

協康會賽馬會家長資源中心 活動快訊



協康售賣獎券 - 義工招募 (JCPRC-20-004)



協康會每年一度的售賣慈善獎券籌款活動將於4月至6月期間舉行。今年本中心繼續與本會之灣仔中心合作將於筲箕灣港鐵站內售賣慈善獎券。

日期	時間	地點	對象	內容/備註	查詢
20年4月尾至6月初期間之其中一個星期日(待定)	上午 10:00 - 下午 5:30 (其間任何時段)	筲箕灣港鐵站	- 家長會員 - 親子 (歡迎家長陪同發展障礙兒童或其兄弟姐妹參加) * 歡迎連同非會員之親友參與	- 協助協康會售賣獎券籌款 - 參加者可獲義工証書以作鼓勵。 由於現時仍在申請場地，故希望有興趣參予的會員先報名，待有確實日期及資料，中心會盡快與你聯絡安排。	陳姑娘

家長天地

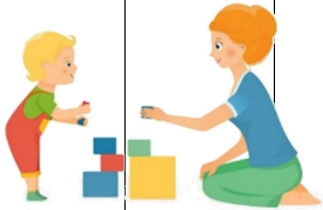

A. 家長支援分享會系列 -- 經驗之談

子女由剛接受評估到漸漸長大，有著不同的需要。家長在尋找資源及服務時，面對各式各樣的資訊，難免有感困惑。本中心舉辦以下分享會，均會邀請家長過來人分享他們在子女的成長中的所見所聞、重要的經驗及在過程中協助他們渡過難過的人和事。

*以下分享會皆以互動分享形式進行，有問有答，讓家長能更了解有關內容並解答家長疑問。

名稱/編號	日期	時間	地點	對象	名額	費用	內容/備註	查詢
家長分享會之升中一篇 (JCPRC-20-005)	19/5/20 (二)	上午 9:30-11:00	賽馬會家長資源中心	家長會員	20名	全免	就讀主流小學之子女快要升中，如何選擇中學？能力較弱的子女怕力有不逮，是否應該轉讀特殊學校？ 誠邀孩子正就讀主流小四至小六之家長或想了解主流中學在支援特殊學習需要學童的服務之家長參與！	Mo Sir
家長分享會之評估過後篇 (JCPRC-20-006)	3/6/20 (三)	上午 9:30-11:00	賽馬會家長資源中心	家長會員	20名	全免	孩子剛接受完評估，家長面對不同的資訊，不知如何選擇，難免感到困惑和迷茫。如有過來人的家長提醒、和同路人家長鼓勵，就能更容易找到合適孩子所需要的資源和服務。 誠邀孩子剛接受了智能評估之家長或想了解幼兒康復服務的家長參與！	Mo Sir

B. 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
兒童為本 遊戲輔導 - 家長 工作坊 (JCPRC- 20-007) 	7/5-28/5/ 20 (逢四、 共 4 節)	上午 10:00 - 12:00	賽 馬 會 家 長 資 源 中 心	家 長 會 員	10 名	\$80	<ul style="list-style-type: none"> - 家長希望孩子有良好的行為，除了管教，照顧孩子的情緒需要是同樣重要的。孩子處於不同的情緒狀況時，未必能以語言清晰地表達，而遊戲卻是孩子表達自己的一個重要媒介。 - 家長透過學習與孩子互動時運用兒童為本遊戲輔導中的基本技巧及態度，有助進入孩子的世界，讓孩子感到被至親明白，從而與孩子建立良好的關係。 <p>工作坊主要內容：</p> <ul style="list-style-type: none"> - 兒童為本的遊戲輔導和一般遊戲的分別 - 從兒童為本遊戲輔導的角度看孩子在遊戲中有效和具治療性的回應 - 在生活中理解和幫助孩子表達情緒和心底話 - 適合作遊戲輔導的玩具／器材 - 適合就讀主流幼稚園至初小、有一定的語言理解能力及對玩具有興趣的兒童之家長 (上期已確認報名者可獲優先) 	黃 姑 娘 、 Mo Sir
教得其樂 --- 家長管教 小組 (JCPRC- 20-008) 	23/5-18/7/ /20 (週六、 共 8 節, 6/6 暫停)	下午 5:15- 7:15	賽 馬 會 家 長 資 源 中 心	家 長 會 員	10 名	\$160	<ul style="list-style-type: none"> - 為幼兒家長提供管教技巧訓練。 - 內容包括建立並培養良好的親子關係、應對問題行為及學習訂定管教計劃，藉此減輕家長的親職壓力及提升管教技巧。 - 參加者可獲贈本會出版之「教得其樂」家長管教手冊一套(備有詳細資料，讓家長參考及做家課練習之用，此手冊不會公開發售)。 - 參加家長需要出席全期課程及回家完成親子家課。 <p>* 特別適合就讀 主流幼稚園至初小兒童之家長</p>	黃 姑 娘

兒童為本遊戲治療 (Child-Centered Play Therapy) 由心理學家 Virginia Axline 創立，以人本治療(Person-Centered Therapy)應用於兒童心理治療中。研究證實此治療法有助兒童舒解情緒、減輕壓力、建立自信，從而有助處理孩子的情緒行為問題。

C. 家長治療小組

家長靜觀與自我關懷課程 (JCPRC-20-009)

日期	28/4/20 - 9/6/20 (逢二，共 6 節、19/5 暫停)
時間	上午 10:00 - 中午 12:00
地點	賽馬會家長資源中心
對象	家長會員
名額	12 名 (上期已確認報名者可獲優先)
費用	\$120 (出席 5 節或以上可獲全數退回\$120)
內容	<p>教養有特殊教育需要(Special Education Needs)的孩子，父母的壓力很大，往往身心疲憊，有時更好像沒有出路。然而，如果單單將精力集中在孩子教養上，卻忽略父母自己的身心靈健康，在照顧孩子成長上只會事倍功半。有研究顯示父母的身心狀況改善，對孩子的成長有明顯助益。相反，若父母沒有適當處理壓力，情緒不穩，狀態變差，就會直接或間接影響孩子的成長和學習。</p> <p>「靜觀自我關懷」(Mindful Self-Compassion) 自 2009 年由美國哈佛大學臨床心理學家 Christopher Germer 博士和德克薩斯大學心理學家 Kristin Neff 教授聯合創始以來，已成為全球最有效和最受好評的靜觀類課程之一；建基於科研基礎，目前，已經有數百項科學研究表明，靜觀自我關懷課程，對人的健康與幸福有很大的促進作用。</p> <p>課程目標：讓參加者透過體驗和練習靜觀及自我關懷，以至：</p> <ul style="list-style-type: none"> ➢ 明白「自動導航」的思維反應與培養自主覺察的能力； ➢ 體會情緒、思維、身體的互動，學習接納和正向轉化 ➢ 明白面對困難時的壓力反應，學習恰當的態度與方法回應 ➢ 培養快樂、平靜與滿足的力量 ➢ 培養接納、欣賞和愛惜自己和孩子
導師	<p>本課程及研究計劃負責人：梁錦堂先生 (Eric Leung)</p> <p>現為香港大學行為健康教研中心名譽講師、香港教育大學宗教教育與心靈教育中心名譽專業顧問。</p> <p>認證靜觀自我關懷(Mindful Self-Compassion)課程導師、南澳洲大學輔導學碩士，香港大學社會科學 (行為健康) 碩士，教育學博士研究生。</p> <p>梁先生多年與不同宗教團體、商業、社會服務及教育機構合作，推廣身心靈全人健康及正念靜觀培訓。</p> <p>著作包括：《彩繪人生：提升生命的七種素質》、《境由心造：自療情緒的 5 個妙方》《善別一向臨終者和逝者告別》等。</p>
查詢	陳姑娘



D. 親子治療小組



「舞動我心」親子舞動治療小組

(Zonta-Stress2-JCPRC-20-010)



日期	25/4 - 30/5/20 (逢六、共 6 節)
時間	中午 12:30 - 2:00
地點	賽馬會家長資源中心
對象	7-12 歲就讀主流小學發展障礙兒童及其家長
名額	6 對
費用	*\$400 (出席 5 節或以上可獲退回\$120)
內容及目標	<ol style="list-style-type: none"> 認知層面：專注力、自制力、對身體的覺察與閱讀別人訊息的能力 (包括非語言訊息) 社交層面：溝通及合作技巧 情感層面：對情緒的覺察、適當表達、釋放壓力及負面情緒 身體層面：擴展動作的幅度和變化、動作協調性、空間的運用等 親子層面：了解自己及孩子的身心需要
形式	專注及靜觀練習、團體創作舞、身體協調及整合練習、情緒表達及回應、親子溝通遊戲、相互支持及分享
導師	郭欣欣 (Crista) (美國註冊舞蹈動作治療師；形入培訓及心理輔導中心總監) Crista擁有約十年服務特殊學童及家長的經驗，主要透過身體介入方式達至身心整合及治療效果，也曾於香港不同跨國及本地企業、醫院、大學、中小學及社福機構舉辦身心動作或舞動減壓工作坊及舞蹈動作治療小組。
備註	<ol style="list-style-type: none"> 參加者毋須任何藝術或舞蹈經驗 請穿輕鬆、舒適之衣服 (建議可帶短襪，活動時可較輕鬆) * 獲新界崇德社贊助，特此鳴謝！
查詢	陳姑娘



名稱/ 編號	日期	時間	地點	對象	名額	費用	內容/備註	查詢
和諧 的指尖 (JCPRC- 20-011)	22/4 6/5 13/5/20	上午 10:30 - 12:30	賽 馬 會 家 長 資 源 中 心	中 心 家 長 會 員	8 名	\$90	<ul style="list-style-type: none"> - 日本和諧粉彩是每個人都能輕鬆上手的藝術，不需任何美術基礎，亦無分對錯。用指尖配合簡單工具塗塗抹抹，繪畫出獨一無二的療癒畫作。 - 課堂內將完成至少4幅和諧粉彩畫作。學習欣賞自己。 - 負責導師丘姑娘(日本和諧粉彩(JPHAA)協會正指導師) 	余 姑 娘
鹹蛋 黃金酥 (JCPRC- 20-012)	27/5/20				8 位	\$90	<ul style="list-style-type: none"> - 鹹蛋黃特殊的鹹香味，配合不同的配料，來自家炮製鬆化鹹蛋黃金酥。 - 由經驗導師教授製作鹹蛋黃金酥技巧。 - 義務家長導師：史太 	
DIY 香草香包 (JCPRC- 20-013)	10/6/20				8 位	\$50	<ul style="list-style-type: none"> - 運用不同風乾的香草來製作香包。 - 搗細香草時及完成香包後，聞到陣陣香味，可鬆弛神經，舒緩壓力。 	
粽得其樂 (JCPRC- 20-014)	預備篇 23/6/20 (二) 實習篇 24/6/20 (二)				8 位	\$150	<ul style="list-style-type: none"> - 由經驗家長導師教授學習包咸蛋豬肉粽基本技巧及方法。所有粽子均為手作，深入淺出讓家長更容易掌握在家製作粽子的秘訣， - 每位參加者可取回 8 隻粽子，回家自行烹調。 - 每位參加者必須 2 天出席 - 每位參加者實習篇當日需自備購物袋。 - 家長導師：林太/史太。 	






- 以上活動由家長義務教授分享，歡迎會員在活動中發揮所長、互相交流。如有興趣分享，歡迎與中心職員余姑娘聯絡。
- 活動只供中心家長會員參加，報名後未能出席者，有關課堂材料將不會分發予參加者。
- 活動需要參加者一同協助清洗有關食材及工具，請參加者預留時間協助。
- 以上活動參加者需在活動期間佩帶口罩進行，烹調食物亦需帶上食物手套才可進行。

F. 家長健康興趣班


家長天地

賽馬會中心

名稱/編號	日期	時間	地點	對象	名額	費用	內容/備註	查詢
家長跳舞班 (JCPRC-20-015)	7/5 - 9/7/20 (逢四、共 9 節, 25/5 暫停)	下午 1:00 - 3:00	賽馬會家長資源中心	家長會員	16 名	*\$360	<ul style="list-style-type: none"> 以輕鬆愉快心情一齊跳舞，不同的舞步，輕鬆易學，運動量適中，服飾隨便，無需舞伴。內容包括現代舞形式、基本技巧，以至教授步法創作及編排。 義務家長導師：劉慧萍女士 (有多年於特殊學校教導家長及學生之經驗) * 出席 7 堂或以上可獲\$180 之退款 * 上期參加者優先 	余姑娘
養生瑜珈 (JCPRC-20-016)	8/5 - 10/7/20 (逢五、共 9 節, 26/6 暫停)	上午 10:00 - 12:00	賽馬會家長資源中心		8 名	*\$360	<ul style="list-style-type: none"> 實踐形式去體驗瑜珈靜坐方法，學員在導師帶領下先學習基本身體伸展和呼吸法，達致身心寧靜與健康。 上課時請穿輕鬆、舒適運動服裝及需自備瑜珈墊。 義務家長導師：吳穎淇女士 * 出席 7 堂或以上可獲\$180 之退款 * 上期參加者優先 	

G. 升小一家長支援

自閉症兒童升讀小一支援計劃-預備及加強篇 (Chest-ASD-JCPRC-19-00226/227)

名稱/編號	日期	時間	地點	對象	名額	費用	內容/備註	查詢
中期家長會 (JCPRC-20-017)	25/4/20 (六)	上午 10:30-12:30	賽馬會家長資源中心	自閉症兒童升讀小一支援計劃-預備及加強篇參加者之家長	16 名	免費	<ul style="list-style-type: none"> 小組簡介 文具的選擇 網站推介 	周姑娘
組後家長會 (JCPRC-20-018)	15/8/20 (六)	上午 10:30-12:00	賽馬會家長資源中心		16 名	免費	<ul style="list-style-type: none"> 總結兒童於小組的表現並作建議 家長意見及回饋 	

兒童園地 - 遊戲 / 學習篇

賽馬會中心

名稱/ 編號	日期	時間	地點	對象	名額	費用	內容/備註	查詢
朋友仔 一齊玩 (JCPRC- 20-019)	13/5- 24/6/20 (逢三， 共 6 節、 17/6 暫停)	下午 4:30- 5:30	賽馬會家長資源中心	4-6 歲 發展障 礙兒童	6 名	\$270	藉多樣化的遊戲，促進兒童的社交發展，包括遊戲技巧、簡單磋商、接受輸贏結果等等 	周姑娘
小童軍 (JCPRC- 20-020)	16/5 - 4/7/20 (逢六， 共 8 節)	下午 2:30- 3:30		5-8 歲 發展障 礙兒童	8 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. 學習自理技巧，培養良好生活習慣，發展自助及助人精神 * 參加者須能跟從口頭指令 * 98 期中籤者優先 * 無故缺席超過 2 節者下期須重新抽籤 	

兒童共融活動

名稱/ 編號	日期	時間	地點	對象	名額	費用	內容 / 備註	查詢
樂、樂 遊戲坊 (JCPRC- 20-021)	25/4 - 30/5/20 (逢六、 共 6 節)	下午 4:00- 5:00	賽馬會 家長資 源中心	6-10 歲 發展障 礙兒童	8 名	\$180	- 透過音樂活動、遊戲等引發參加者的溝通、表達及合作 - 此活動與義務工作發展局音樂創意服務隊合辦 	陳姑娘

兒童/青少年成長坊 – 學習篇








賽馬會中心

名稱/ 編號	日期	時間	地點	對象	名額	費用	內容/備註	查詢
桌遊 我智 Nect! (JCPRC- 20-022)	25/4/20 (週六)	下午 4:00- 5:15	賽馬會家長資源中心	7-11 歲 過度活 躍/專注 力不足 (ADHD) 兒童 (就讀主 流小學)	5 名	\$30	<ul style="list-style-type: none"> 「智」代表智慧， “Nect” 代表 Connect 桌遊(Board game)不但考驗 ADHD 孩子的智慧(思考、反應、自制力、組織力、記憶力及專注力等)，亦是讓他們學習與別人好好互動聯繫的機會(Connect)。 	黃姑娘
執行功能 小組 – 組織力及 自我管理 篇 (JCPRC- 20-023)	2/5-30/5/ 20 (逢六、 共 5 節)	下午 3:30- 4:45 (兒童 時間)	賽馬會家長資源中心	7-11 歲 過度活 躍/專注 力不足 (ADHD) 兒童 (就讀主 流小學)	6 名	\$200	<ul style="list-style-type: none"> 承接早前以專注力及情緒管理為主的執行功能小組，今期活動主要集中兒童的組織能力及自我管理的能力 從遊戲中學習為日常生活作簡單的計劃、排序及檢討自己的行為。 <p>*適合就讀主流小學的兒童 *上期已確認報名「ADHD 執行功能小組」的兒童優先</p>	黃姑娘
	9/5、 16/5/20 (週六、 共 2 節)	下午 4:15- 4:45 (家長 時間)					<ul style="list-style-type: none"> 為家長講解及檢視簡單的家居練習，協助兒童把所學的技巧應用於日常生活中。 同一時段的兒童時間由 Mo Sir 協助。 	

名稱/ 編號	日期	時間	地點	對象	名額	費用	內容 / 備註	查詢
區區 有特色 (JCPRC- 20-024)	9/5、 23/5、 6/6、 20/6/20 (逢六、 共 4 節)	上午 11:00 - 下午 2:00	本中心	11-16 歲 發展障 礙青少 年	6 名	\$400	<ul style="list-style-type: none"> 藉著與其他會員一起活動程序，能認識現時的社區不同資源外，更可學習互相尊重彼此的需要及團隊合作精神。 如情況許可會安排在 6 月份外出一次，詳情情況有待通知。 	余姑娘

兒童/青少年成長坊

賽馬會中心

名稱/ 編號	日期	時間	地點	對象	名額	費用	內容 / 備註	查詢
我是配音員 (JCPRC-20-025) 	22/4 - 13/5/20 (逢三, 共 4 節)	下午 4:30-5:30	賽馬會家長資源中心	8-15 歲發展障礙兒童	5 名	\$160	為有趣的短片作配音, 讓參加者投入對話之中, 從而訓練其聆聽及短講能力。同時, 透過了解人物角色, 學習理解和表達情緒。	Mo Sir
職動成長室 (JCPRC-20-026) *上期參加者將優先報名	9/5 - 30/5/20 (逢六、共 4 節)	上午 9:30-10:30	賽馬會家長資源中心	5-11 歲發展障礙兒童  	6 名	\$80	職業治療學生義工將會以一對一的方式, 進行不同的活動, 遊戲和訓練, 針對參加者個別需要協助參加者認識及學習情緒管理, 並提升人際相處的能力。 義工: 香港理工大學職業治療三年級生	
Minecraft 社交訓練 (JCPRC-20-027)  	5/5 - 9/6/20 (逢二、共 6 節)	下午 4:30-5:30		10-18 歲發展障礙兒童	4 名	\$240	-Minecraft 是一款自由度極高的沙盒遊戲, 可讓兒童在模擬現實的環境下, 學習與人相處和溝通。利用兒童對遊戲的興趣, 引發小朋友模仿, 思考和創新。 -活動設計參考心理學家 Raelene Dundon 的《Teaching social skills to children with autism using minecraft: a step by step guide》。	
想法解讀社交訓練 (4-6 月第二季) (Theory of mind) (JCPRC-20-028) (上期已確認報名者可獲優先)	課堂篇 25/4, 9/5, 16/5, 30/5, 13/6/20 (逢六, 共 5 節, 及 2 節戶外篇)	下午 2:15-3:15		就讀主流小學小二至小四之自閉症學童  	7 名	\$320	-想法解讀(Theory of mind)的能力, 對自閉症學童來說, 需要透過學習才能掌握更多, 理解到別人的想法和自己的想法有所不同。學習適當處理情緒;幫助他們明白別人的感受和想法, 從而作出恰當的回應行動或解決方法。	內容: 待定(稍後通知家長)
戶外篇	23/5/20 (六)	上午 11:30-下午 1:30	-配合戶外活動在實際的社交場景中, 實踐課堂所學, 讓參加者能深化內容運用於日常生活中。					
	27/6/20 (六)	上午 11:00-下午 5:00						

#221418031

青少年成長坊

賽馬會中心

名稱/ 編號	日期	時間	地點	對象	名額	費用	內容 / 備註	查詢
青年性教育 小組 (JCPRC- 20-029)	22/5 及 29/5/20 (週五、 共 2 節)	下午 7:30- 8:30	賽馬會家長資源中心	12 歲或以上發展障礙青年	8 名	\$40	在香港，各種媒體，媒介都常有關異性，情愛，性的事物，青少年很容易就會接觸到。但如何面對，如何回應有關衝動，都是常面對的難題。本活動會以互動的方式，深入淺出，協助青少年理解自己的需要，學習基本的性知識。	Mo Sir
*上期參加者將優先報名								
放眼四方之 每月新聞 (JCPRC- 20-030)	25/4, 9/5, 23/5 及 27/6/20 (週六、 共 4 節)				10 名	\$160	香港社會步伐迅速，變化急劇，青少年對社會上發生的事情，除了好奇之外，也會直接或間接受社會事件影響。本活動嘗試透過新聞時事，協助青少年理解自己在社會上的角色和面對社會不同事件時應有的回應。	
青年俱樂部 (JCPRC- 20-031)	16/5, 30/5 13/6/20 (週六、 共 3 節)				6 名	\$120	以桌上遊戲、小組遊戲、分享為主要內容。締造輕鬆、減壓的空間。義務桌遊導師：郭柏堅(堅 SIR)	
金錢管家 - 青年理財 小組 (JCPRC- 20-032)	12/6 及 26/6/20 (週五、 共 2 節)				8 名	\$80	金錢是青少年日常接觸的事物，如何用、應否用、儲蓄與否等，特別對剛工作的青少年，都是常面對的題目。本活動以互動的方式，深入淺出，學習基本理財知識。	
愛心曲奇 報母親 (JCPRC- 20-033)	15/5/20 (五)	下午 7:00- 8:30			6 名	\$40	應母親節臨近，青年透過製作曲奇餅，表達對母親的感謝。 (此活動涉及食物製作，參加者需要具備日常自理和處理衛生的能力) 導師：田姐	
溫暖心意卡 贈父親 (JCPRC- 20-034)	5/6/20 (繪畫篇) (五) 19/6/20 (製作篇) (五)	下午 6:00- 8:00 下午 6:00- 7:00			8 名	\$80	由青年人共同設計和繪畫，以和諧粉彩的風格，製作父親節心意卡。青年的繪畫將會透過電腦軟件，集合成一張心意卡，並印刷出來，於社區派發。以表達對父親的感謝。 家長導師：郭太	



親子活動

賽馬會中心

名稱/ 編號	日期	時間	地點	對象	名額	費用	內容 / 備註	查詢
親子消毒 搓手液 製作 (JCPRC- 20-035)	25/4/20 (六)	上午 10:30 - 11:30	賽 馬 會 家 長 資 源 中 心	8 歲 或 以 上 發 展 障 礙 兒 童 及 其 家 長	8 對 (一名 成人 及一 名子 女)	每對 \$70	<ul style="list-style-type: none"> 讓小朋友簡單地認識有關消毒及傳染病的化學原理。 了解消毒搓手液對預防細菌病毒的實際作用和效能。 在專業和安全的指導下，製作具個人特色的消毒搓手液。 <p>導師：馮 Sir (香港科技大學化學系畢業生)</p>	Mo Sir
「家庭 暗中 樂悠遊」 之親子黑 暗中對話 體驗 (JCPRC- 20-036)	23/5/20 (六)	下午 2:30- 5:00	長 沙 灣 黑 暗 中 對 話 體 驗 館	12 歲 或 以 上 發 展 障 礙 兒 童 及 其 家 長	8 對 (一名 成人 及一 名子 女)	* 每對 \$220	<ul style="list-style-type: none"> 在伸手不見五指的全黑環境中，體驗失明人士的日常生活和生活技巧。親子共同在黑暗中歷險，創造難忘珍貴的經驗。 * 本活動要求參加者有日常自理能力，並能家長陪同下，在全黑環境進行約一小時的活動。另有 15 分鐘的同理心主題活動及 45 分鐘的家庭共融活動，共兩小時。 <p>集合/解散地：荔枝角地鐵站 D2 出口 集合時間：下午 2:30 合作機構：黑暗中對話體驗館</p> <p>此活動為「黑暗中對話體驗館」獲香港賽馬會慈善信託基金資助之「對話學院」活動，資助親子組合參與「家庭暗中樂悠遊」。(套票原價:\$330)</p> <p>*當日出席者將獲退回\$200</p>	
親子 獨木舟 體驗 (JCPRC- 20-037)	4/7/20 (六)	上午 8:30- 下午 5:00	西 貢	12 歲 或 以 上 發 展 障 礙 兒 童 及 其 家 長	8 對	每對 \$400	<p>透過雙人獨木舟活動，體驗親子之間的合作，創造難忘，珍貴的共同經驗。</p> <p>*本活動要求參加者有日常自理能力，並能家長陪同下，在上下午進行各約兩小時的水上活動。</p> <p>集合及解散地點：西貢碼頭 集合時間：上午 8:30 營地：香港青年獎勵計劃野外鍛鍊中心 (費用已包括午膳，但不包括由西貢碼頭乘坐巴士到營地來回之交通費)</p>	



青少年特備活動

賽馬會中心

名稱/ 編號	日期	時間	地點	對象	名額	費用	內容 / 備註	查詢
青年歷奇挑戰三日營 (JCPRC-20-038) *參加者需具備日常自理能力	1/5 - 3/5/20 (五至日)	1/5(五) 下午 1:00 - 3/5(日) 下午 3:30	西貢賽馬會戶外訓練營	14 歲或以上發展障礙青年	10 名	*\$400	- 透過歷奇及集體活動，幫助參加者挑戰及認識自己，學習溝通合作。 - 三日兩夜的宿營訓練青年的自理能力。 集合：1/5(五)下午 1:00 於本中心 解散：3/5(日)下午 3:30 於本中心 * 請帶備三套更換衣服、睡衣、內衣褲、毛巾、梳洗清潔用品、拖鞋、雨具及藥物（如需要） 此活動獲渣打銀行(香港)有限公司 Programme Care 贊助，特此鳴謝！ *出席後可退回\$300 費用	Mo Sir



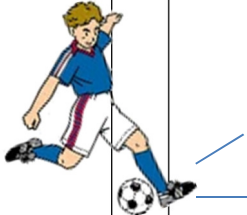
兒童/青少年興趣班

名稱/ 編號	日期	時間	地點	對象	名額	費用	內容 / 備註	查詢
兒童劇場 Kids Theatre (第 4 期) (JCPRC-20-039)	25/4 - 13/6/20 (逢六，共 6 節，9/5 及 16/5 暫停)	下午 3:30-4:45	賽馬會家長資源中心	8-12 歲之發展障礙兒童 (上期參加者優先)	8 名	*\$300	- 劇場遊戲、情境想象及模擬、身體語言、語調訓練等 導師：鍾勵君女士 (小貓) 英國列斯大學戲劇研究碩士、美國紐約一人一故事劇場畢業。小貓積極於推廣社羣戲劇及藝術教育工作。 *備註： - 出席率達 80%者可獲退回\$180 及優先參加第 5 期之兒童劇場 - 此計劃獲 惠康集團 贊助大部份的費用 - 上期參加者優先	陳姑娘



兒童/青少年興趣班 (運動)

賽馬會中心

名稱/ 編號	日期/地點	對象	名 額	費用	內容 / 備註	查詢
J C 足球隊 5 月 (JCPRC- 20-040) (逢日、 共 5 節)	地點：愛秩序灣硬地足球場 日期: 3/5, 10/5, 17/5, 24/5, 31/5/20 時間：下午 1:00-2:30 (地點和時間均為待定)	8 歲或以上發展障礙兒童及棠棣 (上期參加者毋須抽籤)	25 名	\$325	- 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。(初次參加者請自行購買 4 或 5 號足球上課。) - 由於需要每月向康文署申請活動場地，故練習時間和場地亦會有所不同，敬請留意。 *每次練習均安排一名主教練及一名助教 主教練： - 周 Sir (前香港代表隊及前甲組球員) 或 - 俞 Sir (資深足球教練)	Mo Sir
	6 月份足球隊，場地仍未獲批，詳情於 4 月尾透過 WhatsApp 通知各上期參加者。					

名稱/ 編號	日期	時間	地點	對象	名 額	費用	內容 / 備註	查詢
籃球隊 C 班 - 比賽組 5-6 月 (JCPRC- 20-041)	9/5- 27/6 (逢六) (共 8 節)	下午 2:45- 3:45	愛善樓 6 樓平台	須為籃球隊過往參加者及經教練推薦	10 名	\$560	重點訓練籃球比賽方式,技術, 進行隊制練習和比賽。訓練參加者個人體能及團隊合作。 教練: 葉 Sir(香港籃球總會註冊教練)	Mo Sir
籃球隊 A 班- 研習組 5-6 月 (JCPRC- 20-042)		下午 4:00- 5:30	愛秩序灣籃球場		20 名	\$560	- 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。 備註：初次參加者必須參加基礎班 (5:30pm 上堂)，如合適其他班別，教練將跟進/討論	
籃球隊 B 班 - 基礎組 5-6 月 (JCPRC- 20-043)		下午 5:30- 7:00		8 歲以上發展障礙兒童及棠棣	20 名	\$560	- 請自備籃球及水上課 教練： - 葉 Sir(香港籃球總會註冊教練) - 羅 Sir(香港籃球總會註冊教練) - 古 Sir 或 俊 Sir (兩人均為經驗導師)	



兒童/青少年興趣班 (運動)

賽馬會中心

名稱/ 編號	日期	時間	地點	對象	名額	費用	內容 / 備註	查詢
5 月 游泳班 (JCPRC- 20-044)	2/5- 30/5/20 (逢六、 共 5 節)	上午 9:00- 12:00 及 下午 1:00- 3:00	維多利 亞公園 泳池或 柴灣 泳池 (待定)	6 歲或 以上 發展 障礙 兒童 或棠 棣	5 名	\$1875	- 活動以個別形式教授。 - 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。 - 參加者必須準時到訓練池，如需由教練協助帶領入場請於活動報名後與 Mo Sir 聯絡。 - 請自備入場費、泳鏡、泳帽及毛巾 教練：薛 Sir (香港游泳教師總會-認證教師) - *上期參加者優先報名	Mo Sir
5 月 游泳班 (JCPRC- 20-045)	6/6- 27/6/20 (逢六、 共 4 節)					\$1500		



兒童/青少年興趣班 (音樂)

名稱/ 編號	日期	時間	地點	對象	名額	費用	內容 / 備註	查詢
5-7 月 親子 電子琴 (JCPRC- 20-046)	2/5 - 11/7/20 (逢六、 共 11 節)	下午 3:00 - 6:30 (其中 一節)	賽 馬 會 家 長 資 源 中 心	6 歲或 以上發 展障礙 兒童及 其一名 家長	6 對	\$1430	- 教授基本樂理及電子琴彈奏技巧。 - 活動以半小時為一節。 - 需由一位家長陪同參加。 - 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。 - 上期舊生如報名舊有時段，可獲優先安排，若改報其他時段則沒有優先安排。 導師：曹老師	余 姑 娘



兒童/青少年興趣班 (音樂)

賽馬會中心

名稱/編號		日期	時間	地點	對象	名額	費用	內容 / 備註	查詢
非洲鼓及敲擊樂班	Artist in Wonder Band (JCPRC-20--047)	8/5 - 10/7/20 (逢五、共 8 節, 5/6 及 26/6 暫停)	下午 5:45 - 6:30	賽馬會家長資源中心	6 歲以上之發展障礙兒童或棠棣	8 名	\$880	- 這是一個有趣又充實的課程，以學習多種元素，包括旋律，和弦，節奏及動作，圍繞十首小朋友所喜愛的兒歌，以敲打不同的敲擊樂器，如彩虹鐘、鐵片琴、木箱鼓、非洲鼓等一同唱歌唱音，學和弦及做手語歌，合奏出兒童喜愛的音樂，合奏型成一隊樂隊。是很好的合作活動也是合奏訓練，提供了手口眼協調，一邊奏樂器一邊唱歌或唱音，刺激左右腦活動，有助智力發展。	余姑娘
	音樂節拍進階暨表演隊 (JCPRC-20-048)	8/5 - 10/7/20 (逢五、共 8 節, 5/6 及 26/6 暫停)	下午 6:35 - 7:20		需由導師推薦	8 名	\$880	非洲鼓的進階課程 - 上期參加者優先 - 曾於本中心參加音樂節拍班學員 - 透過舞台表演訓練，提高參加者的自律性及使命感，使參加者從中掌握到一般舞台表演的形式，在訓練及表演經驗中加強自信及團隊精神。 - 過去曾被邀請加入非洲鼓隊之學員。	



導師：周政慧小姐(Minnie 姐姐)畢業於香港演藝學院音樂系，主修西洋敲擊樂，有豐富演出及教學經驗，有十多年特殊學校教授音樂經驗。

家庭活動

賽馬會中心

- 以下家庭活動獲社會福利署特別津助，凡報名及當日全部出席者，將可獲全數退回款項。

名稱/ 編號	日期	時間	地點	對象	名額	費用	內容/備註	查詢
愉快 一日遊 (JCPRC -20-049)	28/6/20 (日)	上午 9:00 - 下午 5:00 逾時 不候 敬請 準時	濕地 公園 、 壽桃 牌展 覽館 、 錦上 路跳 蚤市 場	家 庭 會 員	46 名	● \$185 大小同 價 2 歲以 下不佔 餐位幼 童 \$100	<ul style="list-style-type: none"> - 於指定地點集合乘旅遊車前往香港濕地公園（包入場門票），佔地約六十一公頃的香港濕地公園展示了香港濕地生態系統的多樣化及突顯保護它們的重要性。 - 中午前往壽桃麵展覽館及享用精裝九大簋午宴 - 午宴後乘旅遊車前往錦上路跳蚤市場，自由享受購物樂趣。 - 集散點：賽馬會家長資源中心 <p>精裝九大簋風味宴（12 人一席） 香茜燒米鴨一碗 圍頭五味雞一隻 白水浸烏頭一條 盆菜豬肉一碗 陳皮豆豉蝦一碗 干撈河口絲一碗 好味魚蛋一碗 蠔油炆北菇一碗 糖醋酥肉青一碗 上湯煮津白 白飯</p> <p>註： 1. 此活動與采星旅遊合辦。 2. 如天文台於當日早上 7:00 或之後發出紅色暴雨警告或 3 號風球，活動將會取消，稍後通知更改日期。</p>	余 姑 娘

