

環聲

西營盤社區客廳開幕啦！



 明愛堅道社區中心
Caritas Community Centre - Caine Road


社會福利署資助服務
Subsidised Service by the Social Welfare Department

 政府資助計劃
Government-funded programme

2026年4-6月春季通訊

本季活動及課程由3月27日開始接受報名
(特別註明之活動或課程除外)

目錄 Content

目錄、服務通告

社區動態	01-04
服務回顧	05-08
活動推介 - 社區活動	09-17
活動推介 - 兒童活動	18
活動推介 - 青少年活動	19-20
活動推介 - 成人及家庭活動	21
活動推介 - 晴朗家庭活動	22-27
義工招募	28-29
興趣及技能發展課程	30-40
圖書館活動	41-44
報名須知	45

服務通告 (一)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	日期	開放時間調整
4月3日(星期五)	耶穌受難節 休息	5月1日(星期五)	勞動節 休息
4月4日(星期六)	耶穌受難節翌日 休息	5月24日(星期日)	佛誕 休息
4月5日(星期日)	清明節 休息	5月25日(星期一)	佛誕翌日 休息
4月6日(星期一)	清明節翌日 休息	6月19日(星期五)	端午節 休息
4月7日(星期二)	復活節星期一翌日 休息		

(二) 因應特殊情況，本中心服務包括遇到服務、圖書館、小組、活動及興趣及技能發展課程等，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。

(三) 明愛青少年及社區服務「服務質素標準」網址：<https://yccs.caritas.org.hk/sqs2>

(四) 如有任何查詢及意見，歡迎在辦公時間致電2843 4652與我們聯絡。

第十間《社區客廳》在中西區 - 「西營盤社區客廳」營運啦！

「西營盤社區客廳」¹由香港明愛營運，利希慎基金及周大福慈善基金提供場地贊助，關愛基金提供項目資助。根據2021年的數據，中西區約有三千六百多戶居住於劏房，情況令人意想不到，現時租金更接近每月八千元²。居住空間狹小、生活壓力沉重，不僅影響情緒，亦會對家庭關係及身心健康造成影響。在中西區服務超過50年的明愛，有幸獲得社會福利署、關愛基金、利希慎基金及周大福慈善基金的支持與資助，讓原本的商業空間得以轉化為一個真正扎根社區的「社區客廳」。項目透過政、商、民合作的優勢，為「劏房」戶延展生活空間及人際網絡，從而提升生活水平和加強他們的幸福感及對社區的歸屬感。



項目針對劏房住戶缺乏空間、時間與社區網絡的需要，設有多項生活空間設施及社區支援服務，強調建立鄰里支援網絡及健康生活的重要，更實踐跨界別協作，連繫商界及地區組織，向有需要人士提供非現金捐贈及義工服務。

「社區客廳」的服務特色，主要在於回應會員所面對的三大困難——缺乏空間、缺乏時間，以及缺乏連結。

回應缺乏空間：我們提供一個舒適且多功能的共享空間³，讓會員得以休息及參與各類活動，同時兼顧健康需要，從而提升生活質素。

回應缺乏時間：社區客廳由早至晚開放⁴，服務時間具彈性。無論是上班人士、雙職家庭家長，抑或需要照顧家人的照顧者，均可按自身需要選擇合適時間使用設施及參與活動。

回應缺乏連結：會員可透過不同的小組、活動及互助平台建立聯繫，不再孤軍奮戰，而是彼此支持，共同面對生活上的挑戰。

西營盤社區客廳已於2025年12月30日正式投入服務，項目為期三年。同時，我們很高興於2026年2月9日由政務司司長陳國基先生主持客廳之開幕典禮，勞工及福利局局長孫玉菡先生、周大福慈善基金理事紀文鳳女士、利希慎基金總裁何宗慈女士、勞工及福利局常任秘書長劉焯女士、社會福利署署長杜永恒先生和香港明愛總裁閻德龍神父一同主禮。





註1 地址：西營盤威利麻街6號威華商業中心2號(地下及1樓)及6號(地下)

註2 2025年10月13日本土研究

<https://www.facebook.com/photo.php?fbid=1244494007715702&set=a.630338522464590&id=100064653431413>

註3 客廳設施

- 鄰里飯廳：設有飯桌和座椅，讓會員可以舒適地享用膳食。社區客廳會定期舉辦節慶聚會，讓會員可以一邊享用美食，一邊交流分享。
- 兒童遊樂區：提供各式各樣的玩具、圖書及桌遊，讓小朋友有一個安全舒適的空間玩樂和學習。
- 鄰里備餐區：會員可以預約使用爐頭和電飯煲，亦備有其他煮食用具，例如氣炸鍋、焗爐、養生壺和研磨機等。
- 鄰里洗衣房：配備相宜收費洗衣及乾衣設備，供會員自助洗衣及乾衣。
- 鄰里淋浴間：除自助淋浴間，亦配備嬰兒友善設施。
- 社區健身房：透過足夠空間和不同運動器材，包括乒乓波枱、單車機和多功能健身床定等，鼓勵會員培養運動習慣，提升他們的身心健康。
- 自助健康區：會員可在此自行量度血壓血糖、膽固醇及身體成份分析，了解及管理自己的健康狀況。
- 學童溫習室：配備電腦、無線網絡、電子學習工具及補充練習等，為會員提供自修空間和功課輔導活動。
- 悅韻音樂室：隔音房間提供不同樂器，例如結他、小提琴、鋼琴及木箱鼓等可供會員預約借用。
- 紓壓動心房：備有各類紓壓及伸展身體的用品設施，例如：瑜珈蓆、小型彈床、頌鉢等，讓會員紓緩壓力和痛症，促進身心健康。

註4 開放時間：星期一至日(包括公眾假期) 早上11:00 - 晚上10:00

(八號或以上颱風或黑色暴雨警告將會暫停開放)



社區關顧日

本中心原定於12月14日舉行「中心開放日暨社區嘉年華」，但因11月26日大埔火災事件引起社區人士的高度焦慮與擔憂，決家改為聯同「明愛莫張瑞勤社區中心」及「明愛賽馬會石塘咀青少年綜合服務」舉辦「社區關顧日」，藉此及早識別受情緒困擾的社區人士，並提供及時的情感支持，以更全面回應社區的即時需求。活動當日成功協助個別社區人士釋放壓力，並安排後續跟進，確保他們能持續獲得關懷與支援。

關顧日共有240人小組組員、表演者及社區人士出席，組員們為了改善社會氛圍，齊心協力籌備社區關顧日，讓參加者認識關顧自己和身邊人的紓壓方法，並能體驗各種提升身心靈健康的活動，當日攤位及活動包括「情緒的味道」、「溫暖心語站」、「流彩貝殼珍珠橋」、「抽籤送關懷」、「療癒頌鉢體驗」、「搽出正能量」、「Coffee(紓壓) Ball」、「情緒紅綠燈」、「心靈磅重機」、「和諧粉彩」、「中醫師義診」等。各活動展現了義工及表演者的用心與奉獻精神，值得肯定與讚賞。

不少家長表示關顧日活動非常有意義，尤其是「溫暖心語站」，讓小朋友們寫下鼓勵話語與心意卡，透過串聯彼此的心意，學習表達情感，並共同面對大埔火災事件，從而增強同理心與關社意識。



服務回顧



上環麻雀王大賽

壹合於2月份新春期間，在上環的不同空間進行「上環麻雀大賽」的初賽。活動旨在讓各個街坊歡度新年佳節，增加中西區的節慶氣氛；通過合家歡的麻雀活動，促使區內人士互相認識，以連結區內的店舖和街坊。活動由上環的店舖The station和綠行鳥作為合作夥伴，提供場地和禮物等支援，好讓每一位中西區的街坊一同在麻雀枱上「切磋牌技」，共渡新春。

經過64位街坊好友進行激烈的初賽後，我們已經誕生16名成功晉升決賽的朋友，決賽和總決賽將於4月30日進行，邀請大家繼續留意壹合project house的社交平台和資訊，屆時大家都可以一同參與，見證「上環麻雀王」的誕生！



房屋考察系列

中上環劏房互助組定期會到不同地區實地考察，了解當區的社會房屋、物價及生活配套。繼10月到訪坪洲後，小組在12月去到烏溪沙進行社區考察，重點是由東華三院營運的過渡性房屋「樂和·東寓」。該址距離地鐵站及商場5-10分鐘步程，相當便捷，惟沿路甚少樹蔭、遮陽設施及歇腳櫈，路人日曬雨淋較為不便。社房導賞由現住客（前本區劏房街坊）帶領，觀察到室內空間較市區社房寬敞；廁所外的洗手盤設置在窗戶的側邊，較普遍正對窗戶為佳，更有利空間運用。組員整體評價正面，環境舒適，鄰近的馬鞍山有不少工作機會，打破了對偏遠社房的刻板印象。

另外，2月小組考察了梅窩，主要參觀了公屋銀灣邨、居屋銀蔚苑及銀河苑。以離島公屋來說，銀灣邨的規模頗大，分4座共429個單位，當中分別兩座8層及一座13層設有升降機，只有6層的銀星樓則沒有。每隔3層設有天橋連接各座別出心裁，整體可達性高。銀灣邨距離碼頭及街市約10分鐘步程，亦算便捷，沿途設有不少涼亭及歇腳櫈，但街市的店舖較少，住客若需更多購物選擇便要走到鄰近碼頭的超市或其他小店。除此之外，小組亦到訪梅窩著名的洪聖古廟、文武廟、梅窩文化展覽中心、銀礦灣瀑布及銀礦洞，親親大自然及認識當區歷史文化。



明愛堅道社區中心 2026年暑期活動及課 程宣傳街站

活動推介 · 社區活動

「夏日動感」 暑期活動推廣日

活動日期：2026年5月3日(星期日)

活動時間：下午2:00 - 5:00

活動地點：中環堅道2號明愛大廈2樓

活動詳情將於4月中旬透過中心網頁及社交平台
(facebook、IG) 發放，敬請留意

如有任何查詢，可以致電2843 4652與詹銘光先
生、李文裕先生或梁美寶姑娘聯絡！

日期	時間	地點
21/04/2026 (二)	1430-1630	太平山街 / 居賢坊
22/04/2026 (三)	1500-1700	荷李活道 / 樂古道
23/04/2026 (四)	1600-1800	堅道 / 半山行人 扶手電梯
24/04/2026 (五)	1430-1630	聖心小學 / 堅道 (U購門口)
25/04/2026 (六)	1000-1200	般咸道 (近西營盤站C出口)
27/04/2026 (一)	1600-1800	皇后大道西 / 西營盤站A1出口
28/04/2026 (二)	1430-1630	聖公會聖馬太小學 (對出)
29/04/2026(三)	1500-1700	必列者士街 / 水池巷
30/04/2026(四)	1500-1700	正街街市 / 第一街

*以上安排視乎當日天氣而有所更改，
敬請注意！



「精彩人生下半場」 不一樣50+ ~同學會申請表

姓名：_____ 是否本中心會員？ 是 否
電話：_____ (設立WhatsApp群組之用)

網上申請表：bit.ly/45eaFMN

QR Code：



「敢」、「智」、「繫」50+嘅生活

- 「勇敢」接受新事物，例如：嘗試、參與、分享，共同創造退後的個人價值
- 「智慧」精靈善用個人經驗，例如：發揮興趣、學習新技能
- 「連繫」與社群保持接觸，例如與人合作、貢獻技能、服務社會

50+創造不一樣的人生……從這裏開始

本人希望參加之系列活動包括(可選擇多項✓)：

1) 「勇敢」

跑步或健步走 行山 健體運動 其他：_____

2) 「智慧」

戶外旅行 DIY手工藝 日式家庭料理 手機應用

其他：_____

3) 「連繫」

興趣活動義務導師或協助義工

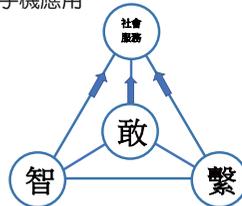
例如：行山、手機應用、其他：_____

分享個人專職或經驗，例如：_____

義工服務

義工經驗： 有：_____年 沒有

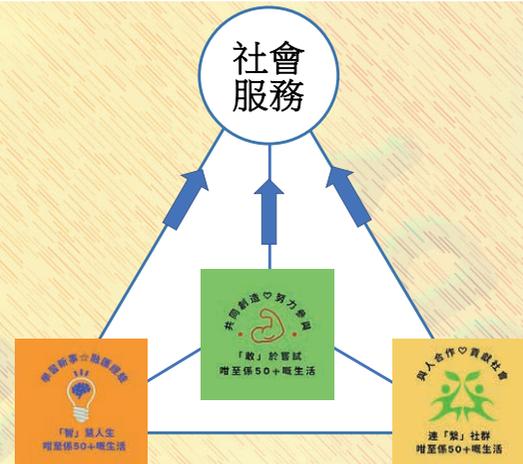
提供義務工作時段：任何時段 星期一至五 星期六、日



退休人士服務

不一樣50+ ~ 「精彩人生下半場」 「敢」、「智」、「繫」50+嘅生活

- 「勇敢」接受新事物，例如：嘗試、參與、分享，共同創造退後的個人價值
- 「智慧」精靈善用個人經驗，例如：發揮興趣、學習新技能
- 「連繫」與社群保持接觸，例如與人合作、貢獻技能、服務社會



溫馨提示：

為了促使50+服務的資源可以更有效地運用，凡已經報名參加了活動，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。



「敢」於嘗試

健步走/跑步學堂

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。

目的：1. 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

2. 讓參加者於社區傳播運動健康的信念，鼓勵任何人多做運動

課堂不會太高強度，同學感到疲倦可隨便休息，或以健走的方式進行訓練。課堂在於鼓勵大家多做運動，同時亦給予正確的跑步和運動指導

訓練包括：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：2026年5月2、9、16、23、30日

2026年6月6、13、20、27日

時間：下午3:30-5:30

地點：跑馬地公眾運動場

集合時間及地點：下午3:30跑馬地運動場男更衣室門前

解散時間及地點：下午5:30跑馬地公眾運動場

對象：50+同學會會員（須同時成為中心有效會員）

費用：每兩個月收費\$450 (CRG1266-2605(5-6月))

名額：15人

查詢：35892230（李先生）/ 57225889 (WhatsApp)

備註：有儲物櫃（請自備鎖頭）及沖身設施，如果天氣不佳，我們會留在室內進行體能訓練。

負責職員：李文裕先生（越野跑及馬拉松發燒友，希望能將跑步的熱情帶給同學，和大家一起成長）

負責導師：李嘉綸老師（香港業餘田徑總會一級教練，1993年香港田徑最佳運動員。長跑是他一生的功課。希望和50+的朋友一起強身健體。）

歡迎免費試堂及中途加入!!



李文裕先生



導師李嘉綸老師





「敢」於嘗試

山旅「先頭部隊」義工大募集訓練與實習 (實習：需協助帶領遠足樂悠悠活動)

山旅「先頭部隊」(妙高台·大帽山)

編號：CR6407-2604
 日期：2026年4月1日(星期三)
 集合時間：上午9:30
 集合地點：荃灣千色站門口(青山公路馬路方向)
 行程：集合後，坐小巴往川龍，行上妙高台，再經大帽山(麥理浩徑第8段)行落荃錦公路
 路程：約3小時
 距離：5公里
 難度：2星
 費用：免費
 參加資格：50+同學會會員及「先頭部隊」成員
 建議裝備：最少2L食水、乾糧、晴雨用品、行山仗
 義務導師：郭文偉先生
 負責職員：詹銘光先生

山旅「先頭部隊」(渣甸山·小馬山)

編號：CR6408-2605
 日期：2026年5月6日(星期三)
 集合時間：上午9:30
 集合地點：中環交易廣場G/F之巴士總站(城巴6號巴士站)
 行程：集合後，坐巴士往黃泥涌水塘，行上渣甸山，過小馬山，寶馬山，最後落天后廟道，路程主要為山路
 路程：約3小時
 距離：7公里
 難度：2星
 費用：免費
 參加資格：50+同學會會員及「先頭部隊」成員
 建議裝備：最少2L食水、乾糧、晴雨用品、行山仗
 義務導師：郭文偉先生
 負責職員：詹銘光先生

山旅「先頭部隊」(芝麻灣半島)

編號：CR6409-2606
 日期：2026年6月3日(星期三)
 集合時間：上午9:30
 集合地點：東涌地鐵站B出口(OK便利店門口)
 行程：集合後，坐巴士往貝澳，經望東灣，十壟水塘，去芝麻灣碼頭，最後坐橫水渡往梅窩(船期：下午3時或5時05分，船程20分鐘)
 路程：約4小時
 距離：12公里
 難度：2星
 費用：免費
 參加資格：50+同學會會員及「先頭部隊」成員
 建議裝備：最少2L食水、乾糧、晴雨用品、行山仗
 義務導師：郭文偉先生
 負責職員：詹銘光先生



「敢」於嘗試 遠足樂悠悠

遠足樂悠悠 (嶂上郊遊徑 • 鯽魚湖)

編號：CR6410-2604
日期：2026年4月22日(星期三)
集合時間：上午9:30
集合地點：西貢碼頭1A小巴總站 (OK便利店門外)
路程：坐小巴往海下路，沿嶂上郊遊徑往嶂上，休息後經榕木凹往鯽魚湖。(路程多為山路)
距離：12公里
難度：2星
行程：約4小時 (連休息)
建議裝備：最少2L食水、乾糧、晴雨用品、行山仗
義務導師：郭文偉先生
負責職員：詹銘光先生



遠足樂悠悠 (坪洲)

編號：CR6411-2605
日期：2026年5月20日(星期三)
集合時間：上午9:45
集合地點：中環6號碼頭
路程：約3小時 (未計交通時間)
距離：7公里
難度：1星半
行程：坪洲雖小，但可供遊覽地方不少，當地民風淳樸，居民大都享受悠閒生活，所以吸引到不少市區上班族，都選擇在這小島居住，有興趣者不妨到此走一趟
建議裝備：最少2L食水、乾糧、晴雨用品、行山仗
義務導師：郭文偉先生
負責職員：詹銘光先生



遠足樂悠悠 (馬灣)

編號：CR6412-2606
日期：2026年6月17日(星期三)
集合時間：上午9:30
集合地點：青衣港鐵站C出口
行程：集合後，先坐巴士NR330往珀麗灣，然後經東灣往小碼頭，再上大嶺頭(69米)，最後行馬灣公園及馬灣1868，此處為最新打咭景點，路途輕鬆易行，有山路及石屎路
路程：約3小時
距離：5公里
難度：1星半
費用：免費
參加資格：50+同學會會員及「先頭部隊」成員
建議裝備：最少2L食水、乾糧、晴雨用品、行山仗
義務導師：郭文偉先生
負責職員：詹銘光先生





「智」慧人生

鼓·鼓·吓

編號：CRG1302-2605
 日期：2026年5月7日至6月12日 (逢星期五) [共9堂]
 內容：(1). 學習簡單音樂節奏/拍子
 (2). 設計及製作個人敲擊樂器
 (3). 個人敲擊樂器大合奏
 時間：下午2:30-4:00
 地點：本中心439B室
 名額：8人
 費用：免費
 資格：50+ 同學會會員
 負責職員：詹銘光

日常用語- 日語篇

編號：CRG1303-2605
 日期：學習在香港常見、用到的日本貨品的用語發聲音
 內容：(1)簡單拼音
 (2) 日本用品/產品的日常用語
 日期：2026年4月8至5月20日 (逢星期三) [共7堂]
 時間：下午11:00-12:30
 地點：中心239室
 名額：8人 (必須為本中心 及 50+同學會會員)
 費用：\$50
 報名方法：請親臨本中心辦理報名手續
 負責職員：詹銘光
 鳴謝：符寶鑫女士 (義務導師)



連「繫」社群

50+ 同學會：一年一聚

編號：CR6413-2604
 內容：50+ 周年簡報、小隊介紹、遊戲/表演等
 日期：2026年4月26日 (星期日)
 時間：下午3:00 - 4:30
 地點：本中心2樓
 名額：60
 費用：\$20
 資格：50+ 同學會會員
 負責職員：詹銘光

義務工作你要識

編號：CRG1304-2605
 內容：(1) 明瞭義務工作概念
 (2) 認識不同的社會服務類型
 (3) 籌備活動注意事項
 (4). 策劃及帶領遊戲技巧
 日期：2026年5月8日至6月26日 (星期五) [共7節]
 時間：下午3:00 - 4:30
 地點：本中心239室
 名額：8人
 費用：\$50
 資格：50+ 同學會會員
 負責職員：詹銘光
 備註：義工需要協助籌辦暑期期間中心之活動，詳情於小組內商討



 明愛聖道社區中心

中上環劏房

互助組

定期聚會促進居民連結，分享社區資源；就住屋議題交流想法，並向政府部門及相關團體表達意見。

每月第一、三個星期四 晚上7-8:30

- 居民會
- 共享手作坊
- 社區教育活動等



 查詢：請致電 2843 4652 與負責職員 梁仲賢先生 或 文子君姑娘 聯絡

荷李活長者論壇

網絡·時事·權益

活動推介·社區活動



內容：透過活動促進長者互助及建立義工連結網絡；分享長者相關福利及活動資訊，凝聚共識後向區議員及政府部門等表達。

日期：每月第一及三個星期二
 時間：早上9:30 - 11:00
 地點：上環荷李活道公園大涼亭
 對象：60歲或以上人士
 報名：歡迎親臨論壇報名
 查詢：請致電2843 4652與負責職員梁仲賢(梁生)或 詹銘光(詹生) 聯絡





上環諮詢站

- 內容：1. 收集改善社區的環境設施的意見
2. 社區資源查詢、派發社會福利資訊

日期	時間	地點
每月第一及第三個星期二	下午4:00-5:30	德輔道西 修打蘭街交界， 惠康對出空地
每月第二及第四個星期三	下午4:00-5:30	樂古道(垃圾站旁邊)

西營盤諮詢站

- 內容：1. 家庭福利查詢
2. 家庭活動資訊

日期	時間	地點
每月第一個星期二	下午3:00-5:00	高街、正街交界 (扶手電梯旁)
每月第四個星期三	下午2:30-4:30	般咸道 (西營盤C出口)

住屋諮詢站

- 內容：1. 介紹公屋申請的資格和手續、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

註：如遇天雨則暫停

微笑服務日~齊齊動動腦

活動編號：CR6423-2606

內容：小食茶點、好玩刺激桌上遊戲

日期：2026年6月29日 (星期一)

時間：下午2:30-4:30

地點：西營盤社區客廳

(西營盤威利麻街6號威華商業中心)

對象：西營盤長者

名額：10人

費用：免費

#此活動由微笑社區義工協辦。

負責職員：陳啟明先生、朱慕芳姑娘



健康西營盤

活動編號：CR6426-2604

內容：希望推動西營盤社區居民的「健康促進」。

場內會有展覽、攤位、遊戲等

日期：2026年4月25日 (星期六)

時間：下午1:00-6:00

地點：西營盤梅芳街休憩處

對象：西營盤街坊

費用：免費

負責職員：陳啟明先生、朱慕芳姑娘



以物易物市集

內容：換取物品、收集全新或二手舊物
(除書本、衣服、食物外)

日期：逢週一(公眾假期或有特別活動除外，詳情請參閱壹合的社交平台)

時間：下午4:30 -5:30

地點：壹合(上環皇后大道西1號)

對象：中西區居民

費用：免費

負責職員：尹浩威先生



健康檢查站

活動推介 · 社區活動

內容：進行血壓、Inbody身體組成分析(含體脂肌肉量、骨重等)、心理健康評估

日期：逢週三(公眾假期或有特別活動除外，詳情請參閱壹合的社交平台)

時間：下午3:00 -5:00

地點：壹合(上環皇后大道西1號)

對象：中西區居民

費用：免費

負責職員：尹浩威先生



活動編號：CR 6386-2604

種下一份愛

內容：「什麼是生命」?想教導兒童生命可貴，但無從入手?可以試下參加我哋活動一同種下一份愛。活動中兒童會親手種一棵屬於自己的小植物、澆水與觀察植物的成長，透過日記與分享，感受生命的變化與延續。唯有用心照顧與堅持，才能迎來成果。透過反思與討論，兒童學會在面對挑戰時作出細心的抉擇，理解錯誤可因謹慎而減少，並培養責任感與耐心。最後，藉由分享植物成長的成果與自身感受，深化對生命價值的體悟，強調尊重生命、接納變化與持續成長的重要性。

日期：2026年4月26日(星期日)

時間：下午2：30—4：00

地點：明愛堅道社區中心

對象：5歲或以上

名額：10人

費用：免費

負責職員：梁美寶姑娘

活動編號：CR2981-2604

雙親節系列-和諧粉彩

目的：用「和諧粉彩」帶著感恩心情祝福我們的父母親

日期：2026年4月19日(星期日)

時間：下午2：30—4：30

地點：本中心

對象：小學四年級至六年級同學

名額：10人

費用：會員\$20

備註：不用有繪畫經驗, 用具由中心提供

負責職員：李樹嫻姑娘



踢出我天地 足球小組

活動編號：CRG1404-2604

目的：透過足球讓青少年認識新朋友，提升其與他人的溝通技巧，加強團隊合作精神。

內容：足球小組招募！！以球會友～!如果你有心同其他青年人一齊踢波，就歡迎你報名！話唔定除咗提升到球技之外，仲識到新朋友㗎（男女不拘）

日期：2026年4月11日-2026年6月17日（逢星期六）

地點：卜公花園足球場

集合時間及地點：晚上6:00 卜公花園足球場

解散時間及地點：晚上8:00 卜公花園足球場

對象：13歲或以上青少年

名額：14人

負責職員：盧凌鋒先生

chill鬆天地 社區空間



見叻就咁

梳化觀景休息區

Wifi睇Youtube

約朋友玩Board Game

約朋友聚會
找地方充電

電腦 / 電話充電

免費 WiFi

藍牙耳機
(可播輕音樂伴
讀、內有 CD)

文具/畫畫

少量飲品

玩樂器

唱歌

另外亦都有梳化休息區面對開揚城市
景觀放鬆一下。

查詢：35892230李Sir Ryan,
5722-5889 Whatsapp查詢

chill鬆天地 社區空間

開放時間

	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六	星期日
上10:00-13:00	✓	✓	✓	✓	✓	小組預留	休
中14:00-18:00	小組預留	✓	✓	✓	✓	小組預留	✓
晚19:00-22:00	✓	✓	✓	✓	小組預留	休	休



見叻就咁

梳化觀景休息區



Wifi睇Youtube

約朋友玩Board Game

找地方充電

約朋友聚會



查詢：2843 4652 智Sir/35892230李Sir Ryan,
9445 - 8330 Whatsapp查詢

現在開放預約啦!!

藝術「治」我——藝術治療分享會

活動編號：CR6313-2602

內容：本活動透過藝術治療，讓家長與孩子在輕鬆愉快的氛圍中，一同投入創作體驗。活動將以繪畫、手作等藝術媒介作為橋樑，鼓勵親子以非語言方式表達情緒與想法，從而增進彼此理解與連結。參加者可在導師的引導下，探索情感表達、提升溝通技巧，並培養正向的親子互動關係。活動過程著重參與與體驗，無需任何藝術基礎，只需開放心靈，共享親子藝術時光。

日期：2026年5月15日(星期五)

時間：晚上07:00—09:00

地點：堅道明愛大廈2樓社區中心

對象：親子

名額：10人

費用：免費

負責職員：梁美寶姑娘



晴朗家庭會員計劃

為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)

公屋申請入息限額 (節錄)

住戶人數	每月總收入上限
1人	\$13,090
2人	\$20,230
3人	\$25,100
4人	\$31,000
5人	\$38,650
6人	\$45,440
7人	\$49,930

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.10 – P.18)
- 3) 參加興趣發展課程和中心活動優惠計劃(只適合合乎上述2)、3)及4)資格家庭，詳情請看P. 30-40)
- 4) 社區資源及服務轉介

查詢：文子君姑娘、
陳啟明先生

香港房屋委員會
(2025年4月1日起生效)

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)

家庭人數	每月總收入上限
1人	\$5,600
2人	\$12,100
3人	\$21,000
4人	\$28,600
5人	\$37,000
6人	\$36,600
7人或以上	\$43,800

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2025年第一季數字)

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。

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：

- (一) 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。
- (二) 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。
- (三) 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。
- (四) 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。
- (五) 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。
- (六) 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。
- (七) 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。
- (八) 優惠卡所剩餘的金額不能兌換現金。
- (九) 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。
- (十) 有關課程及活動優惠記錄以本優惠卡記錄為準。
- (十一) 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。
- (十二) 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。

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. 續取「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卡。工作人員會將減費登記在優惠卡上以計算總累積額。
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百分之二減費額，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。

社會支援

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，請與本中心當值職員聯絡。

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\$575至\$1,610，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	<ul style="list-style-type: none"> 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： <ul style="list-style-type: none"> 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： <ul style="list-style-type: none"> 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： <ul style="list-style-type: none"> 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	<ul style="list-style-type: none"> 沒有安裝港燈獨立電表之劏房住戶，及 領取相關政府資助的申請人士 	\$1,000現金資助
及時雨基金	<ul style="list-style-type: none"> 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(下學期) (2025-2026)

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。

活動編號

G0959-2604

活動推介 · 晴朗家庭活動

日期(逢星期日)	4月：19、26日 5月：10、17、24、31日 6月：14、21、28日
時間	下午2:00-4:30
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	\$270 (全期3個月)
名額	16位
對象	<ul style="list-style-type: none">● 居住中西區的小學生優先● 出席率高於80%的英輔樂學坊(2025-2026)舊生優先● 只限晴朗家庭會員● 如少於16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">● 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	內容
日期/時間	● 如欲報名，透過QR code 登記資料
3月4日 (星期三) 早上10:00 至 3月18日 (星期三) 晚上6:00前	
3月16日 (星期一) 至 3月22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24日 (星期一) 3月26日 (星期三)	● 公佈報名名單(20人)和候補名單
	● 抽籤方式，抽出4名優惠名額1 (歡迎蒞臨中心二樓大堂觀看過程)
3月30日 (星期一)	● 公佈抽籤結果
3月30日 (星期一) 至 4月12日 (星期日)	● 報名名單內的16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
4月13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：陳啟明先生(Peter Sir)



親子齊樂樂-西貢戶外康樂日營

活動編號：CR 2983-2606

內容：誠邀家長與子女一同參加充滿樂趣的「親子齊樂樂 - 西貢戶外康樂日營」。
活動將安排多項親子互動遊戲及戶外體驗，讓家庭在大自然中增進感情，
享受輕鬆愉快的一天。

日期：2026年6月28日(星期日)

時間：上午9:00-下午5:00

地點：西貢戶外康樂中心

對象：親子

名額：30人

費用：\$30

負責職員：朱嘉韻姑娘、梁美寶姑娘

備註：

- 費用已包來回車費、膳食費及活動費。
- 參加者請自備個人所需物品（如飲用水、防曬用品、晴雨用品等）。
- 活動當日如遇惡劣天氣，將另行通知安排。
- 活動由中西區民政事務處資助。

身心靈關顧旅程 - 自我關顧工作坊

內容：家長每天忙碌工作，又要忙於照顧家庭、兒童生活起居，有否留一絲喘息空間讓自己放鬆、關顧自己？活動以「五種愛的語言」為主題，誠邀各位家長抽空一同進行藝術活動，進行自我關顧，擁抱、感謝自己。

日期：2026年4月25日、5月16日、6月27日 (星期六)

時間：上午10:00 – 12:00

地點：本中心 / 西營盤

對象：晴朗家庭家長

名額：10人

費用：全免

負責職員：朱嘉韻姑娘

備註：如有需要帶同兒童出席，中心同時提供託兒服務，請於報名時知會負責同事。

微笑義工組

招募西營盤社區的朋友，協助推行長者服務，包括義工培訓(拉筋、桌遊、睇樹、探訪長者技巧等)，為社區帶來正能量。

日期：星期五上午
(由2026年4月至6月，日期待定)
時間：上午10:00 - 中午12:00
地點：壹合(皇后大道西1號)/
西營盤社區客廳
(威利蔴街6號威華商業大廈一樓)
收費：免費

有興趣者，請聯絡28434652負責職員

「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，協助孩童解決在學習上的困難，提升學習效能。

導師職責：
• 提供英文為主的功課輔導(小學生為主)

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：西營盤服務點

上課日期：2025年10月至2026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：陳啟明先生 (Peter Sir)

微笑服務義工訓練

義工活動及招募

參加微笑服務義工，你可以服務到西營盤這個小社區的長者。

參加義工培訓，你可以多動腦筋，學習福利知識。實習日還可以帶領小遊戲，送出歡笑。

目的：招募義工，培訓成長

內容：訓練3堂，實習1堂。共4堂

培訓日期及時間：

4月17日(星期五) 上午9:45-12:00

4月20日(星期一) 上午9:45-12:00

4月27日(星期一) 上午9:45-12:00

培訓地點：西營盤社區客廳(西營盤威利麻街6號)

實習日期：2026年4月25日(星期日)全日

實習地點：西營盤梅芳街休憩處

對象：西營盤居民

名額：6人

費用：免費

負責職員：陳啟明、朱慕芳

趣味卡通漫畫

Winky's Workshop 合辦

以近期流行的卡通人物作繪畫對象，以增加學生對繪畫的興趣，借以學習繪畫基礎，以及材料的使用，增強小朋友手動能力及訓練腦部發展。導師於課程亦會教授流行卡通的繪畫原理、卡通人物特徵創作法及卡通時裝設計等，學會從不同的角色特徵繪畫各種大家喜愛的卡通角色。(收費已包括所需材料)

編號	日期	星期	堂數	時間	對象	收費/材料	名額	地點
CR0342-2604	4月11日-5月30日	六	8	上午9:15-10:15	5-7歲	\$760/\$90	12	237室
CR0342-2606	6月6日-7月25日	六	8	上午9:15-10:15	5-7歲	\$760/\$90	12	237室

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	堂數	時間	對象	收費/材料	名額	地點
CR0341-2604	4月11日-5月30日	六	8	上午10:30-11:30	4-6歲	\$760/\$90	12	237室
CR0341-2606	6月6日-7月25日	六	8	上午10:30-11:30	4-6歲	\$760/\$90	12	237室

立體黏土油畫(塑膠彩)

Winky's Workshop 合辦

利用塑膠彩(Acrylic Colour)探索繪畫技巧，將黏土與畫交叉混合(Crossover)創作一些具趣味及真實感的立體畫在油畫板上，並介紹西方各著名繪畫家的特色，如印象派、立體派及野獸派等。透過學習畫家作品的特色和元素，掌握調色原理及構圖等技巧，目的讓學生打破固有之框架，開拓無限想像。

編號	日期	星期	堂數	時間	對象	收費/材料	名額	地點
CR0340-2604	4月11日-5月30日	六	8	上午11:45-12:45	5-7歲	\$840/\$120	12	237室
CR0341-2606	6月6日-7月25日	六	8	上午11:45-12:45	5-7歲	\$840/\$120	12	237室

小一入學面試班

專才教育服務中心 合辦

相信很多家長也知道「贏在起跑線」的重要性，讓你的子女更深入了解掌握面試技巧及面試時應有的禮儀、增強學員的聆聽能力、理解能力、應對能力、適應能力、看圖描述、問答主動性、語言表達組織能力等，以突出個人表現，為參加小一入學面試作出最佳準備，從而讓你的子女更有信心和機會考取理想心儀的小學。

編號	日期	星期	堂數	時間	對象	收費/材料	名額	地點
CR0311-2604	4月11日-5月30日	六	8	下午3:00-4:00	4-6歲	\$1240	12	237室
CR0311-2606	6月6日-7月25日	六	8	下午3:00-4:00	4-6歲	\$1240	12	237室

幼兒Minecraft (Education Edition) 編程課程

Full Steam Ahead 合辦

Minecraft是微軟旗下Mojang Studios開發的沙盒遊戲。遊戲中，玩家能在一個3D世界內與方塊進行互動。遊戲中的特色功能包括採集資源、合成物品及生存冒險等以打造自己的世界。透過深受小朋友歡迎的Minecraft 遊戲，教授基本電腦程寫編寫的概念和技巧，激發小朋友對學習編程的興趣，讓學生對數學及編碼皆有顯著的幫助。

編號	日期	星期	堂數	時間	對象	收費/材料	名額	地點
CR0373-2604	4月11日-5月30日	六	8	上午10:00-11:00	4-6歲	\$1400	10	239室
CR0373-2606	6月6日-7月25日	六	8	上午10:00-11:00	4-6歲	\$1400	10	239室

幼兒魔法數學班

專才教育服務中心 合辦

數學早已圍繞我們的日常生活，故幼兒有很多機會接觸數學的範疇。本課程主以簡易又富趣味的方式教導參加者，讓他們有穩健的概念基礎。課程內容會以幾何圖形、數字特性等，加深對數學的興趣。

編號	日期	星期	堂數	時間	對象	收費/材料	名額	地點
CR0312-2604	4月11日-5月30日	六	8	下午2:00-3:00	4-6歲	\$1240	12	237室
CR0312-2606	6月6日-7月25日	六	8	下午2:00-3:00	4-6歲	\$1240	12	237室

幼兒體操課程 (**需填寫健康申報表)

專才教育服務中心 合辦

主要教授要自由體操、平衡木以及跳馬等訓練項目。鍛鍊體操能使學員有效提升身體柔軟度、體能、爆炸力、身體協調能力等，對兒童日後身心發展有很大幫助。

編號	日期	星期	堂數	時間	對象	收費/材料	名額	地點
**CR0388-2604	4月11日-5月30日	六	8	上午9:00-10:00	4-6歲	\$1240	12	多用途活動室
**CR0388-2606	6月6日-7月25日	六	8	上午9:00-10:00	4-6歲	\$1240	12	多用途活動室

幼兒匹克球班 (**需填寫健康申報表)

導師：李瑋婷教練

教授握拍、揮拍、擊球、站姿、步法、規則等基本技巧，適合對匹克球有興趣之小朋友。
(球拍向導師購買，每塊球拍\$90)

編號	日期	星期	堂數	時間	對象	收費/材料	名額	地點
**CR0377-2604	4月11日-5月30日	六	8	上午11:00-12:00	4-6歲	\$1240	12	多用途活動室
**CR0377-2606	6月6日-7月25日	六	8	上午11:00-12:00	4-6歲	\$1240	12	多用途活動室

幼兒花式跳繩 (**需填寫健康申報表)

專才教育服務中心 合辦

課程使學員有效鍛鍊身體，加強心肺功能，燃燒身體多餘脂肪。導師亦會教授單人、小組花式、團體花式提高學員身體協調、合作性，改善溝通技巧等。
請自備單人繩，方便平日練習或於上課時向導師購買，費用\$90

編號	日期	星期	堂數	時間	對象	收費/材料	名額	地點
**CR0328-2604	4月11日-5月30日	六	8	下午12:00-1:00	4-6歲	\$1240	12	多用途活動室
**CR0328-2606	6月6日-7月25日	六	8	下午12:00-1:00	4-6歲	\$1240	12	多用途活動室

兒童跆拳道 (**需填寫健康申報表)

導師：聚賢武道館 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(除暑期7月至9月)。

編號	日期	星期	堂數	時間	對象	收費/材料	名額	地點
**CR0381-2604	4月11日-6月27日	六	12	下午2:30-4:00	5-12舊生	\$1020	20	多用途活動室
**CR0382-2604				下午4:00-5:30	5-12新生			

導師：林櫻

古箏~基訓課程

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	堂數	時間	對象	收費	名額	地點
CR0397-2604	4月14日-5月26日	二	7	下午5:30-6:30	6歲以上	初級：\$665 中級：\$700 高級：\$770 深造：\$840 演奏級：\$1015	6	241室
CR0397-2606	6月2日-7月28日	二	9	下午5:30-6:30	6歲以上	初級：\$855 中級：\$900 高級：\$990 深造：\$1080 演奏級：\$1305	6	241室

青少年跆拳道 (**需填寫健康申報表)

導師：聚賢武道館 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	堂數	時間	對象	收費	名額	地點
**CR0141-2604	4月10日-6月26日 停課：5月1日及6月19日	五	10	晚上7:00-9:00	13或以上	\$1000	20	多用途活動室

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	堂數	時間	對象	收費	名額	地點
**CR0303-2604	4月11日-5月30日	六	8	上午9:15-10:15	滿3-6	\$1280	12	205室
**CR0309-2604				上午10:15-11:45	滿9-15	\$1800		
**CR0303-2606	6月6日-7月25日	六	8	上午9:15-10:15	滿3-6	\$1280	12	205室
**CR0309-2606				上午10:15-11:45	滿9-15	\$1800		

兒童體操課程 (**需填寫健康申報表)

專才教育服務中心 合辦

主要教授要自由體操、平衡木以及跳馬等訓練項目。鍛鍊體操能使學員有效提升身體柔軟度、體能、爆炸力、身體協調能力等，對兒童日後身心發展有很大幫助。

編號	日期	星期	堂數	時間	對象	收費	名額	地點
**CR0389-2604	4月11日至5月30日	六	8	上午10:00-11:00	7-10歲	\$1240	12	多用途活動室
**CR0389-2606	6月6日至7月25日	六	8	上午10:00-11:00	7-10歲	\$1240	12	多用途活動室

兒童匹克球班 (**需填寫健康申報表)

導師：李瑋婷教練

教授握拍、揮拍、擊球、站姿、步法、規則等基本技巧，適合對匹克球有興趣之小朋友。
(球拍向導師購買，每塊球拍\$90)

編號	日期	星期	堂數	時間	對象	收費	名額	地點
**CR0378-2604	4月11日至5月30日	六	8	上午12:00-1:00	7-10歲	\$1240	12	多用途活動室
**CR0378-2606	6月6日至7月25日	六	8	上午12:00-1:00	7-10歲	\$1240	12	多用途活動室

兒童花式跳繩 (**需填寫健康申報表)

專才教育服務中心 合辦

課程使學員有效鍛鍊身體，加強心肺功能，燃燒身體多餘脂肪。導師亦會教授單人、小組花式、團體花式提高學員身體協調、合作性，改善溝通技巧等。
請自備單人繩，方便平日練習或於上課時向導師購買，費用\$90

編號	日期	星期	堂數	時間	對象	收費	名額	地點
**CR0329-2604	4月11日至5月30日	六	8	下午1:00-2:00	7-9歲	\$1240	12	多用途活動室
**CR0329-2606	6月6日至7月25日	六	8	下午1:00-2:00	7-9歲	\$1240	12	多用途活動室

兒童Minecraft (Education Edition) 編程課程

Full Steam Ahead 合辦

Minecraft是微軟旗下Mojang Studios開發的沙盒遊戲。遊戲中，玩家能在一個3D世界內與方塊進行互動。遊戲中的特色功能包括採集資源、合成物品及生存冒險等以打造自己的世界。透過深受小朋友歡迎的Minecraft 遊戲，教授基本電腦程寫編寫的概念和技巧，激發小朋友對學習編程的興趣，讓學生對數學及編碼皆有顯著的幫助。

編號	日期	星期	堂數	時間	對象	收費	名額	地點
CR0374-2604	4月11日至5月30日	六	8	上午11:00-12:00	7-11歲	\$1400	10	239室
CR0374-2606	6月6日至7月25日	六	8	上午11:00-12:00	7-11歲	\$1400	10	239室

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。** 因個別課程報名時間不同，請參加者請致電中心查詢公開報名日期

編號	日期	星期	堂數	時間	對象	收費	名額	地點	導師
**CR0211-2604	4月13日-5月18日	一	6	上午9:30-11:00	15-75	\$540	12	205室	梁綺華
**CR0211-2606	6月1日-7月27日	一	9	上午9:30-11:00	15-75	\$810	12	205室	梁綺華
**CR0215-2604	4月13日-5月18日	一	6	下午2:00-3:30	15-75	\$540	12	205室	梁綺華
**CR0215-2606	6月1日-7月27日	一	9	下午2:00-3:30	15-75	\$810	12	205室	梁綺華
**CR0213-2604	4月14日-5月26日	二	7	上午9:10-10:40	15-75	\$630	12	205室	何秀賢
**CR0213-2606	6月2日-7月28日	二	9	上午9:10-10:40	15-75	\$810	12	205室	何秀賢
**CR0219-2604	4月14日-5月26日	二	7	晚上6:00-7:30	15-75	\$700	12	205室	何秀賢
**CR0219-2606	6月2日-7月28日	二	9	晚上6:00-7:30	15-75	\$900	12	205室	何秀賢
**CR0221-2604	4月1日-5月27日	三	9	上午11:00-12:30	15-75	\$810	12	205室	梁綺華
**CR0221-2606	6月3日-7月29日 (停課：7月1日)	三	8	上午11:00-12:30	15-75	\$720	12	205室	梁綺華
**CR0226-2604	4月2日-5月28日	四	9	上午9:15-10:45	15-75	\$810	12	205室	何秀賢
**CR0226-2606	6月4日-7月30日	四	9	上午9:15-10:45	15-75	\$810	12	205室	何秀賢
**CR0225-2604	4月10日-5月29日 (停課：5月1日)	五	7	上午9:30-11:00	15-75	\$630	12	205室	何秀賢
**CR0225-2606	6月5日-7月31日 (停課：6月19日)	五	8	上午9:30-11:00	15-75	\$720	12	205室	何秀賢
**CR0216-2604	4月11日-5月30日	六	8	下午3:30-5:00	15-75	\$800	12	205室	何秀賢
**CR0216-2606	6月6日-7月25日	六	8	下午3:30-5:00	15-75	\$800	12	205室	何秀賢

舒壓養生運動 (**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	堂數	時間	對象	收費	名額	地點
**CR0238-2604	4月13日-6月22日 (停課:5月25日)	一	10	下午4:45-6:15	15-75	\$1650	12	205室
**CR0235-2604	4月14日-6月16日	二	10	上午11:00-12:30	15-75	\$1650	12	205室

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。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	堂數	時間	對象	收費	名額	地點
**CR0237-2604	4月13日-6月22日 (停課:5月25日)	一	10	晚上6:30-8:00	15-75	\$1300	12	205室
**CR0236-2604	4月10日-6月26日 (停課:5月1日及6月19日)	五	10	下午4:00-5:30	15-75	\$1300	12	205室

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。

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。(建議自費跳舞鞋上課)

編號	日期	星期	堂數	時間	對象	收費	名額	地點
**CR0230-2604	4月14日-6月16日	二	10	上午9:15-10:45	15-75	\$910	20	二樓廣場
**CR0231-2604	4月10日-6月26日 (停課:5月1日及6月19日)	五	10	下午2:00-3:30	15-75	\$910	20	二樓廣場

婦女健康舞 (**需填寫健康申報表)

導師：林玉薇

本課程就是讓學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。

本課程為延續性課程，如有名額開始放予公開報名，每位報名人士可報讀一個名額

編號	日期	星期	堂數	時間	對象	收費	名額	地點
**CR0103-2604	4月9日-6月11日	四	10	晚上6:30-8:00	15-75	\$1150	12	205室

成人乒乓球訓練班 (**需填寫健康申報表)

導師：李瑋婷教練

優化正、反手、發球、步法、接發球等基本功，教授單打比賽技術及對打練習，適合對乒乓球有基礎之成人。備註：學員自備球板上課

編號	日期	星期	堂數	時間	對象	收費	名額	地點
**CR0268-2604	4月1日-6月24日 (停課:5月27日)	三	12	下午1:30-2:30	15-75	\$1860	12	多用途活動室

太極班 (**需填寫健康申報表)

導師：盧潤歡

太極，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	堂數	時間	對象	收費	名額	地點
**CR0147-2604	4月2日-6月25日	四	13	上午9:00-10:00	15-75	\$1365	12	多用途活動室

八段錦 (**需填寫健康申報表)

導師：盧潤歡

八段錦是中國文人傳統的健身運動，是一套完整、省時省地的健身功法；早晚練習十分鐘，效果明顯，對防治或減輕肩腰背等筋骨痛楚尤佳，最合生活繁忙之都市人士。

編號	日期	星期	堂數	時間	對象	收費	名額	地點
**CR0266-2604	4月2日-6月25日	四	13	上午10:00-11:00	15-75	\$1365	12	多用途活動室

42式太極劍 (**需填寫健康申報表)

導師：邱福嬌

42式太極劍內容豐富，吸收了各大流派太極劍的精華，融合不同的劍法、技法、平衡為一體，動作舒展大方，剛柔矯健，灑脫優美，配合呼吸及步型，輕靈沉穩，柔韌全身，內外合一，大大提高了觀賞性、協調性及健身的作用。備註：太極劍自行向導師購買費用約\$80/\$100

編號	日期	星期	堂數	時間	對象	收費	名額	地點
**CR0149-2604	4月2日-6月25日	四	13	下午2:00-3:30	15-75	\$2015	12	多用途活動室

中國水墨畫班

導師：陳志強

課程適合有興趣水墨畫之初學人仕，學習水墨畫可提昇個人修養及對事物產生美觀感，課程會為初學學員介紹各類入門需要紙筆墨及顏料。課程由淺入深，教導筆墨控制去勾勒墨染及彩染，教授以水墨形式繪畫山水、花鳥及蟲魚等等，導師會在課堂示範繪畫及學員可堂上練習。

編號	日期	星期	堂數	時間	對象	收費	名額	地點
CR0161-2604	4月2日-6月25日	四	13	下午2:30-4:00	15-75	\$1365/\$140	12	441室

中國書法

導師：陳志強

課程適合初學人仕，教授正確執筆方法，基本筆劃，字體結構，並即席示範書法練字，臨摹名家字帖，及批改習作，課程由淺入深，令學員逐漸於學習過程中改進個人的書法水平。

編號	日期	星期	堂數	時間	對象	收費	名額	地點
CR0162-2604	4月2日-6月25日	四	13	下午4:15-5:45	15-75	\$1365/\$140	12	441室

成人班-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	堂數	時間	對象	收費	名額	地點
CR0201-2604	4月10日-5月29日 (停課:5月1日)	五	7	上午11:45-12:45	15-75	初級: \$665 中級: \$700 高級: \$770 深造: \$840	6	241室
CR0201-2606	6月5日-7月31日 (停課:6月19日)	五	8	上午11:45-12:45	15-75	初級: \$760 中級: \$800 高級: \$880 深造: \$960	6	241室

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	堂數	時間	對象	收費	名額	地點
CR0200-2604	4月10日-5月29日 (停課:5月1日)	五	7	下午12:45-1:45	15-75	初級: \$665 中級: \$700 高級: \$770 深造: \$840	6	241室
CR0200-2606	6月5日-7月31日 (停課:6月19日)	五	8	下午12:45-1:45	15-75	初級: \$760 中級: \$800 高級: \$880 深造: \$960	6	241室

舒適自修及親子空間

圖書館活動

圖書館服務及自修室服務推廣

明愛堅道社區中心圖書館 開放時間

星期一至五：上午10：00－晚上9：00

星期六：上午10：00－下午6：00

星期日：下午2：00－下午6：00

圖書館正在開放，我們提供舒適的共享空間及圖書服務，包括：

- 親子座位
- 圖書服務（有好多兒童圖書及繪本！）
- 自修室服務
- 圖書館有獎小遊戲
- 免費Board Game Corner即場玩



歡迎成為我哋嘅會員，隨時嚟坐下、睇下書、涼下冷氣都得㗎！
查詢電話：3589-2230 地點：明愛大廈4樓434室

圖書館有得玩：圖書館過三關及桌遊



除了圖書之外，我們還有準備益智遊戲給小朋友過來挑戰，歡迎來挑戰過三關，這三關不是那簡單的！完成之後可以獲得圖書館小禮物一份



憶念與探尋 - 中西區地景漫讀創作

一起走進舊香港的時光角落

圖書館將於2026年4-6月繼續舉辦【昔日中西區】歷史圖片展覽，透過珍貴的舊照片，帶大家走進中西區的昔日風貌。讓不同世代一同回望舊香港的故事與情懷，敬請參觀！

活動內容：

- 每期不同的地標主題創作
- 從珍貴舊照、港台作品鑒賞中西區
- 參與完成填色、文字創作（二選一），即可獲取活動獎品

印象填色：讀者於現場用色筆為新/舊地標圖填色，喚醒潛藏嘅美術天份，令圖畫充滿繽紛色彩，附文字描述為佳

地景創作：讀者可從參考文本中獲得靈感，撰寫感受，或抄錄相關書籍文字。用街招形式介紹和宣傳相關地景，表達對社區過去、現在、未來的回憶與想象。

- 凡參加者可獲明信片/書籤（該期主題）
- 作品在每個主題中後期於圖書館展覽

歡迎親臨圖書館或聯絡我們參與活動！



悅讀越多FUN 積分獎勵計畫2026-2027

明愛堅道社區中心圖書館為鼓勵會員閱讀，我們將設立閱讀獎勵計畫。本館會繼續選購更多有趣圖書和定期會有小禮物。請多借閱圖書！

對象：本中心服務會員

目標：鼓勵會員多元化閱讀增強閱讀能力

參加規則：

1. 參加者必須為明愛會員
2. 每借一冊圖書蓋印一個。累積滿十個記號，可以換取一份小禮物作獎勵。



英文繪本及遊戲小組

活動編號：CRG1280 - 2601

目的：我們希望製造一個盡量以全英文的環境，讓小朋友提升講英語的習慣和能力，因此特別邀請了「滬江維多利亞學校學校 英文學會」國際學校學生，帶領小朋友邊玩邊學！課堂死記硬背的英文課，而是通過手工、黏土、繪畫，在互動中自然學習英語！

內容：活動與國際學校英文學會學生合作，和小朋友講講繪本故事學英文，同時和大家玩遊戲。

日期：2026年1月- 4月（逢星期六）

時間：下午2:30 - 3:30

地點：439A室

對象：6至10歲小朋友

名額：20人

費用：\$20（只收取行政費用）

查詢：3589 2230

負責同事：李文裕先生

歡迎中途加入活動！請掃描QR CODE參加！



圖書館義工招募

我們招募恆常義工協助處理圖書館的常務運作，如有興趣成為圖書館義工，請填妥Google form，我們會定期聯絡你。

以下工作需要你的協助，恆常工作包括：

- 排書及圖書整理，根據索書號重新整理書架
- 新書及包書 - 圖書上架小手作
- 恆常圖書检查工作
- 其他指定的工作等等
- 歡迎學生參與義工服務！

查詢：3589 2230

負責同事：李文裕先生

有興趣成為義工，可以填妥表格參與！



《少女神探愛麗絲與企鵝 甜品與妖怪 #23》

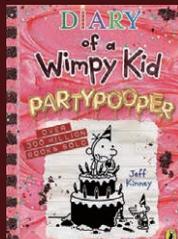
愛麗絲作為助手，寄住在企鵝偵探P.P.Junior的偵探社。有一天，自稱美少女的怪盜小紅帽向他們求助，說她兼職的甜品店正陷入大危機！愛麗絲潛入調查後發現，那家甜品店竟隱藏着難以置信的秘密……

此外，愛麗絲還在鏡子國的朱古力海進行狩獵蛇蠍大冒險、追查響琉生被跟蹤的案件！無論多麼稀奇古怪，愛麗絲也能看穿真相，華麗地解決事件！
作者：小說 / 南房秀久 插圖 / ARUYA



《Diary of a Wimpy Kid 20: Party Pooper》

全球暢銷作家傑夫·肯尼 (Jeff Kinney) 再次端上滿滿的笑料，《葛瑞的囧日記》第20集爆笑登場！你被邀請了——快來報名參加這場歡樂派對！準備好迎接滿滿的樂趣和誇張的鬧劇吧！因為這次葛瑞決定為自己辦一場盛大的生日派對。快來和葛瑞、他的家人，以及所有《葛瑞的囧日記》的粉絲們一起慶祝、一起大笑吧！
作者：Jeff Kinney



《孩子的家裡家外：孩子改變的九個故事》

書中的九個故事都是實個案，當中涉及小孩子在家內外的情緒、語言及社交能力的提升，但其中的資料和背景細節經過改動。我們關注的不僅是消除孩子表面的問題行為，更是父母深層次的「養價值觀與心態」；對孩子行為的正確理解，以致給予孩子的生活經驗，這些往往是問題的根本。

盼望父母、關心家庭教育及兒童成長的讀者，能從這些真實故事得到啟發，作為借鑑，讓更多人得到幫助。
作者：任劉琮玉、任永權



《好孩子快樂閱讀館：再接再厲的勇者克服挫敗&愛哭鬼小霸王溝通代替眼淚》

透過可愛小動物的繪本故事學習好品格。承傳美國正向心理學之父 Martin Seligman 提出的正向教育理論，針對有利孩子成長的優良性格強項寫成。閱讀故事後學習精選字詞，提升語文能力。寶寶既可自行閱讀或一起親子共讀，學懂書中各種正確的價值觀及應對情緒的方法，一起擁抱正能量！
作者：梁恩嘉



《素食者》

在英惠的丈夫鄭先生的眼中，“病”前的英惠，是個再普通不過的女子：不高不矮的個頭、不長不短的頭髮，相貌平平，著裝一般，溫順、平淡、文靜。然而，一場噩夢之後，她開始把自己當成了一株植物。《素食者》由三個章節構成，每章分別以不同的視角刻畫行為日趨極端的素食者英惠。在她斷絕食物的過程中，融合了關於暴力、美、欲望、罪和救贖的疑問。

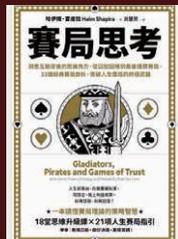
作者：韓江



《賽局思考：洞悉互動背後的思維角力，從囚犯困境到最後通牒賽局，33個經典賽局剖析，突破人生僵局的終極武器》

本書以18堂思維升級課，21項人生賽局指引，帶領讀者以賽局思考，把人生這個遊戲玩得更好！這些主題雖然嚴肅，但作者夏皮拉博士，用生動幽默的敘事風格，讓你從生活中的大小事，輕鬆搞懂最關鍵實用的賽局與統計觀念，學會：選擇合適策略、掌握局勢、提升問題解決能力。

作者：哈伊姆 夏皮拉



成人好書推薦 - 歡迎往434圖書館借閱 電話查詢：35892230

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。

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。

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12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30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12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30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12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、行為的勸諭。

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。

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。

會員收費：

1. 個人會員：29元，年滿六十歲優惠價24元
2. 家庭會員：每個家庭58元，人數不限
3. 領取綜合社會保障援助金人士：免費

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。



更多即時資訊!!!

www.facebook.com/caritas.crcc

香港堅道2-8號號明愛大廈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



中心地圖
QR Code



中心網頁
QR Code



寄：

中心開放及收費時間

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：

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

往灣仔方向巴士：13、23B (服務只限早上)、103

專線小巴：8、22、31

督印人：嚴柳芬

出版日期：2026年3月

印刷數量：1500本