

## 協康會粉嶺家長資源中心

### 活動快訊



### ！！中心消息！！

- 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，機構已制定了相關之防疫措施，詳情請看「聯合通告」，請會員留意及配合。「★」的標誌為當課程未能以實體進行，將轉為網上視像(如 zoom)進行，請各位留意！
- 中心玩具借還服務於 10/11/2021 (三)恢復正常！

### 活動推介

#### 協康 GOAL 飛運動會

<< 詳細請參閱「聯合通告」之 QR code>>

本中心以下標誌「◎」之活動可計算協康 GOAL 飛運動會-運動里數

「◎」FLPRC-21-00236	悠山玩水考毅力 (105 期活動)
「◎」FLPRC-21-00248	天空之鏡半天遊
「◎」FLPRC-21-00251	家長瑜伽班 A
「◎」FLPRC-21-00252	家長瑜伽班 B
「◎」FLPRC-21-00286	兒童乒乓球班
「◎」FLPRC-21-00289	兒童 Kick-Boxing 班
「◎」FLPRC-21-00295	足球小將
「◎」FLPRC-21-00296	足球訓練班



# 家長天地

## 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	情緒篇 (FLPRC- 21-00183)	9/12/21 (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	如何教導自閉兒童認識情緒。 <b>備註：</b> <b>1.上期已報名者無需再報名</b> <b>2.如以支票付款，請為此活動開一張獨立支票</b>	洗 姑 娘
	學習篇 (FLPRC- 21-00237)	24/2/22 (四)				20 名	\$10	如何提升自閉症兒童學習的主動性	
學前 兒童 家長 加油 站	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。 <b>備註：</b> <b>1.上期已報名者無需再報名</b> <b>2.如以支票付款，請為此活動開一張獨立支票</b>	
	寫字篇 (FLPRC- 21-00242)	13/1/22 (四)				20 名	\$10	分享提升兒童書寫能力的方法。	
	字形 結構篇 (FLPRC- 21-00243)	10/3/22 (四)				20 名	\$10	分享教導兒童中文字形結構及形旁部首的方法。	
	家長 資源 加油 站	爸媽手機 攝影班 (FLPRC- 21-00244)	12/1- 23/2/22 (逢三， 共 4 節) (26/1 及 9/2 暫停)	上午 10:00 - 11:00	家長 會員	6 名	\$80	小朋友成長過程特別快，每半年有些微的變化，每個階段都活潑可愛，搞笑動人，善用手機拍攝功能，為自己的小朋友留下最甜美的回憶。 <b>如何將珍貴的相片或短片整成一份份「流心」回憶？</b> <b>如何將「流心」回憶備份存檔都是學問。一份份的「流心」回憶，讓家庭增添更多的幸福笑聲。</b>	Don Sir
	如何與孩 子玩遊戲 (FLPRC- 21-00245)	14/1- 11/2/22 (逢五， 共 4 節) (4/2 暫停)	上午 10:00 - 11:30		4-12 歲 兒童之 家長	7 名	\$80	遊戲是什麼？如何透過與孩子遊戲建立良好的親子溝通？學習利用日常生活物資製作小玩意，與孩子一起愉快學習。	曾 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	專注玩一番家長篇 (FLPRC-21-00246)	25/2-18/3/22 (逢五，共4節)	上午10:00-11:30	粉嶺家長	4-12歲兒童之家長	7名	\$80	感覺統合是什麼？如何於日常生活中與孩子一起進行練習，提升專注？小組中一起學習不同感官遊戲，與孩子一起學習。	曾姑娘
	家長手藝坊 (FLPRC-21-00247)	3/3、17/3及24/3/22 (逢四，共3節)	上午10:00-11:00	資源中心	學前家長會員	6名	\$150 (包材料費)	小組鼓勵家長自己踏出第一步 DIY 製作玩具，因為每個孩子都十分喜歡擁有會製造玩具及遊戲的父母。  「一雙襪子加雙眼和嘴巴，放在手上可變成手偶。」如果家長可以在日常生活中，嘗試運用眼前看到的一事一物，利用想象及發揮創作出不同玩具，要與孩子玩得快樂，其實可以很簡單。	紅姑娘

## B. 社交活動/家長小組

	名稱/編號	日期	時間	地點	對象	名額	費用	內容 / 備註	查詢
家長俱樂部	◎ 天空之鏡 半天遊 (FLPRC-21-00248)	10/3/22 (四)	上午 10:30 - 下午 1:00	粉嶺流水響	家長會員	7 名	\$10 (車費自備)	上午乘坐小巴前往流水響，步行約 1.5 小時行山徑，沿途可欣賞「天空之鏡」特色之風景，活動完結後返回港鐵粉嶺站解散。 <b>集合時間及地點：</b> <b>上午 10:30 港鐵粉嶺站 C 出口</b> <b>備註：當日聯絡電話：9286 5744</b>	曾姑娘
家長增值教室	★ 活學小學 英文文法 (FLPRC-21-00249)	7/1-25/3/22 (逢五，共 10 節) (4/2、11/2 暫停)	上午 9:30 - 10:45	就讀主流小學兒童之家長	20 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： 英文看圖寫作及 HKAT 題型訓練 ◆ 分享看圖寫作及英文 HKAT 題型，解說不同的題型特點，教授相關的英文答題技巧。 導師：陳永基先生	洗姑娘
	★ 小學中文速成班 (FLPRC-21-00250)	上午 11:00 - 下午 12:15	20 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：中文詞句昇華及 HKAT 題型訓練 ◆ 教授相關的中文詞句昇華技巧，分享不同年級的中文 HKAT 題型，解說不同的題型特點和答題技巧。 導師：凌浩琳小姐		洗姑娘	

## C.家長興趣班/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 瑜伽班 A (FLPRC- 21-00251)	11/1- 29/3/22 (逢二， 共 10 節) (1/2、8/2 暫停)	上午 9:30- 10:45	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：何潔嫻女士	常 姑 娘
◎ 家長 瑜伽班 B (FLPRC- 21-00252)		上午 10:45 - 12:00			7 名	\$600	<b>備註：</b> 1. 參加者需穿著輕便衣服 2. 上期參加者優先	
家長 抒壓 水彩畫班 (FLPRC- 21-00253)	13/1- 7/4/22 (逢四， 共 11 節) (10/2 暫停)	上午 10:00 - 11:30		家 長 會 員	7 名	\$1485	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 <b>備註：</b> 1. 水彩畫材料可向導師購買 2. 上期參加者優先	



## 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一FUN (FLPRC- 21-00254)	14/1、21/1、 18/2、25/2、 11/3 及 18/3/22 (逢五， 共 6 節)	下午 4:15 - 5:15	粉 嶺 家 長 資 源 中 心	5-6 歲 兒童	6 名	\$240	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。  <b>備註：</b> 新生優先抽籤	紅 姑 娘
專注小奇兵 (FLPRC- 21-00255)	15/1、22/1、 19/2、26/2、 12/3 及 19/3/22 (逢六， 共 6 節)	上午 11:30 - 中午 12:30		4-5 歲 兒童	6 名	\$240	透過聽覺、視覺及相關的遊戲去提升兒童的專注力，從中亦會訓練兒童的與人溝通及合作技巧。  <b>備註：</b> 新生優先抽籤	



# 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 III (FLPRC-21-00256)	14/1-25/3/22 (逢五，共9節) (4/2、11/2暫停)	下午4:30-5:30	粉嶺家長資源中心	就讀K3之家兒童及一名家長	4 對親子	\$450	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。 <b>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</b>	洗姑娘
小跳豆訓練小組 (FLPRC-21-00257)	15/1-26/3/22 (逢六，共9節) (5/2、12/2暫停)	上午10:30-11:30	粉嶺家長資源中心	2-3 歲兒童及一名家長	3 對親子	\$360	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。 <b>備註：「未接受社署資助的學前服務」兒童優先抽籤</b>	
社交遊戲室 (FLPRC-21-00258)	12/1-23/3/22 (逢三，共8節) (19/1、2/2、9/2暫停)	下午4:30-5:30		2-3 歲兒童及一名家長	4 對親子	\$320	以不同的主題，配合不同形式的互動遊戲，讓幼兒學習輪候、分享、合作等社交技巧。	
小精靈遊戲小組 (FLPRC-21-00259)	13/1-24/3/22 (逢四，共9節) (3/2、10/2暫停)	下午4:30-5:30		4-5 歲兒童及一名家長	4 對親子	\$360	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。 <b>備註：「未接受社署資助的學前服務」兒童優先抽籤</b>	

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
兒童情緒與同理心 (FLPRC-21-00260)	18/1-22/2/22 (逢二，共4節) (1/2及8/2暫停)	上午10:00-11:30	粉嶺家長資源中心	家長會員	6名	\$60	<p>透過個案討論、分享、體驗活動及練習，讓家長瞭解其子女的情緒反應及其所表達的感受，與子女體現同理心，並協助家長改善其子女的情緒表達方式及培養調節情緒的能力。</p> <p>內容：</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ 兒童的情緒發展</li> <li>➤ 情緒發展與成長的關係</li> <li>➤ 了解兒童的内心感受、情緒反應</li> <li>➤ 培養調節情緒的能力</li> <li>➤ 「同理心」教育</li> </ul> <p>備注：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 此乃多元平行小組，兒童<u>必須同時</u>報名「童心同理」、「童心同行」小組。</li> <li>2. 參加者由社工篩選。報名後，社工將聯絡安排組前面談。</li> </ol>	張姑娘
童心同理 (FLPRC-21-00261)	22/1-19/2/22 (逢六，共4節) (5/2暫停)	下午4:00-5:00	就讀 <u>小一至小四</u> 的主流學校學生	6名	\$160	透過不同的體驗活動、遊戲、情境練習及角色扮演等，讓兒童認識不同的情緒，培養同理心，學習合適的情緒表達方法，培養調節情緒的能力。	<p>備注：</p> <p>此乃多元平行小組，家長<u>必須同時</u>報名「兒童情緒與同理心」、「童心同行」小組。</p>	
童心同行 (FLPRC-21-00262)	26/2-19/3/22 (逢六，共4節)	下午4:00-5:00	就讀 <u>小一至小四</u> 的主流學校學生及其家長	6對親子	\$160	透過不同的體驗活動、情境練習及組內實習，增加家長瞭解其子女的情緒反應及内心感受，實習正面回應子女的情緒需要，鼓勵家長與子女培養合適的情緒表達方法，以協助家長改善其子女的情緒表達方式及培養調節情緒的能力。	<p>備注：</p> <p>此乃多元平行小組，不能單獨報名。</p>	

「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)，上期出席率達 80%之參加者，今期方可獲優先。

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-21-00263)	7/1-25/3/22 (逢五，共 10 節)  (4/2、11/2 暫停)	下午 3:30 - 4:30	粉嶺家長資源中心	就讀主流小學小三至小四之學生	8 名	\$950	今期內容： Comprehension(閱讀理解)、 Multiple choice(選擇題)、 Fill in the blank(填充)、 Long questions(長答)	洗姑娘
★ 多文體英文全攻略 C (FLPRC-21-00264)		下午 4:45 - 5:45		就讀主流小學小一至小二之學生	8 名	\$950	今期內容： Comprehension(閱讀理解)、 Multiple choice(選擇題)、 Fill in the blank(填充)、 Long and Short questions(長答及短答)	
★ 多文體英文全攻略 A (FLPRC-21-00265)		下午 6:00 - 7:00		就讀主流小學小五至小六之學生	8 名	\$950	今期內容： Comprehension(閱讀理解)、 Multiple choice(選擇題)、 Fill in the blank(填充)、 Long questions(長答)	

**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)，上期出席率達 80%之參加者，今期方可獲優先。

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-21-00266)	7/1-25/3/22 (逢五，共 10 節)  (4/2、11/2 暫停)	下午 3:30 - 4:30	粉嶺家長資源中心	就讀主流小學小一至小二之學生	8 名	\$950	今期內容： 句子結構、句式運用、 重組句子、續句/造句練習、 排句成段	洗姑娘
★ 中文閱讀策略班 A (FLPRC-21-00267)		下午 4:45 - 5:45		就讀主流小學小五至小六之學生	8 名	\$950	今期內容： 不同文體的特點及閱讀策略、 答題技巧、綜合練習	
★ 中文閱讀策略班 B (FLPRC-21-00268)		下午 6:00 - 7:00		就讀主流小學小三至小四之學生	8 名	\$950	今期內容： 記敍文(記事、記人、記物)題型及答題技巧	

**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。**

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- 21-00269)	5/1- 23/3/22 (逢三， 共 10 節) (2/2、9/2 暫停)	下午 4:30 - 5:30	粉 嶺 家 長 資 源	就讀 主流 小一 之 兒童	4 名	\$1100	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) <b>備註：此為連續性之課程，曾參加期聽說讀寫學英文之兒童優先</b>	洗 姑 娘
小一 適應班 (FLPRC- 21-00270)	15/1- 26/3/22 (逢六， 共 9 節) (5/2、 12/2 暫停)	下午 1:45 - 3:45	中 心	升讀 主流 小一 之 兒童	2022 年 6 名	\$900	讓兒童學習遵守課室常規、完成習作、抄寫家課冊，並提升朋輩互助、和洽相處等社交技巧。 <b>備註：</b> <b>1. 此為連續性之課程，參加今期小組之兒童優先</b> <b>2. 請自備文具、小食袋及水樽。</b>	洗 姑 娘



## 單元/小組天地

名稱/編號	日期	時間	地點	對象	名額	費用	內容 / 備註	查詢
親子 雪糕杯 黏土 (FLPRC- 21-00271)	08/1/22 (六， 共 1 節)	上午 10:45 - 11:45	粉 嶺 家 長 資 源 中 心	5-10 歲 兒童或 棠棣 及其家長	7 對 親 子	導師 費: 收取 每位 參加 者 \$95 (已 包括 材料 費 \$20)	透過黏土製作，教授掌握基本握控、搓、捏、雕等立體雕塑的基本技巧，體驗利用超輕黏土及波波膠，混合小配件親子合力製作出 1 件立體西瓜北極熊雪糕杯黏土手工藝品。  導師:林詠詩老師 (Ms Joey) (持相關專業證書及曾任教多間社會服務中心)	常 姑 娘
親子賀年 中國畫 (FLPRC- 21-00272)	08/1/22 (六， 共 1 節)	中午 12:00 - 下午 1:15		5-10 歲 發展障礙 兒童或 棠棣及 其家長	7 對 親 子	導師 費: 收取 每位 參加 者 \$95 (已 包括 材料 費 \$20)	教授中國畫簡單執筆方法、水墨濃淡、色彩對比變化、水墨畫工具及顏色用詞，加深水墨認識。  親子一起筆落以傳統水墨附加色彩，在精美已裝裱掛畫直接繪畫，製作成 1 幅賀年掛畫。  導師:林詠詩老師 (Ms Joey) (持相關專業證書及曾任教多間社會服務中心)	常 姑 娘

名稱/編號	日期	時間	地點	對象	名額	費用	內容 / 備註	查詢
社交遊樂場 (FLPRC-21-00273)	11/1-22/3/22 (逢二，共 9 節) (1/2 及 8/2/22 暫停)	下午4:30 - 5:30	粉嶺家長資源中心	6-10 歲兒童就讀特殊學校優先	6名	\$360	於小組透過不同元素社交遊戲讓兒童學習輪侯及情緒表達，加強社交溝通能力。	曾姑娘
專注玩一番 (FLPRC-21-00274)	14/1-25/3/22 (逢五，共 10 節) (4/2/22 暫停)	下午5:45 - 6:45		7-11 歲兒童	6名	\$400	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-21-00275)	15/1-26/3/22 (逢六，共 10 節) (5/2/22 暫停)	下午4:30 - 5:30		8-14 歲兒童	7名	\$200	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。 <b>備註：舊團員優先</b>	曾姑娘
孩子有理 -- 兒童為本遊戲治療 (FLPRC-21-00276)	18/1-22/3/22 (逢二，共 8 節) (1/2 及 8/2 暫停)	下午4:15 - 5:15 (根據兒童情況，時長 45 分鐘至 1 小時)		3-7 歲有情緒困擾的兒童	1名 (由社工甄選)	\$480	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。  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。	紅姑娘
							<b>有意報名的家長請於報名時向中心索取「資料搜集表格」，並於報名截止日前遞交；再由社工甄選及個別約見面見，成功取錄後才需要繳費。</b>	

名稱/編號	日期	時間	地點	對象	名額	費用	內容 / 備註	查詢
桌上遊戲王 (FLPRC-21-00277)	20/1-17/3/22 (逢四，共7節) (6/2、13/2暫停)	下午4:30-5:30	粉嶺家長資源中心	7至10歲兒童	6名	\$280	體驗考驗腦力及新奇的桌面遊戲，學習遵守遊戲規則，加強社交能力，透過遊戲讓兒童學習輸贏，並從中提升個人自信心。	常姑娘
小童軍團 (FLPRC-21-00278)	22/1-19/3/22 (逢六，共7節) (8/2、15/2暫停)	下午2:30-3:30		5至8歲兒童	8名	\$140	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。  備註：舊團員優先。	常姑娘

## 青少年活動

名稱/編號	日期	時間	地點	對象	名額	費用	內容 / 備註	查詢
青年自理學堂 (FLPRC-21-00279)	14/1-18/3/22 (逢五，共6節) (28/1、4/2、25/2及4/3暫停)	下午6:00-7:00	粉嶺家長資源中心	小五至中三主流學校青年	6名	\$240	青少年隨著歲月成長，需要學習自理生活，有主見，判斷能力，金錢價值觀， <b>養成良好的生活習慣，提升日常生活解難能力。</b>  学着独立 	Don Sir
剪走失落碎片 (FLPRC-21-00280)	15/1-19/3/22 (逢六，共6節) (29/1、5/2、26/2及5/3暫停)	下午4:00-5:00		14歲以上就讀主流學校青少年	6名	\$240	日常生活總會有錯折，失落的情緒常會徘徊大腦，透過手機拍攝剪片， <b>認識多角度思考，培養正面樂觀角度，學習放鬆心情。</b>  	Don Sir
朋友‘義’號之領袖訓導 (FLPRC-21-00281)	15/1-19/3/22 (逢六，共6節) (29/1、5/2、26/2及5/3暫停)	下午6:00-7:00		小五至中三主流學校青年	6名	\$240	領袖訓練小組，提升自信心，增加抗逆能力固然重要，更重要是人際關係，透過活動遊戲， <b>認識人與人關係的重要性，讓青年可以有愉快的學校生活。</b>  	Don Sir

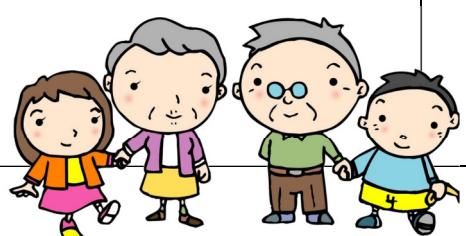
名稱/編號	日期	時間	地點	對象	名額	費用	內容 / 備註	查詢
成長的天空 @個人自理篇 (FLPRC-21-00282)	15/1-19/3/22 (逢六, 共 7 節) (29/1、5/2、26/2 及 26/3/22 暫停)	上午 10:00 - 11:00	粉嶺家長資源中心	10 歲以上就讀特殊學校青少年	7 名	\$280	學習簡單家務及認識個人儀容，提升個人自理能力及獨立性。	曾姑娘
青年俱樂部 (FLPRC-21-00283)	15/1-26/3/22 (逢六, 共 10 節) (5/2/22 暫停)	下午 2:00 - 3:00		10 歲以上就讀主流學校青少年	6 名	\$400	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
青年社交網路 (FLPRC-21-00284)	22/1-19/3/22 (逢六，共 7 節) (5/2、12/2 暫停)	中午 11:45 - 下午 12:45		10 歲以上就讀主流青少年	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-21-00285)	29/1(六) 、 26/2(六) 及 26/3/22 (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	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。 <b>備註: 舊組員優先</b>	曾姑娘

備註:

- 此活動與『耆鄰網北區「耆鄰大使」健康計劃』合作
- 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



# 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
◎ 兒童 乒乓球班 (FLPRC- 21-00286)	7/1- 1/4/22 (逢五， 共 11 節) (4/2、11/2 暫停)	下午 6:00- 7:00	上水保榮路體育館	8 歲以上兒童	6 名	\$660	<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><b>備註:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>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。</li> <li>家長須陪同參加者<b>自行前往</b> 上水保榮路體育館 乒乓球室集合，並在場館內看顧子女。</li> <li>如以支票付款，請為此活動開一張獨立支票</li> <li><b>上期參加者優先</b></li> </ol>	常姑娘
★ 兒童 非洲鼓班 (FLPRC- 21-00287)	8/1- 2/4/22 (逢六， 共 11 節) (5/2、12/2 暫停)	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> <p><b>備註: 上期參加者優先</b></p>	
★ 專注 小結他班 (FLPRC- 21-00288)	8/1- 2/4/22 (逢六， 共 11 節) (5/2、12/2 暫停)	上午 10:30 - 11:30		6 歲以上兒童	8 名	\$1100	<p>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，訓練專注及小手肌能力。</p> <p>導師:資深音樂導師馬楚城先生 (Martin 哥哥)</p> <p><b>備註: 上期參加者優先</b></p> <p><b>Ukulele 可向導師購買\$320。</b></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 Kick-Boxing 班 (FLPRC-21-00289)	8/1-2/4/22 (逢六，共 11 節) (5/2、12/2 暫停)	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	\$880	<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><b>備註：</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>與以馬內利體適能協會合辦。</li> <li>參加者可向導師訂購制服。</li> <li>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。</li> <li>家長須陪同參加者<u>自行前往</u>體育館集合，並在館內看顧子女。</li> <li>於上水龍琛體育館活動室上課。</li> <li>上期參加者優先。</li> </ol>	常姑娘娘
親子鋼琴個別教授 A 班 (FLPRC-21-00290)	12/1-6/4/22 (逢三，共 11 節) (2/2、9/2 暫停)	下午 3:15 - 5:45	粉嶺家長資源中心	5 歲以上兒童及一名家長	5 對親子	\$1870	<p>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。</p> <p><b>備註：</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>中心最終以抽籤決定上課時間</li> <li>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</li> <li>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</li> <li>參加者只可報名參加 A、B、C 班其中一班</li> <li>新生於第一堂上課時需向導師購買琴譜</li> <li>上期參加者優先</li> </ol>	
親子鋼琴個別教授 B 班 (FLPRC-21-00291)	13/1-7/4/22 (逢四，共 11 節) (3/2、10/2 暫停)					\$1870		
親子鋼琴個別教授 C 班 (FLPRC-21-00292)	14/1-8/4/22 (逢五，共 11 節) (4/2、11/2 暫停)					\$1870		



名稱/編號	日期	時間	地點	對象	名額	費用	內容 / 備註	查詢
★ 幼兒 粉彩畫班 (FLPRC- 21-00293)	12/1- 6/4/22 (逢三， 共 11 節) (2/2、 9/2 暫停)	下午 4:30- 5:30	粉嶺 家長 資源 中心	4 - 6 歲 兒童	7 名	\$990	<p>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。</p> <p>導師：黃潔賢小姐 - Chabelo Art Studio 畫室資深導師</p> <p><b>備註：</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>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)</li> <li>如有需要，可自行預備保護畫衣</li> <li><b>上期參加者優先</b></li> </ol>	常 姑 娘
☺ 青年 籃球班 (FLPRC- 21-00294)	15/1- 2/4/22 (逢六， 共 10 節) (5/2、 12/2 暫停)	上午 9:00- 10:00	粉嶺 和興 體育館	10 歲 或以上 兒童	15 名	\$800	<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><b>備註：</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>請穿著輕便衣服及運動鞋，並自備水樽、籃球。</li> <li>參加者需<b>自行前往</b>上課地點，活動於和興體育館籃球場上課</li> <li><b>上期參加者優先</b></li> </ol>	
☺ 足球小將 (FLPRC- 21-00295)	21/1- 18/3/22 (逢五， 共 7 節) (4/2 及 11/2 暫停)	下午 5:20- 6:20	祥華 邨 足球場	8 至 11 歲 兒童	10 名	\$525	<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><b>備註：</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>請穿著輕便衣服及運動鞋，並自備足球及水樽。</li> <li>參加者需自行前往祥華邨足球場。</li> <li><b>上期參加者優先</b></li> </ol>	
☺ 足球 訓練班 (FLPRC- 21-00296)		下午 6:20- 7:20		12 歲 或以上 兒童	14 名	\$525		

# 家庭活動

粉嶺中心

活動/ 編號	日期	時間	地點	對 象	名 額	費 用	內容 / 備註	查詢
假日農莊樂 (BOC-SEN-21-00003)	23/1/22 (日)	上午 9:30 - 下午 5:30	上水假日農場	3 歲或以上家庭成員	28 名	每位 \$60 (大小同價、午餐自備)	<p>於中心乘坐旅遊車前往上水假日農場，參與農場內遊玩設施，包括田園生態漫遊、農耕體驗場、人力車、小泰山、磨豆及舂米、玩沙樂、優閒吊床樂、滾軸攀爬、星球大戰、氹氹轉、人力碰碰車等。中午於場內自行野餐(<b>自備食物或於場內自行購買</b>)。下午進行親子創意焗麵包活動，享受親子時光，完成後可帶製成品回家。</p> <p><b>集合/解散時間及地點：逾時不候</b> <b>上午 9:30 粉嶺家長資源中心</b> <b>下午 5:30 港鐵粉嶺站</b></p> <p><b>備註：</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>此活動由「中國銀行(香港)」贊助；</li> <li>參加者表示同意有關活動照片將用作公開宣傳之用；</li> <li>如以支票付款，請為此活動開獨立支票；</li> <li>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；</li> <li>當天聯絡電話：6273 0226</li> </ol>	張姑娘、燕姑娘
捐助機構 Funded by :								
山卡拉打卡遊 (FLPRC-21-00297)	20/3/22 (日)	上午 9:30 - 下午 5:00	格仔山、牛棚藝術村	4 歲以上家庭會員	28 名	每位 \$60 (大小同價、午餐自費)	<p>由樂富步行到富配水庫休憩花園，行山全程來回約 1.5 小時，到達休憩花園進行團體遊戲、打破會員之間互動，以及增加親子關係。</p> <p>於樂富午膳後，到「牛棚藝術村」參觀，將舊時牛畜屠房改建藝術村，參觀藝術展覽，欣賞懷舊鋪瓦的屋頂、紅磚平房，最合適影相打卡的家庭。</p> <p><b>集合/解散時間及地點：逾時不候</b> <b>上午 9:30 粉嶺家長資源中心</b> <b>下午 5:00 港鐵粉嶺站</b></p> <p><b>備註：</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>每個家庭有 2 張 4R 家庭相片</li> <li>當天聯絡電話：6273 0226</li> </ol>	Don sir、楊姑娘

# 節日特備活動

名稱/編號	日期	時間	地點	對象	名額	費用	內容 / 備註	查詢
吾學 吾「適」 第一擊 (SLP-SB- 21-00114)	23/12(四) 及 28/12/21 (二) (共 2 節)	上午 10:00 - 下午 1:00	粉嶺家長資源中心及戶外	8-13 歲 兒童	12 名	\$20 (包括 所有 交通 費、 入場 費及 購物 費用 等)	<p>透過親身體驗，包括：寄信、購物、看電影、乘搭交通工具等，增加兒童對社區的認識，提升兒童適應社區的能力。</p> <p><b>第一擊活動</b></p> <p><b>23/12 又到聖誕</b>：寄聖誕咭、買聖誕禮物(交換禮物)</p> <p><b>28/12 日日運動身體好</b>：打保齡球</p> <p><b>第二擊活動</b></p> <p><b>29/12 娛樂活動樂無窮</b>：看電影</p> <p><b>30/12 知識寶庫博物館</b>：參觀火車博物館</p>	張姑娘、鄭姑娘、燕姑娘
吾學 吾「適」 第二擊 (SLP-SB- 21-00115)	29/12(三) 及 30/12/21 (四) (共 2 節)				12 名	\$20 (包括 所有 交通 費、 入場 費及 購物 費用 等)	<p><b>備註：</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>此活動由「顧積善堂慈善基金」贊助；</li> <li>參加者表示同意有關活動照片將用作公開宣傳之用；</li> <li>如以支票付款，請為此活動開獨立支票；</li> <li>參加者只能報名其中一項活動，不能同時報名兩項活動；</li> <li>參加者須有基本理解及自控能力進行外出活動；</li> <li>請穿運動鞋參與活動，並自備背囊、飲料及雨具等。</li> <li>活動時間有可能因應當天所進行之活動而提早開始或延遲結束，以課堂公報為準。</li> </ol> <p><b>捐助機構 Funded by :</b></p>  <p>Koo's Giving Charitable Foundation 顧積善堂慈善基金</p>	

名稱/編號	日期	時間	地點	對象	名額	費用	內容 / 備註	查詢
聖誕 繽紛樂 (FLPRC- 21-00298)	23/12(四) 、 28/12(二) 、 29/12(三) 及 30/12/21(四) (共 4 節)	上午 10:0- 11:00	粉嶺家長 資源中心	6-9 歲 兒童	7 名	\$160	透過製作聖誕小手工、認識聖誕故事及參與集體遊戲，齊齊歡度聖誕。	曾姑娘
聖誕 「唱」遊 (FLPRC- 21-00299)		上午 10:00- 11:00		4-6 歲 兒童	6 名	\$ 160	以不同形式的音樂律動遊戲及歌曲，提升兒童對音韻及節拍的敏感度，從而提升兒童的聆聽專注及動作協調能力。	紅姑娘
開心 大綜藝 (FLPRC- 21-00300)		上午 11:30- 中午 12:30		5-7 歲 兒童	6 名	\$160	透過不同形式的社交遊戲，讓兒童體驗與朋輩玩耍的樂趣，並學習遵守遊戲規則，及正面面對輸贏的態度，提升兒童社交技巧。	冼姑娘
聖誕廚王 (FLPRC- 21-00301)		下午 12:00 - 下午 1:00		8 至 11 歲 兒童	6 名	\$200 (包 材料 費)	親手製作簡單美食，一起認識各種食材，從中學習輪侯、收拾及步驟的技巧。  <b>備註：請自備圍裙及食物盒</b>	常姑娘
聖誕手工 3D 相 (FLPRC- 21-00302)		下午 1:30- 2:30		12 歲 以上 就讀 主流 學校 青少年	6 名	\$160 (包 材料 費)	聖誕是一個開心的日子，如何用相片製作立體相?要將自己的相片製作立體相成本非常低， <b>一齊來認識朋友及製作 3D 相。</b>	Don Sir
聖誕 小擂台 (FLPRC- 21-00303)		下午 2:30- 3:30		10-14 歲 兒童	7 名	\$160	透過一系列專注小遊戲，訓練兒童專注記憶，加強聆聽及合作溝通能力。	曾姑娘
恐龍 研究室 (FLPRC- 21-00304)		下午 3:00- 4:00		8 至 11 歲 兒童	6 名	\$160	每堂以恐龍為主題，認識不同品種恐龍，透過小組討論、場景故事及創作，增強自信力及表達能力，提升社交能力。	常姑娘
U Beauty (FLPRC- 21-00305)		下午 3:00- 4:00		小三 至 小六 主流 學校 學生	6 名	\$ 200 (包 材料 費)	儀容指人的外觀、外貌。在人際交往中，每個人的儀容都會引起別人的關注，並影響對方對自己的整體評價。  青少年對個人形象、衛生等很多事情都未理解，小組透過學習有關青少年「基本儀容管理」學習，從小建立良好的整潔習慣。	紅姑娘

名稱/編號	日期	時間	地點	對象	名額	費用	內容 / 備註	查詢
青年手遊生涯戰 (FLPRC-21-00306)	23/12(四) 、 28/12(二) 、 29/12(三) 及 30/12/21(四) (共 4 節)	下午 4:00- 5:00	粉嶺家長資源中心	中三主流中學以上	6 名	\$160	青年人 10 個有 8 個都喜歡玩手機遊戲，透過玩手機遊戲認識自己的職業特性，了解自己適合什麼工作種類，從而為將來選擇合適科目，踏出生涯規劃第一步。	Don Sir
寫前遊戲多多 FUN (FLPRC-21-00307)		下午 4:30- 5:30		3.5-5 歲兒童及家長	4 對親子	\$160	透過不同的小肌肉訓練活動，提升兒童手眼協調及視覺專注能力，為寫字作好預備。	冼姑娘
聖誕童軍派對 (FLPRC-21-00308)	24/12/21 (五)	上午 11:00- 下午 12:30		1125 旅小幼童軍成員	16 名	\$40	小幼童軍成員一起參與聖誕派對，於派對內一起進行集體遊戲及幸運大抽獎，加強彼此間之認識，齊齊歡度聖誕。	曾常姑姑娘娘
同樂迎新年派對 (FLPRC-21-00309)	31/12/21 (五)	上午 11:00- 下午 12:30		2-6 歲兒童及一名家長	8 對親子	\$50	透過不同的遊戲活動，讓兒童學習與人合作及分享等的社交技巧，並參與幸運大抽獎，齊齊共渡一個歡樂的除夕倒數派對。	紅冼姑姑娘娘
童樂高 Goal Let's go (FLPRC-21-00310)	31/12/21 (五)	下午 3:30- 下午 5:00		7-15 歲兒童	16 名	\$100	於派對內進行不同 Lego® 遊戲、分組活動及共同創作 Lego® 模型等，讓兒童學習與人共同遊戲，加強兒童社交溝通及與人協作的能力，並啟發兒童創意。其後一同訂定新年目標，進行 Lego® 小禮物大抽獎，歡渡除夕。	冼張姑姑娘娘、Don sir

