



西貢區社區中心

SAI KUNG DISTRICT COMMUNITY CENTRE

電子月刊

2022年9-10月



於Apple App Store / Google Play搜尋 **SKDCC**
下載中心會員應用程式，追蹤最新服務資訊及活動報名！

P.3-27 暑期活動花絮

P.28-33 課程及興趣班

P.34-51 恆常活動及服務

P.52-59 中心資訊及會員須知



野遊人-兒童半天訓練營





大自然教室



陪你開心影相日



鴨靈號漁家文化之旅



好玩社區同盟 x Playright





『從心啟情』計畫



跳出Comfort Zone 訓練營



軟筆西洋書法 x 裝飾相框工作



親子螢火蟲探索之旅



親子迎風鬆一鬆



Let's Relax 空靈鼓



推推地壺



戶外體驗 Aim High Get High 2022



西貢一家人X歷奇



扭氣球



魔術



電影欣賞



小手工製作



甜品 & 小食製作

暑期託管活動



參觀 太空館



攀石活動



參觀 歷史博物館





崇真中學社會服務團



Nagomi Art Drawing Class



Your Goal the Sky
青少年高結構體驗活動



綠遊仙蹤 @西九文化區M+ 親子遊



綠遊仙蹤 @濕地公園 親子遊



自肥企画@甜品親子班



姜糖@Cupcake挑戰



甜教主@曲奇挑戰





CWDF 外展到村桌遊故事活動

特別鳴謝以下各單位：(排名不分先後)

北港坳村(村公所)、沙角尾村(村公所)、對面海村(泰湖閣空地)、蠔涌村(青年康樂中心)



樂信好牧人計劃 - SEN課後學習支援小組



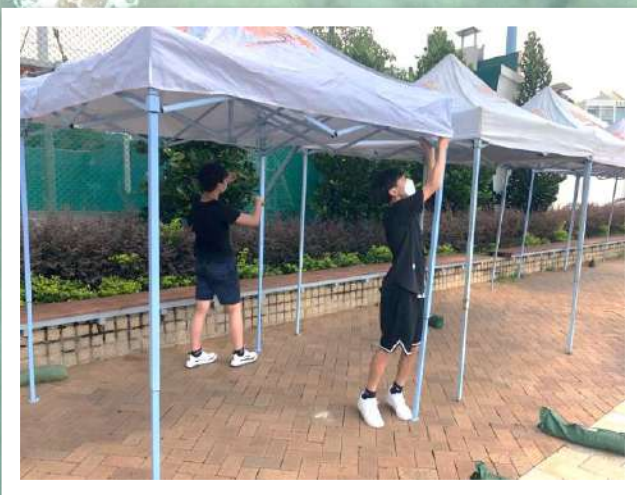
繪本故事奇幻之旅



默書不是苦差事



心靈加油列車



青年職業培訓 / 訓練



「獨」當一面—青年探索訓練計劃



西貢區青少年獨木舟訓練計劃 (Olympic Hope)



氣球紮作



小夜燈



魔術



軟黏土



Q版自畫像



兒童動動樂



青少年暑期工作實習計劃 & 工作體驗計劃

更多精彩活動花絮，可在中心網站瀏覽 (<http://www.skdcc.org/event.php>)



攀爬啟導工作坊



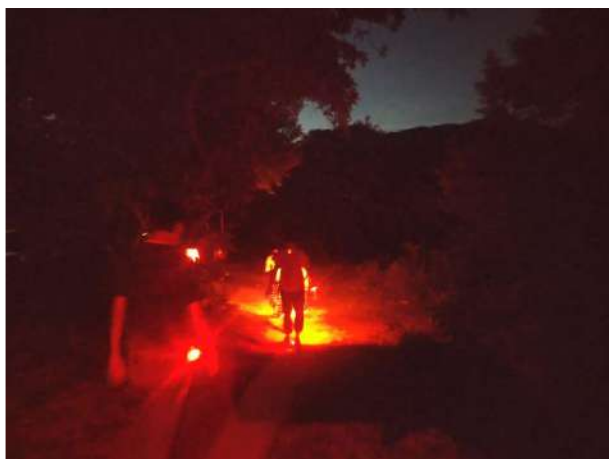
急救啟導工作坊



獨木舟啟導工作坊



表演娛樂啟導工作坊



西灣觀星活動



西灣海岸清淨運動



西灣水稻收割活動



西灣插秧活動

班組名稱 Class Name	舉辦日期 Date	堂數 Lesson	地點 Place	時間 Time	費用 Fee		對象 Target	內容 Details	名額 Quota	備註Remarks: 負責職員/Staff: 李貝賢Josephine
幼兒啟蒙繪畫班A (9月) Nursery Drawing Class A (Sept)	10/09- 24/09/202 2 (逢六)	3	本中心	10:00- 11:00	HK\$240	HK\$370	3-5歲	透過顏色鮮明的油粉彩為基本，配合不同的繪畫模式及主題創作，加強兒童對線條、空間及色彩之間的運用，從而提升幼兒對繪畫的信心及創作能力。	10	本課程由資深導師任教 1. 自備：A3畫簿 (14.3/4 x 11.1/4)、25色油粉彩、圍裙及手袖 2. 繪畫班學員另需帶備基本文具 3. 此乃長期畫班，舊生可優先
幼兒啟蒙繪畫班A (10月) Nursery Drawing Class A (Oct)	08/10- 29/10/202 2 (逢六)	4	本中心	10:00- 11:00	HK\$320	HK\$350	3-5歲			
幼兒啟蒙繪畫班B (9月) Nursery Drawing Class B (Sept)	10/09- 24/09/202 2 (逢六)	3	本中心	11:00- 12:00	HK\$240	HK\$370	3-5歲			
幼兒啟蒙繪畫班B (10月) Nursery Drawing Class B (Oct)	08/10- 29/10/202 2 (逢六)	4	本中心	11:00- 12:00	HK\$320	HK\$350	3-5歲			
兒童繪畫智多星 FUN A (9月) Children Drawing FUN A (Sept)	10/09- 24/09/202 2 (逢六)	3	本中心	12:00- 13:00	HK\$270	HK\$300	6-10 歲	本課程以多種形式和筆法去繪畫多元化的題材。透過不同實物和圖片，讓兒童學習色彩學、調色技巧。	10	本課程由資深導師任教 1. 自備：A3畫簿 (14.3/4 x 11.1/4)、25色油粉彩、圍裙及手袖 2. 繪畫班學員另需帶備基本文具 3. 此乃長期畫班，舊生可優先
兒童繪畫智多星 FUN A (10月) Children Drawing FUN A (Oct)	08/10- 29/10/202 2 (逢六)	4	本中心	12:00- 13:00	HK\$360	HK\$390	6-10 歲			



班組名稱 Class Name	舉辦日期 Date	堂數 Lesson	地點 Place	時間 Time	費用 Fee		對象 Target	內容 Details	名額 Quota	備註Remarks: 負責職員/Staff : 李貝賢Josephine
幼兒啟蒙繪畫班C (9月) Nursery Drawing Class C (Sept)	10/09- 24/09/202 2 (逢六)	3	本中心	13:00- 14:00	HK\$240	HK\$370	3-5歲	透過顏色鮮明的油粉彩為基本，配合不同的繪畫模式及主題創作，加強兒童對線條、空間及色彩之間的運用，從而提升幼兒對繪畫的信心及創作能力。	10	本課程由資深導師任教 1. 自備：A3畫簿 (14.3/4 x 11.1/4)、25色油粉彩、圍裙及手袖 2. 繪畫班學員另需帶備基本文具 3. 此乃長期畫班，舊生可優先
幼兒啟蒙繪畫班C (10月) Nursery Drawing Class C (Oct)	08/10- 29/10/202 2 (逢六)	4	本中心	13:00- 14:00	HK\$320	HK\$350	3-5歲			
兒童繪畫智多星 FUN B (9月) Children Drawing FUN B (Sept)	10/09- 24/09/202 2 (逢六)	3	本中心	14:00- 15:00	HK\$270	HK\$300	6-10歲			
兒童繪畫智多星 FUN B (10月) Children Drawing FUN B (Oct)	08/10- 29/10/202 2 (逢六)	4	本中心	14:00- 15:00	HK\$360	HK\$390	6-10歲			
幼兒藝術創作班 (9月) Nursery Creative Art (Sept)	17/09- 24/09/202 2 (逢六)	2	本中心	15:00- 16:00	HK\$240	HK\$270	3-5歲	通過多元藝術形式創作，幫助幼兒更好的了解自身與世界，重視藝術感知和體驗，培養自主觀察能力，開發內在潛能，如自信心、自我表達能力、想像力及溝通能力。內容：用輕黏土，其他環保物料創作立體塑像或生活物件。	8	本課程由資深導師任教 1. 自備：A3畫簿 (14.3/4 x 11.1/4)、25色油粉彩、圍裙及手袖 2. 繪畫班學員另需帶備基本文具 3. 此乃長期畫班，舊生可優先
幼兒藝術創作班 (10月) Nursery Creative Art (Oct)	08/10- 29/10/202 2 (逢六)	4	本中心	15:00- 16:00	HK\$480	HK\$390	3-5歲			
兒童藝術創作班 (9月) Children Creative Art (Sept)	17/09- 24/09/202 2 (逢六)	2	本中心	16:00- 17:00	HK\$240	HK\$270	6-10歲	通過多元藝術形式創作，幫助兒童更好的了解自身與世界，重視藝術感知和體驗，培養自主觀察能力，開發內在潛能，如自信心、自我表達能力、想像力及溝通能力。內容：用輕黏土，其他環保物料創作立體塑像或生活物件。	8	本課程由資深導師任教 1. 自備：A3畫簿 (14.3/4 x 11.1/4)、25色油粉彩、圍裙及手袖 2. 繪畫班學員另需帶備基本文具 3. 此乃長期畫班，舊生可優先
兒童藝術創作班 (10月) Children Creative Art (Oct)	08/10- 29/10/202 2 (逢六)	4	本中心	16:00- 17:00	HK\$480	HK\$390	6-10歲			

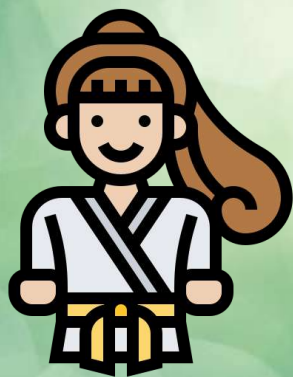
班組名稱	舉辦日期	堂數	地點	時間	費用 Fee		對象	內容	名額	備註Remarks:
Class Name	Date	Lesson	Place	Time	會員 (Member)	非會員 (Non-Mem)	Target	Details	Quota	負責職員/Staff : 李貝賢Josephine
鋼琴班A Piano Class A	9-11月(逢三)	按月收費	本中心	10:00-18:30	\$ 155 (初級) 30分鐘	\$ 165 (一級) 30分鐘	本區人士	本課程採用個別教授模式上課，透過專業的鋼琴培訓，教授學生彈奏鋼琴技巧及樂理。 ♪導師可為學員代購買琴書及為學員報考英國皇家音樂試。	/	1.此班組名額已滿，如有興趣參加的會員，請在中心的辦公時間內親臨或致電本中心留名。 2.中心亦有鋼琴租借服務，如學員卻想租借鋼琴，可預先致電與負責職員聯絡購買琴卡。
鋼琴班D Piano Class D	9-11月(逢四)	按月收費	本中心	10:00-18:30			本區人士		/	
鋼琴班B Piano Class B	9-11月(逢六)	按月收費	本中心	10:00-15:30			本區人士		/	
線上元氣日語基礎課程 (9月)	02/09-30/09/2022 (逢五)	5	ZOOM 線上	16:30-17:30	HK\$325	HK\$355	6歲或以上	本課程為初學者而設，內容包括基本50音發音、文法及日常用語及會話。導師透過生動的教學方式，讓兒童輕鬆學習日本之聽、說、讀、寫能力。	8	備註：導師皆均考獲N1 (日本語能力認定書) 合格或以上成績，豐富教授日語經驗。
線上元氣日語基礎課程 (10月)	07/10-28/10/2022 (逢五)	4	ZOOM 線上	16:30-17:30	HK\$260	HK\$290	6歲或以上			



班組名稱 Class Name	舉辦日期 Date	堂數 Lesson	地點 Place	時間 Time	費用 Fee		對象 Target	內容 Details	名額 Quota	備註Remarks: 負責職員/Staff : 李貝賢Josephine
K-Pop Babies (9月)	03/09-24/09/2022 (逢六)	4	本中心	10:00-11:00	會員 (Member)	非會員 (Non-Mem)	4-6歲	課程利用現時最流行的韓國音樂，由淺入深教導學員基礎的舞蹈技巧，並會加上MV中的招牌舞步，令熱愛K-POP的你更加投入，更容易上手。少女時代、EXO.....讓學員跳得有型有款，趕快吧！趁這個暑期Be the next K-Pop Star。	12	
K-Pop Babies (10月)	08/10-29/10/2022 (逢六)	4	本中心	10:00-11:00	會員 (Member)	非會員 (Non-Mem)	4-6歲			
K-Pop Dance (9月)	03/09-24/09/2022 (逢六)	4	本中心	11:00-12:00	會員 (Member)	非會員 (Non-Mem)	7歲或以上			
K-Pop Dance (10月)	08/10-29/10/2022 (逢六)	4	本中心	11:00-12:00	會員 (Member)	非會員 (Non-Mem)	7歲或以上			
Mirror Babies-小鏡粉(9月)	03/09-24/09/2022 (逢六)	4	本中心	12:00-13:00	會員 (Member)	非會員 (Non-Mem)	4-6歲	以人氣組合Mirror 舞曲作藍本，由淺入深教導學員基礎的舞蹈技巧，並會加上MV中的招牌舞步，令熱愛Mirror的你更加投入，更容易上手，讓學員跳得有型有款，趕快吧！	12	1. 本課程與「Miu 's Theatre & Dance」合辦。 2. 學員請穿著運動鞋及運動服裝。 3. 本課程設有延續班
Mirror Babies-小鏡粉(10月)	08/10-29/10/2022 (逢六)	4	本中心	12:00-13:00	會員 (Member)	非會員 (Non-Mem)	4-6歲			
Mirror MV Cover Dance-中鏡粉(9月)	03/09-24/09/2022 (逢六)	4	本中心	13:00-14:00	會員 (Member)	非會員 (Non-Mem)	7歲或以上			
Mirror MV Cover Dance-中鏡粉(10月)	08/10-29/10/2022 (逢六)	4	本中心	13:00-14:00	會員 (Member)	非會員 (Non-Mem)	7歲或以上			



班組名稱 Class Name	舉辦日期 Date	堂數 Lesson	地點 Place	時間 Time	費用 Fee 會員 (Member) 非會員 (Non-Mem)		對象 Target	內容 Details	名額 Quota	備註Remarks: 負責職員/Staff : 李貝賢Josephine
跆拳道精英種子培訓班A (9-11月)	03/09-26/11/2022 (逢六) * 1/10 暫停	12	本中心	15:00-16:00	HK\$750	HK\$800	5-7歲或新生	內容： 1. 教授跆拳道之技巧，藉以鍛鍊兒童的體能、紀律和意志力。 2. 本課程設有各級色帶考試。 3. 屬長期訓練課程，有程度、級別之分。	10	1. 本課程與「香港跆拳道正道館之教練」合辦。 2. 學員請穿著運動鞋及運動服裝。 3. 本課程設有延續班
跆拳道精英種子培訓班B (9-11月)	03/09-26/11/2022 (逢六) * 1/10 暫停	12	本中心	16:00-17:00	HK\$750	HK\$800	8歲或以上		10	
激FUN滾軸溜冰A (9月) Roller Class A (Sept)	03/09-24/09/2022 (逢六)	4	惠民路滾軸溜冰場	16:00-17:00	HK\$400	HK\$430	初學的參加者	透過滾軸溜冰活動，加強兒童體能、耐力、反應等...同時亦從中訓練他們人與人之間溝通、合作及個人品格。初階主要教授內容：前溜叉步轉向、後溜交叉步轉向、急速剎停、橫溜等.....	8	1. 本課程與專業溜冰導師任教。 2. 學員請自行準備溜冰鞋及安排裝備。 3. 本課程設有延續班
激FUN滾軸溜冰A (10月) Roller Class A (Oct)	08/10-29/10/2022 (逢六)	4		16:00-17:00	HK\$400	HK\$430	初學的參加者			
激FUN滾軸溜冰B (6月) Roller Class B (June)	03/09-24/09/2022 (逢六)	4	惠民路滾軸溜冰場	17:00-18:00	HK\$400	HK\$430	已懂滑行的參加者		8	
激FUN滾軸溜冰B (6月) Roller Class B (June)	08/10-29/10/2022 (逢六)	4		17:00-18:00	HK\$400	HK\$430	已懂滑行的參加者			



班組名稱 Class Name	舉辦日期 Date	堂數 Lesson	地點 Place	時間 Time	費用 Fee		對象 Target	內容 Details	名額 Quota	備註Remarks: 負責職員/Staff : 李貝賢Josephine
Jolly Phonics (9-10月)	17/09-29/10/2022 (逢六) *1/10 暫停	6	本中心	14:00-15:00	HK\$540	HK\$570	4-6歲	本課程根據英國拼音教學法Jolly Phonics為基本，外籍英語老師教授國際認可音標符號Daniel Jones的英語拼讀方式，掌握200個英語字母組合，課程配合圖像、學習卡、故事及詩歌方法來學習。	10	1.此課程與『莎士比亞學習中心』合辦 2. 課程由外籍教師任教 3.費用已包筆記及教學材料
Fun Fun English (9-10月)	17/09-29/10/2022 (逢六) *1/10 暫停	6	本中心	15:00-16:00	HK\$540	HK\$570	4-6歲	本課程讓幼兒參與多元化的教學活動，包括智能運動、肢體語言及動作、兒歌及角色扮演，培養他們的體能、智力、語言及社交發展，鞏固他們基礎，迎接小學教育。	10	4.學生自備基本文具及顏色筆
瑜珈班C (9月) Yoga Class C (Sept)	06/09-27/09/2022 (逢二)	4	本中心	14:00-15:00	HK\$340	HK\$370	本區人士 舊生優先報名	現時廣泛流行的哈達瑜珈(hatha yoga)，最適合初學人士練習，無論是小孩以至長者均可學習。本課堂採循序漸進方式教授瑜珈式子及呼吸法，藉此加強身體協調能力。瑜珈亦是忙碌都市人減輕壓力的妙法，常習之不僅使頭腦清醒，更能保持愉快的心境。持之以恆不但可強身健體，矯正身體偏差，更能收美顏修身之效。	10	本課程由資深導師任教 1.參加者請自備水、毛巾及穿著合適運動服及鞋 2. 此乃長期班，舊生可優先
瑜珈班B (9月) Yoga Class B (Sept)	02/09-30/09/2022 (逢五)	5	本中心	14:00-15:00	HK\$425	HK\$455	本區人士 舊生優先報名			
手指算速算課程(9-10月)	17/09-24/10/2022 (逢六) *1/10暫停	6	本中心	11:00-12:00	HK\$480	HK\$510	4-7歲	手指算課程主要集中訓練參加者手腦巧算的靈活、運用及加強計算理念、訓練學童有系統地對數字進行整理與歸類，及培養對數學的信心和學習興趣。	10	1. 此課程由教學經驗豐富導師任教 2. 課程已包筆記及練習 3.
珠心算腦力訓練課程 (9-10月)	17/09-24/10/2022 (逢六) *1/10暫停	6	本中心	12:00-13:00	HK\$480	HK\$510	4-7歲	珠心算課程主要鍛鍊參加者的專注力、記憶力及對數學的興趣，通過算盤學習一種快速心算的技巧。	10	參加者自備基本文具



香港公益金

THE COMMUNITY CHEST 撥款



西貢區社區中心
SAI KUNG DISTRICT COMMUNITY CENTRE

社區支援

公益金及時雨基金

本基金主要針對未能維持生活基本開支的個人及家庭，提供迅速的短期過渡現金援助

再度歸來

申請人須符合下列要求：

申請人必須為香港居民及於香港居住。

申請人必須年滿十八歲。

申請人家庭總收入及總資產沒有超過所定限額。

申請人當時未獲其他基金或政府的援助（領有傷殘津貼或高齡津貼不會界定為接受政府的援助）。如申請人為綜合社會保障援助（綜援）計劃受助人，而需要申請綜援範圍以外的資助，本項要求可獲豁免。

申請人及同住家庭成員在申請前六個月內，並沒有接受本基金援助。



如有需要申請可於辦公時間內親臨本中心/
致電: 27921762 與當值社工查詢及預約面見

千里婵娟

慶典中秋

無論你住係邊一個
角落，我地都歡迎
你地黎我地中心，
同我地一齊細味同
一個月光！

日期：2022年9月9日（星期五）

時間：18:30 - 21:00

地點：西貢區社區中心

有野玩，
有獎抽!!



猜燈謎

攤位遊戲

社區電影院

幸運抽獎



仲有靚靚燈海
比大家打咭
添!



親子IQ 題問答比賽

日期：	30/10/2022 (星期日)
時間：	14:00-16:00 (西貢集合及解散)
地點：	西貢區社區中心1A 房
收費：	會員免費 (非會員\$50)
對象：	6-8歲 (初小親子組 – 由一位6-8歲及一位家長組合) 9-12歲 (高小親子組 – 由一位9-12歲及一位家長組合)
名額：	每個組別10組
內容：	透過 IQ題比賽，以分組搶答及晉級形式進行比賽。一方面考考小朋友腦筋，同時促進親子互動。
備註：	報名可以致電27921762 留名，比賽章程稍後公佈。
負責職員：	陳潔華 (Eva Missy) / 方心惠 (Summer姑娘)

媽媽愛自己 Loving Mama

日期：	隔星期三 14,28/09/2022
時間：	10:00 - 11:30
地點：	本中心
收費：	免費
對象：	西貢媽媽
名額：	12名
內容：	一個讓西貢媽媽喘息、鬆一口氣的地方。內容包括： 9月14、28日：與「隊友」的溝通與合作
負責職員：	鄭姑娘(Annie)

身心伸展訓練班

日期：	逢星期四, 共4節 17, 24 /11/ 2022 1, 8 /12 / 2022
時間：	11:00-12:00
地點：	本中心
收費：	\$260 (大小同價)
對象：	18-59歲之西貢區街坊 (低收入家庭優先)
名額：	全免
內容：	課程根據身體結構與功能設計，讓參加者了解自己的關節空間及活動度，繼而逐步提升關節柔軟度和肌肉適能狀況。 內容包括上肢、下肢、軀幹伸展和有氧健體操，有助改善體態、促進生活功能及維持核心肌肉穩定性。
	● 參加者請穿著運動服裝及運動鞋 ● 參加者需自備浴巾(70 x 140厘米) ● 參加者必須嚴格遵守政府的防疫政策, 包括疫苗通行證之規定。 ● 活動由康樂及文化事務署贊助
負責職員：	鄭姑娘(Annie)

外展到村桌遊及故事活動

由中心職員及帶領小義工到各村推廣各項桌上遊戲、圖書閱讀、自由遊戲及各式各樣玩意。有興趣的小朋友更可以借用玩具及圖書回家玩。

*無需預先報名，可於現場即場參加即可。

負責職員：張姑娘(Liz)

追蹤FB專頁「Cwdf「貢」「童」齊玩流動樂園」，接收最新活動資訊！

對面海村

日期：	每隔星期一 5,19/9/2022 3,17,31/10/2022 14,28/11/2022
時間：	16:00 - 18:00
地點：	對面海村泰湖閣對出空地
收費：	免費
對象：	附近街坊
名額：	20名

蠔涌村

日期：	每隔星期一 26/9/2022 10,24/10/2022 7,21/11/2022
時間：	16:00 - 18:00
地點：	蠔涌村青年康樂中心
收費：	免費
對象：	附近街坊
名額：	20名

北港坳村

日期：	隔星期五 2,16,30/9/2022 14,28/10/2022 11,25/11/2022
時間：	16:00 - 18:00
地點：	北港坳村村公所
收費：	免費
對象：	附近街坊
名額：	20名

沙角尾村

日期：	隔星期五 9,23/9/2022 7,21/10/2022 4,18/11/2022
時間：	16:00 - 18:00
地點：	沙角尾村村公所
收費：	免費
對象：	附近街坊
名額：	20名

我是孩子神隊友-家長性教育工作坊(1)

日期：	30/09/2022(五)
時間：	10:00-11:30
地點：	中心
收費：	免費
對象：	子女為小四或以下的家長/有興趣家長
名額：	10名
內容：	正面家庭性教育，教導家長如何為兒童期的孩子提供正確性教育，設有問答環節，回答小朋友的性迷思
備註：	活動與FLUID Hong Kong合辦，由性治療師及註冊社工講解
負責職員：	曾春燕(Phoebe)

我是孩子神隊友-家長性教育工作坊(2)

日期：	14/10/2022(五)
時間：	10:00-11:30
地點：	中心
收費：	免費
對象：	子女為小五或以上的家長/有興趣家長
名額：	10名
內容：	認識進入青春期的青少年心理發展，教導家長回應及共同探討孩子的疑慮，並為家長介紹社會資源，有需要時可尋找幫助，設有問答環節
備註：	活動與FLUID Hong Kong合辦，由性治療師及註冊社工講解
負責職員：	曾春燕(Phoebe)



二胡暑期試玩班 花絮

今次20/8嘅二胡試玩班由我哋嘅二胡專業導師教導，一班小朋友都係初次接觸二胡，呢個體驗活動唔單止加深佢地對呢門樂器嘅認識，佢地仲逐個逐個拎支二胡上手，係導師嘅指導下拉左首「瑪麗有隻小綿羊」添！🎵 落堂之前小朋友同導師一齊對家長表演一曲，佢地都直呼過癮，真係好好玩呀！😊

如小朋友有興趣學習二胡，歡迎致電 2792 1762 留名參加二胡課堂。



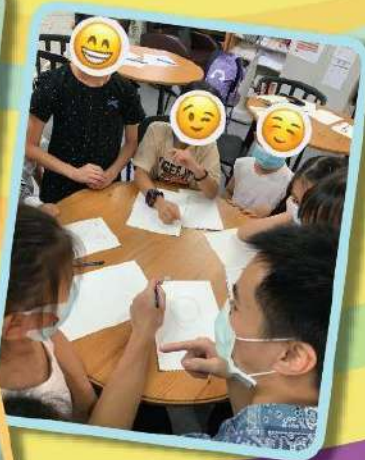
Q版肖像畫體驗班 花絮



青年才藝導師系列

由青年才藝導師教的Q版肖像畫體驗班在8月開始了，小朋友從課堂上學習到簡單起稿、Q版肖像的畫法，小朋友在短短的時間內，能夠專注的為自己繪出一幅簡單的Q版自畫像。

如小朋友有興趣學習Q版肖像畫，歡迎致電2792 1762，留名參加課程。



西貢區青年活動委員會

地區青年活動 (西貢青年節) (2022-2023)

攀山越嶺-青年動起來計劃

透過攀石、攀岩體驗訓練、山藝活動訓練，以及無痕山林訓練及實踐運動，青年在過程中學習繩索、攀岩、山藝導航等技巧，以及不同山藝知識、無痕山林概念等，可增強參加者自信及自我效能感。另外，會於不同訓練項目給予參加者適度挑戰及體驗，過程有趣而刺激。

對象：全港14 – 24歲青年

收費：\$80 (每組別的參加者需要承諾完成所有訓練項目)

報名方法：親臨中心報名 /

網上報名：<https://bit.ly/3TpSG0w>

截止報名日期：2022年10月4日下午5時

查詢電話：2798 9073 (周Sir) / 2792 1762 (總機)

中心網頁：www.skdcc.org

鳴謝 民政事務總署

挑戰自我
激發潛能

計劃內容 (下一頁)

西貢區青年活動委員會

地區青年活動 (西貢青年節) (2022-2023)

攀山越嶺-青年動起來計劃

挑戰自我
激發潛能

- | | |
|---|--|
| 1 | <p>攀山越嶺-青年動起來計劃 簡介會
日期：2022年10月14日 (五)</p> |
| 2 | <p>攀石體驗及訓練
日期：2022年10月26日 (三)、2022年10月29日 (六)
時間：3小時理論及8小時訓練
內容：攀登牆、戶外攀登器材運用及其他裝備的認識及使用、運動攀登的基本技巧、防護方法和技巧、基本繩藝應用及安全措施等。</p> |
| 3 | <p>攀岩體驗及訓練
日期：2022年11月9日 (三)、11月12日 (六)
時間：3小時理論及8小時訓練
內容：(1)攀岩概念和態度；(2)攀岩安全守則；(3)攀岩繩結運用；(4)器材認識及保養；(5)基礎攀岩技巧；(6)頂繩防護系統運作；(7)岩壁沿繩下降法。</p> |
| 4 | <p>山藝活動之野外定向體驗日
日期：2022年11月26日 (六)
時間：8小時
內容：導航技巧是山藝活動不可或缺的項目之一，學員需學習運用地圖指南針，在野外進行定位。沿途進行實習，並進行野外定向活動。</p> |
| 5 | <p>「無痕山林」訓練及實踐運動
日期：2022年12月10日 (六)
時間：8小時
內容：進行「無痕山林」(Leave No Trace) 運動並認識其中七大原則與行動概念，實地參與山野教育時，能確實做到符合無痕山林核心概念的行為，以及清理山徑的垃圾及廢物，為保護大自然出一分力並透過活動教育尊重大自然觀念。</p> |
| 6 | <p>頒發證書及總結會
日期：2022年12月16日(五)</p> |



西灣保育小先鋒

日期：	25-9-2022
時間：	09:00-17:30 (西貢集合及解散)
地點：	西貢西灣
收費：	\$10 (會員) / \$50 (非會員)
對象：	12-16歲 (12名) 9-12歲 (12名) *如6-9歲兒童參加，必須具備遠足經驗，並體能上可完成最少1.5小時行程
名額：	24名
內容：	由帶隊導師及導賞員帶領到訪西灣村，讓青少年認識當地村落歷史文化，及參與義工海灘清潔、保育耕作等，提升關注環境及人文歷史保育意識。
備註：	活動有一定程度上的體能要求，參加者須穿著運動服裝、運動鞋、帶備更替衣物、個人防晒、防蚊用品及水壺等。
負責職員：	鳴謝：民政事務總署 陳潔華 (Eva Missy)



就業輔導及支援
職前培訓及實習機會
就業資訊及轉介服務

如你對  **升學輔導**  **求職及就業資訊**  **創業及工作培訓** 等有興趣，
歡迎與我們聯絡，中心的促進青年本土就業服務實幫到你！

就業資訊

電話：2798 9111 Stephen(註冊社工)

電話：2798 9511 湯Sir

WhatsApp：6222 0581

我們會有註冊社工為你提供相關服務

了解更多：FB /IG #貢獻就業 資訊平台



Facebook



Instagram



青年職業培訓/訓練

青年就業培訓計劃

此活動為青年就業提供職前培訓及工作實習。

- 提昇青年對職業的工作知識及安全意識
- 提昇青年對職業的工作態度
- 提昇青年的自信心

本中心社會企業包括西貢海濱市集、西貢農墟及水上活動訓練中心提供實習機會及就業機會。

對象：16-24歲青年

青年就業培訓計劃給新加入的成員提供職前/在職技能訓練、職安健和實習機會。仲有團體合作活動及訓練。

培訓及工作機會，加入我們！

工作時薪：\$60起

活動報名及查詢：2798 9073 /2792 1762 周Sir



青年職業系列講座

入職樹藝師無難度

日期：20/9/2022 (星期二)

時間：14:00-16:00

形式：網上講座 (Zoom)

內容：

1. 介紹樹藝相關行業概況
2. 簡介樹藝師日常工作及負責職務
3. 認識植物病蟲害基本常識及樹木生物學
4. 相關課程推介：樹藝管理證書、樹藝業專業能力評估備試證書(兼讀制)

如對服務有任何查詢，請於辦公時間內查詢及報名：

可中心接待處留名 或 WhatsApp 6763 4375 或 致電2798 9511 與負責同事 湯先生聯絡



水上活動訓練中心

青年/親子獨木舟體驗活動

為青年人帶來不一樣的體驗旅程活動，推廣水上運動，並提升青年對水上活動的安全意識及興趣，激發未知潛能。

服務內容：

1. 獨木舟訓練課程
2. 獨木舟體驗旅程/獨木舟生態遊
3. 西貢區青少年獨木舟訓練計劃Olympic Hope
4. 龍舟體驗計劃
5. 學校及企業團團訓練（水上歷奇及旅程/生態包團）



水上活動訓練中心 - SKDCC



報名及課程查詢

WhatsApp: 9343 8647

電話：2798 9283 / 2792 1762 (曹小姐)

西貢區青少年 獨木舟訓練計劃

西貢區青少年獨木舟訓練計劃Olympic Hope (活動前名:西貢區青苗獨木舟計劃), 2021年首度展開有系統的青少年獨木舟訓練, 設有初階班及進階班, 全年超過350參與人次。我們的目標是推廣安全有系統持續性獨木舟運動, 希望從小培養紀律、提升運動常識以及基本體能, 培養有水平的運動員代表本會比賽。

我們都有一個Olympic Hope, 目標清晰, 將重點培養香港年青一代。
我們的專業教練團隊擁有專業教練資歷外, 亦有前亞運會香港代表成員及現役香港隊代表成員, 是青少年學習的目標和榜樣。



OLYMPIC HOPE



上課地點:
西貢區社區中心、西貢海岸



對象:
8-15歲青少年



A班	對象: 適合初學者8-15歲, 能夠在沒有救生衣/助浮衣的輔助下游泳約 50 米 開班日期: 每年4 - 9月份 (逢星期六/日) 10:00-13:00 / 15:00-18:00 訓練內容: 獨木舟基礎技術訓練、安全知識及體能訓練等 *學員表現達標及教練評估/考核合格, 將獲中心頒發證書。經教練推薦, 學員可於每個階段進行星章考核 (海星、海馬、海豹、海獅及海象章), 並進入進階課程。
B班	對象: 完成計劃A班學員 (或前青苗A班) 或持有海馬星章以上資歷 開班日期: 每年7 - 12月份 (逢星期六/日) 10:00-13:00 / 15:00-18:00 訓練內容: 少年賽艇訓練、速度及體能訓練等 *學員表現達標及教練評估/考核合格, 將獲中心頒發證書。經教練推薦, 學員可於每個階段進行星章考核 (海星、海馬、海豹、海獅及海象章), 並進入進階課程。
C班	對象: 完成計劃B班學員【(或前青苗B班) 或具獨木舟經驗及星章資歷年青人 (需要經過考核試)】 開班日期: 全年 訓練內容: 賽艇技術認識、競賽訓練及體能訓練等 *成績優異學員或經教練推薦, 代表本會參加獨木舟分齡比賽、青少年賽艇比賽等



新學員需要符合基本條件, 例如懂游泳、體能要求等
本計劃以循序漸進式分階段進行, 每個階段均設有評核測試或經教練推薦才可晉升至較高階段的訓練



報名及查詢

西貢區青少年獨木舟訓練計劃Olympic Hope
電話查詢: 2798 9111 姚sir / 2798 9073 周sir



西貢長者健康網絡

家居健康照顧服務

WhatsApp

主頁 群組 評論 影片 更多 ▼

讚好

訊息



西貢長者健康網絡：此Facebook專頁由香港公益金贊助，為鄉村公益樂延年一部份，提供各類健體資訊、社區健康資源、健康諮詢等等予長者，藉以鼓勵他們建立建康生活習慣。



Like & Share 西貢長者健康網絡

中心現有不同保育項目，
詳情可在網站 www.skdcc.org 查閱

- 拉闊自然生態導賞社會企業
- 西貢有機農墟
- 西灣復育計劃
- 海岸先鋒計劃
- 郊野公園植林優化計劃
- 大欖郊野公園荃錦營地管理計劃
- 綠趣田園

中心會員手機應用程式



中心最新推出會員手機應用程式，希望以後同大家溝通及活動報名更加方便！

重點功能

- 會員可透過此應用程式知悉中心資訊、特別通告及小組通訊，接收中心最新消息
- 查閱已報名活動、個人會籍資料
- **活動報名**及透過電子支付平台**繳費**

登入及啟動步驟

1. 下載並安裝程式
2. 啟動程式並輸入登記電郵及登入密碼
3. 如未登記成為會員，可在會員APP內註冊，註冊後將於2個工作天內啟動會籍 (如有需要，可於辦公時間內致電 27921762，讓職員優先為你辦理)
4. 啟動後可開始使用中心會員手機應用程式
5. 手機應用程式可作為電子會員證，取代實體會員證

下載
中心會員
手機APP

iOS



Android



於Apple App Store / Google Play搜尋 **SKDCC**

iOS : <https://apple.co/3u9oXLJ>

Android : <https://bit.ly/2QTLDSd>

管治團隊

總幹事： 陳培昌
服務總監： 陳潔華*
行政總監： 胡子慶
項目總監 - 公共關係： 蘇凱君

社會服務

周堅場	何凱熙*	鄭翠虹*	陳文婷*	吳嘉薇*
湯文軒	杜子傑*	吳浩軒*	施曉琳*	姚德錦*
方心惠*	曾憲懌*	李貝賢	劉廣文	潘俊軒
譚嘉晴*	蔡錦蘭	潘潔貞	曾春燕*	林佩珊
陳依華	劉寶華	周炳森	黃健生	杜偉德
蘇翠儀	周陽明	蔡少明	李秋麟	黎志華
文蓮枝	蘇美寶	張睿珈	曹善頤	李日朗
黎浩賢				

中心行政

余蔚欣	劉大麟
白倩兒	張蔓丹
鄭晴伊	何七嬌
郭好妹	

保育項目

曾繁康	李慕韞	石宝兒
嚴寶運	陳綺雯	袁宗儀
廖寶洪	梁積英	陸皓翔
林永興		

落實服務標準 提供優質服務

為了向市民提供優質服務，本中心受社會福利署津助之服務已全面落實其釐定的「16項服務質素標準」及定時作出檢視，範圍如下：

標準一：服務資料	標準二：檢討及修訂政策和程序
標準三：運作及活動紀錄	標準四：職務及責任
標準五：人力資源	標準六：計劃、評估及收集意見
標準七：財政管理	標準八：法律責任
標準九：安全的環境	標準十：申請和退出服務
標準十一：評估服務使用者的需要	標準十二：知情的選擇
標準十三：私人財產	標準十四：私隱和保密
標準十五：申訴	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，歡迎與中心職員接洽。我們願為您不斷地改善及優化服務。



我們的歷史

- 西貢區社區中心於一九七零年成立
- 一九八九年開始，正式獲社會福利署資助開辦「兒童及青年中心」服務
- 二零一二年二月正式註冊為「非牟利慈善註冊團體」
- 二零一二年首次獲得伙伴倡自強撥款成立「拉闊自然」社會企業
- 二零一五年，獲得公益金基線撥款，資助鄉郊長者健康服務
- 二零一八年，獲得生態自然保育基金撥款推行「西灣復育計劃」
- 二零二一年，自資開發「鐵鉗坑綠趣田園」項目，推動綠色教育和保育工作
- 過去50年，西貢區社區中心努力地於社區上辦好一所中心，近年積極走進社區去「建設」流動中心。此時我們展望將來西貢區社區中心能為村民去建立一個幸福感及宜居度高的社區，貫徹實踐「西貢區社區中心」的願景！

機構簡介

西貢區社區中心極力推展鄉郊生活支援工作及建立支援網絡。我們以「連結社區、關愛村民、愛護自然」為服務綱領，建立鄉郊獨有的服務模式，改善城鄉之間資源分配不均的情況，令鄉郊生活可得以保存，締造共贏社會。

我們的願景

為西貢村民去建立一個幸福感及宜居度高的社區

我們的使命

連結社區，關愛村民，愛護自然

我們的信念

生而平等、無論遠近

機構服務

兒童及青少年服務
幼兒及家庭支援服務
長者及基層醫療照顧服務
鄉郊支援服務
社區網絡及資本建設項目
生態保育項目

成為會員！

任何人仕均可申請成為本中心會員，申請手續簡單，只須填妥申請表格及並親臨本中心繳交年費便可。或可於中心會員APP登記。新會籍有效期至31/3/2027屆滿，請留意閣下會員証有效日期，並請盡早辦理續証申請。

會籍	收費
個人	\$20
附屬會籍 (家庭成員或監護人)	\$5/每人
家庭	\$30(3人) \$30(4人) \$35(5人)



機構辦公時間

星期 時間	星期一 (Mon)	星期二 (Tue)	星期三 (Wed)	星期四 (Thu)	星期五 (Fri)	星期六 (Sat)	星期日 (Sun)
上午 9:30am-12:45pm	 開放 OPEN	 開放 OPEN	 開放 OPEN	 開放 OPEN	 開放 OPEN	 開放 OPEN	
12:45pm-2:15pm	午間休息時間 (Noon Break)						
下午 2:15pm-6:30pm	 開放 OPEN	 開放 OPEN	 開放 OPEN	 開放 OPEN	 開放 OPEN	 開放 OPEN	
晚上 6:15pm-8:45pm					 開放 OPEN		

- 公眾假期休息 (Centre is closed on public holidays)
- 行政辦公時間：星期一至五 9:30am-5:45pm
- 個別服務開放時間可致電 2792 1762 向負責職員查詢

惡劣天氣下中心開放及服務安排

暴雨 / 颱風	雷暴警告	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
中心開放/活動安排	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	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#	取消◆#
出外活動 (參觀、交流、宿營等)	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
野外活動 (野外露營、旅行水上活動、遠足等)	如屬社會企業項目(獨木舟或龍舟等水上活動除外)需視乎活動地區實際天氣而定, 帶隊職員或導師作最終決定; 如屬社會服務, 當雷暴警告範圍覆蓋活動地區時, 活動將會取消或延期	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

備註：

- 所有已繳交的費用, 包括班組^{註1}、活動^{註2}及服務^{註3}, 如因「惡劣天氣 或 疫情」不可抗力之因素(一般依據政府/政府部門指引), 將不會安排補堂及依據機構退款政策安排有關退款, 參加者報名前須先閱讀有關條款。
- 會員及訪客請避免於天氣惡劣情況下前往中心。
- 倘若八號或以上颱風或暴風信號及黑色暴雨警告除下時, 距離中心當日關閉的時間不足兩小時, 當日將不會開放。
- 以上事項, 中心不會作另行通知, 如有查詢, 請致電-2792 1762 天氣查詢電話-1878200
- 本中心保留一切活動最後安排之權利。

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

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。

***如預計天氣迅速惡化, 中心可取消活動。 ◆在8號風球或黑色暴雨警告信號取消後, 中心於三小時後儘快恢復服務。**

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

機構退款政策：

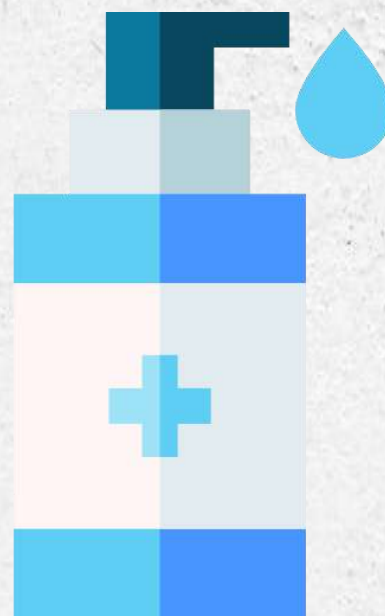
- 如因「惡劣天氣 或 疫情」不可抗力之因素(一般依據政府/政府部門指引)而無法推行之服務：
 - 如因惡劣天氣 / 疫情 而停辦之班組或活動, 如屬
 - 興趣班及遊戲學習小組(即: Playgroup), 本中心不會另行補課或改期, 所交費用將扣除20%行政費用後退回餘額;
 - 班組或活動, 將安排改期(唯所改日期如參加者未能出席, 所繳費用恕不退還)或取消。取消活動所交費用將扣除20%行政費用後退回餘額。
 - 弱勢家庭可獲豁免因以上原則取消班組/活動而扣除之行政費用:
 - 包括(但不限於): 領取在職家庭津貼、書簿津貼及綜援受助人。
- 如中心主動提出班組及活動 更改 或 取消(如: 參加人數、場地安排或其他因素); 參加者所繳費用, 會按程序全數退回。
- 本中心不接受參加者因私人事故, 而缺席活動之退款申請。
- 個別班組/活動受個別資助款項單位退款指引所限, 機構將按之為準; 並會將有關條款註明於活動報名資料上, 參加者報名前須先閱讀相關條款。
- 所有透過網上報名所收取的手續費將一概不獲退還。
- 本中心保留更改活動及退款決定之權利。

退款手續：

- 於本中心報名的退款者請於公佈活動取消日期後一個月內, 預約負責職員申請退款, 逾期恕不辦理。退款手續完成前, 參加者應妥善保留收據
- 本中心亦不設網上退款服務。
- 所有透過網上報名所收取的手續費將一概不獲退還。



Stay Safe & Healthy!



「安心出行」流動應用程式 “LeaveHomeSafe” Mobile App



使用簡單
Easy to Use

1

進入場所，
掃描場所二維碼
Scan the venue
QR code upon
arrival



2

離開場所，
按「離開」按鈕
Click “Leave” button
when leaving the
venue



使用「安心出行」流動應用程式：
By using the “LeaveHomeSafe” mobile app to –



可儲存個人出行記錄
Keep your own visit
records.



如曾經與確診者同時到訪同一場所，會
收到通知及健康建議
Receive notification and health advice
if you have visited the same venue as
a COVID-19 patient at the same time.



若用戶不幸確診，須向衛生防護中心提供
出行記錄協助進行流行病學調查
Provide visit records to the Centre for
Health Protection, if you are confirmed
positive of COVID-19, to assist in
epidemiological investigations.

下載程式
How to
Download



www.leavehomesafe.gov.hk

- 1 打開二維碼掃描器 / 相機
Open QR code scanner / camera
- 2 掃描左邊的二維碼打開「安心出行」網站
Scan the QR code on the left to access
the “LeaveHomeSafe” website
- 3 按下列支援平台下載程式
Download the app from the supporting platforms as follows



註：你的出行記錄及與確診者同時到訪同一場所的資訊，只會儲存在你的手機內
Note: Your visit records and information of visiting the same venue at the same time
as a COVID-19 patient will only be stored locally in your mobile phone.

中心場所內已張貼
「安心出行」
二維碼 QR code
到訪中心人士
可自主通過掃描
「二維碼」，記錄
自己進出中心
的時間，協助減低
病毒在社區散播的
風險。

如有場所出現
COVID-19 確診
個案，程式會向
相關用戶發出通知
和作出健康建議。



免費刊登招聘廣告

(西貢及鄰近地區)



請人難？不如喺「貢您就業」平台落Job Ad啦！

歡迎各行各業僱主（尤其是西貢區嘅僱主）提供職業空缺！

全職、兼職或實習工作空缺都可



聯絡

電話：6222 0581

WhatsApp：6222 0581



*Sai Kung
Waterfront Market*

逢星期六、日及公眾假期
EVERY SATURDAY, SUNDAY & PUBLIC HOLIDAYS

西貢海濱長廊
SAI KUNG WATERFRONT PROMENADE

- 攤位類別
- ✂ 手工藝品、藝術服務；
 - 🎨 具趣味及創意物品或服務；
 - ♻ 帶有環保及綠色生活概念的物品或服務

攤位申請者可於www.skdcc.org下載購物天地參加表格

聯絡

- ☎ 2798 9283 / 2792 1762
- ✉ area4@skdcc.org
- ☎ 2798 9711

更多資訊
FACEBOOK
專頁



西貢區社區中心
Sai Kung District Community Centre





西貢區社區中心
SAI KUNG DISTRICT COMMUNITY CENTRE

連結社區 關愛村民 愛護自然

☎ 2792 1762

📠 2791 0247

✉ skdcc@skdcc.org

📍 西貢美源街8號

🌐 www.skdcc.org

📘 西貢區社區中心

📺 SKDCC 西貢區社區中心

