診所

### 社會企業：

- 「位隨自然」生態導賞社會企業
- 「西貢尋樂園」獎勵長者社會企業

## 服務標準【落實服務標準 提供優質服務】

為了向市民提供優質服務，本中心逐步落實社會福利署釐定的「16項服務質量標準」，範圍如下：

- |                |                 |
|----------------|-----------------|
| 標準一：服務質素       | 標準九：安全環境        |
| 標準二：檢討及修訂政策和程序 | 標準十：申請和處分服務     |
| 標準三：運作及活動紀錄    | 標準十一：評估服務使用者的需要 |
| 標準四：職責及責任      | 標準十二：知情選擇       |
| 標準五：人力資源       | 標準十三：私人財產       |
| 標準六：計劃、評估及收集意見 | 標準十四：私隱和保安      |
| 標準七：財政管理       | 標準十五：申訴         |
| 標準八：法律責任       | 標準十六：免受侵犯       |

中心對上述各項標準定有推行的政策和內容。市民如有需要查詢或提供意見，歡迎向中心職員接洽。我們願為您不斷的文憑服務。

## 成為會員!

凡年齡16歲以上人士均可申請成為本中心會員，申請手續簡單，只須填妥本中心填妥申請表格及繳交年費便可。

凡於本財政年度入會者(14/15至31/3/16)，會費可獲延至31/3/2018，請留意閣下會員証有效日期，並請準早辦理續證申請。

章程	資格	收費
個人	6歲或以上	\$30
家庭	6歲以下及其直系親屬	\$30(3人) \$35(4人)

## 會員福利 JetSol

名會員光顧以下店舖時，只要出示本中心會員証，就可享有以下優惠，好好享受自己的福利吧！

溫馨提示：

中心現已採用電腦化會員資料管理系統，中心之會員証將會加入電腦條碼，因此會員須到中心辦理或証字續，方可享用以下優惠。



商號	地址	電話	優惠
萬古文具公司	西貢羅民路西貢大廈15號舖	2791-2396	買滿50元9.5折優惠；買滿100元9折優惠(除特價品外)
逸達影音	西貢萬年街26號地下	2792-5615	沖糖9折
光明公司	西貢灣景街14號地下	2792-1678	\$85或以上9折(又與產品)
西醫盧健輝	西貢德隆後街23號地下	2792-1592	8折優惠
球拍城	西貢黎民街高勝樓7號地下	2791-9139	85折
萬年華燒味餐廳	灣景街28號地下	2791-7371	消費滿\$100，送\$10優惠券；消費滿\$200，送\$20優惠券；如此類推
味走甜正宗葡國餐廳	西貢海傍街43-45號地下	8102-2010	9折
南洋電器行	九龍西貢宜春街50號地下	2792-1153	購買電器可獲9折



## 惡劣天氣下服務安排

中心 類別/活動安排	暴雨/颱風		黃色暴雨	紅色暴雨	黑色暴雨	一號颱風	三號颱風	八號颱風或以上
	活動舉行前一小時開始生效				活動舉行前兩小時開始生效			
中心開放	照常	照常	照常	暫停開放	照常	照常	照常	暫停開放
中心內舉行之 室內活動	照常	照常	照常	取消	照常	照常	照常	取消
出外活動 (參觀、交流、研習等)	照常+(如預計天氣迅速惡化,中心可取消活動)	照常	取消	取消	照常	取消	取消	取消
野外活動 (野外露營、旅行、水上活動、遠足等)	取消	照常+(如預計天氣迅速惡化,中心可取消活動)	取消	取消	照常+(如預計天氣迅速惡化,中心可取消活動)	取消	取消	取消

備註：1) 以上安排於活動舉行前兩小時開始生效。

2) 所有已繳交的費用，包括掛號費、活動費及團費等，如因為惡劣天氣而取消或參加者請假/缺席，將不會安排轉堂、退款。

3) 會員及訪客請留意於天氣惡化情況下前往中心。

4) 以上事項，中心不會另行通知，如有查詢，請發電-2792 1762 天氣查詢電話-1870201

本中心保留一切活動最後安排之權利。

1 天文台懸掛三號或以上風球/紅色、黃色暴雨警告信號，幼兒班館/活動/服務停止。

2 幼兒班館設在在天文台懸掛三號風球/紅色暴雨警告信號，仍會開放予有需要的人士，但家長需確保接送幼兒的安全。

註1：此類活動各室內活動小組、興趣班 註2：活動包括戶外活動、遊戲日等 註3：服務包括室內及戶外進行之服務

## Band 房組借服務

費用：\$50/小時、\$250/6小時、\$350/10小時

使用方法：登記成為中心會員，並必須出席一次Band 房簡介會。簡介會於每月底一個星期五舉行，完成簡介會後即可成為Band 房會員，租用Band 房設施、詳情可向職員查詢。

負責職員：林子華(Benson)

地點：本中心

開放時間：

星期	一	二	三	四	五	六	日
16:00-17:00	✓	✓	✓	✓	✓	✓	
17:00-18:00	✓	✓	✓	✓	✓	✓	
18:00-19:00				✓	✓	✓	
19:00-20:00				✓	✓	✓	
20:00-21:00				✓	✓	✓	

## 開心樂園

各位小朋友現在家中中心玩的時候，可以參加以下活動。交出作品後可得印章（當於填寫的訪印總數日便越多啦），集齊指定數量就可以換取禮物喇！

1. 填色比賽：請向中心職員索取填色紙，完成後必須於截止日期前交出

2. 編故事比賽：這是超趣嘅，不要錯過！請運用你的想像力寫答案，並於截止日期前交出

對象：4-6歲（白兔組） 7-9歲（海豚組）

10-12歲（鯊魚組） 13-16歲（長頸鹿組）

獎勵：冠軍（每組1名）：10個印章 亞軍（每組1名）：8個印章

季軍（每組1名）：6個印章 優異獎（每組2名）：3個印章

優異作品（個人及交次）：1個印章

負責職員：蘇麗華(Sonia)

西貢  
海濱樂園  
購物天地

於二零零八年由西貢民政事務處委任西貢區的民間團體領袖，包括西貢區鄉事委員會、西貢遊艇協會、西貢將軍澳婦女會、西貢商會、西貢飲食業協會成立籌委會，並委派本中心負責為營運團體，以社會企業形式營運，旨在幫助發展地區經濟，創造更多就業機會予有需要人士。另外，本計劃亦會預留職位及特約工作機會予弱勢社群參與，為他們創造理想的訓練及就業場所。由2015年4月開始，購物天地將會不時以不同主題形式，提高職位特色增加吸引力。

**售賣職位資料**

營業時間：上午十一時至六時（逢星期六、日及指定公眾假期）

地點：西貢海濱長廊

- 職位分類：
- (1) 西貢特色物品或服務；
  - (2) 具趣味及創意物品或服務；
  - (3) 帶有環保及綠色生活概念的物品或服務；以及
  - (4) 其他物品或服務。

**查詢**

電話：2792-1762 / 2798-9511

傳真：2791 0247

網頁：www.skdcc.org

電郵：area4@skdcc.org



西貢海濱樂園購物天地



**「拉闊自然」社會企業的經營理念及營運方針，有以下幾方面：**

1. **社會效益**：提供不同程度的專業導賞活動，旨在推廣自然生態及地質文化保育。此外，持續創造就業機會予中年轉業、雙失青年及弱勢社群等，在地區及社會得以發展才能。
2. **品牌及市場管理**：我們一向致力推廣本社企特色為「將地球科學、人文歷史及自然生態等高深知識帶入人群，從而鼓勵參加者身體力行實踐愛護自然」。
3. **發展潛力**：有鑒於地質公園的效應及近年市民的保育意識增加，令教育導賞的需求有所增長，帶動我們的業務增長。

拉闊  
自然

今期重點推介位於西貢巴士總站旁的「火山探知館」已經於7月份正式開幕並且由「拉闊自然」負責營運，除了館內每日提供免費展館導賞外，我們亦提供兩個不同路線及經驗的地質公園收費導賞團讓公眾報名參加。包括：

除了在西貢火山探知館提供的兩個恆常導賞服務外，我們還不時提供其他分類導賞活動。詳情可致電8200 0248查詢。

網址：www.livenature.com.hk

R26西貢火山地質公園  
海路遊

舉辦日期：逢星期六、日及  
公眾假期

活動時間：下午2時至5時

集合地點：西貢火山探知館

最新收費：成人HK\$245，

12歲以下小童HK\$135。



R26西貢火山地質公園  
馬宜池與步道導賞團

舉辦日期：

逢星期六、日及公眾假期

活動時間：下午2時至5時

集合地點：西貢火山探知館

最新收費：成人HK\$270，

12歲以下小童HK\$140



# 捐款方法



西貢區社區中心自成立以來，扎根西貢，關顧區內居民需要，致力提供全面、專業的服務。同時，為應對不斷發展的社會需要，我們近年積極拓展新服務，建立中心服務形象，並聯繫中心服務與外界資源，希望能得到社會上更多的關注和支持。

閣下如欲捐款，歡迎選擇以下方法：

## 網上捐款

閣下可透過PayPal平台，以信用卡作即時網上捐款。

<http://goo.gl/2cKA3f>

如果需要單據，請將閣下之聯絡地址及PayPal交易紀錄電郵

([skdcc@skdcc.org](mailto:skdcc@skdcc.org))，傳真(27910247)或郵寄(西貢美源街8號西貢區社區中心實用會綜合服務處)至本機構。捐款港幣100元或以上，可憑收據在香港申請減扣稅項。

## 劃線支票

支票抬頭請寫「西貢區社區中心有限公司」，並於支票背面寫上閣下姓名及註明「捐款」，郵寄予本機構(西貢美源街8號西貢區社區中心實用會綜合服務處)，並註明「捐款」。

如果需要單據，請附上閣下的聯絡地址。

捐款港幣100元或以上，可憑收據在香港申請減扣稅項。

## 愛心商戶捐款箱計劃

西貢區社區中心衷心感謝區內友好商戶擺放捐款箱，收集善心人士的捐款，共建和諧美好的西貢社區。

誠邀加入我們的計劃，為社區服務發展出一分力！有關詳情可與本中心公共關係及資源拓展部職員聯絡：

電話：2792 1762 電郵：[skdcc@skdcc.org](mailto:skdcc@skdcc.org)

## 捐款箱擺放地點（排名不分先後）：

森·都堡 Zence

想軒Sense Lodge

村里村外

珠走雞正宗龍蝦餐廳

西湖餐廳

Pizzeria La Gondola貢多拉餐廳

勝記海鮮酒家

全記海鮮酒家

The Cabin Café & Restaurant

S2 Seafood & Wine Restaurant

西貢市福民路高勝樓34號地下

西貢德隆前街一號A2-A3地下

西貢宜春街51號地下

西貢海傍街43-45號地下

西貢普通道3號地下

西貢市場街42號地下

西貢大街39號地下

西貢萬年街87-93號地下；西貢海傍街53號地下

西貢普通道183C地下

Kiosk 182, Waterfront Saikung, Wai Man Rd., Sai Kung

Address :

中心在此  
We're here!



中心開放時間	Mon 星期一	Tue 星期二	Wed 星期三	Thu 星期四	Fri 星期五	Sat 星期六	Sun 星期日
上午10:00am-12:45pm	Open	Open	Open	Open	Open	Open	
中午12:45pm- 2 :15pm	午間休息時間 (Noon Break)						
下午02:15pm- 6 :15pm	Open	Open	Open	Open	Open	Open	
晚上06:15pm- 8 :45pm							

由於路綫重整和加強「康外式學藝」手法，中心將於2016年10月開始，逢星期日及公眾假期均不會對外開放服務，敬希留意。

有關中心不防礙路之開放時間，可瀏覽www.skdcc.org查看。

● 星期日及公眾假期休息 (Centre is closed on Sunday & public holidays)

● 本中心在以下公眾假期，暫停開放，但個別戶外活動或小組，仍在照常舉行，詳情可向接待處查詢。

- 國慶日 10月1日 星期六
- 聖誕節翌日 12月27日 星期三
- 聖誕節翌第二個周日 12月28日 星期四

中心地址：西貢翠園街8號  
Address: 8 Mei Yuen Street, Sai Kung  
電話 Tel: 2792-1762 ● 電郵 E-mail: skdccc@skdccc.org  
傳真 Fax: 2791-0247 ● 網址 Website : www.skdccc.org

本館備有「西貢區社區中心資源」查詢冊之查詢詳情  
查詢日期：沒有中台 查詢日期：400中 查詢：請電：查詢：查詢：查詢



如不希望收到本中心通訊，請填妥下頁資料並將此頁交回/傳真/郵寄回本中心。

姓名：\_\_\_\_\_ 簽署：\_\_\_\_\_ 日期：\_\_\_\_\_