

協康會粉嶺家長資源中心 活動快訊




重要消息

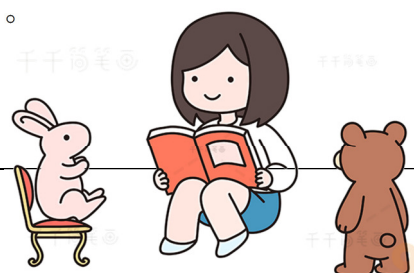


粉嶺家長資源中心獲社署資助中心翻新工程，單位將於 2021 年 8 月 30 日至 9 月 25 日期間進行內部裝修，並於 9 月 28 日恢復開放服務。裝修工程期間，中心服務安排如下：

1. **105 期活動報名**：因中心裝修，為方便會員不用親臨中心報名，今期(105 期)活動將暫不收費。如以郵寄方式報名，可依舊寄上支票；另會員亦可選擇以電郵 flprc@heephong.org、WhatsApp 9286 5744 或傳真 2682 6613 交報名表。(請致電中心 2656 6211 確認收妥)
2. **圖書館物資外借服務**：將由 24/8(二)暫停至 9/10(六)，12/10(二)起恢復正常。
3. **班組/活動**：部分班組/活動會轉換為視像授課形式，將不設退款，敬希體諒。為方便會員辨識，有關不設退款之班組會加入「★」作識認，請各位留意！有關班組/活動轉換為視像授課形式，可與負責活動職員聯絡。
4. **中心熱線及輔導服務**：維持正常，歡迎家長致電本中心 2656 6211 與當值社工聯絡。
5. **入會服務**：家長可致電中心 2656 6211 預約或以郵寄方式入會，家長可依舊寄上支票。
6. 在疫情影響下，為保障服務使用者的健康，所有進入中心的人士、在中心進行小組、戶外參觀及戶外家庭活動的參加者必須戴上口罩及遵守有關防疫措施，詳情請留意聯合通告。以上服務安排指引及人數會因應疫情的變化、社署及其他政府部門發出的最新指引而作出適當的更改。

A. 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
自閉譜系兒童家長支援小組	成長篇 (FLPRC-21-00182)	21/10/21 (四)	上午 10:00 - 11:30	粉嶺家長資源中心	6歲以下自閉譜系兒童之家長	20名	\$10	由一位自閉兒之家長分享兒子由評估至現在就讀大專的成長歷程。	冼姑娘
	情緒篇 (FLPRC-21-00183)	9/12/21 (四)				20名	\$10	如何教導自閉兒童認識情緒。 	冼姑娘
學前兒童家長加油站	★ 選校篇 (FLPRC-21-00184)	14/9/21 (二)	上午 10:00 - 中午 12:00	網上進行	2022年升讀主流小一兒童之家長	20名	\$0	由現就讀主流小學兒童之家長分享如何為子女選擇合適的小學，並分享北區及大埔區小學的教學方法及對有-特殊學習需要兒童的支援模式等。	冼姑娘
	E+父母 (FLPRC-21-00185)	3/11- 24/11/21 (逢三，共4節)	上午 10:00 - 11:00	粉嶺家長資源中心	2-8歲兒童之家長	6名	\$40	與朋友吵架、做事不順心...我們每天都會遇到不同的事情，牽動著我們的情緒，然而不開心並非大人專利，小朋友亦會遇上失落、憤怒的情況。 小組透過分享如何有效回應兒童情緒為出發點，鼓勵家長學習先處理孩子心情，再處理事情，做個情緒滿分 (E+)父母。 備註： 1. 首次參加之家長可優先報讀； 2. 凡屬「為低收入的殘疾人士照顧者提供生活津貼試驗計劃」之參加者可申請豁免費用；	紅姑娘
	故事篇 (FLPRC-21-00186)	11/11/21 (四)	上午 10:00 - 11:30		6歲以下兒童之家長	20名	\$10	如何利用故事提升兒童的語言能力。 	冼姑娘







	名稱/編號	日期	時間	地點	對象	名額	費用	內容 / 備註	查詢
家長資源加油站	「教得其樂」家長管教小組 (FLPRC-21-00187)	15/10-3/12/21 (逢五，共 8 節)	上午 10:00 - 中午 12:00	粉嶺家長資源中心	3-6 歲兒童之家長	7 名	\$160	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，讓家長學習管教子女的技巧。 參加者會獲贈本會最新版之「教得其樂」家長管教手冊一套(備有課程詳細資料，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。 備註：過去未曾參加此小組之家長可優先報讀	曾姑娘
	爸爸的三個願望 (FLPRC-21-00188)	16/10-4/12/21 (逢六，共 6 節) (30/10 及 6/11 暫停)	下午 5:45-6:45		家長會員 (爸爸)	6 名	\$60	男人的世界有一道謎「豆腐火腩飯」，稱為男人的浪漫，每舊火腩都經過紅紅烈火，百度高溫「係經過歷煉，係經過漫長既試鍊」，所有故事像已發生飄泊歲月裏，現在你已經有家室，有小朋友，有一堆堆問題需要你解決，頭都痛埋。小組讓你暢所欲言，大聲講細聲笑，同時可以分享爸爸的角色，你的難處，甚至壓力，讓大家成為「你隔離的一舊火腩，圍爐取暖。」	D o n Sir
	升中家長分享會 (FLPRC-21-00189)	27/10/21 (三)	上午 10:30 - 中午 12:00		子女升讀中一主流學校之家長	20 名	\$10	了解升中面試流程須知及邀請過來人家長分享選校心得，了解區內中學的支援模式及家校溝通。	曾姑娘、鄭姑娘



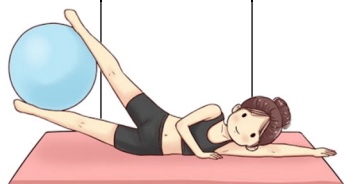
B.社交活動/家長小組

粉嶺中心

	名稱/編號	日期	時間	地點	對象	名額	費用	內容 / 備註	查詢
家長俱樂部	教協半天購物遊 (FLPRC-21-00190) 	25/11/21 (四)	上午 10:00 - 下午 2:00	旺角教協	家長會員	7 名	\$20	上午前往旺角教協購物，家長可選購文具及書籍，下午於旺角朗豪坊美食廣場自費享用午膳，輕鬆一下。 集合 / 解散時間及地點： 上午 10:00 港鐵旺角東站 備註： 1. 教協只接受現金、八達通或教協 VISA 2. 當天聯絡電話：6273 0226	曾姑娘
家長增值教室	★ 活學小學英文文法 (FLPRC-21-00191) 	15/10-17/12/21 (逢五，共 10 節)	上午 9:30 - 10:45	網上進行	就讀主流小學兒童之家長	18 名	\$800	教授小學階段時常使用及學生較易出錯的英文文法，讓家長學習及掌握有關的英文文法，以協助子女學習英文。今期主題：英文文法單元 ✧ 教授相關的英文助動詞、位置詞及時式，解說不同的題型特點。 ✧ 教授英文相關題型內容及應試技巧。 導師：陳永基先生	冼姑娘
	★ 小學中文速成班 (FLPRC-21-00192) 		上午 11:00 - 下午 12:15			18 名	\$800	透過教授不同範疇、不同主題的中文知識，讓家長鞏固中文基礎、掌握有效的中文學習方法，以協助子女學習中文。 今期主題：中文閱讀及寫作單元 ✧ 教授中文閱讀理解的做題步驟、答題技巧及解說不同文體的題型特點。 ✧ 教授中文寫作的審題步驟、立意方法及寫作技巧。 導師：凌浩琳小姐	
	★ 「閱讀越理解」家長工作坊 (SWD-HHPA2021-FLPRC-21-00193) 	4/11/21 (四)	上午 10:00 - 中午 12:00	粉嶺家長資源中心	就讀主流小學兒童之家長	20 名	\$20	認識小學中文閱讀理解中的常見題型，自閉學生較易出錯的地方，讓家長學習及掌握有關的中文閱讀理解的答題技巧，以更具信心協助孩子學習。 講者：凌浩琳小姐 備註： 如以支票付款，請為此活動開一張獨立支票	

C.家長興趣班/小組

名稱/編號	日期	時間	地點	對象	名額	費用	內容 / 備註	查詢
家長 瑜珈班 (FLPRC- 21-00194)	12/10- 14/12/21 (逢二， 共 10 節)	上午 10:45 - 12:00	粉嶺 家長 資源 中心	家長 會員	7 名	\$600	瑜珈是透過腹式呼吸，配合各種式子運動：包括站立、躺臥、坐立、蹲座、俯伏及打坐、休息法及靜坐法等動作，從而達致鬆弛神經及強化身心的境界；長期練習可以改善體形，有助增強身體柔軟度和促進血液循環。 導師：何潔嫦女士 備註： 參加者需穿著輕便衣服	常 姑 娘
家長抒壓 水彩畫班 (FLPRC- 21-00195)	21/10- 16/12/21 (逢四， 共 9 節)	上午 10:00 - 11:30			7 名	\$1215	教授入門基礎水彩，學習基本的技法、構圖技巧、線條運用，利用水彩的特性創出作品，在繪畫過程中放鬆身心。 導師：黃潔賢小姐 - Chabelo Art Studio 畫室資深導師 備註： 水彩畫材料可向導師購買	



學前兒童園地

名稱/編號	日期	時間	地點	對象	名額	費用	內容 / 備註	查詢
社交 FUN — FUN (FLPRC- 21-00196)	15/10- 19/11/21 (逢五， 共 5 節) (5/11 暫停)	下午 4:15 - 5:15	粉嶺 家長 資源 中心	5-6 歲 兒童	6 名	\$200	小組透過學習不同主題的英文生字，加入緊扣每節主題的社交遊戲元素，一方面提升兒童的社交溝通技巧，另一方面增加兒童對學習英文的興趣。	紅 姑 娘
專注小奇兵 (FLPRC- 21-00197)	16/10- 27/11/21 (逢六， 共 6 節) (6/11 暫停)	上午 11:30 - 中午 12:30			6 名	\$240	小組透過簡單的指令遊戲，讓兒童在玩樂中加強專注力及聆聽指令的能力，從中訓練與人溝通及合作技巧。	



學前兒童親子園地

粉嶺中心

名稱/編號	日期	時間	地點	對象	名額	費用	內容 / 備註	查詢
愉快學中文 II (FLPRC-21-00198)	15/10-10/12/21 (逢五，共 8 節) (26/11 暫停)	下午 4:30 - 5:30	粉嶺家長資源中心	升讀 K3 之兒童及一名家長	4 對親子	\$400	以富趣味性的語文學習活動，包括聽、說、讀、寫等範疇，培養兒童對學習中文的興趣，奠定良好學習基礎。 備註：此為連續性之課程，曾參加上期愉快學中文之兒童優先	冼姑娘
小跳豆訓練小組 (FLPRC-21-00199)	16/10-4/12/21 (逢六，共 8 節)	上午 10:30 - 11:30		2-3 歲兒童及一名家長	3 對親子	\$320	藉著與日常生活有關的主題，以多元化的遊戲形式，提升幼兒主動學習、專注、輪候及與人分享的情操，奠下良好學習基礎。 備註：「未接受社署資助的學前服務」 兒童優先抽籤	冼姑娘
動感遊戲室 (FLPRC-21-00200)	20/10-8/12/21 (逢三，共 8 節)	下午 4:30 - 5:30		2-3 歲兒童及一名家長	4 對親子	\$320	透過不同的感官刺激及動感遊戲，提升兒童感官能力，促進其動作協調能力，並學習模仿、聽指示等社交技巧。	冼姑娘
小精靈遊戲小組 (FLPRC-21-00201)	21/10-9/12/21 (逢四，共 8 節)	下午 4:30 - 5:30		4-5 歲兒童及一名家長	4 對親子	\$320	配合與兒童生活相關事物為主題，透過不同形式的遊戲，引發其對學習的興趣，引導兒童主動表達、觀察及輪候等社交技巧。 備註：「未接受社署資助的學前服務」 兒童優先抽籤	冼姑娘

註：「未接受社署資助的學前服務」指未接受社會福利署安排之早期教育及訓練中心、幼稚園暨幼兒中心兼收計劃、到校學前康復服務、特殊幼兒中心或學習訓練津貼服務。



主流支援加油站

粉嶺中心

名稱/編號	日期	時間	地點	對象	名額	費用	內容 / 備註	查詢
聽說讀寫學英文 (FLPRC-21-00202)	13/10-8/12/21 (逢三，共 9 節)	下午 4:30 - 5:30	粉嶺家長資源中心	升讀主流小一之兒童	4 名	\$990	透過英語拼音、聽故事、朗讀等遊戲，讓兒童在輕鬆的環境下學習英語，引發兒童對英語的興趣，提升他們的英語「聽」「說」「讀」「寫」能力。 導師：黃婉珊小姐(經驗英語導師)	冼姑娘
小一適應運動篇 (FLPRC-21-00203)	16/10-4/12/21 (逢六，共 8 節)	下午 4:00 - 5:15			6 名	\$400	透過不同的體能及競技遊戲，讓兒童學習不同的運動技能，並引導他們以正面態度面對輸贏，及與人合作等社交技巧。 備註：請自備水樽，並穿著輕便衣服及運動鞋。	冼姑娘
和樂童玩 (FLPRC-21-00204)	16/10-4/12/21 (逢六，共 8 節)	下午 2:30 - 3:30		升小二至小四主流學校學生	6 名	\$320	「預防欺凌」社交小組： 透過不同的活動、遊戲、情境練習及角色扮演等，讓兒童學習 合適的遊戲技巧與態度、有效的溝通技巧及正確的待人接物態度等 ，以應用於日常社交之中，能夠與人協商及達到共識， 預防欺凌與衝突 ，改善社交關係。 備註： 1. 此乃平行小組，家長必須同時報名「朋輩相處與欺凌」小組。 2. 4/12 為親子堂，家長必須一同出席。 3. 新生優先抽籤。	張姑娘
朋輩相處與欺凌 (FLPRC-21-00205)	16/11-7/12/21 (逢二，共 4 節)	上午 9:30 - 11:30		家長會員	6 名	\$80	透過資料分析、個案討論、體驗活動及分享，讓家長認識 欺凌行為的定義及影響 ，並了解 處理子女欺凌問題的技巧及方法 ，及認識如何透過 促進子女社交技巧來預防欺凌的發生 。 內容： ➢ 欺凌行為的定義及分辨欺凌情況 ➢ 處理子女欺凌問題的技巧及方法 ➢ 促進子女社交技巧的方法 ➢ 預防欺凌的方法	



「多文體英文全攻略」是專為升讀主流學校小一至小六學生而設的英文文法課程。目的是讓學生加深和鞏固在學校所學，並使學生有系統地建立良好的英語能力。課程以富趣味性的教學形式，由淺入深地協助學生建立及深化詞彙、句式、文法等語文基礎，以及掌握有效的英語學習方法。

此為連續性之課程(10/2021-6/2022)，今期出席率達 80%之參加者，下期方可獲優先。

導師：陳永基先生

備註：請在報名表上註明升讀年級

名稱/編號	日期	時間	地點	對象	名額	費用	內容 / 備註	查詢
★ 多文體英文全攻略 B (FLPRC-21-00206)	15/10-17/12/21 (逢五，共 9 節) (26/11 暫停)	下午 3:30 - 4:30	粉嶺家長資源中心	升讀主流小學小三至小四之學生	8 名	\$855	今期內容： Verb (動詞)、 Modal Verb (助動詞)、 Phrasal Verb (短語動詞)	冼姑娘
★ 多文體英文全攻略 C (FLPRC-21-00207)		下午 4:45 - 5:45		升讀主流小學小一至小二之學生	8 名	\$855	今期內容： Verb (動詞)、 Modal Verb (助動詞)	
★ 多文體英文全攻略 A (FLPRC-21-00208)		下午 6:00 - 7:00		升讀主流小學小五至小六之學生	8 名	\$855	今期內容： Verb (動詞)、 Modal Verb (助動詞)、 Phrasal Verb (短語動詞)	



備註：如學生全天上課，此小組時間可能會延遲，如有更改，職員將再通知。

「趣味學中文」及「中文閱讀策略班」是專為升讀主流學校小一至小六學生而設的課程。「趣味學中文」旨在引導學生發揮聽、說、讀、寫的能力，提升其對學習中文的興趣和表達時的信心。「中文閱讀策略班」是透過不同類型的閱讀教材及活動教學模式，再配合練習，加強學生的閱讀技巧及理解能力。

此為連續性之課程(10/2021-6/2022)，今期出席率達 80%之參加者，下期方可獲優先。

導師：凌浩琳女士





備註：請在報名表上註明升讀年級

名稱/編號	日期	時間	地點	對象	名額	費用	內容 / 備註	查詢
★ 趣味學中文 (FLPRC-21-00209)	15/10-17/12/21 (逢五，共 9 節) (26/11 暫停)	下午 3:30 - 4:30	粉嶺家長資源中心	升讀主流小學小一至小二之學生	8 名	\$855	今期內容： 字詞單元 - 字的結構、近形/近音字辨識、配字成句、詞性及詞語運用、填充練習	冼姑娘
★ 中文閱讀策略班 A (FLPRC-21-00210)		下午 4:45 - 5:45		升讀主流小學小五至小六之學生	8 名	\$855	今期內容： 歸納段義/中心思想、段落理解、常見閱讀題型及其答題技巧	
★ 中文閱讀策略班 B (FLPRC-21-00211)		下午 6:00 - 7:00		升讀主流小學小三至小四之學生	8 名	\$855	今期內容： 預測內容、歸納段義、段落理解、綜合練習	



備註：如學生全天上課，以上小組時間可能會延遲，如有更改，職員將再通知。

粉嶺中心


名稱/編號	日期	時間	地點	對象	名額	費用	內容 / 備註	查詢
孩子有理 -- 兒童為本 遊戲治療 (FLPRC- 21-00212)	12/10- 30/11/21 (逢二， 共 8 節)	下午 4:15 - 5:15 (根 據兒 童情 況，時 長 45 分鐘 至 1 小 時)	粉嶺 家長 資源 中心	3-7 歲有 情緒困擾 的兒童	1 名 (由 社 工 甄 選)	\$480	<p>兒童在成長發展上，未必懂得用清晰的言語表達自己，甚至因為做不到好行為而產生不同的情緒困擾，如恐懼、焦慮、憤怒或悲傷等。</p> <p>透過「兒童為本遊戲治療」的介入，我們期望幫助兒童處理情緒困擾。在「特別遊戲時間」內，兒童可主導遊戲，透過玩具講心事，社工將從中幫助兒童疏導情緒，認識自己，體驗自己的能力，把正面的經驗帶回生活當中。</p> <p>有意報名的家長請於報名時向中心索取「資料搜集表格」，並於報名截至日前遞交；再由社工甄選及個別約見面見，成功取錄後才需要繳費。</p>	紅姑娘
社交 遊樂場 (FLPRC- 21-00213)	12/10- 30/11/21 (逢二， 共 8 節)	下午 4:30 - 5:30		6-10 歲 兒童 就讀特殊 學校優先	6 名	\$320	於小組透過不同元素社交遊戲讓兒童學習輪候及情緒表達，加強社交溝通能力。	曾姑娘
專注 玩一番 (FLPRC- 21-00214)	15/10- 3/12/21 (逢五， 共 7 節) (26/11 暫停)	下午 5:45 - 6:45		7-11 歲 兒童 	5 名	\$280	透過不同感知遊戲練習及身體協調練習活動，訓練參加者手眼協調及專注力，提升兒童學習能力。	曾姑娘
幼童軍團 (FLPRC- 21-00215)	16/10- 4/12/21 (逢六， 共 8 節)	下午 4:30 - 5:30		8-14 歲 兒童 	7 名	\$160	<p>每期訂立主題性訓練活動及團呼練習，訓練參加者團體合作精神及紀律性，提升獨立學習能力。</p> <p>備註:舊團員優先</p>	曾姑娘
玩轉 童話世界 (FLPRC- 21-00216)	21/10- 2/12/21 (逢四， 共 7 節)	下午 4:30 - 5:30		6 至 8 歲 兒童 	6 名	\$280	分享不同的兒童故事，透過角色扮演、問答、遊戲等活動，訓練兒童表達能力，學習與人相處互動，提升兒童的社交能力。	常姑娘
小童軍團 (FLPRC- 21-00217)	23/10- 4/12/21 (逢六， 共 7 節)	下午 2:30 - 3:30		5 至 8 歲 兒童 	8 名	\$140	<p>每月以不同的集會及訓練主題，培養兒童遵守規則及與別人合作的情操。</p> <p>備註:舊團員優先。</p>	常姑娘

青少年活動

粉嶺中心

名稱/編號	日期	時間	地點	對象	名額	費用	內容 / 備註	查詢
青年說話技巧 (FLPRC-21-00218)	15/10-10/12/21 (逢五，共 6 節) (29/10、5/11 及 26/11 暫停)	下午 6:00-7:00	粉嶺家長資源中心	14 歲以上就讀主流學校青少年	6 名	\$240	青少年有時嘴角失守，帶鋒利的說話，直逼朋友埋牆角，透不過氣，慢慢「剩返自己一個」。「 語言藝術 」可以改善表達方式，讓你守住重要的社交圈子， You are my friend 。	Don Sir
成長的天空 @金錢應用篇 (FLPRC-21-00219)	16/10-4/12/21 (逢六，共 6 節) (30/10 及 27/11/21 暫停)	上午 10:00 - 11:00		10 歲以上就讀特殊學校青少年	7 名	\$240	透過日常生活情景練習，學習日常生活需要，今期主題為運用金錢及安排最後一節外出實習，讓參加者明白正確金錢運用。	曾姑娘
朋友‘義’號 (FLPRC-21-00220)	16/10-4/12/21 (逢六，共 6 節) (30/10 及 6/11 暫停)	下午 1:00-2:00		升小五至中三主流學校青年	6 名	\$240	領袖訓練小組，提升青年解決問題的能力，培訓自信心，增加抗逆能力，讓青年可以面對學校生活的壓力。	Don Sir
青年俱樂部 (FLPRC-21-00221)	16/10-4/12/21 (逢六，共 8 節)	下午 2:00 - 3:00		10 歲以上就讀主流學校青少年	6 名	\$320	透過不同主題遊戲及分享，讓青年一起享受個人空間，加強朋輩之間的溝通。	曾姑娘
後生仔 LEGO 攝影 (FLPRC-21-00222)	16/10-4/12/21 (逢六，共 6 節) (30/10 及 6/11 暫停)	下午 4:00-5:00		12 歲以上就讀主流學校青少年	6 名	\$240	完成一件 Lego 製成品，需要經歷一層又一層建製完成，過程最考驗你的專注及耐性。砌 Lego 過程仿似我們在追趕我們定立的目標。 小組讓你認識手機拍片功能，拍攝砌 Lego 過程，訓練耐性，簡單分工合作，加強社交相處技巧。	Don Sir
青年社交網路 (FLPRC-21-00223)	23/10-4/12/21 (逢六，共 7 節)	中午 12:00 - 下午 1:00		升讀主流小五至中三青少年	6 名	\$280	每堂討論及分享熱門潮話題，體驗不同合作性平板電子遊戲，並了解網絡私隱及社交安全，從中提升社交溝通技巧，學習朋輩相處之道。	常姑娘

社區合作活動

名稱/編號	日期	時間	地點	對象	名額	費用	內容 / 備註	查詢
協康會長 幼『融』 『義』行 (FLPRC- 21-00224)	30/10(六)、 27/11(六) 及 18/12/21(六) (共 3 節)	上午 10:00 - 11:00	粉嶺 家長 資源 中心	10 歲 以上 就讀 主流 學校 青少年	8 名	\$120	<p>今期聚會安排與長者義工於中心一起互相分享近況及討論來年探訪事宜，體驗擔任義工服務的樂趣。</p> <p>備註：舊組員優先</p>	曾姑娘
<p>備註：</p> <p>1. 此活動與『耆鄰網北區「耆鄰大使」健康計劃」合作</p> <p>2. 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</p>								

兒童興趣班

名稱/編號	日期	時間	地點	對象	名額	費用	內容 / 備註	查詢
足球小將 (FLPRC- 21-00225)	17/9- 3/12/21 (逢五， 共 10 節) (1/10 及 26/11 暫停)	下午 5:20- 6:20	祥 華 邨 足 球 場	8 至 11 歲 兒童	10 名	\$750	<p>教授足球知識、運球、傳球、組織進攻和射球的技巧，促進兒童的大肌肉發展及身體協調能力。</p> <p>導師：曾教練</p> <p>備註：</p>	常姑娘
足球 訓練班 (FLPRC- 21-00226)	17/9- 3/12/21 (逢五， 共 10 節) (1/10 及 26/11 暫停)	下午 6:20- 7:20		12 歲 或 以上 兒童	14 名	\$750	<p>1. 請穿著輕便衣服及運動鞋，並自備足球及水樽。</p> <p>2. 參加者需自行前往祥華邨足球場。</p> <p>3. 此活動需連同報名表於 14/8 或之前交費，因班組事前已安排導師及場地。</p> <p>4. 如以支票付款，請為此活動開一張獨立支票</p>	



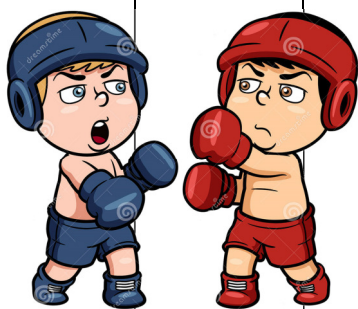
名稱/編號	日期	時間	地點	對象	名額	費用	內容 / 備註	查詢
兒童 乒乓球班 (FLPRC-21-00227)	17/9-17/12/21 (逢五，共 13 節) (1/10 暫停)	下午 6:00-7:00	上水保榮路體育館	8 歲以上兒童	6 名	\$780	<p>由資深乒乓球龍教練教授參加者學習乒乓球技巧，透過乒乓球訓練參加者的手眼協調及大肌肉，與人合作、專注能力，並培養參加者對運動的興趣。</p> <p>導師：龍教練</p> <p>備註：</p> <ol style="list-style-type: none"> 參加者請帶備乒乓球拍、水樽，穿著輕便衣服及合適之運動鞋上課，切勿穿著拖鞋。 家長須陪同參加者自行前往上水保榮路體育館 乒乓球室集合，並在場館內看顧子女。 此活動需連同報名表於 14/8 或之前交費，因班組事前已安排導師及場地。 如以支票付款，請為此活動開一張獨立支票 	常姑娘
青年 籃球班 (FLPRC-21-00228)	18/9-18/12/21 (逢六，共 14 節)	上午 9:00-10:00	粉嶺和興體育館籃球場	12 歲或以上兒童	15 名	\$1120	<p>透過學習籃球，讓學員掌握籃球的基本技巧及規則，從中培養團體合作精神。</p> <p>導師：紀教練</p> <p>備註：</p> <ol style="list-style-type: none"> 請穿著輕便衣服及運動鞋，並自備水樽、籃球。 參加者需自行前往上課地點，活動於和興體育館籃球場上課 此活動需連同報名表於 14/8 或之前交費，因班組事前已安排導師及場地。 如以支票付款，請為此活動開一張獨立支票 	
★ 兒童 非洲鼓班 (FLPRC-21-00229)	9/10-18/12/21 (逢六，共 11 節)	上午 9:30-10:30	粉嶺家長資源中心	4 歲以上兒童	8 名	\$1100	<p>非洲鼓(Djembe)乃西非傳統樂器，音色清脆圓渾，節奏澎湃。非洲鼓的特色在於群體合作。導師將教授非洲鼓的基礎手法、技巧和節拍訓練，提升兒童的聽覺專注力及群體合作性。</p> <p>導師：資深音樂導師馬楚城先生 (Martin 哥哥)</p>	



名稱/編號	日期	時間	地點	對象	名額	費用	內容 / 備註	查詢
★ 專注 小結他班 (FLPRC-21-00230)	9/10-18/12/21 (逢六，共 11 節)	上午 10:30-11:30	粉嶺家長資源中心	6 歲以上兒童	8 名	\$1100	夏威夷結他 (Ukulele) 是四線的小結他，外形小巧別緻，特別適合兒童學生彈奏，教授兒童基本知識及彈奏技巧，配合音樂遊戲，訓練專注及小肌肉能力。 導師：資深音樂導師馬楚城先生 (Martin 哥哥) 備註: Ukulele 可向導師購買\$320	常姑娘
親子鋼琴 個別教授 A 班 (FLPRC-21-00231)	13/10-15/12/21 (逢三，共 10 節)	下午 3:15 - 5:45 每半小時一節		5 歲以上兒童及一名家長	5 對親子	\$1700	由資深導師曾建萍女士教授鋼琴，培養兒童對音樂的興趣，藉此加強兒童的專注力、記憶力及手眼協調能力。 備註: 1. 中心最終以抽籤決定上課時間 2. 請於報名表上註明所選擇之時段，可選擇時段為:下午 3:15 - 5:45 3. 課堂每半小時一節 (例:3:15-3:45)，可按優先次序選擇多個時間 4. 參加者只可報名參加 A、B、C 班其中一班 5. 新生於第一堂上課時需向導師購買琴譜	
親子鋼琴 個別教授 B 班 (FLPRC-21-00232)	21/10-16/12/21 (逢四，共 9 節)					\$1530		
親子鋼琴 個別教授 C 班 (FLPRC-21-00233)	15/10-17/12/21 (逢五，共 9 節) (26/11 暫停)					\$1530		
★ 幼兒 粉彩畫班 (FLPRC-21-00234)	13/10-15/12/21 (逢三，共 10 節)	下午 4:30-5:30	粉嶺家長資源中心	4 - 6 歲兒童	7 名	\$900	利用日常生活接觸的事情和物件為主題，加以教授幼兒如何掌握繪畫之基本形狀和造形、線條運用、執筆方法、塗色技巧。透過活潑的學習引導、啟發創意；加強日後繪畫基礎發展，使幼兒對身邊事物有更多認識、提高美感認知和自信心。 導師: 黃潔賢小姐 - Chabelo Art Studio 畫室資深導師 備註: 1. 導師會於第一堂收取材料費 \$50，材料包括:粉彩一盒，畫簿一本，畫袋一個。(上期參加者可只買畫簿\$15 或粉彩\$35) 2. 如有需要，可自行預備保護畫衣	



名稱/編號	日期	時間	地點	對象	名額	費用	內容 / 備註	查詢
兒童 Kick-Boxing 班 (FLPRC-21-00235)	6/11-18/12/21 (逢六，共 7 節)	上午 11:00 - 中午 12:00	上水龍琛體育館活動室	6 歲以上兒童或棠棣	11 名	\$560	<p>課程設計由淺入深，讓兒童體驗玩 Kick-boxing 之樂趣。教授兒童體適能訓練之基本理論、Kick-boxing 步法及踢、拳、肘、膝、配樂踢拳操、武術操及自衛術等，從中訓練兒童的紀律性及專注能力。</p> <p>備註：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 與以馬內利體適能協會合辦。 2. 參加者可向導師訂購制服。 3. 導師會因應參加者的健康及身體狀況而評估是否適合參與。 4. 家長須陪同參加者自行前往體育館集合，並在館內看顧子女。 5. 於上水龍琛體育館活動室上課。 6. 上期參加者優先。 	常姑娘



家庭活動

活動/編號	日期	時間	地點	對象	名額	費用	內容 / 備註	查詢
悠山玩水 考毅力 (FLPRC-21-00236)	21/11/21 (日)	上午 8:45 - 下午 4:30	山頂	4 歲以上家庭會員	28 名 (每個家庭限 4 人)	\$70 (大小同價)	<p>由薄扶林郊野公園入口出發，順著薄扶林水塘道前行至盧吉道，終點站為山頂凌霄閣，全程約 2-2.5 小時。完成後於山頂自費享用午膳及參觀「搞錯 3D 藝趣坊」。</p> <p>集合 / 解散時間及地點： 上午 8:45 粉嶺家長資源中心 下午 4:30 港鐵粉嶺站</p> <p>備註：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 部分山路有樓梯級，不宜推嬰兒車 2. 請自備防曬、防蚊用品及足夠飲料 3. 當天聯絡電話：6273 0226 	鄭姑娘、燕姑娘



活動/ 編號	日期	時間	地點	對象	名額	費用	內容 / 備註	查詢
Fun Fun 賣旗 海洋隊 (FLPRC- 21-00237)	11/12/21 (六)	上午 8:30 - 下午 5:00	跑馬地、荃灣	家庭會員	14 對親子	每對 親子 \$170 (包 車費 及 體驗 館門 票)	<p>協康會一年一度賣旗日又到啦！誠邀各位小朋友和爸爸媽媽，一同出力做義工，共度有意義的聖誕節前夕！</p> <p>活動早上先乘旅遊巴到跑馬地進行賣旗活動；下午則到荃灣「浩海立方•探遊館」進行親子海洋探秘之旅，這是全港首個海洋探索體驗館，當中最吸引的就是全港首個結合真實海洋生物及投影效果的光影海洋觀景窗、由真實水母跟燈光配合的水母萬花筒、VR 海洋探秘、MR 水母學堂、海洋兒童樂園等，盡享親子共處時光。</p> <p>集合/解散時間及地點： 上午 8：30 粉嶺家長資源中心√ 下午 5：00 粉嶺港鐵站</p> <p>備註： 1. 此活動正在申請基金贊助，如申請成功將作部分退款； 2. 參加者需出席上午賣旗活動； 3. 參加此活動者表示同意有關照片將用作公開宣傳之用； 4. 請自備足夠飲料、防雨等用品，建議穿著輕便衣服及運動鞋； 5. 當日聯絡電話：9286 5744 6. 敬請準時，逾時不候</p>	紅姑娘、常姑娘
南豐紗廠 探索遊 (FLPRC- 21-00238)	19/12/21 (日)	上午 10:00 - 下午 4:30	荃灣南豐紗廠、愉景新城	家庭會員	28 名	\$60 (大小 同價)	<p>上午於荃灣南豐紗廠參觀，由導賞員帶領了解紗廠歷史，認識如何把紗廠內各種特色融入於活化後的工廠內，大家亦可參觀於工廠內的特色商店及打卡走廊，下午於愉景新城自費享用午膳及享受購物樂趣，活動完結後乘坐旅遊車返回粉嶺解散。</p> <p>集合 / 解散時間及地點： 上午 10:00 粉嶺家長資源中心 下午 4:30 港鐵粉嶺站</p> <p>備註： 當天聯絡電話：6273 0226</p>	曾姑娘、楊姑娘

