



明愛堅道社區中心

Caritas Community Centre - Caine Road

環聲

2022年5-6月通訊

本季活動及課程由

4月19日開始公開接受報名

(特別註明之活動或課程除外)



社區動態	1
服務回顧	6
活動推介	8
兒童活動	03-10
青少年活動	11-16
家庭活動	17-26
義工招募	28
興趣及技能發展課程	31
報名須知	44

服務通告

本中心將於以下日期調整開放時間，敬請垂注。

日期	開放時間調整
5月1日(星期日)勞動節	休息
5月2日(星期一)勞動節翌日	休息
5月8日(星期日)佛誕	休息
5月9日(星期一)佛誕翌日	休息
6月3日(星期五)端午節	休息

因應新冠肺炎的疫情發展，本中心服務包括偶到服務、圖書館、小組、活動及興趣及投能發展課程等，會有不同的調節與安排，請留意中心通告、網頁及 Facebook 的最新資訊。如有查詢，請在辦公時間致電 28434652 與中心職員聯絡。

中心疫情下之特別服務安排

因應本港第五波新冠肺炎疫情嚴峻，為減低疫症於社區擴散的風險，及配合社會福利署指引，本中心的偶到服務、自修室、恆常班及活動均停止服務直至疫情穩定下來，再作決定及另行通知。

至於小組及活動，如果未能以網上或其他形式舉行，將會取消。中心將在準備妥當後，通知退款安排。

中心圖書館之書籍借還、電腦借用、偶到及館內閱讀等服務暫停，直至另行通知，此段期間之過期還書罰款將會免除。圖書館職員於開放時間（除了晚上 6:00-9:00）仍會繼續提供諮詢服務。如在晚上 6:00-9:00 時段，需要查詢圖書館服務，請到二樓社區中心詢問處或電：3589 2230 與職員聯絡。

因應社區人士的緊急需要，由即日開始，中心星期一至日的開放時間依舊，但只維持有限度服務，包括：回應電話查詢、處理預約及緊急求助個案等。所有進入中心人士，必須跟從防疫指引，提高戒備，包括量度體溫、用消毒酒精搓手液、佩戴口罩並填寫健康申報表。

如欲了解中心最新服務或活動安排，請留意中心網頁及 Facebook；或有任何查詢，歡迎致電 28434652。

大家疫境中互相支持，身心健康。

劏房租務管制條例正式生效



經過《劏房租務管制研究工作小組》於去年3月發表研究報告，並於10月立法會三讀通過，規管分間單位租賃的《2021年業主與租客（綜合）（修訂）條例》正式於2022年1月22日生效，訂明租期、租金、租住權保障等規定。差餉物業估價署負責條例執行工作，該署成立的新小組會協助公眾認識規管制度。

「2+2」4年租住權保障續租加租上限10%

根據該條例，分間單位租賃的規管周期須連續兩項規管租賃組成，租期兩年；分間單位首期租賃的租客有權獲授予次期租賃，享有四年租住權保障；租期內租金不得上調；次期租賃租金加幅不得高於差估署全港性租金指數相關期間的百分率變動，上限為10%。

不可濫收雜費 訂明水電費

條例並訂明，業主不得向租客濫收雜費或指明公用設施及服務包括水電收費的付還，業主須在租期開始後60日內向差估署提交租賃通知書（表格AR2）#1。





差估署執法 設立區域服務隊 #2

差估署負責條例執行工作，該署新小組會協助公眾認識新條例的規管制度、處理查詢、就租務事宜提供免費諮詢和調解服務、在新法例實施後發布申報的劏房租金資料，以及採取適當執法行動。

政府已委託非政府機構設立六支區域服務隊，協助差估署在地區層面宣傳就實施分間單位租務管制的新法例，幫助業主和租客認識根據條例雙方各自的權利和義務，並處理一般查詢。

如有查詢，請聯絡估價署：

網頁：www.rvd.gov.hk/tc/our_services/tenancy_matters.html

電郵：enquiries@rvd.gov.hk

熱線電話：2150 8303

(資料來源：香港政府新聞網 2022 年 1 月 3 日)

1 根據條例第 IVA 部提交租賃通知書 (表格 AR2)

https://www.rvd.gov.hk/tc/tenancy_matters/toolkit_lease.html

提交通知書的方式：

- 網上遞交表格 AR2
- 以專人或郵遞方式提交估價署 (以圖文傳真方式提交的表格將不會被接納。)

表格 AR2 可循以下途徑獲得

- 估價署網站 (pdf 檔案) pdf ；
- 24 小時熱線電話 2152 2152 ；
- 估價署辦事處 ；
- 稅務局轄下的印花稅署 ；或
- 各區民政事務處

#2 推廣新條例的區域服務隊資料

服務區域	服務地區 (按區議會分界)	非政府機構	聯絡電話	電郵地址
香港島	中西區、東區、南區及灣仔	新家園協會香港島服務處	2807 2188 / 9267 9548	hkitcsu.nha@gmail.com
九龍西 (1)	油尖旺	油尖旺民生關注會	6257 4590	ytmcfla.sub@gmail.com
九龍西 (2)	深水埗	香港單親協會	9813 7512	sdu@hkspa.org.hk
九龍中及東	九龍城、黃大仙及觀塘	新家園協會九龍西服務處	2720 7010	sdu@nha.org.hk
新界西	元朗、屯門、荃灣、 葵青及離島	新界社團聯會社會服務基金	5169 5757	ntwtpsitcsu01@gmail. com
新界東	大埔、北區、西貢及沙田	沙田居民協會	2691 8055	sia@sia.org.hk

租管條例值得再思的問題

- 1. 不設起始租金之弊：**民間不同關注團體再三要求設立起始租金，但最後沒有被當局接納，表示每次訂新租約時，業主可以自行定價，可高也可低，實在未能保障沒什麼議價能力的租戶。
- 2. 如何執行條例：**條例制定後，如何執行才是關鍵。現時執行工作屬差估署負責，但當中執行細節仍有待監察，例如：劏房戶與業主有爭議，調解程序如何；或者有人投訴懷疑違例行為，投訴者如何獲得保障？另外，區域服務隊除了教育和宣傳的功能外，可有其他角色？還會提供什麼服務？
- 3. 居住環境惡劣：**居所環境雖然未必與租管條例關連很大，但對於人民生活與健康卻是非常重要的，尤其近年新冠疫症持續，劏房大廈一般居住環境擠迫、公共空間衛生差和大廈喉管亂改的情況嚴重，都是當局不容忽視的問題。

解決用錢解決不到的問題 - 「劏房」

現時劏房戶面對的問題

跟據劏房租務管制研究工作小組報告，市面上約有 10 萬間劏房，人口約 22.6 萬人。然而，於冷冰冰的數字下，劏房戶是一個個有血有肉的人，隱身於香港這個繁華鬧市中。有關劏房住戶健康問題的報導近十年屢見不鮮，新冠肺炎疫情下劏房戶收入大減，只能節衣縮食，導致營養不均。劏房內衛生環境欠佳，增加傳染病的風險。此外，劏房戶面對的精神健康問題及兒童健康問題亦值得關注。



劏房的貧窮問題與住戶健康 有著互惠關係

政府於 2021 年 6 月推出現金津貼試行計劃，以紓緩基層家庭長時間輪候公屋期間面對的生活困難。然而除了金錢補助外，劏房戶需要更整全的服務介入。黃洪教授及其團隊在 2018 年指出健康與住屋環境有關，例如空間不足、夏熱冬寒、衛生欠佳、光污染等問題，而令其健康受到損害。中文大學另一項研究亦指出，若低收入家庭減輕住屋負擔壓力能幫助身心健康，收窄健康不公平。由此我們需要在健康問題的源頭介入。



賽馬會三房兩廳開糧食飯社醫共生計劃

本計劃由香港明愛及醫護行者兩間非牟利機構攜手合作，並獲香港賽馬會撥款推行。計劃針對服務港島中、西及南區劏房住戶，為回應他們的需要，在地區提供延伸生活空間，非只支援經濟，更是促進住戶的社會系統改變。社醫共生在港是一個新概念，讓我們重新反思生活與健康之間的關係，並留意環境及生活條件所限而引致的健康差異。另外，社醫共生希望能作為一個跨專業溝通平台，集結社區及醫護智慧以提昇全民健康為目標，以人為本構建人人健康的社會。



逾 10 萬劏房戶背後面對的問題並不能只靠經濟援助解決。而本計劃不止關注劏房戶的經濟問題，希望更進一步推動社區參與，組成夥伴同行支持，促進改善劏房惡劣環境導致身心健康危機，進而培養管理自身及家人健康的能力。筆者呼籲有志服務基層的社會各界加入我們，成為義工，攜手共建劏房住戶社群健康文化。

作者：張婷茵（註冊社工）、
黎俊健（註冊社工）



疫區
疫居

「不適切住屋居民面對染疫情況」記者會

因應第五波疫情嚴峻，政府推出居家隔離及檢疫措施，著確診者在家隔離等候衛生署安排。但此舉對一眾不適切住屋居民極不理想，在廚廁共用、廚廁合一的板間房 / 劏房進行居家隔離，就猶如在狹小空間埋下「計時炸彈」；加上板間房 / 劏房喉管通風亂駁，大大增加病毒傳播的風險。

明愛青少年及社區服務轄下關注住屋權益工作小組，服務港島區、荃灣區、九龍區合共約 2,000 戶不適切住屋居民，在二月初紛紛收到他們的求助，

表示自己及鄰居在居家隔離等待政府安排期間的困境及需要。本工作小組於 2022 年 2 月 25 日早上舉辦線上記者會，讓一眾不適切住屋居民分享確診後求助及居家隔離的經歷，以及反映對政府的居家隔離政策的不滿，從而提出相關改善建議。

居於荃灣劏房的阿紅表示最初是自己確診，因為家中沒有空

間可作單獨隔離只好二十四小時戴口罩，可惜最後亦傳染給年幼兒子。期間阿紅不停致電民政署、衛生署，但良久未有人接聽，及後衛生署致電街坊需等候通知和安排。等候期間欠缺食物、藥物支援，眼見藥物即將耗盡，擔心兒子因病再次發燒，同時亦擔心傳染給劏房鄰居。希望政府能適時為確診家庭提供物資及藥物支援。

街坊黃女士居於觀塘板間房，需與鄰居共用廚廁。其中一戶鄰居先發病確診，其後黃女士及另一戶鄰居亦先後確診，最後 3 戶 11 人全部確診；懷疑共用廚廁成染疫的途徑。黃女士丈夫是家庭支柱，因確診而無法工作以致收入大減，需靠積蓄應付日常開支，經濟出現困難。期望政府為因染疫而經濟出現困難的家庭提供資助。

中西區一板間房有 9 戶，15 人共用廚廁，房東、房東先生及傭工均住在隔鄰。板間房租客透過傭工確認房東先生及傭工確診，房東卻勒令傭工不得張揚消息。期間房東如常外出，在家不戴口罩四處走動；而且更將長期卧床的先生的排泄物刻意其他住房共用的廁所。板間房所有住戶都擔心被感染，建議政



於不適切住屋居家隔離，猶如埋下計時炸彈

府應優先將劏房確診者及其密切接觸者送院及隔離。

總括而言，以劏房 / 板間房等不適切住屋作居家隔離實在極為不合適，此等不適切住房空間狹小且密閉、共用廚廁、喉管通風亂駁，大大增加集體感染的風險。劏房住戶一般皆是基層街坊，在



劏房環境狹小，通風設備不佳

染疫後均表示，衛生署、民政事務署等相關熱線難以接通，令確診者及其家人無法掌握確診後程序及通報機制；在等待過程中感到徬徨無助，尤其是對一些支援網絡較弱的人士，如單親家庭、長者或一人住戶，難以自行補給藥物及食物等物資。假若政府未能妥善處理不適切住屋確診者及其密切接觸者的送院及隔離安排，恐怕確診數字只會幾何級數跳升，公營醫療系統面臨崩潰，患病者未能獲得適時的治療。



板間房需多人共用廁所，大大增加病毒傳播風險

有見及此，本工作小組有下列建議：

1. 政府應優先將不適切住屋確診者及其密切接觸者送院及隔離，以減低出現家居隱形傳播鏈的風險。
2. 政府相關部門如：衛生署、民政事務署、社會福利署等，應及時為確診者提供物資、藥物及資訊上的支援，以讓其於染疫期間得到充分的援助。
3. 政府應提供經濟援助予因染疫而無法工作以致影響生計的基層街坊，並簡化有關申請程序及手續。
4. 2021年業主與租客（綜合）（修訂）條例》應將不適切住屋的喉管渠道衛生、合理通風設備納入租務管制條件；若業主出租不合規格的單位，即屬違法。

有關當日記者會分享內容，請到以下連結或掃描 QR CODE 瀏覽：

https://drive.google.com/drive/folder/s/1JQeraCkSQz0b7VOqDE6jJqlt7pG4y9_v?usp=sharing



第五波疫情下服務

弱勢社群 — 支援關顧

第五波新冠病毒來勢洶洶，擴散力強，不少家庭連環感染，加上各項檢測及家居隔離令的發布，大家都爭相搶購物資，令部份檢測物資、藥品及食物等出現缺貨的問題，中心在二至三月期間，不斷收到區內人士的求助，當中不少是家中老幼染疫，但一直未聞有關部門訊息或支援，而不知所措，徬徨無助。中心因應各家庭及區入不同對象所需，立即搜羅物資並以不同方式派送，也為他們提供最新資訊、情緒輔導及康樂消閒服務。

抗疫支援物資派發



各界捐贈應急物資，成為社區及時雨

清潔工友支援服務

- 工友人數：中西區不同清潔站工友約 200 人
- 疫情大爆發前：約 2 月初，分別收到 2 個站的確診及緊密接獲工友求助，除了物資外，工友都普遍不知如何應對。同工在這階段主要是先發放緊急快測套裝，讓他們可以給家人、自己檢測及作出跟進的安排。
- 疫情大爆：約 2 月下旬，確診的工友急劇上升。工友們向同工表示非常擔憂，並期望有快測套裝的支援。
- 由於多人確診，每小隊會出現指定開工人數不足情況，情況嚴重下，營辦商經常受罰，壓力輾轉落到前線工友。
- 服務跟進：
 1. 尋找不同資源為工友提供快測及防疫物資
 2. 主動聯絡部份情緒不穩及焦慮的工友作出支援及開解；
 3. 成立「緊急疫情支援」工友群組，由工頭及小隊科文組成，發放重要及準確訊息；
 4. 跟進工友面對居家隔離期間，公司不給予病假安排，即是將以扣工錢處理。



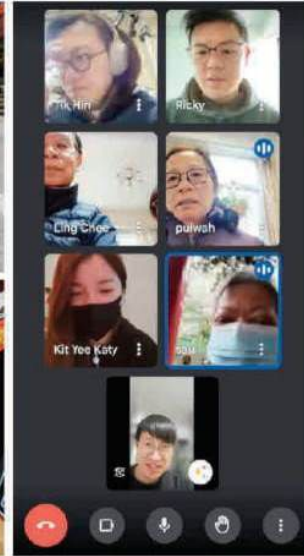
劉先生向工友說明檢測包的使用方法，贊助團體。各方十分關注前線工友的情況。

街坊疫“情”分享，互助打氣 李陞街居民會 8/3~ 疫下連線



街坊剖白抗疫的心路歷程，心聲或許尚未完全表達，會上互相打氣。同工深深感受到街坊的生命力及鄰里間的互助之情遠親不如近鄰，有街坊即時表達願意成為社區資源分配站。

長者疫下支援服務



長者論壇由實體轉到線上 google meet

推出線上活動陪伴、連結

明愛堅道社區中心
Canta Community Centre - Cane Road

書心解憂

用紙和筆，簡單地書寫，不但可以解悶，更可以帶來平靜，專注當下一筆、一劃，讓情緒放鬆，找回平靜與安穩。

日期：26/2/2022 (星期六)
時間：下午3:00-4:00
形式：Facebook Live
負責職員：林煥碧姑娘、吳曉嫻姑娘
備註：參加者需自備紙筆和書寫工具（任何筆、原子筆、唸唸筆、顏色筆、鉛筆等）
如有查詢，請致電28434652

Find us on Facebook

明愛堅道社區中心
Canta Community Centre - Cane Road

眼睛想旅行系列 日本風情畫

飛快第一課
料理第二課
職先第三課

5-24/2/2022 (逢星期六) 下午3:00-4:30
費用：\$30 (會員) / \$40 (非會員)
報名可前往社區活動處：堅道聖道堂明愛社區分處
或親臨明愛社區中心：香港堅道122號明愛社區中心對面

查詢：林煥碧姑娘、吳曉嫻姑娘 (電話：2843 4652)

居家在線齊尋樂
再生動物密友

● LIVE 一起動手製作

日期：2月17日 (四)
時間：5:00-8:00PM
需自備材料：(到時見~)

燕紙扇 剪刀 剪刀雙面膠 彩色紙/膠紙 風乾筆

居家尋樂 CHALLENGE

一人一首 聽完心懷變好的歌

Acip You're MUSIC

我們都需要 MeTime

為自己留點時間，做你喜歡的事情



專頁瀏覽報告

無法提供訂單和訊息簡報報告
基於歐洲的新私隱規定，我們目前無法提供訊息相關分析資料的報告。
某些客戶可能會看到的訊息和訂單資料分析報告受到影響，受影響的數量數據將在歐洲的受影響資料處顯示。1

了解詳情

2月6日 - 3月7日

帖子總數	2,959	帖子互動量	1,495	帖子每帖平均回覆	23
------	-------	-------	-------	----------	----

帖子

過去24天發佈了50+個帖子

誰引來這些帖子

【居家在疫時尋樂 - 灣仔新計劃小區】	發佈人	343
【最新精準選擇預約電話】	發佈人	114
【元宵節快活樂】	發佈人	120
【元宵節快活樂】	發佈人	256



「精彩人生下半場」 退休人士服務 ~ 退休四寶齊分享



若果一生分成三個廿五年，第一假廿五年忙著讀書、考試、為未來打基礎，第二個廿五年忙於事業衝刺、照顧家庭、教養子女。那麼，第三個廿五年又忙著什麼呢？本中心將推出分享會及短期課程，讓大家趁早儲備「退休四寶」~「健康」、「興趣」、「社交」及「服務」，即將退休或已經退休的你準備好未？？？退休後學習新的事物，總會有一點忐忑，欠缺信心的時候，本是平常不過之事。因此本系列的下期收費課程設立「Buddy」制，在彼此的退休道路上，成為對方的Buddy（拍檔），互相扶持及打氣，認識更

多志同道合的好朋友，分享「退休四寶」，實踐精彩人生下半場的大計。

如何成為Buddy？凡參加今期健康篇：跑步學堂、遠足自在行或興趣篇：手機應用班、腦筋急轉彎~桌上遊戲考考你，可在下一期活動開始成為新學員的Buddy（拍檔），陪同及協助新學員上課，即可以優惠價報名下一期指定的課程，將Buddy精神發揚光大呢！

50+ 軍師小組

招募隊友

為 50+ 精彩人生下半場
分享智慧、出謀獻策、
集結力量、持續發展
50+ 之退休人士服務
編號：CRG0991-2201



「貓貓食魚魚」
親子健體運動齊齊做



「桌上遊戲考考你」

溫馨提示：

為了促使 50+ 服務的資源可以更有效地運用，凡報名參加了活動，但連續有 3 次或以上無故缺席，而沒有任何合理原因之人士，本中心有權終止其個人參加任何活動之權利。

智能手機基本操作班 (進階學習篇)

目的：課程教授 50+ 有關實際應用智能手機的知識，讓我們能夠利用智能電話享所帶來方便之同時，也需留意當中帶來面的情況，做個與時並進的 50+



內容：認識手機內常用的設定及操作、相片儲存、社群 (Facebook)、Google (如何尋找目的地及大量資料上存的雲端系統等) 相關應用程式

日期：1. 課堂學習：

2022 年 5 月 6、13、20、27 日，
2022 年 6 月 10、17 日
(逢星期五，共六堂)

2. 課堂實習：每次課堂後，
可預留 2 位學員作個人查詢)

時間：下午 2:30-4:30

地點：本中心

對象：50 歲或以上之準備退休或已退休人士 (名額 8 位)

費用：全免

報名方法：請親臨本中心辦理報名手續

負責職員：周麗霞姑娘 (周婆 /Cathy)、
梁仲賢先生 (Eric Sir)

備註：1) 需自備 Andriod 智能電話
2) 只限曾參加及出席
CR2759-2104 手機攝影及活力
Pose 工作坊及 CR2772-2107 智
能手機基本操作班之人士
3) 此活動與禁毒基金合辦



認識社會服務，由禁毒開始

目的：擴闊視野，走出自己的 Comfort Zone

內容：(1) 探訪「香港路德會青彩中心」

(2) 午膳於西貢

(3) 暢遊西貢，買吓海上鮮，品嚐吓西貢美食

日期：2022 年 6 月 30 日 (星期四)

時間：上午 9:00—下午 5:00

地點：西貢區

集合時間及地點：上午 9:00 灣仔家計會門口

解散時間及地點：下午 5:00 灣仔家計會門口

參加資格：50 歲或以上準備退休或已退休人士
(名額 28 人、先到先得)

費用：全免

報名方法：請親臨本中心辦理報名手續

負責職員：周麗霞姑娘 (周婆 /Cathy)、梁仲賢先生 (Eric)

備註：1) 早退必需於當天填寫早退表格

2) 曾報名參加 2022 年 2 月 CR8960-2202
「認識社會服務、由禁毒開始」之參加者
可優先報名

3) 此活動與禁毒基金合辦



和諧粉彩畫 (進階學習篇)

目的：和諧粉彩的特色是直接用手指塗抹粉彩，創作者不需具備任何繪畫基礎，直接用手指頭就可以了，彷彿以最原始及直接的方式表達自己，可以在過程中尋獲童年時作畫的樂趣，療癒心靈。

內容：學習和諧粉彩技巧，製作新年賀卡。

日期：2022年5月14、21、28日（逢星期六）

時間：上午 10:30- 下午 1:00

地點：本中心 241 室

參加資格：50 歲或以上準備退休或已退休人士（名額 8 人）

費用：1.\$100

2. Buddy 優惠價 \$50：曾經參加過 CR2774-2107 和諧粉彩畫及願意協助其他新加入的朋友）
3. 曾報名參加 2022 年 2 月 CR2774-2107 和諧粉彩畫之參加者可優先報名
4. 此活動與禁毒基金合辦

報名方法：請親臨本中心辦理報名手續

負責職員：周麗霞姑娘（周婆 /Cathy）

備註：課程完結後，每位參加者需共同製作展板，推廣和諧粉彩之好處



初級健步走 / 跑步學堂

目的：促進 50+ 人士如何持之以恆地參與健步走或跑步運動

* 幫助強化心肺功能，促進血液循環 *

* 強化骨骼肌肉能力，減慢骨肌流失，藉以改善身體機能，提升肢體的平衡及協調能力 *

內容：全程由專業健跑教練指導，認識正確的健跑知識及呼吸方法，持續練習可以培養專注力，克服運動帶來的困難及心理障礙，當中包括：

1. 筋肌伸展
2. 呼吸韻律運用
3. 心肺功能認識
4. 跑姿動作糾正
5. 提速技巧運用

日期：2022年5月7、14、21、28日（逢星期六）
6月4、11、18、25日

時間：下午 4:00-6:00

地點：跑馬地公眾運動場

集合時間及地點：下午 4:00 跑馬地運動場男更衣室門前

解散時間及地點：下午 6:00 跑馬地公眾運動場

參加資格：50 歲或以上之準備退休或已退休人士（名額 10 人）

費用：1. 第一次新加入的朋友：\$200

2. Buddy 優惠價：\$170（曾參加過是次活動及樂意協助其他新加入的朋友）

3. 此活動與禁毒基金合辦

報名方法：請親臨本中心辦理報名手續

備註：有儲物櫃及沖身設施（請自備鎖頭）

負責職員：周麗霞姑娘（周婆 /Cathy）



急救簡易班

日期：2022年5月25日(星期三)

時間：下午 2:30- 5:30

地點：本中心 241 室

內容：簡易急救常識

對象：50歲或以上準備退休或已退休人士(名額 20 人)

費用：會員全免 / 非會員 \$30

報名方法：請親臨本中心辦理報名手續

集合時間及地點：下午 2:30 本中心 441 室

解散時間及地點：下午 5:30 本中心 441 室

負責職員：周麗霞姑娘(周婆/Cathy)、梁仲賢先生(Eric Sir)

* 此活動由聖約翰救傷隊提供專業導師 *



暢遊大潭水塘郊野公園徑 (BB 級)

日期：2022年5月11日(星期三)

時間：上午 9:30- 下午 2:00

地點：大潭水塘郊野公園徑

內容：鯽魚涌港鐵站 A 出口集合(港鐵站內)→柑架山道自然徑→大潭篤水塘水壩→大潭郊野公園→大潭道出口解散(可自行乘搭巴士前往筲箕灣)

集合時間及地點：上午 9:00 鯽魚涌港鐵站 A 出口集合(港鐵站內)

解散時間及地點：下午 1:00 →下午 1:30 大潭道出口解散

對象：50歲或以上準備退休或已退休人士(名額 20 人)

費用：會員免費 / 非會員 \$30

報名方法：請親臨本中心辦理報名手續

負責職員：周麗霞姑娘(周婆/Cathy)、梁仲賢先生(Eric Sir)

請自備：1. 食水/小食、防曬用品及行山仗(若個人有需要)

2. 起步需行一大段上斜路，有點氣喘，但路面夠闊而且平坦，屬輕鬆入門級路線
3. 參加者必須聽從導師之指導及活動安排，務求促使所有參加在既安全又愉快的環境下完成活動。本中心於活動當天有權即時終止任何不合作之參加者參與此活動之權力



健體拉筋毛巾操

日期：2022年5月6、13、20、27日

6月3(端午節假期)、10、17、24日(逢星期五)

時間：上午9:30-10:30

地點：本中心441室

內容：拉筋練習、舒緩壓力、矯正姿勢(筋長一寸，命長十年)

對象：50歲或以上準備退休或已退休人士(名額10人，先到先得)

費用：\$180(由專業導師何潔嫦女士教授)

報名方法：請親臨本中心辦理報名手續

負責職員：周麗霞姑娘(Cathy/周婆)



腦筋急轉彎~

桌上遊戲 (Board Game)

考考你 (進階學習篇)

- 目的：
- 1) 活化大腦的功能，遊戲過程中常處於「絞盡腦汁」的狀態，延緩腦退化
 - 2) 帶來歡樂、減少負面情緒
 - 3) 與時並進、提升個人自信
 - 4) 參加課程後，將被邀約成為 Buddy，協助導師每月一次桌遊服務



日期：2022年5月18、25日、6月1、18日(逢星期三)

時間：上午10:30—下午12:30

地點：本中心241室

對象：50歲或以上準備退休或已退休人士(名額10人)

費用：會員全免/非會員\$30

報名方法：請親臨本中心辦理報名手續

負責職員：周麗霞姑娘(Cathy/周婆)、梁仲賢先生(Eric Sir)



愉快轉贈

社區廚具及玩具轉贈計劃

目的：清理家居令人愉快，轉贈有需要的人，讓人人受惠。

網上回收時段：2022年4月12日(星期二)至
2022年5月3日(星期二)

回收及領取日期：2022年5月10日(星期二)

回收時間：上午 10:00- 中午 12:00

領取時間：上午 11:00- 下午 5:00

回收 / 領取地點：李陞街遊樂場

參加方法：請各位街坊將有關二手玩具及廚具照片，上傳到回收登記表，並填寫聯絡資料交回，經中心篩選後，盡快聯絡交收安排。請留意中心網頁及 Facebook 更新資訊。

回收登記表：

廚具要求：乾淨整潔，小型電器必須有效安全。

玩具要求：乾淨整潔，齊全，意識健康。(不接收具不良意識的玩具及節日玩具)

歡迎西營盤街坊家長參與、共享資源

查詢：28434652 文子君姑娘、王億智先生、陳啟明先生

活力社區運動會

目的：以新興運動和小遊戲作為介入，鼓勵親子及街坊以輕鬆的方式參與運動，推動活力社區氣氛。

內容：新興運動體驗攤位：地壺、芬蘭木柱、躲避盤、柔力球等

日期：2022年4月30日(星期六)

時間：下午 2:00 – 5:00

地點：本中心

名額：30人

費用：免費

備註：1) 請穿著便裝出席活動

2) 如因疫情導致活動無法實體進行會改為以線上形式進行

負責職員：吳嫻焜姑娘、陳啟明先生

福利資訊簡介會

目的：介紹近期討論的劏房租管、各項福利津貼、失業支援。街坊可以了解各項建議的細節、提出方案。又有嘉賓分享，歡迎劏房居民、社區人士出席

日期：2022年6月8日(星期三)

時間：晚上 8:00 至 9:30

地點：李陞街公園涼亭 /Google Meet

內容：介紹劏房租管、租金津貼及失業支援項目嘉賓分享、解答疑問

費用：全免

備註：如因疫情導致活動無法實體進行會改為以線上形式進行

負責職員：王億智先生、文子君姑娘

社區諮詢站

(註：如遇天雨或疫情影響，活動暫停)

堅道諮詢站

內容：

1. 鼓勵親子參與義工服務
2. 提供社區資源查詢

日期	時間	地點
每月第一個 星期六早上	上午11:00-12:30	(堅道聖心學校旁)

西營盤諮詢站

內容：

1. 提供社區資源查詢
2. 收集改善社區及環境設施的意見

日期	時間	地點
每月第三個星期六	上午11:00-12:30	正街街口 (般咸道)

上環諮詢站

內容：

1. 提供社區資源查詢
2. 收集改善社區及環境設施的意見

日期	時間	地點
逢星期二	下午4:00-5:30	水坑口(近匯豐銀行)
逢星期三	下午4:00-5:30	樂古道(垃圾站旁邊)

西營盤住屋諮詢站

- 內容：
1. 申請公屋的要求和手續、會遇到的問題和處理方法、過來人經驗分享
 2. 社區資源查詢、派發社會福利資訊

日期	時間	地點
每月第二、 第三個星期二	下午3:30-5:30	桂香街 (麥當勞餐廳旁)
每月第一、 第三個星期三	晚上8:00-10:00	李陞街公園涼亭

兒童活動

一起去寫生！

編號：CR 2825 2206

日期：2022年6月11日(星期六)

時間：下午 2:00-5:30

集合地點：本中心

解散地點：中環港鐵站

對象：小四至小六年級兒童

內容：以體驗「城市寫生」，帶領兒童觀察、探索，記錄社區的一花一樹一木，感受身邊的一事一人，培養孩子的感官意識。

名額：8人

費用：會員 \$20/ 非會員 \$30

負責職員：吳燦焜姑娘

備註：1) 如因疫情導致活動無法實體進行，會改為以線上形式(GOOGLE MEET)進行活動

猜出我所想

編號：CR2832-2206

內容：讓兒童以不同形式的桌上遊戲來提升邏輯思考及表達能力，從遊戲快樂地學習。

日期：2022年6月18日(星期六)

時間：下午 2:30-4:30

地點：本中心

對象：兒童會員(6-9歲)

名額：8人

費用：\$10

負責職員：陳啟明先生

備註：如因疫情導致活動無法實體進行會改為以線上形式進行

心導計劃 - 課後功課支援服務

孩子遇到做功課的難題，家長又無法支援解答；
本中心現正舉行一個專為小學生而設的課後功課支援班。
名額有限，報名從速！

編號：CRG0227-2110

日期：2022年3月4日至2022年6月24日(逢星期一至五)、4月5日(星期二)、4月14日至22日、5月2日(星期一)、5月9日(星期一)及6月3日(星期五)
公眾假期及學校假期，將不設功輔班

時間：逢星期一、三、五 下午 4:00-6:00 (功課輔導)
逢星期二、四 下午 4:00-6:30 (功課輔導 + 成長課)

上課地點：前西區裁判法院 會議室 / 疫情導致活動無法實體進行會改為以線上形式進行

服務內容：為學童提供一個合適的學習場所，課後以小組方式做功課和溫習，並有義務導師提供課業支援
逢星期二、四下午 6:00-6:30 進行成長學習課，
主題：情緒管理、社交技巧、自信心訓練等

對象：小一至小六學生(獲學校書簿津貼(全額/半額)、在職家庭津貼或綜援資助家庭之學生)

費用：全免

查詢：2843 4652 (林耀明先生)

備註：有興趣的參加者事前需與工作員面談，以了解參加者之合適程度
缺席者 / 其家長必須事前或當天以電話通知負責同事。

由「我」帶路 ~ 社區遊歷體驗

兒童活動

編號：CR 2823-2206

日期：2022年6月4日(星期六)

時間：下午 2:00-6:00

集合地點：本中心

解散地點：金鐘港鐵站

對象：小五及小六年級兒童

內容：遊走中西區內不同兒童遊樂場所，教授地圖閱讀及進行小組遊戲，
增強兒童自決能力及解難技巧，擴闊社交圈子及認識新朋友。

名額：8人

費用：會員 \$30/ 非會員 \$70

負責職員：胡偉傑先生

備註：1) 參加者需自備一張面額約 \$50 的兒童八達通，作為活動中途乘搭公共交通費用。
2) 如因疫情導致活動無法實體進行，會改為以線上形式進行。

成人及家庭活動

愛心家庭 親子義工團

透過不同義工機會，幫助兒童建立良好的品格及價值觀，包括積極主動，樂於分享和關心他人的精神。藉着親子參與，幫助家長和子女建立更緊密的親子關係，一同為社會出一分力。

編號	活動名稱	日期、時間	地點	內容	對象	名額	費用	負責職員
CR	活力社區運動會	4月30日(星期六) 活動籌備：下午1:00-2:00 服務：下午2:00-5:00	本中心	協助場地佈置 協助推行攤位遊戲	6-12歲親子家庭	10人	免費	陳啟明先生
CR9022-2205	親子義工團招募日	5月1日(星期日) 下午1:00-5:00	本中心	攤位展覽製作及協助 推廣親子義工計劃		8人	免費	林燕珊姑娘
CR9020-2206	親子義工團 星空靜心瓶製作	6月4日(星期六) 上午10:30-12:30	本中心及堅道諮詢站或以線上形式(GOOGLE MEET)進行	製作星空靜心瓶，同日於中心社區諮詢站派發予社區人士，推廣精神健康。		12人	免費	胡偉傑先生

「家家百毒不侵」

手藝工作坊暨義工服務系列

編號：CR2805-2205

目的：1. 促進社區內不同社群共同的參與手藝工作坊及義工服務；
2. 過來人交流抗毒分享，認清毒品的禍害。

日期：2022年5月10日 - 6月21日（逢星期二）

時間：下午 2:00-4:00

地點：本中心

內容：手藝工作坊，內容包括：和風椿花掛飾、滴膠寫意竹皿、酒精墨畫作、寫意書藝、花飾透明手工皂工作坊及分享會。

對象：18歲以上中西區居民、成人會員

名額：10人

費用：\$30（包活動茶點及工作坊材料）

備註：此活動與禁毒基金合辦

負責職員：林燕珊姑娘

「家家百毒不侵」

活力社區～抗毒家庭之旅

編號：CR2806-2206

目的：1. 親子同樂增進感情
2. 過來人交流抗毒分享，認清毒品的禍害。

日期：2022年6月26日（星期日）

時間：下午 1:30-6:00

集合及解散地點：下午 1:00 金鐘
海富麥當勞外集合

下午 6:00 金鐘海富中心解散

活動地點：數碼港臨海公園

內容：「數碼港」大草地上，新興運動競技、傳統風箏試飛。

對象：3歲以上居住中西區居民、家庭會員

名額：30人

費用：\$30（包交通、茶點及風箏材料）

備註：此活動與禁毒基金合辦

負責職員：林燕珊姑娘

晴朗家庭會員計劃

為支援有特別需要之家庭及人士，本中心現推出「晴朗家庭會員計劃」，提供不同類型活動及課程優惠；以增強有關家庭享用社會資源和發展個人潛能的機會。

申請成為「晴朗家庭」會員資格：

1. 現時領取「綜合社會保障援助」之人士，
2. 現時領取「學校書簿津貼」之家庭，或
3. 現時領取「在職家庭津貼」之人士，或
4. 家庭每月總收入不超過入息中位數 55%，或
5. 家庭每月總收入不超過「公屋申請入息限額」（見附表）

服務內容：

1. 本中心免費家庭會員
2. 參加優惠的社區活動（請看本期通訊 P.25-P.26）
3. 參加興趣發展課程和中心活動優惠計劃（只適於合乎上述 2）、3）及 4）資格家庭，詳情請看 P.28-P.37）
4. 社區資源及服務轉介

公屋申請入息限額（節錄）

住戶人數	每月總收入上限
1人	\$12,940
2人	\$19,550
3人	\$24,410
4人	\$30,950
5人	\$37,180
6人	\$40,840
7人	\$46,770

香港房屋委員會

(2021年4月1日起生效)

領取綜合社會保障援助人士優惠制度

香港明愛青少年及社區服務

「領取綜合社會保障援助人士」課程及活動優惠制度 (供服務對象參閱)

修訂於 2014 年 11 月 20 日

背景：讓更多領取「綜合社會保障援助」(以下簡稱「綜援」)人士享用本服務之優惠，香港明愛青少年及社區服務檢討及改善現有的優惠制度，以減費形式提供優惠，詳情如下：

1. 每位領取「綜援」人士每年可享用活動優惠減費額不超過港幣二千元，每半年上限一千元，上半年為 4 月 1 日至 9 月 30 日，下半年為 10 月 1 日至翌年 3 月 31 日，每段期間完結當日，剩餘之減費額自動被取消，減費額不能累積或轉移。
2. 每位領取「綜援」人士只能向其中一個單位申請減費額但減費額卻適用於本服務屬下所有單位，若發現有使用者向超過一個單位申請，其減費優惠將立即被終止，並只能於來年 4 月 1 日重新申請。
3. 領取「綜援」人士在參加本服務之活動或課程時，每項活動或課程仍需繳付十元費用。如欲使用減費額，須在報名時出示優惠咭。工作人員會將減費登記在優惠咭上以計算總累積額。
4. 此項優惠不適用於小組活動費，車費，材料費或註明沒有優惠之活動。
5. 每個興趣班或活動最多提供十分之二減費額，先到先得。
6. 持咭人士之優惠減費額如在指定之期間用罄，在下一段期間開始前，將不可再享用減費優惠。
7. 優惠咭由單位發出，優惠咭需有督導主任 / 單位主任簽署及中心蓋印方為有效。
8. 優惠咭所剩餘的金額不能兌換現金及不接受報失。
9. 如遺失優惠咭恕不補發領。

晴朗家庭會員 - 活動及興趣發展課程優惠計劃

背景：

為讓更多有需要家庭及人士享用本服務，本中心以減費形式提供優惠，詳情如下：

優惠計劃內容：

凡合乎資格之家庭，每位家庭成員每年更有 \$1,000 (每半年上限 \$500)，津貼參加本中心活動及「社交及技能發展課程」。

申請資格：

凡申請者，需符合以下資格：

1. 現時領取「學校書簿津貼(全額)」之家庭，或
2. 現時領取「在職家庭津貼」之人士，或
3. 家庭每月總收入不超過入息中位數 55%

(見附表)

優惠計劃內容：

凡合乎資格之家庭，每位家庭成員每年更有 \$1,000 (每半年上限 \$500)，津貼參加本中心設有減費優惠之「社交及技能發展課程」及中心活動。

家庭人數	每月總收入上限
1人	\$4,950
2人	\$11,000
3人	\$17,105
4人	\$23,430
5人	\$31,900
6人	\$28,930
7人或以上	\$36,850

附表：全港家庭入息中位數的 55% 以上數字將根據政府公佈而調整(以上所列為 2021 年第三季數字)

優惠計劃制度詳情如下：

1. 合資格之家庭及其成員可免費成為本中心會員，遞交申請時，必須出示證明文件供中心影印存檔，並由中心負責職員接見及了解大家對服務需要及意見。
 2. 每位家庭成員每年可享用課程優惠減費額不超過港幣一千元，每半年上限伍佰元，上半年為 4 月 1 日至 9 月 30 日，下半年為 10 月 1 日至翌年 3 月 31 日。每段期間完結當日，剩餘之減費額將自動取消，減費額不能累積或轉移。
 3. 如家庭已參加其他明愛單位類似之減費優惠，本單位將不會提供減費優惠。
 4. 合資格之家庭成員在參加本中心活動及設有減費優惠之「社交及技能發展課程」時，仍須繳付 \$10 費用。如欲使用減費額，須在報名時出示優惠咭。職員會將減費額登記在優惠咭上和輸入電腦系統內以計算總累積額。
 5. 此項優惠不適用於小組活動費、車費、材料費或註明沒有優惠之活動。
 6. 每個興趣班或活動最多提供十分之二減費名額，先到先得。
 7. 持咭人之優惠減費額如在指定期間用罄，在下一段期間開始前，將不可再享用減費優惠。
 8. 優惠咭由本單位發出，並需有高級督導主任 / 督導主任簽署及中心蓋印方為有效。
 9. 優惠咭所剩餘的金額不能兌換現金及不接受報失。
 10. 如遺失優惠咭恕不補發領。
- 查詢：文子君姑娘、陳啟明先生

明愛青少年及社區服務

領取「在職家庭津貼」人士課程及活動優惠

背景：

為讓更多領取「在職家庭津貼」(以下簡稱「職津」)人士享用本服務，明愛青少年及社區服務(以下簡稱「本服務」)將試以減費形式提供優惠，詳情如下：

優惠制度條款及細則：

1. 領取職津人士可享本服務之免費會籍一年及全年活動優惠減費額不超過港幣壹千元，每半年上限五百元，上半年為4月1日至9月30日，下半年為10月1日至翌年3月31日。每段期間完結當日，剩餘之減費額自動被取消。減費額不能累積或轉移。
2. 領取職津人士只能向本服務其中一個單位申請會籍及減費額，但減費額卻適用於本服務屬下所有單位。若發現有使用者向超過一個單位申請，其減費優惠將立刻被終止。
3. 申請時，領取職津人士需出示過去十二個月內曾領取職津之文件以證明其申請資格，不論是領取全額、四份三額或半額津貼均符合資格。
4. 領取職津人士在參加本服務設有減費優惠之社交及技能發展課程及中心其他活動(以下簡稱「活動或課程」)時，每項活動或課程仍須繳付十元費用。如欲使用減費額，須在報名時出示優惠卡。工作人員會將減費額登記在優惠卡上以計算總累積額。
5. 此項優惠不適用於小組活動費、車費、材料費或註明沒有優惠之活動。
6. 每個興趣班或活動將最高提供百分之二十之減費名額，與本服務「領取綜合社會保障援助人士課程及活動優惠制度」合併使用，先到先得。
7. 持卡人士之優惠減費額如在指定之期間用罄，在下一段期間開始前，將不可再享用減費優惠。
8. 優惠卡所剩餘的金額不能兌換現金。
9. 優惠卡由單位發出。優惠卡需有單位主管簽署及中心蓋印方為有效。
10. 有關課程及活動優惠記錄以本優惠卡記錄為準。
11. 如遺失優惠卡，優惠卡將不獲補發及使用優惠餘額。申請人可在下一段期間再作申請。
12. 明愛青少年及社區服務保留權利可不時酌情修訂上述條款。

為支援基層家庭，本中心設有多項活動費用減免計劃，同時亦代香港電燈、煤氣公司及公益金處理多項資源及緊急援助之申請。有關詳情，請與本中心當值社工聯絡。

項目	資格	內容
在職家庭津貼	合乎指定收入及工作時數之基層人士及家庭，中心有專責職員協助申請	每月基本津貼由\$500至\$1,400，視乎申請人的收入、工作時數而定
領取綜合社會保障援助人士優惠制度	領取綜合社會保障援助人士及家庭	每年可享用明愛青少年及社區服務轄下單位活動優惠減費額不超過2,000元，分兩期使用，每半年上限1,000元
領取在職家庭津貼人士課程及活動優惠試行計劃	領取「在職家庭津貼」人士及家庭	每年可享用明愛青少年及社區服務轄下單位活動優惠減費額不超過1,000，分兩期使用每半年上限500元
「晴朗家庭會員」計劃	領取「綜合社會保障援助」之人士，領取「學校書簿津貼」之家庭(全額或半額)，或領取「在職家庭津貼」之人士，或家庭每月總收入不超過入息中位數55%，或家庭每月總收入不超過「公屋申請入息限額」	可免費成為本中心家庭會員，參加優惠的社區活動；接受社區資源及服務轉介
「晴朗家庭會員」興趣發展課程及活動優惠計劃	晴朗家庭會員及： 全額「學校書簿津貼」(全額)；或 領取「在職家庭津貼」；或 家庭每月總收入不超過全港入息中位數55%	每年可享用本單位興趣課程優惠減費額不超過1,000，分兩期使用，每半年上限500元。 本優惠與領取「在職家庭津貼」人士課程及活動優惠試行計劃不可重覆申請
煤氣費優惠計劃	領取綜合社會保障援助及： 單親家庭；或 申請人或家庭成員有固定工作收入，其入息並於綜援金額中扣減	每月首500兆焦耳(約10.4度)煤氣用量半價優惠、豁免煤氣用戶按金、豁免煤氣保養月費、豁免每月基本收費、免費煤氣爐具維修服務
電費優惠計劃	領取綜合社會保障援助及： 領取綜合社會保障援助的單親補助金； 年齡界乎15至59歲失業人士(不包括15至21歲接受全日制教育人士)	每個月最初200度電費4折優惠、豁免電費按金、豁免最低收費
劏房租戶電費	沒有港燈獨立電表之劏房住戶，及 領取綜合社會保障援助	\$1,000現金資助
及時雨基金	陷入財困、不能維持生活基本開支的個人或家庭；或 需要提供緊急援助，避免發生家庭及社會悲劇；或 等候其他基金和政府資助	現金援助，金額視乎需要

英輔樂學坊 (2021-2022)

活動編號：G0959-2204

目的：為學童提供功課輔導，提升英語能力，培養學習興趣，發掘潛能。

日期	4月：10、24日 5月：8、15、22、29日	6月：12、19、26日 7月：3日 (戶外活動)	(逢星期日)
時間	下午2:00-4:30 (戶外活動約上午10:00至下午5:00)		
內容	下午2:00-3:30：功課輔導 下午3:30-4:30：透過團體遊戲提升英語能力及學習興趣(外籍義工協助推行)、同時讓他們學習群體相處、多溝通合作		
收費	\$250(全期4個月)		
名額	25位		
對象	<ul style="list-style-type: none"> 出席率高於80%的英輔樂學坊(2021-2022)舊生優先 居住中西區的小學生優先 只限晴朗家庭會員 如少於25名中西區的小學生報名，職員會按遞交報名表的先後次序去安排予其他區的家庭報名 		
備註	<ul style="list-style-type: none"> 如受疫情影響，以分組/線上分組英文聊天形式舉行，會另行通知參加者 參加者出席率必須高於80% (至少7堂)，否則將被取消參加下期英輔班的資格 遲到15分鐘或以上者，當為缺席 缺席者/其家長必須事前或當天以電話通知負責同事 		

報名詳情

日期 / 時間	內容
2月20日 (星期日) 晚上6:00前	如欲報名，透過QR code登記資料
2月21日 (星期一) 至 3月6日 (星期日)	負責同事將會安排家訪，以確定參加者是否合適參與活動
3月7日 (星期一)	公佈報名名單(25人)和候補名單
3月10日 (星期四) 中午	抽籤方式，抽出6名優惠名額1 (歡迎蒞臨中心二樓大堂觀看過程)
3月11日 (星期五) 晚上6:00	於中心網頁公佈抽籤結果
3月13日 (星期日) 至 3月27日 (星期日)	報名名單內的25人親臨中心辦理報名手續 未按時繳費者，將視為放棄報名之權利2
3月28日 (星期一)	如有家長放棄名額，負責同事將會聯絡候補補上

1. 每名學生在每一個學年只可使用一次優惠名額。
2. 如學生放棄優惠名額，該優惠名額將會作廢，不能轉讓予其他參加者

負責職員：

林耀明先生 (Ming Sir)、陳啟明先生 (Peter Sir)

赤徑自然探索之旅

活動編號：CR 2824-2206

目的：讓區內家庭接觸大自然，共享親子時光。

內容：1) 認識紅樹林生態及功用
2) 香港河溪初探
3) 赤徑村的歷史故事

日期：2022年6月12日(星期日)

時間：上午9:00 - 下午4:00

地點：西貢赤徑

集合時間及地點：上午9:00 正街大快活旁

解散時間及地點：下午4:00 正街大快活旁

對象：晴朗家庭會員

名額：30人

費用：\$60(大小同價)

備註：1) 自備簡便午餐

2) 自備一套可以下水的衣服和鞋

負責職員：文子君姑娘

星期六挑戰急口令

義工訓練

訓練日期：5月7日(星期六)

(編號：CR2822A-2205)

5月14日(星期六)

(編號：CR2822B-2205)

服務日期：5月21日(星期六)

(編號：CR2822C-2205)

5月28日(星期六)

(編號：CR2822D-2205)

時間：上午10:30 - 11:30

地點：434室

對象：9-11歲

名額：6名

收費：每次收費\$10

內容：分9個回合進行挑戰訓練

挑戰急口令 1

小蝸牛，爬磚牆，跌下了，又爬上。
哪怕磚牆高十丈，一步一步耐心爬，
終於爬到磚頭上。

挑戰急口令 2

獅子山上獅山寺，山寺門前四獅子。
山寺是禪寺，獅子是石獅。
獅子看守獅山寺，禪寺保護石獅子。

備註：義工服務總時數為4小時

負責職員：姜姑娘

查詢電話：35892230

「趕走病魔」

攤位義工設計訓練

日期：2022年6月11、18、25日
(星期六)

時間：上午11:00-12:00

地點：安在家中

對象：9-11歲

內容：腦震盪下將可行的病毒幻化成各種危害人類健康嘅怪獸，我哋負責設計如何打敗怪獸嘅方法，過程中學習分享、交流，與參與嘅朋友暢所欲言、天馬行空製作好故事，最後整理變成「中心面書」常識問題遊戲，跟大家分享「預防病魔好習慣」，義工服務時數合共9小時(必須自行製作「預防病魔好習慣」2分鐘短片，並同意在中心面書分享)

負責職員：姜麗勤姑娘

查詢電話：35892230

「英輔樂學坊」義務導師招募

計劃目標：

紓緩區內基層家庭及新來港家庭的負擔，讓孩童可以追上緊張學校的課程

導師職責：

提供英文為主的功課輔導

導師要求：

有良好英語能力

有耐性，可以持續參與計劃最少半個學年

上課地點：

明愛堅道社區中心

上課日期：

2022年4月至2022年6月逢星期日
(公眾假期除外) 下午2:00-3:30
(具體上課日期請與有關職員聯絡)

負責職員：

林耀明先生 (Ming Sir)、陳啟明先生 (Peter Sir)

「西營盤社區義工」招募

計劃目標：

招募街坊擔任社區義工，一同在區內做活動、做服務；令西營盤成為一個有活力的好社區

義工職責：

在社區服務長者、小朋友、基層家庭

義工要求：

居住西營盤、西營盤工作，喜愛西營盤
願意與人合作，可以持續參與計劃最少半年

服務內容：

舉行廚具用具捐助活動、自創社區活動、社區關注的議題

服務地點：

西營盤

活動日期：

2022年4月至2022年9月(日期待定)

負責職員：

文子君姑娘、吳嫻焜姑娘、陳啟明先生

因應疫情發展，本中心服務包括興趣及技能發展課程都會作出不同調節與安排，參加者可在辦公時間致電 28434652 與中心職員查詢。

兒童跆拳道 (需填寫健康申報表)**

聚賢武道館 導師：蔣貞賢館長

長跆拳道是一種以雙拳和雙腳為武器的武術，亦是韓國國技。『跆拳道』意指腳踢，『拳』意指拳擊，『道』意指使用方法訓練內容：包括熱身、體能、招式、套拳、踢腿、對拆、搏擊及自衛術等練習。包括：基本技術、套拳、搏擊等等，為一長期訓練，以不同色帶分級段，設考試升級制。(每3個月為一期)備註：新生需先約見師傅及於開課前兩星期報名，並填訂袍表由道館代購指定之道袍及武道館入會費。

編號	日期	星期	時間	堂數	對象	收費	名額	地點
**CR0381-2206	6月4日-6月25日	六	下午2:30-4:00	4	舊生5-12歲	\$260	20	多用途活動室
**CR0382-2206			下午4:00-5:30		5-12歲			

創意繪畫

Winky's Workshop 合辦

活潑的故事遊戲與主題探索，從有趣的空間啟發孩子對各種事物的好奇心與創意，透過不同的藝術領域讓孩子欣賞，發揮潛能表達自我，尋找更多生活的可能性。課程內容如繪畫(油粉彩、廣告彩、塑膠彩、水墨等)、黏土、拼貼、設計、混合媒介創作等。亦讓孩子學會不同的形及物的畫法、漫畫、簡單素描、線描及其他技巧，加強孩子對物件的比例、人物表情、線條、立體及動作的描繪能力。

編號	日期	星期	時間	堂數	對象	收費	名額	地點
CR0342-2206	6月4日-6月25日	六	上午9:15-10:15	4	3-5歲	\$300/\$50	12	237室
CR0341-2206			上午10:30-11:30		4-6歲			
CR0340-2206			上午11:45-12:45		4-6歲			

幼兒籃球班 (需填寫健康申報表)**

專才教育服務中心 合辦

籃球是世上最受歡迎運動之一，本課程能使幼兒學員能夠體驗籃球運動外，亦可有效鍛鍊幼兒身體肌耐力加強心肺功能及協調能力。導師亦會教授個人技巧、如拍球、運球、各種步法技巧等，將技巧訓練融入遊戲及體適能遊戲當中，令小朋友更開心投入。

編號	日期	星期	時間	堂數	對象	收費	名額	地點
**CR0388-2206	6月4日-6月25日	六	上午11:00-12:00	4	4-6歲	\$480	12	多用途活動室

因應疫情發展，本中心服務包括興趣及技能發展課程都會作出不同調節與安排，參加者可在辦公時間致電 28434652 與中心職員查詢。

非洲鼓班

專才教育服務中心 合辦

本非洲鼓課程通過有系統的節奏訓練，能激發學生的創意和音樂感。亦可透過合奏非洲鼓能培養合作和團隊精神，增強自信等等，課程中教授非洲鼓的起源及歷史、基本樂理、學習非洲鼓遊戲、舞蹈的配合、其他敲擊樂器的運用及配合。

編號	日期	星期	時間	堂數	對象	收費	名額	地點
CR0319-2206	6月4日-6月25日	六	上午9:00-10:00	4	4-6歲	\$620	12	239室

陶藝拉坯

專才教育服務中心 合辦

陶藝拉坯課程有利於激發兒童的創造力、審美感的發展、促進兒童創新思維的發展，擴展兒童個性、拉坯是一個訓練及挑戰自我的機會，課程教授如何使用拉坯機製作如杯、碟、碗、瓶等基本造型，修坯及施釉技巧。讓學員學懂使用基本的陶藝技巧發揮自我的創作空間製作不同個人風格的作品。於課程完結時學員將完成六至十件作品。透過完成製仍品而獲得自信心，體驗成就感、亦可以陶藝活動讓孩子越來越細心及有耐性、培養意志力和獨立能力等多種好處。(註：課程內容會因應學員能力及教學進度而改變) 備註：自備圍裙

編號	日期	星期	時間	堂數	對象	收費	名額	地點
CR0326-2206	6月4日-6月25日	六	上午11:30-12:30	4	6-8歲	\$660/\$200	9	239室

兒童劍擊班 (** 需填寫健康申報表)

銳生體協會 合辦

劍擊是一項講求禮儀的運動，課程教授學員劍擊基本步法、進攻及防守技巧，培養學生身體協調能力。學生於訓練需不斷觀察思考，透過判斷力運用合適的攻防策略。此外，劍擊亦注重團隊精神和溝通能力，是一項鍛鍊體力與智力的運動。* 入門級別：由本會提供有關器材：膠劍、保護衣、面罩。* 因個人衛生問題，學員可自備面罩或向本會購買。(面罩：HKD 250)* 學員可自備面罩，不用繳交面罩費用。

編號	日期	星期	時間	堂數	對象	收費	名額	地點
**CR0390-2206	6月4日-6月25日	六	下午12:15-1:15	4	4-6歲舊生	\$600	12	多用途活動室
**CR0391-2206			下午1:15-2:15		7-11歲舊生			\$600

因應疫情發展，本中心服務包括興趣及技能發展課程都會作出不同調節與安排，參加者可在辦公時間致電 28434652 與中心職員查詢。

芭蕾舞 (** 需填寫健康申報表)

嘉瑩芭蕾舞學校 合辦

以英國皇家芭蕾舞學院 (R.A.D) 之分級考試課程教授，由資深導師教授正統芭蕾舞技巧，身體協調及律動，培養學生的藝術感、音樂感及想象力。以輕鬆活潑和深入淺出的方法，讓學生在輕鬆愉快的環境下習舞，全面發揮潛能，提升自信及藝術氣質。學員請自行向導師購買芭蕾舞衫備註：新學員只可以試堂一次收費 \$130 試堂編號：0330A、0331A、0332A

編號	日期	星期	時間	堂數	對象	收費	名額	地點
**CR0330-2206(Beginner)	6月4日-6月25日	六	上午9:00-10:00	4	滿3-4	\$520	12	240室
**CR0331-2205 (Pre-School Dance)	5月7日-6月26日	六	上午10:15-11:15	13	滿4-5 舊生	\$1755	12	240室
	(停課：5月8日， 5月14日，5月15日)	日	中午12:30-1:30					

兒童合唱團

小森林教育 合辦

合唱訓練，是音樂修養的根基：強調發聲、和聲感覺、聽覺的訓練、音樂感的表達，講求群體的合作性和個人技巧的獨立性，引導和刺激兒童感受音樂並用音樂表達自我，最終目的是讓音樂陪伴學生成長啟發兒童的藝術天份及創意，培養他們的合群精神、對藝術的興趣。

編號	日期	星期	時間	堂數	對象	收費	名額	地點
CR0392-2206	6月4日-6月25日	六	上午10:15-11:15	4	4-6歲	12	\$440	239室

因應疫情發展，本中心服務包括興趣及技能發展課程都會作出不同調節與安排，參加者可在辦公時間致電 28434652 與中心職員查詢。

青少年跆拳道 (需填寫健康申報表)**

聚賢武道館 導師：蔣貞賢館長

跆拳道是一種以雙拳和雙腳為武器的武術，亦是韓國國技。『跆拳道』意指腳踢，『拳』意指拳擊，『道』意指使用方法。訓練內容：包括熱身、體能、招式、套拳、踢腿、對拆、搏擊及自衛術等練習。包括：基本技術、套拳、搏擊等等，為一長期訓練，以不同色帶分級段，設考試升級制。(每3個月為一期)

備註：新生請於開課前兩星期報名，並填訂袍表由道館代購指定之道袍及武道館入會費，新生需約見師傅。對象將視乎情況而容許13歲以下參加

編號	日期	星期	時間	堂數	對象	收費	名額	地點
**CR0141-2206	6月10日-6月24日	五	晚上7:00-9:30	3	13歲或以上	\$240	20	多用途活動室

古箏~基訓課程

導師：林櫻

古箏是中國傳統樂器，音質優美、悅耳，本課程適合初學者，內容包括學習古箏基本的彈奏指法種，彈奏古箏簡易的練習曲。課程共分十級，成績達致程度，可報考北京中央音樂學院考級試。(上課時提供古箏練習，另有古箏租用)

編號	日期	星期	時間	堂數	對象	收費	名額	地點
CR0397-2205	5月17日-6月28日	二	下午3:15-4:15	7	6歲以上	初級：\$665	6	241室
CR0396-2205			下午4:15-5:15			中級：\$700 高級：\$770 深造：\$840		

中國舞等級課程 (應試班) (需填寫健康申報表)**

Miu's Theatre & Dance 合辦

課程根據北京舞蹈學院規定之考試課程而編製內容，由淺入深。** 保送參加北京舞蹈學院之考試，考試自費 **

編號	級別	日期	星期	時間	堂數	對象	收費	名額	地點
**CR0307-2206	第四級	6月4日-6月25日	六	下午3:15-4:30	4	滿7-9歲	\$600	12	240室
**CR0304-2206	第七級			下午1:45-3:15		滿9-12歲	\$720	12	205室
**CR0305-2206	第八級			上午10:15-11:45		滿10-14歲	\$800	12	205室

因應疫情發展，本中心服務包括興趣及技能發展課程都會作出不同調節與安排，參加者可在辦公時間致電 28434652 與中心職員查詢。

K-pop Dance (需填寫健康申報表)**

Miu's Theatre & Dance 合辦

課程利用現時最流行的韓國音樂，由淺入深教導學員基礎的舞蹈技巧，並會加上 MV 中招牌舞步，令熱愛 K-Pop 的你更加投入，更容易上手。讓學員跳得有型有款，趕快吧！趁這個機會 be the next K-star。

編號	日期	星期	時間	堂數	對象	收費	名額	地點
**CR0309-2206 高級組	6月4日-6月25日	六	上午11:45-12:45	4	滿9-14歲	\$480	12	205室
**CR0306-2206 中級組			下午12:45-1:45		滿6-9歲	\$460	12	205室
**CR0303-2206 初級組			上午9:15-10:15		滿3-6歲	\$440	12	205室

兒童詠春 (需填寫健康申報表)**

教練：羅樑柱

詠春為中國傳統武術之一，拳法簡單直接、樸實無華、靈活多變。對敵時，往往能夠做到借力打力以弱勝強，克敵之先機。透過練習詠春拳，能夠幫助學員提升手腳協調，頭腦靈活判斷，能以最小的力量達至防身效果。

編號	日期	星期	時間	堂數	對象	收費	名額	地點
**CR0344-2206	6月4日-6月25日	六	上午9:00-10:00	4	7-14歲舊生	\$600	12	多用途活動室
**CR0345-2206			上午10:00-11:00		7-14歲		12	

芭蕾舞 (需填寫健康申報表)**

嘉瑩芭蕾舞學校有限公司

以英國皇家芭蕾舞學院 (R.A.D) 之分級考試課程教授，由資深導師教授正統芭蕾舞技巧，身體協調及律動，培養學生的藝術感、音樂感及想象力。以輕鬆活潑和深入淺出的方法，讓學生在輕鬆愉快的環境下習舞，全面發揮潛能，提升自信及藝術氣質。備註：學員請自行向導師購買芭蕾舞衫

編號	日期	星期	時間	堂數	對象	收費	名額	地點
**CR0333-2203(G8)	3月27日-6月26日 (停課：4月17日， 5月1日，5月8日， 5月15日)	日	上午9:30-11:00	10	12歲以上 舊生	\$3800	12	240室
**CR0335-2203(G8)			下午11:00-12:30					

因應疫情發展，本中心服務包括興趣及技能發展課程都會作出不同調節與安排，參加者可在辦公時間致電 28434652 與中心職員查詢。

瑜伽養生運動 (** 需填寫健康申報表)

瑜伽式子之動式、靜式、呼吸法，可將身心調整，減低日常壓力，達致身心康健，老幼皆宜，通過輕鬆舒服的練習，令身體內外得到適量的運動，精神得到鬆弛，有效減低因缺少運動而造成的「都市病」保持身體健康。

編號	日期	星期	時間	堂數	收費	名額	地點	導師
**CR0211-2206	6月6日-6月27日	一	上午9:30-11:00	4	\$280	16	205	陳惠芳
**CR0215-2206			下午2:00-3:30		\$280			
**CR0213-2205	5月17日-6月28日	二	上午9:10-10:40	7	\$490	16	205	李寶霞
**CR0219-2205			晚上6:00-7:30		\$560			何秀賢
**CR0221-2205	5月11日-6月29日	三	上午11:00-12:30	8	\$560	16	205	陳惠芳
**CR0226-2205	5月12日-6月30日	四	上午9:15-10:45	8	\$560	16	205	李寶霞
**CR0225-2205	5月27日-6月24日 (停課：6月3日)	五	上午9:30-11:00	4	\$280	16	205	何秀賢
**CR0216-2206	6月4日-6月25日	六	下午3:30-5:00	4	\$320	16	205	何秀賢

婦女健康舞 (** 需填寫健康申報表)

導師：林玉薇

本課程就是讓員隨著節奏明朗較快的樂韻，踏著簡單明快的舞步，有極佳的減肥作用，同時可塑造美好身段同時提升身體的素質，並且拋開工作煩惱，放下生活的壓力，集運動與減壓於一體。

備註：本課程為延續性課程，如有名額開始放予公開報名，每位報名人士祇可報讀一個名額

編號	日期	星期	時間	堂數	收費	名額	地點
**CR0103-2205	5月5日-6月30日	四	晚上6:30-8:00	9	\$855	12	205室

因應疫情發展，本中心服務包括興趣及技能發展課程都會作出不同調節與安排，參加者可在辦公時間致電 28434652 與中心職員查詢。

健康排排舞 (** 需填寫健康申報表)

導師：林玉薇

排排舞源於美國。隨著節奏輕快的音樂配合簡單輕鬆的步法，向四周步進，最後循還原位。排排舞一種集體舞，在於結構簡單，不需舞伴亦不受場地大小局限，配合全身運動舞步，達至健美的效果。

備註：本課程為延續性課程，如有名額開始放予公開報名，每位報名人士祇可報讀一個名額

編號	日期	星期	時間	堂數	收費	名額	地點
**CR0230-2205	5月3日-6月28日	二	上午9:15-10:45	9	\$639	30	二樓廣場
**CR0231-2205	5月13日-6月24日 停課：6月3日	五	下午2:00-3:30	6	\$426	30	二樓廣場

普拉提 (Pilates) 運動 (** 需填寫健康申報表)

導師：林玉薇

潮流興纖體，愈來愈多人趁餘閒參與健體運動，普拉提 (Pilates) 是其中一項熱門選擇。普拉提糅合了東方和西方運動哲學的精髓，它的運作緩慢和清楚，而每個姿勢都是必須和呼吸互相協調。這種運動既有效改善體形，使肌肉結實修長，更具備物理治療效果，所以適合任何年齡，特別是缺少運動、長時間需要接觸電腦和朝九晚五的上班族。

備註：本課程為延續性課程，如有名額開始放予公開報名，每位報名人士祇可報讀一個名額

編號	日期	星期	時間	堂數	收費	名額	地點
**CR0237-2205	5月23日-6月27日	一	晚上6:30-8:00	6	\$660	12	205室
**CR0267-2205	5月5日-6月30日	四	下午4:30-6:00	9	\$990	12	205室

因應疫情發展，本中心服務包括興趣及技能發展課程都會作出不同調節與安排，參加者可在辦公時間致電 28434652 與中心職員查詢。

五常痛伸展運動班 (** 需填寫健康申報表)

導師：林玉薇

都市人經常因低頭做家務、打電腦、打手機令肌肉過勞、受傷或長期坐辦公室缺乏運動及姿勢不良等等，道至「周身痛」亦稱為「五常痛」，「五常痛」即包括頸痛、肩膊痛、腰背痛、坐骨神經痛及膝痛。要改善這些痛症，除了要注意姿勢，還要透過正確及安全的伸展技巧及方法，才能把痛楚清除。

編號	日期	星期	時間	堂數	收費	名額	地點
**CR0236-2205	5月13日-6月24日 停課：6月3日	五	下午4:00-5:30	6	\$660	12	205室

舒壓養身運動 (** 需填寫健康申報表)

導師：林玉薇

本課程為現代都市人提供符合健美養生兼備之運動，綜合普拉提、伸展、筋膜、經絡及呼吸運用來調理人體的身心鍛鍊。經由溫和又安全的動作練習，強化身體核心肌群，調整不良姿勢，舒緩腰背及四肢疼痛問題，增進肢體美感，並達至舒壓，促進心靈和諧效果；亦能提升肌力、柔軟性、協調性和平衡感，是一種全方位健身運動。

編號	日期	星期	時間	堂數	收費	名額	地點
**CR0238-2205	5月23日-6月27日	一	下午4:45-6:15	6	\$720	12	205室
**CR0235-2205	5月3日-6月28日	二	上午11:00-12:30	9	\$1080	12	205室
**CR0261-2205	5月5日-6月30日	四	下午2:30-4:00	9	\$1080	12	多用途活動室

因應疫情發展，本中心服務包括興趣及技能發展課程都會作出不同調節與安排，參加者可在辦公時間致電 28434652 與中心職員查詢。

二胡課程

導師：林櫻

本課程適合初學二胡者，學習二胡演奏基本技巧，結合簡譜學習拉奏一些二胡曲譜。（上課時請帶備二胡。另有二胡租用回家練習，學員可於報讀時留名。）

編號	日期	星期	時間	堂數	收費	名額	地點
CR0200-2205	5月6日-6月24日 停課：5月13日 停課：6月3日	五	下午12:45-1:45	6	初級：\$570 中級：\$600 高級：\$660 深造：\$720	6	241室

古箏~基訓課程

導師：林櫻

古箏是中國傳統樂器，音質優美、悅耳，本課程適合初學者，內容包括學習古箏基本的彈奏指法種，彈奏古箏簡易的練習曲。課程共分十級，成績達致程度，可報考北京中央音樂學院考級試。（上課時提供古箏練習）另有古箏租用

編號	日期	星期	時間	堂數	收費	名額	地點
CR0201-2205	5月6日-6月24日 停課：5月13日 停課：6月3日	五	上午11:45-12:45	6	初級：\$570 中級：\$600 高級：\$660 深造：\$720	6	241室

中國書畫

導師：陳志強

課程適合初學習人士，教授正確執筆的方法、基本筆劃、字體結構，並即席示範練習及批改習作，水墨畫課程入深內容包括運筆技法、國畫顏色特質及宣紙水墨效果等，使學員了解及認識中國書畫特色。

編號	日期	星期	時間	堂數	對象	收費	名額	地點
CR0161-2205	5月12日-6月30日	四	下午2:30-4:00	8	15歲以上	\$680/\$100	12	441室

因應疫情發展，本中心服務包括興趣及技能發展課程都會作出不同調節與安排，參加者可在辦公時間致電 28434652 與中心職員查詢。

楊式太極拳 40 (** 需填寫健康申報表)

導師：邱福嬌

楊式太極拳，是一種內外兼修，形神合一，動靜結合，富有哲理的極具中國傳統文化內涵的體育項目。其拳架動作優美，舒展大方，剛柔相濟，圓活連貫，瀟灑自然。鍛煉中，以調心調息調形為一體，達至氣運全身，內外調和，陰陽平衡，更能提高臟腑功能，保持氣血經絡暢通，增強免疫能力，強化筋骨，達到更好的強身健體效果。

編號	日期	星期	時間	堂數	對象	收費	名額	地點
**CR0147-2205	5月11日-6月29日	三	上午9:15-10:45	8	15歲以上	\$680	18	多用途活動室

四季養生功 (** 需填寫健康申報表)

導師：邱福嬌

導引養生功，是根據人體病因，陰陽五行、臟腑經絡及氣血的關係，通過意識、呼吸、形體的自我鍛煉養生方法。人體的健康，往往因四時變化而受影響，大家可以配合適當的養生功法，以指代針，對症練功，以達增強體質，祛病延年的目的。

春：肝氣升發，脾胃不和。"和胃健脾功"可提高脾胃功能，有助於防治消化不良等系統疾病。

夏：心血旺盛季節。"舒心平血功"可舒緩心臟，平調血液，防治高血壓、冠心病等系統疾病。

秋：秋燥傷肺。"益氣養肺功"可防治傷風感冒、氣管炎等系統疾病。

冬：藏精季節，需要補腎。"疏筋壯骨功"可防治頸肩腰腿痛等骨骼肌肉系統疾病。

編號	日期	星期	時間	堂數	對象	收費	名額	地點
**CR0146-2205	5月11日-6月29日	三	上午11:00-12:00	8	15歲以上	\$560	18	多用途活動室

成人新書推介

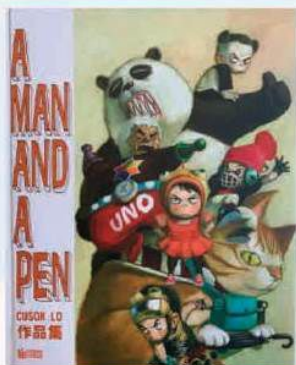
400 語言學



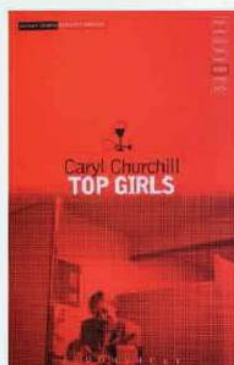
600 應用科學



700 藝術



800 文學



900 地理 / 歷史

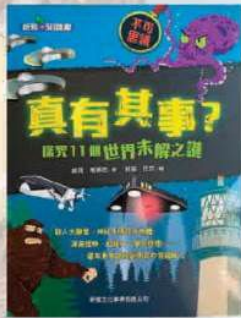


歡迎往 434 圖書館借閱

電話查詢：35892230

兒童新書推介

000 總類



100 哲學 / 心理學



400 語文



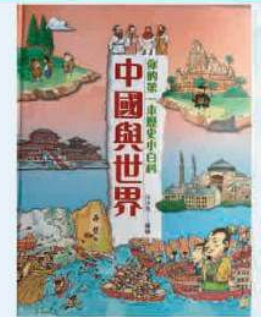
500 自然科學



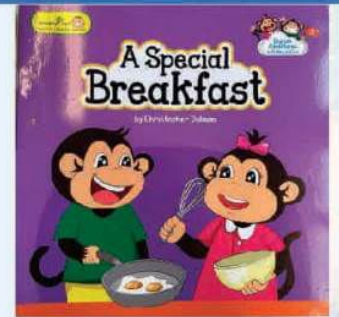
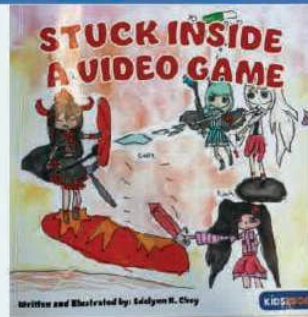
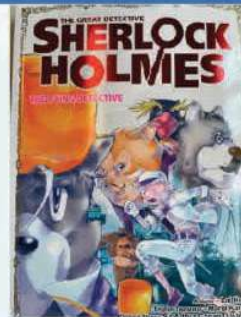
500 自然科學



900 地理 / 歷史



F 英文兒童故事書



歡迎往 434 圖書館借閱

電話查詢：35892230

會員申請

會員資格：

1. 個人會員：年滿 3 歲之本港居民。
2. 家庭會員：直系家屬家庭會員，年齡不限，成員均須為本港居民。

會員收費：

1. 個人會員：30 元，年滿六十歲優惠價 24 元
2. 家庭會員：每個家庭 60 元，人數不限
3. 領取綜合社會保障援助金人士：免費

入會手續：

1. 親臨本中心詢問處填寫表格及辦理入會手續。如申請家庭會員，可由其中一位成年代表成為申請人。
2. 帶備個人出世紙或個人身份證正本或影印本，以供核對。如申請家庭會員，請帶備每位成員之出世紙或個人身份證正本或影印本。
3. 繳交年費。

退會程序：

會員會籍在有效期內，會員可以要求刪除其會籍，本單位將順應要求刪除所有有關記錄，但是已繳交之會員費則概不發還。

颱風或暴雨下之服務安排

特殊天氣警告	室內活動	戶外活動	中心開放
1 號風球	如常舉行	照常舉行	照常開放
3 號風球	如常舉行	取消	照常開放
8 號及以上風球	取消	取消	關閉
雷暴警告	如常舉行	請致電查詢	照常開放
黃色暴雨警告	如常舉行	照常舉行	照常開放
紅色暴雨警告	如常舉行	取消	照常開放
黑色暴雨警告	取消	取消	關閉

所有安排均根據服務舉行前 3 小時內之天氣情況作決定，例如服務於上午 10:00 舉行或集合，如天文台於上午 7:00 及之後發出黑色暴雨警告，則該活動將會取消。即使有關警告其後在上午 9:00 取消，服務仍不會恢復舉行。

報名須知

- 報名請親臨本中心辦理報名手續、繳交有關費用及其他有關服務註明之資料，方為有效；
- 所有社交及技能發展課程及部份活動之參加者必須為有效會員，並需於報名時出示會員証；
- 除特別註明外，所有服務均採「先到先得」原則取錄；恕不接受以電話報名或預留名額；
- 年滿 60 歲人士，報名參加社交及技能發展課程，可獲八折優惠。
- 凡已登記綜合社會保障援助優惠計劃人士，可以 \$10 收費報名參加各項服務，但受有關條款限制，詳情請參閱相關計劃條款；
- 繳費可採用現金、信用卡或支票。如使用支票，抬頭請寫「香港明愛」或 Caritas—Hong Kong(S. W.D.)，並於支票背面寫上發票人之姓名及聯絡電話。
- 一經報名，除因該服務有所更改外，參加者如要求退出，請依據「服務退出手續」辦理及支付有關手續費。
- 詳情請參閱本中心網頁相關章程。

退出程序

- 已報名及繳費者之參加者（以下簡稱參加者）可以在服務舉行前不少於 6 個工作天向本中心申請退出服務，並填寫有關申請表格。
- 若有關活動已有候補者等候，則會安排由候補者補上；在候補者報名及繳費後，本中心將安排在 1 2 個工作天內退回已繳交之費用，惟參加者需繳交手續費每人每項活動 3 0 元正。
- 如有關活動沒有候補者，則參加者可以推薦符合參加資格的人士補上，惟本中心保留接納該候補人士的權利。若被推薦者獲接納參與服務，本中心將安排在 1 2 個工作天內退回已繳交之費用，惟參加者需繳交手續費每人每項活動 3 0 元正。
- 若沒有任何候補者，則參加者不能退回已繳交之費用。
- 若本中心因應環境轉變而需要調動服務，因而引致參加者所參加的服務不能如期舉行，參加者可選擇參加其他服務，並將已繳交之費用轉到新的服務。參加者亦可選擇退回已繳交之費用，本中心安排在 1 2 個工作天內退回。
- 在下列情況下，本中心可取消參加者服務的資格：
 1. 在報名後被本中心發現不符合參加的資格；
 2. 在服務進行期間，參加者不遵從本中心服務負責職員就其言論、行為的勸喻。



明愛堅道社區中心

Caritas Community Centre - Caine Road

香港堅道2-8號明愛大廈2樓235室

電話：2843 4652

傳真：2524 6226

網址：<http://crcc.caritas.org.hk/>

電郵：ycscrcc@caritassws.org.hk



中心開放時間

逢星期一至五：上午9:00 - 晚上10:00

逢星期六：上午9:00 - 下午6:00

逢星期日：下午2:00 - 下午6:00

公眾假期休息

圖書館及自修室時間

逢星期一至五：上午10:00 - 晚上9:00

逢星期六：上午10:00 - 下午6:00

逢星期日：下午2:00 - 下午6:00

公眾假期休息

途徑本中心之交通：

往蒲飛路巴士：12、12M、13、23、23B (服務只限早上)、40、40M、103

途經灣仔巴士：13、23B (服務只限早上)、40M、103

專線小巴：31、8、22

更多即時資訊!!!



www.facebook.com/caritas.crcc



中心地圖



中心網頁

督印人：嚴柳芬

出版日期：2022年4月

印刷數量：1000本