



東華三院
Tung Wah Group of Hospitals



屯門綜合服務中心
Tuen Mun Integrated Services Centre



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

重點推介

- 1 職業探索：小侍應體驗
- 2 2.5次元的美妝
- 3 理財小管家

中心通訊

APR-JUN 2026



網上活動登記日期：

27/2 星期五 至 **3/3** 星期二
上午10:00 晚上10:00

抽籤結果通知：

4/3 星期三
晚上7:00前

公開報名日：

21/3 星期六
上午10:15 起



更新事項
(報名活動前請先閱覽)

目錄

CONTENT

目錄及中心職員架構圖	1 PAGE	家長活動	15 PAGE
報名程序及 Whatsapp辦理會籍	3 PAGE	恆常興趣班	17 PAGE
中心簡介及服務守則	5 PAGE	青年活動	21 PAGE
服務質素標準及準則	7 PAGE	賽馬會21世紀 綜合青少年服務計劃	27 PAGE
兒童及家庭活動	10 PAGE	活動一覽表	32 PAGE



中心職員架構圖

署理區域主任(新界西)
劉必武

中心主任*
黃詠音

督導主任(學校社會工作)
(空缺)

兒童及家庭服務*
社穎芝
(助理中心主任 I)

連永佳* 吳芷婷 曹健鋒* 陳慧芬
社工 社工 活動幹事 活動幹事
(特別)
屈紫雯* 社工 徐甄妮
社工 (空缺) 活動幹事
胡惠芳*
社工

青少年及社區服務*
禰綺韻
(助理中心主任 II)

劉頌堅* 譚智誠
社工 活動幹事
李民謙* 葉婉雯
社工 活動幹事
鍾浩峰*
社工

「共創明『Teen』
校友會」

羅銘德 周俊熙
社工 活動發展
助理
羅麗玲 蘇博言
社工 活動幹事

賽馬會21世紀
綜合青少年
服務中心計劃

馮柏年
社工
戴子鈞
活動發展
助理

文職
支援

鄺淑賢*
行政文員
羅少婷
行政文員
張秀萍*
庶務員
易寶芬
庶務員
(兼職)

駐校
社工服務

陳倩雯* 周潔儀*
學校小隊 學校小隊
隊長 隊長
黃麗珍* 盧智陞*
駐校社工 駐校社工

*代表社會福利署整筆撥款下資助職位

新同工介紹



大家好，我係Larry Sir，好高興有機會認識大家！雖然我係1人，鍾意係屋企比貓玩同好珍惜獨處時間，不過我同時好樂於接觸新嘅事物同認識唔同嘅人！我係傳說中嘅六邊形戰士，不過係周身刀，無張利！上至天文，下至人生哲理、運動相關（足球、籃球、網球、羽毛球、乒乓球、匹克球...）、上山下海、音樂（廣東歌、普通話歌、英文歌、K-pop、J-pop...）、Board game、動漫、電影、睇書。。。都識少少可以同大家傾吓偈。而我最近鍾意跑步，歡迎嚟同我交流吓😊

離職感言



話咁快就已經喺TMISC呢個地方一年多嘅時間！好感恩可以喺呢度遇到中心見到嘅每一位特別係街舞班嘅小朋友以及DLA嘅朋友仔，每次見到大家都會感受到對跳舞最純粹嘅熱愛，呢段時間都感激有各位嘅陪伴，同時開心可以喺跳舞嘅路上陪伴大家體驗更多經歷，要離開中心仍然有好多不捨，希望日後可以有機會再喺唔同地方見到大家🥰✨
祝願大家都可以享受當下，自由地按自己嘅想法生活🌻

[2026年4-6月活動報名流程]

注意事項

網上登記系統流程

網上活動登記系統是讓有效會員優先登記報名，會員可於指定日期時間內進入系統登記，如報名登記人數超出名額，系統將進行抽籤，所有登記之會員將收到本中心電郵通知抽籤結果。

如需申請會籍或續會，必須於25/2/2026(五)晚上9:00或之前，連同所有證明文件並提交表格，方可參與本次網上活動登記。



網上活動登記系統

1

網上入籤

登記日期：
27/2/2026 (五) 上午10:00
至
3/3/2026 (二) 晚上10:00

- 進入網上活動登記系統填寫登記表格。
系統網址：<https://tmisc-registration.tungwahcsd.org/>
- 成功遞交登記表格後，將收到「活動抽籤登記號碼」以及「電郵確認」用作於系統中查詢抽籤結果。
- 如未能收到電郵通知結果，請致電中心查詢。

2

電腦抽籤

通知日期：
4/3/2026 (三) 晚上7:00前

- 知悉抽籤結果：
 1. 透過登記之電郵收取；或
 2. 透過系統網頁，於「活動抽籤結果」頁面查詢。

3

繳費安排

繳費期間：
5/3/2026 (四) 上午10:30
至
7/3/2026 (六) 晚上9:30

- 不論活動收費與否，中籤會員請按電郵安排日期及時間，
 1. 親身；或
 2. 安排代理人(需填寫代理報名授權信) 前往中心二樓完成報名程序。
- 如未能按電郵安排的日期及時間繳費，請致電中心更改。
- 如會員未能於限期前完成繳費程序，活動登記將作棄權，本中心將安排後備會員補上。

4

餘額報名

21/3/2026 (六) 上午10:15起

- 進入網上活動登記系統填寫登記表格。
系統網址：<https://tmisc-registration.tungwahcsd.org/>
- 成功遞交登記表格後，將收到「活動抽籤登記號碼」以及「電郵確認」用作於系統中查詢抽籤結果。
- 如未能收到電郵通知結果，請致電中心查詢。

辦理會員申請手續

透過手機WhatsApp程式 辦理會員申請手續



- 足不出戶無須親臨中心
- 辦理會籍申請(新會員/續會)手續



6224-5941

【透過手機WhatsApp程式辦理會員申請流程】

程序	內容
1 下載會員申請表 (個人會籍/家庭會籍)	選擇1: 登入中心網 https://www.tmisc.tungwahcsd.org/forms-download 選擇2: 掃一掃中心網頁下載區QR CODE 
2 上載申請表及 提交文件	透過WhatsApp程式發送資料至中心專用電話6224-5941, 資料包括: 1. 會籍申請表 2. 所有家庭成員之身份證明文件(身份證/出世紙/學生手冊)以核實身份 3. 住址證明
3 中心職員辦理 會員手續	1. 如資料提交齊全, 辦理會員手續正式展開 2. 核對資料後, 所有申請人遞交之證明文件將會刪除, 以保障申請人之私隱
4 領取電子會員證	1. 「電子會員證」將於兩個工作天內發送到登記的電子郵箱, 如未能接收, 敬請與本中心職員聯絡 2. 敬請妥善保存, 「電子會員證」將於日後報名活動之用

因系統更新, 如需參與本次網上活動登記, 必須於25/2/2026(三)晚上9:00或之前, 連同所有證明及文件並提交表格, 方可入籤。

申請中心會籍須知

1. 申請人必須符合會員申請資格

會員類別	申請資格(足歲計算)	費用	會員年期	會籍類別
幼兒會員	6歲以下			個人
兒童及少年會員	6-14歲	原價\$30/3年 2026-27 年度 東華免費送贈		個人
青少年會員	15-24歲		3年/由會籍 生效日計算	個人
成人會員	25歲或以上			個人
家庭會員	6名直系家人 (成員可為父母、祖父母 及直系子女)	原價\$60/3年 2026-27 年度 東華免費送贈		家庭



- 申請人必須持有香港永久性居民身份證
- 按申請類別填妥【會員申請表】及提供所有申請者之有效身份證明文件(如身份證、出世紙或學生手冊)、住址證明

申請成為會員前必須細閱「中心服務守則」, 詳細內容請掃一掃QR CODE瀏覽

中心簡介及服務宗旨

中心簡介

服務背景

因應社會需要，本中心由社會福利署資助的一間兒童中心及學校資源重新調配，並於2008年2月成立東華三院屯門綜合服務中心，為區內青少年及居民提供一站式及多元化綜合服務，並與不同界別的專業團體及地區網絡互相協作，提供具創意及專業的服務，以提昇兒童、青少年及居民的生活質素、生命成長並建立關愛共融的社區。

中心使命

中心的使命是希望透過具創意、多元化及專業支援服務，推動屯門區青少年及居民建立一個有目標的人生，提倡塑造和諧有愛的家庭及建設屯門為一個關愛的社區，讓兒童及青少年健康快樂地成長。

服務目標

- 提高兒童及青少年的自尊自信，發展他們的潛能，促進全人發展。
- 促進兒童及青少年與家人的關係，強化家庭正面功能，為家庭提供支援服務。
- 發展學校、社區及企業的支援網絡，為兒童及青少年(尤其是弱勢社群)，建立正面的成長環境。
- 促進社區人士、青少年、家長在社區的參與，發揮他們服務社會的精神。

『愛·樂』兒童及家庭服務

- 幼兒/兒童及家長個人發展服務
- 家庭及親子活動
- 親職教育培訓服務
- 生涯 / 職涯輔導服務
- 情意自然教育服務
- 「心苗」兒童特殊學習需要支援服務
- 兒童及家庭特色義工服務
- 課餘託管服務
- 親子繪本圖書閣

『創·夢』青少年服務

- 舞蹈、劇場、音樂及藝術發展
- 地區青年領袖培訓
- 青少年服務計劃
- 生涯 / 職涯輔導服務 (升學及就業輔導服務)
- 青少年特色義工服務
- 國內 / 海外交流及工作體驗
- 新興運動訓練

『凝聚資本』計劃

- 賽馬會21世紀綜合青少年服務中心計劃
- 共創明「Teen」校友會

『學·成』學校社會工作及支援服務

- 駐校社工服務
- 「成長的天空」計劃 [小學]
- 生涯 / 職涯輔導服務 [中小學]
- 特別學習需要學生校內支援服務
- 義工發展服務
- 領袖訓練服務

中心會籍

申請中心會籍須知

1. 申請人必須符合會員申請資格

會員類別

申請資格(足歲計算)

費用

會員年期

會籍類別

幼兒會員	6歲以下	原價\$30/3年 26-27 東華免費送贈	3年/由會籍生效日計算	個人
兒童及少年會員	6-14歲			個人
青少年會員	15-24歲	原價\$60/3年 26-27 東華免費送贈		個人
成人會員	25歲或以上			個人
家庭會員	6名直系家人 (成員可為父母、祖父母及直系子女)			家庭

2. 申請人必須持有香港永久性居民身份證
3. 按申請類別填妥 [會員申請表] 及提供所有申請者之有效身份證明文件(如身份證、出世紙或手冊)、住址證明
4. 家庭會籍需為6-24歲之家庭成員作為申請人，會籍有效期內，已填寫的成員不可作出修改。但是，6個成員名額若有餘額者，可隨時加補，有效期跟隨首次申請日計算

退出中心會籍

1. 在任何情況下服務使用者有權退出會籍。服務使用者可以口頭或書面方式通知本中心退出會籍的決定，唯已繳會籍費用將不獲退還。

2. 到期後會員不申請續證，則當自動退出會籍，其會員資格將自動取消。

中心活動

申請活動

為支持環保，中心通訊於中心的網頁及FACEBOOK專頁發放最新通訊及資訊。如欲索取實體版通訊，請聯絡中心職員

1. 除特別註明外，參加本中心所提供之一切活動必須為本中心有效會員，報名形式請參閱該季度之報名程序。
2. 部份活動基於活動設計需要或符合有關機構要求，均註明參加者條件或限制。一般情況下，未能符合有關條件之會員均不獲接受報名。
3. 若活動需經面試甄選，而最終未獲錄取的參加者，本中心將會發還所繳費用。
4. 若因個人理由欲退出已報名之活動，可預先通知中心職員，中心職員會按「申請退出活動涉及退款指引」作出退款安排。
5. 如因惡劣天氣而導致收費班、組、戶外活動(課餘託管服務除外)未能如期舉行，服務單位會盡量安排改期或補堂；如未能作出有關安排，服務單位將會安排退款。(服務單位保留更改一切活動細則的權利)
6. 有經濟困難之人士如欲申請減免參加費用，可於報名時向中心職員(負責活動的社工)提出，減免與否則由本中心決定。
7. 非會員參加活動需每項加收\$30行政費。
8. 活動中所拍攝的照片及影片，可能會被刊登於中心刊物作宣傳用途，如有異議者，請在活動舉辦前十個工作天，填寫「個人資料變更申請表」向本中心提出正式書面申請。中心保留更改一切活動細則的權利。
9. 中心通訊內容如有更改，將不作個別通知，請各會員留意中心通告。
10. 中心保留更改一切活動細則的權利。

中心簡介及服務守則

中心活動

退出活動

2.1 申請退出服務不涉退款

已報名參加有關活動的人士可於活動舉行前知會本中心退出活動的決定。

2.2 「申請退出活動涉及退款指引」

本中心只會於下列情況下接受退款申請：

1. 由中心主動更改服務內容或取消活動，參加者可退回已繳交的活動費用；或
2. 申請人於有關活動舉行前十個工作天提出申請，並符合下列條件：

- 2.1 申請人必須帶備活動收據正本親臨本中心申請，填寫「退出活動申請表」；如不能親臨申請，申請人需要填寫『委託代辦聲明書』委託他人代辦
 - 2.2 本中心只會於該活動有候補名單的情況下，及已收取候補者的費用後[即成功有人補上]，才會退回申請人已繳交之活動費用
 - 2.3 若有關活動沒有候補名單，則申請人需自行推薦符合該活動參加資格的人士補上，中心會在收取該人士的費用後，才會退回申請人已繳交之活動費用
 - 2.4 如申請人並沒有提出推薦，則只可等待至有候補名單，中心職員會最遲於有關活動舉行前三個工作天向申請人回覆批核結果。
 - 2.5 本中心擁有是否接納該候補人士的最終權利。
- *以上準則若有任何更改，本中心不作個別通知，敬請留意中心通告。

2.3 退款備忘

1. 中心職員會通知申請人領回退款。
2. 申請人須帶備活動收據正本於通知日起1個月內前往中心辦理退款手續。逾期仍未領取退款者，有關之收費將當作中心捐款處理。
3. 若申請人不慎遺失收據，必須簽署「遺失收據聲明」表格，經中心職員核實後方可退回有關款項。
4. 如申請人並非親自領回有關款項或支票，申請人必須填寫『委託代辦聲明書』，委任他人前往中心領取退款。

中心活動

付款方法

1. 現金
2. 支票付款 (抬頭需註明【東華三院】)
3. PayMe 繳款 (只接受親身到2樓詢問處辦理)

拒絕申請及終止提供服務

在下列情況下，本中心將不接受報名者申請參加活動：

1. 有關活動名額已滿。
 2. 報名者之資格不符合有關活動之要求。
 3. 報名者未能在報名時提供有關的個人資料。
- 在下列情況下，本中心可取消已報名者參加活動的資格或向其終止提供服務，而所繳交之費用亦概不發還：
1. 報名者填報的資料與事實不符。
 2. 報名者報名後並沒有參與有關活動，並私自轉讓他人代為參與。
 3. 報名者在活動進行期間對他人造傷害、嚴重騷擾或妨礙活動進行，並且不聽從本中心職員的勸告。

建議、讚賞或申訴

為了把最好的服務帶給社區，我們明白需要不斷努力及改善。在改善的過程中，您的寶貴意見是我們改善的良方。我們除了通過活動收集意見外，亦歡迎任何人士就本中心的服務向當值員工直接提出意見或填寫中心意見表，投放於中心內之意見箱，我們會於七個工作天內跟進回覆。如是匿名意見，中心則會定期於通訊內回覆，唯匿名投訴恕難跟進及回覆。

個人資料的披露

本中心根據香港個人資料私隱公署最新發放的「直接促銷新指引」及嚴守保密原則來處理閣下的個人資料(除非根據法例規定，必須披露閣下個人資料例外)。



個人資料的披露

綜援/低收入人士收費

為回應社區需要，領取綜援及低收入人士可以申請豁免中心會籍費用及以優惠價參加中心的活動，唯需遞交有效證明文件，申請詳情可向中心職員查詢。

颱風及暴雨信號懸掛後中心開放及活動安排

信號	服務	中心開放	組/組活動及其他室內活動	戶外活動/校外活動	水上活動
雷暴警告	☁️	✓	✓	⊙	X
黃色暴雨	🌧️	✓	✓	⊙	X
紅色暴雨	🌧️	✓	⊙	X	X
黑色暴雨	🌧️	*	#	X	X
T1 1號暴風信號	🌀	✓	✓	⊙	X
T3 3號暴風信號	🌀	✓	✓	⊙	X
T8 8號或以上暴風信號	🌀	X	X	X	X
政府宣佈	🇭🇰	X	X	X	X
極端情況	⚠️	X	X	X	X

- ✓ 中心照常開放/活動繼續進行
- X 中心暫停開放/活動取消
- ⊙ 請致電中心查詢最新安排：電話:24412042
- * - 於黑色暴雨警告懸掛時，如中心尚未開放，則中心會暫停開放
- 於黑色暴雨警告除下後2小時，中心會重新開放。
- 於黑色暴雨警告懸掛時，如中心已開放，中心會維持有限度的開放。
- # - 如活動舉行前兩小時仍懸掛黑色暴雨警告，則該活動會改期或取消。
- 於黑色暴雨警告懸掛時，如該室內活動正進行中，會繼續至完結課託服務：
- 於黑色暴雨警告懸掛時，如中心仍開放，則課託服務會提供有限度的服務。
- 如中心沒有開放，則課託服務會暫停，直至中心開放為止。

戶外活動注意事項：如天氣出現特別變化，如酷熱天氣警告及寒冷天氣警告，本中心會按天氣情況修改活動程序或取消

服務質素表現及準則

服務質素標準及準則 (SQS)

本中心由社會福利署贊助，需遵守由社會福利署制定之服務質素標準SQS(Service Quality Standards)，以監察本中心服務表現，有關內容詳情請親臨本中心向職員查詢、參閱2樓SQS資訊板或借閱相關文件。

16項服務質素標準內容如下：

原則一：

資料提供服務的宗旨和目標應明確界定，其運作形式應予公開，讓職員、服務使用者、可能需要接受服務的人士及社會大眾知悉，以資受惠。

原則二：

服務管理服務單位應有效地管理其資源，管理的方法應貫徹靈活變通、不斷創新及持續改善對服務使用者提供的服務。

原則三：

對使用者的服務，所有服務單位應鑑定並滿足服務使用者的特定需要。

原則四：

尊重服務使用者的權利，服務單位在服務運作和提供服務的每一方面，均應尊重服務使用者的權利。

標準1: 服務資料

標準2: 檢討及修訂政策和程序

標準3: 運作和活動紀錄

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: 申請及退出服務

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

閉路電視系統運作中

為保安考慮，本中心已裝設閉路電視系統。所有錄像資料(包括影像和音訊)只供本中心獲授權職員查閱。有關錄像資料會存檔21天後便會刪除。

《香港國安法》



掃描了解詳情
共同守護孩童



設於中心2樓走廊的SQS資料板已標示服務質素標準的相關文件以供服務使用者參閱



《強制舉報虐待兒童條例》
於2026年1月20日生效

* 服務單位知悉所有監察其運作及服務提供的法例，並符合「服務質素標準8」的法例。
詳情可掃描了解社會福利署符合「服務質素標準8」的有關法例。

SQS 考考你



符合「服務質素標準8」
的法例



「快樂天地」課餘託管服務

目標

1. 讓兒童善用課餘時間，並獲得適當的照顧及輔導，使家長安心專注工作。
2. 透過培育個人成長活動，讓兒童在情緒、智能、體能及社交上得到均衡的發展。
3. 為家長於管教及協助小朋友學習上提供支援。



內容特色

1. 功課輔導（小班教學以年級劃分，以作出適切的照顧）
2. 成長小組（節日性活動、獎勵計劃及親子活動等）

對象

就讀小一至小六會員

一般日程

一 二 三 四 五

3:00-3:30pm 參與「服務一」學童之放學接送時段

3:30-5:55pm 功課輔導 (15-20分鐘茶點時間)

5:55-6:00pm 放學時間 (一)

6:00-6:45pm 社工小組 / 興趣活動 / 電影欣賞

6:45-7:00pm 放學時間 (二)

時段

服務一：星期一至五 下午3:00-晚上7:00

服務二：星期一至五 下午3:30-晚上7:00

星期六、日及公眾假期休息；中秋節、冬至、平安夜、除夕及年三十，服務至下午6:00。

收費

服務一

\$1,800 (包接送及茶點)

學校名稱：
拔臣小學、蒙恩小學
接送時間：
約下午3:00 - 3:30

服務二

\$1,700 (包茶點)

名額

40人

申請方法

請致電中心向負責職員查詢詳情。

負責職員

屈紫熒 (屈姑娘/註冊社工)
徐甄妮(Janny Miss/活動幹事)



每次申請以不多於兩星期為原則

暫託服務

目標

協助家長暫時照顧孩子。

服務內容

請參閱「快樂天地」課餘託管服務 (服務特色)

時段及收費

星期一至五 上午10:00-晚上7:00

每小時\$50 (不設接送服務)
如需代購午膳，須額外加\$45

對象

就讀小一至小六會員

負責職員

屈紫熒 (屈姑娘/註冊社工)
徐甄妮 (Janny Miss/活動幹事)

申請方法

交申請表

- 一星期或之前遞交

獲批核

- 面見15分鐘

繳費

- 成為中心會員
- 於服務前完成繳費

不獲批核

- 恆常托管學生已滿
- 中心人手未能安排

備註

- 星期六、日及公眾假期休息；
中秋節、冬至、平安夜及除夕，服務至下午6:00。
- 每次申請以不超過兩星期為上限為原則。



兒童活動

CF26270005

母親節：浮游花筆DIY

小朋友發揮小宇宙自由創作，親手製作獨一無二的浮游花筆作母親節禮物，以表達感謝！過程訓練專注力和小手肌。

日期：2/5/2026(六)
時間：上午10:30-上午11:30
地點：本中心
費用：\$60

對象及人數：小一至小三會員(10人)
負責職員：吳芷婷(Venus姑娘/註冊社工)



1. 費用已包括所需工具和材料。
2. 所有工具和材料只供課堂使用，缺席者不會獲發該堂的材料。
3. 作品圖片只供參考，一切以實物為準。

CF26270016

母親節：鬱金香玻璃畫小夜燈

親手製作小禮物送給母親，以表達感謝。

日期：9/5/2026(六)
時間：下午3:00-下午4:00
地點：本中心
費用：\$50

對象及人數：小一至小六會員(10人)
負責職員：胡惠芳(Ruby姑娘/註冊社工)



1. 費用已包括所需工具和材料。



CF26270006

母親節：押花鏡盒DIY

小朋友發揮小宇宙自由創作，親手製作獨一無二的乾花鏡盒作母親節禮物，以表達感謝！過程訓練專注力和小手肌。

日期：9/5/2026(六)
時間：下午4:30-下午5:30
地點：本中心
費用：\$50

對象及人數：小三至小六會員(10人)
負責職員：吳芷婷(Venus姑娘/註冊社工)



1. 費用已包括所需工具和材料。
2. 所有工具和材料只供課堂使用，缺席者不會獲發該堂的材料。
3. 作品圖片只供參考，一切以實物為準。

CF26270017

父親節：怪獸三眼仔奶油膠相框

親手製作小禮物送給父親，以表達感謝。

日期：16/5/2026(五)
時間：下午3:00-下午4:00
地點：本中心
費用：\$50

對象及人數：小三至小六會員(10人)
負責職員：胡惠芳(Ruby姑娘/註冊社工)



1. 費用已包括所需工具和材料。

兒童活動

CF26270007

和自己做好朋友

透過小組不同形式的活動，讓小朋友了解自己的個性和強弱項，增加自我認識，建立生涯規劃中的目標。

日期：13/4、20/4、27/4、4/5/2026
(逢星期一，共4節)

時間：下午4:45-下午5:45

地點：本中心

費用：\$120

對象及人數：小一至小三會員(10人)

負責職員：吳芷婷(Venus姑娘/註冊社工)

CF26270008

理財小管家

透過小組不同形式的活動，讓小朋友認識理財概念，學習如何有計劃地運用金錢，從小建立正確金錢觀及培養良好的理財習慣。

日期：30/5、6/6、20/6、27/6/2026
(逢星期六，共4節)

時間：上午11:00-中午12:00

地點：本中心

費用：\$120

對象及人數：小一至小三會員(10人)

負責職員：吳芷婷(Venus姑娘/註冊社工)

CF26270015

Sat閃避球



1. 集中學習閃避球基本概念和技巧
2. 體驗閃避球的刺激感，訓練手眼協調及專注力

日期：11/4、25/4、9/5、23/5/2026
(逢星期六，共4節)

時間：上午11:00-中午12:00

地點：本中心

費用：\$120

對象及人數：小一至小六會員(10人)

負責職員：連永佳(連Sir/註冊社工)

*請學員穿着輕便運動服裝上堂

兒童活動

CF26270018

單車遊

一齊踏上單車，用雙眼去觀察、用心去感受，重新認識你每日生活的社區。

活動	日期	時間	地點
籌備小組 [必須出席]	29/5/2026(五)	晚上 7:00- 晚上 8:00	本中心
單車日	30/5/2026(六)	上午 10:00- 下午 6:00	本港的單車徑

費用： 免費

對象及人數： 小四至小六會員 (10人)

負責職員： 胡惠芳(Ruby姑娘/註冊社工)

1. 本中心集合及解散。
2. 費用已包括來回交通費用及午餐。
3. 參加者必須懂得踏單車，不設輔助輪單車
4. 參加者需自備頭盔及足夠食水。

CF26270019

職業探索：小侍應體驗

一齊籌劃實地工作體驗，分工合作，穿上制服，招呼客人，落單、送餐、收錢。認識不同崗位的重要，學習尊重和欣賞別人。

活動	日期	時間	地點
籌備小組 [必須出席]	26/6/2026(五)	下午 5:00- 下午 6:00	本中心
工作日	27/6/2026(六)	下午 2:00- 下午 6:00	戶外

費用： 免費

對象及人數： 小四至小六會員 (20人)

負責職員： 胡惠芳(Ruby姑娘/註冊社工)

1. 本中心集合及解散。
2. 費用已包括來回交通費用。

CF26270022

CS 攻防箭



1. 在安全環境下進行對「箭」，推廣普及射箭運動
2. 改善手眼協調平衡、增加雙手和手指的靈活性
3. CS 比賽: 優質社交運動，強調團體合作、溝通、及策略

日期： 13/6/2026 (六)

時間： 上午11:00-中午12:30

地點： 本中心

費用： \$30

對象及人數： 小一至小六會員(12人)

負責職員： 連永佳(連Sir/註冊社工)

1. 請學員穿着輕便運動服裝上堂
2. 全程有導師指導，即使全無射箭經驗亦能快速上手

親子活動



CF26270009/A
CF26270009/B

親子日本聖花玻璃藝術工作坊

「日本聖花玻璃藝術」巧妙地結合了粉彩的柔和與玻璃的通透感。當光線穿透您的作品時，色彩綻放出夢幻般的光芒。讓家長和小朋友學習基礎聖花藝術技巧，親子一起共同創作美麗的玻璃藝術品，從中學習互相合作和欣賞！

日期：1/4/2026(三)
時間：A場：下午4:00-下午5:30
B場：晚上7:00-晚上8:30
地點：本中心
費用：每位\$70 (大小同價)
對象及人數：A場：小一至小三會員及家長會員 (10人)
B場：小四至中一會員及家長會員 (10人)
負責職員：吳芷婷(Venus姑娘/註冊社工)

1. 費用已包括所需工具和材料。
2. 所有工具和材料只供課堂使用，缺席者不會獲發該堂的材料。
3. 每對親子一起製作一個成品。
4. 作品圖片只供參考，一切以實物為準。



CF26270010/A
CF26270010/B

親子蛋糕棒棒糖工作坊

讓家長和小朋友以復活節主題製作美味的蛋糕棒棒糖，親子之間學習互相合作和欣賞！

日期：2/4/2026(四)
時間：A場：下午2:00-下午3:30
B場：下午4:00-下午5:30
地點：本中心
費用：每位\$80 (大小同價)
對象及人數：A場：小一至小三會員及家長會員 (10人)
B場：小四至中一會員及家長會員 (10人)
負責職員：吳芷婷(Venus姑娘/註冊社工)

1. 費用已包括所需工具和材料。
2. 所有工具和材料只供課堂使用，缺席者不會獲發該堂的材料。
3. 請參加者自備食物盒。
4. 作品圖片只供參考，一切以實物為準。



CF26270011/A
CF26270011/B

親子水晶寶寶發光瓶DIY



讓家長和小朋友一起發揮創意，自由地選擇顏色配搭，共同創作美麗的水晶寶寶發光瓶，從中學習互相合作和欣賞！完成後可以作小夜燈，放在家中作裝飾擺設，更可以增添氣氛！

日期：A場：26/6/2026(五)
B場：27/6/2026(六)
時間：A場：晚上7:30-晚上8:30
B場：上午10:30-上午11:30
地點：本中心
費用：每位\$30 (大小同價)
對象及人數：小一至小三會員及家長會員 (10人)
負責職員：吳芷婷(Venus姑娘/註冊社工)

1. 費用已包括所需工具和材料。
2. 所有工具和材料只供課堂使用，缺席者不會獲發該堂的材料。
3. 作品圖片只供參考，一切以實物為準。

CF26270012

父親節：親子皮革DIY



家長和小朋友一起化身皮匠，透過製作獨一無二的皮革成品作父親節禮物，從中促進親子關係，又可以發掘和體驗傳統工藝的樂趣。

日期：12/6/2026(五)
時間：晚上7:00-晚上9:00
地點：本中心
費用：每位\$80(大小同價)
對象及人數：小三至中一會員及家長會員 (10人)
負責職員：吳芷婷(Venus姑娘/註冊社工)

1. 每對親子製作：一個八達通套、鎖匙扣
2. 費用已包括所需工具和材料。
3. 所有工具和材料只供課堂使用，缺席者不會獲發該堂的材料。
4. 作品圖片只供參考，一切以實物為準。

JELIC 多元智能課程



根據蒙特梭利教學理念而設計，並就兒童不同學習的階段，引入JELIC及PMI的多元智能課程

課程著重左右腦平衡發展，而JELIC智能教具強調以下五個商數：

- 1) 增加探索的好奇心
- 2) 建立自信和自我激勵意識
- 3) 銳化觀察力
- 4) 培養自我管理能力的
- 5) 培養數學和邏輯能力
- 6) 增加集中力時間



活動名稱	日期	時間	費用	對象
CF26270025 Jelic 智力寶盒探索課程 _4-6月	17/4、24/4、8/5、 15/5、22/5、29/5、 5/6、12/6/2026 (逢星期五，共8堂)	晚上7:30 - 8:30	\$1120	曾參加Jelic舊生 人數 6人
負責職員：屈紫熒姑娘(屈姑娘/註冊社工)(導師均已接受PMI及Jelic操作訓練指導課程)				

備註：1) 舊生定義：曾報讀該類別課程之學生。2) Jelic官方教材套連入修畢證書費用：Level 1-2為\$220，Level 3-7為\$250 (須另外繳付)。

「心苗」兒童特殊學習需要支援服務

支援懷疑有讀寫困難、發展危機、專注力弱、言語障礙、特殊學習需要之兒童及其家長，提供適當的介入，以幫助他們充份發展潛能。

CF26270023/1

悅讀悅有趣 中文讀寫樂(4-6月)

資深導師引領下，提升學童閱讀理解與詞彙運用能力

- 📖 拓展詞彙：運用圖解識字，有效累積詞彙庫。
- 🎯 趣味中文：透過活動教學與多感官遊戲，從遊戲中掌握文字結構與運用。

備註：

凡領有綜援或學生事務辦事處全額書簿津貼的家庭，可向社工申請半費減免，必須於報名時即場遞交副本證明。

日期：15/4、22/4、29/4、13/5、20/5、
27/5/2026 (逢星期三，共6節)

時間：下午5:00-下午6:00

地點：本中心

費用：\$360

對象及人數：小一至小六會員 (6人)

負責職員：連永佳(連Sir/註冊社工)



家長活動

CF26270020/4-6

家長鉤織班

鉤織不僅是一門手藝，更是一種放鬆身心的方式。一齊享受鉤織的樂趣，創造美麗的作品吧!

日期：17/4、15/5、22/5/2026
(逢星期五，共3節)

時間：晚上7:00-晚上8:30

地點：本中心

費用：\$150

對象及人數：育有6-24歲子女的家長會員(10人)

負責職員：胡惠芳(Ruby姑娘/註冊社工)

1. 費用已包括所需工具和材料。

CF26270021/4-6

家長手作班

專注手工製作時，可以讓人感到心情放鬆，一齊製作屬於你獨一無二的作品!

日期：22/4、6/5、13/5/2026
(逢星期三，共3節)

時間：上午10:30-中午12:00

地點：本中心

費用：\$150

對象及人數：育有6-24歲子女的家長會員(10人)

負責職員：胡惠芳(Ruby姑娘/註冊社工)

1. 費用已包括所需工具和材料。

CF26270013

家長工作坊- 乾花果凍蠟燭台



蠟燭台運用果凍蠟的特性，配搭不同顏色的永生花襯托蠟燭台！完成作品後燃點蠟燭可以從杯中透出暖暖燭光，放在家中作裝飾擺設，更可以增添氣氛！

日期：5/5/2026 (二)

時間：上午10:00-上午11:30

地點：本中心

費用：\$100

對象及人數：育有6-24歲子女的家長會員(10人)

負責職員：吳芷婷(Venus姑娘/註冊社工)

1. 費用已包括所需工具和材料。
2. 所有工具和材料只供課堂使用，缺席者不會獲發該堂的材料。
3. 作品圖片只供參考，一切以實物為準。

家長活動

CF26270026/1

家長慧妍雅妝(進階)



1. 專業新娘美妝師指導修容畫法
2. 個人色彩診斷：找出最適合你的「命定色系」
3. 塑造立體輪廓，找到最適合自己的妝容色調

日期：17/4、24/4、8/5、15/5、22/5、29/5/2026 (逢星期五，共6節)

時間：上午10:00-上午11:30

地點：本中心

費用：\$360

對象及人數：育有6-24歲子女的家長會員(12人)

負責職員：連永佳(連Sir/註冊社工)

1. 費用已包括所需工具和材料。
2. 所有工具和材料只供課堂使用，缺席者不會獲發該堂的材料。

CF26270027

「屯」聚烘焙



資深藍帶甜點烘焙導師 教授簡易烘焙甜品的製作；
掌握甜點的製作技巧，啓發烘焙甜品的創意。

- A. 抹茶杯子蛋糕
- B. 伯爵茶珍尼啣花曲奇
- C. 英式提子鬆餅
- D. 減糖豆乳蒸蛋糕

日期：14/4、21/4、28/4、5/5/2026
(逢星期二，共4節)

時間：上午10:00-上午11:30

地點：本中心

費用：\$500

對象及人數：育有6-24歲子女的家長會員(12人)

負責職員：連永佳(連Sir/註冊社工)

1. 費用已包括所需工具和材料。
2. 所有工具和材料只供課堂使用，缺席者不會獲發該堂的材料。
3. 每堂烘焙一款甜點，每人可帶走 6 件

恆常興趣班

恆常興趣班

為確保*舊生能持續參與中心舉辦的恆常興趣班
舊生須按以下日程表繳交學費。

負責職員：曹健鋒(鋒SIR/活動幹事)

舊生繳費日程表

課程	報讀4月課程	報讀5月課程	報讀6月課程
舊生優先繳費期限	21/3/2026(六)	18/4/2026(六)	16/5/2026(六)
新生最早繳費日期	23/3/2026(一)	20/4/2026(一)	18/5/2026(一)



備註：

- 1) 舊生定義：上月曾報讀該類別課程之學生。例子：4月報讀鋼琴班，5月則視為舊生；但若4月報讀課程後，5月未有報讀，6月再報讀時則視作新生論。
- 2) 如舊生未能於優先繳費期限或之前繳費，其名額將會公開收生。
- 3) 所有課程不設留位，所有參加者必須繳交全數學費作實。
- 4) 如學生在上課時仍未繳交學費，恕本中心未能安排學生上課。
- 5) 所有課程一經報讀則不能退款。(詳情請參閱通訊「中心簡介—退出活動指引」) 恆常興趣班的學生如因事或因病請假則不獲補堂。(除鋼琴班外，詳情請參閱「個別預約音樂班組守則」。

跆拳道 初階班

NCP26270003

對象及人數

K3或以上(白色至黃綠色帶)會員(10人)

時間

下午5:00 - 下午6:00

負責職員：曹健鋒(鋒SIR/活動幹事)

本課程內容著重有武德、套拳、散手、腿法鍛鍊。學員通過不同訓練提升跆拳道技術外，更可學習到紀律及團隊精神。

日期

4月：14/4、21/4及28/4/2026(3節)
 5月：5/5、12/5、19/5及26/5/2026(4節)
 6月：2/6、9/6、16/6、23/6及30/6/2026(5節)
 (逢星期二)

費用

4月：\$225
 5月：\$300
 6月：\$375

新生優惠

連續報讀兩個月份，即免費獲得道袍乙套
 (包括：上衣、褲及色帶)
 原價價值\$500，道袍將於第二個月份發放。



導師簡介

黎俊安先生(黎sir)
 •香港跆拳道協會黑帶五段 •韓國國技院黑帶二段
 •韓國正道會黑帶五段 •香港跆拳道協會裁判
 •香港跆拳道協會高級教練。任教資歷二十年以上

對象及人數

K3或以上(綠色帶或以上)會員(10人)

NCP26270004

跆拳道 高階班

負責職員：曹健鋒(鋒SIR/活動幹事)

日期

4月：11/4、18/4及25/4/2026(3節)
 5月：2/5、9/5、16/5、23/5及30/5/2026(5節)
 6月：6/6、13/6、20/6及27/6/2026(4節)
 (逢星期六)

費用

1月：\$225
 2月：\$375
 3月：\$300

時間

晚上7:15 - 晚上8:15



都市病治療瑜伽班

負責職員：曹健鋒(鋒SIR/活動幹事)

現今都市人工時長、工作量繁重加壓力大，若作息不定時和缺乏運動、身體健康狀況會隨年齡增長每況愈下，形成各式各樣的都市病症。

本課程教導學員透過「瑜伽式子」配合扭腰動作可以按摩內臟，改善便秘，幫助消化，及排出胃氣；「後顧式子」可以改善坐骨神經痛；而「肩膀的式子」則能改善膊頭僵硬、肩周炎、五十肩和媽媽手等病痛；而「前彎式子」可以把血液帶上腦部，改善頭痛及失眠。

課程需要輔助工具如、瑜伽磚和瑜伽繩(自備)，能輔助學員調整動作的正位及準確度，並配合呼吸法，藉以達到鬆弛的效果。掌握技巧後並經常練習，更可矯正長期於辦公室工作養成的不良姿勢。

NCP26270005

時間

上午10:30 - 上午11:30

日期

4月：13/4、20/4及27/4/2026(3節)
5月：4/5、11/5及18/5/2026(3節)
6月：1/6、8/6、15/6、22/6及29/6/2026(5節)
(逢星期一)

費用

4月：\$240
5月：\$240
6月：\$400

對象及人數

婦女會員(10人) 適合柔軟度、關節靈活度較差的學員及長期坐立人士

導師簡介

蕭蕙珍女士(Yen Siu)
•ATFP健身瑜伽教練。•曾修讀IPTFA伸展運動治療課程。
•香港瑜伽協會FLYING YOGA TEACHER。
•香港瑜伽協會WHEEL YOGA INSTRUCTOR。
•具六年多教學經驗，一直在幾個機構及會所任教。



鋼琴班

NCP26270006

負責職員：曹健鋒(鋒SIR/活動幹事)

導師會因應學員程度教授鋼琴。如學員程度已達考試水平，導師會為學員報考英國皇家音樂學院級別試。

新生試堂安排：

初學鋼琴的學生，可獲優惠價\$ 90/堂 (30分鐘)的試堂。

*導師評估學員級別後，學員需依照費用表繳交相應級數的學費。

日期

4月：14/4、21/4及28/4/2026(3節)
5月：5/5、12/5、19/5及26/5/2026(4節)
6月：2/6、9/6、16/6、23/6及30/6/2026(5節)
(逢星期二)

時間

下午2:00 - 下午6:00

導師簡介

蕭燕如女士 (Siu Miss)持有英國皇家音樂學院8級鋼琴及 8級長笛證書，擁有廿年鋼琴教學經驗，並榮獲2022-2024年香港青少年鋼琴大賽金獎優秀導師。

對象及人數

4歲或以上之會員

費用

鋼琴班費用表

級數	初級	一級	二級	三級	四級	五級
30分鐘/節	\$ 110	\$ 120	\$ 130	\$ 140	\$ 155	\$ 170
45分鐘/節	\$ 135	\$ 170	\$ 185	\$ 200	\$ 225	\$ 245

*學生級別將由導師評估

備註：

鋼琴班已滿額，
新生需要輪候。



鋼琴房租用服務

負責職員：曹健鋒(鋒SIR/活動幹事)

給予中心鋼琴班學生一個舒適環境練習鋼琴。
租用者必須為「現就讀鋼琴班學生」
先到先得，不設留位

NCP26270006

費用

\$10 / 30分鐘

對象及人數

只限現於本中心報讀鋼琴班的會員
借用(未滿12歲須有家長陪同)

租用時間

星期一：下午2:00 - 晚上6:00
星期五：晚上7:00 - 晚上10:00
星期六：晚上7:00 - 晚上10:00 中心休假日除外
*(詳情請參考封底休假通知)

查詢時間

可致電或親臨本中心二樓詢問處查詢日期及時間。



魔力橋 之 破冰行動

魔力橋(Rummikub)是最受歡迎的桌上遊戲之一。規則簡單易學，只要學會了便可公平競技，老少咸宜。

一直以來對魔力橋有興趣的你們，齊來與志同道合的「魔力橋之友」互相切磋，交流玩心得！



魔力橋遊玩日 4月

負責職員：胡惠芳(Ruby姑娘/註冊社工)

A場：CF26270024/A1

B場：CF26270024/B1

- 合適新手及有經驗玩家
- 教授Rummiub基本規則
- 以牌會友，切磋為首，勝負為次

日期

24/4/2026(五)

地點

本中心

費用

全免

對象及人數

小一至小六、家長會員及社區人士(20人)

時間

A場：
晚上7:30-晚上8:30

B場：
晚上8:30-晚上9:30



魔力橋遊玩日 6月

負責職員：胡惠芳(Ruby姑娘/註冊社工)

A場：CF26270024/A2

B場：CF26270024/B2

- 合適新手及有經驗玩家
- 教授Rummiub基本規則
- 以牌會友，切磋為首，勝負為次

日期

26/6/2026(五)

地點

本中心

費用

全免

對象及人數

小一至小六、家長會員及社區人士(20人)

時間

A場：
晚上7:30-晚上8:30

B場：
晚上8:30-晚上9:30

V26270001

親子點點畫義工隊

學習點點畫，並探訪區內長者及殘疾人士，表達關懷和慰問。



費用	每位 \$100 (大小同價)
對象及人數	小一小六至及其婦女家長會員(8對親子)
負責職員	胡惠芳(Ruby姑娘/註冊社工)

*活動時數可紀錄於「義工服務記錄冊」

活動	日期	時間	地點
預備小組	9/5、16/5/2026 (逢星期六，共2節)	上午10:30- 上午11:30	本中心
探訪日(一)	23/5/2026(六)	上午9:30- 下午12:30	長者中心/ 殘疾人士宿舍
探訪日(二)	27/6/2026(六)	上午9:30- 下午12:30	長者中心/ 殘疾人士宿舍

義工獎勵計劃



誠邀你成為義工，用你雙手，為社區帶來不一樣！

想用行動關心社區？想為人帶來溫暖？我哋誠邀有心有力嘅你加入義工行列，無論係活動支援、探訪服務，定係出一分力，你嘅參與都好重要！

目標

- 1) 透過義工行動建立街坊之間的連結，營造有愛有溫度的屯門社區
- 2) 鼓勵地區人士參與義務工作，讓「關心社區」由心出發。

義工嘉許計劃

義工有機會邀請參與中心義工嘉許禮接受嘉許

個別義工將以其提供的累積服務時數為嘉許原則。計算方法如下：

於東華三院或轄下之單位累積的服務時數

- 服務達10小時
- 服務達20小時
- 服務達50小時或以上
- 服務達100小時或以上
- 服務達200小時或以上

由本中心頒發

- 感謝狀
- 嘉許狀
- 銅狀
- 銀狀
- 金狀

記錄服務時數細則

- 1 直接服務、義工訓練及籌備活動等項目可記錄於「義工服務記錄手冊」。
- 2 完成義工服務後，請自行記錄義工活動內容及時數，並把記錄冊給予活動負責職員簽署確認。
- 3 服務時數每年截算，即由每年1月1日起至該年12月31日內所提供之任何形式的義工服務。動內容及時數，並把記錄冊給予活動負責職員簽署確認。
- 4 義工需於每年12月31日或之前把「義工服務記錄手冊」交回簽發負責人，以便本中心提名義工領取嘉許狀，逾期將不予追補。

Y26270003/S1
Y26270003/S2

模型研磨所S

透過重整模型的過程練習耐性和專注力，培養良好嗜好(可預備參與7月份的模型賽)。

- 掌握基本的模型製作技術
- 懂得使用模型製作工具(如:膠水剪鉗)、組合及簡單滲線等。
- 培養耐性和專注力，學習細心、謹慎處理微細零件。

日期： S1組: 11/4, 18/4, 25/4/2026

(逢星期六，共3節)

S2組: 11/4, 18/4, 25/4/2026

(逢星期六，共3節)

時間： 下午2:15-下午3:15

地點： 本中心

費用： \$ 20

對象 & 人數： 小六至中五會員(10人)

負責職員： 鍾浩峰(風Sir/註冊社工)

*參加者需要自備模型參與活動。

*此活動不適用於網上抽籤服務，請於21/3/2026 公開報名日起開始報名。



Y26270007

我要轉轉「杯」

負責職員： 葉婉雯(Amber/活動幹事)

陶瓷新手班

由拉坯到上釉全部都由自己處理

地點

屯門區工作室

費用

免費

日期

11/4, 18/4,
25/4/2026
(逢星期六，共3節)

備註

-此活動不適用於網上抽籤服務，請於21/03/2026公開報名日起開始報名。
-如報名人數超出，需要面試方可參加。



時間

下午3:00-下午5:00

**對象及
人數**

中一至大專會員(6人)

新手飛鏢組

負責職員：鍾浩峰(風Sir/註冊社工)

認識飛鏢運動玩法及會安排參與友誼賽。
~歡迎對飛鏢運動感興趣的小五到大專會員~

Y26270002/N1

地點

本中心

費用

免費



日期

18/4/2026-
27/6/2026(六)

對象及人數

小五至大專會員(10人)

時間

下午3:30-下午4:30

備註

- *或需有額外節數進行友誼賽活動。
- *部分節數會另有安排，參與後同事將會whatsapp聯繫。
- *此活動不適用於網上抽籤服務，請於21/3/2026公開報名日起開始報名。



飛鏢個人賽

Y26270002/C

負責職員：鍾浩峰(風Sir/註冊社工)

10-24歲青少年專屬個人賽：

展現專注與精準，爭奪冠軍榮耀！比賽中不僅能提升技巧，還能認識新朋友，享受刺激與樂趣，一起成為飛鏢王者！



日期

27/6/2026 (六)

費用

\$ 40

時間

晚上7:00-晚上10:00

對象及人數

10-24歲會員(16人)

地點

本中心

備註

- *此活動不適用於網上抽籤服務，請於21/03/2026公開報名日起開始報名。
- *6月7號(日)截止報名。
- *是次比賽合適初階者 (建議RATING在6.99或以下)

街舞HipHop恆常班 (26年4-6月)

Y26270001/03

負責職員：鍾浩峰(風Sir/註冊社工)

由導師教授學習街舞Hip Hop舞風，讓小朋友培養街舞興趣及接受舞蹈音樂訓練，鍛鍊體魄。

地點	費用
本中心	\$ 850
日期	
14/4, 21/4, 28/4/ 5/5, 12/5, 19/5, 26/5, 2/6, 16/6, 23/6, 30/6/2026 (逢星期二, 共11節)	

時間	下午5:00-下午6:00
對象及人數	小一至小六會員(12人)
備註	<ul style="list-style-type: none"> *上季舊生可優先報名。 *有意的參加者可以先聯絡負責職員安排試堂。 *此活動不適用於網上抽籤服務，請於21/3/2026公開報名日起開始報名。



Breaking恆常班 (26年4-6月)

Y26270001/01

負責職員：鍾浩峰(風Sir/註冊社工)

由資深導師教授Breaking霹靂舞風，訓練小朋友加強及穩固街舞技巧。導師將視乎學童進度推薦參加公開比賽或演出。

地點	費用
本中心	\$ 1500
日期	
10/4, 17/4, 24/4, 8/5, 15/5, 22/5, 29/5, 5/6, 12/6, 26/6/2026 (逢星期五, 共10節)	

時間	晚上7:00-晚上8:30
對象及人數	小三至中五會員(12人)
備註	<ul style="list-style-type: none"> *上季舊生可優先報名。 *有意的參加者可以先聯絡負責職員安排試堂。 *此活動不適用於網上抽籤服務，請於21/3/2026公開報名日起開始報名。



Popping恆常班 (26年4-6月)

Y26270001/02

負責職員：鍾浩峰(風Sir/註冊社工)

由資深導師教授Popping機械舞風，訓練小朋友加強及穩固街舞技巧。導師將視乎學童進度推薦參加公開比賽或演出。

地點	費用
本中心	\$ 1600
日期	
11/4, 18/4, 25/4 2/5, 9/5, 16/5, 23/5, 30/5, 6/6, 20/6, 27/6/2026 (逢星期六, 共11節)	

時間	上午10:00-上午11:30
對象及人數	小五至中五會員(12人)
備註	<ul style="list-style-type: none"> *上季舊生可優先報名。 *有意的參加者可以先聯絡負責職員安排試堂。 *此活動不適用於網上抽籤服務，請於21/3/2026公開報名日起開始報名。



爵士鼓班

負責職員：譚智誠(毫子 SIR/活動幹事)

爵士鼓技巧培訓

NCP26270001

時間

上堂時間，請致電中心與負責職員聯絡

對象及人數

6-24歲會員

備註

與導師預約上堂時間，請致電中心與負責職員聯絡

地點

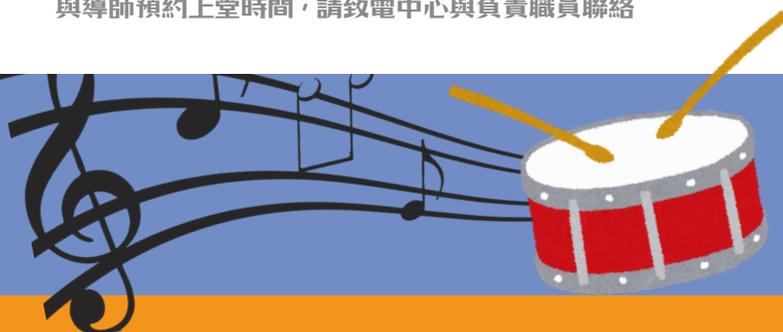
本中心

費用

按月收費：
每小時：\$190(初級班)
\$210(中級班)
\$230(高級班)

日期

-1對1課堂，每堂1小時與導師預約上堂時間，請致電中心與負責職員聯絡與導師預約



結他班

負責職員：譚智誠(毫子 SIR/活動幹事)

教授樂理、電結他或木結他技巧培訓

NCP26270002

時間

上堂時間，請致電中心與負責職員聯絡

對象及人數

6-24歲會員

地點

本中心

費用

按月收費，每小時：\$190(初級班)
\$210(中級班)/\$230(高級班)

日期

1對1課堂，每堂1小時與導師預約上堂時間，請致電中心與負責職員聯絡與導師預約

備註

與導師預約上堂時間，請致電中心與負責職員聯絡



動漫問答學院

負責職員：葉婉雯(Amber/活動幹事)

動漫必答題，成為真正既 動漫の王！
頭三名「王者」會有神秘禮物。

Y26270004

時間

晚上7:30-晚上09:00

對象及人數

中一至大專會員(20人)

備註

此活動不適用於網上抽籤服務，請於21/03/2026 公開報名日起開始報名。

地點

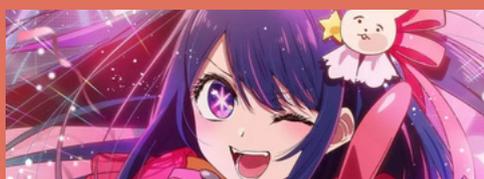
本中心

費用

\$10

日期

11/4/2026(六)



Dancing Life Academy 4.0

舞動人生街舞學校 街舞導師專業證書課程

Dancing Life Academy 4.0 已於2026年1月完滿結束！
感謝各學員、導師的投入與付出。

Dancing Life Academy 課程由第一屆至今已經成功招募近百位學員參與，致力培育大量青年街舞導師，為不同機構提供具高質素的街舞教學體驗。今屆的三十多位學員，在歷程約一年的街舞導師訓練中透過課堂、實習及各種街舞活動體驗，裝備自己，準備以導師身份在社區向不同對象推廣街舞。



課程回顧

每位學員在2025年1-7月完成逾三十節課堂及工作坊，過程中對於街舞不同舞種的舞蹈技巧及文化有更深入的了解。

訓練及課程除街舞的基礎技術及進階訓練外，同時兼顧於街舞外的身體訓練如現代舞、踢踏舞及劇場形體訓練，拓闊他們對街舞於未來發展的可能性，同時間精進自身技藝。另一方面，亦有更多注重於導師能力如溝通及帶領技巧的學習工作坊及分享。

當學習階段步入尾聲，學員緊接構思其教學計劃及課堂內容，於2025年7-12月期間，他們到全港各區的學校及社福機構進行實習，轉化自身在計劃中累積的數月心得，成為6節免費的街舞體驗班，為不同對象如中、小學生，大專、職青、婦女及長者等打開進入街舞的體驗。最終今屆課程成功與近三十個學校及機構合作，帶來近200節街舞班，並有近240位參加者受惠。

在街舞導師的實習以外，學員課程亦以義工身份積極參與各類社區服務，當中包括各類藝文活動、講座及演出，擔任活動助理、司儀及DJ等不同崗位。不但在各項活動中實踐他們的學習成果，亦為社區貢獻了他們的才華與熱情。

隨著這屆課程的圓滿結束，學員對未來的機遇充滿期待。期望能夠在各自的崗位上發揮所長，繼續推廣街舞文化，並激勵更多年輕人了解街舞的核心價值與精神。



繼續關注我們的最新動態！歡迎查詢任何形式的合作邀請，支持各位學員的發展

Y26270009/A

快樂劇團 2026 年度演出

負責職員：禰綺韻(禰姑娘/註冊社工)

以戲劇學習表演，從展演中讓孩子發光發亮



地點

本中心

費用

\$3200

對象及人數

6-13歲兒童會員 (25位)

備註

*演出日暫定為25/9-27/9

* 參與此活動必須參與25/7-27/7 (三日兩夜) 戲劇集中營，費用已包括於其中

*此活動不適用於網上抽籤服務
請於21/03/2026公開報名日起開始報名。

日期

2026年5月8日到9月27日
(逢星期三或五)

8/5, 15/5, 22/5, 29/5, 5/6,
12/6, 26/6, 3/7, 10/7, 15/7,
17/7, 22/7, 29/7, 31/7, 5/8, 7/8,
12/8, 14/8, 19/8, 21/8, 26/8,
28/8, 4/9, 11/9, 18/9, 25/9

時間

下午5:30-晚上7:30

劇本殺

Y26270002/C

負責職員：禰綺韻(禰姑娘/註冊社工)

還在對著電腦打機？還是週六不知道去哪裡？
今次，我們不玩手機，我們玩「演技」！



日期

23/5/2026 (六)

時間

晚上7:00-晚上10:00

地點

本中心

費用

\$ 20

對象及人數

10-24歲會員(16人)

備註

此活動不適用於網上抽籤服務，
請於21/03/2026公開報名日起開始報名。



賽馬會21世紀綜合青少年服務中心計劃活動

策劃及捐助



香港賽馬會慈善信託基金
The Hong Kong Jockey Club Charities Trust

21°C[®]JC
CHILL & BUILD

賽馬會 21世紀綜合 青少年服務中心計劃



計劃簡介：賽馬會21世紀綜合青少年服務中心計劃（下稱「21C」計劃），目標希望締造由青年主導、與未來接軌、虛實兼備的全新空間，推動對社區需要的關注。「21C」計劃提供以青年為本的全新體驗，與青年人共創，鼓勵青少年釋放潛能，一同開拓光輝未來。

計劃期

2023年10月至2026年10月

對象

10-24歲年青人

計劃職員

劉頌堅（Wesley/ 註冊社工）、戴子鈞（戴子Sir/活動發展助理）

活動報名



@YOUTH.TMISC

11/3/2026(三)起嘅Instagram就會見到我哋「21C」計劃嘅活動！



13/3/2026(五)下午1:15起可以掃隔離呢個QR Code報名！
填完Google form 負責職員將以WhatsApp 確定名額。
快啲Follow我哋Instagram @youth.tmisc,獲得更多活動資訊！

想搶先一步報名活動？

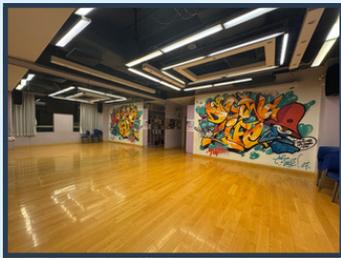


想搶先一步報名活動～？立即下載TO_MO盡情探索！
2026年4-6月活動將會搶先於11/3/2026(三) 嘅TO_MO上架！

預約房間/設施



等埋里 (Party Room)



Dancing Life Studio (跳舞房)



全新房間預約系統上線喇！只要你有TO_MO帳戶，
就可以掃隔離QR Code入去預約系統，登入後即可預約中心房間！👉

2025年11-12月活動回顧

2025年11-12月暑假時間當然繼續有不同活動及小組與各位青年人一同玩樂、探索自我、發掘興趣、貢獻社區，例如我要做「必廚」4.0、mocktail研究所、出「屯」、Wacking等等，讓青年人可以返學返工忙碌生活中有更多不同嘅經歷。與此同時，11-12月都有唔同嘅youth-led project順利完成，包括：偵探型活動《No iDeer》、歡樂型同大家玩遊戲《聖誕狂歡派對》以及讓參加者可以更了解香港唔同地方特色《Hong Kong Hunt》。另外，2026年1-3月有唔同嘅活動舉行，1月青年嘉年華、2月有露營和新年活動及3月有社區遊樂場等等，同時期待之後可以繼續同大家一同將你嘅所思所想成現實，歡迎有嘢想試當真嘅你話我哋知！



必廚4.0 - 一齊整下野食，煮下不同嘅菜式，學習煮野食技能！



Youth Night - 每月一次由Youth Ambassador製作咗唔同遊戲同大家玩，亦有free jam環節比大家一齊chill一齊玩！



Wacking Dance with me - 青少年想跳舞，就一齊搞個跳舞班，讓青少年體驗跳舞樂趣！



聖誕狂歡派對 - 由Youth Advisor E班人製作，搞咗不同的遊戲比青少年，仲打扮色彩繽紛，同青少年一齊玩住過聖誕！



Hong Kong Hunt - 由Youth Advisor Hoshi 搞，就住佢哋對香港呢個地方嘅感動，設計咗全港city hunt，讓青少年更認識香港！



聖誕節嚟臨~青少年製作咗不同攤位，讓大眾嚟中心整熨章同電話繩，一齊過聖誕！



No iDeer - 由Youth Advisor E班人搞嘅聖誕偵探遊戲，一齊去發掘聖誕老人嘅遺失的故事！

賽馬會21世紀綜合青少年服務中心計劃活動

紅橋傳說對決- 電競比賽2026

JC26270001

費用

免費

負責職員：劉頌堅(Wesley Sir/註冊社工)

打機不只是實力，更是合作與策略！今次中心將舉行《傳說對決》電競比賽，邀請一眾屯門青年組隊出戰，用操作、戰術同默契爭奪最強王者之位！無論你係Carry、輔助、坦克定戰術型玩家，只要你有心、有技術、有團隊精神，都歡迎你加入戰場！準備好同隊友並肩作戰，為榮耀而戰未？立即報名，一齊燃起屯門最熱血嘅電競戰場！

比賽模式

小組循環賽 (最多勝場首2名進入4強賽及其後的決賽)

豐富獎品：

冠軍 - \$500超市/食肆現金券

亞軍 - \$300超市/食肆現金券

季軍 - \$150超市/食肆現金券

時間

中午12:00-下午6:00

對象及人數

小五至大專會員

地點

本中心

日期

28/6/2026 (日)

備註

此活動不適用於網上抽籤服務，詳情請參考中心張貼之海報、Facebook專頁及Instagram：@youth.tmisc 發放之資訊。

Switch Party Game

JC26270003



負責職員：劉頌堅(Wesley Sir/註冊社工)

透過多款Switch人氣派對遊戲，讓參加者在合作與競技中體驗團隊精神及溝通樂趣。

活動將包括《Mario Kart》、《Overcooked》、《Switch Sports》及其他多人派對遊戲，無論是遊戲新手或資深玩家，均可透過即場分組及輪流挑戰，投入其中，享受互動交流的樂趣。

地點

本中心

費用

免費

日期

8/5, 15/5, 22/5, 29/5/2026
(逢星期五，共4節)

時間

晚上7:30-晚上9:00

對象及人數

小五至大專會員(10人)

備註

此活動不適用於網上抽籤服務，請於21/03/2026 公開報名日起開始報名。

復活節- 決戰一分鐘

JC26270004

時間

下午02:30-下午04:00

負責職員：劉頌堅(Wesley Sir/註冊社工)

「復活節-決戰一分鐘」挑戰活動邀請青少年參與一連串刺激又有趣的一分鐘任務，於限時內完成各項挑戰，考驗參加者的專注力、反應力、創意及團隊合作能力。

每項任務只得 60 秒，看似簡單，實際極具挑戰性！參加者需要運用策略、默契及臨場應變，與隊友合力突破難關，爭取最佳成績。

活動以輕鬆互動的形式進行，讓青少年在遊戲中學習溝通與合作，同時享受

地點

本中心

費用

免費

日期

18/4/2026 (六)

對象及人數

小五至大專會員

備註

此活動不適用於網上抽籤服務，請於21/03/2026 公開報名日起開始報名。

JC26270002/A

2.5次元的美妝

想親手將自己打造成動漫角色？「動漫化妝體驗」帶你由零開始學習二次元妝容技巧，包括大眼效果、角色眉型、輪廓修飾同色彩運用，打造專屬於你嘅動漫風格造型！

參加者可以揀選自己喜愛嘅動漫人物作為靈感，喺導師指導下完成角色妝容，仲可以配合服裝同拍照環節，留下最型格嘅二次元回憶。

費用

4/4, 11/4, 6/6, 13/6/2026 (逢星期六，共四節)

費用

晚上7:00-晚上9:30

費用

本中心



費用

免費

對象及人數

小五至大專會員 (8人)

負責職員

劉頌堅(Wesley Sir/註冊社工)

*此活動不適用於網上抽籤服務，請於21/03/2026 公開報名日起開始報名。

JC26270002/B

隨機舞蹈 宅舞無限

鍾意動漫、J-Pop、Vocaloid 或者宅舞文化嘅你，今次一定唔可以錯過！「動漫宅舞小組」集合一班熱愛二次元文化嘅青少年，一齊學習人氣動漫及偶像舞蹈，透過模仿原版舞步、排練同合拍影片，將螢幕入面嘅角色「跳」到現實世界！

小組除咗會教授基礎舞步同隊形，更會鼓勵組員互相交流動漫興趣，建立自信同歸屬感。不論你係新手定老手，只要你鍾意動漫同跳舞，都歡迎加入，一齊喺音樂同舞步之中發光發熱！

費用

2/5/2026 (六)

費用

晚上7:30-晚上8:30

費用

本中心

費用

免費

對象及人數

小五至大專會員 (20人)

負責職員

劉頌堅(Wesley Sir/註冊社工)

*此活動不適用於網上抽籤服務，請於31/03/2026 公開報名日起開始報名。



JC26270005

May Ride 單車遊



這次踩單車活動，更是一次連結自己、連結社區、連結彼此的旅程。參加者會沿住指定路線騎行，途中設有多個「任務站」及互動挑戰，透過遊戲、觀察同分享，重新認識自己同身處的香港。

費用

免費

對象及人數

中一至大專會員(10人)

負責職員

劉頌堅(Wesley Sir/註冊社工)

活動

日期

時間

地點

準備日

29/5/2026 (五)

晚上7:00-
晚上8:00

本中心及本港的
單車徑

單車日

30/5/2026 (六)

早上10:00-
下午6:00

- 1.單車日會在中心集合及解散。
- 2.參加者需自備食水及穿著合適的運動服裝。
- 3.參加者需懂得自行騎單車。
- 4.參加者可自備單車。
- 5.此活動不適用於網上抽籤服務，請於21/03/2026 公開報名日起開始報名。
- 6.本活動必須通過面試方可參加本活動。



JC26270006

一班朋友仔去Glamping

今次為大家特別設計一個 Glamping (豪華露營) 體驗團，帶大家走入大自然，用最舒服嘅方式挑戰自己、認識朋友！



費用

免費

對象及人數

中三至中六會員(8人)

負責職員

劉頌堅(Wesley Sir/註冊社工)

活動

日期

時間

地點

營前聚會/
準備日

25/4/2026 (三)

晚上7:00-
晚上8:00

本中心及本港營
地

Glamping
日子

16/5/2026 (六)

TBC

- 1.活動會在中心集合及解散。
- 2.此活動不適用於網上抽籤服務，請於21/03/2026 公開報名日起開始報名。
- 3.本活動必須通過面試方可參加本活動。

活動一覽表

會員大會

P8	ASCP25260005	『快樂天地』課餘託管服務*
P9	ASCP25260005	暫託服務*

節日活動

P10	CF26270005	母親節：浮游花筆DIY
P10	CF26270016	母親節：鑿金香玻璃畫小夜燈
P10	CF26270006	母親節：押花鏡盒DIY
P10	CF26270017	父親節：怪獸三眼仔奶油膠相框
P11	CF26270007	和自己做好朋友
P11	CF26270008	理財小管家
P11	CF26270015	Sat閃避球
P12	CF26270018	自組單車遊
P12	CF26270019	職業探索：小侍應體驗
P12	CF26270022	CS 攻防箭

親子活動

P13	CF26270009/A CF26270009/B	親子日本聖花玻璃藝術工作坊
P13	CF26270010/A CF26270010/B	親子蛋糕棒棒糖工作坊
P13	CF26270011/A CF26270011/B	親子水晶寶盒發光瓶DIY
P13	CF26270012	父親節：親子皮革DIY

JELIC 多元智能課程

P14	CF26270025	Jelic 智力寶盒探索課程*
-----	------------	-----------------

『心苗』兒童特殊學習需要支援服務

P14	CF26270023/1	悅讀悅有趣 中文讀寫樂(4-6月)
-----	--------------	-------------------

家長活動

P15	CF26270020/4-6	家長鉤織班
P15	CF26270021	家長手作班
P15	CF26270013	家長工作坊-乾花果凍蠟燭台
P16	CF26270026/1	家長慧妍雅妝(進階)
P16	CF26270027	『屯』聚 烘焙

*代表不適用於網上抽籤服務

家長活動

P17	NCP26270003	跆拳道初階班(星期二)
P17	NCP26270004	跆拳道高階班(星期六)*
P18	NCP26270005	都市病治療瑜珈班*
P18	NCP26270006	鋼琴班*
P18	NCP26270006	鋼琴房租用服務*

魔力橋之破冰行動

P19	CF26270024/A1 CF26270024/A2 CF26270024/B1	魔力橋遊玩日 4月
P19	CF26270024/A3 CF26270024/B1	魔力橋遊玩日 6月

義工

P20	V26270001	親子點點畫義工隊
-----	-----------	----------

青年活動

P21	Y26270003/S1 Y26270003/S2	模型研習所S1*
P21	Y26270007	我要轉轉「杯」*
P22	Y26270002/N1	新手飛鏢組*
P22	Y26270002/C	飛鏢個人賽*
P23	Y26270001/03	街舞HipHop恆常班*
P23	Y26270001/01	Breaking恆常班*
P23	Y26270001/02	Popping恆常班*
P24	NCP25260001	爵士鼓班*
P24	NCP26270002	結他班*
P24	Y26270005	動漫問答學院*
P26	Y26270009/A	快樂劇團 2026 年度演出(戲劇小組)*
P26	Y26270008	劇本殺*

賽馬會21世紀綜合青少年服務中心計劃活動

P29	JC26270001	紅橋傳說對決-電競比賽2026*
P29	JC26270003	Switch Party Game*
P29	JC26270004	復活節-決戰一分鐘*
P30	JC26270002/A	2.5次元的美妝*
P30	JC26270002/B	隨機舞蹈 宅舞無限*
P31	JC26270005	May Ride 單車遊*
P31	JC26270006	一班朋友仔去Glamping*



到達本中心之交通工具

- 港鐵：港鐵：屯馬綫兆康站轉乘輕鐵
614/614P(往屯門碼頭方向)，新墟站下車
- 輕鐵：614/614P(新墟站)
- 專線小巴：44/44B(紅橋站)
- 往來中心之巴士路線
 - 紅橋站：260X、58M、58X、63X、68A、960、K54(往屯門市中心)、P960、B3X、A36、E36A、N260、N30、N969
 - 井財街站：53(往荃灣)、K51(往大欖)、K51A(往掃管笏)
 - 庇護工場站：67M、67X、261、53(往元朗)
 - 景峰花園站：67A、62X、A33X、67M、67X、261、53(往元朗)、K51(往富泰)、K51A(往富泰)

開放時間

星期 時間	一 MON	二 TUE	三 WED	四 THU	五 FRI	六 SAT	日 SUN
10:00am-1:00pm					✓	✓	全 日 休 息
2:00pm-6:00pm	✓	✓	✓	✓	✓	✓	
7:00pm-10:00pm		✓	✓	✓	✓	✓	

中心開放時間 提供課托服務 (至晚上七時) \$ 晚間收費時間：7:00pm-9:45pm



中心 FACEBOOK



中心 網頁

今季休假通知

節日	日期	休假通知
耶穌受難節	3/4/2026 (五) - 4/4/2026 (六)	公眾假期
清明節 翌日	6/4/2026 (一)	公眾假期
復活節 星期一翌日	7/4/2026 (二)	公眾假期
勞動節	1/5/2026 (五)	公眾假期
佛誕翌日	25/5/2026 (一)	公眾假期
端午節	19/6/2026 (五)	公眾假期

地址: 屯門井財街27號井財街政府服務大樓二樓及三樓 電話: 2441 2042

電郵: tmisc@tungwah.org.hk

網頁: <http://tmisc.tungwahcsd.org>

傳真: 2441 0082

督印人: 中心主任 黃詠音

編輯: 文宣小組

印刷份數: 250本