

# 協康會粉嶺家長資源中心

## 活動快訊



### 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
學前兒童家長加油站	小一選校篇 (FLPRC-24-00181)	7/9/24 (六)	上午 11:00 - 12:30	粉嶺家長資源中心	6歲以下兒童之家長	20名	\$10	透過分享，加強家長對香港教育制度(融合教育及特殊學校)的認識，協助家長為子女選取合適的學校。 內容： ➢ 香港現行的教育制度 ➢ 小一選校程序 ➢ 融合教育與校本支援模式之現況 ➢ 特殊學校的架構及學位安排	嘉雯姑娘
	寫字篇 (FLPRC-24-00182)	18/10/24 (五)	上午 10:30 - 12:00					要預備孩子學寫字，要先了解學寫字所需的基礎條件。講座會介紹寫前準備的策略及提昇寫字技巧的方法。	
自閉譜系兒童家長支援小組	六色積木社交篇 (FLPRC-24-00183)	15/11/24 (五)	上午 10:30 - 12:00		6歲以下自閉譜系兒童之家長	10名	\$10	分享如何透過六色積木提昇兒童社交技巧，例如輪流、聆聽、分享、妥協、解難等。	嘉雯姑娘



	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	升中面面觀家長會 (FLPRC-24-00184)	26/9/24 (四)	上午 10:30 - 中午 12:00	粉嶺家長資源中心	子女就讀小五至小六之家長	10名	\$10	升中前，家長除了應付孩子的成績外，還有什麼要注意?由工作人員分享升中前家長準備，學習如何加強兒童面試能力及注意事項，為準備升中的家長打打氣。	曾姑娘
	升中家長分享會 (FLPRC-24-00185)	31/10/24 (四)	上午 10:30 - 中午 12:00		子女升讀中一主流學校之家長	15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



## B. 家長關顧系列活動:

本中心回應家長需要，舉辦一系列家長活動，讓平日忙碌的你關顧自己身・心・靈及精神健康需要，讓身心靈充充電，活出精彩的人生！

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 A (FLPRC-24-00186)	17/9-10/12/24 (逢二，共 12 節) (1/10 暫停)	上午 9:30-10:45	粉嶺家長資源中心	家長會員	9名	\$900	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、蹲坐、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  <b>備註：</b> 參加者需穿著輕便衣服 上期參加者優先。	常姑娘
家長瑜珈班 B (FLPRC-24-00187)		上午 10:45-12:00			9名	\$900		
青少年照顧者減壓小組 (FLPRC-24-00188)	26/9-24/10/24 (逢四，共 4 節) (3/10 暫停)	上午 10:30 - 11:30		家長會員	6名	\$80	處於青春期的青少年，照顧者在照顧時常會面臨壓力和緊張情緒。尤其是在處理他們的教育和未來發展方向時。需要建立良好溝通模式，同時學習一些減壓的方法，以緩解照顧過程中產生的壓力。	Don Sir



名稱/ 編號	日期	時間	地點	對象	名額	費用	內容 / 備註	查詢
融和活力 大埔北 計劃 - 連融包· 陪住您 (FLPRC- 24-00189)	2/10- 23/10/24 (逢三， 共 4 節)	上午 10:30- 12:30	粉嶺 家長資源中心	家長會員	10 名	\$20	家長在促進子女的情緒健康及協助他們面對壓力或情緒問題時，擔當十分重要的角色。愛孩子的同時，別要忘了愛自己。透過小組訓練、義工服務、愛心茶聚等活動，彼此分享及交流促進家長身心健康介入手法和技巧，學習關懷自己及他人，從而提升自我情緒健康。	彭姑娘、曾姑娘
職·繫家庭 家長小組 I (FLPRC- 24-00190)	7/11- 5/12/24 (逢四、 共 4 節) (28/11 暫停)	上午 10:30 - 11:30		家長會員	6 名	\$80	新學年到來，學業負擔增加。青少年家庭常為他們職業發展煩惱，同時面臨各種家庭問題，生活更多磨擦。讓家長了解工作類型，並協助青少年及早生涯規劃，幫助他們順利成長。這能使青少年家庭更好管理問題，家庭變得更和諧。	Don Sir
家長 遊樂園 (FLPRC- 24-00191)	28/11/24 (四)	上午 10:30 - 中午 12:00		家長會員	10 名	\$220 (包 材料 費、 保齡 球場 費用 及午 膳)	<p><b>派對小食 DIY</b></p> <p>於中心學習製作兩款簡單派對小食：<b>腸仔麵包卷及小熊棒棒糖</b>，完成後可於家中與子女一起製作，體驗親子樂趣。</p> <p><b>備註：請自備餐盒</b></p>	曾姑娘
	19/12/24 (四)	上午 10:00 - 下午 2:30	沙田 富豪 保齡 球場				<p><b>保齡球鬆一鬆</b></p> <p>集合後乘坐小巴前往沙田富豪保齡球場一起打保齡球，中午於沙田瀝源邨商場酒樓享用午餐，輕鬆一下。</p> <p><b>集合 / 解散時間及地點：</b> 上午 10:00 / 下午 2:30 港鐵沙田站 A1 出口</p> <p><b>備註：</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <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：9619 0192</li> </ol>	

## C. 同心家長會「自閉症關注組」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
中醫養生好介紹 (SWD-HHPA2023-FLPRC-24-00180)	6/11/24 (三)	上午 10:30 - 中午 12:00	粉嶺家長資源中心	同心家長會會員	18名	先到先得 \$10	作為照顧者，平日生活忙碌，身體容易疲憊，因此特邀請註冊中醫師講解穴位按摩理論及技巧，並讓參加者即場體驗，齊齊舒緩疲勞。	王姑娘
社區資源齊探索 (SWD-HHPA2023-FLPRC-24-00178)	5/12/24 (四)	上午 10:00 - 中午 12:00	星星堂 (葵興)	同心家長會會員	20名	額滿即止 \$25 (包茶點)	參觀由 2 位育有特殊需要子女的家長創辦的社企，了解社企的運作及聘用 SEN 青的情況，並由創辦人分享她們照顧有特殊需要子女到創立社企的心路歷程，讓家長們知道更多支援途徑及社區資源。  <b>【敬請準時，逾時不候】</b> 集合 / 解散時間及地點： 上午 9:40 / 中午 12:00 葵興港鐵站  備註： 1. 請自備飲料 2. 當天聯絡電話：96190192 3. 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	王姑娘、曾姑娘



## 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
社交溝通交享樂 (FLPRC-24-00192)	12/10-23/11/24 (逢六，共 6 節) (2/11 暫停)	下午 2:30-3:30	粉嶺家長資源中心	5-7 歲兒童	5 名	\$240	在這個團隊中，你將有機會參與各種有趣的活動和遊戲。我們將舉辦團隊建設活動、益智遊戲、角色扮演和挑戰任務等，以促進團隊合作、溝通和問題解決能力，獲得寶貴的團隊合作經驗，與其他成員建立起深厚的友誼，並一同克服各種挑戰。	謙 sir
社交小達人 (FLPRC-24-00193)	15/10-19/11/24 (逢二，共 6 節)	下午 4:30 - 5:30	粉嶺家長資源中心	4-5 歲兒童	4 名	\$240	透過有趣的互動社交遊戲及集體活動，讓兒童在輕鬆的環境下學習不同的社交技巧，如主動表達、觀察、輪候等，有助提升兒童的社交溝通能力。  備註：「未接受社署資助的學前服務」兒童優先抽籤	嘉雯姑娘
專注大本營 (FLPRC-24-00194)	19/10-23/11/24 (逢六，共 6 節)	上午 10:00 - 11:00	粉嶺家長資源中心	4-6 歲兒童	5 名	\$240	透過各種專注力遊戲及活動，讓兒童在小組鞏固及進一步提升對專注的自覺性、決心與實際能力，從而增強個人的自尊心及自信心。	彭姑娘





# 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 (FLPRC-24-00195)	4/10-22/11/24 (逢五，共 7 節) (11/10 暫停)	下午 4:30 - 5:30	粉嶺家長資源中心	就讀 K3 之兒童及一名家長	4 對親子	\$350	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。 	嘉雯姑娘
小跳豆訓練小組 (FLPRC-24-00196) 	19/10-23/11/24 (逢六，共 6 節)	上午 10:00 - 11:00		2-4 歲兒童及一名家長	4 對親子	\$240	藉著與日常生活有關的主題，以多元化的遊戲形式，提升幼兒聆聽指令、專注、輪候及與人相處的技巧，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	

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

名稱/編號	日期	時間	地點	對象	名額	費用	內容 / 備註	查詢
中文偵探團 (FLPRC-24-00197)	13/9-13/12/24 (逢五，共 12 節) (11/10 及 8/11 暫停)	下午 4:00 - 5:00	粉嶺家長資源中心	升讀主流小二至小三之學生	8 名	\$1152	針對初小學生，提升學習中文的興趣和能力。 本期內容：閱讀理解、句子結構、關聯詞、修辭方法、看圖寫作 導師：鄧駿暉（駿暉哥哥）資深傳媒工作者 	嘉雯姑娘
數學偵探團 (FLPRC-24-00198) 		下午 5:05 - 6:05		升讀主流小二至小四之學生	8 名	\$1152	透過遊戲和練習，培養兒童對數學的興趣，提升解讀和處理文字題能力。 本期主題：小數、四則運算、四邊形、綜合練習 導師：鄧駿暉（駿暉哥哥）資深傳媒工作者	
全方位中文學習班 (FLPRC-24-00199) 		下午 6:10 - 7:10		升讀主流小四至小六之學生	8 名	\$1152	透過不同類型教材練習，增強學生聽、說、讀、寫能力。 本期內容：閱讀理解、排句成段、重組句子、古文初接觸 導師：鄧駿暉（駿暉哥哥）資深傳媒工作者	

備註：1. 上期的組員出席率達 80%，今期可獲優先報名。  
2. 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
聽說讀寫學英文 B (FLPRC-24-00200)	4/9-18/12/24 (逢三, 共 12 節)	下午 3:45-4:45	粉嶺家長資源中心	就讀主流學校 K3 至小一學生	6 名	\$1152	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)	嘉雯姑娘
聽說讀寫學英文 A (FLPRC-24-00201)	(18/9、23/10、30/10 及 27/11 暫停)	下午 4:50-5:50		就讀主流學校小二至小四學生	6 名	\$1152		
小一適應班預備篇 (FLPRC-24-00202)	19/10-23/11/24 (逢六, 共 6 節)	下午 2:00 - 3:00		2025 年升讀主流小一之學生	6 名	\$240	透過活動及遊戲,增強兒童不同技能,例如收拾書包、抄寫手冊,認讀詞彙、建立群體生活等,使之更獨立地應付日後需要,為未來升小一做足準備。	

## 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
#童遊半日營 (FLPRC-24-00203)	28/9/24 (六)	上午 9:00 - 下午 4:00	西貢戶外康樂中心	8-12 歲兒童 <b>1125 旅小及幼童軍團成員優先</b>	14 名	\$80 (包膳食費及車費)	一起參與營內設施及集體遊戲,並於營內享用午膳,加強參加者的互相認識,訓練獨立能力及擴闊社區接觸。 <b>集合 / 解散時間及地點:</b> 上午 9:00 / 下午 4:00 粉嶺家長資源中心 <b>備註:</b> 1. 此活動由康文署贊助 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。 3. 當天聯絡電話: <b>9619 0192</b>	曾姑娘、常姑娘
情緒小管家 (FLPRC-24-00204)	2/10-4/12/24 (逢三, 共 9 節) (13/11 暫停)	下午 4:30 - 5:30	粉嶺家長資源中心	6-10 歲兒童 <b>就讀特殊學校優先</b>	6 名	\$360	透過不同社交遊戲讓兒童學習輪候及情緒表達,培養參加者正確表達情緒,提昇社交溝通能力。	曾姑娘
感知樂園 (FLPRC-24-00205)	4/10-6/12/24 (逢五, 共 9 節) (11/10 暫停)	下午 5:45 - 6:45	粉嶺家長資源中心	6-10 歲兒童	6 名	\$360	透過不同感官體驗遊戲,訓練參加者手眼協調及專注力,提升兒童學習能力。	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
幼童軍團 (FLPRC-24-00206)	5/10-7/12/24 (逢六，共 9 節) (26/10 暫停)	下午 4:30 - 5:30	粉嶺家長資源中心	8-14 歲兒童	8 名	\$180	每期學習不同生活技能及團呼練習，提升團員獨立學習能力及合作精神。 <b>備註：舊團員優先</b> 	曾姑娘
情緒小英雄 (FLPRC-24-00207)	10/10-21/11/24 (逢四，共 6 節) (31/10 暫停)	下午 4:15-5:15		6-8 歲兒童	6 名	\$240	幫助組員學會應對壓力、表達情感，建立積極的心態和健康的心理狀態。透過豐富多樣的遊戲、藝術創作、角色扮演和團隊合作等方式，引導孩子探索情緒的世界、辨認情緒，並學會運用有效的情緒管理策略，讓他們進一步了解自己，培養情緒智商。  	謙 sir
「球來球往」 社交小組 (FLPRC-24-00208)	12/10-23/11/24 (逢六，共 6 節) (2/11 暫停)	上午 11:30-12:30		6-8 歲兒童	4 名	\$240	在這個小組中，你將有機會參與各種令人振奮的球類活動，讓你與其他組員一同磨練技藝，提升球技水平。不論你是新手還是有經驗的球員，這個小組將提供適合各個級別的活動，讓你盡情享受運動的樂趣。 	謙 sir
社交桌遊天地 (FLPRC-24-00209)	17/10-28/11/24 (逢四，共 7 節)	下午 4:30 - 5:30		6-8 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-24-00210)	18/10-29/11/24 (逢五，共 7 節)	下午 4:15 - 5:15		5-8 歲兒童	6 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。 <b>備註：舊團員優先。</b> 	
專注大比拼 (FLPRC-24-00211)	19/10-30/11/24 (逢六，共 7 節)	上午 11:30 - 中午 12:30		7-9 歲兒童	6 名	\$280	玩不同有趣專注及社交遊戲，遊戲當中訓練兒童的視覺、聽覺及持續專注力，其次提升其社交能力，從中學習互相合作。	
解難偵探團 (FLPRC-24-00212)	26/10-14/12/24 (逢六，共 6 節) (2/11 及 30/11 暫停)	下午 4:30-5:30		7-10 歲兒童	6 名	\$240	你將面對各種有趣且具挑戰性的問題。我們將舉辦謎題解答活動、智力遊戲、創意挑戰和迷宮探險等，讓你在思考問題、尋找解決方案的過程中，發揮你的洞察力、創造力和團隊合作能力。 	謙 sir



# 社區合作活動

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
協康會長幼『融』『義』行 (FLPRC-24-00213)	26/10/24 (六)	上午 9:00 - 下午 3:00	香港中文大學	10 歲以上就讀主流學校青少年 (舊組員優先)	7 名	\$120	新年度開始，今次與長者義工一起外出活動，參觀中文大學賽馬會氣候變化博物館，認識地球氣候變化及環保生活，透過遊覽中大未圓湖，認識湖內特色植物及昆蟲。中午於中大飯堂內一起自費享用午餐，齊齊感受校園氣氛。 <b>集合 / 解散時間及地點：</b> 上午 9:00 / 下午 3:00 港鐵粉嶺站東海堂 <b>1.請自備八達通及午膳費</b> <b>2.當天聯絡電話：9619 0192</b>	曾姑娘
	30/11/24 (六)	上午 10:00 - 11:00	粉嶺家長資源中心				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。	
	14/12/24 (六)							

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

## 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
青年鬆一 Zone (FLPRC-24-00214)	5/10-7/12/24 (逢六，共 8 節) (26/10 及 30/11 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	8 名	\$320	透過團體任務遊戲讓青年學習與朋輩合作，訓練參加者解決問題能力，提昇社交思考溝通。 	曾姑娘
青年 Teen 地 (FLPRC-24-00215)	5/10-7/12/24 (逢六，共 9 節) (26/10 暫停)	下午 2:00 - 3:00		10 歲以上就讀主流學校青少年	6 名	\$360	於小組參與不同形式的活動，學習如何理解別人的想法，提昇社交思考溝通，讓青年一起享受朋輩相處，加強社交溝通技巧。 	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
青春時期 (社交) (FLPRC-24-00216)	12/10-7/12/24 (逢六、共 6 節) (26/10、2/11 及 30/11 暫停)	下午 11:30 - 12:30	粉嶺家長資源中心	小六至中三青少年	6 名	\$240	青春期間伴隨生理變化和情緒波動。青少年在追求群體認同時，也會經歷興奮、失落、擔憂等情緒。透過遊戲及分享有助青少年認識情緒、建立健康人際關係。	Don Sir
青年 Y Channel (FLPRC-24-00217)	12/10-7/12/24 (逢六、共 6 節) (26/10、2/11 及 30/11 暫停)	下午 6:00 - 7:00		中二至中六主流學校青少年	6 名	\$240	在同輩交流中建立開放、尊重的環境，讓每個人都能感受到被細心聆聽和真誠尊重。通過有效的溝通交流，可以促進青年人的人際關係不斷提升。	Don Sir
中學生心靈補習社 (FLPRC-24-00218)	18/10-6/12/24 (逢五、共 6 節) (1/11 及 29/11 暫停)	下午 6:00 - 7:00		中二至中六主流學校青少年	6 名	\$240	新學年到來，中學生面臨學業壓力、同學關係及前路迷惘，影響情緒低落。透過主題分享活動，有助中學生以彼此了解、暢談交流並給予支持，建立一個充滿正能量的學習生活環境。	Don Sir
誰是 K 王歌唱比賽 (FLPRC-24-00219)	27/10/24 (日)	上午 10:00-下午 3:00		13 歲或以上青年	12 名	\$150 (費用已包午餐、獎品及獎狀等)	<p>很喜歡唱歌? 很想表演? 很想一展歌喉? 咁就要快 D 報名參加啦! 大家一齊玩、一齊 FUN!</p> <p><b>【敬請準時，逾時不候】</b></p> <p>集合 / 解散時間及地點： 上午 10:00 / 下午 3:00 尖東港晶中心 Neway CEO</p> <p>備註： 1. 請自備飲料 2. 當天聯絡電話：96190192 3. 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>	王姑娘、實習社工

# 兒童興趣班

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
兒童乒乓球班 (FLPRC-24-00220)	13/9-13/12/24 (逢五，共 13 節) (11/10 暫停)	下午 6:00 - 7:00	上水保榮路體育館	8 歲以上兒童	6 名	\$1040	<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>體育館 乒乓球室集合，並在場館內看顧子女。</li> <li>今期重新抽籤，<b>沒有</b>舊生優先。</li> </ol>	常姑娘
青年籃球班 (FLPRC-24-00221)	14/9-14/12/24 (逢六，共 14 節)	上午 9:00 - 10:00	粉嶺和興體育館	10 歲或以上兒童	10 名	\$1260	<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><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>體育館上課</li> <li>今期重新抽籤，<b>沒有</b>舊生優先。</li> </ol>	
兒童非洲鼓班 (FLPRC-24-00222)	14/9-7/12/24 (逢六，共 13 節)	下午 4:00 - 5:00	粉嶺家長資源中心	4 歲以上兒童	8 名	\$1560	<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:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>今期重新抽籤，<b>沒有</b>舊生優先。</li> </ol>	
專注小結他班 (FLPRC-24-00223)	14/9-7/12/24 (逢六，共 13 節)	下午 5:00 - 6:00		6 歲以上兒童	8 名	\$1560	<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:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li><b>Ukulele 可向導師購買: \$350</b></li> <li>今期重新抽籤，<b>沒有</b>舊生優先。</li> </ol>	

名稱/編號	日期	時間	地點	對象	名額	費用	內容 / 備註	查詢
親子鋼琴 個別教授 A 班 (FLPRC- 24-00224)	25/9- 11/12/24 (逢三， 共 12 節)	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	\$2280	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。  <b>備註：</b> 1. 中心最終以抽籤決定上課時間 2. <u>請於報名表上註明所選擇時段：</u> <u>3:15、3:45、4:15、4:45、5:15</u> 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 6. 今期重新抽籤， <u>沒有</u> 舊生優先。	常姑娘
親子鋼琴 個別教授 B 班 (FLPRC- 24-00225)	19/9- 12/12/24 (逢四， 共 13 節)				\$2470			
親子鋼琴 個別教授 C 班 (FLPRC- 24-00226)	20/9- 13/12/24 (逢五， 共 12 節) (11/10 暫停)				\$2280			
幼兒粉彩 畫班 B (FLPRC- 24-00227)	25/9- 4/12/24 (逢三， 共 11 節)	下午 3:30- 4:30	粉嶺家長資源中心	4 - 6 歲兒童	7 名	\$1265	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  <b>備註：</b> 1. 新生需於第一堂向導師繳材料費\$65，材料包括:粉彩一盒，畫簿一本。 (上期參加者可只買畫簿\$20、粉彩\$35 或畫袋\$10) 2. 如有需要，可自行預備保護畫衣 3. 今期重新抽籤， <u>沒有</u> 舊生優先。	常姑娘
幼兒粉彩 畫班 A (FLPRC- 24-00228)		下午 4:30- 5:30			7 名	\$1265		
幼兒粉彩 畫班 C (FLPRC- 24-00229)	24/9- 3/12/24 (逢二， 共 10 節) (1/10 暫停)	下午 4:30- 5:30			4 - 6 歲兒童	\$1150		



名稱/編號	日期	時間	地點	對象	名額	費用	內容 / 備註	查詢
初級 兒童競技 體操班 (FLPRC- 24-00230)	26/9- 5/12/24 (逢四， 共 11 節)	下午 4:30- 5:30	粉嶺 家長 資源中心	4 - 10 歲 兒童	6 名	\$1375	課程適合兒童體驗學習，設有跳躍、跑跳、翻滾、平衡、韻律、柔軟、鍛鍊大肌肉的靈活性及力量等。 導師：Kelly Wong 老師  <b>備註：</b> 1. 穿舒適運動服上課 2. 完成課程及通過考試合格者，可申請中國香港體操總會（銅星/銀星/金星）證書；共 3 個級別。 3. 上期參加者優先。	常 姑 娘
足球小將 (FLPRC- 24-00231)	20/9- 22/11/24 (逢五， 共 9 節) (11/10 暫停)	下午 5:20- 6:20	祥 華 邨 足球場	8 - 11 歲 兒童	10 名	\$720	由資深足球曾教練教授足球知識、運球、傳球、組織進攻、防守和射球的技巧，團隊合作精神、促進兒童的大肌肉小肌肉發展及身體協調能力。 導師：曾教練	
足球 訓練班 (FLPRC- 24-00232)		下午 6:20 - 7:20		12 歲 或 以上 兒童	14 名	\$720	<b>備註：</b> 1. 請穿著輕便衣服及運動鞋，並自備足球及水樽。 2. 參加者需自行前往祥華邨足球場。 3. 今期重新抽籤， <u>沒有</u> 舊生優先。	

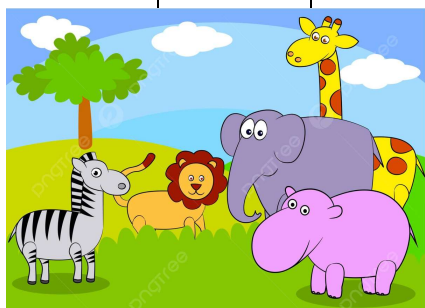


## 家庭活動

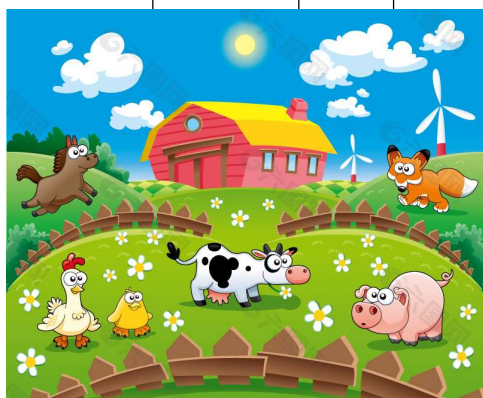
名稱/編號	日期	時間	地點	對象	名額	費用	內容 / 備註	查詢
親子營地 一日遊 (FLPRC- 24-00233)	20/10/24 (日)	上午 9:00 - 下午 5:00	烏 溪 沙 青年新村	家庭 會員 (家長 及 4 歲 或 以上 成員)	26 名	每位 \$170 (大 小同 價、 包午 餐及 車費)	一起參與營內設施及集體遊戲，並於營內享用午膳，享受自然樂趣並促進家庭關係，認識更多新朋友，加深親子互動，增進家庭情感和建立難忘回憶。  <b>【敬請準時，逾時不候】</b> 集合/解散時間及地點： 上午 9:00/下午 5:00 粉嶺家長資源中心  <b>備註：</b> 1. 請自備雨傘、防曬、防蚊用品及足夠飲料品，並穿著輕便衣服及運動鞋 2. 當日聯絡電話:9619 0192	謙 sir、 楊 姑 娘



名稱/編號	日期	時間	地點	對象	名額	費用	內容 / 備註	查詢
中文大學 遊蹤暨 塔門風箏 之旅 (FLPRC- 24-00234)	10/11/24 (日)	上午 9:30 - 下午 6:30	中文大學、塔門	家庭會員 (家長及 4歲以上成員)	30名	每位 \$30 (大小 同價、 參加者 需自行 準備來 回馬料 水及塔 門的渡 輪費 用)	<p>遊覽中文大學「天人合一」湖、百萬大道等景點，體驗大學生活，感受人文氣息與文化精神的底蘊。及後前往塔門，於無邊際的海景及草地上野餐、放風箏、玩遊戲，一起享受親子樂，釋放平日生活壓力之餘，也能親身探索自然環境，發掘生活樂趣。（凡參加兒童可獲贈一個精美風箏）</p> <p><b>【敬請準時，逾時不候】</b> 集合 / 解散時間及地點： 上午 9:30 / 下午 6:30 港鐵大學站</p> <p>備註： 1. 午餐可自備或於中大 / 塔門餐廳自費 2. 請自備防雨，防蚊用品及工具，足夠的飲品，並穿著輕便衣服及運動鞋 3. 當日聯絡電話：9619 0192 4. 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>	嘉雯姑娘、常姑娘
港島 玩樂遊 (FLPRC- 24-00235)	24/11/24 (日)	上午 9:00 - 下午 5:00	山頂廣場、香港動植物公園	4歲以上家庭會員	50名	每位 \$30 (大小 同價) (午餐 自費)	<p>早上於中心乘坐旅遊車，前往山頂由姑娘帶領漫遊盧吉道欣賞風景，中午於山頂廣場內自費午膳，午膳後前往香港動植物公園，參觀園內特色鳥類、猴子及花卉，最後乘坐旅遊車返回港鐵粉嶺站解散。</p> <p><b>【敬請準時，逾時不候】</b> 集合 / 解散時間及地點： 上午 9:00 粉嶺家長資源中心 下午 5:00 港鐵粉嶺站</p> <p>備註： 1. 當天聯絡電話：9619 0192 2. 參加者須穿著輕便衣服及運動鞋。 3. 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。 4. 此活動由康文署贊助</p>	曾姑娘、燕姑娘



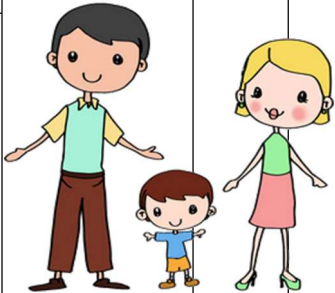



名稱/編號	日期	時間	地點	對象	名額	費用	內容 / 備註	查詢
假日農場 x 奇趣生物全接觸 (FLPRC-24-00236)	8/12/24 (日)	上午 9:45- 下午 3:45	假日農場	家庭會員 (家長及4歲或以上成員)	26名	每位 \$240 (大小同價、包入場費、交通費及午餐費)	<p>假日農場位於上水大隴坑村，是一個集自然教育和有綠色文化於一身的有機農場。場內活動十分多元化，活動可調動靜皆宜。在動的方面，大家可以玩紅船、農耕體驗場、獨木橋等。想有靜態活動的體驗？農場亦有田園生態漫遊，小朋友可以參與餵飼小動物，亦可以享受釣魚樂，齊來給小朋友製造美好童年回憶！</p> <p><b>【敬請準時，逾時不候】</b>  <b>集合/解散時間及地點：</b>            上午 9:45/下午 3:45            粉嶺家長資源中心</p> <p><b>備註：</b>            1. 請自備雨傘、防曬、防蚊用品及足夠飲料，並穿著輕便衣服及運動鞋            2. 當日聯絡電話:9619 0192            3. 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>	彭姑娘、常姑娘
聖誕 3D 相親子手工藝 (FLPRC-24-00237)	21/12/24 (六)	下午 2:30 - 4:30	粉嶺家長資源中心	照顧者津貼計劃家庭成員	12名	每位 \$80 (大小同價及包材料費)	<p>聖誕節是普天同慶的節日，照顧者透過參與遊戲和親子手工製作的活動，建立更深厚的聯繫。同時，照顧者可以認識更多其他家庭，互相分享經驗和建議，讓彼此的照顧者家庭可以互相支持。</p>	Don Sir、謙 Sir
親子輕鬆 長洲遊 (FLPRC-24-00238)	22/12/24 (日)	上午 8:30 - 下午 6:30	長洲	家庭會員 (家長及4歲或以上成員)	25名	每位 \$200 (大小同價，費用包括長洲西園入場費及雞蛋仔製作費用，船費自備)	<p>趁著星期日，一家大小一齊暢遊長洲、一齊到西園玩集體遊戲及製作雞蛋仔，一齊渡過一個開開心心既假日！</p> <p>名額有限，想參加就盡快報名啦！</p> <p><b>【敬請準時，逾時不候】</b>  <b>集合 / 解散時間及地點：</b>            上午 8:30 /下午 6:30            粉嶺家長資源中心</p> <p><b>備註：</b>            1. 請自備防曬、防雨、防蚊等用具及足夠飲料            2. 請穿著輕便服裝            3. 當天聯絡電話：96190192            4. 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>	王姑娘、實習社工





# 節日特備活動

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
親子 平行小組 - 家長組 (FLPRC- 24-00239)	21/12(六) 、 24/12(二) 、 27/12(五) 及 28/12/24 (六) (共 4 節)	上午 10:30 - 11:30	粉嶺家 長資 源中 心	5-10 歲兒 童之 家長	6 名	\$80	<b>家長組：親子溝通方程式</b> 除了養育和教導外，父母更是孩子的玩伴、保護者、好朋友等。隨著孩子成長，父母的角色也會變化，小組透過不同的主題活動，希望增加對孩子的了解，建立親密的親子關係，讓家長繼續成為孩子重要的安全堡壘。  <b>備註：參加者之子女需同時報名兒童組：社交溝通有妙法</b>	彭 姑 娘
親子 平行小組 - 兒童組 (FLPRC- 24-00240)				5-10 歲 兒童	6 名	\$80	<b>兒童組：社交溝通有妙法</b> 透過不同社交遊戲、模擬情境等，讓兒童在互動有趣的活動中，學習主動運用適合的語言及社交技巧與人溝通合作，豐富更多語言溝通的技能，提升社交技巧。  <b>備註：參加者之家長需同時報名家長組：親子溝通方程式</b>	嘉 雯 姑 娘
聖誕 大派對 (FLPRC- 24-00241)		24/12/24 (二)  下午 3:00- 4:30		7-12 歲 兒童	15 名	\$60	一起參與聖誕派對，於派對內進行集體遊戲、小食分享、製作小手工及幸運大抽獎，齊齊歡度聖誕。  <b>備註：1125 旅小童軍及幼童軍成員優先</b>	曾 姑 娘 、 常 姑 娘
聖誕黏土 專注家 (FLPRC- 24-00242)		24/12(二) 、 27/12(五) 及 28/12/24 (六) (共 3 節)		6-10 歲 兒童	6 名	\$120	我們將提供各種形狀、大小和顏色的黏土，讓小朋友盡情發揮想像力和藝術才華。我們將舉辦黏土塑造比賽、聖誕主題設計和製作聖誕飾品，讓你在創作的過程中，感受到聖誕的喜悅與創造力的樂趣。透過這些活動，你將能夠與其他成員一同交流心得、分享技巧，並互相啟發，創作出獨一無二的聖誕黏土作品。  	謙 sir
聖誕 小奇兵 (FLPRC- 24-00243)		中午 12:00 - 下午 1:00		6-10 歲 就讀 特殊 學校 兒童	6 名	\$120	每節進行集體遊戲及製作聖誕小手工，讓兒童認識聖誕節慶祝活動，提昇兒童社交溝通。  	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
聖誕大比拼 (FLPRC-24-00244)	24/12(二)、 27/12(五) 及 28/12/24 (六) (共 3 節)	中午 12:00 - 下午 1:00	粉嶺家長資源中心	7-10 歲兒童	6 名	\$120	鬥智鬥力，齊過愉快聖誕節！每堂玩不同的集體及競技遊戲，提升兒童團體及合作性，促進他們與朋輩相處及社交的技巧。	常姑娘
遊戲學社交 (FLPRC-24-00245)		下午 2:30-3:30		7-11 歲兒童	6 名	\$120	我們相信遊戲是一個極具互動性和娛樂性的平台，同時也是學習社交技巧的絕佳工具。在這個小組你將參與各種多人遊戲，如角色扮演遊戲、團隊競技遊戲和問答遊戲等。透過遊戲的互動性，與其他成員進行合作、討論策略、解決問題，同時也能夠學習到如何表達自己的意見、聆聽他人的觀點和建立良好的團隊合作關係。	謙 sir
初青交流會 (FLPRC-24-00246)		下午 2:00-3:00		照顧者計劃家庭成員 (小五至中一學生)	6 名	\$120	小五至中一學生是學業發展的關鍵階段，學業壓力可能會增加。學生可以透過認識情緒管理，結識更多知心朋友，並積極學習社交技巧，尋找互相支持的同輩。	Don Sir
青年聖誕遊戲院 (FLPRC-24-00247)	27/12(五) 及 28/12/24 (六) (共 2 節)	下午 5:00-6:30		中三至中六主流學校青少年	6 名	\$80	通過觀看探討善惡抉擇等深層次議題的電影，並進行分享和討論，可以幫助青少年培養正確的價值觀，拓寬思維視角，增強同理心，並激發他們運用批判性思維分析問題。	Don Sir
聖誕社交小精靈 (FLPRC-24-00248)		下午 3:00-4:00		4-6 歲兒童	5 名	\$80	小組透過社交活動及合作遊戲，協助兒童在不同社交環境下學習分享、合作、處理衝突等社交技巧，從而建立合宜的社交行為，提升與人相處的技巧。	彭姑娘
解難冒險家 (FLPRC-24-00249)		下午 3:30-4:30		8-12 歲兒童	6 名	\$80	透過歷奇遊戲，於小組中學習與組員解決問題及進行任務，提升參加者團體合作精神。	曾姑娘
親子運動會 (FLPRC-24-00250)		下午 4:00-5:00		3-5 歲兒童及一名家長	4 對親子	\$80	透過不同體能用具，進行親子及集體遊戲，藉以提升兒童動作協調能力及社交技巧等。	嘉雯姑娘
聖誕廚王 (FLPRC-24-00251)		下午 4:45 - 6:00		8-12 歲兒童	6 名	\$110	教授兒童製作簡單小食，一起分享品嚐各種食物，從中學習輪侯、收拾及整理的技巧，培養他們珍惜食物。 請自備圍裙及食物盒	常姑娘