

# 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將有以下之安排：

1. 今期(104 期)的所有活動將恢復報名收費，詳情請見聯合通告。
2. 有見疫情反覆，於 7-9 月期間，中心仍會安排一些以 ZOOM 視像進行 (活動編號 21-086 至 21-099)之活動，由於該等活動不會受疫情影響，會員如以支票繳費報名，請與實體活動分開支票繳交！
3. 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。

\* 以下 Zoom 系列之活動 (活動編號 21-086 至 21-099) 會以即時視像通訊軟件 Zoom 進行，讓各位足不出戶亦能參與。如以支票繳費，請與實體活動分開支票，敬請留意。

### Zoom 視像家長系列活動

名稱/編號	日期	時間	對象	名額	費用	內容 / 備註	查詢
升中正向家長小組 (JCPRC-21-086)	22/7-26/8/21 (逢四，共 6 節)	上午 10:00 - 11:00	孩子準備升中的家長會員	10 名	\$80*	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 對於孩子即將升中，家長如何面對自己及孩子的壓力及憂慮？學習正向教育，與孩子一同積極面對新挑戰！</li> <li>- 認識正向心理學 (Positive Psychology) 有效的方法，學習為你及孩子：</li> <li>~進行日常生活的正向練習</li> <li>~建立正向思維</li> <li>~提升抗逆力</li> <li>- *優惠價：參與 JCPRC-21-094 「升中適應小組」的家長可以\$40 參與此活動。</li> <li>- 如疫情放緩，此小組會改為實體進行。</li> </ul>	黃姑娘

名稱/編號	日期	時間	對象	名額	費用	內容 / 備註	查詢
正向父母 抗逆家庭 (JCPRC- 21-008)	1/6- 29/6/21 (22/6 暫停) (逢二、 共4節)	下午 3:00- 4:00	家長 會員	10 名	\$60	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 你感到有壓力和灰心？</li> <li>- 你的孩子較常以負面/悲觀的方式思考？面對困難沒有足夠的抗逆力？</li> <li>- 透過認識正向心理學 (Positive Psychology)，學習為你及孩子：</li> <li>~進行日常生活的正向練習</li> <li>~建立正向思維</li> <li>~提升抗逆力</li> </ul> <p><b>如疫情放緩，此小組會改為實體進行。</b></p> <p><b>備註：</b>本活動以先到先得方式報名，<u>截止日期為 22/5/2021</u>，敬請留意！</p>	黃姑娘
執行功能 小組 (家長篇) (JCPRC- 21-009)	17/7- 14/8/21 (31/7 暫停) (逢六、 共4節)	上午 10:00 - 11:00	就讀主 流小學 之過度 活躍/專 注力不 足學童 的家長 會員	10 名	\$60*	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 與家長一同探討孩子面對 ADHD 的困難及有效的處理方法，提升孩子的執行功能 (Executive Function)。</li> <li>- *同時報名「<u>執行功能小組 (兒童篇)</u>」(JCPRC-21-050)可以優惠價\$40 報名本活動</li> <li>- 亦歡迎未有報名兒童篇活動的家長參與</li> <li>- <b>如疫情放緩，此小組會改為實體進行。</b></li> </ul>	黃姑娘

## Zoom 視像親子系列活動



名稱/編號	日期	時間	對象	名額	費用	內容 / 備註	查詢
親子 環保樂 (JCPRC- 21-087)	25/8/21 (週三)	下午 3:30- 5:00	6-8 歲 發展 障礙 兒童 及其 家長	8 對 親子	免費	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 了解社區環保設施及回收項目</li> <li>2. 製作環保酵素作家居清潔用途</li> </ol> <p>*活動由「綠在東區」提供 *屆時如環保署許可以實體形式進行，活動將於「綠在東區」舉辦</p>	周姑娘
5 月 和諧粉彩 鬆一鬆 Zoom Workshop (JCPRC- 21-088)	25/5/21 (週二)	上午 11:00 - 12:00	家庭 會員	20 名	免費	<p>由大口環家長資源中心與賽馬會家長資源中心以 Zoom 一同合辦。</p> <p>只需使用家中已有顏料(如：乾粉彩、木顏色、水彩等)即可參與活動。</p> <p>在繪畫同時亦學習放鬆、紓壓及欣賞生命，為家長及小孩注入能量。</p> <p><b>備註：</b></p> <p>此為免費視象活動(JCPRC-21-088 及 089)，家長可透過中心電話或 Whatsapp 報名。</p>	徐姑娘
6 月 和諧粉彩 鬆一鬆 Zoom Workshop (JCPRC- 21-089)	15/6/21 (週二)	上午 11:00 - 12:00					

# Zoom 視像兒童系列活動

名稱/編號	日期	時間	對象	名額	費用	內容 / 備註	查詢
小小 配音員 - 初小 A 班 (JCPRC- 21-090)	20/7- 24/8/21 (逢二、 共 6 節)	上午 10:00 - 11:15	就讀主 流小學 之升小 一及升 小三發 展障礙 學童	4 名	\$120	透過配音學習及訓練，幫助孩子認知、掌 握情緒表達、咬字訓練及建立團體合作精 神。  <u>*如疫情放緩，此小組會改為實體進行。</u>	徐 姑 娘
小小 配音員 - 初小 B 班 (JCPRC- 21-091)	20/7- 17/8 (逢二、 共 5 節)	下午 2:00 - 3:15	主流小 學之升 小四至 小六發 展障礙 學童	4 名	\$100		
我是 配音員 (JCPRC- 21-092)	22/7- 26/8/21 (逢四、 共 6 節)	下午 2:00 - 3:15	主流小 學之升 小四至 小六發 展障礙 學童	6 名	\$120	透過動畫、戲劇等，讓學童以配音方式 掌握人物情緒、語氣，加強語境掌握及情 緒表達之組織能力。  <u>*如疫情放緩，此小組會改為實體進行。</u>	
配音 看世界 (JCPRC- 21-093)	24/7- 28/8/21 (逢六、 共 6 節)	上午 10:30 - 11:45	主流中 學之升 中一至 升中三 發展障 礙學童	6 名	\$120	透過動畫、戲劇等，讓學童以配音方式 掌握人物情緒、語氣，訓練情緒表達之組 織能力及理解人物內在情緒、想法。  <u>*如疫情放緩，此小組會改為實體進行。</u>	

# Zoom 視像青少年系列活動

名稱/編號	日期	時間	對象	名額	費用	內容 / 備註	查詢
升中適應 小組 (JCPRC- 21-094)	22/7- 26/8/21 (逢四、 共 6 節)	上午 10:00 - 11:00	升讀主 流中學 中一發 展障礙 學童	6 名	\$50	疫情下，學童已面對長時間的網上學習挑 戰。在面對升中轉涵上，無論交友、學習 環境、學習模式等都與小學不同，反映學 童需要面對一重又一重新的挑戰。  小組提供空間讓學童裝備自己，學習成為 「中學生」並適應「中學生」身份。  <u>*如疫情放緩，此小組會改為實體進行。</u>  <u>*參加者的家長可以優惠價\$40 參與「升中 正向家長小組」(JCPRC-21-086)(原價\$80)</u>	徐 姑 娘

# Zoom 視像兒童/青少年興趣班

名稱/編號	日期	時間	對象	名額	費用	內容 / 備註	查詢
齊講齊畫 (JCPRC-21-095)	20/7-10/8/21 (逢三、共4節)	下午3:00-4:00	8-10歲以上之發展障礙兒童	8名	\$15	-透過活動希望強化參加者在表達能力。 -共同合作創作出一幅不一樣的畫作。	余姑娘

以下課程導師：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。

Artist in Wonder Band A (JCPRC-21-096)	9/7-30/7/21 (逢五、共4節)	5:15-6:00	6歲以上之發展障礙兒童或棠棣	6名	\$440	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 這是一個有趣又充實的課程，運用雙手敲打出澎湃歡樂的節奏。</li> <li>- 導師教授如何掌握左右手的協調及正確的打節奏基礎手法訓練。</li> <li>- 提升參加者聽覺專注力及團隊精神。</li> </ul>	余姑娘
Artist in Wonder Band B (JCPRC-21-097)	6/8-27/8/21 (逢五、共4節)	5:15-6:00		6名	\$440	備註：1)上期參加者優先。 	
音樂節拍進階暨表演隊A (JCPRC-21-098)	9/7-30/7/21 (逢五、共4節)	6:15-7:00	需由導師推薦	6名	\$440	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 非洲鼓的進階課程</li> <li>- 透過表演訓練，提高參加者的自律性及使命感，使參加者從中掌握到一般表演的形式訓練。</li> <li>- 加強自參加者信心及團隊精神。</li> </ul>	余姑娘
音樂節拍進階暨表演隊B (JCPRC-21-099)	6/8-27/8/21 (逢五、共4節)	6:15-7:00		6名	\$440	備註：1)上期參加者及曾於本中心參加音樂節拍班者優先。 	



# 家長天地

## A.家長聚會

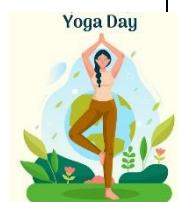
名稱/編號	日期	時間	地點	對象	名額	費用	內容 / 備註	查詢
同路有你 --芳療 工作坊 (JCPRC- 21-100)	6/7/2021 (二)	上午 10:00 - 11:30	賽 馬 會 家 長 資 源 中 心	同心家 長會 / 家長資 源中心 家長會 員	10 名	\$30	<p>芳療原稱芳香療法，是藉由芳香植物所萃取出的精油做為媒介，並以按摩、薰香等方式經由呼吸道或皮膚吸收進入體內，達致舒緩精神壓力與增進身體健康的一種自然療法。是次活動讓家長了解香薰應用、如何藉此減壓舒緩。活動中亦會進行香水製作。大家想知多 D？一齊玩記得報名！</p> <p><b>備註：</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ 此活動同心家長會家長會員優先 義工導師：Janus</li> </ul>	朱 姑 娘

## B.家長講座 / 工作坊

名稱/編號	日期	時間	地點	對象	名額	費用	內容 / 備註	查詢
家長急救 工作坊 (JCPRC- 21-101)	15/6 及 22/6 (週二， 共 2 節)	上午 10:00 - 11:30	賽 馬 會 家 長 資 源 中 心	家長 會員	10 名	\$30	<p>由香港紅十字會導師教授家長實用的急救技巧及預防傳染病的技巧，以備不時之需。</p> <p><b>內容包括：</b>流血及扭傷處理、燒傷燙傷處理、梗塞處理、預防傳染病簡介等(內容會由導師視乎情況作出調節)</p> <p><b>備註：</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ 費用已包括急救及防感染包、急救手冊</li> <li>➤ 出席率達 100%的參加者將獲香港紅十字會發出出席證書乙張</li> <li>➤ 課程內容及導師由香港紅十字會負責安排</li> </ul>	朱 姑 娘
小一進階 組後 家長會 (JCPRC- 21-102)	3/7/21 (週六)	上午 10:30 - 12:00		小一預 備生進 階學員 的家長	8 名	免費	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 總結兒童在小組表現</li> <li>2. 家居訓練建議</li> <li>3. 答問時間</li> </ol> <p>*如有特殊狀況，將以網上形式進行</p>	周 姑 娘

## C. 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- 21-103)	9/7 - 30/7/21 (逢五、 共 4 節)	上午 10:30 - 中午 12:00	賽 馬 會 家 長 資 源 中 心	家長 會員	4 名	\$120	-勞碌的工作、煩鎖的家務以及照顧孩子的壓力，令生活充滿壓力。希望參加者在導師帶領下先學習基本身體伸展和呼吸法，由淺入深進行全身拉伸及強化筋腱，達致身心寧靜與健康消除緊張、紓解壓力。 <b>備註：</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- 上課前 1 小時不能進食及須穿著輕便運動裝，參加者可自備瑜伽墊。</li><li>- 義務家長導師：吳穎淇女士</li><li>- 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，敬請留意。</li></ul>	
伸展瑜伽 -B (JCPRC- 21-104)	6/8 - 27/8/21 (逢五、 共 4 節)				4 名	\$120		余 姑 娘



## 兒童園地 - 遊戲 / 學習發展篇

名稱/編號	日期	時間	地點	對象	名額	費用	內容 / 備註	查詢
趣味日常 英語班 (JCPRC- 21-105)	28/5 - 9/7 (逢五、 共 7 節)	下午 6:00 - 7:00	賽 馬 會 家 長 資 源	就讀主 流學校 P.1-P.3 發展障 礙兒童	5 名	\$80	由中心少數族裔地區大使馬沙哥哥以活動形式，以輕鬆自然的手法教導小朋友學習日常英對話。 <b>導師：</b> 中心少數族裔地區大使馬沙哥哥 (馬沙哥哥具有教導本地小學生英語經驗)	
「語」你 同樂日 (JCPRC- 21-106)	17/7 (六)	下午 1:45 - 2:45	中 心	「趣味 日常英 語」及 "Fun & Educational Cantonese Class" 參加者	10 名	\$20	透過遊戲活動，讓本地學生與非華裔學生使用彼此語言作溝通，實踐之前課堂所學，增加他們對外語的興趣及信心 <b>備註：</b> <ul style="list-style-type: none"><li>➤ 出席「趣味日常英語班」(JCPRC-21-106)達 5 堂之參加者，完成是次活動後將獲發回是次活動費用(\$20)，敬請留意。</li></ul>	馬 沙 哥 哥



名稱/編號	日期	時間	地點	對象	名額	費用	內容 / 備註	查詢
小童軍 (JCPRC-21-107)	3/7-14/8/21 (逢六，共 7 節)	下午 3:30-4:30		5-8 歲發展障礙兒童	6 名	\$140	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	
小一 預備生 (JCPRC-21-108)	27/7-6/8/21 (星期二至六，共 9 節)	上午 10:30-12:30	賽馬會家長資源中心	將於 21 年 9 月升讀主流小一的發展障礙兒童	8 名	\$650	- 學習自行管理物件、排隊輪候、運用時間表、抄寫手冊、保持個人衛生等自我管理能力，讓兒童及早適應小學生活 - 加強讀寫算練習 - 建立及鞏固兒童的課堂規則及學習態度，包括專心聽課、聆聽老師指令，增強應變力 - 建立兒童的社交技巧，包括小學慣常遊戲，與別人合作及相處，小組討論等，令他們更易適應小學之群體生活 - 7月31日為戶外學習課堂 * 小一預備生進階組員優先 * 如有特殊狀況，將以視像形式進行	周姑娘
愈玩 愈精靈 A (JCPRC-21-109)	11/8-13/8/21 (星期三至五，共 3 節)	上午 10:30-11:30		4-6 歲發展障礙兒童	4 名	\$120	透過遊戲讓兒童感受朋輩間愉快的相處，同時促進合作能力	
愈玩 愈精靈 B (JCPRC-21-110)	18/8-20/8/21 (星期三至五，共 3 節)	上午 10:30-11:30		7-8 歲發展障礙兒童	4 名	\$120	從遊戲中增進抗逆能力，學習朋輩相處技巧	
Board game 樂園 (JCPRC-21-111)	20/7-10/8/21 (逢二、共 4 節)	下午 3:30-4:30		主流小學升小四至升小六發展障礙學童及棠棣	4 名	免費	以桌上遊戲訓練小朋友的專注、情緒管理及團體合作。同時，讓孩子從遊戲中認識自己，學習與人相處，改善社交技巧。	徐姑娘

名稱/編號	日期	時間	地點	對象	名額	費用	內容 / 備註	查詢
想法解讀。社交訓練第三期 - A (JCPRC-21-112)	6/8/21 (週五)	下午 3:00-4:00	愛東商場 / 東大街	就讀主流小學之高小自閉症譜系學童	4名	\$50	配合戶外社區訓練環節及角色扮演，讓參加者能深化第一、二期內容運用於日常生活中。  備註： - 曾參與想法解讀。社交訓練第二期（2021年6-7月）參加者將優先考慮 - A、B兩班內容相約，會員只需報名參加其中一節	徐姑娘
想法解讀。社交訓練第三期 - B (JCPRC-21-113)	20/8/21 (週五)	下午 3:00-4:00			4名	\$50		

## 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
青年烘焙達人 (JCPRC-21-114)	4/7 (日)	下午 3:00 - 6:00	銅鑼灣南慶坊	16 歲或以上發展障礙青年	10名	\$20	眨眼又到暑假，大家一齊化身烘焙達人，由專業導師教授大家烘焙技巧，學習整個製作意大利蕃茄香草麵包*的程序。  備註： ➤ *此活動由「Bread Cloud Studio 麵包雲」提供場地及導師贊助，當日內容由導師決定，敬請留意！ ➤ 集合地點：銅鑼灣港鐵站 A 出口地面 ➤ 集合時間：下午 2:45 (逾時不候) ➤ 當日負責同事：朱姑娘 ➤ (電話：97355831)	朱姑娘
親子桌遊樂 (JCPRC-21-115)	6/8-27/8/21 (逢五，共4節)	下午 3:00-4:00	賽馬會家長	就讀主流小一至小三兒童及家長	4對親子	\$40	透過家長和孩子一同參與桌上遊戲，學習團體合作及社交溝通，訓練專注力及反應，亦促進親子關係。	黃姑娘
皮革小工匠 (JCPRC-21-116)	7/8、14/8/21 (週六，共2節)	晚上 7:00 - 8:00	資源中心	17 歲或以上之發展障礙兒童	6名	\$80	- 親自動手製作皮革工品，由剪裁、修飾、縫製來完成個人獨一無異的製成品。 - 當中可以訓練耐心和專注力，亦可發揮個人創意。	余姑娘

名稱/編號	日期	時間	地點	對象	名額	費用	內容 / 備註	查詢
夏日兒童 Wii Party (JCPRC- 21-117)	27/8 /2021 (五)	10:30 - 12:00	賽 馬 會 家 長 資 源 中 心	9-13 歲 或之發 展障礙 兒童	6 名	\$15	-透過與其他會員互相比試，增進與人溝 通相處的能力及培養專注力和沉穩度。 -Wii 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 Wii Party。	余 姑 娘
夏日少年 Wii Party (JCPRC- 21-118)	27/8 /2021 (五)	3:00 - 4:30		14 歲或 以上之 發展障 礙兒童	6 名	\$15		
Lego 小達人 A (JCPRC- 21-119)	8/7- 29/7 /2021 (逢四、 共 4 節)	3:00 - 4:30		14 歲或 以上之 發展障 礙兒童	6 名	\$240	- Lego 是眾多小朋友喜愛的玩具，原來 一邊玩 lego 也可以一邊訓練社交能力 - 以 Lego 為媒介，透過不同形式的活動 和集體遊戲，提升參加者的溝通、專 注力、創造力技巧及團隊合作能力	
Lego 小達人 B (JCPRC- 21-120)	5/8 - 26/8 /2021 (逢四、 共 4 節)	3:00 - 4:30		9-11 歲 或之發 展障礙 兒童	6 名	\$240		
Among Us 體驗 (JCPRC- 21-121)	9/7- 30/7/21 (週四、 共 4 節)	下午 5:00- 5:45	徐 姑 娘	就讀主 流小 學、中 學之升 小五至 升中三 發展障 礙學童 或棠棣	6 名	免費	Among Us 為近期一款熱門手機遊戲，為 團體合作遊戲。當中講求團體合作、互 相溝通、細緻觀察及推理性能力，以達成 遊戲目標及自身角色之勝利條件。 由社工帶領兒童進行遊戲，發掘自身優 勢及突破群體中的盲點、加強自我認 識。 	
Board game 輕鬆樂 (JCPRC- 21-122)	24/7- 28/8/21 (週六、 共 6 節)	下午 1:30- 2:30		就讀主 流中學 之升中 一至升 中三發 展障礙 學童或 棠棣	6 名	免費	認識現時新興桌上遊戲，以平衡學業壓 力、生活調適及讓青年人發揮想像力， 促進自我認識，同時幫助初中學生建立 社交技巧、興趣。 	

名稱/編號	日期	時間	地點	對象	名額	費用	內容 / 備註	查詢
Board game 大玩味 (JCPRC-21-123)	24/7- 28/8/21 (週六、 共 6 節)	下午 5:30 - 7:00		就讀主流中學 之升中 四至升 中六發 展障礙 學童或 棠棣	6 名	免費	認識現時新興桌上遊戲，以平衡學業壓力、生活調適及讓青年人發揮想像力，促進自我認識，亦提供同輩環境互相分享、交流時下青年生活時刻。 	
心藝。心情 (JCPRC-21-124)	4/8- 25/8/21 (週三、 共 4 節)	上午 11:00 - 12:30	賽馬會家長資源中心	就讀主流小學、中學之升 小五及升中三 發展障礙學童	6 名	\$50	孩子會否有情緒壓抑、難以表達的時候？ 孩子準備踏入青春期了，會否開始感到難以溝通？ 小組會以不同藝術方式為青年營造放鬆空間、情緒表達。 1) 填填補補 2) 貼上色彩 3) 扭扭捏捏 4) 倒空。填滿 	徐姑娘
消費理財 SMART (JCPRC-21-125)	6/8- 27/8/21 (週五、 共 4 節)	下午 6:00- 7:15	心藝。心情 (JCPRC-21-124)	18 歲或 以上已 就職發 展障礙 青年	6 名	\$20	發展所長、愛好、購買生活用品……一切一切都是建立自己「生活」的步伐，惟社會上充斥五光十色的宣傳、廣告、優惠等，故小組中陪伴青年如何分析，建立一套合宜的消費理財觀。	
青年 鬆一鬆 (JCPRC-21-126)	28/8/21 (每月第 四個星 期六、 共 1 節)	下午 7:15- 8:15	心藝。心情 (JCPRC-21-124)	18 歲或 以上發 展障礙 青年	6 名	\$50	青年升上大專或進入職場後面對生活上不同的改變及新挑戰，透過每月的輕鬆一聚，讓青年互相交流及分享，從而互相支持及建立友誼。 每月主題：暑期時光	

## 兒童 / 青少年興趣班 (運動)

名稱/編號	日期	時間	地點	對象	名額	費用	內容 / 備註	查詢
迷你奧運兵團 (JCPRC-21-127)	27/7- 29/7 /2021 (二至四 共 3 節)	上午 10:30 - 中午 12:30	本中心	12-14 歲或之 發展障 礙兒童	6 名	\$50	- 強健的身體由小鍛鍊，適逢今年奧運年，希望藉著不同的運動及比賽，建立參加者對體育的興趣。 - 小組上課地點會到愛善樓六樓球場，有關安排，屆時將再通知家長。 	余姑娘

# 兒童 / 青少年興趣班 (運動)

受疫情影響，有關康文署的場地租借服務尚未重新恢復預訂申請，以下籃球班，足球隊，泳班之場地暫時均未能確實有關場地。加上受限聚措施影響，亦未能確實以上的運動班組能否進行。以下活動報名均屬登記性質，暫不收費。

\*以下活動中心會先進行抽籤，若獲場地消息，中心會盡快通知中籤者有關安排及收費。

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 - 比賽組 7-8 月 (JCPRC- 21-128)	3/7- 28/8/21 (逢六、 共 9 節)	下午 3:00- 4:00	愛秩序灣 籃球 場	須為 過往參 加者及 經教練 推薦	10 名	\$630	- 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。 - 請自備籃球及水上課	徐 姑 娘
籃球隊 A - 研習組 7-8 月 (JCPRC- 21-129)		下午 4:00 - 5:30	20 名		\$630	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) 俊 Sir(經驗導師)		
籃球隊 B -基礎 組 7-8 月 (JCPRC- 21-130)		下午 5:30 - 7:00	8 歲以 上發展 障礙兒 童及 棠棣		20 名	\$630		
JC足球 隊 7-8 月 (JCPRC- 21-131)	4/7-29/8/21 (逢日，共 9 節) (地點和時間 均為待定)			8 歲或 以上發 展障礙 兒童及 棠棣	20 名	\$585	- 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。) 主教練：周 Sir (前香港代表隊及 前甲組球員)及一名助教	
7-8 月游 泳班 (JCPRC- 21-132)	3/7- 28/8/21 (逢六、 共 9 節)	上午 9:00- 12:00 及 下午 1:00- 3:00	灣仔 摩利臣山 泳池 (待 定)	6 歲或 以上發 展障礙 兒童或 棠棣	5 名	\$3375	- 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。 - 請自備入場費、泳鏡、泳帽及毛巾 教練：薛 Sir (游泳教師總會-認証教師)	

名稱/編號	日期	時間	地點	對象	名額	費用	內容 / 備註	查詢
活動 小身體 (JCPRC-21-133)	7/8-28/8/21 (逢六、共4節)	上午 9:30-10:15	賽馬會家長資源中心	9-15 歲發展障礙兒童或棠棣	6名	免費	在暑假期間一同活動筋骨，學習簡單居家運動！ 備註： - 女生優先錄取 - 身體狀況適合進行輕、中等強度活動 - 穿著舒適、寬鬆運動服 - 自備水及大毛巾(鋪地用)	
Move Your Body! (JCPRC-21-134)	7/8-28/8/21 (逢六、共4節)	下午 4:30-5:15	賽馬會家長資源中心	16 歲或以上發展障礙兒童或棠棣	6名			
2021 暑期籃球 友誼賽 (JCPRC-21-135)	4/8/21 (三)	下午 2:00-6:00	地點待定	須為過往籃球隊參加者及經教練推薦	15名	\$20	透過舉辦比賽，提供一健康平台讓本身學習籃球的青少年得以發揮，提高他們對身心健康的關注及提升青年自信，同時培養青年對運動的興趣及團體合作精神。  *此活動正申請東區民政事務總處贊助	徐姑娘
2021 暑期板球 體驗日 (JCPRC-21-136)	14/8/21 (六)	下午 3:00-5:00	愛秩序灣	6 歲或以上發展障礙兒童或棠棣	20名	\$20	透過體驗板球讓參加者鍛鍊身體，促進團隊合作外，亦可以促進少數族裔與華裔市民互相交流。 義工會提供簡單裝備，教授參加者關於板球運動的簡單技巧、初步知識。 地點：愛秩序灣遊樂場硬地足球場 (暫定)  *此活動正申請東區民政事務總處贊助	徐姑娘
2021 暑期足球 友誼賽 (JCPRC-21-137)	22/8/21 (日)	上午 9:00-下午 1:00	摩士公園	須為過往JC足球隊參加者及經教練推薦	20名	\$20	透過舉辦比賽，提供一健康平台讓本身學習足球的青少年得以發揮，提高他們對身心健康的關注及提升青年自信，同時培養青年對運動的興趣及團體合作精神。 地點：摩士公園草地足球場(暫定)  *此活動正申請東區民政事務總處贊助	
<b>兒童 / 青少年興趣班 (音樂 / 藝術)</b>								

名稱/編號	日期	時間	地點	對象	名額	費用	內容 / 備註	查詢
創意 繪畫班 (JCPRC-21-138)	10/7 - 31/7/21 (逢六、共4節)	下午 3:30 - 4:30	本中心	15 歲或以上之發展障礙兒童	6名	\$160	- 運用不同類型的顏料及用具，來豐富畫作上的質感，發揮無限創意及想像空間。 - 透過活動亦可增加參加者自信心。	余姑娘

名稱/編號	日期	時間	地點	對象	名額	費用	內容 / 備註	查詢
青年流體藝術工作坊(A) (JCPRC-21-139)	23/7及30/7(週五,共2節)	晚上6:30-8:00	賽馬會家長資源中心	17歲或以上發展障礙青少年	6名	\$200	流體藝術 (Flowing Art)是一種新興藝術，參加者無須任何藝術基礎，只需透過不同稀釋顏料，讓其自然流動，隨心創作，最後呈現獨一無二的作品，釋放壓力之餘，更可以讓參加者手隨心動，專注當下。  內容： ➤ 流體藝術畫創作 ➤ 流體藝術飾物 / 擺設 2 次創作	
青年流體藝術工作坊(B) (JCPRC-21-140)	5/8及12/8(週四,共2節)	下午3:45-5:15	賽馬會家長資源中心	就讀主流學校F.1-F.6發展障礙青少年	6名	\$200	備註： ➤ 參加者需能聽從指令及具自理能力，並能自行使用剪刀、膠水等用具。 ➤ 參加者需自備圍裙及手袖 ➤ 作品因需時風乾，故首堂作品需於第二堂(分別 30/7 及 12/8)才可取回 ➤ 費用獲得義工導師贊助 義工導師：郭太	朱姑娘
趣味小手工 (JCPRC-21-141)	21/7-11/8/21(逢三,共4節)	下午3:00-4:00	賽馬會家長資源中心	7-10歲發展障礙兒童	4名	\$140	透過不同物料及方式製作小手工作品，提升兒童的創意及訓練小手肌。	黃姑娘



以下課程導師：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。

Ukulele 夏威夷小結他 (JCPRC-21-142)	20/7 - 10/8/21(逢二,共4節)	上午10:15-11:15	賽馬會家長資源中心	8歲以上之發展障礙兒童或棠棣	6名	\$480	-Ukulele 體積較一般結他小只有四條弦，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 -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 -參加者需自備小結他或導師代為購買，如需代購請在報名表上寫上“代購”。	余姑娘
音樂小達人 (JCPRC-21-143)	20/7 - 10/8/21(逢二,共4節)	上午11:30-中午12:30	賽馬會家長資源中心	6歲以上之發展障礙兒童或棠棣	6名	\$480	-運用不同敲擊樂器教授不同簡單樂理知識，亦透過遊戲方式來進入音樂世界，使參加者能夠深刻內化音樂的元素。更可以訓練參加者肌肉及專注力，發揮音樂的創造力。	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
親子烘焙樂 (JCPRC-21-144)	11/7 (日)	下午 3:00 - 4:30	銅鑼灣南慶坊	小三至小六特殊需要兒童及其家長	5 對	每對親子 \$30	<p>工作坊由專業導師教授及示範，讓親子合作製作動物曲奇*，感受烘焙樂趣，並把完成品帶回家中與家人分享。</p> <p><b>備註：</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>*此活動由「Bread Cloud Studio 麵包雲」提供場地及導師贊助，當日內容由導師決定，敬請留意！</li> <li>集合地點：銅鑼灣港鐵站 A 出口地面</li> <li>集合時間：下午 2:45(逾時不候)</li> <li>當日負責同事：黃姑娘 (電話：97355831)</li> </ul>	
親子急救工作坊 (JCPRC-21-145)	15/6 及 22/6 (週二，共 2 節)	上午 10:00 - 11:30	賽馬會家長資源中心	10 歲或以上輕 / 中度智障人士及其家長/照顧者	6 對親子	每對親子 \$50	<p>由香港紅十字會導師教授參加者實用的急救技巧及預防傳染病的技巧，加強參加者急救及衛生安全意識，以備不時之需。</p> <p><b>內容包括：</b>流血及扭傷處理、燒傷燙傷處理、簡單包紮法、中暑處理，個人衛生等 (內容會由導師視乎情況作出調節)</p> <p><b>備註：</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>費用已包括急救及防感染包、急救手冊</li> <li>因此乃連續性課程並包含實踐應用部分，建議由同一名照顧者陪同青少年/兒童參與。</li> <li>出席率達 100%的參加者將獲香港紅十字會發出出席證書乙張</li> <li>課程內容及導師由香港紅十字會負責安排</li> </ul>	朱姑娘
親子樂園 (JCPRC-21-146)	20/7-24/8/21 (逢二，共 6 節)	下午 4:30-5:30	賽馬會家長資源中心	3-4 歲發展障礙兒童及其家長	4 對	\$270	將簡單的遊戲加以變化，增加新鮮感之餘，也可以促進兒童的認知發展和專注程度，邊玩邊學習，更可以豐富親子相處經驗	
親子廚房 (JCPRC-21-147)	14/7-18/8/21 (逢三，共 6 節)	下午 4:30-5:30	賽馬會家長資源中心	4-7 歲發展障礙兒童及其家長	4 對	每對 \$360	<p>藉著製作食品，促進兒童的小肌肉和語言發展，參加者可獲得食品製作程序圖乙份</p> <p><b>食品包括：</b>韓流三文治、自家雪糕、香蕉蛋糕、網紅摺疊紫菜包、香脆蝦春卷及麵包布甸</p> <p><b>*參加者請自備食物盒盛載製成品</b></p>	周姑娘

名稱/編號	日期	時間	地點	對象	名額	費用	內容 / 備註	查詢
戶外 親子樂 (JCPRC- 21-148)	7/8/21 (週六)	上午 10:30   12:30	愛 秩 序 灣 公 園	小一預 備生組 員及家 長	8 對 親 子	全免	藉集體遊戲增進朋輩間友誼，學習互相幫 助及接受挫敗，同時享受遊戲的樂趣 集合地點：本中心	周 姑 娘



## 家庭活動

名稱/編號	日期	時間	地點	對象	名額	費用	內容 / 備註	查詢
親子青蔥 樂悠悠 (JCPRC- 21-149)	22/5 (週六)	上午 11:00 - 下午 3:30	協 康 會 綜 合 服 務 大 樓	9 歲 或 以 下 發 障 礙 兒 童 家 庭 會 員 (每個 家庭 最多 4 人 參與)	20 人	每位 80 (大小 同價)	2018 年正式啟用協康會綜合服務大樓的 青蔥樂園，今年開始更增添 VR 體驗， 以及仿實境社適樂園！一家人可以盡情 玩，享受愉快周末！  備註： 1. 本活動以先到先得方式報名， <u>截止 日期為 15/5/2021</u> ，敬請留意！ 2. 親子報名優先，中心會視乎情況， 額外參加者將列作後備處理。 3. 費用包括堅尼地城來回大樓車費、 入場費及活動費用 (原價每對親子 為\$280) 4. 是次活動將安排參加者於大樓 9/F 餐廳自費午餐，敬請留意！ 5. 參加者到青蔥樂園時需穿襪子	朱 姑 娘
三家村 休閒遊 (JCPRC- 21-150)	21/8 (週六)	上午 10:30 - 下午 3:30	三 家 村	會員 家庭 (每家 庭最 多 4 人參 與)			1. 費用包括「鯉魚門遊蹤」導賞、「彩 繪鯉魚旗」及「植物拓印繪畫」兩個 工作坊 2. 參加者須自行繳付渡輪費用 成人單程 9 元,小童 (12 歲以下及身高 90 厘米)、 長者(65 歲或以上)及傷殘人士 4.5 元 *長者(65 歲或以上)及傷殘人士使用 八達通 2 元 3. 參加者可自費於創意館或區內午膳 *渡輪每半小時一班，逾時不候，敬請見諒 *活動由賽馬會鯉魚門創意館提供 參加人數會因應疫情情況作出調節。	周 姑 娘

名稱/編號	日期	時間	地點	對象	名額	費用	內容 / 備註	查詢
齊來放 風箏 (JCPRC- 21-151)	18/8 (週三)	中午 12:00 - 下午 5:30	大 埔 海 濱 公 園	家庭 會員	28 名	\$75 (大小 同價)	<p>-乘坐旅遊車前往大埔海濱公園，海濱公園地方夠大好舒服，絕對適合一家大細。裡面仲有香港回歸紀念塔，昆蟲屋…等等。</p> <p>-大埔海濱公園的最大特色為整座公園仿如座落在一座山丘上，可以從此處瞭覽大埔海濱公園之全景還可以放風箏。</p> <p>-參加家庭當日可分配風箏、線轆。</p> <p><b>備註：</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 如天文台於當日上午 10:00 或之後發出紅色暴雨警告或 3 號風球，活動將會取消。</li> <li>- 如當日遇無法預計的情況，活動將會取消。</li> <li>- 參加人數會因應疫情有所變動。</li> </ul>	余姑娘
九龍寨城 公園 親子遊 (JCPRC- 21-152)	21/7 (週三)	上午 10:00 - 下午 3:00	九 龍 寨 城 公 園	家庭 會員	24 名 親 子 會 員	\$40 (大小 同價)	<p>九龍寨城公園原址為九龍寨城，以清初江南園林為設計模式，亦有寨城遺跡揉合在公園的設計中或予以保存成為展品，以供遊人欣賞。</p> <p>此外，公園鳥語花香，可讓小朋友認識不同植物，中心亦會派發簡單導覽單張，家庭完成後可到中心換取一份簡單小禮物。</p> <p><b>備註：</b></p> <p>如天文台於當日上午 7:00 或之後發出紅色暴雨警告或 3 號風球，活動將會取消。</p> <p>如當日遇無法預計的情況，活動將會取消。</p> <p>參加人數會因應疫情情況作出變動，敬請知悉！</p>	徐姑娘



\*集合時間: 中午 12:00  
集散地點: 賽馬會家長資源中心  
(逾時不候 敬請準時)

\*集合  
時間: 上午 10:00  
地點: 賽馬會家長資源中心  
\*旅遊車出發，活動後自行解散



名稱/編號	日期	時間	地點	對象	名額	費用	內容 / 備註	查詢
海下灣生態之旅 (JCPRC-21-153)	16/7 (五)	上午 11:00 - 下午 6:30	西貢	5 歲或以上的家庭會員 (家長必須同行)	28 位	\$100	<p>- 西貢有不少地方可讓大家親親大自然及增加對大自然生態的認識。</p> <p>- 活動先讓參加者暢遊西貢市中心，並於區內享用午餐；之後一同到訪海下灣海洋生物中心，讓曾接受特殊訓練的生態講解員和教育人員會帶領大家參觀，並讓大家乘搭玻璃底船觀賞珊瑚。同時，讓大家了解海岸生態，以及塑膠污染等海洋保育議題。</p> <p><b>備註：</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 去程及回程不安排中途落車。</li> <li>- 參加者需自費享用午膳。</li> <li>- 如天文台於當日上午 7:00 或之後發出紅色暴雨警告或 3 號風球，活動將會取消。</li> <li>- 如因疫情反覆，參觀機構為防疫而暫停開放，活動將會取消，敬請留意！</li> <li>- 海下灣海洋生物中心參觀仍申請中，如未獲安排，活動將會取消，敬請留意。</li> </ul>	黃姑娘
九龍公園攝人遊 (JCPRC-21-154)	13/8 (五)	上午 10:00 - 下午 3:00	九龍公園	家庭會員 親子會員	24 名 (大小同價)	\$40	<p>九龍公園佔地廣闊，提供不少動態及靜態康樂設施，亦有不同藝術展品，如：香港文物探知館、香港漫畫星光大道、大型壁畫等。</p> <p>中心亦會在行程中為家庭拍攝親子照，活動後會沖曬照片予家庭為紀念。</p> <p><b>備註：</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 如天文台於當日上午 7:00 或之後發出紅色暴雨警告或 3 號風球，活動將會取消</li> <li>- 如當日遇無法預計的情況，活動將會取消</li> <li>- 參加人數會因應疫情情況作出變動，敬請知悉。</li> </ul>	徐姑娘

活動編號 JCPRC-21-155、21-156 及 21-163 獲社會福利署特別津助，費用全免。

請會員於中籤後發現未能出席，必須盡早通知中心安排後補。

如突然無故缺席者，將會影響其日後參加類同活動之機會。

名稱/編號	日期	時間	地點	對象	名額	費用	內容 / 備註	查詢
親子日清遊 (SWD-E-JCPRC-21-155)	24/8 (二)	下午 1:30 - 6:00	合味道紀念館香港	家庭會員	24 名 親子會員	免費	<p>暑假期間，邀請親子一同參與嶄新奇趣的食品之旅，於合味道紀念館體驗「我的合味道工作坊」和「出前一丁工作坊」及全球獨家限定的「穀物麥片工作坊 (My Granola Factory)」。參加者可親身從頭開始製作自己的產品，選擇喜愛的配搭材料，甚至親手為這些經典食品創作獨一無二的包裝設計。</p> <p><b>備註：</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 如天文台於當日上午 11:30 或之後發出紅色暴雨警告或 3 號風球，活動將會取消</li> <li>- 如當日遇無法預計的情況，活動將會取消</li> </ul> <p>參加人數會因應疫情情況作出變動，</p>	徐姑娘
大富翁家庭之旅 (SWD-E-JCPRC-20-156)	25/7/2021 (日)	上午 9:30 - 下午 5:00	山頂、大富翁博物館	家庭會員	22 名	免費	<p>- 乘坐旅遊車前往山頂，上午參觀全球首間大富翁的主題館，把桌上遊戲的經典元素立體呈現眼前，充滿驚喜等你發現！</p> <p>- 下午遊覽香港島最高點-太平山山頂，在這個居高臨下，將整個城市的繁華盡收眼底。</p> <p>- 午餐自備，亦可自費選購享用。</p> <p>- 每個家庭最多 2 對親子</p> <p><b>備註：</b></p> <p>如天文台於當日上午 7:30 或之後發出紅色暴雨警告或 3 號風球，活動將會取消。</p> <p>如當日遇無法預計的情況，活動將會取消。</p> <p>參加人數會因應疫情有所變動。</p>	余姑娘
暢遊西貢 (JCPRC-21-163)	7/8 /2021 (六)	上午 9:00 - 下午 5:00	西貢鹽田梓、橋咀島	家庭會員	24 名 (每個家庭最多 2 對親子)	免費	<p>- 於中心集合乘旅遊車前往西貢碼頭，轉乘船前往鹽田梓。鹽田梓是香港少數充滿天主教特色的客家村落，島上的聖若瑟小堂、紅樹林、鹽田、文物展館等都非常值得一看。</p> <p>- 中午乘船回西貢碼頭，</p> <p>- 西貢市中心自由活動。</p> <p>- 午餐自備亦可自費選購享用。</p> <p>- 此活動與采星旅遊合辦</p> <p><b>備註：</b></p> <p>- 如天文台於當日上午 7:30 或之後發出紅色暴雨警告或 3 號風球，活動將會取消。</p> <p>- 如當日遇無法預計的情況，活動將會取消</p>	余姑娘

## 暑期家庭活動



### 家庭攝影

照片—往往令人容易鈎起回憶，同時亦將珍惜回憶記錄下來。是次活動希望透過攝影，為會員家庭記錄珍貴的回憶。

	家庭攝影日 (JCPRC-21-157)	畢業相拍照 (JCPRC-21-158)
內容	透過戶外攝影，為參加者記錄珍貴家庭回憶	K3 /學前服務畢業是小朋友人生第1次畢業經歷，希望透過攝影，為孩子、為家長留住這重要的時刻。
日期	26/6/2021 (六)	14/7/2021 (三)
地點	愛秩序灣公園 *	賽馬會家長資源中心
時間及拍攝時段	10am - 6pm (每小時1節) 拍攝時段如下： 1) 10a.m. -11a.m. 5) 3p.m. - 4p.m. 2) 11a.m. -12p.m. 6) 4p.m. - 5p.m. 3) 12p.m. - 1p.m. 7) 5p.m. - 6p.m. 4) 2p.m. - 3p.m.	10am - 4:00pm (每半小時1節) 拍攝時段如下： 1) 10a.m.-10:30a.m. 5) 2:00p.m.-2:30p.m. 2) 10:45a.m. -11:15a.m. 6) 2:45p.m.-3:15p.m. 3) 11:30a.m.- 12n.n. 7) 3:30p.m.-4:00p.m. 4) 12n.n.-12:45p.m.
對象	中心會員家庭	2021年 K3 / 學前服務畢業生及其家人
名額	7個家庭	14個家庭
費用	每個家庭\$150	每個家庭\$100
集合地點	本中心	
個別活動 注意事項	*若活動當日天氣不穩將改回中心拍攝或改期進行	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ 請家長於活動當日為小朋友自備畢業袍</li> <li>➤ 若畢業生為特殊需要兒童，將獲優先考慮。</li> <li>➤ 是次活動邀請白大夫義工團隊提供簡單義務化妝及攝影。</li> </ul>
備註	<ul style="list-style-type: none"> <li>☞ 參加者可於報名時填寫首選及次選時段，職員只能視乎情況盡力安排，敬請體諒。請參加者在獲安排的拍攝時段前15分鐘到達中心集合，如拍攝開始時段仍未出席，則視作放棄論，費用亦不會退回，敬請留意！</li> <li>☞ 活動所拍照的照片將以電郵形式發放給參加者。</li> <li>☞ 由於上述活動由少數族裔地區大使提供，故南亞裔家庭會員應獲優先處理，敬請留意。</li> </ul>	
負責同事 及攝影師	少數族裔地區大使 Tariq Humza (馬沙哥哥) [Humza 曾於專業攝影公司擔任攝影師]	

## 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
社區設施 大探索 郵輪碼頭 (JCPRC- 21-159)	14/7/21 (三)	中午 12:00 - 下午 4:00	郵 輪 碼 頭		4 名	\$80	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 透過每次到不同的社區進行探索，與參加者一同發掘該區變化及社區資源。</li> <li>- 藉著與其他會員一起活動，可學習尊重彼此的需要及團隊合作精神。</li> <li>- 參加者需要有一定自理能力，如自行到集合地點會合。</li> </ul>	余姑娘
社區設施 大探索 南蓮園池 (JCPRC- 21-160)	24/8/21 (二)	中午 12:00 - 下午 4:00	南 蓮 園 池	14 歲以上發展 障礙 兒童	4 名	\$80	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 需穿著輕便服裝及自備防曬、防蚊用品、食水及八達通。</li> <li>- 曾參加區區有特色之會員及兩組同時報名，均可優先。</li> <li>- 詳細集散資料開組前會先通知參加者。</li> </ul>	
社區設施 大探索 南豐紗廠 (JCPRC- 21-161)	28/8/21 (六)	中午 12:00 - 下午 4:00	南 豐 紗 廠		4 名	\$80	備註:活動將會視乎當時疫情情況作出變動，敬請見諒。	

活動編號 JCPRC-21-163 獲社會福利署特別津助，費用全免。  
請會員於中籤後發現未能出席，必須盡早通知中心安排後補。  
如突然無故缺席者，將會影響其日後參加類同活動之機會。