



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
Subsidised services by
the Social Welfare Department

會員通訊

2026年10-12月



明愛慈善步行籌款13/12/2026

明愛賣物會15/11/2026

升中模擬面試

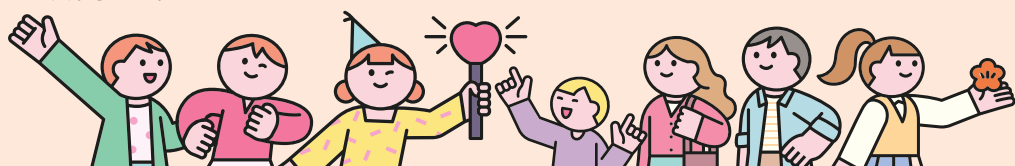
藝術聖誕小鎮相遇



公開報名日期:28/9/2026

目錄

中心主任的話	P1
明愛慈善步行籌款	P2
明愛慈善賣物會	P3
解鎖身份之升中系列	P6
Youth專屬快閃福利	P7
藝術創作與孩子的成長	P8
Sally老師與長洲同行的13年情懷	P10
兒童活動	P14
家長及親子活動	P20
聖誕Chill有愛活動	P22
青年活動	P24
恆常班及課程	P29
入會申請及中心情服務資訊	P32
新同工介紹	P37



2026年10月至12月中心於假期開放時間及安排

(本中心將於下列日期更改開放時間或暫停服務，敬請留意)

節日	日期	開放時間/暫停服務
國慶日	10月1日 (星期四)	暫停服務
重陽節翌日	10月19日 (星期一)	暫停服務
冬至	12月22日 (星期二)	9:00am - 5:00pm
平安夜	12月24日 (星期四)	9:00am - 1:00pm
聖誕節	12月25日 (星期五)	暫停服務
聖誕節後第一個周日	12月26日 (星期六)	暫停服務

中心主任的話

在變幻中擁抱成長的契機

隨着秋意漸濃，我們迎來了2026年的最後一個季度。走在長洲的街道與海旁，涼風送爽，萬物彷彿都在提醒我們：季節正在悄然轉變。

剛過去的暑假，相信大家都留下了不少熱鬧而美好的回憶。然而隨著新學年展開，孩子們也迎來了生命的轉折與遞變——大家升班了，身份不同了，面對的挑戰與課題亦隨之改變。特別是剛升上中學的「中一生」，這或許是你們人生中第一次離開長洲、跨海求學。每天清晨頂著晨光趕搭渡輪，踏入陌生的校園環境，面對全新的社交圈與嚴謹的學業要求，每一天、每一刻都充滿了未知的適應與挑戰。

「變」是生命的常態，而「成長」則是我們對改變最美的回應

成長從來不是一條筆直的跑道，而是一場充滿未知與探索的旅程。對於兒童與青少年而言，每一次身份的改變——無論是小一新生適應校園節奏、小六學生準備升中面試與呈分試，還是中一生跨島求學的奔波，抑或是青年人在選擇未來道路時的迷茫——難免伴隨着不安與焦慮。然而，正是這些「改變」的契機，敲開了我們潛能的大門，讓我們在一次次破浪前行的過程中，學會了勇敢、獨立與堅韌。

良師同行，見證生命蛻變

在應對轉變與克服難關的路上，若有良師益友悉心引路，往往能化為孩子們勇往直前的底氣。今期會訊我們邀請了在長洲教授及與孩子同行十數載的 Sally 老師。投身教育二十年的 Sally 老師，多年來以愛心與專業扎根離島，陪伴無數島上孩子走過學業低谷、克服對語言的恐懼，最終重拾自信，蛻變成長。「積跬步能行千里」，正如 Sally 老師所言，只要給予適當的耐性與鼓勵，每一個孩子都能在變化中展現無限可能。

變幻的世界或許帶來不確定，但請記住，在成長的航程中，孩子們從不孤單。明愛長洲青少年綜合服務始終如一，願作各位長洲的每一位兒童、青年及家長最溫暖的港灣與後盾。

在這個充滿恩典與感恩的秋冬季節，願我們一同在變化中積蓄力量，在愛與陪伴中擁抱孩子成長。預祝大家聖誕快樂，身心康泰！

楊可樺

高級督導主任



2026明愛慈善賣物會 長洲區慈善步行籌款



12月13日
(星期日)



上午
9:45

Bingo

終點設有
親子遊戲

長洲
公眾
碼頭
集合

樂

BINGO主題表上有
多個打卡點等你搵，
打卡連線BINGO。
6線BINGO是基本！



文化

自然

歷史

主題
三選一

截止報名日期：

2026年12月3日

查詢及索取報名表：

致電 或 WhatsApp 2981 4229



明愛營地服務

Caritas Camp Services

明愛陳震夏郊野學園

Caritas Chan Chun Hoi Field Studies Centre

-聖方濟校園 St. Francis Campus

-聖保祿校園 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

明愛社區發展服務

Caritas Community Development Service

明愛賽馬會長洲青少年綜合服務

Caritas Jockey Club Integrated Service for Young People - Cheung Chau

www.caritas.org.hk

明愛慈善賣物會Facebook



鳴謝：



明愛慈善賣物會 — 長洲區

2026 Caritas Charity Bazaars - Cheung Chau



開放時間 Opening Hours:

11月15日 (星期日)

15th Nov (Sun)

10am - 5:30pm

地點 Venue:

北帝廟遊樂場

Pak Tai Temple Playground

義賣

Charity Sales

購物 Shopping
家鄉小食
Food
Hometown

表演

Performance

勁歌金曲 Songs
動感舞蹈 Dances

遊戲

Games

攤位遊戲 Games
運動攤位 Sports
工作坊 Crafts

明愛聖地嘔轄
Caritas Core Services
橫濱南區社會服務中心
Caritas Chan Chun Ho Field Studies Centre
東方匯理中心 - 荃灣分區
Caritas Hong Kong - Tsuen Wan Campus
明愛長洲西園社區發展計劃
Caritas Cheung Chau Sai Wan Community Development Project
明愛長洲服務中心
Caritas Cheung Chau Social Centre
明愛耆風香長洲青少年綜合服務
Caritas Tockley Club Integrated Service for Young People - Cheung Chau

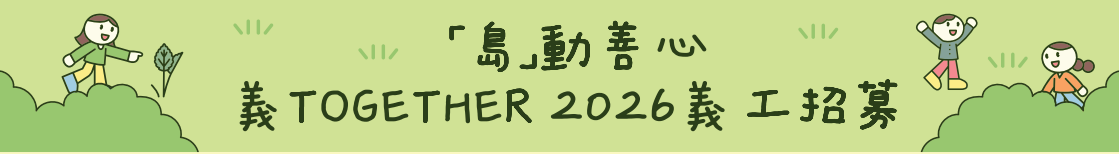
www.caritas.org.hk
明愛慈善賣物會Facebook



鳴謝:  

希望的傳承者
Messengers of Hope





2026慈善獎券售賣日

誠邀您當日前來長洲碼頭支持中心義工購買獎券，獻一份愛心，攜手為關愛社區注入更多正能量！所有善款將撥捐轄下的社會工作、教育及醫療服務，讓有需要人士得到適切支援，為弱勢社群帶來希望與改變。



31/10/2026



下午3:30-5:30



長洲碼頭



義工招募 X 親子雪櫃磁石貼DIY製作

CC 5664

家中的雪櫃，是紀錄生活點滴的核心。本次活動邀請家長與孩子發揮創意，將滿載心意的「手作雪櫃貼」變成傳遞溫暖的載體！親子不僅能體驗手作樂趣、學習義工服務技巧，更能親身前往長洲碼頭進行慈善義賣，把作品與獎券一同遞到善心市民手中。活動善款將全數用於社區弱勢扶助，並設有專屬慶功環節——讓這次經驗不只是一個手作紀念品，更是在孩子心中種下愛心與責任感的美好記憶！

義工訓練及親子雪櫃磁石貼DIY製作 (第一節)

- 日期：24/10/2026 (星期六)
- 時間：下午3:30 - 5:30
- 地點：本中心

- 對象：6-24歲會員及家長
- 名額：4對親子
- 費用：\$10 (每對)

慈善抽獎券籌款活動及慶功 (第二節)

- 日期：31/10/2026 (星期六)
- 時間：下午 3:30 - 5:30

- 地點：長洲碼頭附近及本中心
- 負責職員：黎姑娘



「小島定向」－慈善步行籌款創意義工招募

CC 5663

明愛慈善步行籌款加入全新元素－「長洲Bingo挑戰」！大家可以挑戰不同路線與難度，深入探險、重新認識長洲獨有的文化、歷史與自然生態，好玩又吸晴！現正招募「創意義工隊」，一起腦力激盪設計 Check Point 的好玩任務，為慈善注入無限創意！做善事也可以好好玩！

- 日期：13/12/2026 (星期日)
- 時間：上午 9:00-中午12:00
- 名額：20人
- 地點：長洲

- 費用：免費
- 對象：12歲以上會員
- 負責職員：Apple 姑娘



明愛賣物會義工招募

CC 5665

邀請青年加入賣物會義工行列，協助籌備及主持攤位，並推廣賣物，參加者將會學習與顧客互動，提升組織活動溝通技巧及增強軟實力

訓練

○日期：7/11、14/11/2026 (逢六、共2次)

○時間：下午1:00-2:30

服務

○日期：15/11/2026(日)

○時間：上午9:00-下午5:30

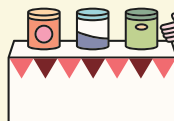
○名額：6人

○費用：\$20

○對象：13-18歲會員

○地點：本中心

○負責職員：銘Sir



明愛賣物會義工慶功宴

CC 5666

為感謝各位義工的無私付出與貢獻，我們特別舉辦義工慶功宴！活動準備了精彩遊戲、心得交流及豐富大食會，帶大家一同重溫賣物會的精采相片。現場更會頒發義工感謝狀並登記服務時數，誠邀大家前來共聚，分享這份助人的喜悅！

○日期：21/11/2026 (星期六)

○時間：下午6:00-9:00

○名額：30人

○費用：免費

○地點：本中心

○對象：9-24歲會員

○備註：參加者需要於明愛慈善賣物會當天擔任義工3小時以上

○負責職員：銘Sir



明愛青少年及社區服務 續會及新會籍優惠安排



為慶祝中華人民共和國成立七十七周年國慶，明愛青少年及社區服務提供優惠會籍予各單位的會員。由2026年10月1日至2026年12月31日，凡持有效會籍之付費會員或新加入會員，即可申請免費會籍一年。

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2026年12月31日或之前，親臨中心辦理免費續會/入會手續。

如有任何查詢，可致電本單位聯絡29811441



第一次認自己係邊個 之升中身份解鎖



陪着你走，伴你升中

CC 5667

升中面試不用怕！活動提供6節個人及小組面試實戰特訓，精準傳授答題技巧，助同學建立自信與臨場應變力，從容應對各種情境。面試結束後更設有貼心跟進、慶祝及減壓活動*，帶大家盡情放鬆。讓我們做你升中路上最強的后盾，一路陪著你走！（*慶祝及減壓活動日期待定）

- 面試小組日期：
 - 10月: 7/10、14/10、21/10、28/10/2026
 - 11月: 4/11、11/11/2026 (逢三，共6次)
- 時間：下午6:00-7:00
- 名額：8人
- 地點：本中心
- 費用：\$ 150
- 對象：11-12歲(小六升中)會員
- 負責職員：Apple 姑娘

小六升中模擬面試

CC 5668

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。這兩年間，升中面試的方式五花八門，本中心安排升中模擬面試體驗，讓你的子女了解最新方式，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面對「升中面試」。

- 日期：24/10/2026 (星期六)
- 時間：上午10:00至下午1:00
- 名額：12人
- 地點：本中心
- 費用：\$250
- 對象：小六學生會員
- 負責職員：山Sir
- 備註：
 1. 由專任升中老師負責進行面試
 2. 費用包括個人面試、小組面試、面試匯報、個人評估報告
 3. 家長陪同學生了解老師講解學生面試表現

升中面試Get! Ready!

CC 5669

過往兩年的升中技巧加強班協助了不少小六學生做面試準備，讓他們知道如何發揮所長，並在實際面試時展現其多元化嘅才能及靈活一面，提升面試的成功率。透過不同的活動及分享，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」。配合參與升中模擬面試，效果將會更加相得益彰。

- 日期：9/11、16/11、30/11、14/12(逢一) | 下午6:00-7:00
21/11、15/12(逢六) | 上午10:30-中午12:00
- 名額：8人
- 地點：本中心
- 費用：\$ 100
- 對象：小六學生會員
- 負責職員：山Sir
- 備註：活動包括個人面試、小組面試、面試心得

Youth專屬快閃福利

免費入會x手搖飲品x潮流工作坊

優惠內容

凡出示有效學生證，即可免費申請成為會員，並獲贈「長洲角酪」手搖飲品券乙張！
(價值\$35)



手搖飲品券
乙張

企劃日期

1/10 - 18/12 /2026

對象

中學生及大專生

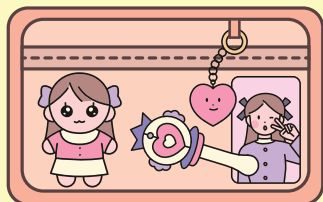
地點

本中心

免費參加潮流工作坊

(當日入會+當月參加以下活動，可於活動當日獲贈長洲角酪手搖飲品券 乙張)

我推的痛袋



日期：30/10、27/11、
18/12/2026 (任選一節)

時間：下午7:30-8:30

備註：可帶你推的badge/卡片設計
你的專屬痛袋

彩沙香薰蠟燭研究所



日期：30/10、27/11、
18/12/2026 (任選一節)

時間：下午6:00-7:00

*飲品券及工作坊名額有限，先到先得，送完即止。
明愛賽馬會長洲青少年綜合服務保留最終決定權



藝術創作與孩子的成長

黃慧玲姑娘

提及『藝術』二詞，你第一時間想起的是繪畫、手工還是跳舞？事實上孩子的藝術發展並不只於技巧的磨練，而是學習把『觀察與欣賞、思考與內化、創作與表達』融入日常生活的過程，成為習慣。每個人天生都具備有美感的潛能，透過五感感知外在美好事物的能力。台灣藝術大學藝術與人文教學所助理教授李其昌強調，「I hear, I forget. I see, I remember. I do, and I understand.」只有透過動手做，才能真正理解並把美感變成身體記憶的一部分，而這一個習慣就是為孩子他日生活上及學習上打造的一個內在能力，推動孩子走得更遠。

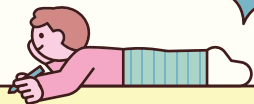


學習藝術並不一定要帶孩子看名畫、逛藝術館，最有效的啟蒙，是家長和孩子一同放慢步伐，觀察日常接觸到的物事，如今天餐盆及饌菜的顏色、日常打扮的配搭、大自然中植物的形態、石子的紋理、在家附近的建築物的特色、他人進行藝術活動時的情景，讓孩子擁有一雙能發現美的眼睛，懂得細心觀察的孩子亦能把事物中的獨特之處找出來，這亦能夠成為他日在學習上的一個良好優勢。

當孩子透過觀察所獲得的刺激，會成為內在的經驗及認知，在孩子再學習相類的知識時，便能夠把過去觀察到的經驗聯結，成為一個屬於自己的新知識。而藝術創作就是不斷讓孩子獲得刺激，從而增加內在的經驗。如繪畫蘋果，幼兒會先觀察蘋果，在最初時幼兒會繪畫圓形再塗上紅色，表達這是蘋果，而在幼兒成長過程中的經驗累積下，當他再次繪畫時，蘋果的形狀、用色及表達方法會更為成熟。從過程中孩子掌握的已不再是繪畫技巧，而是物件結構、形態、光暗反射、遠近、空間運用等不同的認知，當中涉及到不同的科學或數學的理論，所以藝術創作其實是孩子在學習上的助力。

在不同的藝術表達過程中，孩子除了需要高度專注外，在創作會不自覺地注入當時的情感，故此藝術活動是一個情緒表達與抒發的過程，孩子多進行音樂、舞蹈、戲劇、繪畫等藝術活動，能減低焦慮與壓力，從而增加情緒的穩定性，而對於有特殊學習需要的兒童，不同的藝創作更可以滿足孩子所需要的刺激，進行情緒調節，對孩子日常生活，社交及學習上亦有一定的幫助。

本中心將推出一系列藝術創作課程，帶領孩子在動手體驗中學習觀察、欣賞、創作與表達，讓孩子在享受藝術帶來的樂趣同時亦令孩子全方位的潛能得以激發！



藝術聖誕小鎮相遇

寒冬中的聖誕節，因為有大家的陪伴而變得無比溫暖。今年，我們誠意將中心打造成一個充滿藝術溫度小小世界，期待與你和摯愛一同渡過。我們為大家準備四大「藝」術體驗：

「藝」同玩樂



充滿創意與歡笑的攤位遊戲

「藝」同手作



在體驗工作坊中，用雙手創造專屬的佳節記念

日期：19/12/2026(六)
時間：下午2:00-6:00
地點：本中心

對象：中心會員及非會員
名額：不限
費用：免費
負責職員：黃姑娘

「藝」同分享



一邊品嚐精緻美食，一邊傾聽彼此的暖心故事

「藝」同留影



在精心佈置的打卡區，留下今年最溫馨的家庭合照

這不單是一個活動，更是一場街坊與家人間的溫馨聚會。誠邀你來到中心，在藝術與笑聲的包圍下，一同寫下最暖心的聖誕篇章。

Sally老師與長洲同行的13年情懷

請分享您的教育經歷及專業背景？

我在二十年前開始做教育工作，學生年齡屬由幼稚園延伸到成人。涉獵科目包括有學術方面：語文（英語、劍橋英語及中國語文）、拼音、寫作、閱讀理解、聆聽、說話技巧。在科學方面：初中科學、生物。在藝術方面有陶瓷、繪畫、書法、水墨畫及篆刻。



Sally老師

是什麼驅使您持續扎根長洲教學？

長洲的孩子純真聽話，讓人深感教化之樂。我常思考如何讓他們保持純樸的同時，兼具開闊視野與強大學術競爭力。最令我動容的，莫過於看著孩子由幼稚園的稚嫩，一路蛻變至考入大學，這種共同成長的滿足感，是我堅持的初衷。



Sally老師

哪位學生讓您印象最深刻？

是萱慤（Circle）。她小學時極度抗拒英文，甚至曾怒擲課本。經多次鼓勵及量身訂造教程後，她克服了恐懼，重拾自信。如今她已是大學二年級生，仍保持學習熱忱。「積跬步能行千里」，這份轉變給了我教學上莫大的鼓勵！



Sally老師

心聲迴響



學生 Circle（跟隨學習 11 年）

從小二英文常不及格、對學習大發脾氣，到跟隨 Sally 老師由 Cambridge Mover 考至 KET 及英文作文。老師從未放棄我，不僅讓我的成績持續進步，更啟發了我志願在未來成為一名教師！

家長（孫兒成績大幅躍升）

孫兒由只上英文班，到連中英數及書法篆刻也跟隨 Sally 老師。成績由普通進步至班級前 5 名，更在 Cambridge Flyer 獲取滿盾佳績！原本活躍難定下來的他，現在能專注進行藝術創作，令人感動

家長（克服中文抗拒）

孫兒原本極抗拒中文，參加 Sally 老師的中文作文及數學班後，在老師的耐心鼓勵下，開始願說中文並減少抗拒，看到他的改變深感安慰

家長（兩代相傳的信心保證）

大女兒小時候跟 Sally 老師學英文，大大激發了學習興趣，現已升上高中。現在小兒子適齡，我毫不猶豫再次報 Sally 老師

Sally 老師給家長的學習小貼士

1. 培養「語感」與思考力：語文需要長期浸淫，融會貫通並擴充詞彙。
2. 保持樂趣與堅持：「駑馬十駕，功在不捨」，讓孩子喜歡並明白所學才是捷徑。
3. 家長是「隱形老師」：家教勝於言教，家長與學生、老師維持緊密溝通，多參與親子活動，能大大提升孩子的學習好奇心與自信！



編者後感

「最初來長洲只是代課課堂，後來漸漸多了，最後倒不如由我來擔任……想不到一教就十數年了。」Sally 老師微笑分享著。在交流中，我們深刻感受到老師對教學的熱誠，以及家長孩子們滿滿的信任。家長們，若您正在為孩子尋找一位具愛心、懂因材施教的良師，Sally 老師的課程絕對是非常優質的選擇！

在校課後托管服務計劃（擴展計劃）

中心去年於錦江小學推行之「在校課後托管服務計劃（擴展計劃）」，成效顯著。參與學生能善用課餘時間，在學業表現、身心健康及社交能力等方面均獲得更全面的發展機會；同時，不少家長表示，此計劃使其得以專注事業發展，並獲得紓緩壓力的空間，有效減輕家庭整體負擔。

在服務安排上，學生於週一至週五放學後，由中心導師於校園內或中心之安全環境下，提供每日約三小時的托管服務。內容涵蓋學科功課輔導，以及多元化的社交發展小組活動，包括手工藝創作、體能運動、烹飪實作、邏輯思維遊戲及團隊協作項目等。透過參與上述活動，學生不僅能掌握生活技能與自理能力，更有助發掘個人潛能、激發創意思維，培養邏輯分析及解難能力；並在互動過程中建立良好品格及團隊合作精神。

計劃定期舉辦親子活動，邀請學生與家長一同參與，共享優質親子時光：親子臉部彩繪工作坊，聘請專業導師即場指導彩繪技巧，激發創意與雙向互動；觀賞馬戲團表演、體驗室內運動競技場、參觀小型寵物園等，給予機會讓學生擴闊視野，同時與家長共同放鬆身心。活動促進親子間的互動溝通，有助加深情感聯繫，進而營造和諧且具支持性的家庭環境，使孩子在學校與家庭中皆能健康快樂地成長。

計劃2026-2027 將進行第三年，會持續優化服務內容，致力為學生提供多元發展機會，期望其在各項技能上有所提升，並於成長歷程中取得突破。如就讀學生有意參加計劃，歡迎向錦江小學或本中心職員黎姑娘查詢。



暑期活動相



薄島林牧場導賞及
手作牛油與拓印工作坊



好想去旅行 - 美國篇



爆旋陀螺比賽



導盲犬知多少



兒童游泳班



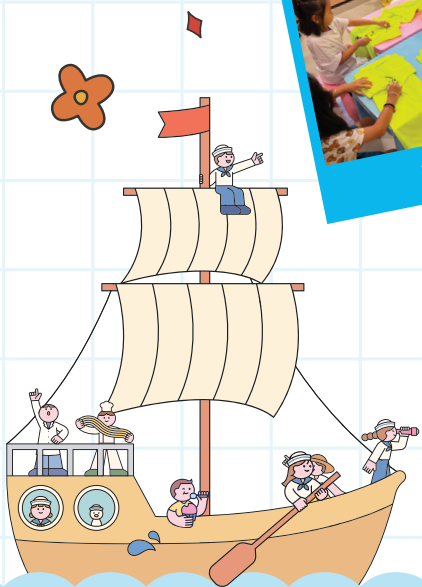
自理小達人



小朋友扮大人



PIZZA 大匯





手工皮革工作坊



羽毛球慈善活動



陶瓷拉坯工作坊



放下手機新體驗



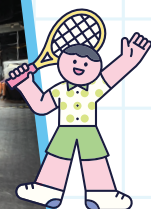
靚燈牌製作坊



爸爸的浪漫之IPSC體驗



Powerful youth 挑戰團



CQB 神鎗手對戰



兒童活動



羽毛球進階班2.0

CC 5660A/B

本活動旨在協助具備基礎羽毛球經驗的青少年深化個人球技，精進各項擊球與步法技巧；同時透過單／雙打戰術拆解與模擬實戰，提升臨場應變及戰術思考能力，並在規律訓練中培養堅毅不屈的體育精神與良好的心理素質。

日期	時間	對象
8/9、15/9、22/9、29/9 6/10、13/10、20/10、27/10 3/11、10/11、24/11/2026 (逢二、共11次)	下午6:00-7:00	初學者
	晚上7:00-8:00	已有基礎者 *需經教練衡量

- 地點：長洲體育館 (待定)
- 費用：\$ 950(3個月)
- 名額：8人 (每組)

- 負責職員：張姑娘
- 備註：參加B班需經教練評估



小小建築師

CC 5670

如果你有一支魔法棒，你想蓋一棟怎樣的房子？這次，你的雙手就是最強大的魔法！從把神祕粉末加上水，變成一塊塊超酷的「迷你小磚頭」，親自鋪水泥、砌磚頭，一磚一瓦蓋出世界上獨一無二的「夢幻之家」！這是一個沒有標準答案、能裝下的奇思妙想的活動。

- 日期：16/10、23/10、
30/10/2026 (逢五、共3次)
- 時間：下午6:00-7:00
- 名額：8人

- 地點：本中心
- 費用：\$90
- 對象：6-10會員
- 負責職員：張姑娘



兒童社交桌遊小組

CC 5671

成日打機好沉悶？不如來跟新朋友面對面玩桌遊！小朋友能在刺激的遊戲中，學習輪流等待、遵守規則及面對輸贏的正向心態。社工亦會全程引導大家與隊友溝通協作、建立默契。非常適合喜愛遊戲、想擴闊社交圈子的小朋友，快來成為桌遊神隊友！

- 日期：10/10、7/11、5/12/2026 (逢六、共3次)
- 時間：上午11:00-下午1:00
- 名額：10人
- 地點：本中心

- 費用：\$ 90
- 對象：6-12歲會員
- 負責職員：Apple 姑娘





手工編織班

CC 5672

一根針，一卷線。在指尖慢下來的時光裡，織出你無可複製的獨家靈魂。這不只是一個包包，而是你用時間親手寫給自己的一小禮物。一齊來製作一個專屬的手工編織包。

- 日期：6/10、13/10、20/10/2026 (逢二、共3次)
- 時間：下午5:30-6:30
- 名額：6
- 地點：本中心

- 費用：\$80
- 對象：8-12會員
- 負責職員：黃姑娘



Chiikawa UV鎖匙扣

CC 5673

普通的鎖匙扣太無聊？這堂課我們不只玩滴膠，更要把 Chiikawa 的小世界變成流動的微縮景觀。親手組裝中空世界，注入特調流沙油與五彩閃粉。既有鎖匙扣作紀念，又可以提升小朋友的專注力及小手肌。

- 日期：15/10、22/10、29/10/2026 (逢四、共3次)
- 時間：下午5:30-6:30
- 地點：本中心
- 對象：6-10會員

- 名額：8人
- 費用：\$80
- 負責職員：張姑娘

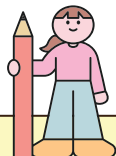
圈紙畫製作班

CC 5674

利用簡單的紙條，圈出一幅幅美麗的圖畫。手零基礎也能上手！一條彩色紙，輕鬆『捲』出獨一無二的絕美畫作。

- 日期：16/10、23/10、30/10/2026 (逢五、共3次)
- 時間：下午5:30-6:30
- 地點：本中心
- 對象：6-12會員

- 名額：8
- 費用：\$80
- 負責職員：黃姑娘



瘋狂摺摺摺

CC 5675

一張平平無奇的紙竟然可以做出千變萬化的東西！一齊來試下用五彩繽紛的色紙摺出立體的小動物、小玩意或小飾物啦！摺紙過程中還能夠提升空間感和鍛鍊手眼協調能力呢！

- 日期：7/11、21/11、28/11/2026 (逢六、共3次)
- 時間：上午10:30-11:30
- 名額：6人
- 地點：本中心

- 費用：\$50
- 對象：6-12歲會員
- 負責職員：黎姑娘



好想去旅行之一 墨西哥篇

CC 5676

爆紅嘅「好想去旅行系列」最新一站出發啦！今次一齊化身「墨西哥小廚神」，親手整超經典嘅：脆皮夾餅 Taco、手撕雞肉沙拉，仲有肉桂吉拿棒(Churros)！等小朋友用舌尖感受熱情嘅異國風情！

組別	日期	時間	對象
A	17/10、24/10、 31/10/2026	上午10:30-11:30	6-8歲會員
B	(逢六，共3次)	下午12:00-13:00	9-12歲會員

○地點：本中心

○費用：\$ 120

○名額：6人（每組）

○負責職員：Apple 姑娘

○備註：自備食物盒



兒童游泳小組

CC 1060A/B

招募對游泳有興趣的會員，由專業教練教授基本進階泳術，包括修正游泳姿勢、換氣技巧，讓大家在安全環境下體驗游泳的樂趣。

○日期：12/9、19/9、3/10、10/10、17/10、24/10、
31/10、7/11/2026 (逢六，共8次)(26/9公眾假期)

○時間：A班：上午10:00-11:00
B班：上午11:00-12:00

○名額：每班6人

○地點：愛暉營游泳池

○費用：\$1100

○對象：8-12會員

○負責職員：黃姑娘



毛毛條餐盒

CC 5678

廚房玩膩了？這次我們不切菜、不開火，改用超治癒的「毛毛條」來做料理！不如一邊學營養知識，一邊製作獨一無二的餐盒。

○日期：5/11、12/11、19/11/2026 (逢四、共3次)

○時間：下午6:00-7:00

○名額：6人

○地點：本中心

○費用：\$80

○對象：8-12會員

○負責職員：張姑娘



兒童劇本殺體驗活動

CC 5679

兒童版的劇本活動會為大家帶來不一樣的體驗，走進精心設計的故事世界，化身小偵探參與任務與推理挑戰，透過角色扮演、線索搜尋與團隊合作，一步步解開謎團。在過程中提升觀察力、邏輯思維與表達能力，同時培養自信與同理心，讓孩子在遊戲中學習與成長。

○日期：21/11/2026 (六)

○時間：下午3:00-5:30

○名額：6人

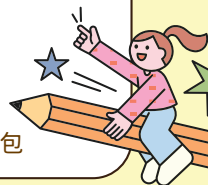
○地點：本中心

○費用：\$ 80

○對象：8-12歲會員

○負責職員：山Sir

○備註：活動提供紙包飲品一包



情緒色盤：和諧粉彩體驗

CC 5718

小朋友滿腦子情緒，不知道如何表達？和諧粉彩 (Pastel Nagomi Art) 源自日本，只需用指尖抹開色彩，無須任何繪畫底子！導師將引導小朋友將抽象的「喜怒哀樂」轉化為繽紛畫作，在輕鬆塗抹中抒發壓力、認識內心感受，學會正向調節情緒，畫出專屬的心靈彩虹！

○日期：20/10、27/10、3/11、
10/11/2026 (逢二、共4次)

○時間：下午 5:00-6:00

○名額：6人

○地點：本中心

○費用：\$ 80

○對象：6-12歲會員

○負責職員：Apple 姑娘



探索小白兔農莊

CC 5680

這個星期六，我們要暫時離開書桌，向大自然出發囉！一同勇闖小白兔農莊，共同體驗餵動物、集體遊戲、不同的戶外遊樂設施，從而嘗試學習與小動物以及大自然接觸，豐富週六的歡樂時光。

○日期：7/11/2026 (六) (暫定)

○集散時間：上午10:00- 下午4:15 於長洲碼頭集散

○名額：20人

○地點：元朗(小白兔農莊)

○費用：\$180

○對象：6-12歲會員

○負責職員：張姑娘

○備註：費用只包旅遊巴及入場券



神奇羊毛氈

CC 5681

羊毛可以做什麼？衣服？這是像雲朵一樣軟綿綿的羊毛，透過一下一下療癒的「戳戳樂」，把蓬鬆的羊毛魔法般地縮小、變硬，最後塑造成超可愛的動物。在重複的動作下，慢慢將日常的壓力釋放，而專注於創作。

○日期：3/12、10/12、17/12/2026 (逢四、共3次)

○時間：下午6:00-7:00

○名額：6人

○地點：本中心

○費用：\$80

○對象：8-12歲會員

○負責職員：張姑娘





離島區1207旅幼童軍

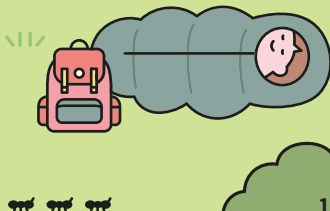
幼童軍支部旨在促進幼童軍年齡之少年身心及精神之陶冶與啟發，乃貫徹整個童軍運動年限的連續性訓練計劃的一部份。

本旅團為新界地域離島區1207旅團。透過富挑戰性和進度性的訓練和活動，為適齡兒童提供可持續的全人發展。在童軍領袖的帶領下，本旅透過系統性的教學，配合不同的實際體驗活動，助團員增進技能知識，學習與人相處及合作精神。使團員能愉快成長進而貢獻社會。

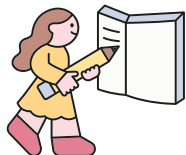
- 對象：6歲至11歲中心會員
- 集會時間：星期六 上午10:30-11:30
- 活動內容：學習童軍及生活技能，
進行小組學習從事團體遊戲和群體活動。
- 負責同事：張姑娘



報名:張姑娘 2981 1441



聽聽故事動動手



繪本是向兒童傳遞正向信念、建立良好價值觀的絕佳媒體。10-12月期間，黃姑娘將於每月第二個星期六，配合每月主題進行繪本分享，並帶領小朋友一起製作精美手工。

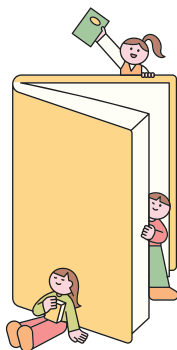
聽聽故事動動手1

CC 5682

生活上會有困難，學習上會有困難，困境無處不在，小朋友，當你面對困難的時候你會如果處理？逃走？視而不見？到底那一個才是好方法？是次我們透過繪本與小朋友分享如何成為勇敢小天使。

- 日期：10/10/2026(六)
- 時間：下午12:00-1:00
- 對象：6-9歲的中心會員及家長
- 費用：\$10

- 名額：8人
- 地點：明hea 里
- 主題：勇敢小天使
- 負責同事：黃姑娘



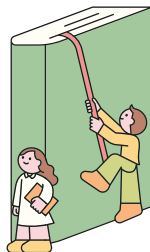
聽聽故事動動手2

CC 5683

我沒有創意，沒有天份，我不懂，是不是你常說的話？如果是，是次主題創造小天使讓小朋友明白小小一點亦可以創意無限。

- 日期：14/11/2026(六)
- 時間：下午12:00-1:00
- 對象：6-9歲的中心會員及家長
- 費用：\$10

- 名額：8人
- 地點：明hea 里
- 主題：創造小天使
- 負責同事：黃姑娘



聽聽故事動動手3

CC 5684

愛是什麼？爸爸媽媽的愛？兄弟姐妹的愛？到底如何才能表達到愛的感受？是次主題愛與分享小天使讓小朋友一同體驗分享愛的快樂。

- 日期：12/12/2026(六)
- 時間：下午12:00-1:00
- 對象：6-9歲的中心會員及家長
- 費用：\$10

- 名額：8人
- 地點：明hea 里
- 主題：愛與分享小天使
- 負責同事：黃姑娘





親子、家長及戶外活動

親子鬆一鬆系列之3D創意製作班

CC 5685

親子一同動手設計與製作立體創意作品，從構思到完成，體驗藝術與創意的樂趣。透過合作與交流，促進親子關係，同時培養孩子的空間感與解難能力。在輕鬆愉快的氛圍中，留下專屬於彼此的創作回憶。

- 日期：16/10、27/11/2026 (逢五、共2次)
- 費用：\$ 150 (每組親子)
- 時間：下午7:00-8:30
- 對象：6歲以上會員及其家長
- 名額：4組親子
- 負責職員：山Sir
- 地點：本中心



家長放鬆系列之飛鏢Night聚會

CC 5686

在輕鬆自在的氛圍中參與飛鏢活動，透過簡單有趣的投擲遊戲釋放壓力。活動同時提供交流平台，讓家長彼此分享生活經驗與育兒點滴，在互動與笑聲中建立支持網絡，享受屬於自己的放鬆時光。

- 日期：23/10、4/12/2026 (逢五、共兩次)
- 費用：免費
- 時間：下午7:00-9:15
- 對象：6-18歲會員家長
- 名額：6人
- 負責職員：山Sir
- 地點：本中心



親子鬆一鬆系列之沉浸劇本殺挑戰 (親子)

CC 5687

親子攜手走進沉浸式劇情世界，共同面對謎題與任務挑戰，透過討論與合作解開關鍵線索。在互動過程中加強溝通與理解，建立默契與信任，讓遊戲不只是娛樂，更成為促進親子關係與共同成長的寶貴經驗。

- 日期：24/10、21/11、5/12/2026 (逢六、共3次)
- 費用：\$ 75 (每人)
- 時間：下午6:30-9:00
- 對象：10歲以上會員及其家長
- 名額：6人
- 負責職員：山Sir
- 地點：本中心
- 備註：每次活動提供紙包飲品一包

「Chill」想同你野餐

CC 5688

11月秋高氣爽，最啱去野餐！小朋友化身小廚神，學習炮製各式各樣嘅精緻野餐小食。最後小朋友就會學以致用，準備美食，邀請家長一齊出發去沙灘野餐！喺舒服嘅秋風同海浪聲之下，一家人齊齊分享美食、玩遊戲，享受最「Chill」、最溫馨嘅秋日親子時光！

- 小食製作日期：31/10、7/11、14/11/2026 (逢六、共3次)
- 名額：4對親子
- 時間：下午2:30-3:30 (小童參與)
- 對象：6-12歲會員及其一位家長
- 親子野餐日期：28/11/2026 (六)
- 費用：\$ 120 (一對親子)
- 時間：11:00-14:00 (親子參與)
- 負責職員：Apple 姑娘
- 地點：本中心以及觀音灣泳灘



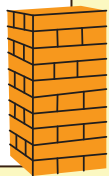


家長放鬆系列之玩玩新意思

CC 5689

做回年青的自己,嘗試多元新穎的小遊戲與活動,從桌遊到創意挑戰,帶來不同以往的體驗。透過輕鬆互動,讓家長暫時放下壓力,重新連結自我與他人,在愉快氣氛中拓展視野,發掘生活中的新鮮感與樂趣。

- 日期: 13/11、18/12/2026 (逢五、共2次)
- 時間: 下午7:00-9:15
- 名額: 8人
- 地點: 本中心
- 費用: 免費
- 對象: 6-18歲會員家長
- 負責職員: 山Sir



小手作·大療癒

CC 5690

把微縮森林帶回家! 親子迷你盆景 DIY, 召集所有鍾意植物同手作嘅大小朋友! 一到假期就想親近大自然, 但又驚出面囉? 不如過嚟同我哋一齊「過個綠色下午」啦! 平日儲埋嘅壓力, 就用這座親手製作嘅小盆景通通療癒啦!

- 日期: 14/11、21/11、28/11/2026(星期六、共3節)
- 時間: 下午3:00-4:00
- 名額: 8對親子
- 地點: 多用途室
- 費用: \$100一對親子
- 對象: 6-12歲中心會員及家長
- 負責職員: 黃姑娘



爸媽鬆一鬆時間

CC 5691

給爸媽的 60 分鐘「充電計劃」, 請允許自己暫時卸下「父母」的角色, 給心靈放個假。我們為您準備了 1 小時的專屬 Me-Time。在這裡, 您可以徹底放下日常瑣事, 學習實用的減壓方法, 找回內心的平靜。您在放鬆, 孩子也在快樂成長! 您放鬆的同時, 孩子可以同步參與由中心精心策劃的遊戲活動。「您負責好好放鬆, 孩子負責探索快樂。」趕快給自己預留這一個小時的溫暖時光吧!

- 內容: 製作乾花瓶、拼貼相架、風鈴吊飾
- 日期: 14/11、21/11、7/11/2026(星期六、共3節)
- 時間: 下午4:30-5:30
- 名額: 8人
- 地點: 本中心
- 費用: \$100
- 對象: 6-12歲中心會員及家長
- 負責職員: 黃姑娘



靚湯工房

CC 5692

「阿仔/阿女, 今晚返嚟飲湯啊!」一碗暖心嘅阿媽靚湯, 拉近咗一家人嘅距離; 而一份街坊嘅關懷, 就可以溫暖成個社區。今個秋冬, 中心誠邀家長義工同小朋友一齊大展身手, 化身「愛心廚神」! 我哋會喺11月「湯水補身日」齊齊煲滋潤靚湯, 再喺12月「糖水甜蜜蜜日」製作暖笠笠糖水。煮好之後, 大家會一齊將呢份溫暖派送畀街坊同長者, 用味道連結社區, 送上最窩心嘅冬日祝福, 十分有意義!

- 日期: 9/11、30/11、21/12、28/12/2026 (逢一, 共4次)
- 時間: 下午7:00-9:00
- 名額: 10人
- 地點: 本中心及長洲社區內
- 費用: 免費
- 對象: 會員家長/親子
- 負責職員: Apple 姑娘



聖誕CHILL有愛活動



美味小手指- 烘焙魔法之旅

CC 5694

用一雙雙充滿好奇的小手指，親手捏塑出甜蜜的魔法！我們將一起動手製作：芝士水果蛋糕杯、聖誕曲奇、繽紛杯子小蛋糕。這不單是一場味蕾的盛宴，更是將笑聲、溫馨與甜蜜揉進麵團裏的幸福時光。用雙手傳遞的溫度，讓這個日子變得無比甜美！

- 日期：28/11、5/12、12/12/2026(逢六、共3次)
- 時間：下午4:00-5:00
- 名額：4對親子

- 地點：中心廚房
- 費用：\$200(4對親子)
- 對象：6-12歲中心會員及家長
- 負責職員：黃姑娘



北歐時光－聖誕親子簡易甜品

CC 5695

想知道北歐人點解過得咁幸福？秘訣就在於放慢生活節奏、珍視與家人相處時光。經歷了考季與忙碌的學期尾聲，是時候放下功課與壓力了！誠邀家長帶著小朋友，親手製作三款節日限定簡易甜品：聖誕玻璃曲奇、雪人棉花糖、冬日飄飄雪花酥！製作難度極低，小手也能輕鬆駕馭，成就感滿滿！在甜蜜手作中促進親子協作，建立專屬彼此的溫暖記憶。

- 日期：4/12、11/12、18/12/2026 (逢五、共3次)
- 時間：下午7:30-9:00
- 名額：4對親子

- 地點：本中心
- 費用：\$ 200 (一對親子)
- 對象：6-12歲會員及其一位家長
- 負責職員：Apple 姑娘

聖誕曲奇製作

CC 5696

叮叮噠！用手作曲奇點亮溫馨聖誕，在普天同慶的銀白季節裡，還有甚麼比「親手製作的禮物」更能傳遞愛？這個聖誕假期，誠邀大人和小朋友一起化身聖誕小精靈，創作出既美味又充滿節日氣氛的聖誕限定曲奇！從揉麵團到親手裝飾，把滿滿的歡笑與創意通通烤進餅乾裡。趁著假期，把這份親手烘焙的甜蜜化作最真摯的聖誕禮物，為家人送上一份看得見、嚐得到、暖到心坎裡的節日祝福。

- 日期：28/11、5/12、12/12/2026 (逢六、共3次)
- 時間：下午12:00-1:00
- 名額：4對親子

- 地點：中心廚房
- 費用：\$200 (4對親子)
- 對象：8-12歲中心會員及家長
- 負責職員：黃姑娘





聖誕社區玻璃彩繪工作坊

CC 5697

聖誕節，是一個分享愛與陪伴的季節。今年，我們想邀請你一同成為「社區溫暖特派員」。一同學習色彩搭配與玻璃塗繪技巧，與身邊的朋友協力創作成圖。在中心外圍的玻璃上設計聖誕圖畫並畫上聖誕暖心畫，傳遞愛與祝福，讓每個人都感受到聖誕的溫暖與喜悅。

- 日期：5/12、12/12/2026 | 下午 2:30-3:30 (逢六、共2次)
18/12/2026(五) | 下午 5:30-6:30
- 地點：本中心
- 名額：10人
- 對象：9-18歲會員
- 費用：\$30 (*參加者完成3節活動可獲聖誕禮物一份)
- 負責職員：Apple 姑娘

見習聖誕老人

CC 5698

大家都知道聖誕老人會在平安夜派禮物，但你知道他平常的一天是怎麼過的嗎？這個聖誕節，我們邀請小朋友化身「見習聖誕老人」，跟著我們一起潛入聖誕老人的秘密基地！一同準備神秘禮物在節日中，送給身邊重要的人，讓大家在節日中分享祝福。最後，更會與小朋友一同製作專屬的聖誕水晶球以作紀念。

- 日期：11/12、18/12/2026 (逢五、共2次)
- 費用：\$90
- 時間：下午5:30-7:00
- 對象：6-10歲會員
- 名額：8人
- 負責職員：張姑娘
- 地點：本中心



聖誕飯聚集團 (青年篇)

CC 5699

聖誕節最珍貴的，不是昂貴的大餐，而是大家聚在一起為彼此準備食物的溫暖過程。不如試下親手整一餐屬於大家聖誕 pizza、燒雞翼同焦糖燉蛋！由處理材料、烹調到擺盤，一步一步完成簡單又有節日氣氛的餐點，體驗煮食的樂趣，學習用食物表達心意。

- 日期：8/12、15/12、22/12/2026 (逢二、共三節)
- 費用：\$90
- 時間：下午6:00 - 7:30
- 對象：16-24歲會員
- 名額：6人
- 負責職員：銘Sir
- 地點：本中心



老派約會之必要 - 朱古力工房 (青年篇)

CC 5700

聖誕節除了收禮物，也可以親手製作一份甜甜的心意。參加者製作聖誕朱古力曲奇、糯米糍及朱古力脆脆。透過不同裝飾材料，創作屬於自己的節日小甜點。完成後，參加者可將作品包裝成聖誕小禮物，送給朋友或家人，一同感受節日中的溫暖。

- 日期：9/12、16/12、23/12/2026 (逢三、共三節)
- 費用：\$90
- 時間：下午7:30 - 8:30
- 對象：12-24歲會員
- 名額：6人
- 負責職員：銘Sir
- 地點：本中心



青年活動



試玩More：實景任務製作組

CC 5701

今次唔係齋玩遊戲，而係由你一齊設計一場俾其他人玩的實景任務！「試玩More：實景任務製作組」將以實景綜藝任務形式進行，參加者會化身製作組，由主題構思、關卡設計、線索製作、道具準備到正式帶領活動，親手製作一場在長洲的任務挑戰！

- 日期：10/10、17/10、24/10、31/10、7/11、14/11、21/11、28/11/2026（逢六、共8節）
- 時間：下午3:30-5:30
- 名額：15人
- 地點：本中心

- 費用：\$100
- 對象：16-24歲會員
- 負責職員：銘Sir



CCCRT (Cheung Chau Caritas Running Team)

CC 5702

師兄，建議跑步！成日話要減肥，但係冇人陪同冇動力？

CCCRT (Cheung Chau Caritas Running Team) 會與你一起定期跑步，在來年之前塑造一個更健康的自己。無論你平時有跑步習慣，還是想試下開始運動，都可以一齊加入，按自己能力完成每次挑戰。

- 日期：5/11、12/11、19/11、26/11、3/12、10/12、17/12/2026（逢四、共7節）
- 時間：下午8:00-9:00
- 名額：8人

- 地點：長洲島內
- 費用：\$20
- 對象：13-24歲會員
- 負責職員：銘Sir



走進未來世界

CC 5703

走進未來世界，探索Stream及科技如何改變生活！活動結合3D打印、雷射切割、人工智能與編程體驗，讓參加者親手創作與實踐創意。透過互動學習與實作挑戰，培養解難能力、邏輯思維與創新精神，啟發對未來科技的想像與興趣，開拓無限可能。

- 日期：27/10、3/11、10/11/2026（逢二、共三次）
- 時間：下午6:00-7:30
- 名額：4人

- 地點：本中心
- 費用：\$100
- 對象：9歲或以上會員
- 負責職員：山Sir



逃出「島海」遊蹤團

CC 5704

逃出「島海」系列已經迎來第五彈了，除了到訪香港各地方，更成功挑戰世界各地人物的謎題。我們會繼續外出去探索市區內的特別地方，無論係新舊玩家，逃出「島海」遊蹤團歡迎你們的加入，與世界各地人物接軌，一起尋找、紀錄特色之處，提昇各位的勇敢、堅毅及活力。

- 日期：10/10、28/11、12/12/2026 (逢六、共3次)
- 時間：中午12:20-下午5:15 於中環碼頭集散
- 名額：6人
- 地點：香港各地
- 費用：\$ 200
- 對象：10歲或以上會員
- 負責職員：山Sir
- 備註：每次活動包括船費外的交通費以及午餐



3D Printer 創造不可能

CC 5705

3D技術發展迅速，現在更能透過3D筆及3Dprinter製作不少生活化用品。在這個活動中，參加者除了能夠學習及體驗到3D筆的運作，大部份時間更會以3D printer製作物品。提升不同的成長品格強項，如好奇心、創造力、喜愛學習等。

- 日期：12/10、2/11、23/11/2026 (逢一、共3次)
- 時間：下午6:00-7:30
- 名額：4人
- 地點：本中心
- 費用：\$ 200
- 對象：9歲或以上會員
- 負責職員：山Sir

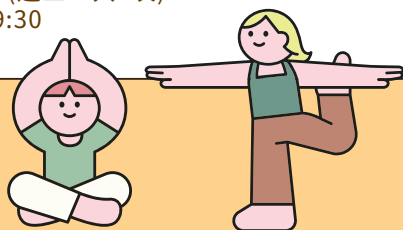


身心平衡瑜伽班

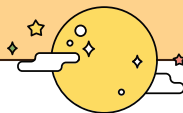
CC 5706

結合適合兒童及青年嘅瑜伽拉筋同正念專注力練習。有助改善同學仔日常因寫字、睇電話引起嘅不良姿勢（如寒背），同時提升專注力同放鬆測考壓力！

- 日期：14/10、21/10、28/10、4/11/2026 (逢三、共4次)
- 時間：下午8:30-9:30
- 名額：6人
- 地點：本中心
- 費用：\$ 40
- 對象：9-18歲會員
- 負責職員：Apple 姑娘



月黑風高狼人夜



CC 5707

夜幕降臨，誰是狼人？誰又是真正的村民？

參加者透過觀察、發言、推理及投票，找出隱藏在人群中的狼人。遊戲過程中，每位參加者都需要聆聽別人的說法、整理線索，並嘗試表達自己的判斷。無論你是推理高手，還是第一次接觸狼人殺，都歡迎一齊入局，看看誰能笑到最後。

- 日期：6/11、13/11、
20/11/2026 (逢五、共3節)
- 時間：下午7:30-9:00
- 名額：8人

- 地點：本中心
- 費用：免費
- 對象：13-18歲會員
- 負責職員：銘Sir



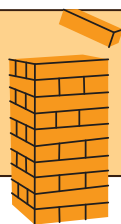
劇本殺之旅 - 一期一會的思考藝術

CC 5708

每一次劇本都是獨一無二的相遇，透過深入角色與劇情推進，參加者需從不同角度分析事件，進行推理與抉擇。在互動與討論中培養批判思考、表達能力與同理心，讓推理不只是解謎，更是一場關於人性與選擇的思考旅程。

- 日期：24/10、5/12/2026 (逢六、共2次)
- 時間：下午3:00-5:30
- 名額：6-8人
- 地點：本中心

- 費用：\$80
- 對象：12歲或以上會員
- 負責職員：山Sir
- 備註：每次活動提供紙包飲品一包



暢遊桌遊世界 (世界對戰篇)

CC 5709

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(世界對戰篇)會帶參加者去遊玩很多受世界大眾且各有特色的桌遊，最重要是我們會到場與世界各地的人進行比賽，提升不同的成長品格強項，如好奇心、洞察力、創造力、判斷力及喜愛學習等。

- 日期：21/11、5/12 (逢六、共2次)
- 時間：下午1:00-2:30
- 名額：6人
- 地點：本中心

- 費用：\$50
- 對象：8歲或以上會員
- 負責職員：山Sir



籃上加男

CC 5710

想打籃球但唔知點開始？或者想練好基本功，同朋友一齊打得更有默契？本活動將透過運球、傳球、投籃、防守及小組對賽等訓練，讓參加者逐步掌握籃球基本技巧，並在運動中建立自信及合作精神。無論你是籃球新手，還是平時已有打波習慣，都可以按自己的能力參與，一齊享受籃球帶來的樂趣。

- 日期：4/11、11/11、18/11、25/11、3/12、9/12/2026 (逢三，共6節)
- 時間：下午8:00-9:00
- 名額：6人
- 地點：長洲島內
- 費用：\$150
- 對象：13-18歲會員
- 負責職員：銘Sir



比Card Chill PTCG精靈訓練班

CC 5711

想學識玩 Pokémon Trading Card Game，但唔知由邊度開始？本活動將帶領參加者認識 PTCG 的基本玩法、卡牌類型、對戰規則及牌組運用，讓新手都可以一步一步學識開局、出招及完成對戰。除了提升專注力及邏輯思考外，亦可以在輕鬆氣氛下與其他參加者交流對戰經驗，認識同樣喜歡卡牌遊戲的朋友。

- 日期：7/11、14/11、21/11 (逢六，共3節)
- 時間：上午11:30-中午12:30
- 名額：6人
- 地點：本中心
- 費用：\$150 (超級進化牌組一盒)
- 對象：10-18歲會員
- 負責職員：銘Sir



勿逃2026 (密室逃脫活動)

CC 5712

挑戰刺激的密室逃脫體驗，在限定時間內破解多重機關與謎題，考驗邏輯推理、溝通能力與團隊合作。透過沉浸式場景與緊張節奏，參加者需分工合作、靈活應變，從失敗中學習策略，體驗成功逃脫的滿足與成就感。

- 日期：30/10/2026 (星期五)
- 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
- 地點：本中心或長洲場地
- 費用：\$ 50
- 對象：10歲或以上會員
- 負責職員：山Sir
- 備註：活動或涉及一些驚嚇元素



成為「初級大人」之家居維修學堂

CC 5726

歡迎進入「初級大人」階段。長大後，才發現家中有不少東西一直有人默默幫你完成——直到有一日，要靠自己了。這次由最基本開始，認識家居電力、三腳插頭，試下自己拆裝插頭、用電鑽、鑽孔及使用基本工具。

初級大人技能解鎖中……

○日期：14/10、21/10、28/10 (逢三、共3次)

○時間：下午6:00-7:00

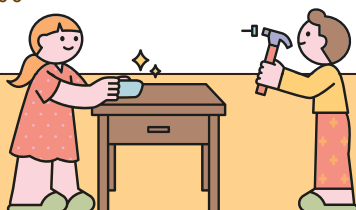
○名額：6人

○地點：本中心

○費用：\$40

○對象：18-24 歲會員

○負責職員：銘Sir



Friday Night 之Hit game 齊齊玩

CC 5713

週五夜晚輕鬆開局，集合多款熱門互動遊戲，無論新手或老手都能快速投入。透過遊戲互動放鬆壓力，增進溝通與反應能力，同時認識新朋友，建立連結。在歡笑與挑戰中，為一週畫上輕鬆愉快的句號。遊戲初訂有真人版的<<MECCHA CHAMELEON>>塗鴉躲貓貓、Laser war game、太空狼人殺

○日期：6/11、20/11、11/12/2026 (逢五、共三次)

○時間：下午7:00-9:00

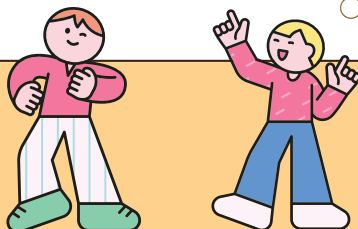
○名額：8人

○地點：本中心

○費用：\$ 50

○對象：10歲或以上會員

○負責職員：山Sir



水晶滴膠手作飾物60分鐘放題

CC 5714

哇哇哇~明愛竟然有手作飾物放題？今次我地用UV膠製作品凝通透的飾物，例如水晶戒指、吊墜和手鐲等，如果你都鍾意自製靚靚飾物，就快啲嚟報名參加啦！

○日期：7/11、21/11、28/11/2026 (逢六、共3次)

○時間：下午2:30-3:30

○名額：6人

○地點：本中心

○費用：\$ 100

○對象：10-18歲會員

○負責職員：黎姑娘



芭蕾舞班 (1001)

項目	對象	時間	名額	每季費用	地點
*Beginners	3-6歲會員	逢六 下午12:00 - 下午12:45	20	\$1,100	本中心
Pre-Primary	6-9 歲會員	逢六 上午11:15 - 下午12:00	15	\$1,155	
Grade 1	7-9 歲會員	逢六 下午4:00 - 4:45 *逢三 晚上6:00 - 7:00		\$1,430/\$3,120	
Grade 2	8-10 歲會員	下午3:00 - 4:00 *逢三 晚上5:00 - 6:00		\$1,540/\$3,360	
Grade 3	10-12 歲會員	逢六 上午10:15 - 11:15		\$1,705	
Grade 4	11-12 歲會員	逢六 下午2:00 - 3:00		\$1,815	
Grade 5	13-14 歲會員	逢六 下午1:00 - 2:00		\$1,925/*\$4,200	
Grade 6	15-16 歲會員	*逢三 晚上7:00 - 8:00 逢三 晚上8:00 - 9:00		\$2,405/*\$4,810	

- 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：3/10-12/12 (六)11堂 | 7/10或30/12 (三)13堂
- 歡迎季中加入及預約面試
- 公眾假期休課
- 參加考試班須於週三另加一堂(*學費)

*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。

Winky Art Workshop | 繪畫美術班(1050)

項目	對象	日期	時間	名額	費用	地點
A	6歲以上 中心會員	12/9-31/10(共7堂) (26/9公眾假期)	下午3:00-4:00	10	\$400	本中心
B		7/11-12/12(共6堂)			\$350	

- 以不同的顏料及工具進行創作，讓參加者可以從中學習表達及欣賞。

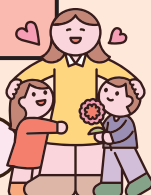
Winky Art Workshop | 創意黏土(1051)

項目	對象	日期	時間	名額	費用	地點
A	6歲以上 中心會員	12/9-31/10(共7堂) (26/9公眾假期)	下午2:00-3:00	10	\$400	本中心
B		7/11-12/12(共6堂)			\$350	

- 教授不同可愛的黏土造型，享受製作樂趣



Sally老師的學術天地



串字拼音Fun Spelling Phonics (1014)

日期/星期	時間	對象	名額	收費	地點
5/10-28/12/2026 (19/10放假) 逢星期一	2:45pm-3:45pm	4-5歲*	6	\$1800(12堂)	本中心
	5:45pm-6:45pm	K3-P1		\$1800(12堂)	
8/10-31/12/2026 逢星期四	2:45pm-3:45pm	4-5歲*		\$1950(13堂)	
	5:45pm-6:45pm	K3-P1		\$1950(13堂)	

- 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文字的語音規律，從而建立「看字拼讀」及「聽聲拼寫」的能力，再不用死記英文文字的讀音和串法。

*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。



劍橋小學英語-Cambridge Starter (1012)

日期/星期	時間	對象	名額	收費	地點
5/10-28/12/2026 (19/10放假)/逢星期一	3:45pm-4:45pm	P1-P2	8	\$1740(12堂)	本中心

- 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，增加學生對劍橋劍小學英語公開考試的能力。



英文寫作(1015)



日期/星期	時間	對象	名額	收費	地點
8/10-31/12/2026 逢星期四	4:45pm-5:45pm	P3-P4	8	\$1950(13堂)	本中心
	6:45pm-7:45pm	P5-P6		\$2015(13堂)	

- 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。

中文寫作(1013)

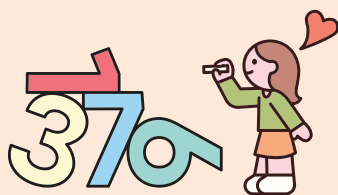


日期/星期	時間	對象	名額	收費	地點
5/10-28/12/2026 (19/10放假)/逢星期一	6:45pm-7:45pm	小一至小二	6	\$1800(12堂)	本中心
	7:45pm-8:45pm	小五至小六		\$2040(12堂)	
8/10-31/12/2026 逢星期四	3:45pm-4:45pm	小三至小四		\$1950(13堂)	

- 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。



數學天地 (1016A)

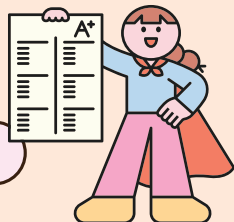


日期/星期	時間	對象	名額	收費	地點
5/10-28/12/2026 (19/10放假)/逢星期一	4:45pm-5:45pm	小三至小四	8	\$1800 (12堂)	本中心

- 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。



英文科學 English Science (1020)



日期/星期	時間	對象	名額	收費	地點
8/10-31/12/2026 逢星期四	7:45pm-8:45pm	中一至中三	8	\$3185 (13堂)	本中心

- 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。

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！

會員適合年齡後，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，則參加者可以推薦符合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
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 滿一佰元可獲九折
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

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	×	✓	✓	✓	✓	✓	×

✓ 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



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。

0_X

姓 名：_____ 會員證號碼(如有)：_____

聯絡電話：_____ 日期：_____

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。

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

25-27年度中心諮詢委員會

- 1.就著明愛的宗旨和青少年及社區服務的重點目標，每年向單位作出建議；
- 2.向單位提出意見，以確保單位之服務切合兒童、青少年、家長及社區的需要；
- 3.鼓勵服務使用者就單位管理事宜提供意見；
- 4.協助單位匯聚青少年及社區力量、服務社群、建設社區及推廣服務形象。

主席：石豈鑰先生

選任委員：李心怡女士

杜栢賢先生

鄭宇杰先生

邀任委員：黃良凱先生（長洲聖心學校校長）

孔意禮先生（長洲鄉事委員會第一副主席）

吳滿堂先生（長洲花地瑪聖母堂代表）

羅佩麗女士（會員家長）

明愛代表：楊可樺女士（明愛賽馬會長洲青少年綜合服務高級督導主任）

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
楊可樺*

督導主任
出缺

註冊社工

黃容山* 陳蒨萍*
張樂詩* 黃慧玲*
袁浩銘*

文員

梁靜嫻

活動助理

陳子聰 徐小鳳

福利工作員
黎君如

服務員
周萍



Hello 大家好!

我是新入職的社工黃慧玲Apple, 大家可以叫我做黃姑娘。
我最鍾意同小朋友一齊做手工, 整野食, 講故事同種植物。
同小朋友一齊就有快樂, 希望小朋友多啲嚟中心同我玩啦!
!另外, 我都係一位媽媽, 對於小朋友學習、管教心得亦
歡迎家長們可以同我一齊分享吓!

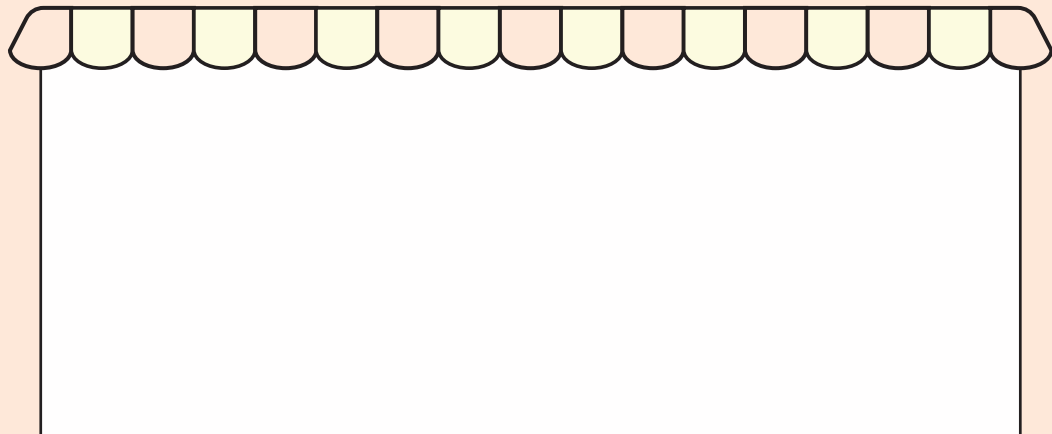


黃姑娘



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