



深水埗區議會

保良局石硤尾社區服務中心

SHAM SHUI PO DISTRICT COUNCIL

PO LEUNG KUK SHEK KIP MEI COMMUNITY SERVICES CENTRE

2023年

1至4月

活動通訊



目錄

● 活動報名須知.....	02
● 中心資訊.....	03
● 核心服務	
● 有營飯堂食物援助服務.....	04
● 課餘託管服務.....	05
● 三人專科補習.....	06
● 幼兒暫託服務.....	07
● 醫療服務.....	08
● 幼兒恆常班.....	09-10
● 幼兒興趣班.....	11-12
● 麥拿倫呈獻.....	13
● 兒童恆常班.....	14
● 兒童興趣班.....	15-16
● 兒童發展小組.....	17
● 親子活動及活動推廣.....	18
● 婦女活動精選.....	19-20
● 義工培訓及招募.....	21
● 醫社連心.....	22
● 樂齡活動時間表.....	23-24
● 社區支援.....	25
● 場地借用.....	26

部分幼兒及兒童活動由中國銀行(香港)有限公司撥款贊助

部分幼兒及兒童活動由McLaren Club Hong Kong撥款贊助

部分親子活動由黃廷方慈善基金撥款贊助

部分親子活動由香港台灣新女性協會撥款贊助

活動報名須知

1. 所有活動如因疫情影響而需要取消，參加者可獲全數退款。
2. 參加者請預先填妥「活動報名表」，並攜同有效之會員證辦理報名手續。16歲以下參加者之申請須得家長/監護人簽署作實。
3. 除特別說明活動外，本中心活動以「先到先得」為報名原則，額滿即止。
4. 本中心可以現金或支票繳交活動費用，但不接受\$1,000面額大鈔，並請備輔幣。支票抬頭請寫上：「保良局」或“Po Leung Kuk”。
5. 所有活動一經報名及繳費，將不設退款及不可轉讓；而缺席者將不獲退款或補堂安排。
6. 請保存本中心發出之收據，直至所有活動節數完結。
7. 若活動因人數不足或天氣惡劣而受到影響，本中心保留延期、改期或取消舉辦該活動的權利。如活動確定取消及安排退款，中心職員將通知參加者相關手續。
8. 本中心收集的個人資料，只用作機構活動推廣及聯絡之用，於活動中所拍攝及攝錄的相片及影片將用於機構服務紀錄及推廣。

本中心保留所有最終決定權



中心Facebook專頁將不定期發放服務及活動內容，即時讚好及追蹤可緊貼最新資訊！

① 中心活動



② 醫療資訊



③ 社區資源



④ 活動花絮



facebook

如想接收中心最新資訊，歡迎
在Facebook搜尋中心名稱 或

掃讀QR Code



有營飯堂

食物援助服務

為區內人士提供以廉價熱餐
為主的短期食物援助服務，支援
基層居民的基本生活需要。

服務對象：

- ☑ 居於深水埗區內有需要人士
- ☑ 於深水埗區工作的有需要人士
- ☑ 面對緊急經濟困難人士或家庭

服務時間：

星期一至六

午餐 中午12:00-下午1:00

晚餐 晚上 6:00-晚上7:00

星期日及公眾假期暫停



服務收費：

\$12 一餐熱餐 / **\$6** 速凍餸餐

(飯餐須預早訂購，速凍餸由惜食堂提供)

核心服務

課

餘託管服務

照顧學童成長和學習需要，
提供價格相宜的功課輔導服務。

服務對象：

深水埗區內的6至12歲學童（小學一至六年級）

服務時間：

星期一至五 下午4:00-晚上8:00

（服務時間視乎疫情狀況作出調整）

星期日及公眾假期暫停

服務收費：

月費由**\$900起**，歡迎查詢
（價格視乎每週上課日數及時數而定）



專

科補習 小組教學

針對學童較弱科目作個別指導，緊貼課程進度鞏固學生基礎，解答學生疑問，改善成績。



服務對象：

深水埗區內的6至12歲學童（小學一至六年級）

服務時間：

逢星期六（公眾假期暫停）

上午10:00-下午1:00

（每節一小時，報名時請註明補習科目）

服務收費：

每小時\$100（按月收費）

現有報讀課餘託管學生可享優惠價每小時\$80

服務備註：

每節最多兩組，師生比例最高為1:3

核心服務

幼

兒暫託服務

為需要長時間工作、工時不穩定的父母，
或遇有突發照顧需要的家庭，提供3至6歲幼兒
暫託服務。

服務對象：

深水埗區內的3至6歲幼兒

服務時間：

星期一至五

上午10:00-下午7:00

星期六、日及公眾假期暫停

服務收費：

每小時收費 **\$20** (每節最少兩小時)

如有需要，可以 **\$12** 訂購膳食

* 另備按日／星期／月收費，歡迎向職員查詢。



核心服務



醫 西

療服務



以低廉價格提供中醫、西醫、牙醫、推拿及物理治療，另有身體檢查和疫苗注射服務等，歡迎查詢。

服務時間：



西醫開放時間：

星期一至六：上午10時至下午1時；下午2時至6時

星期日及公眾假期：**休息**

* 醫生當值時間以查詢為準



其他服務時間：

星期一至五：上午9時至下午1時；下午2時至6時

星期六：上午9時至下午1時

星期日及公眾假期休息



查詢及預約電話：2390 2711



08

幼兒恆常班

幼兒足球體適能訓練班

內容：	讓幼兒認識足球運動及相關規則；訓練幼兒的反應、身體協調及集中力，同時提升幼兒紀律及團隊意識。		
日期：	1月 6、13、20及27日 (共4堂) 2月 3、10、17及24日 (共4堂) 3月 3、10、17、24及31日 (共5堂) 4月 14、21及28日 (共3堂)		
時間：	下午5:15-6:15 (逢星期五)	地點：	本中心及石硤尾區內運動場
對象：	4-6歲幼兒	名額：	8名
費用：	每堂\$90，按月收費	截止：	額滿即止
備註：	參加者需穿輕便服飾及自備水樽。		



幼兒跆拳道

內容：	主要教授正確跆拳道技法及其運用、套拳、搏擊技巧、比賽技術、自衛術等，並培養幼兒的運動精神。		
日期：	1月 7、14、21及28日 (共4堂) 2月 4、11、18及25日 (共4堂) 3月 4、11、18及25日 (共4堂) 4月 1、15、22及29日 (共4堂)		
時間：	上午11:00-12:00 (逢星期六)	地點：	本中心
對象：	4-6歲幼兒	名額：	15名
費用：	每堂\$90，按月收費	截止：	額滿即止
備註：	1. 教練資格：世界跆拳道聯盟四段及香港跆拳道協會黑帶四段； 2. 因應堂數及學員進度，約每四個月考核一次以獲取資格。		



幼兒Ukulele小結他

內容：	課程教授基本指法及和弦伴奏，讓幼兒培養對音樂的興趣，過程中更會與其他小朋友一起彈唱，一起分享音樂的樂趣！		
日期：	1月 7、14、21及28日 (共4堂) 2月 11、18及25日 (共3堂) 3月 4、11、18及25日 (共4堂) 4月 1、15、22及29日 (共4堂)		
時間：	下午4:00-5:00 (逢星期六)	地點：	本中心
對象：	4-6歲幼兒	名額：	6名
費用：	每堂\$90，按月收費	截止：	額滿即止
備註：	如有需要，家長可為小朋友預約及借用小結他在中心練習。		



幼兒Hip Hop舞一星期五班

內容：	以節奏明快的音樂配合簡單舞步，提升幼兒專注力、身體協調性、音樂感及空間感。		
日期：	1月 6、13、20及27日 (共4堂) 2月 3、10、17及24日 (共4堂) 3月 3、10、17、24及31日 (共5堂) 4月 14、21及28日 (共3堂)		
時間：	下午4:00-5:00 (逢星期五)	地點：	本中心
對象：	3-6歲幼兒	名額：	8名
費用：	每堂\$90，按月收費	截止：	額滿即止
備註：	1. 參加者需穿輕便服飾及自備水樽； 2. 家長可於活動完結前5分鐘到達欣賞幼兒的演出。		



幼兒Hip Hop舞一星期六班

內容：	以節奏明快的音樂配合簡單舞步，提升幼兒專注力、身體協調性、音樂感及空間感。		
日期：	1月 7、14、21及28日 (共4堂) 2月 11、18及25日 (共3堂) 3月 4、11、18及25日 (共4堂) 4月 1、15、22及29日 (共4堂)		
時間：	下午3:00-4:00 (逢星期六)	地點：	本中心
對象：	3-6歲幼兒	名額：	8名
費用：	每堂\$90，按月收費	截止：	額滿即止
備註：	1. 參加者需穿輕便服飾及自備水樽； 2. 家長可於活動完結前5分鐘到達欣賞幼兒的演出。		



幼兒興趣班

英語小跳豆

內容：	配合輕鬆有趣的故事及音樂，教授幼兒簡易英語單字，齊齊愉快學習。		
日期：	【第一期】 1月9、16及30日 【第二期】 2月6、13、20及27日 【第三期】 3月6、13、20及27日 【第四期】 4月3、17及24日		
時間：	下午3:30-4:30 (逢星期一)	地點：	本中心
對象：	3-4歲幼兒	名額：	10名
費用：	【第一／四期】 全期\$270【各共3堂】 【第二／三期】 全期\$360【各共4堂】	截止：	開課前一星期



英語遊樂故事園

內容：	透過兒童故事教材，並加入主題遊戲及美勞，訓練幼兒說、演故事及閱讀故事的能力外，讓幼兒快樂地學會簡單的英文單字及句子。		
日期：	【第一期】 1月9、16及30日 【第二期】 2月6、13、20及27日 【第三期】 3月6、13、20及27日 【第四期】 4月3、17及24日		
時間：	下午4:45-5:45 (逢星期一)	地點：	本中心
對象：	5-6歲幼兒	名額：	10名
費用：	【第一／四期】 全期\$270【各共3堂】 【第二／三期】 全期\$360【各共4堂】	截止：	開課前一星期



幼兒通識百科系列

內容：	幼兒通識科系列帶領小朋友認識不同主題，透過熱身活動、遊戲學習、藝術創作等活動，讓小朋友全面了解新知識！		
日期：	【第一期】 【節日慶典】2月7、14、21日 【第二期】 【夢幻森林】3月7、14、21日 【第三期】 【童話王國】4月4、11、18日		
時間：	下午4:30-5:30 (逢星期二)	地點：	本中心
對象：	3-6歲幼兒	名額：	6名
費用：	每期\$180【每期3堂】	截止：	開課前一星期



幼兒興趣班

幼兒水彩畫班

內容：	以硬筆配合水彩教學，運用不同線條形狀作畫。		
日期：	【第一期】 1月3、10、17及31日 【第二期】 2月7、14、21及28日 【第三期】 3月7、14、21及28日 【第四期】 4月4、11、18及25日		
時間：	下午3:30-4:30 (逢星期二)	地點：	本中心
對象：	5-6歲幼兒	名額：	10名
費用：	每期\$360【每期4堂】	截止：	開課前一星期



幼兒畫畫工房

內容：	透過硬筆顏料學習基本繪畫技巧。		
日期：	【第一期】 1月3、10、17及31日 【第二期】 2月7、14、21及28日 【第三期】 3月7、14、21及28日 【第四期】 4月4、11、18及25日		
時間：	下午4:45-5:45 (逢星期二)	地點：	本中心
對象：	3-4歲幼兒	名額：	10名
費用：	每期\$360【每期4堂】	截止：	開課前一星期



幼兒籃球班

內容：	透過籃球讓幼兒學習團體合作的重要，並提升他們身體協調性。		
日期：	【第一期】 1月 7、14、21及28日 【第二期】 2月11、18及25日 【第三期】 3月 4、11、18及25日 【第四期】 4月 1、15、22及29日		
時間：	下午5:30-6:30 (逢星期六)	地點：	本中心
對象：	3-6歲幼兒	名額：	8名
費用：	【第一／三／四期】 全期\$280【各共4堂】 【第二期】 全期\$210【共3堂】	截止：	額滿即止
備註：	需穿輕便服飾及自備水樽。		



幼兒芭蕾舞班

內容：	透過教授芭蕾舞的基本舞蹈技巧，使幼兒領略舞蹈的樂趣，增加對音樂的反應及節奏感，鍛煉身體協調性，加強幼兒對音樂的敏感度及大小肌肉控制力。		
日期：	1月5、12、19及26日 2月2、9、16及23日 3月2、9、16、23及30日 4月6、13、20及27日 (全季共17堂)		
時間：	(A班) 下午3:00-4:00 (逢星期四) (B班) 下午4:30-5:30 (逢星期四)	地點：	本中心
對象：	3-6歲幼兒	名額：	每班各10名
費用：	全季共\$2,720【全季共17堂】 *津貼價全季共\$1,360	截止：	開課前一星期
備註：	1. 必須穿著芭蕾舞鞋上課； 2. 導師資格：英國皇家芭蕾舞專業3級。		



如以津貼價報名
報名時須**同時**繳交
相關證明文件副本
否則
須繳交正價費用

現正領取
全額書簿津貼
或
幼稚園及幼兒中心學費減免計劃或
綜合社會保障援助計劃
均可享有津貼價。

**津貼價
資格**

少數族裔中文學習小組 (Chinese Learning Class For Ethnic Minority)

內容：	活動為主要少數族裔兒童提供中文學習平台，參加者可以認識日常生活常接觸的中文字詞，以輕鬆生動的方式好學中文。				
日期：	1月7、14、21、28日				
時間：	下午5:00-6:00 (逢星期六)		地點：	本中心	
對象：	6-12歲兒童				名額：
費用：	全免		截止：	6名	
備註：	少數族裔人士優先考慮。				



兒童跆拳道

內容：	主要教授正確跆拳道技法及其運用、套拳、搏擊技法、比賽技術、自衛術等，並培養兒童的運動精神。		
日期：	1月7、14、21及28日(共4堂) 2月4、11、18及25日(共4堂) 3月4、11、18及25日(共4堂) 4月1、15、22及29日(共4堂)		
時間：	中午12:00-下午1:30(逢星期六)	地點：	本中心
對象：	7-12歲兒童	名額：	15名
費用：	每堂\$100，按月收費	截止：	額滿即止
備註：	1. 教練資格：世界跆拳道聯盟四段及香港跆拳道協會黑帶四段； 2. 因應堂數及學員進度，約每四個月考核一次以獲取資格。		



兒童Ukulele小結他

內容：	課程教授基本指法和弦伴奏，讓兒童培養對音樂的興趣，過程中更會與其他小朋友一起彈唱，一起分享音樂的樂趣！		
日期：	1月 7、14、21及28日(共4堂) 2月11、18及25日(共3堂) 3月 4、11、18及25日(共4堂) 4月 1、15、22及29日(共4堂)		
時間：	下午3:00-4:00(逢星期六)	地點：	本中心
對象：	7-12歲兒童	名額：	6名
費用：	每堂\$90，按月收費	截止：	額滿即止
備註：	如有需要，家長可為小朋友預約及借用小結他在中心練習。		



兒童Hip Hop舞班

內容：	以節奏明快的音樂配合簡單舞步，提升兒童專注力、身體協調性、音樂感及空間感。		
日期：	1月 7、14、21及28日(共4堂) 2月11、18及25日(共3堂) 3月 4、11、18及25日(共4堂) 4月 1、15、22及29日(共4堂)		
時間：	下午4:15-5:15(逢星期六)	地點：	本中心
對象：	7-12歲兒童	名額：	8名
費用：	每堂\$90，按月收費	截止：	額滿即止
備註：	1. 參加者需穿輕便服飾及自備水樽； 2. 家長可於活動完結前5分鐘到達欣賞兒童的演出。		



兒童興趣班

主題通識教室系列

內容：	活動由社工帶領小朋友學習不同主題；小朋友可透過課堂學習、模擬實驗、自由探索等活動掌握課外知識。		
日期：	【第一期】【昆蟲世界】2月 8、15及22日 【第二期】【神話傳說】3月 8、15及22日 【第三期】【妖怪百科】4月12、19及26日		
時間：	下午4:15-5:15 (逢星期三)		地點：本中心
對象：	6-12歲兒童		名額：6名
費用：	每期\$180【各共3堂】		截止：開課前一星期



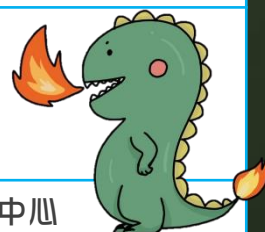
Switch童樂班

內容：	活動讓小朋友透過Switch進行對壘，從競技中與隊員合作、和其他小朋友進行交流，更可從比賽中贏取小禮物！		
日期：	【第一期】1月20及27日 【第二期】2月17及24日 【第三期】3月24及31日 【第四期】4月21及28日		
時間：	晚上6:30-7:30 (逢星期五)	地點：	本中心
對象：	6-12歲兒童	名額：	6名
費用：	每期\$80【各共2堂】	截止：	開課前一星期



輕黏土達人

內容：	透過輕黏土創作不同主題藝術，培養小朋友專注力及創作靈感；每期設有不同的主題，讓小朋友有更多發揮空間！		
日期：	【第一期】【新春慶典】1月 7、14、21及28日 【第二期】【森林派對】2月11、18及25日 【第三期】【海洋狂歡】3月 4、11、18及25日 【第四期】【恐龍帝國】4月 1、15、22及29日		
時間：	下午4:45-5:45 (逢星期六)	地點：	本中心
對象：	6-12歲兒童	名額：	8名
費用：	【第一／三／四期】全期\$360【各共4堂】 【第二期】全期\$270【共3堂】		
		截止：	開課前一星期



動物足跡油畫班

內容：	利用塑膠彩學習油畫繪畫技巧，以描繪動物掌握技巧重點，適合對油畫創作感興趣的小朋友報名參加。		
日期：	【第一期】1月 7、14、21及28日 【第二期】2月11、18及25日		
時間：	下午3:15-4:30 (逢星期六)	地點：	本中心
對象：	6-12歲兒童	名額：	8名
費用：	【第一期】全期\$360【共4堂】 【第二期】全期\$270【共3堂】	截止：	開課前一星期
備註：	如有需要，家長可為小朋友預備圍裙及手袖。		



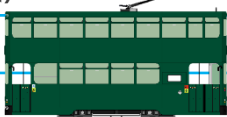
春日暖意水彩畫班

內容：	由導師教授水彩畫繪畫技巧，以春天多變的景色作主題，讓小朋友掌握創作要素。		
日期：	3月4、11、18及25日		
時間：	下午3:15-4:30 (逢星期六)	地點：	本中心
對象：	6-12歲兒童	名額：	8名
費用：	每堂\$90，每期\$360	截止：	開課前一星期
備註：	如有需要，家長可為小朋友預備圍裙及手袖。		



香港遊蹤水彩畫班

內容：	由導師教授水彩畫繪畫技巧，以香港不同面貌的景色作主題，讓小朋友掌握創作要素。		
日期：	4月1、15、22及29日		
時間：	下午3:15-4:30 (逢星期六)	地點：	本中心
對象：	6-12歲兒童	名額：	8名
費用：	每堂\$90，每期\$360	截止：	開課前一星期
備註：	如有需要，家長可為小朋友預備圍裙及手袖。		



兒童戶外探索小組

內容：	小組由社工帶領，在深水埗、石硤尾社區中透過定向及團體合作，培養小朋友的探索精神，以及提升與他人互動、加強溝通的能力。		
日期：	【A組】1月4及11日（逢星期三） 【B組】1月6及13日（逢星期五）		
時間：	【A組】下午5:30-6:30 【B組】下午5:15-6:15		地點：本中心
對象：	6-12歲兒童		名額：6名
費用：	每組全期\$100【每組各共2堂】		截止：開課前一星期
備註：	曾參加兒童發展小組系列之小朋友將優先考慮。		

童行成長小組系列

內容：	小組由社工帶領，以遊戲學習、互動分享、創作表達等各項要素，讓小朋友認識自我，同時提升社交能力；小組設有不同主題，歡迎持續參與。		
日期：	【第四期】【人際關係大碰撞】 2月 1、8、15及22日 【第五期】【大人的世界】 3月 8、15、22及29日 【第六期】【細看生命與生命力】 4月 12、19及26日		
時間：	下午5:30-6:30（逢星期三）	地點：	本中心
對象：	6-12歲兒童	名額：	每組最多6名
費用：	【第四／五期】每期\$200【各共4堂】 【第六期】 全期\$150【共3堂】	截止：	開課前一星期
備註：	曾參加兒童發展小組系列之小朋友將優先考慮。		

遊戲及藝術小組系列

內容：	小組由社工帶領，運用遊戲及色彩元素，讓小朋友嘗試以多種方式互相交流、分享心情和想法，學習與他人相處之道、建立關係。		
日期：	【第六期】【自然和諧】 2月 3、10、17及24日 【第七期】【黑白兩面】 3月 10、17、24及31日 【第八期】【二元對立】 4月 14、21及28日		
時間：	下午5:15-6:15（逢星期五）	地點：	本中心
對象：	6-12歲兒童	名額：	6名
費用：	【第六／七期】每期\$200【各共4堂】 【第八期】 全期\$150【共3堂】	截止：	開課前一星期
備註：	曾參加遊戲及藝術小組之小朋友將優先考慮。		

親子甜品製作班

內容：	由專業的甜品師傅親自教授各款精緻美味的甜品，家長同小朋友一同共聚天倫，親手製作屬於你們親情的味道！		
日期：	【第一期】【蛋白霜檸檬塔】 1月14日(星期六) 【第二期】【梳乎厘芝士蛋糕】 2月11日(星期六) 【第三期】【經典提粒米蘇】 3月11日(星期六) 【第四期】【司康餅】 4月15日(星期六)		
時間：	下午3:00-5:30	地點：	本中心
對象：	親子(幼童年齡須為5歲或以上)	名額：	10對親子
費用：	每期\$120/一對親子	截止：	開課前一星期
備註：	1. 每組親子參加人數上限為3人，最多2名成人及1名小朋友； 2. 參加者需自備餐盒以便帶離製成品。		



蛋白霜檸檬塔



梳乎厘芝士蛋糕



經典提粒米蘇



司康餅

「月」讀「悅」有趣·共讀園地

內容：與義工一起享受故事時間，並一起進行與故事有關的活動！

日期：
【第一期】1月28日(星期六)
【第二期】2月25日(星期六)
【第三期】3月25日(星期六)
【第四期】4月29日(星期六)



時間：下午3:00-4:30

地點：本中心

對象：3-12歲幼童

名額：25名

費用：全免

截止：額滿即止



婦女瑜珈輪班

內容：	用瑜珈輪配合不同瑜珈式子，除提升柔軟度外，亦可強化核心力量練習，鍛鍊集中力及穩定性，有助平衡身心。		
日期：	1月9、16及30日 (共3堂) 2月6、13、20及27日 (共4堂)	3月6、13、20及27日 (共4堂) 4月3、17及24日 (共3堂)	
時間：	上午10:05-11:05 (逢星期一)	地點：	本中心
對象：	婦女會員 (70歲以下)	名額：	10名
費用：	每堂\$100，按月收費	截止：	額滿即止
備註：	1. 不適合椎間盤突出及嚴重脊骨有問題及高血壓人士； 2. 中心提供瑜珈輪及瑜珈磚，參加者須自備瑜珈墊； 3. 須在每月最後一堂或之前預繳下月費用。		



瑜珈伸展班

內容：	透過不同瑜珈式子和呼吸調息，調整婦女身體機能吸收養份。促進血液循環，也能提昇身體柔軟度、防止骨骼疏鬆及保持青春活力。		
日期：	1月5、12、19及26日 (共4堂) 2月2、9、16及23日 (共4堂)	3月2、9、16、23及30日 (共5堂) 4月6、13、20及27日 (共4堂)	
時間：	上午10:05-11:05 (逢星期四)	地點：	本中心
對象：	婦女會員 (70歲以下)	名額：	10名
費用：	每堂\$80，按月收費	截止：	額滿即止
備註：	1. 請自備軟墊上課； 2. 參加者可為同行幼兒 (3-6歲) 預約於活動期間免費使用暫託服務； 3. 活動為恆常班，現有參加者優先續報； 4. 須在每月最後一堂或以前預繳下月費用。		



成人Hip Hop舞班

內容：	透過輕鬆易學的舞步，配合輕快的音樂舞動達到燃燒脂肪及加強心肺功能的效果，特別適合初次接觸舞蹈的人士參與。		
日期：	1月3、10、17及31日 (共4堂) 2月7、14、21及28日 (共4堂)	3月7、14、21及28日 (共4堂) 4月4、11、18及25日 (共4堂)	
時間：	下午12:15-1:15 (逢星期二)	地點：	本中心
對象：	婦女會員 (70歲以下)	名額：	8名
費用：	每堂\$80，按月收費	截止：	額滿即止
備註：	參加者可為同行幼兒 (3-6歲) 預約於活動期間免費使用暫託服務。		



酒精水墨畫初體驗

內容：	在專用紙上滴上酒精、顏料及金屬顏料，透過色彩配搭，自然地暈染、擴展、交疊，配合不同的技巧，繪畫出獨一無二的酒精墨水畫。		
日期：	2月22日(星期三)		
時間：	上午11:30-12:30	地點：	本中心
對象：	婦女會員(70歲以下)	名額：	8名
費用：	全期\$40【共1堂】	截止：	開課前一星期

簡易皮革卡片套製作班

內容：	您只要輕鬆按步就班，親手完成實用又獨一無二的卡片套。		
日期：	3月15日(星期三)		
時間：	上午11:30-12:30	地點：	本中心
對象：	婦女會員(70歲以下)	名額：	8名
費用：	全期\$80【共1堂】	截止：	開課前一星期



酒精水墨畫



皮革卡片套



復活節花環

復活節花環工作坊

內容：	利用不同的素材，發揮你的無限創意，DIY一個獨一無二的復活蛋花環。		
日期：	4月3日(星期一)		
時間：	上午11:30-12:30	地點：	本中心
對象：	婦女會員(70歲以下)	名額：	8名
費用：	全期\$80【共1堂】	截止：	開課前一星期

備註：參加者可預約為同行幼兒於活動期間免費使用暫託服務。

幼兒暫託義工培訓

內容：	提供訓練課程給有興趣協助中心幼兒暫託服務的義工，從中學會照顧幼兒的技巧及資訊，以及幼兒學習和遊戲教材應用。		
日期：	【第一期】1月28日(星期六)	【第二期】3月25日(星期六)	
時間：	上午10:30-中午12:00		地點：本中心
對象：	婦女義工		名額：8名
費用：	全免		截止：額滿即止

「月」讀「悅」有趣·共讀園地(義工招募)

內容：	義工能於培訓工作坊中認識繪本之外，亦能學習繪本共讀技巧及進行場景模擬。完成培訓後可參與中心的「共讀園地」活動。			
日期：	【第一期】1月28日(星期六) 【第二期】2月25日(星期六) 【第三期】3月25日(星期六) 【第四期】4月29日(星期六)	 		
時間：	下午2:30-5:00		地點：	本中心
對象：	義工(18歲以上)		名額：	5名
費用：	全免		截止：	額滿即止
備註：	1. 須先成為保良局義工； 2. 逐次報名，不用全部參加； 3. 可自備適合繪本，中心亦會提供繪本供選擇； 4. 曾參與說故事義工培訓工作坊的義工優先參加。			



養生保健講座

日期

1月9日(星期一)

2月13日(星期一)

3月13日(星期一)

4月(日期待定)



時間：上午11:00-12:00

費用：免費參加

對象：中心會員

名額：30名(額滿即止)

備註：參加者可於講座後登記中醫義診，額滿即止。



醫社連心

1至4月



星期一

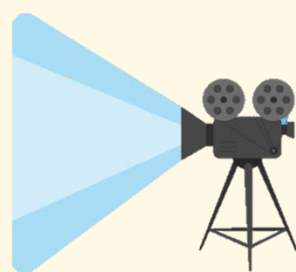
星期二

活動

開始訂購飯餐



電影欣賞



10:30-12:00

免費

60歲以上
中心會員

30名
額滿即止

時間

費用

對象

名額

活動精選

星期三

樂在桌遊



10:30-12:00

免費

60歲以上
中心會員

10名
額滿即止

星期四

飯前健體伸展班



11:05-12:05

每堂\$10
按月收費

60歲以上
中心會員

15名
額滿即止

星期五

慢活太極班



10:30-11:30

每堂\$10
按月收費

60歲以上
中心會員

15名
額滿即止

驗

「醫社連心」

社區關懷行動

眼/配眼鏡資助服務



現已接受申請

驗眼/
配眼鏡

- 18 歲或以下香港居民
- 本港眼鏡店/眼科/視光師診所接受驗眼/配眼鏡服務

預備
文件

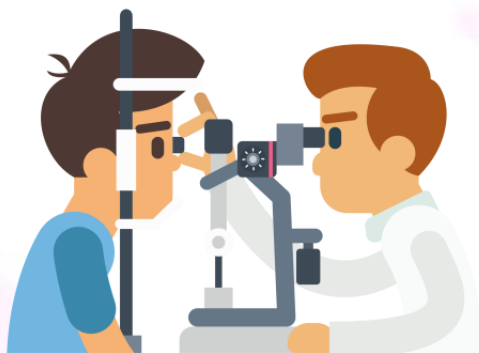
- (1) 6個月內接受驗眼/配眼鏡之單據正本
- (2) 身份證明文件正本(如身份證或出生證明書)

覆核
檢測

- 先致電2608 9112 預約簡單之驗眼覆核
- 親身到中心作申請及進行驗眼覆核

- ☒ 資助以現金形式發放，需由家長/監護人簽收
- ☒ 一經批核，可獲得全額資助（上限港幣300元正）
(名額有限，先到先得；中心保留發放資助之最終決定權。)

領取
資助



場地租借

場地	可容納人數 及面積	可租用時間		租用費用 星期一至五 (以小時計算)	租用費用 星期六 (以小時計算)
		星期一至五	星期六		
1. 面談室	不多於4人 約50呎	10:00-13:30	9:00-13:30	\$80	\$100
2. 多用途室(一)	不多於 20人 約200呎	14:30-20:00	14:30-20:00	\$150	\$180
3. 課餘託管室	不多於 30人 約400呎	10:00-13:30	14:30-20:00	\$200	\$250
4. 多用途室(二)	不多於50人 約600呎	10:00-13:30 14:30-20:00	9:00-13:30 14:30-20:00	\$250	\$300
5. 大堂	不多於100人 約900呎	10:00-11:30 14:30-17:30	9:00-11:30 14:30-17:30	\$500	\$600

注意事項：

1. 每次租用最少為一小時，
2. 不足一小時亦當作一小時計算，超時15分鐘會視作一小時計算。
3. 設備：供應桌椅，白板，空調設備(如需租/借用其他設備，可向職員查詢)



面談室 多用途室(一) 課餘託管室 多用途室(二) 大堂

優惠及準則：

- 學生團體可享7折優惠租用；租用團體須出示有效文件方可獲得優惠。
- 場地只供團體申請，如會員欲作個人申請，須另行批核及作個別考慮。
- 場地租用申請最早可於租用日期3個月前提出，最遲須於租用日期前3個工作天申請，並以繳費作實。
- 租用時須註明用途，如使用時與申請時的活動內容不符，中心有權即時終止其使用權並不作退款。
- 如租用期間場地設施有所損毀，租用者須照價賠償。
- 本中心保留一切使用及租用場地之最終決定權。

中心開放時間

星期一至五 上午10:00 - 晚上8:00

星期六 上午9:00 - 晚上8:00

*下午1:30 - 2:30為午膳時間

*星期日及公眾假期休息

惡劣天氣安排

颱風訊號	暴風訊號	中心內活動	中心外活動
一號風球	黃色暴雨	照常舉行	照常舉行
三號風球	紅色暴雨	照常舉行	取消 (如活動舉行前兩小時 仍懸掛活動則取消)
八號風球 或 更高風球	黑色暴雨	取消 (如活動舉行前兩小時仍 懸掛活動則取消)	取消 (如活動舉行前兩小時 仍懸掛活動則取消)

*以上安排只作一般情況參考，參加者及其家屬須考慮不同地區的天氣及道路交通情況，自行評估是否參與各項活動。

聯絡方法

社區服務電話：2608 9112

醫療服務電話：2390 2711

傳真：2797 2089

電郵：skmcsc@poleungkuk.org.hk

地址：九龍深水埗白田街13號

石硤尾邨美葵樓平台101號舖

(港鐵石硤尾站A出口 或 深水埗站D出口)



出版日期：2022年11月

印刷：2000份