

2025年7月至9月

活動快訊

網上報名日

5月19日 (一) 至
5月22日 (四)

活動抽籤 公佈日

5月27日 (二)

繳費日

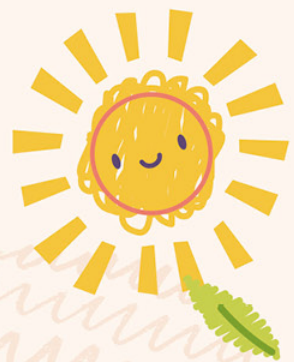
5月28日 (三) 至
6月2日 (一)

公開報名日

6月4日 (三)

溫馨提示

WhatsApp「群發訊息名單」功能已開始使用。
敬請將本中心號碼：9436 3711 儲存在個人通訊錄中，
以接收中心訊息。



P.2	目錄
P.3	會員須知
P.4	服務及報名須知
P.5	重要日程
P.6	活動報名時間表
P.7	活動報名表
P.8	中心電子通訊應用程式
P.9-10	幼兒活動
P.11-14	兒童活動
P.15-16	親子活動
P.17	家長活動
P.18	Stand by Kids簡介
P.19	TOY+ 簡介
P.20-25	興趣班
P.26-27	課餘託管服務
P.28	活動回顧
P.29	中心組織架構圖
P.30	惡劣天氣之服務安排及開放時間
P.31	通訊欄
P.32	封底

入會及續會須知

凡12歲或以下兒童及其直系親屬並且屬香港居民，均歡迎申請成為本中心家庭會員。家庭直系親屬關係成員包括：0至12歲的嬰幼兒、兒童／其父／母／監護人。

辦理入會或續會手續

1. 填寫會員申請表
2. 帶同所有家庭成員身份證明文件副本
3. 帶同所有家庭成員的會員證正本（續會時）
4. 帶同新增家庭成員的出生證明書副本（如適用）
5. 繳交會員年費

家庭會籍收費

- 每年4月1日至翌年3月31日
全年會籍會費：\$50
- 每年9月1日至翌年3月31日
半年會籍會費：\$30

備註：

1. 家庭會籍有效期為一年，由每年4月1日起至翌年3月31日屆滿。2025至2026年度會員如欲繼續享用本中心各項會員福利，由2025年3月1日起可親臨中心或以郵寄方式辦理續會手續。
2. 如申請者現時正使用本會屬下服務（如：幼兒學校、日託嬰兒園或其他服務單位），必須出示有效證明文件（如：會員證等），即可豁免入會年費成為本中心之家庭會員。
3. 若以郵寄方式申請，請將相關文件及費用寄往「旺角砵蘭街387號服務大樓5樓香港保護兒童會兒童及家庭服務中心（深旺區）」，並於信封面註明「申請中心會員」。申請人請勿郵寄現金，費用必須以劃線支票付款，支票抬頭請寫上「HKSPC」。
4. 如遺失會員證，補領將收取每張會員證\$20行政費用。

「伴你同行」優惠計劃

本中心為經濟有困難及綜援家庭於個別活動設立優惠收費計劃。

申請資格：

1. 綜援受助者：出示社會福利署相關有效證明文件
2. 低收入家庭：向本中心提交以下其中一項證明文件，並由中心社工或助理行政主任批核：
 - 各家庭成員最近六個月之入息證明文件；或
 - 中、小學全費學校書簿津貼證明文件；或
 - 幼稚園或幼兒學校學費減免（全免／四分三免）；或
 - 在職家庭津貼計劃（2人家庭全額；3人或以上家庭全額／四分三額／半額津貼）過去三個月內發出之證明文件

備註：須經中心社工最後核實相關資格及確認通知。成功申請者，可獲豁免年費及於參加中心部分活動時可享優惠收費，詳情請向接待處職員查詢。

退會須知

1. 服務使用者可隨時向本中心接待處職員申請退出服務，而所繳交之會費，則一概不發還。
2. 凡於會籍有效期屆滿時未有辦理續會手續，一概作自動退出本中心服務論。

服務申請及報名須知

報名須知

1. 參加者必須於報名時持有**有效會員證**，方可提交網上報名。
2. 如活動以家庭計算，須以家庭會員之成員參與。各項活動報名的參加資格不可自行轉讓給他人，否則將會被取消資格。
3. 倘若活動報名人數超出名額，將以抽籤方式處理，額滿即止為原則（個別活動除外）。優惠計劃之活動名額有限，報名從速。
4. 獲取錄之人士必須於指定時段內帶同有效會員證及費用於開放時間內親臨中心辦理相關手續，方視作成功報名。未有繳費者作棄權論，其名額將公開予其他人士而不作另行通知。
5. 為保障兒童服務使用者之安全及達致活動成效，如中心的小組或活動對參加者有特定年齡要求，中心將只接受於小組或活動舉行當月內能符合該年齡要求的兒童服務使用者報名參加，敬希垂注。
6. 如本中心發現報名者並未合符有效會員資格或未合符活動年齡要求，本中心會剔除其參加資格，該報名會被作廢。
7. 請參加者於報名前必須留意及仔細核對活動舉行日期及時間。**各項活動費用一經繳費作實，概不退還。**
8. 若於活動取錄結果公佈日尚未收到通知，請自行致電向職員查詢或瀏覽中心 Facebook 專頁。

繳費須知

1. 本中心只接受現金或支票方式付款，期票恕不受理。
2. 如以支票付款：
 - 須獨立為每個活動簽發一張支票。
 - 抬頭請寫「香港保護兒童會」或「HKSPC」。
 - 支票背面須寫上參加者中文姓名、會員編號及活動編號。
 - 所有支票將會即時存入本會帳戶，請確保戶口備有足夠金額。

暫停課堂及延期安排

1. 倘若因惡劣天氣或突發事故（如導師請假、政府指引等）而活動需要延期舉行或取消，本中心職員將會個別通知參加者改期或取消安排。
2. 本中心只會在無法安排補課的情況下，才按比例退款，並不接納個別退款申請。

活動退款

1. 倘若活動報名人數不足，該活動將會取消，中心會於活動舉行前一星期通知家長有關退款安排。
2. 請於接獲活動退款通知後兩星期內到中心辦理手續。凡需要安排退款之家長，務必出示會員證及活動收據正本。逾期未領取之款項將作捐款處理，本中心恕不另行通知。

其他須知

1. 所有活動或小組之詳情以最新公佈為準，如有任何更改，會盡快通知各參加者。本中心將保留更改任何活動資料及取錄之權利。
2. 本中心會於活動期間進行拍照及攝錄，所得的照片或影片將會用於本會或與合作團體之網頁及刊物作宣傳及推廣服務之用。參加者如不欲被拍攝，請以書面形式通知，並於活動當日親身通知負責職員。
3. 如子女屬 12 歲或以下之兒童或嬰幼兒，她／他們必須由成人／家長陪同乘坐本服務大樓升降機以確保安全，本中心不會安排職員擔當陪同角色。

重要日程

網上報名日

5月19日至5月22日
(5月19日上午9時15分至5月22日下午7時正)

- 填寫中心活動網上報名表，請參閱P.7
- 報名者必須確保於5月19日或之前已辦妥入會或續會手續

活動公佈抽籤日

5月27日

- 抽籤過程不會以公開直播形式進行
- 報名人數超出名額的活動將會進行抽籤，其他符合名額的活動則直接取錄
- 所有活動取錄結果公佈方式，請參閱中心Facebook專頁及中心會以WhatsApp「群發訊息名單」功能傳送所有活動抽籤結果的PDF檔及網頁連結至會員提供的WhatsApp電話號碼

繳費日

5月28日至6月2日
(5月28日上午9時15分至6月2日下午7時正)

- 被取錄的會員必須於指定期限及中心開放時間內帶同有效會員證親臨中心繳費確認，方視為成功報名
- 未能於指定期限內繳費則視作放棄名額，其名額將於公開報名日開放予其他人士而不作另行通知
- 如有活動尚未滿額，會員可於6月4日起帶同有效會員證親臨中心報名。先到先得，額滿即止

公開報名日

6月4日上午9時15分起

- 所有未滿額活動（包括於繳費日期間未有確認名額的活動），會員可帶同有效會員證親臨中心報名及繳費。先到先得，額滿即止

報名流程教學

為讓報名流程更加順暢，家長在報名前可以準備以下事項：

1. 細閱服務申請及報名須知 (P.4)
2. 細閱活動報名時間表
3. 確保持有有效會籍 (2025-2026)

報名時間表

5-6月

星期日	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六
18	19 網上報名日	20 網上報名日	21 網上報名日	22 網上報名日	23	24
25	26	27 活動抽籤公佈日	28 活動繳費日	29 活動繳費日	30 活動繳費日	31 活動繳費日
6月1日	2 活動繳費日	3	4 公開報名日	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21

活動報名表 2025年7月至9月

2025年5月19日(星期一)上午9時15分至2025年5月22日(星期四)下午7時正。家長可掃描以下二維碼填寫個別活動Google電子表格報名參加2025年7月至9月中心活動。



「幼兒活動」報名表



「兒童活動」報名表



「親子活動」報名表



「家長活動」報名表



「興趣班」報名表

備註：
若家長在報名上有任何查詢或疑問，
請於中心開放時間內親臨中心或致電
2309 1690 與職員聯絡。

中心電子通訊應用程式

中心已開始使用 WhatsApp 發放中心資訊。

敬請儲存本中心官方手機號碼

「9436 3711」

以便日後收到中心發出的群發訊息（包括活動資訊、中心通告等）。

想接收更多我們最新資訊，
請立即掃描 QR Code 並「讚好」及「追蹤」，



Facebook 專頁：
香港保護兒童會 - 兒童及家庭服務中心
(深旺區)



Instagram 專頁：
hkspc_cfssm



溫馨提示：

中心僅透過上述電子應用程式途徑發放資訊；如有任何查詢或疑問，請致電中心與職員聯絡。使用以上平台時，中心會根據個人資料（私隱）條例規定，確保各會員所提供的個人資料得到保障。

幼兒活動



請掃描此二維碼
填寫報名表參加
「幼兒活動」。

小小理財師

65-01-050-2526

「錢」從何來？幼兒對金錢的理解是什麼？此次小組將透過場景扮演、遊戲及短片等活動，讓幼兒掌握簡單易明的理財概念，加強對運用金錢的認識，從而了解自身需要和想要的理財概念。

對象：5-6 歲幼兒
日期：3/7-24/7（逢星期四）（4 節）
時間：下午 5:00-5:45
名額：6 名
收費（每位）：會員 \$160/優惠會員 \$140
負責人：王瑜姑娘（活動幹事）
備註：最後一節小組會到超級市場進行購物體驗，參加者需自備購物袋。

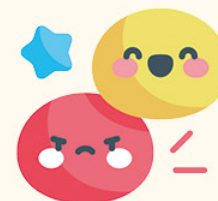


情緒發現號

65-01-051-2526

喜、怒、哀、樂，這四種基本情緒看似簡單，幼兒掌握辨別和表達情緒對他們成長十分重要。此小組透過不同互動遊戲，讓幼兒認識情緒，覺察自己和朋輩不同的情緒表現，並學習尊重別人。

對象：2-3 歲幼兒
日期：5/8-26/8（逢星期二）（4 節）
時間：下午 5:00-5:45
名額：6 名
收費（每位）：會員 \$160/優惠會員 \$140
負責人：王瑜姑娘（活動幹事）



時間小偷快快走

65-01-064-2526

時間小偷常常偷走小朋友的時間，幼兒如何管理自己時間運用好呢？這次小組以繪本、互動遊戲及美藝手工，與幼兒一起學習如何扣連生活作息與時間運用，加強幼兒靈活變通的能力，成為時間管理達人！

對象：4-6 歲幼兒
日期：9/7-30/7（逢星期三）（4 節）
時間：下午 5:00-5:45
名額：6 名
收費（每位）：會員 \$160/優惠會員 \$140
負責人：李子晴姑娘（活動幹事）



幼兒活動



請掃描此二維碼
填寫報名表參加
「幼兒活動」。

動動小手吧！

65-01-065-2526

兒童的小肌肉發展與日常生活相關，靈活的小手肌能大大提升自我照顧的能力。這次小組透過不同的創意活動及遊戲，讓幼兒在輕鬆愉快的環境下一齊鍛鍊小手肌。

對象：3-5歲幼兒
日期：4/9-25/9（逢星期四）（4節）
時間：下午5:00-5:45
名額：6名
收費（每位）：會員\$160/優惠會員\$140
負責人：李子晴姑娘（活動幹事）



快樂自「煮」小孩

65-01-040-2526

讓小朋友在安全的環境中學習使用廚具和準備食材。活動內容包括如何清洗食材、切割技巧以及抹桌子等等，讓小朋友掌握基本的自理技巧、衛生知識及餐桌禮儀。

對象：4-6歲幼兒
日期：7/7-28/7（逢星期一）（4節）
時間：下午5:00-6:00
名額：6名
收費（每位）：會員\$200/優惠會員\$180
負責人：鄭司榆姑娘（註冊社工）
備註：1. 請自備圍裙及食物盒
2. 製作食物含奶類、蛋類和堅果類等。請參加者報名前考慮身體狀況



小小演員《童話故事篇》

65-01-041-2526

小朋友們從故事中學習所表達的意義，然後化身為故事主角，齊來演出一個小劇場，從中訓練小朋友膽量及表達能力。

對象：4-6歲幼兒
日期：4/8-25/8（逢星期一）（4節）
時間：下午5:00-5:45
名額：6名
收費（每位）：會員\$200/優惠會員\$180
負責人：鄭司榆姑娘（註冊社工）



兒童活動



請掃描此二維碼
填寫報名表參加
「兒童活動」。

英雄小聯盟

65-01-048-2526

透過一連串有趣又富刺激性的集體遊戲，加強兒童團隊合作及解難能力，從而提升兒童人際社交技巧。

對象：6-12歲兒童
日期：14/7-18/8（逢星期一）（6節）
時間：下午2:00-3:00
名額：8名
收費（每位）：會員\$210/優惠會員\$180
負責人：張穎霖姑娘（註冊社工）
地點：本中心
備註：1) 參加者請穿著鬆身運動衣物，不宜穿裙子



星際小任務

65-01-062-2526

透過一連串團體任務，增加兒童團隊合作及解難能力，從而提升兒童的免疫力及專注力。

對象：6-12歲兒童
日期：15/7-19/8（逢星期二）（6節）
時間：中午12:00-下午1:00
名額：6名
收費（每位）：會員\$150/優惠會員\$120
負責人：張穎霖姑娘（註冊社工）
地點：本中心
備註：1) 此活動部分費用正在申請外間資助中，現為預先報名階段，最新消息會再通知參加者
2) 參加者請穿著鬆身運動衣物，不宜穿裙子



做個勇敢抱石小專家！

65-01-063-2526

炎炎夏日，不妨考慮室內抱石場？透過刺激團體活動，可訓練同儕的團隊合作，提高溝通互動，培養合作及共同努力的精神，增強同儕的凝聚力。

對象：7-12歲兒童
日期：6/8（星期三）（1節）
時間：下午2:00-6:00
名額：12名
收費（每位）：\$100（會員及優惠會員同價）
負責人：張穎霖姑娘（註冊社工）
地點：中心集合及解散
備註：1) 此活動部分費用正在申請外間資助中，現為預先報名階段，最新消息會再通知參加者。
2) 此活動需滿額才舉行。
3) 活動費用已包括旅遊巴來回接送。
4) 參加者請穿著運動衣物，不宜穿裙子。



兒童活動



請掃描此二維碼
填寫報名表參加
「兒童活動」。

終極反應王

65-01-045-2526

反應力有助提升兒童的協調性，靈活性和運動能力。透過不同的考驗反應遊戲，兒童展示他們的潛能，看看誰是真正的反應王！

對象：6-12 歲兒童
日期：23/7-20/8（逢星期三）（5 節）
時間：中午 12:00-下午 1:00
名額：6 名
收費（每位）：會員 \$160/優惠會員 \$140
負責人：葉雅怡姑娘（活動幹事）
地點：本中心
備註：1) 參加者請穿著鬆身運動衣物，不宜穿裙子



兒童跆拳道班

65-01-067-2526

武德傳承，品德教化—藉跆拳道訓練改善及增強肢體運動量、四肢協調及提升自我形象、社交及專注力，藉此培養兒童個人品格及忍耐克己的精神。

對象：6-12 歲兒童
日期：14/7-22/9（逢星期一）（11 節）
時間：下午 6:00-7:00
名額：12 名
收費（每位）：免費
負責人：王瑜姑娘（活動幹事）
地點：本中心
備註：1) 費用全免，出席率必須達 80%，否則將影響日後報名此班組。
2) 曾參加上季兒童跆拳道班之參加者可於指定時間優先報名。
3) 此活動由社企苗贊助



夏日運動樂

65-01-053-2526

透過不同類型的活動，包括躲避盤、反應燈、芬蘭木柱及巨型竹籤等，訓練兒童的耐力、靈活性和協調性，並提升兒童的團隊合作精神。

對象：6-12 歲兒童
日期：24/7-21/8（逢星期四）（5 節）
時間：中午 12:00-下午 1:00
名額：6 名
收費（每位）：免費
負責人：李燕婷姑娘（註冊社工）
備註：1) 參加者請穿著鬆身運動衣物，不宜穿裙子
2) 活動由外間撥款贊助



兒童活動



請掃描此二維碼
填寫報名表參加
「兒童活動」。

情緒·斷捨離

65-01-047-2526

透過小組活動，讓兒童學習及應對不同情緒，並學習管理自己的情緒需要。

對象：現就讀小三至小六之學生
日期：19/7-16/8（逢星期六）（5 節）
時間：下午 3:30-4:30
名額：6 名
收費（每位）：免費
負責人：王偉杰先生（註冊社工）
地點：本中心
備註：活動由外間撥款贊助



漫遊太空館

65-01-061-2526

兒童參觀香港太空館展覽廳，分別是「宇宙展覽廳」和「太空探索展覽廳」。透過參觀太空館及在工作員的帶領下，兒童掌握更多科學及天文知識，以及透過與同輩交流，提升對這方面的興趣。

對象：6-12 歲兒童
日期：15/8（星期五）（1 節）
時間：下午 4:00-7:00
名額：6 名
收費（每位）：會員 \$60/優惠會員 \$50
負責人：葉雅怡姑娘（活動幹事）
地點：本中心及香港太空館
備註：1) 此活動部分費用正在申請外間資助中，現為預先報名階段，最新消息會再通知參加者。
2) 活動費用已包括旅遊巴來回接送。



童創藝術

65-01-049-2526

透過各種不同類型的藝術活動，培養兒童的藝術天賦和創造力，並鼓勵兒童通過藝術表達自己的想法。

對象：6-12 歲兒童
日期：24/7-21/8（逢星期四）（5 節）
時間：下午 2:00-3:15
名額：6 名
收費（每位）：會員 \$100/優惠會員 \$80
負責人：李燕婷姑娘（註冊社工）
地點：本中心
備註：1) 此活動部分費用正在申請外間資助中，現為預先報名階段，最新消息會再通知參加者。



兒童活動



請掃描此二維碼
填寫報名表參加
「兒童活動」。

兒童基礎八極拳啟蒙班

65-01-078-2526

八極拳作為一種傳統的中國武術，是清朝以來大內侍衛必修之拳法，能夠有效幫助兒童提高身體協調能力、靈活性和反應能力，同時培養自信心、紀律性和專注力。通過學習八極拳，兒童能夠建立健康的運動習慣，增強自我保護意識，並培養良好的情緒管理能力和人際互動能力。期望透過這四節的啟蒙班，讓孩子們能夠瞭解八極拳的基本原理和動作，提高身體協調能力和靈活性，培養自信心和自我保護意識，並對中國傳統文化有所認識和理解。

對象：6-12歲兒童
日期：12/7-2/8（逢星期六）（共4節）
時間：下午2:00-3:00
名額：8名
收費（每位）：免費
負責人：葉雅怡姑娘（活動幹事）
地點：本中心
備註：1. 請穿著輕便衣服（裙子不宜）、襪子，按個人需要自備風樓、毛巾、水等。



夏日樂童遊

65-01-079-2526

此活動透過體驗不同樂器去發掘兒童對音樂的興趣，同時學習基本樂理。音樂更有助兒童增強記憶力、增進情緒表達、改善專注力等等。

對象：6-9歲兒童
日期：7/8-28/8（逢星期四）（共4節）
時間：下午4:00-6:00
名額：8名
收費（每位）：會員\$160 / 優惠會員\$120
負責人：王瑜姑娘（活動幹事）
地點：本中心
備註：活動由外間撥款贊助



親子活動



請掃描此二維碼
填寫報名表參加
「親子活動」。

幼一齊做運動 - 親子 mobile gym

65-03-014-2526

兒童體適能訓練的內容不局限於某一種運動，它是透過遊戲及度身訂造的運動去訓練兒童十項體能要素，包括(1)大、小肌肉及肌耐力、(2)柔軟度、(3)心肺耐力、(4)脂肪/肌肉比例、(5)敏捷度、(6)協調能力、(7)平衡、(8)速度、(9)反應與(10)爆發力。導師會就十項體能訓練小朋友，以強化他們的大小肌，並會加入親子運動以增進親子關係。

對象：3-6歲幼兒及其一位家長
日期：20/9/2025（星期六）
時間：下午2:30-3:30
名額：10對親子
收費（每位）：會員\$90 / 優惠會員\$80
負責人：李子晴姑娘（活動幹事）
地點：本中心
備註：1. 請穿著輕便運動衣物及準備足夠食水。
2. 此活動由註冊體適能教練教授

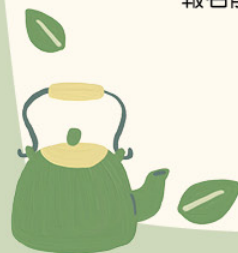


親子月餅樂

65-03-009-2526

親子共同製作月餅，享受廚房樂，並與家人一同體驗中秋的歡樂與溫馨。

對象：4-6歲幼兒及其一位家長
日期：19/9/2025（星期五）
時間：下午5:00-6:00
名額：4對親子
收費（每位）：會員\$80 / 優惠會員\$60
負責人：鄭司榆姑娘（註冊社工）
地點：本中心
備註：1. 請自備圍裙及食物盒。
2. 製作食物含奶類、蛋類和堅果類等，請參加者報名前考慮身體狀況，敬請注意。



親子活動



請掃描此二維碼
填寫報名表參加
「親子活動」。

污糟貓小寶貝之 大玩 Messy Play (A組)

65-03-012-2526

Messy Play，又名感官遊戲(Sensory Play)，有助刺激幼兒的五感發展，培養自主學習能力及專注力，同時亦可增強幼兒的創造力和想像力等，好處多多。

對象：10-18個月之幼兒及其中一位家長

日期：22/7/2025 (星期二)

時間：上午11:00-中午12:00

名額：6對親子

收費(每位)：會員\$80/優惠會員\$50

負責人：王瑜姑娘(活動幹事)

地點：本中心

備註：1. 參加者需自備防污衣或舊衣物。

2. 活動或涉及食物元素(包括但不限於蛋、奶等等)，
如已知有食物敏感，必須於活動開始前通知職員。



污糟貓小寶貝之 大玩 Messy Play (B組)

65-03-013-2526

Messy Play，又名感官遊戲(Sensory Play)，有助刺激幼兒的五感發展，培養自主學習能力及專注力，同時亦可增強幼兒的創造力和想像力等，好處多多。

對象：18-30個月之幼兒及其中一位家長

日期：29/7/2025 (星期二)

時間：上午11:00-中午12:00

名額：6對親子

收費(每位)：會員\$80/優惠會員\$50

負責人：王瑜姑娘(活動幹事)

地點：本中心

備註：1. 參加者需自備防污衣或舊衣物。

2. 活動或涉及食物元素(包括但不限於蛋、奶等等)，
如已知有食物敏感，必須於活動開始前通知職員。



家長活動



請掃描此二維碼
填寫報名表參加
「家長活動」。

休閒茶舍

65-02-004-2526

一起製作不同的小手工，家長們聚在一起，互相分享和交流照顧子女的資訊，讓我們一起放鬆，為身心靈充充電。

日期：	11/7 (五)	25/7 (五)	8/8 (五)	22/8 (五)
內容：	保濕花水	清潔面膜	創意點點書法字	唇膏

對象：家長

日期：11/7、25/7、8/8、22/8 (星期五) (4節)

時間：上午10:00-11:00

名額：8名

收費：會員\$60/優惠會員\$40

負責人：鄭司榆姑娘(註冊社工)

地點：本中心

備註：活動由外間撥款贊助



和孩子的情緒做朋友

65-02-005-2526

孩子的情緒多變，父母應該如何應對!?無休止的拉扯，更會令家長「火冒三丈」!
一同透過是次工作坊，了解孩子的情緒及對應方法。

對象：家長

日期：16/8 (星期六)

時間：上午10:30-11:45

名額：15名

收費：免費

負責人：王偉杰先生(註冊社工)

地點：本中心

備註：活動由外間撥款贊助



Stand By Kids 兒童情緒健康支援計劃

此項計劃由勞士施羅孚伉儷慈善基金贊助

近年許多研究及報道指出：中小學生在經歷社會變遷後，精神健康壓力日漸加劇。當中更有不少學生以不合適的手法回應困擾，情況令人擔憂。有見及此，中心在本年度計劃推行「伴童行」兒童情緒健康支援計劃，以支援小學階段學童的精神健康及情緒需要。

今期同大家一齊了解其中一種兒童及青少年們常見的情緒健康困擾——廣泛性焦慮症

1) 廣泛性焦慮症 (Generalized Anxiety Disorder)

焦慮是一種由緊張不安、焦慮擔心或恐懼等感受形成的複雜情緒狀態。當焦慮出現時，常伴隨一些生理的病徵，如心跳加快、暈眩、呼吸困難、出汗增多、身體顫抖或胃部不適等。

病徵：

- 坐立不安或緊張
- 易怒
- 不自控地感到擔憂
- 難以集中精神
- 睡眠困擾
- 疲倦
- 頭痛
- 身體繃緊



* 持續 6 個月大部份時間均對生活不同方面感到過度擔心和憂慮，而且難以控制，並出現上述多項症狀時，便有可能患上廣泛性焦慮症

《美國精神病學協會的精神障礙診斷與統計手冊》（第五版）

以上資訊僅供參考，其目的是讓我們概略了解自己的情緒狀況。如情緒受困擾，亦可尋求社區資源的輔導及支援，歡迎聯絡我們作進一步了解。



TOY+ 借還服務簡介會

簡介影片將介紹 TOY+「家樂站」家庭支援計劃下的不同服務及運作模式，讓家長對計劃了解更多。完成觀看簡介影片的家庭能免費使用 TOY+ 服務，有興趣嘅你哋萬勿錯過啦！

只要 Scan 右邊 QR Code 就可以觀看簡介影片啦～



玩具及書本借還服務

玩具及書本免費借還服務給予兒童能夠免費借用玩具，讓他們體驗及享受不同種類、多樣化的玩具及書本，促進他們的成長和發展。各家庭輪流借用玩具及書本，不但減少家庭開支，並且減少浪費，既環保，亦減低購買新玩具及書本的需求。

對象	初生至 7 歲兒童及其家長 (需先成為中心會員及已完成 TOY+ 借還服務簡介)
服務內容	免費借還玩具及圖書
費用	免費

親子遊戲時間（家樂室）

透過各種有益身心的玩具遊戲設施及教材，讓兒童能在安全及舒適的環境下，自由地探索及表達自己。同時亦透過一系列的執行功能親子活動，讓家長可以學習執行功能技巧，讓兒童全方面成長。

對象	0 至 7 歲兒童及其家長（需先成為中心會員及 TOY+ 會員）
服務日期時間	逢星期二、四（上午 11:00-12:00 及下午 4:45-5:45） 星期六（上午 11:00-12:00 及下午 2:15-3:15、3:45-4:45）
費用	免費
名額	每節名額 8 人
備註	1. 每個家庭每月可預約三節 2. 可提供包場服務（詳情可向本中心查詢）

興趣班



請掃描此二維碼
填寫報名表參加
「興趣班」。

幼兒跆拳道 (7-9月)

香港智道跆拳道總會提供跆拳道訓練，內容包括教授跆拳道技巧、訓練專注力、毅力及強身健體。

日期：12/7-13/9 (逢星期六) (共10節)

名額：12名

收費 (每位)：會員\$500/優惠會員\$350

負責人：王瑜姑娘 (活動幹事)

備註：1) 曾參加上季「幼兒跆拳道班」之參加者可於指定時間優先報名。

2) 不能同時報讀「幼兒跆拳道班」A班及「幼兒跆拳道班」B班。



	活動編號	時間	對象
A班	65-01-054-2526	上午9:30-11:00	3-6歲幼兒
B班	65-01-055-2526	上午11:15-12:45	5-8歲幼兒

英語「童」學會

透過輕鬆互動教學，提升低年級兒童聽、說、讀、寫四方面技巧，強化英文基礎及英語運用能力。

日期：5/7-6/9 (逢星期六) (共10節)

名額：12名

收費 (每位)：會員\$700/優惠計劃\$400

負責人：葉雅怡姑娘 (活動幹事)

備註：曾參加上季英語「童」學會之參加者可於指定時間優先報名。



名稱	活動編號	對象	時間
小一	65-01-042-2526	小一學童	上午09:15-10:15
小二至小三	65-01-043-2526	小二至小三學童	上午10:30-11:30
小四至小六	65-01-044-2526	小四至小六學童	上午11:45-12:45

興趣班



請掃描此二維碼
填寫報名表參加
「興趣班」。

Letterland Phonics (7-9月)

Letterland 是一套擁有超過50年歷史的拼音課程，其採用生動的卡通人物、音樂及互動教材，尤為適合2歲或以上幼兒作為啟發對英語學習的興趣及初次接觸英語拼音之用。本課程以有趣的互動方式，讓學生從故事、歌曲及遊戲中輕鬆掌握英文字母名稱與發音增強英文閱讀技巧，同時針對不同能力安排拼寫訓練。

日期：12/7-13/9 (逢星期六) (共10節)

名額：8名

收費 (每位)：會員\$900/優惠會員\$800

負責人：李子晴姑娘 (活動幹事)

備註：1) 曾參加本期 Letterland Phonics 之參加者可優先報讀下期相同班組。

2) 課程由具資歷導師任教。

3) 此活動需滿額才可開班。



	活動編號	時間	對象
Level (3-4歲) A班	65-01-068-2526	上午11:45-12:45	3-4歲幼兒
Level (3-4歲) B班	65-01-069-2526	下午2:30-3:30	3-4歲幼兒
Level (5-6歲)班	65-01-070-2526	下午3:45-4:45	5-6歲幼兒

瑜珈「童」樂

瑜珈是通過在墊子上做一系列瑜珈姿勢來鍛鍊身體、提高柔韌性的運動，並能透過調整呼吸找回內心的平靜。兒童能從瑜珈中，增加其管理情緒的能力及改善其專注力。

對象：5-8歲兒童

名額：8名

收費 (每位)：會員全免

負責人：李子晴姑娘 (活動幹事)

備註：1) 優惠計劃會員優先。

2) 請穿著輕便衣服

(裙子不宜)、襪子，按個人需要自備風褸、毛巾、水等。

3) 出席率必須達80%，否則將影響日後報名此班組。



*瑜珈課堂由 Pause for a Cause 導師無償指導

	活動編號	時間	對象
8月	65-01-072-2526	6/8-27/8 (逢星期三) (共4節)	下午6:00-6:45
9月	65-01-073-2526	3/9-24/9 (逢星期三) (共4節)	下午6:00-6:45

興趣班



請掃描此二維碼
填寫報名表參加
「興趣班」。

童做藝術家班 (7-9月)

65-01-071-2526

透過在做勞作時的撕、貼、搓等技巧，加強幼兒的小肌肉訓練、提升前三指運用能力。同時，幼兒可以學習辨認顏色的能力、基本繪畫技巧及簡單立體圖工等，從學習中發揮創作潛能及培養對藝術的興趣。

對象：3-6歲幼兒

日期：12/7-13/9 (逢星期六) (共10節)

時間：下午3:30-4:30

名額：6名

收費(每位)：會員\$700/優惠會員\$600

負責人：李子晴姑娘(活動幹事)

備註：1) 參加者須自備圍裙及手袖，穿著深色衣服。



童做輕黏土啟蒙班(7-8月)

65-01-076-2526

本課程從透過玩輕黏土時的擠壓、拉長、搓、壓等等的動作下訓練小手肌，亦可通過用工具切割、壓印等令輕黏土成為不同的形狀，有助幼兒發展空間思維，同時激發小朋友的無限創意，自由探索藝術世界。

對象：3-6歲幼兒

日期：12/7-9/8 (逢星期六) (共5節)

時間：下午2:15-3:15

名額：8名

收費(每位)：會員\$600/優惠會員\$550

負責人：李子晴姑娘(活動幹事)

備註：此活動需收生人數全滿才能開班



童做小畫家啟蒙班 (8-9月)

65-01-077-2526

本課程是將繪畫作為一種過程，引導孩子們探索世界，表達自我。從簡單的「點」開始，到「線條」的延伸，再到幾何圖形的組合，以此作為起點讓幼兒表達內心的想法，同時培養細膩的觀察力和動手能力。課程常結合顏色、形狀、材質的探索，讓孩子在輕鬆有趣的環境中感受藝術的美妙。

課堂內容包括：黏土拼貼繪畫，手工藝製作繪畫，大自然物料拼貼

對象：3-6歲幼兒

日期：23/8-20/9 (逢星期六) (共5節)

時間：下午2:15-3:15

名額：8名

收費(每位)：會員\$600/優惠會員\$550

負責人：李子晴姑娘(活動幹事)

備註：1) 參加者須自備圍裙及手袖，穿著深色衣服。

2) 此活動需收生人數全滿才能開班



興趣班



請掃描此二維碼
填寫報名表參加
「興趣班」。

幼兒韓風MV K-pop班 (7-8月)

本課程是以現時極流行的韓國MV舞蹈為主，課堂教授分基礎練習及舞蹈編排兩部份，課程主要培養幼兒對舞蹈的興趣，加強音樂感及節奏感，提升身體的協調性及藝術情操。

日期：4/7-22/8 (逢星期五) (共8節)

名額：6名

收費(每位)：會員\$800/優惠會員\$720

負責人：王瑜姑娘(活動幹事)

備註：1) 請穿著輕便衣服(裙子不宜)、襪子，按個人需要自備風褸、毛巾、水等。



	活動編號	對象	時間
A班	65-01-057-2526	3-5歲幼兒	下午 5:00-6:00
B班	65-01-058-2526	5-7歲幼兒	下午 6:00-7:00

幼兒韓風MV K-pop班 (9月)

本課程是以現時極流行的韓國MV舞蹈為主，課堂教授分基礎練習及舞蹈編排兩部份，課程主要培養幼兒對舞蹈的興趣，加強音樂感及節奏感，提升身體的協調性及藝術情操。

日期：1/9-26/9 (逢星期五) (共4節)

名額：6名

收費(每位)：會員\$400/優惠會員\$360

負責人：王瑜姑娘(活動幹事)

備註：1) 請穿著輕便衣服(裙子不宜)、襪子，按個人需要自備風褸、毛巾、水等。



	活動編號	對象	時間
A班	65-01-059-2526	3-5歲幼兒	下午 5:00-6:00
B班	65-01-060-2526	5-7歲幼兒	下午 6:00-7:00

幼兒芭蕾舞體驗班

65-01-066-2526

芭蕾舞是一種輕盈及優雅的舞蹈。課程編排以英國皇家舞蹈學院(RAD)的芭蕾舞分級鑑定考試課程為藍本，有系統地進行基礎訓練，教授同學基本舞蹈動作、平衡技巧、步法組合等不同技巧，從而提升同學的身體柔軟度及音樂感，培養出優雅的氣質和自信心。

日期：5/7-26/7 (逢星期六) (共4節)

對象：3-5歲幼兒

時間：下午2:30-3:30

名額：6名

收費(每位)：會員\$500/優惠會員\$400

負責人：王瑜姑娘(活動幹事)

備註：1) 請穿著輕便衣服(裙子不宜)、襪子，按個人需要自備風褸、毛巾、水等。



興趣班



請掃描此二維碼
填寫報名表參加
「興趣班」。

同來高聲唱

65-01-056-2526

此課程由專業聲樂導師帶領，透過唱遊、樂器等讓幼兒學習音樂，培養幼兒對音樂的興趣，提升節奏感，從中亦能提高幼兒的自信心及訓練其社交能力。

對象：3-5歲幼兒

日期：7/7-25/8（逢星期一）（共8節）

時間：下午4:45-5:45

名額：10名

收費（每位）：會員\$720/
優惠會員\$640

負責人：王瑜姑娘
（活動幹事）



幼兒小小演說家

65-01-075-2526

活動通過學習排列圖卡及按圖說故事等演說技巧訓練，幫助幼兒學習組織句子，及通過言語演譯及表達出來。在加強其演說能力之外，同時增加其自信及詞彙量，為他們將來學習、待人接物打好基礎。

對象：4-6歲幼兒

日期：18/7-15/8（逢星期五）（共5節）

時間：下午5:00-6:00

名額：10名

收費（每位）：會員\$350/優惠會員\$300

負責人：李子晴姑娘（活動幹事）

備註：此活動需滿額才可開班。



興趣班



請掃描此二維碼
填寫報名表參加
「興趣班」。

STEAM幼兒科學全能課程 Level 1

65-01-074-2526

STEAM 是一門跨科學教學方法，結合「科學」、「科技」、「工程」、「藝術」及「數學」，從整合性思維出發，將不同的學科打起關係。本課程以 STEAM 的教育理念設計，讓幼兒從不同的科學實驗中，如磁力小車、氣壓砰砰槍等，認識磁力、大氣壓等科學知識。

對象：3-5歲幼兒

日期：15/7-12/8（逢星期二）（共5節）

時間：下午5:00-6:00

名額：8名

收費（每位）：會員\$350/優惠會員\$300

負責人：李子晴姑娘（活動幹事）

備註：此活動需收生人數全滿才能開班



魔術達人

65-01-046-2526

魔術是一門獨特的藝術表演形式，通過特別的手法及道具等，展示出讓人覺得歡笑、不可思議的藝術。透過學習魔術，可增加兒童的自信心，以及提高他們的專注力。

對象：9-12歲兒童

日期：9/7-30/7（逢星期三）（共4節）

時間：下午6:00-7:00

名額：8名

收費（每位）：會員\$360/優惠會員\$340

負責人：葉雅怡姑娘（活動幹事）

備註：1) 課程由魔術師任教

2) 此活動需收生人數全滿才能開班



課餘託管服務

服務目的

為一些因工作、尋找工作或其他原因而未能在課後時間照顧子女的家長提供照顧服務。這服務由非政府機構以「自負盈虧」及「收費模式」營辦，為就讀小學的兒童提供功課輔導、家長指導和教育、技能學習和社交活動等。

服務內容

- 全科功課指導及溫習
- 培養學習興趣及提升學習技巧
- 花園時間、生日會及社交活動
- 家長管教諮詢

其他服務（需另收費用）

- 接送服務（指定學校）
- 暫託及延展服務
- 長假期託管服務（聖誕節、復活節及暑假）

服務對象

小一至小六學童

服務時間

服務日期：2025年9月至2026年7月中
星期一至五：下午3:30至下午7:00
星期六：上午8:30至下午1:00

託管月費

\$1,250（包括茶點）

報名辦法

詳情可瀏覽本會網頁首頁<https://www.hkspc.org/zh-hant/cfscsm/>或親臨本中心查詢及報名。



課餘託管服務 （資助組）



服務目的

為區內低收入或經濟有困難的學童及家庭而設的功課輔導服務。讓兒童在一個舒適整潔的環境下學習，培養他們自我照顧及與人相處的能力。

服務內容

- 全科功課指導及溫習
- 恆常小組
- 培養學習興趣及提升學習技巧
- 家長管教諮詢
- 社工跟進學童學習需要、情緒處理和社交技巧的發展情況

其他服務（需另收費用）

- 接送服務（指定學校）
- 暫託及延展服務
- 長假期託管服務（聖誕節、復活節及暑假）

服務對象

小一至小六學童

服務時間

服務日期：2025年9月至2026年7月中
星期一至五：下午3:30至下午7:00
星期六：上午8:30至下午1:00

費用（包括茶點）

全免學生：資助後每月\$350
半免學生：資助後每月\$800
1/3免學生：資助後每月\$950

報名須知

有興趣參加計劃學童之家長可到中心索取申請表，經社工約見面談及作出經濟評估後才正式取錄。



活動回顧



正向心靈之旅

除左感恩別人，都要感恩自己，
做個靜觀瓶送比自己啦！



小小雜技演員 2.0

小朋友專注地學習扯鈴，享受
著雜耍帶來的樂趣與挑戰！



親一親旅行 - 「慧」食小偵探之旅

親子一齊製作有機小pizza！



親子農夫廚房

大人小朋友合作，一同製作午餐！



中心組織架構圖



服務總監
馬文輝

中心主任
張詠童

項目隊長
王偉杰

幼兒及家庭 服務小隊

社工
鄭司榆

活動幹事
李子晴
王瑜

兒童及家庭 服務小隊

社工
李燕婷
張穎霖

活動幹事
葉雅怡

行政及支援 服務小隊

助理行政主任
陳卓愉

行政助理
高雅媛
陳鈺淇

職工
胡金蘭
王欽梅
馮斯儀

兼職導師

黎小煥、彭淑枝、陳佩蓮、曾鳳玉、
周效安、李秀蘭、吳達聰、戴靜、
毛偉芳



通訊欄

★ 照常活動
✖ 活動取消

★ 照常活動 ✖ 活動取消			中心開放	室內			戶外	
				6歲以下 兒童活動/ 親子活動	6歲或以上 兒童/親子 活動	家長活動	外出活動	水上活動
暴雨警告		活動舉行前兩小時	★	★	★	★	註一	✖ 所有活動一律取消 ✖
		活動舉行中	★	★	★	★		
		活動舉行前兩小時	★	★	★	★	★	
		活動舉行中	★	★	★	★	★	
		活動舉行前兩小時	★	✖	✖	✖	✖	
		活動舉行中	★	★	★	★	✖	
		活動舉行前兩小時	✖	✖	✖	✖	✖	
		活動舉行中	★	★	★	★	✖	
颱風訊號	T1	一號戒備信號	★	★	★	★	★	
	13	三號強風信號	★	✖	★	★	✖	
	預告即將或現已懸掛八號或以上風球		活動舉行前兩小時	兩小時內關閉	✖	✖	✖	✖
	宣佈除下八號或以上風球		活動舉行前兩小時	除下兩小時內開放	★	★	★	✖

✖ 所有活動一律取消 ✖

** 如依照上述情況舉行或取消活動，中心不會個別通知參加者。

** 如八號颱風信號除下，距離中心關閉不足兩小時，則中心當日不會開放。

中心開放時間

時間	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六
9:00am-1:00pm	✓	✓	✓	✓	✓	✓
1:00pm-2:00pm	午膳時間 (暫停服務)					
2:00pm-7:30pm	✓	✓	✓	✓	✓	✓*
7:30pm-9:00pm					✓	

- 逢星期日、公眾假期及午膳時間暫停服務
 - 報名及收費服務於中心關門前十五分鐘停止辦理
- ✓★ 中心開放時間至下午5:00

如篇幅不敷應用，可另加紙書寫。
多謝您的寶貴意見！

本人 ☐ 同意 公開意見內容。

簽名：

☐ 不同意

填寫日期：

如需本中心作出回應或跟進，請填上姓名及聯絡電話。

姓 名: 聯絡電話:

閣下可將意見表格交給當值職員、投入本中心之意見箱或傳真至本中心（傳真：2381 2397）。

服務地點

旺角砵蘭街387號服務大樓5樓

(近太子地鐵站D出口)

申請服務及查詢

電話：2309 1690

傳真：2381 2397

電郵：cfs_sm@hkspc.org

網站：<https://www.hkspc.org/zh-hant/cfscsm/>

守護兒童專線 電話：2691 0188

地圖



巴士

6, 6C, 6F, 30X, 33A, 35A, 42A, 43C, 45, 58X, 59X, 60X, 67X, 69X, 81, 98C, 98S, 234X, 265B, 296C, 796C, 970, 970X



小巴

70A, 70



港鐵

太子站D出口

寄

如無法投遞，請退回旺角砵蘭街387號5樓。

印刷品 印製日期：2025年5月·印製數量：1000