

會員通訊

2025年10-12月



- 明燈圓月慶中秋
- 長洲區慈善步行籌款
- 明愛慈善賣物會-長洲區

- 會籍免費優惠
- 升中模擬面試
- 幸福滿滿聖誕嘉年華



明愛賽馬會長洲青少年綜合服務
Caritas Jockey Club Integrated Service
For Young People - Cheung Chau



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



目錄

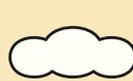


中心主任的話	1
明愛慈善活動(步行籌款及慈善賣物會)	2-3
明愛賣物會義工招募及義工慶功宴	4
明燈圓月慶中秋	5
小六升中支援系列	6
聖誕活動	7-9
主題文章 - 大自然與孩子的連繫	10-11
暑期活動花絮	12-14
明Hea里	15
兒童活動	16-17
青少年活動	18-19
家長及親子活動	20
恒常班及課程	20-23
入會申請及中心服務資訊	24-27
課程及活動優惠制度	28
新職員介紹	29

本中心將於下列日期暫停服務，敬請留意

節日	日期	開放時間 / 暫停服務
國慶日	10月1日(星期三)	暫停服務
中秋節	10月6日(星期一)	上午9:00 - 下午5:00
中秋節翌日	10月7日(星期二)	暫停服務
重陽節	10月29日(星期三)	暫停服務
平安夜	12月24日(星期三)	上午9:00 - 下午1:00
聖誕節	12月25日(星期四)	暫停服務
聖誕節後第一個周日	12月26日(星期五)	暫停服務

中心主任的話



暑假剛過去，各位青少年人是否善用了假期，增添新的知識與體驗，充實自己呢？這個暑假，中心提供了超過100項活動，內容多元豐富：既有緊貼時代步伐的3D筆、3D打印及STEAM編程等科技活動，也有需要親手製作的手作班、木工班及星空瓶製作，務求讓青少年在不同層面上全面成長。

踏入秋季，中心將延續全面成長的方向。除了持續提供科技與實體操作的活動外，我們亦把握秋天這段最適合戶外活動的時節，特別安排了更多親近大自然的體驗。親近大自然的好處，可參考「大自然與孩子的連繫」(P.10)。為此，我們設計了「潮潤帶大冒險」及「海洋寶藏」等活動。我們期望青少年透過與大自然接觸，增加對我們身處的環境之認識，從而建立與自然的連繫，並為可持續發展奠下重要基礎。

除了人與環境的關係外，人與人的連繫同樣是青少年成長發展的重要課題。每年10及11月是明愛的慈善活動月份，其中包括步行籌款及長洲區的年度籌款活動。明愛期望透過不同形式的參與，增強島上居民之間的連繫及凝聚力。今年的步行籌款及賣物會，我們誠邀青少年與家人一同加入義工行列，透過實際善行，不但能加深青年與長洲的連繫，更可攜手建設更美好的社區。(有關以上的活動及參與義工的方法，可見P.2- P.4)

續會及新會籍優惠安排



為慶祝中華人民共和國成立七十六周年國慶，明愛青少年及社區服務提供優惠會籍予各單位的會員。由2025年10月1日至2025年12月31日，凡持有效會籍之付費會員或新加入會員，即可申請免費續會一年。

優惠內容及具體安排

1. 現有會員：所有持有效會籍之付費會員 (包括兒童會員、青年會員及家庭會員)，可申請免費續會一年。
2. 新加入會員：首次申請成為會員，即可免費享有一年會籍。

備註

- 現有會員每人限享一次續會優惠，且不可於同一年度重覆使用其他續會優惠。
- 新會員優惠僅限於首次申請。
- 現有會員或有興趣成為會員人士須於2025年12月31日或之前，親臨中心辦理免費續會/入會手續。

明愛慈善賣物會
2025 Caritas Charity Bazaars
長洲區慈善步行籌款
Cheung Chau Fundraising Charity Walk

小島定向
Cheung Chau Orienteering

10月19日 (星期日)
19th October (Sunday)
上午9時45分於公眾碼頭集合
Gather at the Public Pier at 9:45 a.m.

終點設有親子遊戲
Parent-Child Activities at the Finish

明愛營地服務
Caritas Camp Services
明愛陳嘉庚郊野學園
Caritas Chan Ka-kin Ho Field Studies Centre
- 康文康設施部: Francis Campos
- 康復樓校區: Paul Campos
明愛長洲西灣社區發展計劃
Caritas Cheung Chau Sai Wan Community Development Project
明愛長洲服務中心
Caritas Cheung Chau Social Centre
明愛賽馬會長洲青少年綜合服務
Caritas Jockey Club Integrated Service for Young People - Cheung Chau

Give Them
a Ray of
HOPE
給他們一個希望

截止報名日期: 2025年10月3日
Application Deadline: 3rd October 2025

查詢及索取報名表
Enquiries and Request
for Application Form

致電Call 2981 4229 或or WhatsApp



www.caritas.org.hk
明愛慈善賣物會Facebook

鳴謝:

CKS 新渡輪
SUN FERRY

步行籌款義工招募

CC 5370

明愛步行籌款將於10月19日(星期日)舉行。今年會加入新穎的挑戰模式,讓參加者可以透過不同的路線挑戰自己,成功去到終點,並同時為香港明愛籌款,用行動去實踐善心。我們呼籲大家參加,成為當天的參加者,而想做義工的朋友,亦可參與籌備活動,為慈善出一份力。

日期: 19/10 (星期日)
時間: 上午9:00-中午12:00
名額: 20人
地點: 長洲島內

費用: 免費
對象: 14歲以上會員及街坊
負責職員: 黃容山
備註: 參加者請透過QR code作登記

香港明愛長洲區
步行籌款義工招募



義賣
Charity Sales



表演
Performance



遊戲
Games

11月9日 (星期日)
9th Nov. (Sun)
10 a.m. - 5:30 p.m.

北帝廟遊樂場
Pak Tai Temple Playground



明愛營地服務
Caritas Camp Services

明愛陳露夏郊野學園
Caritas Chan Chun Ha Field Studies Centre
- 藍方濟校園 St. Francis Campus
- 聖保羅校園 St. Paul Campus

明愛長洲西灣社區發展計劃
Caritas Cheung Chau Sai Wan Community Development Project

明愛長洲服務中心
Caritas Cheung Chau Social Centre

明愛賽馬會長洲青少年綜合服務
Caritas Jockey Club Integrated Service for Young People - Cheung Chau

Give Them
a Ray of
HOPE
給他們一個希望

查詢 Enquiries: 2981 4229

www.caritas.org.hk

明愛慈善賣物會 Facebook



鳴謝: **CKS**

新渡輪
SUN FERRY

CC 5371

賣Favourite-明愛賣物會義工招募

邀請青少年作為賣物會的攤位義工，協助組織市集並推廣各類創意商品。參與者將學習如何與顧客互動，提升銷售技巧，同時增強社區的凝聚力，讓每個人都能夠感受到分享與支持的樂趣。

訓練日期及時間：1/11、8/11(逢六、共2次)，下午2:30-4:00

服務日期及時間：9/11(日)，上午9:00-下午5:00

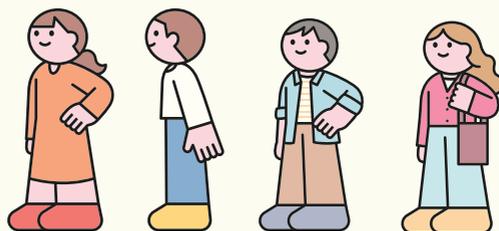
名額：10人

對象：10-18歲會員

地點：本中心

負責職員：陳蒨萍

費用：\$ 20



賣Favourite-明愛賣物會義工慶功宴

CC 5372

為了感謝義工的付出與貢獻，我們將舉辦一場慶功宴，內容包括遊戲、心得分享和大食會。希望透過這些互動環節，為義工們留下美好的回憶，並鼓勵他們積極參與中心的其他義工服務。

日期：15/11(六)

費用：免費

時間：晚上6:00 - 9:00

對象：9-24歲會員

名額：30人

負責職員：陳蒨萍

地點：本中心

備註：參加者需要於明愛慈善賣物會當天擔任義工



明燈圓月 慶中秋

此活動由離島民政事務處資助

CC 5373

明燈映希望，圓月聚團圓

中秋是屬於家庭團圓與文化傳承的節日，邀請您與家人、鄰里一同參與「明燈圓月慶中秋」活動，感受長洲的節慶氣氛與傳統魅力，在燈火與月光中共度溫馨夜晚。

活動日期

日期：27/9/2025 (星期六)

時間：晚上7:00 - 9:00

地點：大石口天后廟中興街(休憩處對出的空地)

雅寧苑斜路底 (對開空地)

長洲公園籃球場

派發遊戲券

△ 於9月22日開始在中心派發遊戲券

△ 9月25及26日下午4:00至5:00，於天后廟中興街、海傍街匯豐銀行旁設置街站派發遊戲券

△ 數量有限，先到先得

活動內容

中秋攤位遊戲

中秋猜燈謎

月亮光光打卡區

手作燈籠工作坊

天文觀星

新興運動



小六 升中系列



升中面試技巧基礎篇

CC 5374

六節小組內容會教授參加者們面試技巧，包括印象管理、自信心提升、聆聽和答題技巧、自我表達、英語自我介紹。此外，活動以小組形式進行，讓參加者們能互相練習小組面試之技巧。

日期：8/10、15/10、22/10、5/11、12/11、19/11(逢三、共6次)

時間：下午6:00 – 7:00

名額：6人

地點：本中心

費用：\$ 100

對象：11-13歲會員

負責職員：陳蓓萍

小六升中模擬面試

CC 5375

中學學制講求靈活變通，以及學生在不同方面的表現。因此，在升中面試的時候，學生若能表現出自己多元化的才能及靈活一面，必定能增加他們的面試成功率。有見及此，本中心安排升中模擬面試體驗，提升學生應對技巧和面試應有態度，增加自信心、能力感，讓學生及家長能正面及積極點對「升中面試」。

日期：25/10 (星期六)

時間：上午10:00至下午1:00

名額：8人

地點：本中心

費用：\$ 100

對象：小六學生會員

負責職員：黃容山

備註：1. 由專任升中模擬老師負責進行面試

2. 費用包括個人面試、小組面試、面試匯報、
家長研習及工作坊、個人評估報告

小六升中面試技巧加強班

CC 5376

小六升中技巧旨在讓小六學生們知道如何發揮所長，並在實際面試時展現其多元化的才能及靈活一面，提升面試的成功率。加強班讓參加學生提升應對技巧和面試應有態度，積極準備他們的「升中面試」。

日期：1/11、15/11、6/12 (逢六、共3次)

時間：上午11:00至中午12:30

名額：8人

地點：本中心

費用：\$ 100

對象：小六學生會員

負責職員：黃容山

備註：活動包括個人面試、小組面試、個人評估報告

幸福滿滿 聖誕嘉年華

又到了一年一度普天同慶的大日子啦~ 聖誕節除了與朋友、家人一同聚會外，還可以與街坊們一齊慶祝及同歡，現誠邀大家來一齊分享及接收這份喜悅!



日期：20/12/2025(六)

內容：攤位遊戲、小食、

時間：下午2:00-4:00

幸運大抽獎

地點：本中心

費用：全免





聖誕齊齊整

CC 5377

又到聖誕~又到聖誕~ 適逢聖誕，透過製作不同有關聖誕的手作，如流沙UV滴膠、注連繩等，讓參加者更了解聖誕節及在過程中發揮無限創意。

日期：4/12、11/12、18/12(逢四、共3次)

時間：晚上6:00 - 7:00

名額：8人

地點：本中心

費用：\$ 80

對象：8-12歲會員

負責職員：張樂詩

聖誕冬日毛冷小手工

CC 5378

為參加者提供一個有趣且富有創意的聖誕手工體驗，透過三節活動，以讓人感到溫暖的毛冷做主題，讓參加者在輕鬆愉快的環境中發揮創意，增進動手能力，並體驗聖誕的喜悅。

日期：29/11、13/12、20/12(逢六、共3次)

時間：上午11:30 - 12:30

名額：6人

地點：本中心

費用：\$ 60

對象：6-12歲會員

負責職員：陳蓓萍



聖誕玻璃彩繪義工

CC 5379

本活動將邀請青少年參與聖誕玻璃彩繪，學習彩繪技巧，一同設計聖誕圖畫並畫在中心外圍玻璃上。透過這一創作過程，參與者不僅能增添節日氣氛，還能促進彼此間的交流與合作，攜手裝飾社區空間，傳遞愛與祝福，讓每個人都感受到聖誕的溫暖與喜悅。

日期及時間：29/11、13/12(逢六、共2次)，下午2:30-3:30

19/12(五)，下午5:30-6:30

名額：10人

地點：本中心

費用：\$ 30

對象：9-18歲會員

負責職員：陳蓓萍





巧手打造・聖誕木糠DIY

CC 5380

在這個充滿歡樂的節日裡，透過親手製作聖誕木糠布甸，體驗動手創作的樂趣。從攪拌、分層到創意裝飾，學習耐心與細心，並學習依照步驟完成每一個環節，提升專注力。親手完成的甜品可與家人分享，傳遞節日的溫馨與喜悅。

日期：13/12 (星期六)

時間：上午10:30-11:30

名額：6人(綜援名額：1名)

地點：本中心

費用：\$ 50

對象：8-11歲會員

負責職員：黃佩珠姑娘

備註：自備圍裙

甜蜜聖誕小食手作日

CC 5381

聖誕節怎能少了甜蜜的點心？運用簡單的材料，製作花環造型的椒鹽捲餅和朱古力聖誕樹曲奇，不僅能發揮創意，還能展現獨特的節日風格。親手完成的美味小食，為節日增添溫馨氣氛和滿滿的成就感。

日期：20/12 (星期六)

時間：上午10:30-11:30

名額：6人(綜援名額：1名)

地點：本中心

費用：\$ 50

對象：6-8歲會員

負責職員：黃佩珠姑娘

備註：自備圍裙

大自然 與孩子的連繫

張樂詩

生活在城市的孩子們，滿眼盡是密集的高樓和隨處可見的混凝土建築，他們抬頭看到的多是樓宇，而非藍天與綠樹。此外，隨著科技日益普及，手機、平板、耳機以及冷氣房已成為孩子的日常，使他們在視覺、聽覺和觸覺上接觸大自然的機會大幅減少。再加上社會對學業成績的高度重視，孩子每週僅有一至兩節體育課，課後與週末時間常被功課輔導或補習班佔據，難以抽空到公園或郊外活動，進一步拉遠了孩子與大自然的距離。

近年來，愈來愈多研究指出，孩子在城市化與學業壓力下，出現各種狀況的比率上升，如肥胖、壓力過大、專注力不足及過度活躍等。瑞典一項研究曾比較不同環境下成長的學童：一組在高樓林立、僅有安靜遊戲區的環境中生活；另一組則在擁有草地、樹木和花園的環境中學習。結果顯示，後者的學童在運動能力與專注力方面均表現更佳。除此之外，更多資料反映，大自然本身具有療癒力量，能幫助提升專注力與認知力，並有效舒緩情緒和壓力。由此可見，為孩子創造接觸大自然的機會，甚至培養親近大自然的習慣，是我們必須共同努力的方向。

日本近年流行一種名為「森林浴」的體驗，人們透過沉浸森林、以五感慢慢探索，由導賞員帶領森林漫步，使身心放鬆並重新與自然連結。孩子若能走進大自然，對孩子的成長有着無可取代的價值。透過更多的戶外體驗，他們能激發好奇心，培養探索世界的動力；啟發創造力，在自然的啟示中孕育靈感；促進身心健康，減少情緒困擾，降低抑鬱、過度活躍及行為問題的風險；刺激感官發展，透過視覺、聽覺與觸覺全面學習；並學會尊重大自然，懂得珍惜環境與生命。讓孩子走出課室、走進自然，不僅是學習的一部分，更是成長的必需。這種方式正好啟發我們，讓孩子在自然中學習，往往比單純在課室操練更具意義。

要讓孩子再次與大自然建立連繫，父母的角色至關重要。在日常生活中，多帶孩子走到郊外，不但能呼吸新鮮空氣，更能增進親子關係。在我們新一期活動中，亦特意設計了各類外出體驗，讓孩子重新接觸大自然。透過五感探索，他們能以眼睛欣賞綠油油的草木與廣闊星空，以耳朵聆聽鳥兒的啼叫與微風吹拂的聲音，感受大自然的奇妙與美好。這些經驗不僅能擴闊孩子的視野，更能培養他們對世界的好奇與關懷。唯有如此，孩子才能在學業以外，獲得全面而健康的發展。



潮間帶大冒險

CC 5382

大自然中，究竟藏有什麼生物？放下電子產品，一同走進泥灘探索大自然，透過眼、耳、鼻、手，感受不一樣的環境，從而認識更多的泥灘生物，亦可以培養對自然環境的愛護和保育意識

日期：4/10 (六)

時間：上午10:30於長洲碼頭集合

下午2:35於長洲碼頭解散

名額：12人(綜援名額：1名)

地點：梅窩

費用：\$ 150(已包括交通費、導賞員)

對象：6-12歲會員

負責職員：張樂詩

秋日親子森林浴體驗

CC 5383

工作人員帶領親子再走進大自然，在林間緩步徐行。過程中使用五感幫助參加者與大自然連結，並進行簡單呼吸冥想。

日期：22/11/2025 (六)

時間：中午12:00 /下午18:30於長洲碼頭集散

名額：10對

地點：大埔滘自然護理區

費用：每位 \$ 80

對象：6-12歲會員及其一位家長

負責職員：陳蒨萍

備註：包交通費用

天文探索之旅

CC 5384

經過考試週及開始有些秋意，最合適一家大細燒烤和遊戲，以增加家庭之間的互動；另外透過天文觀星增加參加者的天文知識及擴闊視野。

日期：28/11 (五)

時間：下午5:00 - 9:30

名額：12對親子

地點：長洲明暉營

費用：每位 \$ 110

對象：6-12歲會員及其一位家長

負責職員：張樂詩

暑期活動花絮

多元智能 暑期學堂2025

多元智能暑期學堂除了提供練習予參加者，以鞏固學業外，還有不同的多元化學習機會，如新興運動、烹飪、手工藝、社區探索等。繼而在暑假中，豐富不同的體驗，以及提升個人技能。



好想去旅行之…

今個夏天，Apple 姑娘化身成小導遊，帶領小朋友們展開一場美食之旅！我們一同探索和製作台灣和日本當地的特色小食。各位小廚師積極參與烹飪過程，親手創作出色香味俱全的美食。而大家都得到「零失手貼士」的食譜，可隨時隨地在家中，與家人一起再度品嚐美食。

活動反應熱烈，大家都有口福！期待未來能夠帶大家衝出亞洲，一起食勻全世界！



暑期活動花絮

新新學子 好友營



小六升中是人生重要階段，今年中心繼續陪伴各位小六生渡過這重要階段，除了有升中模擬面試外，亦有升中·好友營活動。

透過營會及營前、營後聚會，參加者展現了各種各樣的才能，包括解難能力、團結合作的技巧、自控及自理能力等。

最重要是在這一連串的活動中，大家用笑聲以及互相支持的方式協助大家一起成長，陪伴大家渡過這重要時刻。期待在下一年度的升中活動中見到各位準中一生的參與。



踏上挪亞方舟- 生命教育館



參觀保護遺棄 動物協會



毛毛地氈工作坊



創作我的合味道工作坊



Laser war games



放下手機· Funplay@長洲



沉浸VR新體驗



暑期活動花絮

3D筆創意
製作小組



兒童繩網
訓練班



Make Do
創意機械課程



摺指器DIY工作坊

恐龍考古班



繽紛繩網
手工藝



兒童木工班



織出我心情@
毛毛條編織



Yummy
Summer
甜品班



明hea里的由來.....



根據網上資料，「Hea」的概念，源自英文的hang around，意指「遊蕩」、悠閒地或懶洋洋地消磨時間。

我們打造「明hea里」，希望在長洲中建立一個可以讓年青人放鬆的地方。年青人在學習、生活、家庭、社交、工作中，難免會遇到不少的壓力，願意分享的，我們很樂意聆聽；未準備好的，也可以在「明hea里」得到休息、得到紓緩。



「明hea里」活動多元，可聊天分享、看電影、打遊戲機、聽歌、玩桌遊、劇本殺、開會、小休等等，就好像我們的年青人般，只要我們願意給予機會，他們定必可以有更多方向的发展，探索生命無限可能性。

新學年的開始，「明hea里」歡迎各位年青人來到，並提出寶貴意見，一同將「明hea里」打造得更貼合大家需要，歡迎聯絡山Sir、Apple 姑娘、張姑娘，隨時傾心分享。



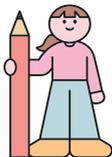
兒童活動

創意手工製作

CC 5385

透過運用不同的材料製作小手工，如創意花燈、貝殼肌理畫冰箱貼、立體流沙畫、創意奶油膠鏡子等，培養藝術觸覺，啟發創意，訓練耐力。

- 日期：4/10、11/10、18/10、25/10 (逢六、共4次)
- 費用：\$ 100 (費用已包括材料費)
- 時間：上午11:00 - 下午12:00
- 對象：6-12歲會員
- 名額：6人
- 負責職員：黎君如
- 地點：本中心



2義

CC 5386

透過每月的義工聚會，學習不同的技能及籌備服務。其後到長洲區內進行不同的服務，提升參加者對不同群體的了解，更可以從課堂準備及服務活動中，提升軟技能。

- 日期：9/10、23/10、6/11、13/11、10/12、17/12(每月2次、共6次)
- 費用：\$ 60
- 時間：下午6：00-7:00
- 對象：9-12歲會員
- 名額：10人
- 負責職員：張樂詩
- 地點：本中心及長洲社區內



我要做Pizza俠

CC 5387

Pizza俠? Pizza Hut? 平日食Pizza hut就多，但親自在Pizza hut製作屬於自己的pizza又試過未? 是次活動透過親自製作料理，增加參加者對烹飪的興趣。而且由導師帶領不同步驟的製作，提升參加者的執行能力。最後大家將會獲得工作坊的證書。

- 日期：11/10 (六)
- 地點：堅尼地城Pizza Hut(暫定)
- 時間：上午8:30於長洲碼頭集合
- 費用：\$ 120(不包括交通費)
- 下午2:15於長洲碼頭解散
- 對象：6-12歲會員
- 名額：15人(綜援名額：1名)
- 負責職員：張樂詩



好想去旅行之-韓國篇

CC 5388

工作人員與參加者探索韓國文化，透過製作簡單的韓國小食，如韓國飯卷、甜辣香腸年糕串、糖葫蘆，讓參加者們親手體驗韓國的美食與風俗，從食物中增進對韓國文化的了解與興趣。

- 日期：11/10、18/10、25/10 (逢六、共3次)
- 費用：\$ 60
- 時間：下午2:30 - 3:30
- 對象：6-12歲會員
- 名額：6人
- 負責職員：陳蒨萍
- 地點：本中心
- 備註：自備食物盒及圍裙

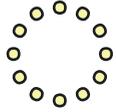


3D創造無界限

CC 5389

3D技術發展迅速，現在更能透過3D筆及3D printer製作不少生活化用品。在這個活動，參加者能夠學習及體驗到3D筆的運作，並有機會以3D printer製作品物。

- 日期：14/10、21/10、4/11 (逢二、共3次)
- 時間：下午6:00-7:30
- 名額：6人(綜援名額：1名)
- 地點：本中心
- 費用：\$ 50
- 對象：7-10歲會員
- 負責職員：黃容山



海洋寶藏

CC 5390

透過參加者到沙灘收集海洋寶藏，再其後在課堂上發揮創意製作成頸鏈。在過程中體驗及學習17個SDGs「永續發展目標」，從玩樂中學習。

- 日期：18/10、25/10、1/11 (逢六、共3次)
- 時間：中午12:00 - 下午1:00
- 名額：8人
- 地點：本中心及長洲區內
- 費用：\$ 20
- 對象：6-9歲會員
- 負責職員：張樂詩



小一生活新篇章

CC 5391

活動主要關心小一新生的適應生活，讓參加者分享新體驗與挑戰。透過小組討論和互動遊戲，增強彼此的支持與友誼，幫助他們更快融入新環境。

- 日期：18/10、25/10、1/11(逢六、共3次)
- 時間：上午11:00 - 中午12:00
- 名額：6人
- 地點：本中心
- 費用：\$ 60
- 對象：6-7歲會員
- 負責職員：陳蔭萍



暢遊桌遊世界

CC 5392

桌遊世界歷久不衰，最重要的不只是玩樂，而且有學習，部份桌遊學懂情緒社交以及策略技巧。暢遊桌遊世界會帶參加者去遊玩很多受世界大眾且各有特色的桌遊，助你在遊戲中激發好奇心、洞察力和創造力。

- 日期：1/11、15/11、6/12 (逢六、共3次)
- 時間：下午2:00至4:00
- 名額：6人
- 地點：本中心
- 費用：\$ 20
- 對象：8-12歲會員
- 負責職員：黃容山



智能提升小學堂

CC 5393

現今科技一日千里，我們從小便要有豐富的知識去掌握不同的技術與及工程。在這個活動中，參加者能夠學習到電子機械的運作，以及學習到編程工具的運用，帮助大家從實際運作中學到書本的知識，並能實踐出來，提升不同的成長品格強項，如好奇心、洞察力等。

- 日期：18/11、2/12、9/12、16/12 (逢二、共4次)
- 時間：下午6:00-7:30
- 名額：6人(綜援名額：1名)
- 地點：本中心
- 費用：\$ 50
- 對象：7-10歲會員
- 負責職員：黃容山



Scratch小遊戲編程小組

CC 5394

透過Scratch軟件學習製作編程小遊戲，訓練邏輯思考、解難能力及啟發創意。

- 日期：15/11、22/11、29/11 (逢六、共3次)
- 時間：上午11:00 -下午12:00
- 名額：4人
- 地點：本中心
- 費用：\$50
- 對象：8-12歲會員
- 負責職員：黎君如



兒童沉浸式劇本活動- 艾爾的生日晚會

CC 5395

艾爾的生日晚會來到了，到底在晚會中發生了什麼事，會不會破壞了艾爾的生日會。你是生日會嘅參加者，你又會如何去選擇？兒童版的劇本活動帶來不一樣的體驗，讓你透過溝通、合作以及不同的參與為故事發展作出貢獻。

- 日期：12/12 (星期五)
- 時間：下午5:30-8:00
- 名額：6人(綜援名額：1名)
- 地點：本中心
- 費用：\$ 50
- 對象：8-12歲會員
- 負責職員：黃容山
- 備註：活動提供小食及紙包飲品兩包



青年活動



Friday Night 鬆一鬆

CC 5396

無論是學習及工作，適當的休息都很重要，我們期望與大家Friday Night 一齊鬆一鬆，為了「I」人，我地有明Hea里比你悠閒下、聽下歌、做下手作、放鬆下，而「E」人的你，就不能夠錯過打switch、飛鏢、玩board game, laser gun一眾緊張刺激好遊戲。I want you 參加呀！

- 日期：10/10、24/10、7/11、21/11 (逢五)
- 時間：下午7:00-9:15
- 名額：6人(綜援名額：1名)
- 地點：本中心
- 費用：免費
- 對象：14-20歲會員
- 負責職員：黃容山

逃出「島海」探索團



CC 5397

經歷過數個月，社區探索團已將長洲島的特別之處紀錄下來，是時候要邁向更偉大的航道-「離開長洲」，我們會每月一次，外出去探索市區內的特別地方，逃出「島海」探索團歡迎你們的隨時加入，與世界各地人物接軌，一起尋找、紀錄特色之處，提升各位的勇敢、堅毅及活力。

- 日期：18/10、29/11、13/12 (逢六、共3次)
- 時間：上午10:15-下午3:15
- 名額：5人(綜援名額：1名)
- 地點：中環、尖沙咀等地



- 費用：\$ 150
- 對象：10-15歲會員
- 負責職員：黃容山
- 備註：每次活動包括來回船費以及午餐



我在「密室」等著你 (密室逃脫活動)



CC 5398

小小的房間到底可以有甚麼事發生呢？一步一步的線索到底指向甚麼故事發展呢？你有沒有能力解開重重謎題，「逃出密室」呢？歡迎大家來到挑戰，展現你們的洞察力、勇敢以及智慧。

- 日期：28/10 (星期二)
- 時間：下午6:00-6:45 (a)
下午7:00-7:45 (b)
下午8:00-8:45 (c)
- 名額：每場6人(綜援名額：1名)
- 地點：本中心或長洲地方



- 費用：\$ 50
- 對象：12-18歲會員
- 負責職員：黃容山
- 備註：活動或涉及一些驚嚇元素

沉浸式劇本殺(一)-地球流浪者

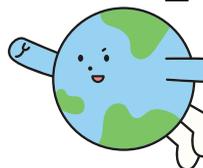
CC 5399

2380年地球將會面對毀滅，逃離地球的人們抵達了HOPE-01行星，卻遭當地人驅趕。你再次踏上尋找新的行星的旅途，面對來自地球嘍囉信號以及突然暴斃的船長，流浪者們……你們到底如何……何去何從。我們等待各位參加者展開精彩的故事發展。

- 日期：14/11 (星期五)
- 時間：下午5:30-9:15
- 名額：6人(綜援名額：1名)
- 地點：本中心



- 費用：\$ 50
- 對象：14-20歲會員
- 負責職員：黃容山
- 備註：活動提供小食及紙包飲品兩包



家長、親子活動

新手爸媽鬆一鬆

CC 5400

為家長於孩子上學校後加設午間喘息空間，教授家長減壓方法，並與他們一同體驗，如冥想、和諧粉彩、碟古巴特，亦希望營造家長互相支持的氣氛。

- 日期：13/10、20/10、27/10 (逢一、共3次)
- 費用：\$ 100
- 時間：上午11:00-12:00
- 對象：小學學生家長
- 名額：8人
- 負責職員：陳蒨萍
- 地點：本中心
- 備註：小一學生家長優先

家長「好好傾」計劃

CC 5401

「生仔要考牌」這句話，相信大家一點都不陌生。管教涉獵很多不同層面，但無論如何找到好方法，教育自己的孩子是最重要一步。透過定期聚會，我們希望與家長們一起探討如何透過24個品格強項、不同的情緒主題讓孩子們有更好的提昇，並互相支援，提供好點子協助孩子好好成長。

- 日期：9/10、30/10、20/11、18/12 (逢四、共4次)
- 費用：免費
- 時間：中午12:30至下午2:30
- 對象：小學學生家長
- 名額：8人
- 負責職員：黃容山
- 地點：本中心
- 備註：部份節數包括家長放鬆活動

芭蕾舞班 (1001)

- 課程與張秀芬芭蕾舞學校合辦
- 透過唱遊鍛鍊手腳協調及誘發舞蹈潛能
- 學員表現良好，將獲導師保送英國皇家芭蕾舞考試
- 備註：4/10-27/12(六) 13堂
8/10-31/12(三) 11堂
- 參加考試班須於週三另加一堂(*學費雙倍)
- 歡迎季中加入及預約面試

項目	對象	時間	名額	每季費用
*Beginners	3-5 歲會員	逢六 上午11:15 - 中午12:00	20	\$1300
Primary	6-7 歲會員	逢六 下午4:00 - 4:45	15	\$1430
Grade 1	7-9 歲會員	逢六 下午3:00 - 4:00	10	\$1690
Grade 2	8-10 歲會員	逢六 上午10:15 - 11:15		\$1820
Grade 3	10-12 歲會員	逢六 下午2:00 - 3:00		\$2015
Grade 4	11-12 歲會員	逢六 下午1:00 - 2:00 *逢三 晚上 7:00 - 8:00		\$2145/*\$3960
Grade 5	13-14 歲會員	逢六 中午12:00 - 下午1:00 *逢三 下午 8:00 - 9:00		\$2275/*\$4200

*此活動與明愛堅道社區中心合辦，並可獲「幼兒天地」會員免費升級優惠。(詳情可參考P.24)

拼音樂園Phonics Paradise (1011)

- 透過音樂、遊戲、圖片、故事及動作，把音標符號和字音組合放進學員的長期記憶中，並於短時間內掌握英文生字的語音規律，從而建立「看字拼讀」及「聽聲拼寫」的能力，再不用死記英文字的讀音和串法。
- Phonics自然拼音法：1. 25個字音(配元及輔音), 2. 260個字音組合如：- diphthongs : ai, al, au, aw, ay, ea, ei, ew, ey, ie, oa, oi, oo ... - vowel + r : ar,er,ir,or,ur - magic e : a_e,e_e,i_e,o_e...
- *如屬新生，導師會於首堂作出評估，按學生的能力安排比較適合的課程

對象	日期(星期)	時間	名額	費用	綜援優惠	地點
* (1011A) I : **5 - 6歲會員 (K3至小一 需已認識A-Z字母)	11/9-18/12/25 (逢四 共14堂) 4/12 暫停	下午3:45 - 4:45	10	\$1960	\$10/ 1名	本 中 心
* (1011B) II : **5 - 6歲會員 (K3至小一 已完成第I級)	9/9-30/12/25 (逢二 共15堂) 7/10及2/12暫停	下午3:45 - 4:45		\$2100		
(1011C) III : 6 - 8歲會員 (小一至小二 已完成第II級)		下午4:45 - 5:45		\$2175		

劍橋小學英語(1012)

- 引進Cambridge教材，學習優秀的英語閱讀技巧，悠遊於文字間、閱讀書報雜誌或欣賞不同的文體與藻詞之美。課程著重運用閱讀技巧，如skimming、scanning等。此外，課程更以Phonics串字法，增加學生對劍橋小學英語公開考試的能力。
- 需自備書籍: Fun for Starters, Movers & Flyers 4th edition / KET 2nd edition / PET 2nd edition / FCE Open World B2 ISBN:9781108759052)

對象	日期(星期)	時間	名額	費用	綜援優惠	地點
(1012A) Starters 6-7歲會員 (小一至小二)	12/9-19/12 (逢五 共14堂) 21/11暫停	下午4:45 - 5:45	10	\$1960	\$10/ 1名	本 中 心
(1012B) Movers 8-9歲會員 (小三至小四)		下午7:45 - 8:45		\$2030		
(1012C) Flyers 10-11歲會員 (小五至小六)	8/9-29/12 (逢一 共15堂)	晚上3:45 - 4:45		\$2250		
(1012D) KET 12-14歲會員(小六至中一)	6/10及 24/11暫停	下午5:45 - 6:45		\$2400		
(1012E) PET 13-14歲會員 (中一至中二)	11/9-18/12/25 (逢四 共14堂) 4/12暫停	晚上7:45 - 9:15		\$3360		

數學天地 (1016A)

- 針對改善學生不理解英文文字題及不喜歡運數的通病，加強學生之學習興趣和信心，提升閱讀及理解能力，從而啟發小朋友對數學理解。

對象	日期(星期)	時間	名額	費用	綜援優惠	地點
8 - 9歲會員 (小三至小四)	8/9-22/12 (逢一 共14堂) 6/10及24/11暫停	下午4:45 - 5:45	10	\$2030	\$10/ 1名	本中心

中文寫作(1013)

○課程包括閱讀理解及寫作訓練，旨在提高學生的閱讀理解能力和寫作技巧。學生透過練習可閱讀到不同文體，強化理解能力，並熟習公開試的試題形式；而寫作訓練則集中短文及實用文的培訓，以不同範文分析寫作技巧，從中學習不同的修辭手法。

對象	日期(星期)	時間	名額	費用	綜援優惠	地點
(1013A) 6 - 7歲會員 (小一至小二)	12/9-19/12 (逢五 共14堂) 21/11暫停	下午3:45 - 4:45	10	\$2030	\$10/ 1名	本 中 心
(1013B) 8 - 9歲會員 (小三至小四)	11/9-18/12/25 (逢四 共14堂) 4/12暫停	下午5:45-6:45		\$2030		

英文文法及串字 (1014B)

○針對小學生的英文串字問題，以遊戲形式強化學生對英文的串字能力。過程中，亦會教授英文文法的初步認識。

對象	日期(星期)	時間	名額	費用	綜援優惠	地點
8 - 9歲會員 (小三至小四)	10/9-31/12 (逢三 共14堂) 1/10、29/10及3/12暫停	下午4:45 - 5:45	10	\$1960	\$10/ 1名	本 中 心

英文寫作(1015)

○課程加強學生之閱讀能力、寫作技巧(Writing Skill)，提升學生寫作練習(Writing Practice)；亦教授Five Steps of Writing(寫作五步曲)，講解特定文體的內容結構，再輔以寫作練習，以鞏固學習。

對象	日期(星期)	時間	名額	費用	綜援優惠	地點
(1015A) 6 - 7歲會員 (小一至小二)	11/9-18/12/25 (逢四 共14堂) 4/12暫停	下午4:45 - 5:45	10	\$1960	\$10/ 1名	本 中 心
(1015B) 8 - 9歲會員 (小三至小四)		晚上6:45 - 7:45		\$2030		
(1015C) 10 - 12歲會員 (小五至小六)		下午5:45 - 6:45		\$2100		

小學呈分試- 中文寫作 (1017A)

○課程包括閱讀理解及寫作訓練，旨在提高學生的閱讀理解能力和寫作技巧。學生透過練習可閱讀到不同文體，強化理解能力，並熟習公開試的試題形式；而寫作訓練則集中短文及實用文的培訓，以不同範文分析寫作技巧，從中學習不同的修辭手法。

對象	日期(星期)	時間	名額	費用	綜援優惠	地點
10 - 12歲會員 (小五至小六)	10/9-31/12 (逢三 共14堂) 1/10,29/10及3/12暫停	晚上7:45 - 8:45	10	\$2380	\$10/ 1名	本中心

小學呈分試-英文閱讀(1017C)

○針對小學呈分試，重溫語文考試重點；透過逆向思維解構問題及答題的技巧。

對象	日期(星期)	時間	名額	費用	綜援優惠	地點
10-12歲會員 (小五至小六)	10/9-31/12 (逢三 共14堂) 1/10,29/10及3/12暫停	晚上6:45 - 7:45	10	\$2380	\$10/1名	本中心

小學呈分試-數學(1017D)

○針對小學呈分試，重溫語文考試重點；透過逆向思維解構問題及答題的技巧。

對象	日期(星期)	時間	名額	費用	綜援優惠	地點
10-12歲會員 (小五至小六)	8/9-22/12 (逢一 共14堂) 6/10及24/11暫停	下午6:45 - 7:45	10	\$2380	\$10/1名	本中心

升中中文(1017E)

○課程設計針對各程度學員的需要，改善學習語文的困難，增加閱讀、聆聽、說話表達的不同技巧，強化學員的理解能力，建立生字庫和有效回答問題，增強學員的表現能力。

對象	日期(星期)	時間	名額	費用	綜援優惠	地點
10-12歲會員 (小五至小六)	8/9-22/12 (逢一 共14堂) 6/10及24/11暫停	晚上7:45 - 8:45	10	\$2240	\$10/1名	本中心

英文閱讀(1019A)

○課程加強學生之閱讀能力，透過逆向思維解構問題及答題的技巧，建立英文生字庫。

對象	日期(星期)	時間	名額	費用	綜援優惠	地點
8-9歲會員 (小三至小四)	12/9-19/12 (逢五 共14堂) 21/11暫停	晚上6:45 - 7:45	10	\$2030	\$10/1名	本中心

英文科學 English Science (1020)

○針對已就讀初中的學生需要，解釋初中科學要點的內容，掌握背串科學的學術字眼的技巧。

對象	日期(星期)	時間	名額	費用	綜援優惠	地點
12-15歲會員 (中一至中三)	9/9-30/12/25 (逢二 共15堂) 7/10及2/12暫停	晚上6:45 - 8:15	10	\$3600	\$10/1名	本中心

英文升中面試班(1028)

○適合小五至小六學生，準備中學英文面試的技巧，說明如何在面試前的準備，以模擬面試的角色扮演，灌輸面試的注意事項和面試當天做好準備。

對象	日期(星期)	時間	名額	費用	綜援優惠	地點
10-12歲會員 (小五至小六)	12/9-19/12 (逢五 共14堂) 21/11暫停	中午5:45 - 6:45	10	\$2380	\$10/1名	本中心

入會申請須知

○入會申請者須為本港合法居民

會籍類別	資格	需要帶備的證明文件	年費
兒童會員	六至十四歲	1) 申請人身份證或出世紙 (副本均可) 2) 須有監護人簽名	\$29元
青年會員	十五至廿四歲	1) 申請人的身份證正本 或影印本	\$29元
家庭會員	直系家庭會員， 其中一位成員年齡 必須為六至廿四歲	1) 每位成員之出世紙或 個人身份證正本或影印本	\$58元 (家庭成員 人數不限)

領取綜合社會保障援助金人士/家庭：豁免會員費(請出示領取綜合社會保障援助證明文件)

會員權利 / 福利

- (1) 定期收到本中心「會員通訊」及活動宣傳資訊
- (2) 可繳費報名參加明愛兒童及青少年中心/青少年綜合服務舉辦的活動/課程
- (3) 參加個別活動可獲優惠收費
- (4) 會員證可通用於明愛兒童及青少年中心/青少年綜合服務單位
- (5) 於明愛牙科診所就診可獲優惠
- (6) 會籍有效期為一年。在有效期內，會員可要求刪除其會籍及有關紀錄，惟已交的會員費用概不退還

「幼兒天地」會員免費升級優惠

為了讓6歲以下的兒童及其家庭享受更多元、更豐富的社區服務，明愛青少年及社區服務轄下7間青少年綜合服務中心與6間地區明愛社區中心攜手合作，推出「幼兒天地」會員免費升級計劃！會員可獲贈一年免費明愛社區中心會員資格，與家人一起參加更多有趣的活動與課程！

會員適今年齡後，可以繼續報名青少年綜合服務的合年齡課程，也可以參加明愛社區中心的各類課程和活動。

升級日期：2025年4月1日起

升級方式：攜帶有效的「幼兒天地」會員證，前往所屬青少年綜合服務中心，即可辦理！機會難得，快來免費升級，體驗更多精彩課程與活動吧！

惡劣天氣服務安排

天氣狀況 (以活動舉行前3小時為準)	室內活動	室外活動
1號風球	✓ ★	✓
3號風球	✓ ★	✗
8號風球或以上	✗	✗
黃色暴雨警告	✓ ★	☎
紅色暴雨警告	✓ ★	✗
黑色暴雨警告	✗	✗

✓ 如常舉行 ✗ 取消 ☎ 請致電本中心查詢 ★ 自行決定(各缺席課堂，均不獲補課及退款)

退出服務安排

- (1) 已報名及繳費者（以下簡稱參加者）可以知會本單位想退出服務的意願，但是不能少於服務舉行前六個工作天或以前提出申請，若本單位於有關活動已有候補者等候，則會安排由候補者補上，退出服務者需要繳交手續費卅元正，本單位亦安排在一個月內退回已繳交之費用；
- (2) 若本單位於有關活動沒有候補者，則參加者可以推薦合符該服務參加者資格的人士補上，本單位保留接納該候補人士的權利，若獲接納，則參加者需要繳交手續費卅元正；
- (3) 若沒有任何候補者，則參加者不能退出服務及取回已繳交之費用；
- (4) 若果本單位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，本單位安排在一個月內退回已繳交之費用；
- (5) 在下列情況下，本單位可以取消參加者參加服務的資格，已繳交的費用概不發還：
 - 在報名後被本單位發現不符合參加服務的資格；
 - 在服務進行期間參加者不遵從本單位服務負責職員就其言論、行為的勸喻。
- (6) 「單位主管可就申請退出服務的人士申述之理由，作出酌情處理。」

會員專享商戶優惠

持有效明愛會員證的會員，
可於下列商戶享有優待（排名不分先後）

長洲沖印	長洲新興海傍街79號地下	購買紀念品滿\$100可獲九折
長洲書店	長洲大新海傍街103號地下	滿二十元可獲九折(特價品/書籍/字典除外)
隨便揀 【床上用品】	長洲新興街1號地下	購買任何原價床上用品 滿一百元可獲九折
渡日書店	長洲北社街68號地下	購買新書可獲九折(部份書籍除外)

中心開放時間

✓ 正常開放 ✗ 暫停開放 (活動及課程如常進行)
收費時間：開放後半小時至關門前一小時內

開放時間	日	一	二	三	四	五	六
上午10:00-下午1:30	✗	✗	✗	✗	✗	✗	✓
下午1:30-6:00	✗	✓	✓	✓	✓	✓	✓
晚上6:00-9:30	✗	✓	✓	✓	✓	✓	✗

意見收集

大家對我們服務有任何意見，可填下欄並連同聯絡方法寄回本中心單位主任收；又或可放入中心的意見箱內。凡具姓名及有提供聯絡方法者，我們會於十四天內處理或回覆。

chat

0_X

姓 名：_____ 會員證號碼(如有)：_____

聯絡電話：_____ 日期：_____

服務質素標準



本中心依據社會福利署所規定之十六項「服務質素標準」，訂明了在中心之管理及提供服務應具備的質素水平。每項服務質素標準均有一套「準則」及「評估指標」說明。如需要索取更詳細資料，可掃描右邊的二維碼。

服務質素標準包括：

- 標準1：服務資料
- 標準2：檢討及修訂政策和程序
- 標準3：運作及活動紀錄
- 標準4：職務及責任
- 標準5：人力資源
- 標準6：計劃、評估及收集意見
- 標準7：財政管理
- 標準8：法律責任
- 標準9：安全的環境
- 標準10：申請和退出服務
- 標準11：評估服務使用者的需要
- 標準12：知情的選擇
- 標準13：私人財產
- 標準14：私隱和保密
- 標準15：申訴
- 標準16：免受侵犯

索閱服務單位工作報告資料指引

服務使用者需要借閱「香港明愛」及本服務單位過往一年(財政年度計算)之工作紀錄及資料，可向本中心單位主任申請。申請者需要填寫一份借閱本單位工作資料的申請表格，填妥後交回詢問處。本中心職員會於申請起計的兩個工作天內回覆申請人之申請。有關提供的資料只供在本中心內閱讀，不能取走，不能影印。可供索閱之資料如下：



香港明愛之年報



本單位年度之
工作報告



本單位季度工作
統計數字



本單位
「服務質素標準」
之文件

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

背景：

為讓更多領取「綜合社會保障援助」(以下簡稱「綜援」)人士享用本服務，明愛青少年及社區服務(以下簡稱「本服務」)以減費形式提供優惠，詳情如下：

優惠制度條款及細則：

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，每半年上限壹千元，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」人士只能向本服務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，其減費優惠將立刻被終止，並只能於來年4月1日重新申請。
3. 領取「綜援」人士在參加本服務設有減費優惠之活動或課程時，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。工作員會將減費額登記在優惠卡上和輸入電腦系統內以計算總累積額。
4. 綜援會員課程及活動優惠記錄以本優惠卡記錄為準。
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. 每個活動或課程提供十分之一之減費名額，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。
9. 優惠卡所剩餘的金額不能兌換現金。
10. 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。
11. 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。

註：「課程及活動」是指社交及技能發展課程及中心其他活動。



中心職員架構圖

*為註冊社工

服務總主任
陳偉良*



高級督導主任
楊可樞*



督導主任
陳子陞*



註冊社工

黃容山* 陳蒨萍* 張樂詩*

福利工作員

黎君如 黃佩珠

文員

梁靜嫻

活動助理

陳子聰

服務員

周萍



新同事介紹

大家好！

我係新同事黎君如，大家可以叫我黎姑娘。平時最鍾意做手作、摺紙。除此之外我都好鍾意周圍去旅行嚟，可以欣賞到唔同嘅風景，仲可以食到唔同地方嘅特色食物添！歡迎大家嚟中心搵我一齊玩～

黎姑娘



大家好！

我係新加入中心嘅黃姑娘Kobi呀！我鍾意游水、行山、旅行、睇戲，亦都喜歡嘗試新奇刺激嘅活動，例如越野車、山、高空繩索等等，過程令我心跳加速，挑戰成功就令我十分滿足同開心。日後大家有時間可以過嚟同我玩吓、傾吓計，一齊分享生活點滴吖！

K O B I





明愛賽馬會長洲青少年綜合服務

Caritas Jockey Club Integrated Service
For Young People - Cheung Chau



中心地圖

從碼頭步行至中心
約10 - 15分鐘



地址：長洲雅寧苑豪澤閣地下

電話：2981 1441

傳真：2981 5937

中心網址：<http://ccit.caritas.org.hk>

中心電郵：ycscit@caritassws.org.hk



中心facebook



中心instagram