

# 協康會賽馬會家長資源中心

## 活動快訊



### 重要通知!!!

由於肺炎疫情及相關措施影響，以及考慮參加者之健康為大前題，機構已制定相關之防疫措施，詳情請看「聯合通告」，請會員留意及配合。

另外，賽馬會中心今期活動有以下之安排：

- 由於疫情反覆，今期(109 期)活動暫不收費。各會員可親臨中心、電郵、郵寄、傳真或 whatsapp(請致電中心確認收妥)形式遞交報名表，毋需寄上支票，成功報名及中籤者請於抽籤結果公布兩星期內或活動開始前(以日期較早者為準)到中心或郵寄支票繳交活動費用，否則作放棄報名論，詳請請參閱【報名須知】。
- 所有活動(包括室內或戶外)會盡量避免集體飲食安排。故今期之家庭活動，均會由參加者自行安排午膳。

如有疑問，請致電中心 2827 2830 查詢。



### 親子剪風采 (JCPRC-22-168)

由 AR Salon 一班專業髮型師為兒童及青少年義務剪髮，讓孩子們可以在安全環境下換上一個既精神又有型的新形象。

日期	20/10/2022 (週四)	負責職員：馬姑娘
時間	下午 2:30-4:30	
地點	本中心	
對象	5 歲或以發展障礙兒童或青少年會員	
名額	30 名	
費用	免費	
備註	家長須在場陪伴，以助髮型師了解兒童之情況及需要的髮型。 為免人流聚集，請家長於報名時寫上首選及次選時段，職員安排後將個別通知剪髮時間，敬請家長準時出席。剪髮時段如下： 1) 下午 2:30 - 3:00 2) 下午 3:00 - 3:30 3) 下午 3:30 - 4:00 4) 下午 4:00 - 4:30 <b>*此服務由白大夫義工團隊安排，特此鳴謝！</b>	



# 節日特備活動

## 歡樂聖誕派對 (JCPRC-22-169)

又到聖誕、又到聖誕…當然不能缺少聖誕派對！「歡樂聖誕派對」是為普天同慶的日子舉辦的大派對，到時會有好好玩的有獎攤位遊戲、親子合作遊戲、手工藝攤位等等，大家還可以運用小手指繪畫出一幅獨一無異聖誕咁，完成指定遊戲任務亦可換取禮物。

日期	24/12/22 (週六)
時間	上午 10:00 – 12:00
地點	本中心
對象	家庭會員
名額	60 位
費用	\$10 (大小同價)
備註	<p>1. 當日設天才表演，歡迎有興趣之會員報名參加表演，一展所長！ 有興趣之會員可向中心職員報名。</p> <p>2. 每位派對參加者在繳費後，將會獲得聖誕派對入場券及神秘禮物一份。</p>
負責職員	余姑娘

## 創意指印聖誕卡

有無諗過日常離不開的「手指」都可以作為一個好工具！

簡單按幾下，就可以發揮出無限的創意，還可以在空白位置加上聖誕祝福字句，趁聖誕節向身邊的家人朋友送上聖誕祝福啦~



日期：20/12-23/12(週二至週五)

時間：3:00-5:00

\* 親臨中心即可參與

名稱/編號	日期	時間	地點	對象	名額	費用	內容 / 備註	查詢
溫馨聖誕 賞燈遊 (JCPRC- 22-170)	17/12/22 (週六)	下午 5:30 - 8:30	西九文化區 、尖沙咀 1881	家庭會員	28 位	\$50 （大小同價）	<p>話咁快又到聖誕喇！讓大家可以乘坐旅遊巴士沿途欣賞美麗夜景及聖誕燈飾。</p> <p>旅遊巴士路線-筲箕灣中心(集合) - 西九文化區(欣賞燈飾及拍照) - 尖沙咀 1881(解散)</p>	余姑娘

兒童 Wii Party (JCPRC- 22-171)	28/12/22 (週三)	上午 11:00 - 12:30	本 中 心	8-12 歲發 展障礙兒 童	6 位	\$20	透過與其他會員互相比賽，增進與人溝 通相處的能力及培養專注力和沉穩度。 遊戲講求玩者身體協調及靈活性，齊來 參與一個緊張又好玩的節日派對。	余 姑 娘
少年 Wii Party (JCPRC- 22-172)	29/12/22 (週四)	上午 11:00 - 12:30	本 中 心	13-17 歲發 展障礙青 少年	6 位	\$20		



## 輔導服務

在生活中，照顧家庭、管教子女、升學抉擇  
上遇到困難、情緒及壓力...  
歡迎親臨或致電賽馬會家長資源中心，  
與社工歐姑娘或黃姑娘聯絡，  
我們與你同行，為你提供專業支援。

# 家長天地

## A.家長聚會

名稱/編號	日期	時間	地點	對象	名額	費用	內容 / 備註	查詢
家長天地 (JCPRC- 22-173)	13/10、 10/11 及 8/12 (週四、 共 3 節)	上午 10:00 - 11:30	本 中 心	家長 會員	10 名	\$30	「家長天地」是透過多元化活動，如康樂 活動、懷舊遊戲、有趣桌遊體驗及經驗分 享等活動，讓家長有多一份照顧自己機 會、重拾生活樂趣、與自己及他人連繫， 體驗彼此關心和支持的力量。	歐 姑 娘
星兒家 長小組 (JCPRC- 22-174)	11/11 及 9/12 (週五、 共 2 節)	上午 10:00 - 11:15	本 中 心	育有自 閉症孩 子的 家長	10 名	\$20	父母是孩子生命中無可替代的帶領者，在 孩子的成長路上所面對壓力及辛酸，實非 一般人可以想像及明白，因此，這裡提供 一個空間讓家長互相分享經驗、互相扶 持，讓育兒的路上有更多同行者及彼此支 援。  此聚會為定期支援小組，歡迎家長加入 分享彼此支持。	歐 姑 娘



## B.家長講座

名稱/編號	日期	時間	地點	對象	名額	費用	內容 / 備註	查詢
為孩子立 界線 (JCPRC- 22-175)	9/11/22 (週三)	上午 10:00 - 11:15	本 中 心	中心 家長 會員	10	\$10	家長面對孩子的要求時何時該說「可 以」？何時該說「不可以」？ 你有沒有想過與孩子建立良好的親子關 係的同時也要為孩子定下界線，並且幫助 他掌管自己的生活。  講座透過分享學習如何在生活中為孩子 立界線讓他/她學習自主獨立。	歐 姑 娘

升讀 主流小一 知多 D (JCPRC- 22-085)	17/9/22 (週六)	上午 10:00 - 11:30	本 中 心	有意為 子女揀 選主流 小學之 家長	20 名	免費	如果你正在煩惱如何為孩子揀選主流小學，不知道當中應該考慮什麼因素，不了解升讀小一的選校流程，想知道主流小學為 SEN 提供的支援服務，又想聽聽過來人家長的經驗分享，歡迎你參與是次家長分享會！	黃 姑 娘
活動將以實體及視像同步進行，鼓勵實體出席，有助互相交流。								
小一預備 基礎階組 後家長會 (JCPRC- 22-176)	9/12/22 (週五)	下午 4:00 - 5:30	本 中 心	小一預 備基礎 階組員 家長	10 名	免費	<ul style="list-style-type: none"> <li>1. 總結兒童在組內的表現</li> <li>2. 簡介後續小組</li> <li>3. 文具選擇</li> <li>4. 意見交流及回饋</li> </ul>  <p>*如因特殊情況未能提供實體小組，將改為網上形式進行 (Zoom)</p>	周 姑 娘

## C.家長管教小組

名稱/編號	日期	時間	地點	對象	名額	費用	內容 / 備註	查詢
培養孩子 自信心 (JCPRC- 22-095)	21/9- 12/10 (週三、 共 4 節)	上午 10:00 - 11:15	本 中 心 及	孩子 就讀 幼稚園 至初小 的 家長	10 名	\$40	孩子自信心不足，與他的自我認同、對事物的看法、親子相處都有著重要的關係。此活動讓大家一同探討生活中協助你的孩子培養自信心的方法。	黃 姑 娘

#### D.家長治療性小組

名稱/編號	日期	時間	地點	對象	名額	費用	內容 / 備註	查詢
和諧粉彩 聖誕咁 (JCPRC- 22-177)	22/11- 13/12 (週二、 共 4 節)	上午 10:00 - 12:00	本 中 心	家長會員	10 名	\$80	有沒有想過親手 DIY 小心意送俾至愛親朋同時又可讓自己心靈放鬆一呢？ 歡迎大家來到這裡透過繪畫創作，一同體驗和諧粉彩的療癒力量。  備註： ➤ 參加者不需要任何繪畫技巧也可繪畫出美麗而獨特圖畫。 ➤ 費用已包括四張自己創作聖誕咁	歐姑娘

<p><b>正念家庭:</b> 靜觀與表達藝術紓緩小組 (SWD-HHPA2021-JCPRC-22-178)</p> <p style="text-align: center;"><b>TAKE CARE OF YOURSELF</b></p> 	<p>11/10-1/11 (週二、共 4 節)</p>	<p>上午 9:45 - 11:45</p>	<p>本 中 心</p>	<p>同心 家長會 及 家長資源 中心會員 (同心 家長會 會員優先) (先到先得， 額滿即止)</p>	<p>15 名</p>	<p>* \$40</p>	<p>作為照顧者的你，身心疲憊嗎？照顧家庭有艱難的時刻嗎？此活動讓你培養對自己/家人的接納，使內心更穩妥，從而有力量去照顧家庭！</p> <p>活動內容：</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ 正念(靜觀)練習，培養自我覺察慣性的思想、情緒及反應模式，接納及照顧當下的真正需要</li> <li>➤ 表達藝術活動作為媒介，往往比言語更直接，甚至豐富內在的感受與表達</li> <li>➤ 培養自我關懷，提升內在的穩妥感</li> <li>➤ 學習「非暴力正念溝通」(Nonviolent communication)，讓尊重、理解、欣賞及愛融入自我及家庭的溝通，改善家庭關係。</li> </ul> <p>* 無需任何經驗，歡迎有興趣者參加！</p> <p>* 本活動獲特別資助，出席 4 節者可獲全數退回活動費。</p>	<p>黃 姑 娘</p>
<p><b>動身紓心 家長小組</b> (JCPRC-22-179)</p>	<p>6/10-10/11 (週四、共 6 節)</p>	<p>上午 9:45 - 11:45</p>	<p>本 中 心</p>	<p>家長會員</p>	<p>6 名</p>	<p>* \$240</p>	<p>面對生活及照顧孩子的壓力，你有好好照顧自己的情緒及壓力嗎？治療師以多元化的活動，如：靜觀、放鬆及伸展活動、律動等活動，讓你在一個安全、接納及不帶批判的空間中，覺察自己的身心需要，提升自我照顧及紓緩壓力。</p> <p>導師: 郭欣欣(Crista)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>◆ 美國註冊舞蹈動作治療師</li> <li>◆ 形入培訓及心理輔導中心總監</li> <li>◆ 美國認證體感療癒師</li> <li>◆ 靜觀導師</li> <li>◆ 心理輔導員</li> </ul> <p>* 此活動獲特別資助，出席 5 節或以上者可獲退回\$120。</p>	<p>黃 姑 娘</p>

爸爸 也喜悅 (JCPRC- 22-180)	5/11 及 12/11 (週六， 共 2 節)	下午 4:30 - 6:30	本 中 心	家長 會員 (爸爸)	15 名	\$20	我們不是天生就懂得為人父母親。要照顧有特殊需要孩子，所面對壓力和困難會比一般家庭還要大！  你有沒有想過在教養孩子時，父母最需要的是與自己連結，將為人父母的初心和愛成為最好的溝通橋樑。 小組將透過正念(靜觀)活動讓參加者	歐 姑 娘
媽媽 也喜悅 (JCPRC- 22-181)	16/11 及 30/11 (週三、 共 2 節)	上午 10:00 - 12:00	本 中 心	家長 會員 (媽媽)	15 名	\$20	對自己多一份覺察並培養接納、欣賞和愛惜自己和孩子的初心，並體驗由內在平安到家庭和諧的幸福。  *如太太同時出席 22-181 可退回活動費  *如丈夫同時出席 22-180 可退回活動費	歐 姑 娘

## E.家長興趣班

名稱/編號	日期	時間	地點	對象	名額	費用	內容 / 備註	查詢
伸展瑜伽 A (JCPRC- 22-182)	7/10- 28/10 (週五、 共 4 節)	上午 10:00 - 12:00		家長會員	8 名	\$120	瑜伽除了可以幫助伸展筋骨和增強身體柔軟度之餘，更可以令身體和精神得以放鬆，讓家長可以藉此機會減壓，消除平日照顧子女又要兼顧家務的辛勞。	
伸展瑜伽 B (JCPRC- 22-183)	4/10- 25/11 (週五、 共 4 節)	上午 10:00 - 12:00	港 島 東	家長會員	8 名	\$120	備註： 上課前 1 小時不能進食及須穿著輕便運動裝 參加者需自備瑜伽墊。 為免影響課堂進行，遲到逾 30 分者，將不安排入內參與該節課堂。	余 姑 娘
伸展瑜伽 C (JCPRC- 22-184)	2/12- 16/12 (週五、 共 3 節)	上午 10:00 - 12:00	體 育 館	家長導師：吳穎淇女士	8 名	\$90	此活動租用康文署場地，根據政府疫苗通行實施下，進入體育館的人士必須出示接種疫苗記錄或獲豁免證明，及使用「安心出行」	

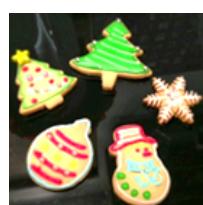
## F.家長悠閒工作坊

### 滋味廚房系列

雪花酥 (JCPRC-22-185)	新潮網紅美食又香又酥 免焗爐顏值高做法超簡單！ 參加者可以輕鬆自己動手製作。 <u>日期：12/10/22 (週三) 時間：上午 10:00-12:00 費用：\$80</u>
甜薄鐔 (JCPRC-22-186)	甜薄鐔「好耐無食過喇！」繼家鄉茶粿，同樣在茶樓中漸漸失傳，我們童年時舌尖上的回憶總叫人回味。皮脆、軟熟，是薄鐔的特色，今次大家可以自己親手輕鬆自己動手作。 <u>日期：2/11/22 (週三) 時間：上午 10:00-12:00 費用：\$80</u>
港式奶茶 (JCPRC-22-187)	喺屋企都可以沖到港式絲襪奶茶，親自調製一杯濃郁嫩滑的傳統港式奶茶與朋友或客人分享。 內容：教授選茶、混合葉（俗稱：溝茶）、沖茶技巧（俗稱：撞茶），透過導師的講解及示範後，參加者將親手沖調自己出品-港式奶茶。 備註： *參加者需自備保溫瓶。 *參加者完成課堂後，會有一份”在家沖奶茶”禮物包一份。 *導師:蕭太(義工家長) <u>日期：15/11/22 (週二) 時間：上午 10:00-12:00 費用：\$80</u>
聖誕造型曲奇 (JCPRC-22-188)	聖誕就快到了，自己親友手做一些手工聖誕曲奇給朋友們作為禮物，見到朋友喜歡的表情，自己都會開心百倍啦~ <u>日期：7/12/22 (週三) 時間：上午 10:00-12:00 費用：\$70</u>

### 小手工系列

奇妙蕾絲 (JCPRC-22-189)	運用氨基酸皂製作精緻漂亮的薄如蟬翼的柔軟蕾絲皂紙，韌性不易碎裂、方便攜帶 作皂紙使用。 <u>日期：26/10/22 (週三) 時間：上午 10:00-12:00 費用：\$100</u>
皂中畫 (JCPRC-22-190)	有否想到氨基酸皂都可以由自己設計，運用不同的壓花來拼拼貼貼出一幅”皂中畫” 。 <u>日期：23/11/22 (週三) 時間：上午 10:00-12:00 費用：\$100</u>
擴香石小盆景 (JCPRC-22-191)	了解石膏特性及水份控制，及各種工具及其用法。認識石膏調色技巧，自由配搭出一盆屬於自己的小盆景。 <u>日期：7/12/22 (週三) 時間：上午 10:00-12:00 費用：\$100</u>



每個活動名額：6 名 對象：家長會員 負責職員：余姑娘

# 兒童園地 - 遊戲／學習發展篇

## 多元藝術工作坊

在兒童的成長過程中，藝術是他們生活的一個重要部分，他們的作品往往告訴大家一個有趣的個人風格。

運用不同的顏料、圖工材料由淺至深，讓兒童接觸不同的藝術媒體。學習繪畫和立體拼貼技巧，從而激發兒童的創造力，學會欣賞自己及提升自信，讓他們健康快樂的成長，培養優良的品格。

- 導師：Amy 姐姐(有豐富教學經驗)
- 備註：參加者自備 48 色油性粉彩上課
- 負責同事：余姑娘/詩琪姑娘



名稱/編號	日期	時間	對象	名額	費用
A (JCPRC-22-245)	7/10-28/10 (週五、 共 4 節)	下午 4:30 – 5:30	4-7 發展障礙兒 童或棠棣	9 名	\$350
B (JCPRC-22-246)		下午 5:45 – 6:45	8-11 發展障礙兒 童或棠棣	9 名	\$350
C (JCPRC-22-247)	4/11-25/11 (週五、 共 4 節)	下午 4:30 – 5:30	4-7 發展障礙兒 童或棠棣	9 名	\$350
D (JCPRC-22-248)		下午 5:45 – 6:45	8-11 發展障礙兒 童或棠棣	9 名	\$350
E (JCPRC-22-249)	2/12-16/12 (週五、 共 3 節)	下午 4:30 – 5:30	4-7 發展障礙兒 童或棠棣	9 名	\$265
F (JCPRC-22-250)		下午 5:45 – 6:45	8-11 發展障礙兒 童或棠棣	9 名	\$265

名稱/編號	日期	時間	地點	對象	名額	費用	內容 / 備註	查詢
故事寶盒 A (JCPRC- 22-192)	11/10- 1/11 (週二共 4 節)	下午 4:30 - 5:30	本 中 心	4-6 歲 發展障 礙兒童	4 名	\$160	每週以一個故事為主幹，引導兒童探索有關的資料，增進知識	 周 姑 娘
故事寶盒 B (JCPRC- 22-193 )	15/11- 6/12 (週二共 4 節)	下午 4:30 - 5:30	本 中 心	4-6 歲 發展障 礙兒童	4 名	\$160	每週以一個故事為主幹，引導兒童探索有關的資料，增進知識	 周 姑 娘

生活小百科 (JCPRC-22-194)	3/11-24/11 (週四、共4節)	下午4:15 - 5:15	本中心	6-8歲發展障礙兒童	6名	\$160	透過遊戲或小實驗，增強孩子的生活常識。增加兒童學習與人合作、溝通、聽從指令等等社交技巧。	余姑娘
積木解難小隊 (JCPRC-22-195)	6/10-27/10 (週四、共4節)	下午4:15 - 5:15	本中心	5-7歲發展障礙兒童	6名	\$160	Six Bricks「六色積木」屬於一種安全及能夠應用於遊戲中學習的工具。  透過六塊不同顏色的積木，演變出不同的遊戲，提高兒童在玩樂中學習簡單認協調、手指肌肉練習	余姑娘
小一預備基礎階 A (JCPRC-22-196)	15/10-3/12 (週六，共8節)	下午3:00 - 4:00	本中心	將於9/23入讀主流小一的發展障礙兒童	4名	\$480	<p>此小一適應課程以「基礎階」、「初階」、「進階」及「小一預備生」四個階段延伸至暑假，旨在為將升讀主流小學的特殊需要兒童作好準備。</p> <p>課程由淺入深，鞏固讀寫算能力外，亦兼顧體能和社交發展，同時設有家長會，讓家長明白課程的設計和要求，加強彼此合作，促進兒童發展。</p> <p>參加者可優先報讀下一階段的課程，因此鼓勵家長由基礎階開始為兒童報名，中心盡量配合家長選擇的時段，但為達致較理想效果，將安排能力相近的兒童為一組，因此可能會加以調動。</p>	周姑娘
小一預備基礎階 B (JCPRC-22-197)	15/10-3/12 (週六，共8節)	下午5:00 - 6:00	本中心	將於9/23入讀主流小一的發展障礙兒童	4名	\$480	<p>本期學習重點：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 中文筆劃</li> <li>2. 認識自己和別人</li> <li>3. 朋輩互動</li> <li>4. 集體遊戲</li> <li>5. 自我照顧</li> </ol> <p>* 參加者請自備背囊、紙巾、備用口罩及A4尺寸的拉鏈功課袋</p> <p>* 報名者經甄別後分組，合適者會另獲通知，屆時才需繳費</p> <p>* 如有特殊情況致未能進行實體小組，將轉為網上形式(Zoom)，敬請家長留意</p>	周姑娘



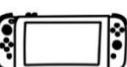
小一預備 基礎階甄 別 (JCPRC- 22-198)	時段 A: 16/9/22 (週五)	下午 5:00 - 6:00	本 中 心	擬參加 小一預 備基礎 階的發 展障礙 兒童	6 名	免費	以小組形式面見兒童，並進行活動，從而 組合能力表現相近的兒童。  *請於報名表註明時段選擇優次，如同一時段 報名者眾，中心將安排至另一選擇。  *經甄別組合能力相近的兒童後，中心會個別 通知家長，名額有限，向隅者敬請見諒。	周 姑 娘
	時段 B: 17/9/22 (週六)	上午 10:00 - 11:00						
	時段 C: 17/9/22 (週六)	下午 3:00 - 4:00						

## 兒童 / 青少年成長坊

名稱/編號	日期	時間	地點	對象	名額	費用	內容 / 備註	查詢
故事情緒 社交小組 (JCPRC- 22-199)	29/10- 3/12 (週六， 共六節)	上午 10:30 - 11:30	本 中 心	5-6 歲 發展障 礙兒童	6 名	\$50	繪本是一個讓幼兒學習情緒管理的好媒介。 繪本不但有趣吸引、貼近生活情節，且幼兒能觀察繪本中的情節、角色表情及動作，了解情緒狀態、學習管理情緒方法。本小組以繪本故事作為引入，讓孩子認識情緒用語、學習表達感受方法，促進他們的社交發展。  *領取照顧者津貼之家庭優先。 *參加者可以優先借閱課堂指定新繪本。 ***家長須與兒童複習小組內容，並須交回簡單習作。	李 姑 娘
顏色多多 FUN (JCPRC- 22-200)	7/10- 28/10 (週五、 共 4 節)	下午 4:30 - 5:45	本 中 心	7-10 歲 就讀特 殊學校 兒童	4 名	\$120	透過桌遊、棋藝活動及集體遊戲，提升 兒童社交技巧及鞏固不同顏色概念。	歐 姑 娘
數字多 多 FUN (JCPRC- 22-201)	4/11- 25/11 (週五、 共 4 節)				4 名	\$120	透過桌遊、棋藝活動及集體遊戲，提升 兒童社交技巧及鞏固不數字概念。	



<b>小童軍 (JCPRC-22-202)</b>	15/10-3/12 (週六，共 8 節)	上午 10:30 - 11:30  	本中心	5-8 歲 發展障礙兒童	6 名	\$160	藉童軍活動讓參加者： 1. 提升服從及合作性，從而發展自律能力 2. 促進社交技巧、培養良好生活習慣 * 參加者須能跟從口頭指令 * 可優先參加下期小童軍，唯無故缺席超過 2 節者須重新抽籤 * 如有特殊情況未能進行實體課堂，小組將會取消	周姑娘
<b>青年探險家。綠野遊蹤 (JCPRC-22-203)</b>	8/10/22 (課堂篇)	下午 3:00 - 4:00	本中心	14 歲以上發展障礙兒童	5 名	\$80	一班年青人共同策劃及探索，合力完成不同的任務。各參加者從中學習溝通及解決困難。  提升青年人之間的相處技巧和團隊合作精神，齊齊探索香港的綠野遊蹤。	余姑娘
	15/10/22 (外出篇)	上午 11:00 - 下午 4:00	待定					
<b>職場分享站 (JCPRC-22-204)</b>	7/10、 21/10、 4/11、 18/11、 9/12 及 23/12 (小派對) (週五、 共 6 節)	晚上 7:00 - 8:30	本中心	在職 中心 青年 會員	6 名	\$180	職場分享站將會是一個長期小組，期望讓在職的青年會員有一個共同學習、分享及支援平台。  在這裡我們會以三個目標與組員一同探討、學習並彼此鼓勵在生活中實踐：  ➤ 敏於「聽」，學習用心聆聽技巧 ➤ 慎於「言」，學習有效表達自己 ➤ 緩於「怒」，學習應對情緒技巧	歐姑娘
<b>除夕小派對 (JCPRC-22-205)</b>	31/12/22 (週六)	下午 4:30 - 6:00	本中心	14 歲或 以上發 展障礙 兒童	6 名	\$50	與年青人透過舞蹈、歌曲及集體遊戲與年青人歡度除夕。  	歐姑娘

<p><b>兒童劇場</b></p>  <p>(JCPRC-22-206)</p>	<p>19/11-24/12 (週六、共 6 節)</p>	<p>下午4:30 - 5:45</p>	<p>本中心</p>	<p>8-12 歲發展障礙兒童</p>	<p>8名</p>	<p>\$300</p>	<p>透過互動劇場遊戲、情景想像及模擬、運用身體語言、語調訓練等趣味活動，發揮創意和想像力，學習與人合作及共同創作小劇場。 最後一節為組員合作舉行的小劇場表演，中心會按疫情狀況作出相應安排。</p> <p>導師: 庾春鳳 (Doris)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>◆ 香港演藝學院戲劇學院榮譽學士</li> <li>◆ University of Central England (Birmingham) 戲劇教育碩士</li> <li>◆ 曾連續四年獲頒成龍獎慈善獎學金、黎草田紀念獎學金、上海匯豐銀行獎學金。</li> <li>◆ 曾代表學院遠赴英國參與愛丁堡藝術節《阿 Q 正傳》及台北之學術交流</li> <li>◆ 多年來與過百間幼稚園、中、小學及私人機構作戲劇導師</li> </ul> <p>*此活動獲特別資助，出席 5 節或以上者，可獲退回\$200。</p>	<p>黃姑娘</p>
<p><b>童你玩 Switch (運動篇)</b></p>  <p>(JCPRC-22-207)</p>	<p>28/12/22 (週三)</p>	<p>下午2:30 - 3:30</p>	<p>本中心</p>	<p>小四至小六發展障礙兒童</p>	<p>4名</p>	<p>\$10</p>	<p>勤有功，戲也有益！ 透過兒童一起玩 <b>與運動有關的</b> Switch 遊戲，增進與同齡兒童的交流，學習社交及與人合作的重要。</p>	<p>黃姑娘</p>
<p><b>童你玩 Switch (鬥智篇)</b></p>  <p>(JCPRC-22-208)</p>	<p>29/12/22 (週四)</p>	<p>下午2:30 - 3:30</p>	<p>本中心</p>	<p>小四至小六發展障礙兒童</p>	<p>4名</p>	<p>\$10</p>	<p>勤有功，戲也有益！ 透過兒童一起玩 <b>考驗智慧的</b> Switch 遊戲，增進與同齡兒童的交流，學習社交及與人合作的重要。</p>	<p>黃姑娘</p>
<p><b>童你玩 Switch (趣味篇)</b></p>  <p>(JCPRC-22-209)</p>	<p>30/12/22 (週五)</p>	<p>下午2:30 - 3:30</p>	<p>本中心</p>	<p>小四至小六發展障礙兒童</p>	<p>4名</p>	<p>\$10</p>	<p>勤有功，戲也有益！ 透過兒童一起玩 <b>充滿趣味的</b> Switch 遊戲，增進與同齡兒童的交流，學習社交及與人合作的重要。</p>	<p>黃姑娘</p>

<b>青少年 心智解讀-社交訓練 (JCPRC-22-210)</b>	8/10-12/11 及 3/12 (戶外活動) (週六、共 6 節及 1 節戶外活動)	上午 10:00 - 11:15 (戶外活動時間另行安排)	本中心	9-12 歲發展障礙青少年	6 名	\$210	心智解讀是推斷別人想法、信念、願望或意圖的過程，在人際關係中擔當重要角色，但亦是有發展障礙兒童須加強學習的一環。小組透過不同情境片段，配合簡單角色扮演及假想遊戲，讓兒童了解及調節自己的情緒和行為，學習鑑貌辨色，理解別人的感受及觀點，提升社交能力。	歐姑娘
<b>兒童 心智解讀-社交訓練 (JCPRC-22-211)</b>	8/10-12/11 及 10/12 (戶外活動) (週六、共 6 節及 1 節戶外活動)	下午 2:00 - 3:15 (戶外活動時間另行安排)		就讀主流小學小一至三年級兒童	6 名	\$210	➤ 此為長期小組(為期一年)，報名時請考慮是否能定期出席小組 ➤ 上期參加者優先 	
<b>律動小肌遊戲室 A (JCPRC-22-212)</b>	28/12-30/12 (週三至五、共 3 節)	下午 2:30 - 3:15	本中心	4-5 歲發展障礙兒童	4 名	\$90	小組透過個別訓練、小組活動加強兒童上肢伸展、擺放、雙手協調、手眼協調及手指靈活性，提升操作物件的技巧。	歐姑娘
<b>律動小肌遊戲室 B (JCPRC-22-213)</b>		下午 3:30 - 4:15		6-7 歲發展障礙兒童	4 名	\$90	➤ 此活動由理工大學職業治療學系學生協助策劃及帶領。	
<b>超市遊學團 A (JCPRC-22-214)</b>	14/10-4/11 (週五，共 4 節)	下午 5:00-6:00 本中心及愛東商場	本中心及愛東商場	就讀主流小一至小二的發展障礙兒童	6 名	\$240	藉組員間的商議、往超市購物和製作小食的過程，促進兒童社交、數學概念及小肌肉等方面的發展  * 如有特殊情況未能進行實體課堂，小組將會取消 	周姑娘

超市遊學團 B (JCPRC-22-215)	11/11-2/12 (週五，共 4 節)	下午 5:00 - 6:00	本中心及愛東商場	就讀主流小一至小二的發展障礙兒童	6 名	\$240	藉著組員間的商議、往超市購物和製作小食的過程，促進兒童社交、數學概念及小肌肉等方面的发展  * 如有特殊情況未能進行實體課堂，小組將會取消	周姑娘
---------------------------	--------------------------	----------------	----------	------------------	-----	-------	---	-----

## 兒童 / 青少年興趣班

名稱/編號	日期	時間	地點	對象	名額	費用	內容 / 備註	查詢
羽毛球同樂日 A (JCPRC-22-216)	8/10 - 26/11 (週六共 8 節)	下午 5:00 - 7:00	港島東體育館	8-12 歲發展障礙之兒童	5 名	免費	由康文署指派導師教授羽毛球。 訓練參加者基本羽毛球技巧及手部肌肉，藉以培養對羽毛球運動的興趣。	余姑娘
羽毛球同樂日 B (JCPRC-22-217)	12/10 - 30/11 (週三共 8 節)	下午 5:00 - 7:00	港島東體育館	13-17 歲發展障礙之兒童	5 名	免費	備註: 曾在 108 期已中籤成功之參加者可優先。 參加者請帶備羽毛球拍、水樽，穿著輕便衣服及不脫色運動鞋。  參加者需自行到體育館集合。 此活動由康文署贊助。  根據政府疫苗通行證實施下，進入體育館的人士必須出示接種疫苗記錄或獲豁免證明，及使用「安心出行」。	



## 籃球隊

活動對象：8 歲以上發展障礙兒童及棠棣

活動地點：愛秩序灣籃球場 費用：\$420 負責職員：歐姑娘/ 詩琪姑娘

名稱/編號	日期	時間	名額	內容
A 研習組 9-10 月 JCPRC-22-218	3/9- 15/10 (週六、1/10 暫停一節、共 6 節)	下午 4:00-5:30	20 人	訓練籃球技術如：傳球、射球、進攻及防守等。加強參加者手眼協調、合作及團隊精神。
A 研習組 11-12 月 JCPRC-22-223	5/11-10/12 (週六、共 6 節)	下午 4:00-5:30	20 人	備註： 初次參加者必須參加基礎班(JCPRC-22-219 / 224) (5:30pm 上堂)，如合適其他班別，教練將跟進/討論。
B 基礎組 9-10 月 JCPRC-22-219	3/9- 15/10 (週六、1/10 暫停一節、共 6 節)	下午 5:30-7:00	18 人	
B 基礎組 11-12 月 JCPRC-22-224	5/11-10/12 (週六、共 6 節)	下午 5:30-7:00	18 人	
C 比賽組 9-10 月 JCPRC-22-220	3/9- 15/10 (週六、1/10 暫停一節、共 6 節)	下午 3:00-4:00	10 人	*須為過往參加者及經教練推薦
C 比賽組 11-12 月 JCPRC-22-225	5/11-10/12 (週六、共 6 節)	下午 3:00-4:00	10 人	

教練：葉 Sir/ 羅 Sir/俊 Sir(均為香港籃球總會註冊教練)

\*備註：1. 請自備籃球及水上課

## JC 足球隊

活動對象：8 歲以上發展障礙兒童及棠棣

活動地點：待定 費用：\$390 負責職員：歐姑娘/ 詩琪姑娘

名稱/編號	日期	時間	名額	內容
9-10 月 (JCPRC-22-221)	18/9-23/10 (週日、共 6 節)	待定	20 人	足球技術訓練如：傳球、控球、頭球、射球、進攻及防守等；以及訓練團隊精神。
11-12 月 (JCPRC-22-226)	13/11-18/12 (週日、共 6 節)	待定	20 人	

主教練：周 Sir (前香港代表隊及 前香港代表隊及 前甲組球員)及一名助教

\*備註：初次參加者請自行購買 4 或 5 號足球上課。



## 游泳班

活動對象：6 歲以上發展障礙兒童及棠棣

活動地點：灣仔摩利臣山泳池（待定） 費用：\$3000 負責職員：歐姑娘/ 詩琪姑娘

名稱/編號	日期	時間	名額	內容
9-10 月 (JCPRC-22-222)	3/9-29/10 (週六、共 8 節)	上午 9:00 -	20 人	活動以個別形式教授游泳技巧。
11-12 月 (JCPRC-22-227)	5/11-24/12 (週日、共 6 節)	下午 3:00	20 人	

教練：薛 Sir (游泳教師總會-認証教師)

- \*備註：1. 每節一小時。如要求特別時段，請於報名表上註明，若遇相同時段，則以抽籤先後次序 編入各時段。
- 2. 請自備入場費、泳鏡、泳帽及毛巾

## Ukulele 夏威夷小結他



活動對象：7 歲以上發展障礙兒童及棠棣

活動地點：本中心 費用：\$480 負責職員：余姑娘

名稱/編號	日期	時間	名額	內容
10 月 (JCPRC-22-228)	7/10-28/10 (週五、共 4 節)	下午 5:00 -	5 名	Ukulele 外型小巧精緻適合小朋友學習，亦可提升對音樂的興趣及自信心。
11 月 (JCPRC-22-229)	4/11-25/11 (週五、共 4 節)		5 名	教授正確抱琴方法，基本按弦與撥弦、音階和弦入門等技巧，彈奏不同的歌曲。
12 月 (JCPRC-22-230)	2/12 - 16/12 (週五、共 3 節)		5 名	

導師:Ringo Sir 有多年教授 Ukulele 夏威夷小結他經驗。

- \*備註: 1. 參加者需自備小結他
- 2. 3 組同期報名優先。

## 兒童魔術班 (JCPRC-22-231)

日期	時間	地點	對象	名額	收費	內容	查詢
8/10-29/10 (週六，共 4 節)	下午 6:00 - 7:00	本 中 心	9-12 歲 以發展 障礙兒 童	6 名	\$160	學習魔術係耐性同恆心的訓練，又可以練習協調提及自信心！想知魔術的秘密，就報名參加啦！  *此活動由義工 Dicky Sir 帶領。	余 姑 娘

# 親子系列

名稱/編號	日期	時間	地點	對象	名額	費用	內容 / 備註	查詢
親子抗逆力 Up! (JCPRC-22-137)	24/9-22/10 (週六、1/10 暫停、共4節)	下午2:30-3:45	本中心	小一至小三發展障礙兒童及其家長	4對親子	\$60/一對親子	讓你與孩子一同透過正向心理學(Positive Psychology)的生活練習，培養積極樂觀和感恩的生活態度、學習欣賞自己與他人，於生活及學習的困難中提升抗逆力!	黃姑娘
親子甜品工房 III (JCPRC-22-232)	8/10-29/10 (週六、共4節)	下午3:30-4:30	本中心	4-6 歲發展障礙兒童及家長	6對親子	\$140	透過一同製作甜品，加強親子合作，從而促進親子關係，並與家長們一起交流育兒經驗。  *領取照顧者津貼之家長優先報名。 *108期親子甜品工房 II 參加者優先報名。 *如有食物敏感，請於報名表上列出。 *請自備食物盒及圍裙。  * 如有特殊情況未能進行實體課堂，小組將會取消。	李姑娘
愈玩愈精靈 A (JCPRC-22-233)	6/10-3/11 (週四，20/10暫停1節、共4節)	下午4:30-5:30	本中心	2-3 歲發展障礙兒童及其家長	4對	\$160	以社交遊戲促進幼兒的專注力和社交發展，同時與家長交流輔導技巧及管教原則  * 如有特殊情況未能進行實體課堂，小組將會取消。	周姑娘
愈玩愈精靈 B (JCPRC-22-234)	17/11-8/12 (週四、共4節)	下午4:30-5:30	本中心	2-3 歲發展障礙兒童及其家長	4對	\$160	以社交遊戲促進幼兒的專注力和社交發展，同時與家長交流輔導技巧及管教原則  * 如有特殊情況未能進行實體課堂，小組將會取消	周姑娘
大手小手齊齊動 (JCPRC-22-235)	8/10、22/10 (週六，共2節)	上午11:00-12:30	本中心	8 歲以上發展障礙兒童及其1名家長	4對	\$80/對	有冇諗過同小朋友一齊親手創作有趣的小手工，共同創作自己的作品。 參加者完成後作品可帶回家中。	余姑娘

不消失的遊樂場 (JCPRC-22-236)	17/12/22 (週六)	上午 10:00 - 11:00	本 中 心 / 待 定	3-6 歲 以上發 展障礙 兒童及 其 1 名 家長	20 對	\$80/ 對	原來家裡也有一座遊樂場 —— 就是我們的身體！不用門票、不用玩具，只要爸爸媽媽與孩子攜手合作，就可以用身體變出各種各樣的遊樂設施，有刺激的、有好玩的、有搖擺的、有轉轉圈的，保證充滿歡笑聲和汗水，還有無盡的創意與溫馨！一起來享受優質時間吧！  此活動與「身體遊樂場」合辦	馬 姑 娘
情緒氣象站 (JCPRC-22-237)	17/12/22 (週六)	上午 11:30 - 12:30	本 中 心 / 待 定	小一至 小三發 展障礙 兒童 及 其家長	20 對	\$80/ 對	情緒是甚麼？如何讓孩子認識與辨別自己的情緒？ 透過共讀繪本與身體遊戲，我們與孩子一起學習運用不同的動作來表達相對應的情緒，如輕快跳動表達快樂、沉重慢爬表達傷心、大力跺腳表達生氣、閃縮躲避表達害怕、仰臥靜躺表達平靜，從中學會好好抒發當下感受，明白心情會起伏變化是正常的，可以勇敢表達及分享。  此活動與「身體遊樂場」合辦	馬 姑 娘

## 家庭活動

### 備註：

- 所有外出活動之 18 歲或以上參加者，須“已接種 3 針疫苗”或已接種兩針疫苗並持有「康復紀錄二維碼」人士參加，如未滿 12 歲及以下參加者，則雖按適時「疫苗通行證」指引
- 所有外出活動將視乎政府最新防疫政策而有所變動、取消等，敬請家長見諒。
- 參加此活動人士表示同意有關活動照片將用作公開宣傳之用

名稱/編號	日期	時間	地點	對象	名額	費用	內容 / 備註	查詢
玩轉青蔥樂園 (JCPRC-22-238)  	17/9/22 (週六)	下午 1:15 - 5:00	協康會綜合服務大樓	3-9 歲 發展障礙 兒童及 其家長	20 對 親子	\$20/ 一對 親子	位於協康會綜合服務大樓的「青蔥樂園」，設有好玩又新穎的空內遊戲設施，為兒童提供自由探索的空間。  家長及小朋友亦可在設有模擬社適體驗如超級市場、地鐵、VR 體驗館等等的「社適樂園」中，體驗參與不同的社區設施，從中學習當中社交禮儀和技巧。  備註： *鳴謝顧積善堂慈善基金贊助活動。 *參加者需穿著襪子進入「青蔥樂園」 *集散地點：本中心 *集合時間：下午 1:15 [敬請準時，逾時不侯]	黃 姑 娘 、 李 姑 娘

<b>昂坪纜車遊</b> (JCPRC-22-239)	9/10/22 (週日)	上午 9:00 - 下午 5:00	大嶼山、 昂平	中心家長會員	45 名	0-2 歲 每位 \$30 、 3-11 歲每 位 \$100 、 12 歲 或以 上每 位 \$140	乘坐昂坪纜車，「飛」一般的角度從空中鳥瞰東涌、大澳和探索其他秘景，讓你輕鬆細賞環島明媚風光，感受慢活步調與獨特自然生態；並遊覽富有濃郁佛教色彩建築風格的寶蓮禪寺、天壇大佛及昂坪市集，昂坪廣場及由漢學大師饒宗頤教授用隸書寫成的心經墨寶，刻在位處鳳凰山山麓的大型木柱上的心經簡林。  備註： *活動費已包括乘坐來回東涌至昂坪 360 纜車及往返中心旅遊巴士。 *參加者自備午餐或自費午膳。 *集合時間：上午 9:00 *集散地點：本中心 *鳴謝顧積善堂慈善基金贊助活動	周姑娘/ 歐姑娘
<b>文化遊蹤</b> (JCPRC-22-240)	29/10/22 (週六)	上午 9:00 - 下午 5:00	荃灣及元朗	家庭會員	27 名	\$160/ 位 （大小同價）	指定地點集合乘旅遊車前往元朗屏山文物館，文物館由建於 1900 年的舊屏山警署改建而成，分為三座分別為屏山鄧族文物館、屏山文物徑展覽室和社區文物展覽室，展出不同的展覽。  於元朗自由活動及自費午膳後旅遊車往壽桃牌麵食文化館，自由選購各式麵食，再乘旅遊車前往荃灣，三棟屋原是一條有二百多年歷史的客家圍村。  *此活動與采星旅遊合辦  *按旅遊業議會規例：參加者必須符合「疫苗通行證」規定中籤後需提供身份證上中文全名、身份證連英文字首 4 個字及聯絡電話號碼。旅行當天須掃安心出行二維碼，並須全程佩戴口罩  *集合時間：上午 9:00 *集散地點：本中心	余姑娘
<b>T · PARK『源。區』遊</b> (JCPRC-22-241)	20/11/22 (週日)	上午 10:00 - 下午 3:30	屯門 T · PA RK	家庭會員	28 名	\$70/ 位 （大小同價）	T · PARK [源 · 區]位於屯門假日好處，源 · 區除了是一所綜合污泥處理設施，同時設有多個可以讓公眾參觀的休閒教育設施，包括戶外園林花園、雀鳥保護區、自助茶館等，設計上多使用再造木及重用物料，主打簡約風格，集環保、休閒、教育於一身，讓大家有一個不一樣的環保體驗。  備註： 集合時間：上午 10:00 集散地點：賽馬會家長資源中心	余姑娘



古蹟遊蹤 (JCPRC-22-242)	10/12/22 (週六)	上午 10:00 - 5:00	香港鐵路博物館 / 綠匯學苑	家庭會員	22名	\$65/ 位 (大小同價)	<p>我們將帶領你和小朋友一同到大埔遊歷兩個法定古蹟上午遊覽香港鐵路博物館，一睹昔日舊火車和鐵路的風采，下午到綠匯學苑(舊大埔警署)參觀，參加古蹟導賞團，並親子共同製作低碳小食。</p> <p><b>備註：</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>*綠匯學苑親子工作坊的內容或會因申請情況而有所更改。</li> <li>*請自備食物盒。</li> <li>*需自費午膳及回程車費。</li> <li>*<b>集合時間：</b>上午 10:00</li> <li>*<b>集合地點：</b>賽馬會家長資源中心</li> <li>*鳴謝顧積善堂慈善基金贊助活動</li> </ul>	余姑娘、馬姑娘
------------------------	------------------	--------------------------	----------------	------	-----	----------------------	--	---------

## 社區服務 / 共融活動

名稱/編號	日期	時間	地點	對象	名額	費用	內容 / 備註	查詢
Hello! My Friend (JCPRC-22-243)	24/9- 22/10 (週六、 1/10 暫停、 共 4 節)	下午 4:30- 5:30	本中心	6-11 歲發展障礙兒童 (特別適合就讀主流小學之兒童)	10名	免費	<p>認識不同語言、國籍朋友 學習與人相處、溝通 建立較長期之友際關係 學習並嘗試運用簡單之英語溝通</p> <p>*此計劃與位於大潭的香港國際學校 Hong Kong International School(HKIS)合辦，內容由 HKIS 學生及老師設計和帶領</p>	黃姑娘
與義工有約—遠足行 (JCPRC-22-244)	17/12/22 (週六)	上午 9:30 - 下午 3:00	大潭篤	13 歲以上發展障礙兒童或棠棣	8名	\$60 (自備交通費/八達通)	<p>與義工姐姐哥哥遊覽大潭水塘一帶，探索舊式歷史建築，欣賞水壩下的大潭灣及紅樹林濕地，並在戶外參與集體遊戲及享用簡單野餐。</p> <p>*參加者自備足夠飲料</p> <p>*<b>集合時間：</b>上午 9:30</p> <p>*<b>集合地點：</b>本中心</p>	歐姑娘