

# 協康會賽馬會家長資源中心

## 活動快訊



### 重要通知!!!

賽馬會家長資源中心獲社署資助中心進行裝修工作，單位將於 2021 年 12 月 26 日至 2022 年 3 月 7 日期間進行內部裝修，並於 3 月 8 日恢復開放服務。工程進行期間，中心服務安排如下：

1. **106 期活動報名**：如常進行，會員在報名期間(3/11/2021-20/11/2021)亦可親臨或郵寄方式報名。如以郵寄方式報名，請依舊附上支票。如報名期過後，而活動仍有尚餘名額，請會員先致電 2827 2830 查詢，再選擇以電郵 [jcpvc@heephong.org](mailto:jcpvc@heephong.org)、Whatsapp 9735 5831 交報名表，有關活動費用將於首堂或活動當日收取。(請致電中心 2827 2830 確認收妥)
2. **圖書館物資外借服務**：因裝修工程及進行年度盤點，圖書館物資外借服務將由 9/12/2021(四)至 5/4/2022(二)暫停，6/4/2022(三)起恢復服務。
3. **班組 / 活動**：部分實體授課班組 / 活動正借用區內不同地方，需要時將作更改調動，以上情況將不設退款，敬希體諒！如未能安排合適場地，有關活動可能會轉為視像形式進行或取消，屆時負責活動職員將與參加者聯絡，請各位留意。
4. **中心熱線及輔導服務**：維持正常，歡迎家長致電本中心 2827 2830 與社工/當值職員聯絡。
5. **入會服務**：家長可致電中心 2827 2830 預約方式辦理入會手續。
6. 在疫情影響下，為保障服務使用者的健康，所有進行中心的人士、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變化、社署及其政府部門發出的最新指引而作出適當的更改。

## 人事變動

中心主任朱秀君姑娘將於 2021 年 11 月 1 日調職至良景中心，屆時將由環翠中心助理中心主任馬莉婷姑娘接任，馬姑娘具有多年學前服務經驗，必定能於賽馬會家長資源中心為各位家長、兒童及青年們提供更多元、合適的服務。另外，少數族裔地區大使 Tariq Humza (馬沙哥哥)已於 15/9/2021 離職。在此祝願朱姑娘及馬沙哥哥在新的工作崗位及環境均愉快順利。

另外，社工歐秀琴女士(歐姑娘)已於 1/9/2021 開始重新調回賽馬會家長資源中心接任已離職社工徐家慧姑娘的工作；而中心活動助理同事周詩琪姑娘亦已於 28/10/2021 到職中心。



希望各位會員能給予新主任及同事鼎力支持，並繼續支持中心的服務。

## 協康售賣旗日 - 義工招募 (JCPRC-21-260 )

日期	時間	地點	對象	內容 / 備註	查詢
11/12/21 (週六)	上午 10:00 - 12:00 (其中 任何 時段)	筲 箕 灣 區	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 家長會員</li> <li>- 青少年會員 (中心將安排義工協助)</li> <li>- 親子(10 歲以下需家長陪同)</li> <li>- *歡迎連同非會員之親友參與</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 協助協康會賣旗籌款</li> <li>- 參加者如服務滿 2 小時可獲小禮品一份及義工証書以作鼓勵</li> </ul> <p>*請於報名表上填寫姓名 *此活動可作「協康會 GOAL 飛運動會」之里數計算。</p>	歐 姑 娘

## 中心愛心環保義賣日

中心將於 11 月及 12 月舉辦 2 場愛心環保義賣活動，將中心玩具圖書館的部分物資作環保義賣，所得之善款將用中心活動及購置物資之用，希望各位會員踴躍參與及支持。義賣日活動資料如下：

日 期：2021 年 11 月 20 日(六) 及  
2021 年 12 月 2 日 (四)

時 間：早上 10:00 至下午 5:00 (中午 1:30-2:30 暫停)  
義賣物品：圖書、玩具



\* 以下 Zoom 系列之活動 (活動編號 216-269) 會以即時視像通訊軟件 Zoom 進行，讓各位足不出戶亦能參與。敬請留意。

## Zoom 視像家長支援系列活動

名稱/編號	日期	時間	對象	名額	費用	內容 / 備註	查詢
主流小一 選校： 統一派位 講座 (JCPRC- 21-261)	8/12/21 (週三， 共 1 節)	上午 10:00 - 11:15	將安排 子女於 2022 年 9 月入 讀主流 小學之 家長 會員	20 名	免費	如你的子女即將在 2022 年 9 月入讀主流小一，你有機會需要於 2022 年 1 月下旬前為子女透過「統一派位」揀選學校。 是次講座讓家長認識「統一派位」的流程及揀選學校的注意事項，同時透過過來人家長分享有關申請「統一派位」的經驗。  *成功中籤者將會獲個別通知。	黃 姑 娘

## 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
玩具 創意多 (JCPRC- 21- 262)	29/12/21 - 26/1/22 (週三， 共 5 節)	上午 10:30 - 11:30	育有學 前階段 發展障 礙兒童 之家長	8 名	\$100	玩具除了為孩子帶來樂趣，還可以促進學習發展和增進親子關係。工作員將與家長一同探討怎樣靈活運用玩具來達致不同目標，並且學習運用家中材料自製玩具。	周 姑 娘
「閱讀」 孩子世界 (JCPRC- 21-263)	8/1/22 - 29/1/22 (逢六， 共 4 節)	上午 11:00 - 中午 12:00	育有學 前階段 發展障 礙兒童 之家長	6 名	\$10	繪本不僅是孩子言語訓練的媒介，也是促進親子交流、了解孩子的好幫手。小組將透過與家長一同揀選繪本、分享共讀技巧，以學習利用繪本與孩子互動，走進孩子內心世界，亦能從中教導孩子品格、自理等。  *每節完結後將有伴讀家課，鼓勵家長積極參與。	李 姑 娘
給孩子體 罰以外的 管教 A (JCPRC- 21-264)	23/2/22 (三)	上午 10:00 - 11:00	育有 10 歲或以 下幼童 家長	10 名	\$10	認識寬容和縱容對待孩子的分別，並讓家長學習： - 如何給孩子清晰的限制/界線 - 認識管教三個區域：鼓勵、准許、禁止	歐 姑 娘
給孩子體 罰以外的 管教 B (JCPRC- 21-265)	23/2/22 (三)	下午 2:30 - 3:30		10 名	\$10		



從一幅透視人心----屋樹人的祕密 (JCPRC-21-266)	12/1/22 (三)	上午 10:00 - 11:00	家長會員	10名	\$10	學習如何透過繪畫去探索自己的心靈世界及聆聽別人的故事。		歐姑娘
----------------------------------	-------------	------------------	------	-----	------	-----------------------------	---	-----

## 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
Artist in Wonder Band A (JCPRC-21- 267)	7/1-28/1/22 (逢五，共 4 節)	下午 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>非洲鼓節奏感清晰，運用雙手敲打出澎湃歡樂的節奏。</li> <li>培養參加者的音樂感和節奏感。</li> <li>導師教授如何運用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- 268)	11/2 - 25/2/22 (逢五，共 3 節)	下午 5:15 - 6:00	6 歲以上之發展障礙兒童或棠棣	6名	\$330	<p>導師：周政慧小姐(Minnie 姐姐)</p> <p>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。</p>	
Artist in Wonder Band C (JCPRC-21 - 269)	4/3 - 25/3/22 (逢五，共 4 節)	下午 5:15 - 6:00	6 歲以上之發展障礙兒童或棠棣	6名	\$440	<p>備註：</p> <p>參與 105 期之參加者於 20/11/2021 或之前報名將獲優先考慮。</p>	

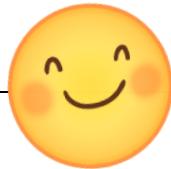
## 家長天地

### A.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
教得其樂家長管教小組 (JCPRC-21- 270)	8/1-12/3/22 (5/2 及 19/2 暫停) (週六，共 8 節)	上午 9:30 - 11:30	筲箕灣(場地正借用中)	家長會員	10名	\$160	<ul style="list-style-type: none"> <li>為幼兒家長提供管教技巧訓練。</li> <li>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。</li> <li>參加者可獲贈本會出版之「教得其樂」家長管教手冊一套(此手冊不會公開發售)。</li> <li>參加家長需要出席全期課程及回家完成親子家課。</li> </ul> <p>*特別適合就讀主流幼稚園至初小兒童之家長</p>	黃姑娘

## B. 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
星兒家長小組 (JCPRC-21- 271)	3/12、7/1、18/2 及 4/3 (週五，共 4 節)	上午 10:00 - 11:15	本中心 / ZO	育有自閉症孩子的家長	10 名	\$40	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。	歐姑娘
與你同行家長小組 (JCPRC-21-272)	17/12、21/1、25/2 及 18/3 (週五，共 4 節)	上午 10:00 - 11:15	OM	子女就讀特殊幼兒中心或特殊學校之家長	10 名	\$40	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ 此聚會為定期支援小組，歡迎家長加入分享彼此支持。</li> <li>➤ 2022 年 1-2 月小組將以 ZOOM 進行。</li> </ul>	



## C. 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
管教有辦法家長講座 (JCPRC-21-273)	6/11/21 (六)	上午 10:00 - 11:30	本中心	幼稚園至初小兒童之家長	15 名	免費	<p>當孩子有情緒行為問題時，你會否感到束手無策？此講座與家長一同探討容易跌入的管教陷阱，及有效正面的管教方法，學習輕鬆管教。</p> <p>*參加此講座之家長可優先報名「教得其樂家長管教小組」(JCPRC-21- 270)</p> <p>*如疫情反覆，講座將改以視像形式 (Zoom) 進行，敬請留意</p> <p>請透過以下連結/QR code/致電中心報名：  <a href="https://forms.gle/2VjNtorU1o5zzwkE7">https://forms.gle/2VjNtorU1o5zzwkE7</a></p>  <p>*截止報名日期: 5/11/2021 下午 4:00</p> <p>*成功中籤者會獲個別通知。</p>	黃姑娘

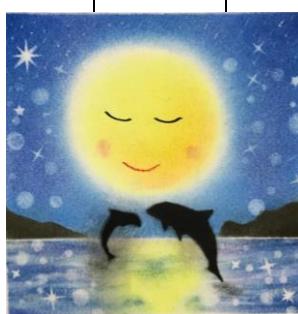
對孩子說出有益的稱讚 A (JCPRC-21-274)	1/12/21 (三)	上午 10:30 - 11:30	本中心	育有 10 歲或以下幼童家長	10 名	\$10	讓家長認識…… 1. 「稱讚」對孩子的好處 2. 「稱讚」的要訣 3. 紿予孩子的指導而不是批評的果效  * 如出席此講座，可獲優先安排參加「親子挪亞聖誕樂」活動(JCPRC-21-322)。 * 成功中籤者將會獲個別通知	歐姑娘
對孩子說出有益的稱讚 B (JCPRC-21-275)	1/12/21 (三)	下午 2:30 - 3:30			10 名	\$10		
中一選校分享會 (JCPRC-21- 276)	15/12 (三)	上午 10:00 - 11:15	本中心	子女將於 2022 年升讀中一之家長	10 名	\$10	透過過來人(子女就讀港島區主流學校之家長)分享，了解他們子女所就讀中學的支援情況及其選校經驗。	歐姑娘
小一預備基礎階--組後家長會 (JCPRC-21- 277)	8/1/22 (六)	上午 10:30 - 12:00	待定	小一預備基礎階組員家長	12 名	免費	1. 總結參加者表現及建議 2. 如何選擇適合的文具	周姑娘
孩子的好奇心與語言關係 A (JCPRC-21-278)	23/3 (三)	上午 10:00 - 11:00	本中心	育有 10 歲或以下幼童家長	10 名	\$10	讓家長認識…… 1. 好奇心與語言關係 2. 語言發展的歷程 3. 如何促進孩子的語言	歐姑娘
孩子的好奇心與語言關係 B (JCPRC-21-279)	23/3 (三)	下午 2:30 - 3:30			10 名	\$10		
認識過度活躍/專注力不足及自閉症的藥物治療 (JCPRC-21-280)	15/3/22 (二)	上午 9:30 - 11:30	本中心	家長會員	15 名	免費	被過度活躍/專注力不足或自閉症影響的孩子或會面對較難處理的情緒行為問題。此講座由精神科醫生講解，讓家長認識藥物治療如何協助有過度活躍/專注力不足或自閉症的孩子、其中會否引起副作用，及其他有關藥物治療的疑問。  講者：精神科曾韋僑醫生	黃姑娘

## D. 家長悠閒工作坊

名稱/編號	日期	時間	地點	對象	名額	費用	內容 / 備註	查詢
韓式豆蓉 裱花蛋糕 (JCPRC- 21-281)	17/12/21 (五)	上午 10:30 - 下午 1:00	本 中 心	家長 會員	6 名	\$120	裱花蛋糕源自韓國，利用豆蓉於蛋糕面上唧上美麗圖案作裝飾，非常流行。活動由經驗家長導師講解及示範豆蓉裱花的技巧，讓參加者輕鬆上手。 - 參加者可在課堂上參與實習，及取回自己製作的 4 件 cup cake 成品。 - 參加者需自備環保袋。 - 最少開班人數為 4 位。 <b>家長義工導師：蕭太</b>	余 姑 娘
蘿蔔糕 工作坊 (JCPRC- 21-282)	19/1/22 (三)	上午 10:30 - 12:30	柴 灣	家長 會員	15 名	\$140	中國人新年最講求糕點，蘿蔔糕絕對是最受歡迎的賀年食品之一。今次透過與“愛傳遞”共同合作，讓家長們在春節的前夕，能夠親自製作並與家人及親友共享這份情懷！ - 參加者有一盆半製成品可取回家中烹調。 - 參加者需自備環保袋。 - 最少開班人數為 10 位。 <b>► 由“愛傳遞”經驗導師講解及示範製作技巧。</b>	余 姑 娘
北方美食 2 (JCPRC- 21-283)	24/3/22 (四)	上午 10:30 - 12:30	本 中 心	家長 會員	6 名	\$80	經驗家長導師講解及示範千層肉酥餅製作。如何由粉搓成皮，餡料製作及烹調技巧。帶大家全面了解製作過程。 - 參加者可在課堂上參與實習，及取回自己製作的成品 3 件。 - 參加者需自備食物盒及環保袋。 - 最少開班人數為 4 位。 <b>家長義工導師：吳太</b>	余 姑 娘
Me Time 小角落 (JCPRC- 21-284)	18/2- 11/3/22 (逢五， 共 4 節)	上午 10:00 - 11:00	筲 箕 灣 *	家長 會員	6 名	\$80	「繁忙、匆忙、健忘」可是您的寫照？讓我們忙裡偷閒，為自己製造一個自我空間，一起聊聊關心的話題、認識大家的興趣、交換一下育兒情報和心得，好好欣賞自己。  <b>*地點正借用中，將稍後通知，敬請留意</b>	周 姑 娘

## E. 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
心靈 加油站 - 小故事、 大道理 (JCPRC- 21-285)	7/12- 14/12/21 及 4/1- 25/1/21 及 22/2- 29/3/21 (週二、 共 12 節)	上午 9:30 - 11:00	本 中 心 及 Z O O M	中心 家長	10 名	\$120 (包粉 彩畫 紙)	<p>在照顧孩子的路上,有時難免會感到疲乏及氣餒,鼓勵你給自己一點安靜的時間,來到這裡聆聽故事,共同探索生活智慧、也許會給你一點啟發,給自己一點滋養,再以柔和的和諧粉彩藝術,用簡單而獨特的手指繪畫技巧,將故事變一幅幅美麗圖畫,讓心靈得以滋潤及得著幸福而和諧的感受。</p> <p>➤ *參加者不需要任何繪畫技巧也可繪出美麗而獨特圖畫</p> <p>➤ *參加者需自備和諧粉彩顏料及用具(中心可代購買,報名後與歐姑娘聯絡)</p> <p><u>備註:</u> *4/1-25/1 及 22/2 課堂將以 ZOOM 進行 *成功中籤者將會獲個別通知。</p>	歐 姑 娘



## F. 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
伸展瑜珈 -A (JCPRC- 21-286)	7/1 - 21/1/22 (逢五、 共 3 節)	上午 10:00 - 12:00	港 島 東 體 育 館	家長 會員	6 名	\$90	日常生活中往往面對不少壓力,活動希望參加者在導師帶領下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。	
伸展瑜珈 -B (JCPRC- 21-287)	11/2 - 25/2/22 (逢五、 共 3 節)	上午 10:00 - 12:00		家長 會員	6 名	\$90	<p><u>備註:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>如 3 組同期報名優先。</li> <li>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。</li> <li>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>	余 姑 娘
伸展瑜珈 -C (JCPRC- 21-288)	4/3- 25/3/22 (逢五、 共 4 節)	上午 10:00 - 12:00		家長 會員	6 名	\$120		



# 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
親子 新年故事 手工班 (JCPRC- 21-289)	22/1 及 29/1/22 (週六、 共 2 節)	下午 3:30 - 4:45	筲 箕 灣 / 柴 灣 *	小一至 小三之 發展障 礙兒童 及 其家長	4 對 親 子	\$80	透過故事讓小朋友認識農曆新年，並 讓家長與小朋友一同製作有關農曆新 年的小手工，互相表達心意及感謝， 增進親子關係!  *活動場地仍借用中，將稍後通知，敬 請留意。  	黃 姑 娘
小一預備 初階 A (JCPRC- 21-290)	19/2- 30/4/22 (逢六， 共 10 節)  (16/4 暫停)	下午 2:30 - 4:30	筲 箕 灣 / 柴 灣 *	將於 9/22 入 讀主流 小一的 發展障 礙兒童	6 名	\$600	本期學習重點： 1. 筆順 2. 抄寫 3. 身體協調及球類活動 4. 照顧及收拾個人物品 5. 文具運用	周 姑 娘
小一預備 初階 B (JCPRC- 21- 291)	19/2- 30/4/22 (逢六， 16/4 暫 停 1 節)	下午 5:00 - 7:00	筲 箕 灣 / 柴 灣 *	將於 9/22 入 讀主流 小一的 發展障 礙兒童	6 名	\$600	➤ 參加者請自備背囊、紙巾及 A4 尺 寸的拉鏈功課袋 ➤ 105 期基礎班組員優先 ➤ *如有空缺將安排新報名兒童進 行甄別，合適者會另獲通知，屆 時才需繳費。  *19/2-15/3/2022 活動場地仍借用中， 將稍後通知；22/3-30/4/2022 將回到中 心進行，敬請留意。	周 姑 娘
Six Bricks 「六色積 木」 (JCPRC- 21-292)	10/3- 31/3/22 (逢四、 共四節)	下午 4:30 - 5:30	本 中 心	8-11 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。參 加者除了進行不同遊戲外，亦需從中 面對適度挑戰，運用不同能力完成活 動。藉以提升參加者在專注、抽象概 念、大小肌肉運動、創造力及短期記 憶力、社交能力等多元發展。	余 姑 娘

跳跳紮 iFloor 小組 (JCPRC- 21- 293)	19/3- 9/4/22 (逢六、 共 4 節)	下午 4:00 - 5:00	本 中 心	小一至 小三之 過度活 躍/專注 力不足 (ADHD) 兒童	5 名	\$60	透過 iFloor 電子互動地板學習系統，讓 兒童在享受有趣活潑的互動活動中，提 升社交及情緒管理技巧。	黃 姑 娘
--	-----------------------------------	-------------------------	-------------	--	--------	------	--	-------------



## 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
我是 小一生 A (JCPRC- 21-294)	3/12/21- 21/1/22 (逢五， 共 6 節) (24/12 及 31/12 暫停)	下午 5:00 - 6:30	筲 箕 灣 / 柴 灣 *	就讀主 流小一 的發展 障礙 兒童	6 名	\$360	本期內容： 中文閱讀理解及英文句式練習 * 中心將於 12 月 1 日個別通知中籤者。  *場地正借用中，將稍後通知，請敬留意。	周 姑 娘
我是 小一生 B (JCPRC- 21-295)	11/2- 18/3/22 (逢五， 共 6 節)	下午 5:00 - 6:30			6 名	\$360	本期內容： 中文標點符號及量詞  *場地正借用中，將稍後通知，請敬留意。	
像青蛙 坐定一靜 觀體驗 (JCPRC- 21-296)	9/12- 16/12 及 30/12- 20/1 (週四， 共 6 節)	下午 4:30 - 5:15	本 中 心	就讀主 流小學 四至六 年級 學童	6 名	\$120	每個人都可以做到靜觀，並透過練習，為 自己帶來不同的好處。 小組藉著正念練習，讓孩子們學會停下 來，呼吸一口氣，提升專注的同時感受一 下此時此刻自己需要的是什麼？  *30/12-20/1 課堂場地正安排中，敬請留意 *成功中籤者將會獲個別通知。	歐 姑 娘
性教育 123 (JCPRC- 21-297)	10/3- 31/22 (週四、 共 4 節)	下午 4:30 - 5:30		6-7 歲 發有特 殊需要 兒童	6 名	\$120	性教育不嫌早！幼童從認識身體開始到 學識保護自己也是性教育的一部份。 活動讓兒童認識人生成長的不同歷程及 身體變化，培養兒童對性教育的正確觀 念。	歐 姑 娘

“小伙子”義工團-A (JCPRC-21- 298)	8/1/22 (六) 課堂篇	上午 12:00 - 1:30	筲 箕 灣	14 歲以上發展 障礙 兒童	6 名	\$100	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 認識義工理論，籌備義工服務具體範圍。</li> <li>- 透過義工訓練及服務，讓義工了解社區的需要，懂得關心社區及回饋社會。</li> <li>- 共同製作小禮物。</li> <li>- 如同時報兩組將獲優先考慮。</li> </ul> 	余 姑 娘		
	22、 29/1/22 (六) 外出篇	上午 9:30 - 1:00	油 塘							
“小伙子”義工團-B (JCPRC-21- 299)	12/3- 26/3/22 (逢六、 共 3 節)	上午 11:00 - 12:30	本 中 心		6 名	\$70				
闖蕩社區-A (JCPRC-21-300)	8/1/22 (六)	下午 3:00 - 6:00	東 涌	14 歲以上發展 障礙 兒童	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設定活動程序，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> <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>- 詳細集散資料開組前會先通知參加者。</li> </ul> <p><b>備註:</b> 外出活動會因應疫情有所變動，敬請留意中心指引及通知。</p>			
闖蕩社區-B (JCPRC-21-301)	22/1/22 (六)	下午 3:00 - 6:00	鯉 魚 門		4 名	\$80				
闖蕩社區-C (JCPRC-21-302)	29/1/22 (六)	下午 3:00 - 6:00	屯 門		4 名	\$80				
社區遊蹤 (JCPRC-21-303)	12/3/22 (六) 課堂篇	上午 11:00 - 12:30	本 中 心		4 名	\$120				
	19/3、 26/3/22 (六) 外出篇	下午 2:30 - 5:30	待 定							

# 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
i-RUN 齊練習 (JCPRC- 21-304)	7/1 及 14/1/22 (週五， 共 2 節)	下午 5:30 - 7:00	本 中 心 及 戶 外	已報名 參加 2022 年 香港特 殊馬拉 松之參 加者	17 名	\$10	集體跑步練習、拉筋，讓學員做好準備 參加馬拉松。  首堂集合地點：本中心門外 集合時間：下午 5:30	歐 姑 娘
齊來 跑一跑 (兒童篇) (JCPRC- 21-305)	18/2 - 25/3/22 (週五， 共 6 節)	下午 5:00 - 6:00	本 中 心 及 戶 外	8-14 歲 發展障 礙兒或 棠棣	6 名	\$30	運動對孩子的好處有很多，對身體的發 展有幫助，還能提高反應、靈敏、平 衡……等。有研究證實，跑步可以有效 增加掌管視覺和聽覺中腦，以及掌管記 憶和學習的海馬迴之腦容量及功能性。  此活動讓參加者學習、練習跑步、拉筋， 並在群體練習中培養對跑步興趣。	歐 姑 娘
齊來 跑一跑 (青年篇) (JCPRC- 21-306)		下午 6:00 - 7:00		15 歲或 以上發 展障礙 兒或 棠棣	8 名	\$30	首堂集合地點：本中心 集合時間：下午 5:00 / 6:00	
籃球隊 C - 比賽組 1-3 月 (JCPRC- 21-307)	8/1- 12/3/22 (週六、 共 9 堂，5/2 暫停)	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	歐 姑 娘
籃球隊 A - 研習組 1-3 月 (JCPRC- 21-308)	8/1- 12/3/22 (週六、 共 9 堂，5/2 暫停)	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 1-2 月 (JCPRC- 21-309)	8/1- 12/3/22 (週六、 共 9 堂，5/2 暫停)	下午 5:30 - 7:00		8 歲以 上發展 障礙兒 童及 棠棣	20 名	\$630		

籃球隊 A 家長組 (JCPRC- 21-310)	8/1- 19/2/22 (週六、 共 6 堂，5/2 暫停)	下午 4:30 - 5:30	愛 秩 序 灣 籃 球 場	參加籃 球 A 班 學員之 家長	20 名	\$30	與家長分享在管教上辛酸、生活健康資訊及練習簡單伸展運動等如：學習簡易穴位按壓、甩手功練習及八段錦練習等，以讓家長照顧好自己亦能鍛鍊身體。	歐 姑 娘
籃球隊 B 家長組 (JCPRC- 21-311)	8/1- 19/2/22 (週六， 共 6 節，5/2 暫停)	下午 6:00 - 7:00		參加籃 球 B 班 學員之 家長	20 名	\$30		
JC足球隊 1-3 月 (JCPRC- 21-312)	2/1-27/3/22 (時間、地點待定) (週日，共 13 節)			8 歲或 以上發 展障礙 兒童及 棠棣	25 名	\$845	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。）  *13/2/2022 將舉行賀歲賽，詳情將稍後公佈  主教練：周 Sir (前香港代表隊及前甲組球員)及一名助教	歐 姑 娘
1-2 月 游泳班 (JCPRC- 21-313)	8/1- 26/2/22 (逢六， 共 7 節) (5/2 暫停)	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	\$2625	-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)	歐 姑 娘
3-4 月 游泳班 (JCPRC- 21-314)	5/3- 30/4/22 (逢六， 共 8 節) (16/4 暫停)				5 名	\$3000		

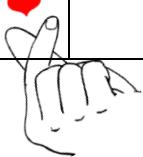
# 兒童 / 青少年興趣班 (音樂 / 藝術)

名稱/編號	日期	時間	地點	對象	名額	費用	內容 / 備註	查詢
Ukulele 夏威夷小結他達人 A (JCPRC-21-315)	7/1-28/1/22 (逢五，共 4 節)	下午 6:15 - 7:00	灣仔 / 柴灣 *	8 歲以上之發展障礙兒童或棠棣	6 名	\$480	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 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，亦可提升參加者對音樂的興趣及自信心。</li> <li>- 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。</li> </ul> <p><u>備註：</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ 參加者需自備 Ukulele 小結他。</li> <li>➤ 參與 105 期之參加者於 20/11/2021 或之前報名將獲優先考慮。</li> </ul> <p>*場地正借用中，將稍後通知，請敬留意。</p>	余姑娘
Ukulele 夏威夷小結他達人 B (JCPRC-21-316)	11/2 - 25/2/22 (逢五，共 3 節)	下午 6:15 - 7:00	灣仔 / 柴灣 *	8 歲以上之發展障礙兒童或棠棣	6 名	\$360		

## 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
親子小農夫 (JCPRC-21-317)	4/12、18/12、8/1、22/1、12/2、26/2、5/3 及 19/3 (週六，共 8 節)	上午 10:00 - 下午 3:00	大埔墟鐵站 A3 出口	14 歲以上青年及家長	8 對	每個家庭 \$400 (自備交通及午餐費用)	<p>一個讓我們接觸大自然的好機會，親嘗一般農務工作，如施肥、下種、澆水、培苗、除草等，親身體驗農夫的辛勞，從而讓我們更學會珍惜今天所擁有的一切。</p> <p>活動除了體驗農夫工作外，每節也會安排不同田園活動如：親子活動、野餐、燒烤及集體遊戲等，以培養親子關係、認識大自然及提升會員間互動及支持。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ 每節活動之交通及膳食由參加者自備</li> <li>➤ 建議帶備勞工手套、圍裙及多帶一套衣服作替換</li> <li>➤ 請備足夠糧水</li> <li>➤ 成功中籤者將會獲個別通知。</li> </ul> <p>*此活動可作「協康會 GOAL 飛運動會」之里數計算。</p>	歐姑娘

<b>智樂遊戲 萬象館 之旅 (JCPRC- 21-318)</b>	5/2/22 (六)	上午 9:45 - 下午 1:00 (逾時 不候)	大 埔 太 和	6-8 歲 發展障 礙兒童 及其 1 名家長	10 對	每對 親子 \$30	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 智樂遊戲萬象館是以日本兒童博物館為藍本，館內設有多項好玩設施，配合優化開放模式，全天候創造自由多變的罕有遊戲空間，讓孩子盡展得更自主、更開心、更安全。</li> <li>- 孩子隨意穿梭 4000 呎好玩空間，玩出意料之外。</li> <li>- 各遊戲區以兒童主導概念設計。</li> </ul> <p><b>集散地點:</b> 港鐵太和站 B 出口 <b>集合時間:</b> 上午 9:40</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ 參加者必須穿著(包裹整個腳掌)襪子。</li> <li>➤ 遊戲區內需佩帶口罩及不准進食。</li> <li>➤ 參加者須穿著輕便服裝。</li> <li>➤ 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。</li> </ul>	余 姑 娘
<b>白色甜蜜 送禮 (JCPRC- 21-319)</b>	12/3/22 (六)	下午 2:00 - 3:15	本 中 心	3-6 歲 發展障 礙之兒 童及其 家長	6 對	每對 親子 \$60	<p>自從小孩出世後，孩子是否逐漸成為家長眼中的唯一？適逢白色情人節，由家長 DIY 手機殼及心意卡，再由孩子包裝禮物，送給生命中重要的另一半。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ 費用包含一個手機殼及心意卡。</li> <li>➤ 請在報名表的備註欄上填寫手機型號。</li> </ul>	李 姑 娘



# 節日家庭活動

名稱/編號	日期	時間	地點	對象	名額	費用	內容 / 備註	查詢
聖誕戶外小派對 (JCPRC-21-320)	24/12/21 (五)	上午 9:30 - 下午 1:00	官塘佐敦谷公園	家庭會員	50 名	\$20/ 大小 同價	<p>佐敦谷是觀塘區最大的公園，提供多元化動態和靜態康樂設施如：四季花園、廣闊大草坪、迷宮花園、兒童遊樂場、溫室及園藝教育中心等多項設施，讓參加者自由遊覽，並於大草坪進親子活動。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ 參加者自備需要的糧水</li> <li>➤ <b>集合及解散地點：</b>賽馬會家長資源中心</li> <li>➤ <b>集合時間：</b>上午 9:30</li> <li>➤ 此活動由 McDull Christmas Tree Charity Sale</li> <li>➤ 此活動可作「協康會 GOAL 飛運動會」之里數計算。</li> </ul>	歐姑娘
社區農莊工作坊 (JCPRC-21-321)	22/12/21 (三)	下午 2:30 - 4:30	柴灣	8-13 歲發展障礙兒童及其家長	10 對	每對 \$350	<p>面對氣候變化、全球糧食不均、食物安全等問題 我們需要尋找一個永續的生活方式。透過天台農莊，認識了解有機耕種、植物的構造、適時作物、播種方法。</p> <p>參加者在導賞員帶領之下嘗試進行插苗、追肥等工作，另每對參加者亦會自行 DIY 製作，將魚菜共生之現代農業技術帶回家中。透過魚菜共生帶出生命教育，引發參加者對「生命」的反思，更能明白人與自然的關係，了解魚菜共生與未來食物供應的聯繫。</p> <p>*此工作坊與 “GREEN SKIES” 共同合作。</p>	余姑娘

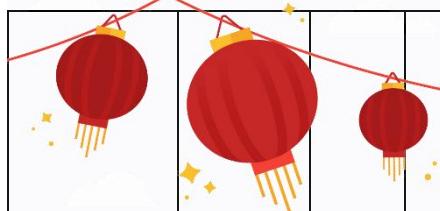
活動地址：柴灣祥利街 17 號 9 樓  
A 室

集合地點：柴灣港鐵站 C 出口

集合時間：下午 2:15



<p>親子挪亞 聖誕樂 (JCPRC- 21-322)</p>	<p>29/12/21 (三)</p>	<p>上午 9:30 - 下午 5:00</p>	<p>馬 灣 挪 亞 方 舟</p>	<p>8 歲或 以上發 展障礙 兒童及 其家長</p>	<p>30 名</p>	<p>\$60/ 大小 同價</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 上午參加體驗式親子活動「我們這一家」，體驗家人間溝通零距離、學習了解與接納、彼此欣賞及尊重。</li> <li>- 下午自由參觀展館及方舟花園</li> <li>- 午餐提供飯盒及紙包飲品</li> <li>- 費用已包括來回交通費、午餐及方舟公園入場費</li> </ul>	<p>歐 姑 娘</p>
				<p>集散地點：賽馬會家長資源中心 集會時間：上午 9:30</p>	<p>備註：  <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ 曾出席本期的「學會對孩子說出有益的稱讚」家長講座可優先安排。</li> <li>➤ 因名額有限，每個家庭<u>最多可申請 4 個名額</u>，敬請見諒。</li> <li>➤ 此活動由 Rainbow Foundation 贊助</li> <li>➤ 此活動可作「協康會 GOAL 飛運動會」之里數計算。</li> </ul> </p>			
<p>齊來 辦年貨 (JCPRC- 21-323)</p>	<p>15/1/22 (六)</p>	<p>上午 9:00 - 下午 5:00</p>	<p>濕 地 公 園 、 流 浮 山</p>	<p>家庭 會員</p>	<p>27 名</p>	<p>\$220 (大小 同價)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 集合後先前往濕地公園自由遊覽。</li> <li>- 中午乘車前往流浮山市集，自由購買當地特產及自費享用午餐。</li> <li>- 餐後前往河上鄉美味棧參觀。</li> <li>- 此活動與采星旅遊合辦</li> </ul> <p>備註：</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-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。</li> <li>-如當日遇無法預計的情況，活動將會取消</li> </ul>	<p>余 姑 娘</p>
							<p>集合地點：賽馬會家長資源中心 集合時間：上午 9:00(逾時不候)</p>	
<p>西貢 新年遊 (JCPRC- 21-324)</p>	<p>12/2/22 (六)</p>	<p>上午 9:30 - 下午 5:00</p>	<p>西 貢</p>	<p>家庭 會員</p>	<p>28 名</p>	<p>每位 \$65/ (大小 同價)</p>	<p>上午乘旅遊車前往西貢焦坑，遊覽獅子會自然教育中心，內設有五個展館和多個戶外特色展區，中午乘旅遊車前往西貢市中⼼自費享用午餐，其後可自由遊覽西貢市中⼼。</p> <p>集合時間：上午 9:30 集散地點：賽馬會家長資源中心</p> <p>*如天文台於當日早上 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>李 姑 娘 、 余 姑 娘</p>



親子新春 大埔遊 (SLP-SB- 21-116)	5/2/22 (六)	上午 9:00 - 下午 5:00	大 埔	輪候或 正接受 於特殊/ 早期/兼 收中心 或到校 服務的 學前階 段兒童 及其一 位照顧 者	15 對	每對 親子 \$75	<p>於筲箕灣乘坐旅遊車前往大埔太和的智樂遊戲萬象館，自由在以日本兒童博物館為藍本的 4000 呎空間玩耍，享用多項好玩亮眼設施；中午自費於區內午膳後，一同步往鐵路博物館，有如穿梭時光隧道，感受舊日鐵路風貌，最後乘搭旅遊車返回筲箕灣解散。</p> <p><b>集合：</b>早上 8:45 於賽馬會中心門外 <b>解散：</b>下午 5:00 於賽馬會中心門外 不設中途站，敬請留意</p> <p>*此活動由顧積善堂慈善基金「吾適學適」社區適應計劃資助，與賽馬會青蔥樂園暨大口環家長資源中心合辦。</p> <p>*參加者請穿著輕便服裝並必須穿著包裹整個腳掌的襪子。</p>	周 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
與義工 有約一 遠足行 (JCPRC- 21-325)	15/1/22 (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 *集合地點：本中心門外 *集合時間：上午 9:30</p>	歐 姑 娘
與義工 有約一 沙灘小子 (JCPRC- 21-326)	19/2/22 (六)	上午 9:30- 3:00	石 澳 沙 灘	8-12 歲 發展障 礙兒童 或棠棣	8 名	\$60 (自備 交通 費/八 達通)	<p>義工姐姐哥哥與兒童一同體驗沙灘集體遊戲、堆沙活動及簡單野餐。</p> <p>*參加者自備足夠飲料 *集合地點：本中心門外 *集合時間：上午 9:30</p>	歐 姑 娘
新春探訪 (JCPRC- 21-327)	19/2/22 (六) 課堂篇	上午 10:00 - 下午 1:00	太 古	14 歲以 上發展 障礙 兒童	6 名	\$80 (自備 交通 費/八 達通)	<p>在新春期間進行探訪活動，為他們送上關懷與祝福一同慶祝春節。</p> <p>-透過義工探訪活動，讓參加者了解社會上其他群體的需要及發揮助人互愛精神，為有需要人士送上關懷及祝福。</p>	余 姑 娘

	26/2/22 (六) 外出篇						<p>-外出篇當日參加者之家長可一同出席探訪活動。</p> <p>-外出活動資料，會在課堂篇內詳細講解。</p> <p>*外出活動會因應疫情有所變動。</p> <p>*曾參加“小伙子義工團”之會員優先。</p>	
Hello! My Friend (JCPRC- 21-328)	13/11, 11/12/21 (週六, 共 2 節)	上午 10:30 - 11:30	本 中 心	6-11 歲 發展 障礙 青少年  (特別 適合就 讀主流 小學之 兒童)	10 名	免費	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 認識不同語言、國籍朋友</li> <li>- 學習與人相處、溝通</li> <li>- 建立較長期之友際關係</li> <li>- 學習並嘗試運用簡單之英語溝通</li> </ul> <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、帶領。</p>	黃 姑 娘

