



循道衛理楊震社會服務處  
YANG-MEMORIAL METHODIST SOCIAL SERVICE

油尖旺青少年綜合發展中心  
Yau Tsim Mong Integrated Centre for Youth Development



陪伴 ♥ 陪玩  
陪住過暑假

## 重要通知

- 2026年7-8月暑期活動  
將於5月9日至17日接受網上申請 (P.22-23)

## 推介活動

- 7-8月精彩繽紛暑期活動 (P. 28-82)

# 活動通訊

2026年7月至10月

# CONTENTS

P2	目錄/2026年7月 - 10月開放時間	P26-27	主題文章
P3-5	關於我們	P28-43	兒童及家庭暑期活動
P6	辦理會員續會手續及會員入會通知	P44-65	「陪你玩」2026兒童暑期活動
P7	申請及退出服務方法	P66-82	青年暑期活動
P8-9	活動標示的索引	P83-90	兒童及家庭9至10月活動
P10	全新加入Whatsapp社群	P91-95	青年9至10月活動
P11	SQS小百科	P96-103	全方位兒童培育系列
P12-13	中心設施借用及中心位置	P104-106	會員 / 服務使用者申請表格
P14	兒童為本遊戲治療輔導服務		個人及家庭活動報名表私隱通知
P15-21	學前兒童課餘託管服務	P107	颱風及暴雨安排
P22-23	重要通知 - 2026年暑期活動報名方法		
P24	部門主管的話		
P25	YIC青年祭		

目錄

## 中心 開放時間

2026年7月至10月  
開放時間



星期 Week	星期一 Mon	星期二 Tue	星期三 Wed	星期四 Thu	星期五 Fri	星期六 Sat
上午 10:15am - 下午 2:15pm	✓	✓				✓
下午 2:15pm - 5:45pm	✓	✓	✓	✓	✓	✓
晚上 5:45pm - 9:30pm				✓	✓	✓

(✓=開放時段 Opening Session)

2

## 機構簡介

本處為循道衛理聯合教會屬下之多元化社會服務機構，本著基督的愛，以及「社會服務實驗室」的精神，為凡有需要的人士，提供倡導性和優質的服務。

## Corporate History



Yang Memorial Methodist Social Service is a multi-disciplinary social service agency under the auspices of the Methodist Church, Hong Kong. Its primary objectives are to witness Christ's love and to function as a social service laboratory in a pioneering spirit to provide innovative and quality services to people in need.

## 服務宗旨

油尖旺青少年綜合發展中心以多元化社會服務手法，為區內兒童和青少年及其家庭，提供成長、輔導、抗逆及社教化活動，以不同形式活動為服務使用者提供愉快成長、培養獨立思考能力、參與社區事務的平台，並以支援家長建立快樂家庭以達到促進兒童及青年成長為目標。

## Mission of YIC

The YauTsim Mong Integrated Centre for Youth Development offers a wide range of social services for children, adolescents and their families, including development-oriented activities, counselling, behavioural therapy, and social education. Through various types of activities, we help participants to enjoy a happy childhood, improve their capacity for independent thinking, and play an active role in the community. We also help parents to create a positive family atmosphere conducive to their child's development.

關於我們



## 服務目標

我們鼓勵青少年參與更多社區事務、政策及表達意見。我們希望透過不同系統的參與，建立和諧的社區氣氛，讓不同背景青少年能融入社區，健康成長。

## Service Objectives of YIC

We encourage youth participation and youth voice. We try to promote a harmonious community for the better development of the youth and their families.

3

## 服務簡介

油尖旺青少年綜合發展中心位於旺角西海富苑海欣閣二樓，中心分為兩個小隊，分別是「兒童及家庭小隊」及「青年小隊」；另外設有駐校社工服務，服務本區循道中學。

## 服務對象

本中心服務對象主要為6至24歲的青少年及其家庭成員。惟個別服務或活動可能特別為某一年齡組別或特定服務對象或有關人士而設計，而此類服務資格會在宣傳品上列明或由社工闡明。

### 兒童及家庭小隊

培育「有品孩子」，我們提倡營造正面輕鬆的氣氛讓孩子成長，為他們提供一個能輕鬆快樂地學習的平台。我們著重建立孩子正面的自我形象，提升各項能力：人際相處、情緒管理、品格及文化修養、自理及體格鍛鍊、服務學習體驗、擴闊學習領域。

共創「快樂家庭」，我們提倡家長積極有效地參與孩子的成長和發展，因為父母都是孩子的重要導師。我們著重建立父母的親職效能：支援不同年齡層孩子的家長建立親職管教能力，鼓勵家長間相互支援，減輕家長的照顧壓力。促進家庭關係是提升孩子自我形象重要的一環，良好的家庭相處氣氛、合宜的管教態度及方法，能成為培育孩子正面成長的土壤。

### 青年小隊

回應青年社教化及成長發展需要，我們提供社教化及成長發展服務，除了個案服務，我們還舉辦多元化的個人技能提升及興趣培育活動，如舞蹈、音樂、電競、球類、桌上遊戲、生命教育、歷奇成長及表達藝術等活動。中心舉辦家長支援小組，支援家長於管教青少年的各種憂慮和挑戰，也發揮家長互助互勉的精神。

關注青少年精神健康發展，我們重視青少年的精神健康發展，因而舉辦一系列身心靈放鬆及紓緩壓力活動，活動性質涵蓋藝術、運動及個人志趣等，協助青少年透過活動認識自我及提升正向思維，以增加應對生活挑戰和壓力的能力，並建立朋輩同行互助網絡。

學校社工服務，我們提供駐校社工服務，為區內循道中學學生及家長提供諮詢服務及專業意見，為校內學生提供個案輔導及成長活動，致力加強學校與社區的聯繫，協助學生成長。

## 服務特色

建立多元文化、全人發展，我們為多元族裔及其家庭提供服務，透過小組活動例如：My Study Time, My Happy Hour等等，讓他們能兼顧學業及全人發展，建立多元族裔參與主流服務的平台。

支援在學青少年DSE，我們設有自修室服務，為學生提供舒適及寧靜的學習環境。此外，中心更有支援文憑試考生的小組，舉行減壓活動、生涯規劃及借閱歷屆試題等服務。



# 辦理新會員入會及會員續會手續

## Announcement on Renewal of Membership and New Membership Application

會員請注意會員證之有效期限，並於到期日前一個月辦理續會，辦理續會手續的舊會員及申請入會的新會員，請攜同近照一張(證件相尺寸)，並依照以下的收費標準繳交每年的會員費：

In order to ensure the continuation of service, members of our centre are advised to apply for renewal of membership before the expiry date printed on the membership card. The membership fees are listed below.

會員類別 Type	每年會員費 Annual Fee	遺失證補領費(每張) Lost Card Fee (per card)
個人會籍 Individual Membership	\$29	\$20
家庭會籍 (同住家庭成員) Family Membership	\$40	\$20
特惠會籍* Special Allowance	\$0	\$20
服務對象：主要為6-24歲人士及其家庭成員 6-24 year-old and their Family Member		
*領取綜援、全額書簿津貼會員 (必須於申請/續會時出示有關證明文件) CSSA Member, STA Member (Certificate should be presented when apply / renew membership) 特惠會籍會員參加一般活動，設有兩個7折收費名額。(必須於報名時主動向職員提出) For general activities, "Special Allowance" membership is entitled to two spots at a 30% discount. (members must inform staff at the time of registration.)		

### 會員費包括：

- # 定期收到本中心的活動通訊
  - # 會員證
  - # 將陸續推出不同的會員福利
- 如於辦理手續及繳交會員費上有任何查詢，歡迎於開放時間親身到本中心，或致電 2332 0969與中心職員聯絡。

### 會員須知

- 會員證有效期為一年，由申請日起計算，屆滿日期將列印於會員證上。逾期而不續證者當自動退出。如有遺失，須繳交港幣20元補領新會員證。
- 會員使用本中心設施、場地或參加各類訓練課程及興趣班組，必須出示有效之會員證。
- 會員必須遵守本中心之規則，否則其會員資格會被取消，本中心並保有停止其享用本中心設施及參加本中心活動之權利。

### Membership fee included:

- # Quarterly activities pamphlet
  - # Membership card
  - # Other benefits (to be announced)
- For inquiries, please visit our Centre during opening hour or call us at 2332 0969

### Note to member:

- Membership is valid for 1 year only, starting from the date of application. Expiry date is printed on the membership card.
- Members have the privilege to use center facilities during the opening hour and to join the activities and interest classes. Membership card should be presented during application.
- Member must follow the Centre regulation and respect other service users in the Centre.

### Application of Service

- You can apply and make payment to join activities in person or by post. For the details, please refer to "How to apply our services". You can enjoy certain privileges as our members. You are welcome to make any suggestion for new or enhanced services.
- The activity applying procedure is subjected to first come first served basis.
- Some activities are subjected to special recruitment criteria or conditions, such as sex, age and other basic requirements.

### 申請服務方法：

- 申請使用本中心服務，可親臨本中心或以郵寄方式，登記成為服務使用者。所有服務使用者，可隨時申請成為中心會員，並享有會員優惠。服務使用者及中心會員除可參與中心各項活動和服務外，亦可主動聯絡社工作出服務建議。
- 一般而言，活動報名以先到先得，額滿即止為原則。
- 部分活動會按季列出的特定資格及要求(如：性別、年齡)作招收程序。
- 報名時，需出示本中心的有效會員證，清楚填妥報名表格及繳交費用。
- 14歲以下的參加者，其申請表須有家長/監護人簽名。
- 請保留收據直至活動完結。
- 請小心核對所報的各項活動日期及時間，以免相撞或重覆，本中心恕不提供補堂及轉班。
- 如活動為兩節或以上，因惡劣天氣或颱風影響而未能如期舉行者，恕不補堂及退款。
- 一次性的活動，如因惡劣天氣或颱風影響而未能如期舉行，本中心將盡可能另行安排日期舉行，未能出席者，則作放棄論。如未能安排改期舉行的一次性活動，則安排退款。請於接獲通知後，帶同正式收據到本中心辦理退款手續。
- 如活動因突發情況取消，本中心將盡早通知參加者。
- 請詳閱活動資料，按照所列的時間及地點出席活動。除有更改外，本中心恕不另行通知。
- 如參加者在活動開始後患上傳染病，本中心可根據社署指引停止該名參加者出席活動，至其病癒後才恢復參加。(所繳費用，恕不退還，亦不會安排補堂。)
- 如社會福利署宣佈停止中心服務，本中心所有活動將會取消。(所繳費用恕不退還，亦不會安排補堂。)
- 請愛護中心各項設施，如有損毀，本中心有權要求賠償，並可能終止其參加者資格，所繳費用，恕不退還。
- 在活動中進行拍照或錄影，只供本中心推廣活動、製作年報及報告書之用。如有異議，請於拍攝前向負責職員提出。
- 本處有權要求參加者出示相關身份證明文件，以核對身份。
- Applicants should show the valid membership cards when apply for the program. And please fill in the application form and pay the program fee accordingly.
- Filling in the application form concisely, applicants under the age of 14 must have parent/guardian signature.
- Keeping the receipt until the activity day in order to confirm the participant's identity.
- Please check carefully the date and the time of different program activities before the application, no refund or special arrangement will be made for the crash of the programs.
- For activities consisting of two or more sessions, no make-up classes or refunds will be arranged if sessions are cancelled due to adverse weather conditions or typhoons.
- If one sort program has to be cancelled owing to the bad weather or typhoon, center will arrange another date for the program, no refund will be made for those applicants who fail to join. Center will refund to the program applicants only if no other arrangement can be made. Please bring along the receipt in person to complete the refund procedure after received our notice.
- For those cancelled programs, we will notify applicant as soon as possible.
- Applicants please check the program details including the time and place of the program. Center will not make a call to the applicant if there is no amendment of the program.
- Based on SWD guidelines, if applicants have infectious diseases after the start of the program, center can stop the presence of that applicant until his/her recovery and no refund or special arrangement will be made.
- If SWD announces to stop all center services, center will follow and cancel all the services and programs. No refund and special arrangement will be made.
- Please take proper care of our center facilities, members may have to pay for the compensation for the damage of our facilities. Also, center may stop him/her in using center facilities and services for a period.
- Our staff may take photos or video in the programs for centre program promotion and annual report making. You may contact our staff if you have any enquiries.
- Our staff reserves the right to request participants to present identity document for verification

### Termination of Service

- If you want to withdraw from the service, please make your request to the responsible worker. Under normal circumstances, application fee will not be refunded.
- No refund will be granted except for those programs cancelled by the centre. Also, neither refund nor transference of program vacancy will be considered when the application is successful.



# Activities indexes 活動標誌索引

每個活動名稱旁邊都有一個活動小標示，以方便會員們更容易明白活動內容。標示的顏色代表活動對象；標示中的圖案代表活動性質。

There is a small badge next to each activity's name, which aims for making it easier for members to understand the content of the activities. Its color represents the target for the activity; the icon represents the nature of the activity.

بر سرگرمی کے نام کے ساتھ ایک چھوٹا سا بیج ہے، جس کا مقصد ممبروں کو سرگرمیوں کے مواد کو سمجھنا آسان بنانا ہے۔ اس کا رنگ سرگرمی کے بیف کی نمائندگی کرتا ہے۔ لیکن سرگرمی کی نوعیت کی نمائندگی کرتا ہے۔

प्रत्येक गतिविधिको नामको पछाडि एउटा सानो ब्याच छ जसले सदस्यहरूको लागि गतिविधिको विषय वस्तु बुझ्नको लागि सहज बनाउने उद्देश्य राख्छ । यसको रंगले गतिविधिको लक्ष्यको प्रतिनिधित्व गर्दछ आइकन(चिन्ह)ले गतिविधिको प्रकृतिलाई प्रतिनिधित्व गर्दछ ।

प्रत्येक गतिविधि के नाम के आगे एक छोटा सी मोहर है, जिसका उद्देश्य सदस्यों के लिए गतिविधियों की सामग्री को समझना आसान बनाना है। इसका रंग गतिविधि के लिए लक्ष्य का प्रतिनिधित्व करता है, चित्र गतिविधि की प्रकृति का प्रतिनिधित्व करता है।

## 標示顏色 Color of badges बीजों का रंग ब्याचहरूको रंग मोहर का रंग

	幼兒/小學生	Toddler / Elementary School	चेहोटा बچه / الیمنتری اسکول	टोडलर (शिशु)/ एलिमेन्टरी स्कूल (प्राथमिक विद्यालय)	नन्हा बच्चा/ प्राथमिक स्कूल
	青少年	Teens	نوجوان	टिन्स (किशोर किशोरी)	किशोर
	少數族裔人士	Ethnic Minorities	نسلی اقلیتیں	अल्पसंख्यक जातीय	अल्पसंख्यक जातीय
	親子	Parent-child	والدين - بچه	अभिभावक-बच्चा	अभिभावक-बच्चे
	家長	Parents	والدين	अभिभावक	माता-पिता

## 標示圖案 Color of badges बीजों का रंग ब्याचहरूको रंग मोहर का रंग

	義工活動	Voluntary work	رضاکارانہ کام / مشاغل کا شوق پیدا کرنا	स्वैच्छिक कार्य	स्वयंसेवी काम
	興趣培育/ 才藝訓練	Hobbies Development / Talent Training	ٹیلنٹ کی تربیت / ہابر جٹنا	शौकहरूको विकास/ प्रतिभा प्रशिक्षण	शौक की विकास/ प्रतिभा का प्रशिक्षण
	外出遊歷	Outing/Camping	केम्पिंग	आउटिंग/ क्याम्पीड	सैर करना/ कैम्पिंग
	越野運動	Cross-country sports	क्रاس कन्ट्री केहिल	क्रस-कन्ट्री खेल	क्रॉस-कंट्री स्पोर्ट्स
	成長訓練	Personal Growth Development	ذاتی نشوونما	व्यक्तिगत विकास	व्यक्तिगत वृद्धि का विकास
	節日限定	Festival Edition	تہوار ایڈیشن	चाडको संस्करण	त्योहार का भाग
	種族共融	Racial Harmony	نسلی ہم آہنگی	जातिय सद्भाव	नस्ली समानता
	心靈放鬆	Mind Relaxation	نماغی سکون	माइन्ड रिलाक्ससेसन	मानसिक विश्राम
	學術協助	Academic Assistance	تعلیمی تعاون	शैक्षिक सहयोग	शैक्षणिक सहायता

# 全新加入Whatsapp社群



1. 以手機掃描以下QR Code  
Scan the QR Code below
2. 按合適年齡加入Whatsapp社群接收最新活動資訊  
Join Whatsapp Community to receive latest information  
(備註：只有管理員才可查看成員電話號碼)

油尖旺青少年綜合發展中心將透過Whatsapp發放最新活動資訊  
YIC will release the latest activity information via WhatsApp.

\*舊有的Whatsapp廣播訊息將逐步停止更新

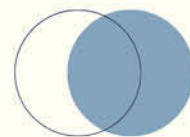
6至12歲



13至24歲



NEW



## SQS小百科

### 什麼是SQS?

- SQS是「服務質素標準(Service Quality Standards)」，由社會福利署所訂定，以監察及評估服務單位的表現。
- 「服務質素標準」訂明服務單位在管理和提供服務方面應達到的質素水平。
- 現時共有十六項「服務質素標準」，當中每項均有一套「準則」及「評估指標」說明。

### 即睇介紹

#### SQS 1 服務資料

- 服務單位確保製備說明資料，清楚陳述其宗旨、目標和提供服務的形式，隨時讓公眾索閱。

#### SQS 2 檢討及修訂政策和程序

- 服務單位應檢討及修訂有關服務提供方面的政策和程序。

#### SQS 3 運作及活動記錄

- 服務單位存備其服務運作和活動的最新準確記錄。

#### SQS 4 職務及責任

- 所有職員、管理人員、管理委員會和／或理事會或其他決策組織的職務及責任均有清楚的界定。



如對上述服務質素標準的政策和程序有任何查詢、意見或借閱有關文件，歡迎與中心職員聯絡

# 中心設施借用



乒乓球 Table Tennis



桌球 Snooker



遊戲機 PS5



Board Games



自修室 Study Room



親子圖書閣

# 中心位置



-迴旋處-  
看見中心彩色logo  
繼續直行轉左



-海欣閣後門-  
轉入彩色logo及  
玻璃門旁入口

地址：九龍旺角西海泓道海富苑海欣閣二樓  
電話：2332 0969 傳真：2782 0349

Like & Follow YIC

獲取最新資訊



www.facebook.com/Yic.yang.hk

Instagram: yang\_yic

收費生效日期：  
2025年5月1日

## 兒童為本遊戲治療輔導服務

### (Child-centered Play Therapy)

透過「玩」讓兒童表達自己的內心世界及想法，協助紓緩兒童不安及困擾的情緒，從而改善其行為及社交問題。治療會由受訓社工每週或隔週在特別設計之遊戲室內進行。

**服務對象：**6-11歲有情緒困擾之兒童(必須成為中心會員)

**服務目標：**1) 透過象徵性遊戲及安全環境，讓兒童表達內心世界及接納自己的感受。

2) 預防及改善兒童情緒行為問題，讓兒童在心理上能健康地成長。

3) 讓家長了解兒童成長需要，促進親子關係。

**形式：**首次服務前家長面見及評估

**第1-4節 - 45分鐘兒童特別遊戲時間**

**第5節 - 家長諮詢**

**費用：**\$900 (5節為1個單元；特惠會籍8折收費)

**服務地址：**九龍旺角西海泓道海富苑海欣閣二樓

**服務查詢：**請致電2332 0969與黃俊彥先生(俊 Sir)聯絡。

**備註：**1) 全期服務的使用期限為3個月。

2) 完成全期服務後負責社工會與個案評估服務成效及計劃後續的跟進。



油麻地 - 學前兒童課餘託管中心  
Yang Kids (YTM) - After School Care Centre for Pre-primary Children

## K1-K3 學前兒童 課餘託管服務

AFTER SCHOOL CARE PROGRAMME FOR PRE-PRIMARY CHILDREN

### 服務簡介 SERVICE INTRO

本中心屬於社會福利署資助服務，為3至6歲以下學前兒童提供課餘託管服務，支援區內家庭需要。

SUBSIDISED SERVICE BY THE SOCIAL WELFARE DEPARTMENT TO PROVIDE CHILD CARE SERVICES FOR PRE-PRIMARY CHILDREN

### 服務內容

- 成長發展小組
- 興趣學習班
- 功課輔導
- 膳食 (3小時以上服務免費提供)
- 家長/親子活動

SERVICE CONTENT  
• CHILDREN DEVELOPMENTAL ACTIVITIES  
• LEARNING ACTIVITIES  
• TUTORIAL SUPPORT  
• MEAL (MORE THAN 3 HOURS)  
• PARENTS-CHILD ACTIVITIES

### 服務對象

- 3-6歲以下學童或；
- 正就讀幼稚園暨幼兒中心幼兒班(K1)/幼稚園(低至高班K1-K3)
- 家長因長時間工作、缺乏支援網絡等原因未能為學前子女提供適切照顧的家長

SERVICE TARGET  
CHILDREN AGED 3 TO BELOW 6 OR ATTENDING KINDERGARTEN (K1-K3)

### 服務收費 (每時段)

SERVICE FEE (PER SESSION)

### 恆常 (雙週收費)

REGULAR (BI-WEEKLY)

### 臨時 (每時段收費)

AD HOC (BY SESSION)

2小時或以下  
≤ 2 HOURS

\$250

\$30

2-3小時  
2-3 HOURS

\$375

\$45

3小時以上  
> 3 HOURS

\$500

\$60

### 申請方法

1. 申請人填妥網上登記表/致電中心
2. 親臨中心填寫申請表作登記
3. 負責社工安排進行面見及評估
4. 到中心/電子繳費  
(有經濟困難之家庭可申請費用減免/豁免，詳情可向負責職員查詢)

APPLICATION  
1. SCAN QR CODE/CALL 2332 0969  
2. FILL UP APPLICATION FORM  
3. CAN APPLY FEE REDUCTION WITH FINANCIAL HARDSHIP

### 服務時段

SERVICE HOURS

逢星期一至五，  
星期六、日及公眾假期休息  
MONDAY TO FRIDAY

1. 上午時段：  
MORNING SESSION  
08:30am-12:30pm
2. 下午時段：  
AFTERNOON SESSION  
12:30pm-4:30pm
3. 黃昏時段：  
EVENING SESSION  
4:30pm-8:00pm



服務登記及查詢  
SERVICE ENROLLMENT

地址：九龍旺角西海泓道海富苑海欣閣二樓

聯絡及查詢電話：2332 0969

WhatsApp: 6736 0164

ADDRESS: 2/F, HOI YAN HOUSE, HOI FU COURT, MONG KOK WEST  
ENQUIRY: 2332 0969  
WHATSAPP: 6736 0164

# 2026年7-8月

## 「遊童樂」學童成長發展活動

為配合學前兒童成長發展，活動按著幼兒成長發展之六大範疇(「六角童升」)而設計活動,形式多元化,做到邊玩邊學習!

### 「六角童升」



### 活動對象：

K.1-K.3學前兒童

SCAN ME!



- 於2星期內連續報讀AM活動(粉色時間)/PM(藍色時間)/NT(黃色時間)活動各收費\$250(則平均每堂\$25) \*連續報讀將會優先
- 每項活動\$30(請於GOOGLE FORM 剔選活動)
- 下方活動須填寫報名表,按提交日期及時間先到先得,職員將於26/5(星期二)透過 WHATSAPP 確認

家長可按需要選擇延長服務申請時段託管

## 2026年7-8月時間表

### 上午時段

8:30-9:30	早會+玩具時間
9:30-10:00	茶點/排洗時間
10:00-10:30	分組活動/功課輔導
10:30-11:30	學童成長發展活動
11:30-12:15	午膳
12:15-12:30	收拾/上午班準備放學

膳食安排：  
當日服務達3小時  
以上免費提供

小睡安排：  
全日託管則視乎學  
童需要作安排

### 黃昏時段

### 下午時段

12:30-13:15	下午班午膳時間
13:15-14:00	分組活動/功課輔導
14:00-14:30	玩具時間
14:30-15:00	午會/排洗時間
15:00-16:00	學童成長發展活動
16:00-16:30	茶點/下午班準備放學

16:30-17:00 黃昏茶點時間

17:00-18:00 學童成長發展活動

18:00-18:30 功課輔導

18:30-19:15 晚膳

19:15-19:45 玩具時間

19:45-20:00 收拾/準備放學

	6/7(一)	7/7(二)	8/7(三)	9/7(四)	10/7(五)
AM 1030-1130	待定	DIY吹畫	電影問答大會@超人特攻隊(9:45am集合)	模擬開小店: 魚蛋/燒賣檔	紙巾染色畫
PM 1500-1600	集體遊戲 (Playground)	黏土雪糕畫	冰塊救救隊	五指畫筆創作	大角咀海輝道公園開心小外遊(外出活動) 2:45pm集合
NT 1700-1800	待定或沙與水遊戲	毛筆書法初體驗	專注力 全程投入專注	情緒與社交 故事·探索社	小小畫家
	13/7(一)	14/7(二)	15/7(三)	16/7(四)	17/7(五)
AM 1030-1130	待定	我的紙飛機	食玩DIY	馬賽克杯墊	益力多工作坊
PM 1500-1600	彩虹乳酪杯	迷你pizza DIY	戶外「水」塗鴉	齊上齊落(集體遊戲)	動物變身時間
NT 1700-1800	待定或記憶小偵探	小小身體指揮家	專注力 全程投入專注	情緒與社交 故事·探索社	認知大小肌肉 環保小先鋒

	20/7(一)	21/7(二)	22/7(三)	23/7(四)	24/7(五)
AM 1030-1130	待定	情緒繪本+恐龍手工製作	小食製作@水果撻	奶油膠DIY海洋貝殼手工	學習輸贏@桌上遊戲工作坊
PM 1500-1600	日式小食初體驗(幼兒會進食日式小食)	氣球保衛戰	巨型泡泡派對	戶外運動會 2:45pm集合(外出活動)	小怪獸心情臉臉
NT 1700-1800	待定或小小畫家	小小身體指揮家 大小肌肉	全程投入專注 專注力	故事·探索社 情緒與社交	環保小先鋒 認知大小肌肉
	27/7(一)	28/7(二)	29/7(三)	30/7(四)	31/7(五)
AM 1030-1130	待定	模擬開小店: 三文治小店	DIY 冰箱貼	沙與水遊戲	音樂小天地@自製樂器
PM 1500-1600	小小郵差(外出活動) 活動當日2:30集合	七彩扇子DIY	小小檸檬氣泡飲	電影大冒險(友情電影: 狼羊物語)活動當日2:15集合	今日心情小遊戲
NT 1700-1800	待定或扭扭跳跳派對	小小身體指揮家	扭扭跳跳派對	餐桌禮儀工作坊	環保小先鋒

1. 於2星期內連續報讀AM活動(粉色時間)/PM(藍色時間)/NT(黃色時間)活動各收費\$250(則平均每堂\$25)

每項活動\$30(請於GOOGLE FORM 剔選活動)

2. 每項活動\$30(請於GOOGLE FORM 剔選活動)

	3/8(一)	4/8(二)	5/8(三)	6/8(四)	7/8(五)
AM 1030-1130	小小交通警	自理@小小洗衣房	西式糕點初體驗(幼兒會進食西式糕點)	模擬開小店:撈麵	集體遊戲之齊來學社交@遵守規則
PM 1500-1600	繪本@地球生病了+手工製作	當個購物員(2:45PM集合外出活動)	紙船大賽	彩虹實驗	綠綠果醬小工房
NT 1700-1800	扭扭跳跳派對	繪本+為角色DIY手工衣服	全程投入專注	故事·探索社	環保小先鋒
	10/8(一)	11/8(二)	12/8(三)	13/8(四)	14/8(五)
AM 1030-1130	自理@我會照顧自己	西式糕點初體驗(幼兒會進食泰式糕點)	太空小探險	食玩DIY	電影問答大會@反斗車王3(9:45am集合)
PM 1500-1600	Diy植物噴畫(外出活動)	故事分享-角色扮演	沙灘尋寶(室內版)	國王的新衣	紙杯疊疊樂
NT 1700-1800	扭扭跳跳派對	大小肌肉	專注力	情緒與社交	認知大小肌肉

1. 於2星期內連續報讀AM活動(粉色時間)/PM(藍色時間)/NT(黃色時間)活動各收費\$250(則平均每堂\$25)

每項活動\$30(請於GOOGLE FORM 剔選活動)

	17/8(一)	18/8(二)	19/8(三)	20/8(四)	21/8(五)
AM 1030-1130	集體遊戲之齊來學社交@分享	學習如何面對失敗之夾公仔大挑戰	健康均衡小食家	學習輸贏@桌上遊戲日2	小食製作@木糠布甸
PM 1500-1600	繪本+冰淇淋雪花泥手工	小小水族館	彩虹噴霧	DIY:靜待花開	繽紛水果串一串
NT 1700-1800	扭扭跳跳派對	小小身體指揮家	全程投入專注	故事·探索社	環保小先鋒
	24/8(一)	25/8(二)	26/8(三)	27/8(四)	28/8(五)
AM 1030-1130	記憶小偵探2	中式糕點初體驗(幼兒會嘗試進食中式糕點)	黏土甜品製作室	小食製作@水果沙律	電影問答大會@Pet Pet 當家(9:45am集合)
PM 1500-1600	集體遊戲之齊來學社交@合作	味覺大挑戰	尋找公園的秘密(2:45PM集合外出活動)	實驗:高速球體	小手分類廚房
NT 1700-1800	小小畫家	小小身體指揮家	食物製作@韓式蔬菜煎餅	毛筆書法初體驗	學習輸贏@桌上遊戲日3

1. 於2星期內連續報讀AM活動(粉色時間)/PM(藍色時間)/NT(黃色時間)活動各收費\$250(則平均每堂\$25)


2. 每項活動\$30(請於GOOGLE FORM 剔選活動)

# 2026年暑期活動報名方法

本中心2026年7-8月舉行的暑期活動報名程序將於5月9日(六)至5月17日(日)接受網上報名入籤，並於5月21日公佈抽籤結果。

另外，2026年9-10月活動將於2026年7月6日公開報名，先到先得，不用抽籤。

2026年7-10月活動報名手續如下：

日期及時間	程序	手續
由5月9日(星期六)上午10:15至5月17日(星期日)晚上10:00  (網上報名系統將於5月17日晚上10:00準時自動關閉，請預留足夠時間填寫表格，並於限時前提交。)	<p>第一輪申請：</p> <p>1) 必須於網上填妥報名表</p>  <p>2026年7-8月期間活動網上報名表格 2026 Summer Activity E-Application Form</p> <p>2) 如無上網設施，可於開放時段親臨本中心填寫網上報名表</p> <p>注意：</p> <p>1. 報名7-10月活動，必須具備最少至2026年10月31日的有效會籍。</p> <p>2. 為了減少報名輪候時間，不論申請新會員證或續證，請於5月16日或之前辦妥新會員申請或續證手續，如於暑期活動報名時辦理入會手續，將會被安排於輪候號碼的最後位置辦理。</p>	每名參加者於同一活動只可遞交一份報名表，否則，將被取消抽籤資格。
5月19日(星期二)	抽籤(下午4:30於本中心進行)	歡迎會員到本中心監察抽籤過程

重要通知

22

5月21日(星期四)下午2:30至5月29日(星期五)下午5:30	<p>1. 5月21日下午2:30公佈7-8月暑期活動抽籤結果。</p> <p>2. 詳細繳費辦法將與抽籤結果同時公佈。</p>	<p>1. 抽籤結果將張貼於本中心通告板及上載於下列網址：</p>  <p>2026年7-8月期間活動抽籤結果</p> <p>2. 請按抽籤結果，於中心開放時段，帶備有效期最少至2026年10月31日的會員證前來辦理報名手續及繳費；或</p> <p>3. 以whatsapp (62297524)提供中籤者的會員編號、姓名、中籤的活動編號，以便中心作電子支付方式繳費安排，以完成報名手續。</p> <p>4. 中籤者逾時報名或繳費，將作自動放棄名額處理。</p>
5月30日(星期六)	5月30日下午4:30公佈暑期活動餘額	<p>活動餘額將張貼於本中心通告板及上載於下列網址：</p>  <p>2026年7-8月期間活動餘額</p>
6月1日(星期一)早上10:15	第二輪暑期活動申請及報名	暑期活動餘額將以先到先得形式報名，額滿即止。
7月6日(星期一)	9-10月活動公開報名，先到先得，不用抽籤	於中心開放時段，帶備有效期最少至2026年10月31日的會員證，到本中心辦理報名手續及繳費

於遞交報名表前，請先細閱《服務申請方法》(第7頁)

重要通知

23

# 打機有益身心?!



以前講到「打機」，好多家長第一時間就會聯想到沉迷、成績退步、唔讀書，甚至覺得打機一定係「衰」。但其實遊戲都可以係一種正向嘅娛樂，只要選擇合適類型，同理有自律，打機亦可以帶來意想不到嘅好處。

最近Tina Miss 沉迷打機「皮克敏 Bloom」，成日都好想出街玩，呢隻遊戲屬於「健康導向」同「定位探索型」遊戲，需要玩家行路先可以完成任務，例如累積步數、種花、收集皮克敏。為咗升級同解鎖新內容，以前係屋企食完飯會攤係梳化睇電視，但依家會落街散步；平時懶得落街就會叫外賣，但依家想落街打機就會想出街；久而久之就行多左路，慢慢培養出運動習慣，甚至會探索附近社區嘅公園，同理為收集明信片而去新地方。

所以打機唔一定等於逃避現實，反而可以提升動機 (motivation) 同自我管理 ability，例如規劃時間、設定目標、完成每日任務。只要家長願意理解，適量遊戲，其實可以成為生活及學習嘅推動力，而唔係阻力。不過講到最後，任何事情都係要適量同理注意安全！

部門主管  
嚴欣樂

# Y&C 青年祭

地點: 油尖旺區

8月9日 (SUN)  
2:30-5:30pm

## 一個屬於青少年的文化市集

青年舞台 (STAGE) K-POP BUSKING MUSIC

青年文化體驗區 (CULTURE ZONE)

青年展覽區 (EXHIBITION)

-表演隊伍/攤位創作者招募中-

只要你有一個想法，呢度就有你嘅位

報名/查詢: whatsapp 95392554 City

9.8.2026 (SUN)



循道衛理楊震社會服務處  
YANG MEMORIAL METHODIST SOCIAL SERVICE

油尖旺青少年綜合發展中心  
Yau Tsim Mong Integrated Centre for Youth Development



油尖旺青少年綜合發展中心  
Yau Tsim Mong Integrated Centre for Youth Development

# 《打機背後：青少年沉迷的理解與回應》

在香港，電子遊戲已不再僅僅是娛樂，而是逐漸演變為青少年日常文化的重要部分。隨着遊戲由街機及主機發展至隨時可玩的網絡與手機平台，打機除了提供娛樂功能，更成為青少年建立身份認同及維繫同儕關係的主要途徑。研究顯示，幾乎所有中學生均有打機經驗，其中部分更出現長時間及高頻率使用的情況。遊戲設計往往提供即時回饋與清晰成就感，使不少青年在面對學業及生活壓力時，傾向投向虛擬世界尋求肯定與放鬆。

然而，當打機成為主要甚至唯一的情緒依賴，沉迷問題便隨之而來。世界衛生組織已將「遊戲障礙」列為精神健康問題，其核心在於行為失控，並取代學業、人際及家庭生活。香港家庭福利會及香港中文大學於2024年的研究指出，11.8% 的香港中學生已符合網絡遊戲成癮標準，另有36.2% 每日打機三小時或以上，31.8% 曾連續打機五小時以上。相關群組中抑鬱及焦慮症狀比例明顯偏高，顯示打機沉迷與精神健康風險密切相關。因此，處理青少年打機沉迷問題，不能僅依靠禁止或限制時間。



圖片出處：遊心陪玩Facebook官方網頁

同時，朋輩之間共同打機的文化亦出現轉變，由以往與熟悉朋友一同遊玩，逐漸興起聘用「陪打師」的現象。根據台灣Yahoo新聞（2024）引述陪玩平台PlayOne的數據顯示，平台上已有五萬名註冊陪打師，每月交易量高達三千萬元，平均每日有六千筆交易。許多青少年透過「遊戲陪打」建立人際連結，並在遊戲過程中獲得情感支持。然而，遊戲結束後仍需回到現實世界，網上世界的支援並不足以完全取代真實生活。

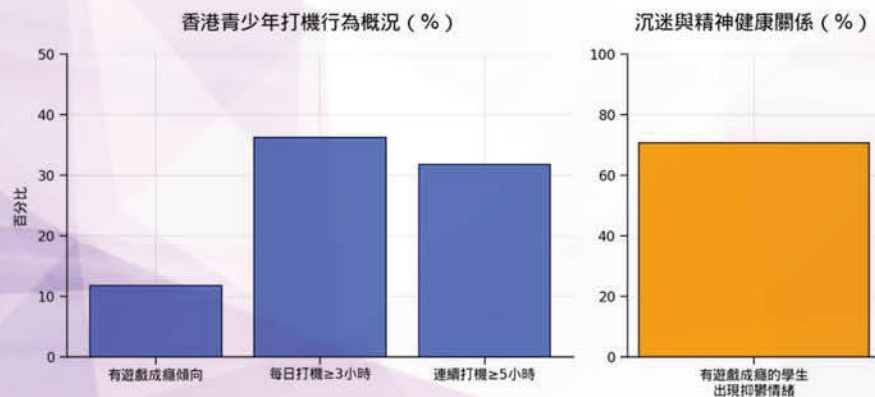
在社會服務界，朋輩輔導員一直被廣泛運用，以支援精神健康復元人士；不少學校亦推行朋輩輔導或學長計劃，協助學生適應校園生活。近年，社會福利署更增撥資源，利用社交媒體及通訊軟件提供線上輔導服務，讓年青人獲得情緒支援。然而，本中心觀察到，社福界鮮有以電子遊戲作為介入媒介。因此，我們希望結合「遊戲陪打師」與「朋輩輔導員」的角色，為年青人提供更貼近生活的支援。

我們的目標是培育一班「觸得到、見得到」的遊戲陪打師。經過專業訓練後，他們將於今個暑假正式投入服務，陪伴青少年在遊戲與現實之間建立健康平衡，並在互動中提供情感支持與正向引導。



亞洲最大遊戲陪玩平台樂果台「打Game不寂寞」(圖：筆者提供)

香港青少年打機沉迷：行為與影響一覽



## ★ 兒童成長及學習 PHD ★

本主題以小一至小六兒童為對象，透過多元而有系統的活動，支援兒童在學習與成長上的需要。活動著重培養正向態度、良好學習習慣及情緒調節能力，協助兒童提升專注力、自信心及面對困難的能力。兒童將在安全而鼓勵的環境中學習自我管理及與人相處，逐步建立穩固基礎，為迎接中學階段更高的學習要求與成長挑戰作好準備。



### 「PHD」小組 (2026年7-8月) 之陪你走過暑假！

希望子女能成為「PHD小博士」？如果只單單注重學業成績尚未足夠，要達致全人、多元化的發展才是成為「PHD」的王道。「PHD」小組除了有功課研習時間，我們更預備了豐富內容，包括烹飪體驗、手工製作、外出參觀、電影觀賞和運動挑戰，達致建立正面品格(Positive Personality)、培養各類興趣(Hobby Building)及加強多元學習(Diversified Learning)的目標，希望給予子女一個充實健康的暑假？請快速報名「PHD」小組之陪你走過暑假啦！

活動內容：

(A) 小組活動 (六個星期; 逢星期一至五; Happy day活動日、星期六及公眾假期除外)						
日期	時間	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
13/7-21/8/2026 (一至五)	上午11:30-12:30	Study Group	Study Group	午膳時間 主題活動 OUT!	Study Group	Study Group
	下午12:30-1:00	遊戲時間	遊戲時間		遊戲時間	午膳時間 1:30-2:30
	下午1:00-2:00	午膳時間	午膳時間		午膳時間	午膳時間
	下午2:00-5:00	主題活動 玩樂樂!	主題活動 識飲識食!		主題活動 動起來!	主題活動 藝術家!
(B) 增值活動 - 親子玩樂時間 (暑假道別禮)						
日期	時間	活動	內容	目的		
16/8/2026 (日)	待定	待定	待定	透過「PHD」閉幕禮總結小朋友過去於小組的表現及學習，更為家長與子女提供一個親子時間，藉以建立親子的認識與交流。		
(C) 增值活動 - 家長分享會						
日期	時間	活動	內容	目的		
7/8/2026 (五)	晚上7:30-8:30	家長分享會	分享小組情況，包括播放小組照片及影片；交流管教狀況及心得。	讓家長了解子女在小組的情況。同時，亦為家長提供平台以分享管教子女的方法和心得。		

**對名收備** 象：小一至小五學生 (必須成為中心會員)  
額：12名  
費：\$5100 (如有需要可與負責職員聯絡)  
註：(1) 只收報名表，再由負責職員安排進行面見，合適者將獲電話通知。  
(2) 只提供三個減免名額，如名單內有超過三位參加者申請減免，將以抽籤形式決定。  
(3) 午膳時間必須自備餐具及餐盒。  
(4) 2026年5-6月PHD舊生優先。

**負責職員：** 溫凱婷姑娘 Mabel Miss (註冊社工)、林梓瑩姑娘 Raphael Miss (註冊社工)、莫文輝先生 Walkman Sir (活動幹事)



### YIC-2627-0105 童你玩桌上遊戲樂園

**活動日期：** 16/7、23/7、30/7/2026 (四)  
**活動時間：** 下午3:30-4:30  
**活動地點：** 中心活動室  
**對象：** 8-12歲學生  
**名額：** 6人  
**收費：** 會員每位\$60 非會員每位\$90  
**目的/內容：** 認識不同類型桌上遊戲，在遊戲過程中學習良好的品格及社交技巧，有禮及情緒管理。  
**負責職員：** 溫凱婷 Mabel Miss (註冊社工)



### YIC-2627-0112 EJL棋園劇本殺：推理小偵探 (2026年夏季)

**活動日期：** 15/8/2026 (六)  
**活動時間：** 下午2:30-5:30  
**活動地點：** 中心影音室  
**對象：** 9-13歲學生  
**名額：** 6人  
**收費：** 會員每位\$80 非會員每位\$110  
**目的/內容：** 結合 EJL 棋園的邏輯訓練，透過劇本殺演繹，讓參加者化身偵探進行案件推理。活動能提升語言表達、邏輯思考及團隊溝通能力，在搜證與辯論中感受沉浸式解謎樂趣。  
**負責職員：** 藍瑋皓先生 Blue Sir (註冊社工)

**合作** ★★★★★  
**溝通** ★★★★★



### YIC-2627-0113 YIC象棋競賽2026

**活動日期：** 13/8/2026 (四)  
**活動時間：** 晚上7:30-9:30  
**活動地點：** 本中心影音室  
**對象：** 8-12歲學生  
**名額：** 8人  
**收費：** 會員\$20 非會員每位\$50  
**目的/內容：** 象棋能培養邏輯思考、專注力及決策能力，同時鍛鍊心理素質與抗壓性。透過競賽交流結識志同道合的朋友！  
**負責職員：** 藍瑋皓先生 Blue Sir (註冊社工)



## YIC-2627-0114 TR.P.G.生命抉擇劇場《思念超載》(2026年8月)

活動日期：12/8/2026 (二)  
 活動時間：上午10:00-中午12:30  
 活動地點：本中心  
 對象：升小四至中一  
 名額：6人  
 收費：會員每位\$80 非會員每位\$110  
 目的/內容：T.R.P.G. (Tabletop Role-Playing Game, 桌上角色扮演遊戲) 係一種「互動講故事」嘅遊戲。玩家會扮演虛構角色，睇主持人 (GM) 引導下，一齊創造獨一無二嘅冒險故事！今次為大家帶黎懸疑、刺激、陣形嘅劇本《思念超載》有興趣嘅你，就快啲黎參加啦！  
 備註：只限未參與過此劇本之會員。  
 負責職員：藍瑋皓先生Blue Sir (註冊社工)

合作 ★★★★★

溝通 ★★★★★



## YIC-2627-0116 TR.P.G.生命抉擇劇場《驅逐外來者》(2026年8月)

活動日期：5/8/2026 (三)  
 活動時間：上午10:00-中午12:30  
 活動地點：本中心  
 對象：升小四至中一  
 名額：6人  
 收費：會員每位\$80 非會員每位\$110  
 目的/內容：T.R.P.G. (Tabletop Role-Playing Game, 桌上角色扮演遊戲) 係一種「互動講故事」嘅遊戲。玩家會扮演虛構角色，睇主持人 (GM) 引導下，一齊創造獨一無二嘅冒險故事！今次為大家帶黎懸疑、刺激、陣形嘅劇本《沉默的羔羊》有興趣嘅你，就快啲黎參加啦！  
 負責職員：藍瑋皓先生Blue Sir (註冊社工)

合作 ★★★★★

溝通 ★★★★★



## YIC-2627-0115 TR.P.G.生命抉擇劇場《沉默的羔羊》(2026年8月)

活動日期：19/8/2026 (三)  
 活動時間：上午10:00-中午12:30  
 活動地點：本中心  
 對象：升小四至中一  
 名額：6人  
 收費：會員每位\$80 非會員每位\$110  
 目的/內容：T.R.P.G. (Tabletop Role-Playing Game, 桌上角色扮演遊戲) 係一種「互動講故事」嘅遊戲。玩家會扮演虛構角色，睇主持人 (GM) 引導下，一齊創造獨一無二嘅冒險故事！今次為大家帶黎懸疑、刺激、陣形嘅劇本《沉默的羔羊》有興趣嘅你，就快啲黎參加啦！  
 負責職員：藍瑋皓先生Blue Sir (註冊社工)

合作 ★★★★★

溝通 ★★★★★



## YIC-2627-0085 可口可樂探索之旅

活動日期：28/8/2026(五)  
 活動時間：下午1:00-5:00  
 活動地點：香港可口可樂博物館  
 對象：6-12歲學生  
 名額：12人  
 收費：會員每位\$20 非會員每位\$50  
 目的/內容：可口可樂是大家耳熟能詳的品牌，今次就同大家一齊去參觀佢嘅博物館啦~活動會有導賞帶住大家一齊了解一下呢個大人老少都鍾意可口可樂~  
 備註：1) 來回均會乘搭公共交通工具，需要自備車費  
 2) 活動未成功預約，成功預約後另行通知，有機會更改活動日期  
 負責職員：林梓瑩姑娘 Raphael miss(註冊社工)

成長 ★★★★★

## ★ 專題學習提升 ★

本主題以專注力及靜觀為核心，透過簡單易明的練習與活動，協助兒童學習安定情緒、集中注意力。活動著重培養兒童覺察當下及自我調節的能力，讓兒童在學習時更容易投入、減少分心。透過持續練習，兒童能逐步提升聆聽、思考及理解能力，從而改善學習表現，為日常課堂學習及未來學習挑戰建立更穩固的基礎。



### YIC-2627-0107 童你學專注力

活動日期：14/7、21/7、28/7/2026 (二)  
活動時間：下午3:30-4:30  
活動地點：中心活動室  
對象：6-8歲學生  
名額：6人  
收費：會員每位\$30 非會員每位\$60  
目的/內容：透過遊戲、活動與互動練習，幫助孩子提升專注力、培養自我管理能  
力，並在輕鬆愉快的氛圍中建立自信與正向行為。  
負責職員：溫凱婷 Mabel Miss(註冊社工)

專注力★★★★★



### YIC-2627-0108 中文字輕鬆學

活動日期：4/8、11/8、18/8、25/8/2026 (二)  
活動時間：上午11:30-12:30  
活動地點：中心活動室  
對象：6-8歲學生  
名額：6人  
收費：會員每位\$30 非會員每位\$60  
目的/內容：透過遊戲、故事及互動活動，加強對中文字的認識，運用視覺、聽覺及動作活動，加深記憶和理解。  
負責職員：溫凱婷 Mabel Miss(註冊社工)

專注力★★★★★



### YIC-2627-0126 夏日炎炎靜觀班

活動日期：13/7、20/7、27/7、3/8/2026 (四)  
活動時間：上10:00-11:00  
活動地點：中心活動室  
對象：6-10歲學生  
名額：8人  
收費：會員每位\$40 非會員每位\$80  
目的/內容：透過彩虹呼吸及遊戲互動，引導兒童學習靜觀，提升專注力，幫助上堂更專心、學習更投入。以輕鬆有趣方式進行，讓孩子在玩樂中建立專注習慣，為學習打好穩固基礎。  
負責職員：黃俊彥先生 俊sir(註冊社工)

專注力★★★★★

## ★ 情緒健康 ★

透過多元而有趣的方式，如藝術創作、遊戲及互動活動，協助兒童認識及分辨不同情緒。活動著重提升兒童對自身情緒的覺察，學習以合適的方法表達感受，並理解他人的情緒與需要。兒童將在安全及被接納的環境中學習情緒調節及人際相處技巧，從而建立同理心、自信心及良好的人際關係，促進整體情緒健康發展。



### YIC-2627-0109 我的情緒，我照顧

活動日期：3/8、10/8、17/8/2026 (一)

活動時間：下午4:00-5:00

活動地點：中心活動室

對象：6-8歲學生

名額：6人

收費：會員每位\$30 非會員每位\$60

目的/內容：透過各種創意的方式，如藝術、遊戲，幫助小朋友學習分辨不同情緒，加強對情緒的認識，有效地表達情感，理解自己和他人的情緒，學習如何與他人相處。

備註：活動已包括所需材料。

負責職員：溫凱婷 Mabel Miss(註冊社工)

減壓 ★★★★★



### YIC-2627-0110 走進繪本的世界

活動日期：16/7、23/7、30/7/2026 (四)

活動時間：上午11:00-12:00

活動地點：中心活動室

對象：6-8歲學生

名額：6人

收費：會員每位\$30 非會員每位\$60

目的/內容：透過繪本故事，學習認識及了解自己的長處和優點，接納自己的獨特性，也會透過小遊戲，加強建立兒童正面的能力感。

備註：活動已包括所需材料。

負責職員：溫凱婷 Mabel Miss(註冊社工)

減壓 ★★★★★



## ★ 自理小精英 ★

本主題以生活技能為核心，透過實用而有趣的活動，協助兒童逐步建立自理能力。內容涵蓋時間與金錢管理，以及健康飲食概念，讓兒童學習為日常生活作出計劃與選擇。配合外出體驗活動，兒童能把所學應用於真實情境中，提升獨立性、責任感及解難能力，為成長及學習打下穩固的生活基礎。



### YIC-2627-0083 夏日甜品屋

活動日期：16/7、23/7、30/7、13/8/2026(四)

活動時間：中午12:00-1:00

活動地點：本中心

對象：8-12歲學生

名額：6人

收費：會員每位\$120 非會員每位\$150

目的/內容：小組會與參加者完成不同的甜品，特別是適合在夏日享用的清爽甜品。小組可訓練參加者的自理能力，學習烹飪的基本技巧。

備註：1) 活動不設特惠會籍名額

2) 如有食物敏感，請提早通知

3) 請自備食物盒

4) 6/8沒有堂

負責職員：林梓瑩姑娘 Raphael miss(註冊社工)

減壓 ★★★★★



### YIC-2627-0134 自理獨自升級

活動日期：6/8、13/8、20/8/2026 (四)

活動時間：下午3:30-4:30

活動地點：中心活動室

對象：6-8歲學生

名額：6人

收費：會員每位\$60 非會員每位\$90

目的/內容：透過不同的遊戲，模擬情境，讓小朋友親身學習生活自理技能，培養責任感，並在團體互動中學習互助合作。

負責職員：溫凱婷 Mabel Miss(註冊社工)

自理 ★★★★★

## ★ 音樂與藝術 ★

本主題透過結合音樂、藝術及多元創作體驗，讓兒童在探索與嘗試中發展潛能。活動著重啟發創意思維、提升專注力及手眼協調，並鼓勵兒童以不同方式表達自己。兒童在創作與學習過程中建立自信，感受完成作品的成就感，從而促進全人發展，讓學習不只限於技巧，更是一種愉快而有意義的成長經驗。



### YIC-2627-0117 小結他DoReMi (2026年7-8月) 基礎班

活動日期：17/7、24/7、31/7、7/8、14/8、21/8/2026 (五)  
 活動時間：下午3:45-4:45  
 活動地點：中心一樓Band房  
 對象：8-12歲學生  
 名額：8人  
 收費：會員每位\$120 非會員每位\$130  
 目的/內容：透過手指與Ukulele進行互動，進入音樂世界。Ukulele為簡單易學的樂器，是初學者能較容易上手的「自信心生成器」，快啲黎一齊學，一齊彈歌唱歌啦！  
 負責職員：藍瑋皓先生 Blue Sir (註冊社工)

信心 ★★★★★

溝通 ★★★★★



### YIC-2627-0106 小宇宙，大創意

活動日期：6/8、13/8、20/8/2026 (四)  
 活動時間：上午11:00-12:00  
 活動地點：本中心  
 對象：6-12歲學生  
 名額：6人  
 收費：會員每位\$60 非會員每位\$90  
 目的/內容：透過製作不同的手作，培養小朋友的創意思維、動手能力與專注力。  
 備註：1) 費用已包括所有材料  
 負責職員：溫凱婷姑娘 Mabel Miss(註冊社工)

創意 ★★★★★

專注力 ★★★★★



### YIC-2627-0086 陶泥捏捏捏

活動日期：22/7、29/7、5/8、12/8/2026(三)  
 活動時間：上午11:00-12:00  
 活動地點：本中心  
 對象：6-12歲學生  
 名額：6人  
 收費：會員每位\$120 非會員每位\$150  
 目的/內容：小組會與參加者完成兩至三款陶瓷作品，可按參加者的創意力及喜好製作，例如小碟、小碗、不同的裝飾物。在製作陶瓷的揉、搓、捏的動作，可以促進小肌肉發展，鍛鍊手部力量。同時亦可以刺激創意力及想像力，將天馬行空的想像製作出來。  
 備註：活動不設特惠會籍名額  
 負責職員：林梓瑩姑娘 Raphael miss(註冊社工)

減壓力 ★★★★★



## YIC-2627-0087 社區探索 X 菲林攝影

活動日期：17/7、24/7、31/7、7/8/2026(五)  
 活動時間：上午11:00-12:00  
 活動地點：本中心  
 對象：6-12歲學生  
 名額：6人  
 收費：會員每位\$220 非會員每位\$250  
 目的/內容：在自己居住的社區也可能會有遺漏了的風景，小組會帶同參加者外出遊走社區，留意平日在匆忙間沒有留意的仔細事物，並用菲林相機拍下值得留念的一刻，將它永遠留住。  
 備註：1) 活動不設特惠會籍名額  
 2) 費用包括一部即棄菲林相機及沖洗菲林(電子檔)  
 3) 活動會與參加者遊走油麻地、大角咀及旺角  
 負責職員：林梓瑩姑娘 Raphael miss(註冊社工)

減壓 ★★★★★

溝通 ★★★★★



## YIC-2627-0019 有品足球隊 (7-8月) 2026

活動日期：10/7、17/7、24/7、31/7、14/8、21/8/2026 (五)  
 活動時間：晚上7:00-9:00  
 活動地點：富榮花園5人足球場  
 對象：8-12歲學生  
 名額：12人  
 收費：會員每位\$120 非會員每位\$150  
 目的/內容：透過足球練習和比賽等活動，培養運動習慣，同時培訓紀律和運動精神，建立良好品格。  
 備註：須穿著合適足球鞋；活動或因天氣、場地情況而延期。  
 負責職員：藍瑋皓先生 Blue Sir (註冊社工)

溝通 ★★★★★

反應力 ★★★★★



## YIC-2627-0095 霓虹燈製作所

活動日期：17/7、24/7、31/7、7/8/2026(五)  
 活動時間：下午3:00-4:00  
 活動地點：本中心  
 對象：8-12歲學生  
 名額：6人  
 收費：會員每位\$120 非會員每位\$150  
 目的/內容：利用冷光線製作不同的燈牌，認識及了解香港的傳統手工藝，製作獨一無二的作品！  
 1) 活動不設特惠會籍名額  
 負責職員：林梓瑩姑娘 Raphael miss(註冊社工)



## YIC-2627-0120 YIC桌球大賽2026

活動日期：15/8/2026 (六)  
 活動時間：晚上7:30-9:30  
 活動地點：本中心桌球室  
 對象：8-12歲學生  
 名額：8人  
 收費：會員\$10 非會員每位\$40  
 目的/內容：打桌球是一項有益身心活動。可以訓練手眼協調、心理質素，仲可以識到朋友，快D報名參加啦！  
 負責職員：藍瑋皓先生 Blue Sir (註冊社工)

溝通 ★★★★★

反應力 ★★★★★



## YIC-2627-0127 兒童桌球班 初班

活動日期：14/7、21/7、28/7、4/8、11/8、18/8、25/8/2026(五)  
 活動時間：下午 6:00-7:30  
 活動地點：本中心桌球室  
 對象：6-10歲學生  
 名額：6人  
 收費：會員\$70 非會員\$140  
 目的/內容：告別螢幕，來場桌球大戰！每次出Cue鍛鍊眼手協調及專注。有趣好玩！快帶孩子來感受桌球的魅力！課堂會認識桌球規則及基本出球姿勢。  
 備註：適合從未接觸桌球的初學者  
 負責職員：黃俊彥先生 俊sir (註冊社工)

專注 ★★★★★



## YIC-2627-0136 熱血小子夏日營

活動日期：8/8-9/8/2026(星期六至日)  
 活動時間：上午10:00-翌日下午1:00  
 活動地點：本中心及營地  
 對象：6-12歲學生  
 名額：6人  
 收費：會員每位\$250 非會員每位\$280  
 目的/內容：夏天運動宿營透過多元化、富趣味性的運動及團隊活動，讓參加者體驗運動的樂趣，鍛鍊體能，同時學習合作、溝通及正面面對挑戰。  
 備註：1) 請穿著合適的運動裝備  
 2) 如有食物敏感請提早通知  
 負責職員：林梓瑩姑娘 Raphael miss(註冊社工)  
 黃俊彥先生 Chun Sir(註冊社工)  
 溫凱婷姑娘 Mable miss(註冊社工)  
 莫文輝先生 Walkman Sir(活動幹事)

溝通 ★★★★★

反應力 ★★★★★



## YIC-2627-0128 兒童桌球班 中班

活動日期：14/7、21/7、28/7、4/8、11/8、18/8、25/8/2026(五)  
 活動時間：下午 8:00-9:30  
 活動地點：本中心桌球室  
 對象：8-12歲學生  
 名額：6人  
 收費：會員\$70 非會員\$140  
 目的/內容：課堂會認識高桿、低桿及定桿的運用，亦會涵括擊球走位及防守戰術。  
 備註：適合從已接觸桌球數月的兒童  
 負責職員：黃俊彥先生 俊sir (註冊社工)

桌球技巧 ★★★★★



## YIC-2627-0148 獨木舟舊機場之旅

活動日期：18/7/2026(六)  
 活動時間：上午8:30-下午1:30  
 活動地點：賽馬會啟德水上運動中心  
 對象：8-12歲學生  
 名額：6人  
 收費：會員每位\$100 非會員每位\$130  
 目的/內容：暢遊舊啟德機場及於海上近距離欣賞啟德體育園，學習簡單操作技巧，感受水上的寧靜與成就感  
 備註：1) 請穿著合適的運動裝備及防曬裝備  
 2) 請自備水  
 3) 活動會由賽馬會啟德水上運動中心教練帶領  
 負責職員：林梓瑩姑娘 Raphael miss(註冊社工)

耐力 ★★★★★

反應力 ★★★★★

## ★ 親職教育 ★

本主題為家長而設，結合親子活動、家長講座及輕鬆交流體驗，讓家長在實用與放鬆之間找到平衡。透過互動式活動及專題分享，協助家長更了解兒童成長需要，學習有效溝通及培育自信的方法。同時設有不同親子及家長專屬體驗，讓家庭在忙碌生活中創造高質素相處時光，建立更緊密的親子關係。



### YIC-2627-0121 E.J.L 鴻門宴 劇本殺

活動日期：14/7/2026 (二)  
活動時間：下午2:30-5:30  
活動地點：中心影音室  
對象：中心家長  
名額：6人  
收費：會員每位\$80 非會員每位\$110

目的/內容：結合 E.J.L 的邏輯訓練，透過劇本殺演繹，讓參加者化身偵探進行案件推理。活動能提升語言表達、邏輯思考及團隊溝通能力，在搜證與辯論中感受沉浸式解謎樂趣。

負責職員：藍瑋皓先生 Blue Sir (註冊社工)

溝通 ★★★★★

反應力 ★★★★★



### YIC-2627-0129 兒童情緒「穩定法」講座

活動日期：25/7/2026 (六)  
活動時間：下午5:00 - 6:30  
活動地點：中心活動室  
對象：育有6-12歲家長 (無須攜同兒童出席)  
名額：15人  
收費：會員每位 \$20 非會員每位 \$40  
目的/內容：面對孩子的情緒風暴，您感到疲憊嗎？

育兒技巧 ★★★★★

是次講座專為 6-12 歲家長設計，助你解碼孩子行為背後的心理需求。透過實用的情緒調節技巧與溝通練習，建立親密信任關係，讓家庭重拾平靜。

備註：講座期間，兒童可於本中心租借玩具、board game 及室內設施。  
負責職員：黃俊彥先生 俊sir (註冊社工)



### YIC-2627-0122 Ukulele& Me Time (2026年7-8月)

活動日期：6/7、13/7、20/7、27/7、3/8、10/8、17/7、24/8/2026 (一)  
活動時間：上午10:00-11:30  
活動地點：中心影音室  
對象：中心家長  
名額：10人  
收費：會員每位\$160 非會員每位\$190

目的/內容：透過指尖與Ukulele互動，進入音樂世界，享受Me Time。Ukulele是簡單易學的四弦樂器，初學者能較容易上手。快啲黎一齊學，一齊彈歌唱歌啦！

負責職員：藍瑋皓先生 Blue Sir (註冊社工)

溝通 ★★★★★

減壓 ★★★★★



### YIC-2627-0130 結他爸爸「弦」夢 Night

活動日期：3/7、10/7、17/7、24/7、31/7、7/8、14/8、21/8、28/8/2026 (五晚)  
活動時間：晚上7:30 - 9:30  
活動地點：中心活動室  
對象：爸爸  
名額：4人  
收費：會員每位 \$200 非會員每位 \$400  
目的/內容：想學結他又怕冇時間？結他初班專為忙爸而設，4堂學識基本和弦 chord，自彈自唱2首歌。唔鍾意唱歌？都可以試下「指彈結他」，輕鬆玩音樂，為生活加點節奏。

放鬆 ★★★★★

備註：  
1. 適合結他初學者  
2. 家中沒有結他？不用怕，我地已經幫你諗埋！可以借結他回家練習~ 唔怕你無結他，最怕你唔黎  
負責職員：黃俊彥先生 俊sir (註冊社工)

# 「陪你玩」

## 2026兒童暑期活動

### 活動內容簡介

「陪你玩」2026兒童暑期活動每班提供2個「綜援學額」，學費九折。如報名名單內有超過2位參加者申請「綜援學額」，將以抽籤形式決定。

課程	日期	堂數	費用	對象	簡介	內容
YIC-2627-0200 中文升小預備班	13/7 – 10/8 (逢星期一) 上午 10:00-11:00	5 堂	會員：\$450 非會員：\$500 (包全彩筆記一本)	升小一 10人	學習新學年上學期課題，掌握基礎概念。由淺入深了解相關課題題目類型，為新學年作好準備，新一年學習自然事半功倍。	<ul style="list-style-type: none"><li>· 緊貼教育局制定之課程，所教字詞與即將開始的小學課程掛勾</li><li>· 輔以圖像教學，具吸引力</li><li>· 筆記精美，增加學習趣味</li><li>· 學習部首、詞語搭配、形容詞、象聲詞及其他。</li></ul>
YIC-2627-0201 閱讀理解強化班	13/7 – 10/8 (逢星期一) 上午 10:00-11:00	5 堂	會員：\$450 非會員：\$400 (包教材)	升小二 至 升小三 10人	從文章閱讀到深入理解的過程，對初小學生而言確是難事。課程通過分析不同文體的寫作方法、不同題型的答題技巧，培養學生對字詞的敏度，提升對段意及文章主旨的理曉，以及對文章深層意義的掌握。	<ul style="list-style-type: none"><li>· 教授各文體的閱讀方法</li><li>· 教授不同題型的答題技巧</li><li>· 加強學生的分析能力</li></ul>
YIC-2627-0202 中文呈分試班 (升小五至升小六)	13/7 – 10/8 (逢星期一) 上午11:15 至 中午12:45 每堂1.5小時	5 堂	會員：\$500 非會員：\$550 (包教材)	升小五 至 升小六 10人	<p>課程特色</p> <ul style="list-style-type: none"><li>· 課堂強調答題竅門，導師針對不同類型的問題，教授不同問題的應答技巧，讓學生取得更高分數。</li><li>· 教授學生如何運用時間，協助學生及早適應正式考試帶來的緊張及壓力。</li><li>· 每份卷均設有普通題及獎賞題 (Bonus Part)，切合不同程度學生之需要。</li><li>· 導師會依據學生答題弱項提出改善建議，亦會因應個別學習需要加以鍛鍊學生有關方面之表現秘訣，令學生應試更得心應手。</li></ul>	<p>中文訓練重點</p> <ul style="list-style-type: none"><li>· 閱讀理解技巧</li><li>· 造句技巧</li><li>· 排句成段技巧</li><li>· 標點符號技巧及更多</li></ul> <p>課程流程</p> <ul style="list-style-type: none"><li>45分鐘 – 作答試卷</li><li>45分鐘 – 講解試卷及教授答題技巧</li></ul>

# 「陪你玩」

## 2026兒童暑期活動

HELLO  
SUMMER

課程	日期	堂數	費用	對象	簡介	內容
YIC-2627-0203 美味孖寶	13/7 - 10/8 (逢星期一) 上午 11:15 - 12:15	5 堂	會員：\$450 非會員：\$500 (包教材)	4-7歲 10人	教授學員親自製作多種食品, 成品可帶回家與父母一起分享。(請自備保鮮盒)	課程內容如下： 1. 棉花糖米香 + 棉花糖酥條 2. 和風水果沙拉 + 洋芋片沙拉 3. 蜂蜜芝麻球 + 香蔥薯餅 4. 蔬菜飯團 + 紫米養生飯捲 5. 堅果焦糖蘋果 + 酸甜蘋果絲
YIC-2627-0204 體操訓練營	13/7 - 10/8 (逢星期一) 下午 2:00-3:00	5 堂	\$480 非會員：\$530	3-6歲 10人	1. 教授體操基本技巧, 訓練幼兒大小肌肉發展, 提升平衡力及支撐力, 刺激肌肉發展 2. 教授不同難度的柔軟、翻滾、跳躍、平衡木及倒立支撐等動作, 加入遊戲及適量體能練習, 提高幼兒的興趣	
YIC-2627-0205 廚師推介	13/7 - 10/8 (逢星期一) 下午 2:00-3:00	5 堂	會員：\$450 非會員：\$500 (包教材)	8-12歲 10人	教授學員親自製作多種食品, 成品可帶回家與父母一起分享。 (請自備保鮮盒)	課程內容如下: 1. 草地上的小兔子 + 小黃瓜沙拉船 2. 香鬆米漢堡 + 夏威夷炒飯 3. 雞肉水果沙律 + 三色薯泥 4. 蔬菜牛肉丸 + 黃金蔬菜卷 5. 無麥麩鬆餅 + 黑糖糕
YIC-2627-0206 肌理貝殼手工畫	13/7 - 10/8 (逢星期一) 下午 3:15-4:15	5 堂	會員：\$500 非會員：\$550 (包括所有材料及工具)	8-12歲 10人	課程內容： 1. 教授厚塗技巧, 體驗畫刀及顏料結合多媒材的質感, 呈現海洋的海浪, 一層疊一層的感覺。 2. 利用環保大自然物料「沙」及海洋生物, 制作不同繪畫, 推行環保概念, 制作個性化的意境海灘。	

# 「陪你玩」

## 2026兒童暑期活動

HELLO  
SUMMER

課程	日期	堂數	費用	對象	簡介	內容
YIC-2627-0207 派對小食放題	13/7 - 10/8 (逢星期一) 下午 3:15-4:15	5 堂	會員：\$450 非會員：\$500 (包括所有教材)	4-7歲 10人	教授學員親自製作多種食品, 成品可帶回家與父母一起分享。 (請自備保鮮盒)	課程內容如下: 1. 水果薯仔沙律 2. 蟹柳多士 3. 碎蛋三文治 4. 蕃茄肉碎意粉 5. 水果春卷
YIC-2627-0208 紮染藝術	13/7 - 10/8 (逢星期一) 下午 4:30-5:30	5 堂	會員：\$500 非會員：\$550 (包材料、用畫具)	8-12歲 10人	1. 教授基本紮染技法, 講解不同紮法如何顯出不同的圖案 2. 講解染前的處理方法、工具運用及顏色配搭	
YIC-2627-0209 「搖搖」搖出個未來	13/7 - 10/8 (逢星期一) 下午 4:30-5:30	5 堂	會員：\$550 非會員：\$600 (包器材)	8-12歲 10人	1. 教授基本搖搖技巧、全身平衡及體能訓練, 增強平衡感、協調性和身體力量 2. 透過搖搖遊戲增加趣味, 講解不同級別搖搖比賽, 建立訓練方向及目標	
YIC-2627-0210 爆旋陀螺STEAM物理工作坊	13/7 - 10/8 (逢星期一) 晚上 7:00-8:00	5 堂	會員：\$500 非會員：\$550 (包括教學用陀螺、發射器及對戰盤等等。)	7-12歲 10人	課程以「由興趣出發、由遊戲進入科學」為設計核心。爆旋陀螺本身具備競技性、視覺效果及高度參與感, 能有效吸引兒童及青少年投入學習。導師會將每次發射、測試及比賽轉化為探究任務, 引導參加者思考設計與表現之間的關係。	第1堂：認識爆陀螺與旋轉學科學 第2堂：重心、平衡與重量分佈 第3堂：底盤、摩擦力與軸心設計 第4堂：工程設計與陀螺改良 第5堂：爆旋陀螺STEAM挑戰賽
YIC-2627-0211 韓風料理	14/7 - 11/8 (逢星期二) 上午 10:00-11:00	5 堂	會員：\$450 非會員：\$500 (包教材)	8-12歲 10人	教授學員親自製作多種食品, 成品可帶回家與父母一起分享。(請自備保鮮盒)	課程內容如下: 1. 韓式炒雜菜 2. 自助式紫菜包飯 3. 韓式生菜豬肉捲 4. 韓式紫菜飯捲 5. 韓式馬鈴薯煎餅

# 「陪你玩」

## 2026兒童暑期活動

HELLO  
SUMMER

課程	日期	堂數	費用	對象	簡介	內容
YIC-2627-0212 專注力培訓班	14/7 – 11/8 (逢星期二) 上午 10:00–11:00	5 堂	會員：\$400 非會員：\$450 (包教材)	4–7歲 10人	專注力，是人們完成一件事情或者學習新事物的重要基礎。專注力通常與學習成就的高低有重要關係，專注力越高的學童，越容易深入學習。而真正能為學童帶來專注力的，是遊戲。因此，本課程精心挑選了數款有效提升專注力的遊戲，從「動機」和「興趣」出發，培養學員的專注力。	透過拼圖、迷宮遊戲幫助學生把專注的時間拉長，加強集中力，同時加強觀察能力並增長記憶力。
YIC-2627-0213 家常美味「煮」意	14/7 – 11/8 (逢星期二) 上午 11:15 – 12:15	5 堂	會員：\$450 非會員：\$500 (包教材)	8–12歲 10人	教授學員親自製作多種食品，成品可帶回家與父母一起分享。(請自備保鮮盒)	課程內容： 1. 荷蘭豆炒雞扒 2. 酸甜蕃茄炒蛋 3. 沙嗲牛肉拌菜心 4. 魚香茄子 5. 麻婆豆腐
YIC-2627-0214 幼兒非洲鼓與敲擊樂班	14/7 – 18/8 (逢星期二) 上午11:40 至 中午12:25 (45分鐘)	5 堂	會員：\$550 非會員：\$600 (老師提供所需樂器)	4–6歲 10人	1. 發孩子對音樂之興趣學習拍子、節奏、基本樂理及音樂符號 2. 培養團隊合作精神	課程包括四個環節： (1) 非洲鼓 (2) 爵士鼓 (包括：大鼓、小鼓及吊鈸) (3) 節奏樂 (包括：搖鼓、沙錘、響板、馬鈴及手鈴等) (4) 唱遊
YIC-2627-025 幼兒電子琴班	14/7 – 18/8 (逢星期二) 中午12:30 至 下午1:15 (45分鐘)	6 堂	會員：\$550 非會員：\$600 (老師提供每人一琴)	4–6歲 10人	1. 學習彈奏歌譜； 2. 學習拍子、節拍、基本樂理、音樂符號	
YIC-2627-0216 兒童小提琴班	14/7 – 18/8 (逢星期二) 下午 1:20 – 2:05 (45分鐘)	6 堂	會員：\$550 非會員：\$600 (老師提供每人一把小提琴)	7–12歲 10人	小提琴是管絃樂隊中最主要的樂器，是具有高度演奏技巧的獨奏樂器。它的發音近似人聲，可表現溫柔、熱烈、輕快、輝煌以及富於戲劇性的感情。	1. 此課程適合從未接觸及初學弦樂之兒童參加。 2. 教授基本音樂知識及拉奏簡單樂譜、運弓及指法；務求學生在短時間內掌握正確演奏技巧。 3. 與伴奏音樂一同演奏，培養團隊合作精神。

# 「陪你玩」

## 2026兒童暑期活動

HELLO  
SUMMER

課程	日期	堂數	費用	對象	簡介	內容
YIC-2627-0217 邏輯推理王	14/7 – 11/8 (逢星期二) 下午 2:00–3:00	5 堂	會員：\$400 非會員：\$450 (包教材)	升小三 至 升小四 10人	本課程透過圖片、益智遊戲等有趣小問題來訓練小朋友的邏輯推理能力及觀察力。完成課程後，當小朋友遇到問題時，可以從一個嶄新角度思考，成為邏輯推理王！	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 圖形推理</li> <li>• 邏輯推理</li> <li>• 觀察與聯想</li> <li>• 數字遊戲</li> <li>• 綜合挑戰</li> </ul>
YIC-2627-0218 幼兒資優記憶法加強班	14/7 – 11/8 (逢星期二) 下午 2:00–3:00	5 堂	會員：\$420 非會員：\$470 (包教材)	4–7歲 10人	本課程為記憶法訓練班之加強版，有效地使用不同遊戲及工具引導學童掌握記憶法的竅門，增強記憶力。	透過一連串視覺、聽覺、觸覺等活動和練習，讓兒童掌握高效能的記憶方法，靈活地記下課本常識。
YIC-2627-0219 廚房小精靈	14/7 – 11/8 (逢星期二) 下午 3:15–4:15	5 堂	會員：\$450 非會員：\$500 (包教材)	8–12歲 10人	教授學員親自製作多種食品，成品可帶回家與父母一起分享。(請自備保鮮盒)	課程內容： <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 香煎蠔餅</li> <li>2. 麻婆豆腐</li> <li>3. 蝦仁彩椒煮粉絲</li> <li>4. 野菜天婦羅</li> <li>5. 糖心醬油蛋</li> </ol>
YIC-2627-0220 幼兒黏土音樂盒之麥噹噹派對	15/7 – 12/8 (逢星期二) 下午 3:15–4:15	5 堂	會員：\$420 非會員：\$470 (包教材)	4–7歲 10人	以麥噹噹角色為主題，利用彈性超輕土，製作出各式各樣Q版作品；成品風乾後因富彈性而極具欣賞價值，作品可愛，可作擺設。快來製作一個真正會轉會響的音樂盒吧！ (參加者自備保鮮盒一個以便攜帶及保存作品)	全期課程製作一個音樂盒
YIC-2627-0221 Little Travel Master	14/7 – 11/8 (逢星期二) 下午 4:30–5:30	5 堂	會員：\$400 非會員：\$450 (包教材)	升小四至升 小六 10人	本課程會重點介紹外遊時面對不同語景要如何運用英語溝通。從機場到酒店，從餐廳到市集等等，一掃對發音的畏懼，讓小朋友外遊時能輕鬆大膽地交流，用英語探索世界不是夢！	課程內容如下： <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 設有不同主題，學習不同旅遊場景中的生字和對話。</li> <li>2. 透過角色扮演今小朋友有實戰的機會，從而增加自信心。</li> <li>3. 認識各地風俗，增長旅遊知識。</li> </ol>

# 「陪你玩」

## 2026兒童暑期活動

HELLO  
SUMMER

課程	日期	堂數	費用	對象	簡介	內容
YIC-2627-0222 國際象棋入門班	14/7 – 11/8 (逢星期二) 下午 4:30–5:30	5 堂	會員：\$380 非會員：\$430 (已包括一盒高級國際象棋，其他輔助材料由導師借出)	8–12歲 10人	國際象棋又稱西洋棋，是一種二人對奕的戰略棋盤遊戲。因棋局變化多端，在對奕時非常考究棋手的智慧。本課程旨在向沒有或較少接觸國際象棋的學員介紹其規則、走法等。	課程內容 • 認識國際象棋棋盤與棋子，學習走子方法 • 認識特殊走法和基本戰略 • 分析子力價值，學習攻殺基礎 • 實戰訓練與檢討。
YIC-2627-0223 Micro:bit智能足球車挑戰班	14/7 – 11/8 (逢星期二) 晚上 7:00 – 8:30	5 堂	會員：\$700 非會員：\$750 (包材料)	8–12歲 10人	課程不只是玩小車，而是會引導學生認識Micro:bit基本功能、編程邏輯、方向控制及簡單的設計概念，讓學生在動手實作中學習STEM知識。  5堂完成一部Micro:bit智能足球車	課程內容： 第1堂：認識Micro:bit小小電腦 第2堂：組裝足球小車 第3堂：讓小車動起來 第4堂：控球與射球練習 第5堂：Micro:bit足球挑戰賽
YIC-2627-0224 乒乓球精進班	15/7 – 12/8 (逢星期三) 上午 10:00–11:00	5 堂	會員：\$360 非會員：\$410 (學員請自備球拍)	6–9歲 10人	如覺得你的乒乓球技術、戰術等等還有精進的空間，就要參加呢個班，一定會有收穫	
YIC-2627-0225 烘焙達人	15/7 – 12/8 (逢星期三) 上午 10:00–11:00	5 堂	會員：\$450 非會員：\$500 (包材料)	4–7歲 10人	教授學員親自製作多種食品，成品可帶回家與父母一起分享。 (請自備保鮮盒)	課程內容如下： 1. 可愛燕麥曲奇 2. 曲奇小豬豬 3. 朱古力Oreo蛋糕杯 4. 迷你蛋撻 5. 污糟蛋糕
YIC-2627-0226 小手做中華	15/7 – 12/8 (逢星期三) 上午 11:15–12:15	5 堂	會員：\$480 非會員：\$530	8–12歲 10人	課程融合傳統節慶習俗、民間藝術與生活智慧，讓小朋友認識傳統，感受文化魅力。	課程內容如下： 1. 特色窗花剪紙 2. 竹編龍舟掛飾 3. 紙製花燈 4. 書畫紙扇
YIC-2627-0227 花式跳繩(初小)	15/7 – 12/8 (逢星期三) 下午 2:00–3:00	5 堂	會員：\$450 非會員：\$500 (送拍子繩)	6–8歲 10人	本課程旨在鍛煉個人體能、手腳協調、音樂感和肢體合作性，因此學員經一段時間後，個人反應及思考能力亦會變得較為敏捷。	個人花式跳繩如雙腳跳、單腳跳及交叉繩等；組合如橫排跳和三角跳等，還會按程度加入跳舞及體操動作等加入花式跳繩之中。

# 「陪你玩」

## 2026兒童暑期活動

HELLO  
SUMMER

課程	日期	堂數	費用	對象	簡介	內容
YIC-2627-0228 廚房偵探社	15/7 - 12/8 (逢星期三) 下午 2:00-3:00	5 堂	會員：\$380 非會員：\$430 (包教材)	8-12歲 10人	教授學員親自製作多種食品，成品可帶回家與父母一起分享。 (請自備保鮮盒)	課程內容如下： 1. 雞絲粉皮 2. 香煎蔥油餅 / 芝麻餅 3. 粟米餃子 4. 南瓜煎餅 5. 美味煎薄餅
YIC-2627-0229 花式跳繩(高小)	15/7 - 12/8 (逢星期三) 下午 3:15-4:15	5 堂	會員：\$450 非會員：\$500 (送拍子繩)	9-12歲 10人	本課程旨在鍛煉個人體能、手腳協調、音樂感和肢體合作性，因此學員經一段時間後，個人反應及思考能力亦會變得較為敏捷。	個人花式跳繩如雙腳跳、單腳跳及交叉繩等；組合如橫排跳和三角跳等，還會按程度加入跳舞及體操動作等加入花式跳繩之中。
YIC-2627-0230 日日為食團	15/7 - 12/8 (逢星期三) 下午 3:15-4:15	5 堂	會員：\$400 非會員：\$450 (包教材)	4-7歲 10人	教授學員親自製作多種食品，成品可帶回家與父母一起分享。 (請自備保鮮盒)	課程內容如下： 1. 豆沙鍋餅 2. 豆沙銅鑼燒 3. 日式香脆可樂餅 4. 日式草餅 5. 日式蕎麥麵
YIC-2627-0231 幼兒創作魔法盒	15/7 - 12/8 (逢星期三) 下午 4:30-5:30	5 堂	會員：\$380 非會員：\$430 (包教材)	4-7歲 10人	針對幼兒設計的手作課程，利用各種不同的素材和工具，幫助幼兒去發現、去觸摸(冒險精神)、去思考(認知與理解)、去生產(創作)具體的東西，讓小朋友在學習當中玩出創意，玩出耐心與耐力，玩出對生活美學的欣賞。	課程內容 • 海豚燈籠 • 手繪T恤 • 黏土畫 • 卡通手袋
YIC-2627-0232 Lego智能巡線車 編程班	15/7 - 12/8 (逢星期三) 晚上 7:00-8:30	5 堂	\$750 非會員：\$830 (包括所有器材)	8-12歲 10人	課程不只是砌LEGO，而是引導學生認識車身結構、馬達制、感應器應用、條件判斷及巡線原理，讓車輛能夠在巡線地圖上自動沿黑線行走。讓學生在動手實作中學習STEM知識及工程設計概念。  (5堂完成自己的自動巡線機械車)	課程內容： 第1堂：認識Micro:bit小小電腦 第2堂：組裝足球小車 第3堂：讓小車動起來 第4堂：控球與射球練習 第5堂：Micro:bit足球挑戰賽

# 「陪你玩」

## 2026兒童暑期活動

HELLO SUMMER

課程	日期	堂數	費用	對象	簡介	內容
YIC-2627-0233 幼兒黏土音樂盒之 熊貓樂園	16/7 - 13/8 (逢星期四) 上午 10:00-11:00	5 堂	會員：\$420 非會員：\$470 (包教材)	4-7歲 10人	以熊貓角色為主題，利用彈性超輕土，製作出各式各樣Q版作品；成品風乾後因富彈性而極具欣賞價值，作品可愛，可作擺設。快來製作一個真正會轉會響的音樂盒吧！ (參加者自備保鮮盒一個以便攜帶及保存作品)	全期課程製作一個音樂盒
YIC-2627-0234 創意紙漿畫	16/7 - 13/8 (逢星期四) 上午 10:00-11:00	5 堂	會員：\$450 非會員：\$500 (包括所有材料及工具)	8-12歲 10人	課程教授製作紙漿及浮雕塑型技巧，引導學員完成平面創作。 · 親手製作科學實驗品 · 了解不同科學原理	1. 講解起稿 2. 示範顏色製作及上色技巧
YIC-2627-0235 幼兒探索營	16/7 - 13/8 (逢星期四) 上午 11:15-12:15	5 堂	會員：\$380 非會員：\$430 (包材料)	4-7歲 10人	幼兒時期的小朋友對周圍的事物都會充滿好奇心，要把握這個黃金機會讓他們可以自由地去探索和感受。本課程會提供一系列的小道具讓小朋友親身體驗，加強他們對身邊事物的認知。課程更會透過一些小遊戲去刺激小朋友多面向思維能力，例如創意解難能力及數理運算能力。	課程內容 · 稱稱小天秤 · 觸覺小遊戲 · 走出小迷宮 · 挑戰智力板 · 顏色大比拼
YIC-2627-0236 乾花藝術物語	16/7 - 13/8 (逢星期四) 上午 11:15-12:15	5 堂	會員：\$500 非會員：\$550 (包所有花材及裝飾)	8-12歲 10人	教授不同乾花花材的特質及處理技巧，還有花系的顏色配搭 示範花束的綁紮步驟和包裝竅門，講解乾花的日常保養方法	
YIC-2627-0237 幼兒多元智能-視 藝營	16/7 - 13/8 (逢星期四) 下午 2:00-3:00	5 堂	會員：\$420 非會員：\$470 (包材料)	4-6歲 10人	針對幼兒設計的手作課程，利用各種不同的素材和工具，幫助幼兒去發現、去觸摸(冒險精神)、去思考(認知與理解)、去生產(創作)具體的東西，讓小朋友在學習當中玩出創意，玩出耐心與耐力，玩出對生活美學的欣賞。	課程內容 · 海豚燈籠 · 手繪T恤 · 黏土畫 · 卡通筆筒

# 「陪你玩」

## 2026兒童暑期活動



HELLO  
SUMMER

課程	日期	堂數	費用	對象	簡介	內容
YIC-2627-0238 香港特色小食車 仔檔 (只可以欣賞，唔食 得㗎！)	16/7 - 13/8 (逢星期四) 下午 2:00-3:00	5 堂	會員：\$380 非會員：\$430 (包教材)	8-12歲 10人	被譽為「美食天堂」的香港，除了有來自各國的著名料理外，還有不禁叫人食指大動的地道小吃！此課程會教授多款小食以及車仔檔的製作技巧，認識以樹脂黏土創作食物的奧妙之處。本課程既可訓練學員的耐性，又能夠啟發思考，發揮無窮創意	期課程製作5件作品 1. 煎釀三寶 2. 雞蛋仔及格仔餅 3. 燒賣及魚蛋 4. 菠蘿油 5. 場景制作(車仔檔)
YIC-2627-0239 小科學大發現	16/7 - 13/8 (逢星期四) 下午 3:15-4:15	5 堂	會員：\$400 非會員：\$450 (包教材)	4-7歲 10人	本課程以趣味實驗與創意活動為核心，透過親手制作在愉快的氛圍中探索科學奧秘。	課程內容 • 跳跳兔 • 土星瓢蟲 • 熊貓不倒翁 • 望遠鏡
YIC-2627-0240 星座與你分析入 門班	16/7 - 13/8 (逢星期四) 下午 4:00-5:00	5 堂	會員：\$400 非會員：\$450 (包教材)	8-12歲 10人	浩瀚宇宙，在斗轉星移之間，究竟對我哋有啲咩影響呢？快啲一齊嚟研究、探索吓！	1. 深入理解星座及其在個人生活和人際關係中的影響 2. 教授星座基礎知識、星座間的互動、星座透視及星座預測
YIC-2627-0241 職業體驗王	16/7 - 13/8 (逢星期四) 下午 4:30-5:30	5 堂	會員：\$380 非會員：\$430 (包教材)	4-7歲 10人	幼兒時期的小朋友對周圍的事物都會充滿好奇心，要把握這個黃金機會讓他們可以自由地去探索和感受。本課程會提供一系列的小道具讓小朋友親身體驗，加強他們對身邊事物的認知。課程更會透過一些小遊戲去刺激小朋友多面向思維能力，例如創意解難能力及數理運算能力。	課程內容 • 消防員與救護員的日常 • 老師的日常 • 醫生與護士的日常 • 飛機師與空中服務員的日常 • 法官與律師的日常
YIC-2627-0242 IPSC射擊訓練班	16/7 - 13/8 (逢星期四) 晚上 7:00-8:00	5 堂	會員：\$550 非會員：\$600 (包射擊器材)	8-12歲 10人	射擊訓練講求專注力、思考及應變能力，教練會介紹實用射擊起源及最新發展；並講解靶場安全守則及裝備結構。	1. 教授玩具槍之基本操作、持槍站姿、瞄準、靶場口令等 2. 射擊單靶及多靶練習 3. 前後走射及左右走射練習 4. 學習計分及賽事分析

# 「陪你玩」

## 2026兒童暑期活動

HELLO SUMMER

課程	日期	堂數	費用	對象	簡介	內容
YIC-2627-0243 幼兒奇趣工藝坊	17/7 - 14/8 (逢星期五) 上午 10:00-11:00	5 堂	會員：\$420 非會員：\$470 (包材料)	4-6歲 10人	通過有趣而實用的手工藝，引發同學們的創作性，更可提昇個人EQ及手部之靈活性。	課程內容如下： 1. 魔術手工 2. 科學手工1 3. 紙模型 4. 科學手工2 5. 和諧粉彩畫
YIC-2627-0244 宴客廚神駕到	17/7 - 14/8 (逢星期五) 上午 10:00-11:00	5 堂	會員：\$400 非會員：\$450 (包教材)	8-12歲 10人	教授學員親自製作多種食品，成品可帶回家與父母一起分享。 (請自備保鮮盒)	課程內容如下： 1. 酥炸魷魚 2. 蛋白燉奶 3. 臘腸炒飯 4. 特色小炒王 5. 魚香茄子
YIC-2627-0245 朱古力掌門人	17/7 - 14/8 (逢星期五) 上午 11:15-12:15	5 堂	會員：\$400 非會員：\$450 (包教材)	4-7歲 10人	教授學員親自製作多種食品，成品可帶回家與父母一起分享。 (請自備保鮮盒)	課程內容如下： 1. 朱古力脆脆球 2. 朱古力杯子蛋糕 3. 朱古力曲奇 4. 布朗尼 5. 朱古力湯圓
YIC-2627-046 俄羅斯刺繡	17/7 - 14/8 (逢星期五) 上午 11:15-12:15	5 堂	會員：\$450 非會員：\$500 (包教材)	8-12歲 10人	1. 俄羅斯刺繡是一種使用筆型工具，教授在布上重複戳插、不打結的技巧 2. 具紓解壓力及訓練專注力的效果，只要一個工具在手，就能享受刺繡的樂趣	
YIC-2627-0247 環球美點	17/7 - 14/8 (逢星期五) 下午 2:00-3:00	5 堂	會員：\$450 非會員：\$500 (包器材)	4-7歲 10人	教授學員親自製作多種食品，成品可帶回家與父母一起分享。 (請自備保鮮盒)	課程內容如下： 1. 韓式高麗菜吐司 2. 日式燒肉壽司卷 3. 越式沙律米紙卷 4. 芝士墨西哥脆片拌牛油果 5. 香煎蔥油餅
YIC-2627-0248 裁縫布藝娃娃	17/7 - 14/8 (逢星期五) 下午 2:00-3:00	5 堂	會員：\$480 非會員：\$530 (包教材)	8-12歲 10人	教授毛冷或布料的使用技巧及顏色的配搭學習服裝結構，手縫及拼布技巧，以及修補法分享。 課程將完成1-2隻可愛布藝娃娃。	

# 「陪你玩」

## 2026兒童暑期活動

HELLO  
SUMMER

課程	日期	堂數	費用	對象	簡介	內容
YIC-2627-0249 社交禮儀小學堂	17/7 - 14/8 (逢星期五) 下午 3:15-4:15	5 堂	會員：\$380 非會員：\$430 (包教材)	4-7歲 10人	小朋友較難能自己學懂待人處事應有的行為，以及在進餐時、認識或面對陌生人時應有的禮儀。最近更有外國大學的研究報告指出，個人的將來是否成功，與社交禮儀有很大關係。本課程旨在向小朋友介紹簡單待人接物的相處技巧、簡單的餐桌禮儀，讓他們能夠獲得讚賞，對他們建立自信心有很大幫助。	課程內容 • 打招呼的注意事項、與陌生同學之間相處、溝通 • 簡單的餐桌禮儀文化 • 衣著的恰當性等
YIC-2627-0250 小司儀口材培訓班 (有表演機會)	17/7 - 14/8 (逢星期五) 下午 4:30-5:30	5 堂	會員：\$380 非會員：\$430 (包教材)	8-12歲 10人	本課程旨在讓小朋友在學習中認識自我，透過生動有趣之互動遊戲及角色扮演幫助小朋友發揮創意、提昇說話及表達溝通能力。小朋友從中增強臨場應變的技巧及對外界事物的敏感觸覺及分析能力，從而突破自我。老師著重互動與實踐，讓學員藉著不同類型又有趣的遊戲、練習以及表演，去訓練學員的口才、腦筋、信心，老師會發掘各學員的獨特性，及對他們的表現作出評估。	1. 模仿學習- 從愉快的群體學習環境中，加速吸收知識的速度和闊度，更帶來模仿學習的經驗 2. 增強表達能力及建立自信心-令學員在家內及家外也敢於發言，提升溝通能力，遠離羞怯 3. 學習答問技巧、正確態度與禮貌，提升面試或表演時的表現 4. 改善咬字、糾正懶音
YIC-2627-0251 3D打印筆創意工程師	17/7 - 14/8 (逢星期五) 晚上 7:00-8:00	5 堂	會員：\$680 非會員：\$730 (已包教材)	8-12歲 10人	課程將帶領學生認識安使用3D打印筆的方法、線條制、平面轉立體、結構連接、加固技巧及空間概念，讓學生在動手實作中學習STEM知識及工程設計概念。  (5堂完成自己的立體創作作品)	課程內容： 第1堂：3D打印筆入門與姓名牌設計 第2堂：立體小飾物創作 第3堂：迷你橋樑工程挑戰 第4堂：立體小屋模型設計 第5堂：自由創作作品展示

## 才藝訓練/興趣培育系列



### YIC-2627-0137 皮克敏散步交友團

- 活動日期：** 16/7/2026 (星期四) 皮克敏散步交友團 (西九文化區篇)  
19/8/2026 (星期三) 皮克敏散步交友團 (灣仔至西環篇)  
12/9/2026 (星期六) 皮克敏散步交友團 (屯門篇)
- 活動時間：** 下午2:00-6:00
- 活動地點：** 本中心、西九文化區、灣仔至西環及屯門
- 對象：** DSE 應屆校生及大專生
- 名額：** 8名
- 收費：** 會員免費 非會員每位\$30
- 目的/內容：** 活動名額8人，2個人一組，一路散步一路玩皮克敏，沿途仲可以傾下偈，慢慢認識新朋友。每組行半個鐘之後，就會轉向另一個人繼續行。擔心冇話題？怕自己太害羞？唔使擔心，工作員會預先準備啲小任務俾大家，等大家有更多互動。仲有，工作員會要求大家每段路之後，都高低對對方嘅印象同感受，之後再收集返，再派返俾大家。
- 備註：** 1. 預先下載皮克敏遊戲於流動通訊器材。  
2. 最少能出席其中一節
- 負責職員：** 鄺文傑先生 MK (戲劇治療師、註冊社工)



### YIC-2627-0080 手感實驗室

- 活動日期：** 30/7, 6/8, 13/8, 20/8, 27/8/2026 (逢星期四)
- 活動時間：** 下午3:00-4:00
- 活動地點：** 中心活動室
- 對象：** 12-24歲
- 名額：** 10人
- 收費：** 會員每位每節\$30 (或\$120包含所有節數)  
非會員每位每節\$60 (或\$150包含所有節數)
- 目的/內容：** 想玩手作但又唔想只係做一樣嘢？「手感實驗室」滿足晒你所有願望！我哋將四種最受歡迎嘅工藝結合，包括果膠紋身、透明菲林、免搓陶泥同玻璃畫夜燈，帶你玩轉唔同材質嘅趣味！一場活動，四種體驗，無限創意！  
即刻報名，同我哋一齊動手，將平凡嘅物料變成唔平凡嘅作品！
- 備註：** 1) 費用已包括所有材料；  
2) 6/8及13/8為免搓陶泥，須一同報名。
- 負責職員：** 陳栢琳姑娘 Jacqueline Miss (活動幹事)



### YIC-2627-0141 青少年中心實習生

- 活動日期：** 14/7, 21/7, 28/7, 4/8, 11/8, 18/8, 25/8 (逢星期二)
- 活動時間：** 上午10:00 - 下午6:00
- 活動日期：** 8/8, 22/8 (星期六)
- 活動時間：** 上午10:00 - 下午6:00
- 活動地點：** 本中心
- 對象：** 15到24歲(本中心會員優先)
- 名額：** 8名
- 收費：** 會員免費 非會員每位\$30
- 目的/內容：** 有冇諗過暑假做咩好？除咗去玩，仲想唔想技能有所提升呢？如果想參加依個活動。一方面可以認識青少年中心嘅運作，同事亦了解到社工嘅工作係點？仲可以認識吓自己嘅專長。做完實習仲有證書擺添。期待見到你係中心嘅出現。
- 備註：** 完成活動後，出席率達80%將獲得活動出席證書
- 負責職員：** 鄺文傑先生 MK (戲劇治療師、註冊社工)



### YIC-2627-0157 獨木舟舊機場之旅

- 活動日期：** 18/7 (星期六)
- 活動時間：** 上午8:00 - 下午2:00
- 活動地點：** 賽馬會啟德水上運動中心
- 對象：** 12-24歲
- 名額：** 6名
- 收費：** 會員每位\$50 非會員每位\$80 (車費自備)
- 目的/內容：** 暢遊舊啟德機場及於海上近距離欣賞啟德體育園，學習簡單操作技巧，感受水上寧靜與成就感。
- 負責職員：** 鄺文傑先生 MK (戲劇治療師、註冊社工)



## YIC-2627-0142 獨木舟123星章之旅

**活動日期：** 6/8, 20/8, 27/8 (逢星期五)  
**活動時間：** 上午8:30-下午5:30  
**活動地點：** 賽馬會啟德水上運動中心  
**對象：** 15-24歲  
**名額：** 12名  
**收費：** 會員每位\$100 非會員每位\$130

(交通費自備)

**目的/內容：** 「從一星到三星，讓你一步一步成為水上達人！」獨木舟係一個老少咸宜嘅水上活動，裝備簡單，只需槳、救生/助浮衣同埋你嘅參與，稍為經指導就可以享受當中嘅樂趣。今次參加者會從零基礎開始，逐步掌握獨木舟技巧與水上安全知識。完成三星章之後，就可以自行租用獨木舟，享受自由探索的樂趣。

**備註：** 1. 費用已包括教練費用。  
 2. 不可同時報讀立划板一、二段證書之旅、賽艇星際123星證書之旅

**負責職員：** 鄭文傑先生 MK (戲劇治療師、註冊社工)



## YIC-2627-0144 立划板一、二段證書之旅

**活動日期：** 14/8、21/8/2026 (星期五)  
**活動時間：** 上午8:30-下午5:30  
**活動地點：** 賽馬會啟德水上運動中心  
**對象：** 15-24歲  
**名額：** 12名  
**收費：** 會員每位\$100 非會員每位\$130

(交通費自備)

**目的/內容：** 「企起身，划出新體驗！」想體驗最新潮嘅水上運動？「立划板一、二段證書之旅」就係專為初學者同進階玩家設計嘅課程，等你由零開始，逐步掌握技巧，仲可以拎到官方認可嘅證書，成為真正嘅水上達人！

**備註：** 1. 費用已包括教練費用。  
 2. 不可同時報讀獨木舟123星章之旅、賽艇星際123星證書之旅

**負責職員：** 陳栢琳姑娘 Jacqueline Miss (活動幹事)



## YIC-2627-0143 賽艇星際123星證書之旅

**活動日期：** 7/8, 14/8, 21/8 (星期五)  
 上午8:30-下午5:30  
**活動時間：** 賽馬會啟德水上運動中心  
**活動地點：** 15-24歲  
**對象：** 12名  
**名額：** 會員每位\$100 非會員每位\$130  
**收費：** (交通費自備)

**目的/內容：** 想挑戰自己、體驗速度同力量嘅結合？「賽艇星際證書之旅」就係專為水上運動愛好者設計嘅分級課程，由入門到進階，逐步掌握賽艇技巧，仲可以拎到認可證書，成為真正嘅水上高手！

**備註：** 1) 費用已包括教練費用。  
 2) 不可同時報讀獨木舟123星章之旅、立划板一、二段證書之旅

**負責職員：** 鄭文傑先生 MK (戲劇治療師、註冊社工)



## YIC-2627-0150 我看見香港的郊野風景很美，你呢？

**活動日期：** 11/8, 18/8/2026 (星期二)  
**活動時間：** 上午11:00-下午5:00  
**活動地點：** 大潭水塘、龍脊  
**對象：** 15-24歲  
**名額：** 10人  
**收費：** 會員每位\$20 非會員每位\$50

**目的/內容：** 其實香港除左有五光十色的維港景色之外，仲有唔少好優美的大自然景觀架，不如就等我地哋今個夏天一齊去好好探索啦！

**備註：** 1. 參加者請穿著輕便穿、透氣物的衣著及運動鞋(行山鞋更佳!)，避免穿牛仔褲或棉質衣物等。  
 2. 活動正值炎夏，參加者請自備防曬霜 (SPF50+)、防蚊用品、太陽眼鏡或帽，慎防曬傷。  
 3. 建議攜帶足夠的飲用水或運動飲料，並在行山過程中定時補充。

**負責職員：** 劉偉雄先生 Theo Sir (註冊社工)



## YIC-2627-0154 Hiit Project (7-10月2026年)

**活動日期：** 9/7、16/7、23/7、30/7、  
6/8、13/8、20/8、3/9、10/9、24/9、  
8/10、22/10、29/10/2026 (星期四)

**活動時間：** 晚上7:00-8:00

**活動地點：** 本中心

**對象：** 12歲-18歲

**名額：** 6人

**收費：** 會員每位\$20 非會員每位\$50

**目的/內容：** 高強度間歇運動(High Intensity Interval Training)簡稱HIIT，是指在短時間內進行高強度運動穿插短暫休息的循環訓練，能達到加強心肺功能、促進新陳代謝和迅速燃脂的功效，尤其適合空間時間少、懶得去健身房但又想爆汗瘦一波既學生們！

**備註：** 參加者請穿著運動服裝

**負責職員：** 邱俊棋先生 Felix Sir(註冊社工)



## YIC-2627-0097 未來桌球大師2026年7-10月

**活動日期：** 8/7, 15/7, 22/7, 29/7, 5/8, 12/8, 19/8, 2/9, 16/9, 7/10, 14/10, 21/10/2026 (星期三)

**活動時間：** 晚上6:00-9:00

**集合地點：** 本中心

**對象：** 12-24歲青少年

**名額：** 6名

**收費：** 會員每位\$20 非會員每位\$50

**目的/內容：** 桌球小組招募中！

青年中心熱推桌球小組！一同練習桌球技巧、規則及禮儀，鍛鍊專注力、手眼協調，培養尊重、負責、關愛精神。無論新手或高手，都能在輕鬆氛圍中結識球友、盡興開枱！

**備註：** 1. 中心免費提供基本桌球公枱於中心內練習

2. 本活動為舊生優先活動

**負責職員：** 蔡金城先生 金城Sir(註冊社工)



## YIC-2627-0155 「YIC飛鏢隊7-10月2026年」

**活動日期：** 3/7、10/7、17/7、24/7、31/7、7/8、14/8、4/9、11/9、18/9、  
9/10、16/10、30/10/2026 (星期五)

**活動時間：** 下午4:00 - 6:00

**活動地點：** 本中心

**對象：** 12- 24歲

**名額：** 8人

**收費：** 會員每位\$20 非會員每位\$50

**目的/內容：** 飛鏢運動據講最早係羅馬帝國時代開始，當時軍團士兵打仗之餘就發明咗呢種比賽遊戲。之後慢慢傳到世界各地，而家睇日本仲掀起咗一股軟式飛鏢熱潮添！其實呢項運動男女老少都啱玩，冇乜限制，只要有興趣就可以參加。心郁郁既你快啲嚟報名啦！

**負責職員：** 邱俊棋先生Felix Sir (註冊社工)



## YIC-2627-0099 青年暑期YIC英式桌球大賽2026

**活動日期：** 15/8/2026(星期六)

**活動時間：** 上午10:00-下午1:00

**活動地點：** 本中心

**對象：** 12-24歲青少年

**名額：** 6名

**收費：** 會員\$10 非會員每位\$40

**目的/內容：** 青年暑期英式桌球大賽2026開始報名啦！邀請你立即報名參賽，一同比拼英式桌球技巧，爭奪冠軍季軍及豐富獎品！無論新手或高手，都能在友誼賽中盡興發揮，結識球友！

**備註：** 1. 中心提供基本桌球公枱

2. 比賽規則由本中心訂立，與國際賽不同

**負責職員：** 蔡金城先生 金城Sir(註冊社工)



青年暑期英式桌球大賽2026



## YIC-2627-0071 K-pop跳舞組(2026年7-8月)

- 活動日期：** 11/7, 18/7, 25/7, 1/8, 15/8, 22/8 (星期六)及\*9/8/2026(星期日)，共七節
- 活動時間：** 晚上7:00-8:30/8:30-10:00
- 活動地點：** 本中心
- 對象：** 12-18歲青年
- 名額：** 6人
- 收費：** 會員每位\$700 非會員每位\$730
- 目的/內容：** K-pop係現今一種非常流行既舞蹈，除左係度識到熱愛K-pop既同道中人之外，亦可以一齊學跳各種K-pop類型既舞或者大家鍾意既歌！而且仲有表演機會，去展示個人舞技同團隊power添！快D過黎一齊join我地啦！
- 備註：** 1. 此活動屬舊生優先報名  
2. 參加者請穿著輕便的衣著、運動鞋及自備水  
3. 青年祭8月9日及暑期閉幕禮表演為8月22日下午進行，時間待定
- 負責職員：** 陳倩婷姑娘City Miss (註冊社工)



## YIC-2627-0151 桌上遊樂團 (2026年7-8月)

- 活動日期：** 17/7,14/8/2026,28/8/2026 (星期五) 共三節
- 活動時間：** 晚上7:30-9:00
- 活動地點：** 本中心
- 對象：** 12-24歲
- 名額：** 10人
- 收費：** 會員每位\$30 非會員每位\$60
- 目的/內容：** 除了UNO、大富翁及飛行棋外，你還玩過多少款桌上遊戲呢？桌上遊戲的種類五花八門，有講求反應力的、眼力的、邏輯思考的、甚至是溝通和合作的，總有一款你會喜歡。參加這個遊樂團，認識志趣相投的朋友，一起體驗不同的桌上遊戲。
- 負責職員：** 劉偉雄先生 Theo Sir (註冊社工)



## YIC-2627-0101 暑期AI評分歌唱大賽2026

- 活動日期：** 1/8/2026(星期六)
- 活動時間：** 下午2:30-5:00
- 活動地點：** 本中心影音室
- 對象：** 12-24歲
- 名額：** 10名
- 收費：** 會員免費 非會員每位\$30
- 目的/內容：** 「暑期AI評分歌唱大賽」超勁爆，等你嚟high翻天！用AI即時評音準、節奏同感情，公平PK，免費報名，暑假嚟呢度唱爆夏日，展現你嘅聲線王者風範啦！快報名，機會唔等人！
- 備註：** 比賽評分全由AI決定
- 負責職員：** 蔡金城先生 金城Sir(註冊社工)



## YIC-2627-0073 咖啡拉花Latte Go!

- 活動日期：** 16/7, 23/7, 30/7, 6/8, 13/8/2026 (逢星期四，共五節)
- 活動時間：** 上午10:00-12:00
- 活動地點：** 本中心
- 對象：** 12-24歲
- 名額：** 6人
- 收費：** 會員每位\$600 非會員每位\$630
- 目的/內容：** 咖啡都有分好多種，除咗黑咖啡外，亦可以利用鮮奶係咖啡上面創造出不同既拉花款式，如果鍾意咖啡既你就唔好錯過啦~同時亦都可以係中心Life Cafe嘗試沖俾其他人飲，一展所長。
- 備註：** 1) 活動由資深咖啡師教授咖啡知識及拉花技巧  
2) 費用已包括5堂咖啡拉花課程、咖啡用具及所有材料
- 負責職員：** 陳倩婷姑娘City Miss (註冊社工)



## YIC-2627-0096 結他小組2026年7-10月

- 活動日期：** 8/7, 15/7, 22/7, 29/7, 5/8, 12/8, 19/8, 2/9, 16/9, 7/10, 14/10, 21/10/2026 (星期三)
- 活動時間：** 下午4:30-6:00
- 活動地點：** 本中心
- 對象：** 15-24歲
- 名額：** 6人
- 收費：** 會員\$20 非會員每位\$50
- 目的/內容：** 喜歡音樂又想學結他？立即加入我們的結他小組！無論你是初學還是已有基礎，我們都會一同練習、交流、合奏，感受音樂的樂趣。還有機會參與小組演出！快來報名，一起用音樂連繫彼此吧！
- 備註：** 1. 中心免費提供木結他於中心內練習  
2. 本活動為舊生優先活動
- 負責職員：** 蔡金城先生 金城Sir(註冊社工)





## YIC樂隊招募站

你有樂器底子，但獨自練習太悶？  
 想有舞台、想同志同道合嘅人一齊創作音樂？  
 本中心現正招募青少年樂隊，歡迎熱愛音樂、想一齊「夾 band」嘅你加入！  
 想喺台上向人分享你嘅音樂？或者想搵人組隊夾BAND？機會嚟啦！

### 什麼是樂隊活動？

- 以「青年Band」形式組成樂隊，由結他、低音結他、鼓、鍵琴、主唱、甚至小提琴 / 中樂等混搭，創造屬於你嘅獨特風格。
- 定期使用中心 Band 房排練，由社工帶同你哋一齊寫歌、編排、合奏、練習演出。
- 有機會於中心嘉年華、開放日、音樂會等場地演出，讓你嘅音樂被更多人聽到。

### 招募對象

- 年齡：12至 24歲
- 要求：
  - 1 有基本樂器或唱歌能力（任何樂器、聲線、音樂風格都歡迎）
  - 2 願意定期出席排練、練習、演出及有責任感。
  - 3 願意與隊友溝通、合作、享受「夾 band」過程多於只做「獨奏家」。
  - 4 程度不拘，重點係「熱誠」和「謙遜學習既心」！

### 成為YIC樂隊成員會有咩得著？

- 音樂技能提升：創作歌曲、改編流行曲
- 團隊合作與溝通：學會分工、傾聽隊友意見
- 舞台經驗：由小型中心演出起步，逐步累積自信，嘗試上台、錄歌、拍短片。
- 朋輩關係：搵到一班志同道合嘅樂友，一齊為共同目標努力，音樂路途唔再孤單。
- BAND房使用：中心會提供專業BAND房練習

### 招募流程

1. 填寫報名表格：致電或到中心接待處索取樂隊招募報名表。
  2. 小型面試 / 簡單演繹：
    - 演奏 1-2 分鐘樂器或演唱一段，唔使怕！重點係睇你嘅態度同合作性。
  3. 分組與組隊：
    - 會根據你嘅樂器、風格，幫你組成樂隊，或加入現有嘅 Band。
  4. 正式排練：
    - 每星期固定時間於 Band 房排練，練歌、創作、排練演出。
- 負責職員：蔡金城先生 金城Sir(註冊社工)



## YIC-2627-0156 「電競王者訓練班7-10月2026」

- 活動日期：11/7, 18/7, 8/8, 15/8, 5/9, 19/9, 3/10, 10/10/2026 (星期六)  
 活動時間：早上11:00 – 下午1:00  
 活動地點：本中心  
 對象：12-18歲  
 名額：8人  
 收費：會員每位: \$10 非會員每位: \$40  
 目的/內容：MMORPG唔止係打機咁簡單呀！一班真係熱愛遊戲嘅參加者，會由戰術分析、團隊合作，到實戰競技，甚至係賽事籌備、比賽計劃同埋講解都會涉獵。電競唔再只係娛樂，而係將電競精神帶入生活，成為大家人生入面下一個「王者」！  
 負責職員：邱俊棋先生Felix Sir (註冊社工)



## YIC-2627-0158 「電競王者暑期訓練營2026」

- 活動日期：19-20/7/2026 (星期日至一)  
 活動時間：19/7早上11:00 – 20/7下午1:00  
 活動地點：本中心  
 對象：12-18歲  
 名額：10人  
 收費：會員每位\$100 非會員每位\$140  
 目的/內容：「電競王者暑期訓練營」入面有技能訓練、團隊合作實踐，仲有機會探索電競行業嘅職業路向。透過高強度比賽、生涯講座同埋軟技能培養，幫參加者搵到自己嘅興趣、規劃未來方向，仲可以建立健康嘅遊戲觀念，平衡學業。最重要係，令大家明白電競同一般打機係有分別嘅！  
 負責職員：邱俊棋先生Felix Sir (註冊社工)



## 個人身心靈系列



### YIC-2627-0093 你真的認識他嗎？

**活動日期：** 31/7/2026 (星期五)  
**活動時間：** 晚上7:00-9:00  
**活動地點：** 本中心  
**對象：** 12-24歲  
**名額：** 6人 (歡迎攜伴同行)  
**收費：** 會員每位\$20 非會員每位\$50  
**目的/內容：** 「深刻咁認識一個人」其實就係一個互動體驗，幫大家可以傾得更深入，互相理解多啲。透過一張張循序漸進嘅提問卡，慢慢引導大家去探索對方內心世界，建立真實又有意義嘅連繫。  
睇星空底下，每個人都有自己嘅故事。翻開一張卡牌，為對話加返啲溫度，走入彼此未曾講過嘅心底話。  
一齊逃離城市，唔需要華麗場景，只要一副卡牌，加埋雙方願意聽嘅心。簡單嘅提問，就可以深刻咁認識一個人。  
**負責職員：** 林雅峰姑娘 Anna Miss (活動幹事)



### YIC-2627-0074 《Girls Pillow Talk》中心2日1夜

**活動日期：** 13-14/7/2026 (星期一至二)  
**活動時間：** 晚上9:00-早上11:00  
**活動地點：** 本中心  
**對象：** 12-18歲青少女  
**名額：** 6人  
**收費：** 會員每位\$80 非會員每位\$110  
**目的/內容：** 冇冇試過覺得——成長好似突然加速，身體好多變化、情緒又亂晒，但又唔知可以同邊個講？《Girls Pillow Talk》係一個只屬於女子嘅過夜活動，一齊鋪好枕頭、圍住傾偈，講下成長中嘅煩惱、身體變化、情緒起伏，原來好多嘢都唔係得你一個人咁諗，嚟同其他女子一齊傾下啦~  
**備註：**  
1. 請帶備個人梳洗及過夜物品  
2. 請於活動開始前自行安排晚餐  
3. 活動膳食包含宵夜糖水及早餐  
**負責職員：** 陳倩婷姑娘 City Miss (註冊社工)



### YIC-2627-0102 改變自己 - 著靚啲篇

**活動日期：** 31/7, 7/8, 14/8, 21/8/2026 (逢星期五)  
**活動時間：** 下午2:30-4:00  
**活動地點：** 本中心  
**對象：** 12-24歲  
**名額：** 6名  
**收費：** 會員免費 非會員每位\$30  
**目的/內容：** 一齊以輕鬆有趣嘅形式去研究整理儀容同襯衫穿搭，今次先由服裝、襯衫到鞋款入手。你會學到唔同場合點樣著得體又型格，了解乾淨、整齊同合身嘅重要性。透過互動遊戲同即場示範，提升你嘅自信同基本形象管理能力，由衣著開始做一個有型有禮嘅年輕人。  
**備註：** 如欲購買服飾，參加者需自費  
**負責職員：** 蔡金城先生 金城Sir (註冊社工)



### YIC-2627-0075 《慢一慢·放鬆一下》

**活動日期：** 31/7, 7/8, 14/8/2026 (星期五，共3節)  
**活動時間：** 下午3:00-5:00  
**活動地點：** 本中心  
**對象：** 12-24歲  
**名額：** 6人  
**收費：** 會員每位\$100 非會員每位\$130  
**目的/內容：** 生活節奏急、壓力多，有時連呼吸都忘記。不如用一點時間，親手製作專屬自己嘅小物件，在香氣與手作中，讓心情慢慢放鬆下來。  
第一節：陶瓷《定一定·慢慢捏》  
第二節：皮革《一針一線·慢慢來》  
第三節：潤唇膏《滋潤自己的一刻》  
**備註：**  
1) 費用已包括所有製作用具及材料  
2) 如有氣喘、對強烈氣味敏感人士、有皮膚敏感、濕疹，或對香精/精油成分過敏者，為保障安全，不建議參與。  
**負責職員：** 陳倩婷姑娘 City Miss (註冊社工)



## YIC-2627-0139 | am who | am who | am who | am-小丑演出

**活動日期：** 30/7/2026 (星期四)  
**活動時間：** 晚上8:00-9:30  
**活動地點：** 本中心  
**對象：** 5-24歲及社區人士(本中心會員優先)  
**名額：** 16名  
**收費：** 會員免費 非會員每位\$30  
**目的/內容：** 大家諗起小丑可能會即刻諗起電影小丑，或者會諗起嘉年華入面會咗人笑嘅小丑？今次透過觀看「我就是我」小丑演出，希望唔只係認識一種新嘅小丑類型，更可以讓自己、反思自己係一個點樣嘅人。  
**負責職員：** 鄭文傑先生 MK (戲劇治療師、註冊社工)  
**演員：** 祝旻資 Lorraine (表達藝術治療師)



## YIC-2627-0100 Show Chill共享空間2026年7月至10月

**活動日期：** 25/7, 19/9/2026(星期六)  
**活動時間：** 2:30pm-5:30pm  
**活動地點：** 本中心  
**對象：** 12-24歲  
**名額：** 不限  
**收費：** 會員免費 非會員每位\$30  
**目的/內容：** Showchill青年共享空間，等你來chill！  
 睇繁忙鬧市中，我地特別打造呢個放鬆角落，讓我們暫停腳步，關掉外在噪音，靜下來聆聽內心真實聲音。配以chill音樂、Life Cafe同舒適環境，無論獨處反思定小組分享，都幫你減壓覺察自我，提升情緒管理。  
**備註：** 1) 本空間為可以進食區域；  
 2) 本空間提供Wifi服務  
**負責職員：** 蔡金城先生 金城Sir(註冊社工)、陳倩婷姑娘City Miss(註冊社工)



## YIC-2627-0140 我的快樂就是……小丑演員訓練與演出

**活動日期：** 4/8, 6/8, 11/8, 13/8, 18/8, 20/8, 25/8, 27/8/2026 (逢星期二、四)  
**訓練時間：** 晚上8:00-10:00  
**綵排及演出：** 8月29日(六)，上午10:00-下午6:00  
**活動地點：** 本中心  
**對象：** 15-24歲  
**名額：** 10名  
**收費：** 會員每位\$50 非會員每位\$80  
**目的/內容：** # 以紅鼻子作為時光隧道，重新連結年幼時充滿自發性、情感滿滿、活在當下嘅自己，從而發現自己內在嘅小丑。  
 # 以紅鼻子作為護身符，安全地探索內心深處恐懼與渴望，為人生種種境遇帶來輕鬆與光明。  
 # 以紅鼻子作為指引，允許自己超越平凡嘅界限，進入非凡嘅境界，並讚頌人類中各種嘅荒誕。  
**演出主題：** 將以快樂作主題，尋找何為快樂  
**備註：** 活動不需要任何戲劇經驗  
**負責職員：** 鄭文傑先生 MK (戲劇治療師、註冊社工)  
**活動導師：** 祝旻資 Lorraine (表達藝術治療師)

## 青年義工網絡系列



## YIC-2627-0138 大專生一人一故事劇場義工團

**訓練日期：** 19/7, 26/7, 2/8, 16/8/2026 (星期日)  
**訓練時間：** 上午10:00-下午5:30  
**畢業演出：** 30/8 (星期日)  
**社區演出：** 5/9 (星期六)  
**演出時間：** 上午10:00-下午5:30  
**活動地點：** 本中心及社區演出地點  
**對象：** DSE應屆校生及大專生  
**名額：** 16名  
**收費：** 會員每位\$400 非會員每位\$430  
**目的/內容：** 『一人一故事劇場』(Playback Theater) 於1975年由美國Jonathan Fox及Jo Salas等創立。『一人一故事劇場』係一種以互動形式進行即興劇場，由劇場主持人邀請觀眾分享其親身經歷嘅故事，再由演員及樂師運用形體、表情、聲音及音樂等方式演繹所分享嘅故事。而加入「敘事取態」嘅『一人一故事劇場』著重生命經驗分享，希望能讓分享者在過程中發掘自己嘅價值觀、信念、希冀。活動除咗學習一人一故事劇場外，仍會係社區以一人一故事劇場形式作義工服務。  
**備註：** 訓練出席率達80%，並參與畢業及社區演出可獲本中心出席證書  
**負責職員：** 鄭文傑先生 MK (戲劇治療師、註冊社工)  
 陳栢琳姑娘 Jacqueline Miss (活動幹事)



## YIC-2627-0076 Life Café (2026年 7-10月)

- 活動日期：11/7, 25/7, 8/8, 15/8, 22/8, 5/9, 19/9, 3/10, 31/10/2026 (星期六)  
 活動時間：下午2:30-5:30  
 活動地點：本中心  
 對象：14-24歲  
 名額：8人  
 收費：免費  
 目的/內容：中心將不定期於星期六的下午時段開放休息室，歡迎你地成為YIC Life Café既義工，除左可以試沖唔同種類既飲品之外，你地用心製作既每一杯飲品都會成為會員或家長們的放鬆來源，為他們提供喘息空間。
- 備註：1. 參加者需至少出席三節以上  
 2. 所有參與節數均會計算義工時數
- 負責職員：陳倩婷姑娘City Miss (註冊社工)



## YIC-2627-0092 你有咩好煮意？(2026年7-10月)

- 好煮意日期：11/7, 15/8, 12/9, 24/10/2026 (星期六)  
 Life Café義工：25/7、22/8、19/9/2026 (星期六)  
 活動時間：下午2:30-5:30  
 活動地點：本中心  
 對象：升中一或以上之青少年  
 名額：5人  
 收費：會員\$30一節 非會員每位\$60一節 (共7節)  
 目的/內容：整嘢食真係令人又愛又恨，雖然可以好好享受過程，但預備收拾真係心很累 >w< 中心厨房咁大個中島，又咁多架生，當然要好好利用！今次我地會透過整嘢食更多了解自己，放鬆自己。我地會同Life Café聯乘合辦咖啡室更加會升級！一齊製作甜品，係So Chill空間、暑閉等活動成為到訪者、家長或照顧者們的安慰
- 備註：1. 請預留時間參與與Life Café聯乘合辦的咖啡室，為到訪者製作甜品。  
 2. 費用已包括材料費，參加者請自備食物盒  
 3. 參加者如有食物敏感，請於報名前通知負責職員
- 負責職員：林雅峰姑娘 Anna Miss (活動幹事)

## 生涯規劃系列



## YIC-2627-0160 !!放榜音樂會2026!!

- 活動日期：8/7/2026 (星期三)  
 活動時間：下午2:00 - 6:00  
 活動地點：本中心/其他中心場地  
 對象：應屆DSE考生  
 名額：12人  
 收費：會員免費 非會員每位40  
 目的/內容：應屆DSE畢業生終於捱過咗長時間嘅準備同考試，放榜嘅日子又到啦！今年我哋繼續會陪住你一齊過DSE，仲有機會同其他中心嘅年青人交流，等你唔使一個人面對！
- 負責職員：邱俊祺先生 Felix Sir(註冊社工)



## 青年文化活動



### YIC-2627-0077 YIC青年祭

活動日期：9/8/2026 (星期日)  
 活動時間：下午2:30-5:30  
 活動地點：本中心  
 對象：12-24歲  
 收費：免費  
 目的/內容：一個屬於青少年的文化市集  
 青年舞台 (Youth Stage)  
 青年文化體驗區 / 特色工作坊 (Youth Culture Zone)  
 青年展覽區 (Youth Exhibition)  
 你可以表達、創作、出現~  
 你有冇一個想法，一直未有機會試？  
 你有冇一樣嘢，覺得「未完成，但好想分享」？  
 🌱 YIC青少年祭 | 攤位招募中 🌱  
 我哋誠邀你成為  
 🌟 青年攤位創作者 / 策劃人  
 無論你係：音樂 / 跳舞表演  
 🎨 畫畫 / 手作  
 📝 寫字 / 創作留言牆  
 🎮 小遊戲 / 互動  
 💬 想同人分享一種感覺、一個想法  
 只要你有個屬於你嘅 idea，呢度就有你個位。🌟  
 負責職員：陳倩婷姑娘City Miss (註冊社工)



### YIC-2627-0078 星之應援團

活動日期：21/7, 28/7, 4/8/2026(星期二)及9/8/2026(星期日)，共四節  
 活動時間：下午3:30-5:30  
 活動地點：本中心  
 對象：12-18歲  
 名額：8人  
 收費：會員每位\$60 非會員每位\$90  
 目的/內容：平時儲開偶像應援小卡或者其他周邊嘢你，又有冇試過自己親手整偶像應援小物呢？除左可以同一班同好分享你喜愛嘅偶像之外，亦都可以為你既專屬偶像製作一系列應援，到時就可以隨身帶住你心愛嘅星出街啦！  
 備註：活動前將會聯絡參加者提供圖片以進行印刷，8月9日(六)為青年祭攤位活動。  
 負責職員：陳倩婷姑娘City Miss (註冊社工)

## ★ 兒童成長及學習 PHD ★

本主題以小一至小六兒童為對象，透過多元而有系統的活動，支援兒童在學習與成長上的需要。活動著重培養正向態度、良好學習習慣及情緒調節能力，協助兒童提升專注力、自信心及面對困難的能力。兒童將在安全而鼓勵的環境中學習自我管理及與人相處，逐步建立穩固基礎，為迎接中學階段更高的學習要求與成長挑戰作好準備。



### 「PHD」小組 (2026年9-10月)

希望子女能成為「PHD小博士」？如果只單單注重學業成績尚未足夠，要達致全人、多元化的發展才是成為「PHD」的王道。「PHD」小組除了有功課研習時間，社工更為小組設計不同的主題活動，包括：建立正面品格(Positive Personality)、培養各類興趣(Hobby Building)及加強多元學習(Diversified Learning)，讓您的子女在一個全面且多元化的環境下成長和發展。

#### 活動內容：

(A) 小組活動 (逢星期一至五；Happy day活動日、星期六及公眾假期除外)						
日期	時間	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
14/9-31/10/2026 (一至五)	下午4:00-5:30	Study Group (設有茶點時間)	Study Group	Study Group (設有茶點時間)	Study Group (設有茶點時間)	Study Group
	下午5:30-5:45		茶點時間			茶點時間
	下午5:45-6:30		主題活動			主題活動

(B) Happy Day活動日		
日期	時間	活動
30/10/2026 (五)	下午4:00-晚上7:00	Happy Friday主題活動 (包括茶點時間)

(C) 增值活動 - 親子玩樂時間				
日期	時間	活動	內容	目的
25/10/2026 (日)	待定	待定	待定	促進親子間交流和互動，從而增加親子間溝通和了解。

(D) 增值活動 - 家長分享會				
日期	時間	活動	內容	目的
9/10/2026 (五)	晚上7:30-8:30	家長分享會	分享小組情況，包括播放小組照片及影片；交流管教狀況及心得。	讓家長了解子女在小組的情況。同時，亦為家長提供平台以分享管教子女的方法和心得。

對名收備：對象：小一至小五學生 (必須成為中心會員)  
 額：12名  
 費：\$3300 (如有需要可與負責職員聯絡)  
 註：1. 只收報名表，再由負責職員安排進行面見，合適者將獲電話通知。  
 2. 只提供三個減免名額，如名單內有超過三位參加者申請減免，將以抽籤形式決定。  
 3. 1/10、19/10/26為公眾假期，沒有小組。  
 4. 2026年7-8月PHD舊生優先。  
 5. 茶點時間必須自備餐具及餐盒。  
 負責職員：溫凱婷姑娘Mabel Miss(註冊社工)、林梓瑩姑娘Raphael Miss(註冊社工)、莫文輝先生 Walkman Sir(活動幹事)



## PHD舊生Happy Together(26年9-10月)

**活動日期：** 15/9、18/9、22/9、25/9、29/9、2/10、6/10、9/10、13/10、16/10、20/10、23/10/2026(逢星期二及五)

**活動時間：** 下午5:30-6:30

**活動地點：** 中心活動室

**對象：** 小一至小六學生(PHD小組舊生)

**名額：** 4人

**收費：** 會員每位\$80 非會員每位\$110

**目的/內容：** PHD舊生Happy Together，與PHD組員一同參與小組中的主題活動。

**備註：** 只限PHD舊生，如有興趣報名請聯絡負責職員。

**負責職員：** 林梓瑩姑娘Raphael Miss (註冊社工)、  
溫凱婷姑娘 Mabel Miss (註冊社工)、  
莫文輝先生 Walkman Sir (活動幹事)



## YIC-2627-0131 六色積木：情緒調適與社交互動小組

**活動日期：** 5/9、12/9、3/10/2026 (六)

**活動時間：** 上午11:30 - 12:30

**活動地點：** 中心活動室

**對象：** 6-9歲學生

**名額：** 6人

**收費：** 會員每位 \$60 非會員每位 \$120

**目的/內容：** 透過趣味的六色積木挑戰，讓兒童在玩樂中學習覺察情緒，並鍛鍊耐心與團隊協作能力。課程結合互動遊戲，引導兒童掌握溝通技巧與解決衝突的方法，提升社交自信。

**負責職員：** 黃俊彥先生 俊sir (註冊社工)

**專注力** ★★★★★

**手眼協調** ★★★★★☆



## YIC-2627-0132 科學大發現：兒童實驗工作坊

**活動日期：** 9/10、16/10、23/10、30/10/2026 (五)

**活動時間：** 下午4:30 - 6:00

**活動地點：** 中心活動室

**對象：** 6-10歲學生

**名額：** 6人

**收費：** 會員每位 \$160 非會員每位 \$200

**目的/內容：** 帶領兒童走進奇妙科學世界！透過親手嘗試有趣實驗，激發好奇心與觀察力。在動手做的過程中培養邏輯思維與解決問題能力，讓兒童愛上探索，變身科學小專家！

**負責職員：** 黃俊彥先生 俊sir (註冊社工)

**科學知識** ★★★★★

**好奇心UP** ★★★★★☆



## YIC-2627-0133 AI 繪圖與創作小特工

**活動日期：** 5/9、12/9、3/10/2026 (六)

**活動時間：** 上午10:00 - 11:00

**活動地點：** 中心活動室

**對象：** 初接觸AI的9-12歲學生

**名額：** 6人

**收費：** 會員每位 \$30 非會員每位 \$60

**目的/內容：** 解鎖 AI 科技，激發無限想像！透過趣味繪圖工具，引導兒童學習下達精準指令，將創意轉化為獨一無二的數位藝術。讓兒童掌握未來科技，變身AI創作小達人！

**備註：** 1. 請自行帶備 IPAD 或 智能手機。

**負責職員：** 黃俊彥先生 俊sir (註冊社工)

**AI運用** ★★★★★☆

**創意思維** ★★★★★

## 「升中精讀班」



本課程專為小五至小六學生設計，助你全面銜接中學課程。我們以學術補習為核心，除日常功課輔導及溫習默書外，更提供專業教材加強學科根基。每兩個月定期進行小測驗，讓家長即時掌握子女的學習進度，有效查漏補缺，為升中銜接打好根基，讓子女自信迎接中學挑戰！

### 活動內容：

日期	時間	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
7/9 - 31/10/2026 (一至五) *星期六及公眾假期除外	下午4:00-6:30	功課時間 及 溫習時間	功課時間 及 溫習時間	功課時間 及 溫習時間	功課時間 及 溫習時間	功課時間 及 溫習時間

**對象：** 小五至小六學生 (必須為中心會員)

**名額：** 6名

**收費：** \$3800 (如有需要可與負責職員聯絡)

**備註：**

1. 只收報名表，再由負責職員安排進行面見，合適者將獲電話通知。
2. 只提供二個減免名額，如名單內有超過二位參加者申請減免，將以抽籤形式決定。
3. 1/10、19/10/26為公眾假期，沒有小組。
4. PHD舊生優先。
5. 本活動以學術補習為主，故沒有閒餘活動。

**負責職員：** 黃俊彥先生 俊sir (註冊社工)

## ★ 情緒健康 ★

透過多元而有趣的方式，如藝術創作、遊戲及互動活動，協助兒童認識及分辨不同情緒。活動著重提升兒童對自身情緒的覺察，學習以合適的方法表達感受，並理解他人的情緒與需要。兒童將在安全及被接納的環境中學習情緒調節及人際相處技巧，從而建立同理心、自信心及良好的人際關係，促進整體情緒健康發展。



### YIC-2627-0124 歡樂造型大派對

活動日期：31/10/2026 (六)  
活動時間：下午3:00-5:00  
活動地點：中心活動室  
對象：6-8歲學生  
名額：6人  
收費：會員每位\$30 非會員每位\$60  
目的/內容：參加者可按指定主題（如：英雄、職業、動物、卡通 / 正面角色）進行角色扮演（Cosplay），讓參加者暫時放下日常壓力，在安全和被接納的環境中放鬆身心。  
負責職員：藍瑋皓 Blue Sir (註冊社工)

減壓 ★★★★★



### YIC-2627-0089 食極唔肥甜品班(9月)

活動日期：12/9、19/9/2026 (六)  
活動時間：上午10:00 - 下午1:00  
活動地點：中心活動室  
對象：6至12歲學生  
名額：8人  
收費：會員\$80 非會員\$100  
目的/內容：本課程將讓孩子認識廚房的使用及煮食技巧。孩子們將合作購買食材（前往惠康），認識不同食物的種類及價格，管理財務，並學會照顧自己。  
負責職員：楊美斯姑娘 Mia Miss (活動幹事)

自理 ★★★★★

## ★ 自理小精英 ★

本主題以生活技能為核心，透過實用而有趣的活動，協助兒童逐步建立自理能力。內容涵蓋時間與金錢管理，以及健康飲食概念，讓兒童學習為日常生活作出計劃與選擇。配合外出體驗活動，兒童能把所學應用於真實情境中，提升獨立性、責任感及解難能力，為成長及學習打下穩固的生活基礎。



### YIC-2627-0084 百變意粉屋

活動日期：8/9、15/9、22/9、29/9/2026(二)  
活動時間：下午4:45-5:45  
活動地點：本中心  
對象：8-12歲學生  
名額：6人  
收費：會員每位\$120 非會員每位\$150  
目的/內容：小組會與參加者完成不同口味和不同形態的意粉，讓參加者體驗更多不同款式和味道的意粉，訓練參加者的手部協調及自理能力。  
備註：1) 活動不設特惠會籍名額  
2) 如有食物敏感，請提早通知  
3) 請自備食物盒  
負責職員：林梓瑩姑娘 Raphael miss(註冊社工)

減壓 ★★★★★



### YIC-2627-0090 食極唔肥甜品班(10月)

活動日期：3/10、10/10/2026 (六)  
活動時間：上午10:00 - 下午1:00  
活動地點：中心活動室  
對象：6至12歲學生  
名額：8人  
收費：會員\$80 非會員\$100  
目的/內容：本課程將讓孩子認識廚房的使用及煮食技巧。孩子們將合作購買食材（前往惠康），認識不同食物的種類及價格，管理財務，並學會照顧自己。  
負責職員：楊美斯姑娘 Mia Miss (活動幹事)

自理 ★★★★★

## ★ 運動篇 ★

本主題透過多元運動活動，讓兒童在安全及充滿活力的環境中培養良好的運動習慣。活動著重提升體能、協調能力及專注力，並學習遵守規則與團隊合作。配合親子運動元素，促進親子互動與溝通，讓兒童在運動中建立自信、釋放壓力，同時促進身心健康發展。



### YIC-2627-0091 體感體驗日

活動日期：11/9、18/9、9/10、16/10/2026(五)  
 活動時間：下午 4:30-5:30  
 活動地點：本中心  
 對象：6-12歲學生  
 名額：8人  
 收費：會員\$10  
 目的/內容：目的/內容：透過 VR 與 Switch 體感遊戲，讓小朋友在安全、有趣、好上手的環境中體驗互動遊玩，提升運動與協調能力。  
 備註：1) 請穿著合適的運動裝備  
 2) 請自備水樽  
 負責職員：林梓瑩姑娘 Raphael miss(註冊社工)  
 莫文輝先生 Walkman Sir(活動幹事)

溝通 ★★★★★

反應力 ★★★★★



### YIC-2627-0094 鏢鏢同樂會

活動日期：10/10、17/10、24/10/2026 (五)  
 活動時間：下午 2:00-3:00  
 活動地點：本中心  
 對象：6-12歲學生  
 名額：6人  
 收費：會員\$45,非會員\$75  
 目的/內容：飛鏢能提升手眼協調、專注力與目標感；訓練手部控制與反應，建立自信心與挑戰精神；同時透過互動遊戲增進團隊合作與社交表達。想讓孩子玩得開心又更專注？記得報名啦~  
 備註：1) 請穿著合適的運動裝備  
 2) 請自備水樽  
 負責職員：林梓瑩姑娘 Raphael miss(註冊社工)  
 莫文輝先生 Walkman Sir(活動幹事)

抗逆 ★★★★★

專注力 ★★★★★



### YIC-2627-0149 龍舟維港體驗遊

活動日期：12/9/2026(六)  
 活動時間：上午8:30-下午1:30  
 活動地點：賽馬會啟德水上運動中心  
 對象：8-12歲學生  
 名額：6人  
 收費：會員每位\$100 非會員每位\$130  
 目的/內容：走進維港中心，近距離欣賞兩岸的天際線。學習正確划槳節奏，跟隨鼓聲競渡，體驗傳統龍舟團隊震撼與力量  
 備註：1) 請穿著合適的運動裝備  
 2) 如有食物敏感請提早通知  
 3) 活動會由賽馬會啟德水上運動中心教練帶領  
 負責職員：林梓瑩姑娘 Raphael miss(註冊社工)

溝通 ★★★★★

反應力 ★★★★★

## ★ 親職教育 ★

本主題為家長而設，結合親子活動、家長講座及輕鬆交流體驗，讓家長在實用與放鬆之間找到平衡。透過互動式活動及專題分享，協助家長更了解兒童成長需要，學習有效溝通及培育自信的方法。同時設有不同親子及家長專屬體驗，讓家庭在忙碌生活中創造高質素相處時光，建立更緊密的親子關係。



### YIC-2627-0123 Ukulele & Me Time (2026年9-10月)

活動日期：7/9、14/9、21/9、28/9、5/10、12/10、26/10/2026 (一)  
活動時間：上午10:00-11:30  
活動地點：中心影音室  
對象：中心家長  
名額：10人  
收費：會員每位\$140 非會員每位\$170  
目的/內容：透過指尖與Ukulele互動，進入音樂世界，享受Me Time。Ukulele是簡單易學的四弦樂器，初學者能較容易上手。快啲黎一齊學，一齊彈歌唱歌啦！  
負責職員：藍瑋皓先生 Blue Sir (註冊社工)

溝通 ★★★★★

減壓力 ★★★★★

兒童及家庭9至10月活動



### YIC-2627-0088 親子月餅製作樂

活動日期：18/9/2026(五)  
活動時間：晚上7:00-9:00  
活動地點：本中心  
對象：6-12歲學生及其家長  
名額：20人  
收費：會員每位\$60 非會員每位\$90  
目的/內容：適逢中秋佳節，就是親子一齊整月餅的好時機！今次會同大家一齊試下整傳統月餅，食住自製嘅月餅感受一下中秋節濃厚氣氛。  
備註：1) 活動不設特惠會籍名額  
2) 如有食物敏感，請提早通知  
3) 請自備食物盒  
負責職員：林梓瑩姑娘 Raphael miss(註冊社工)

溝通 ★★★★★

## 才藝訓練/興趣培育系列



### YIC-2627-0159 2026飛鏢新人王挑戰賽

活動日期：26/10/2026 (星期五)  
活動時間：晚上7:00 - 8:30  
活動地點：本中心  
對象：12-24歲  
名額：12人  
收費：會員每位\$10，非會員每位\$40  
目的/內容：2026飛鏢新人王挑戰賽開始報名喇！不論你係新手同老手我地都一樣歡迎你報名，而且贏出重會有豐富獎品。快D搵埋朋友仔一齊黎參加啦。  
備註：參加者需自備飛鏢  
負責職員：邱俊祺先生 Felix Sir(註冊社工)



### YIC-2627-0152 龍舟維港體驗遊

活動日期：12/9/2026 (星期六)  
活動時間：上午8:00-下午2:00  
活動地點：本中心、賽馬會啟德水上運動中心  
對象：12-24歲  
名額：6名  
收費：會員每位\$50 非會員每位\$80 (交通費自備)  
目的/內容：走進維港中心，近距離欣賞兩岸天際線或璀璨夜景。學習正確划槳節奏、跟隨鼓聲，體驗傳統龍舟團隊震撼與力量感。  
負責職員：陳栢琳姑娘 Jacqueline Miss (活動幹事)

青年9至10月活動



## YIC-2627-0072 K-pop跳舞組(2026年9-10月)

- 活動日期：** 5/9, 19/9, 3/10, 24/10, 31/10/2026 (星期六)  
**活動時間：** 晚上7:00-8:30/ 晚上8:30-10:00  
**活動地點：** 本中心  
**對象：** 12-18歲  
**名額：** 6人  
**收費：** 會員每位\$500 非會員每位\$530  
**目的/內容：** K-pop係現今一種非常流行既舞蹈，除左係度識到熱愛K-pop既同道中人之外，亦可以一齊學跳各種K-pop類型既舞或者大家鍾意既歌！而且仲有表演機會，去展示個人舞技同團隊power添！快D過黎一齊join我地啦！  
**備註：** 1. 此活動屬舊生優先報名  
 2. 參加者請穿著輕便的衣著、運動鞋及自備水  
**負責職員：** 負責職員：陳倩婷姑娘City Miss (註冊社工)



## YIC-2627-0153 桌上遊樂園 (2026年9-10月)

- 活動日期：** 18/9, 23/10/2026、(星期五) 共兩節  
**活動時間：** 晚上7:30-9:00  
**活動地點：** 本中心  
**對象：** 12-24歲  
**名額：** 10人  
**收費：** 會員每位\$30 非會員每位\$60  
**目的/內容：** 除了UNO、大富翁和飛行棋外，你還玩過多少款桌上遊戲呢？桌上遊戲的種類五花八門，有講求反應力的、眼力的、邏輯思考的、甚至是溝通和合作的，總有一款你會喜歡。參加這個遊樂園，認識志趣相投的朋友，一起體驗不同的桌上遊戲。  
**負責職員：** 劉偉雄先生 Theo Sir (註冊社工)



## YIC-2627-0103 公仔麵創意料理

- 活動日期：** 11/9, 18/9, 9/10, 16/10/2026(星期五)  
**活動時間：** 下午5:30-晚上7:00  
**活動地點：** 本中心廚房  
**對象：** 16-24歲  
**名額：** 6名  
**收費：** 會員免費 非會員每位\$30  
**目的/內容：** 9月、10月唔好hea！嚟青年中心玩轉公仔麵，青年大廚齊變身創意MasterChef！用基本公仔麵加家中材料，煮出超正風味，原來公仔麵都可以咁好食！  
**備註：** 1. 公仔麵及材料需自備  
 2. 中心會提供煮食器材  
**負責職員：** 蔡金城先生 金城Sir(註冊社工)



## YIC-2627-0146 西九野餐 X Boardgame

- 活動日期：** 31/10/2026 (星期六)  
**活動時間：** 下午2-6  
**活動地點：** 本中心及西九文化區草地  
**對象：** 12-24歲  
**名額：** 8名  
**收費：** 會員免費 非會員每位\$30 (交通費及食物費自備)  
**目的/內容：** 想同朋友一齊曬太陽、坐草地、食好嘢再加埋笑聲？「野餐 X Boardgame」就係將野餐嘅悠閒同桌遊嘅刺激融合埋一齊，等你可以邊食邊玩，開心過一個輕鬆嘅下午。  
**負責職員：** 鄺文傑先生 MK (戲劇治療師、註冊社工)



## YIC-2627-0161 手作中秋小燈籠

活動日期：23/9/2026 (星期六)  
 活動時間：下午4:30-6:00  
 對象：12-24歲青少年  
 名額：12人  
 收費：會員：\$10 非會員\$40  
 目的/內容：一年容易又中秋，係呢個人月兩團圓既日子當然要整番個燈籠應下節啦！唔想同人地一模一樣既話，就快D黎參加喇。  
 負責職員：負責職員：邱俊棋先生 Felix Sir(註冊社工)



## 青年義工網絡系列



## YIC-2627-0145 桌遊義工小組

訓練日期：4/9, 11/9, 18/9, 2/10/2026 (逢星期五)  
 活動時間：晚上7:00-9:00  
 服務日期：8/10 (星期四)  
 服務時間：晚上7:00-9:00  
 活動地點：本中心  
 對象：12-24歲  
 名額：8名  
 收費：會員免費 非會員每位\$30  
 目的/內容：今次小組除咗讓大家可以學習如何成為一個義工之外，各位亦會學習到如何學習唔同桌遊。另外，小組成員會有共同決定服務對象。  
 負責職員：鄭文傑先生 MK (戲劇治療師、註冊社工)



## YIC-2627-0125 不傳統的食燈籠、玩月餅

活動日期：24/9/2026 (星期四)  
 活動時間：晚上6:00-8:00  
 活動地點：本中心  
 對象：12-24歲  
 名額：10人  
 收費：會員每位\$50 非會員每位\$80  
 目的/內容：食燈籠、玩月餅？燈籠就有得食啦~但月餅可以...  
 ✨中秋新玩法解鎖 ✨  
 原來月餅唔一定要好 hard core 🙄  
 今次我哋用 超 easy mode 整傳統月餅~  
 零壓力(真係)·零失敗(希望)·淨係開心 ✓  
 同 friend一齊整、一齊笑、影相打卡 📷 順便過個有feel嘅中秋 😊  
 負責職員：林雅峰姑娘 Anna Miss (活動幹事)

## 家長系列



## YIC-2627-0079 《慢下來的三個時刻》- 家長活動

活動日期：22/9, 29/9, 6/10/2026 (星期二，共三節)  
 活動時間：上午10:30-12:30  
 活動地點：本中心  
 對象：6-18歲學生之家長  
 名額：6人  
 收費：會員每位\$100 非會員每位\$130  
 (費用已包括所有製作用具及材料)  
 目的/內容：日常為家庭、為子女奔波，你有多久，沒有為自己停一停？不只是在做手作，也是一次與自己對話、重新充電的過程。在專注手作的時光中，放下壓力、沉澱情緒，感受雙手創作帶來的平靜與療癒。  
 🍵 第一節：陶瓷《定一定·慢慢捏》  
 🧴 第二節：皮革《一針一線·慢慢來》  
 🌸 第三節：護手霜《滋潤自己的一刻》  
 備註：孕婦、哺乳期、氣喘、對強烈氣味敏感人士、有皮膚敏感、濕疹，或對香精/精油成分過敏者，為保障安全，不建議參與。  
 負責職員：陳倩婷姑娘 City Miss (註冊社工)



## YIC-2627-0147 國家級非物質文化遺產—舞火龍觀賞團

活動日期：26/9/2026 (星期六)  
 活動時間：晚上6:30-9:30  
 活動地點：大坑  
 對象：12-24歲  
 名額：8名  
 收費：會員免費 非會員每位\$30  
 (交通費自備)  
 目的/內容：每年中秋節，大坑街頭都因舞火龍而熱鬧非凡。這項傳統可追溯至19世紀，當時居民以插滿線香的火龍驅趕疫症。時至今日，由300多位健兒引領一條點滿12,000枝長壽線香，全長67米嘅火龍，以及由小朋友舞動的LED小火龍，會穿梭大坑嘅大街小巷，祈求合境平安。今個中秋一齊一睹這項國家級非物質文化遺產的魅力，體驗珍貴的香港傳統。  
 負責職員：鄭文傑先生 MK (戲劇治療師、註冊社工)



一生一體藝空手道班

## 兒童空手道



### 教練:

由香港空手道代表隊教練、九龍空手道剛柔會馮臬衛師範及其他教練，教授主流剛柔流空手道運動技巧，包括：基本動作教學(握拳、腿、擺拳、出拳等)；還有相關的肌力和體能訓練。同時著重培養學員學懂謙卑及尊師重道的武德。

馮教練於2024年5月獲得「第30屆賽馬會香港優秀教練選舉」頒發「社區優秀教練獎」。

### 空手道運動對學習的益處

體育運動愈來愈受香港人重視，近年家長著意為子女安排不同的體育活動。教育局將體育科納入中小幼學習階段的八個學習領域及資優課程內，致力培養青少年做運動的習慣。

多項研究顯示，運動訓練(包括空手道)能促進人體腦細胞的增長及強化神經的連結；空手道運動動作變化多，左右腦需同時作快速反應，能提高兒童及青少年的專注力、記憶力，從而提升其在學術上的學習能力。

### 一生一體藝空手道課程

1. 教授主流剛柔流空手道技巧
2. 著重培養學員學懂謙卑及尊師重道的武德
3. 定期為學員提供升級(色帶)評估考核
4. 色帶級別如下:

色帶	級別	學習時間
白帶	9 - 10	約4 - 8月
黃帶	7 - 8	約8-16月
綠帶	5 - 6	
藍帶	3 - 4	約16-28月
啡帶	1 - 2	
黑帶	初段	

舉辦 / 推薦學員參加不同的賽事，以提升他們的學習興趣及信心，

睿廷杯空手道分齡賽  
(每季/每半年)

全港剛柔會空手道大賽  
(年度賽)

全港校際空手道大賽  
(年度賽)

全港空手道青少年賽  
(年度賽)



## 全方位兒童培育系列

(此系列課程不設特惠收費)

# 空手道 課程



活動編號 / 名稱	對象	活動日期	活動時間	收費
YIC-2627-0186 空手道班(初小) 7-8月	初小	3/7 - 21/8 (逢五) 共8堂 (28/8沒有堂)	下午5:00~6:00	會員\$720 非會員\$770
YIC-2627-0187 空手道班(高小) 7-8月	高小	3/7 - 21/8 (逢五) 共8堂 (28/8沒有堂)	下午4:00~5:00	會員\$720 非會員\$770
YIC-2627-0188 空手道班(初小) 9-10月	初小	4/9 - 30/10 (逢五) 共9堂	下午5:00~6:00	會員\$810 非會員\$860
YIC-2627-0189 空手道班(高小) 9-10月	高小	4/9 - 30/10 (逢五) 共9堂	下午4:00~5:00	會員\$810 非會員\$860

活動地點：本中心

名 額：每班10人

目 的：空手道注重禮儀，培養學員的修養及良好品格、鍛鍊學員堅毅不屈的意志力、永不放棄的精神。

內 容：1)教授主流剛柔流空手道技巧  
2)著重培養學員謙卑及尊師重道的武德  
3)定期為學員提供升級(色帶)評估考核空

備 註：學員請穿運動衣著；空手道衣請自行向教練購買

負責職員：梁慧明姑娘

黃俊彥 俊Sir (註冊社工)



全方位兒童培育系列



全方位兒童培育系列



# 劍擊的好處

1. 全面提升身體素質，包括心肺功能、協調性與敏捷度、柔韌性
2. 提升專注力、培養策略性思考與解決問題能力、增強反應速度與決策力、鍛鍊心理韌性與抗壓性
3. 建立自信與自律、學習尊重與禮儀、壓力釋放與情緒管理、拓展社交圈、而且是相對安全的運動。



## 課程內容

1. 基本步法訓練
2. 手上動作訓練
3. 雙人對打訓練
4. 實戰練習

收費：會員\$120/堂  
(每期約8-9堂)

\*本課程將使用比賽規格裝備授課  
\*所有用具每位學員使用前會全面消毒



全方位兒童培育系列

# 全方位兒童培育系列 劍擊課程

(此系列課程不設特惠收費)



活動編號 / 名稱	對象	活動日期	活動時間	收費
YIC-2627-0190 劍擊班(初小) 7-8月	K3 至 小三	3/7 - 21/8 (逢五) 共8堂 (28/8沒有堂)	下午5:00~6:00	會員\$960 非會員\$1010
YIC-2627-0191 劍擊班(高小) 7-8月	小四 至 小六	3/7 - 21/8 (逢五) 共8堂 (28/8沒有堂)	下午6:00~7:00	會員\$960 非會員\$1010
YIC-2627-0192 劍擊班(初小) 9-10月	K3 至 小三	4/9 - 30/10 (逢五) 共9堂	下午5:00~6:00	會員\$1080 非會員\$1130
YIC-2627-0193 劍擊班(高小) 9-10月	小四 至 小六	4/9 - 30/10 (逢五) 共9堂	下午6:00~7:00	會員\$1080 非會員\$1130

活動地點：本中心

名 額：每班10人

目的/內容：三階段證書劍擊課程由資深導師設計教授。為提升小朋友的運動興趣，更加插體適能訓練，讓參加者認識身體不同部分的特徵和功能，以增強對環境的敏感度，建立保護自己的意識、培養意志及勇氣。課堂每次都會有單對單練習，同應用實戰比賽。課程中亦會加插小裁判訓練，透過觀察同學對打，從而學懂自我分析及策劃戰術。

備 註：1) 本課程將使用比賽規格裝備授課  
2) 參加者請穿運動衣著及運動鞋

負責職員：梁慧明姑娘  
林梓瑩姑娘Raphael Miss(註冊社工)

全方位兒童培育系列



# 全方位

## 兒童培育系列

# 開

# 繪畫

負責職員：梁慧明姑娘  
溫凱婷姑娘(註冊社工)

(此系列課程不設特惠收費)

課程名稱	編號	日期	時間	堂數	名額	地點	對象	收費	內容
童畫世界A 7-8月	YIC-2627-0166	4/7 - 29/8 (逢六) (22/8暑期活動閉幕活動暫停)	下午2:15 - 3:30	8	8	本中心	小一或以上	會員\$560 非會員\$610	透過教授兒童繪畫，培養對繪畫興趣。主要教授畫畫的各種技巧，如：水墨畫、廣告彩等，從而學習不同畫畫技巧，加強對繪畫興趣，建立自信，發掘潛能。
童畫世界B 7-8月	YIC-2627-0167	4/7 - 29/8 (逢六) (22/8暑期活動閉幕活動暫停)	上午11:45 - 下午1:00	8	8	本中心	小一或以上	會員\$560 非會員\$610	
童畫世界C 7-8月	YIC-2627-0168	4/7 - 29/8 (逢六) (22/8暑期活動閉幕活動暫停)	上午10:15-11:30	8	8	本中心	小一或以上	會員\$560 非會員\$610	
童畫世界D 7-8月	YIC-2627-0169	4/7 - 29/8 (逢六) (22/8暑期活動閉幕活動暫停)	下午5:15 - 6:30	8	8	本中心	小一或以上	會員\$560 非會員\$610	
童畫世界E 7-8月	YIC-2627-0170	4/7 - 29/8 (逢六) (22/8暑期活動閉幕活動暫停)	下午3:45 - 5:00	8	8	本中心	小一或以上	會員\$560 非會員\$610	
童畫世界A 9-10月	YIC-2627-0171	5/9 - 31/10 (逢六) (26/9公眾假期暫停， 17/10機構賣旗日暫停)	下午2:15 - 3:30	7	8	本中心	小一或以上	會員\$490 非會員\$540	
童畫世界B 9-10月	YIC-2627-0172	5/9 - 31/10 (逢六) (26/9公眾假期暫停， 17/10機構賣旗日暫停)	上午11:45 - 下午1:00	7	8	本中心	小一或以上	會員\$490 非會員\$540	
童畫世界C 9-10月	YIC-2627-0173	5/9 - 31/10 (逢六) (26/9公眾假期暫停， 17/10機構賣旗日暫停)	上午10:15-11:30	7	8	本中心	小一或以上	會員\$490 非會員\$540	
童畫世界D 9-10月	YIC-2627-0174	5/9 - 31/10 (逢六) (26/9公眾假期暫停， 17/10機構賣旗日暫停)	下午5:15 - 6:30	7	8	本中心	小一或以上	會員\$490 非會員\$540	
YIC-2627-0036	YIC-2627-0175	5/9 - 31/10 (逢六) (26/9公眾假期暫停， 17/10機構賣旗日暫停)	下午3:45 - 5:00	7	8	本中心	小一或以上	會員\$490 非會員\$540	

全方位兒童培育系列

全方位兒童培育系列

# 全方位

## 兒童培育系列

# 跆拳道

負責職員：梁慧明姑娘  
藍瑋皓先生(Blue Sir)

(此系列課程不設特惠收費)

課程名稱	編號	日期	時間	堂數	名額	地點	對象	收費	內容
跆拳道B 7-8月	YIC-2627-0176	6/7 - 24/8 (逢一) (31/8沒有堂)	下午5:00-6:00	8	8	本中心	小一或以上	會員\$480 非會員\$530	跆拳道既是一項能夠強身健體，又能夠臨危自衛的傳統搏擊武術，以技擊格鬥為基礎，以修心養性為核心，以磨練人的意志、振奮人的內在精神氣質、培訓練習者良好的禮儀及道德為目標。 你希望你的子女可以有所改變，快來學習吧！  *新加入之學員只需穿著普通運動服裝。有關購買跆拳道道袍，詳情可向教練查詢。  導師：韓國國技院黑帶
跆拳道D 7-8月	YIC-2627-0178	4/7 - 29/8 (逢六) (22/8暑期活動閉幕活動暫停)	下午3:30-4:30	8	8	本中心	小一或以上	會員\$480 非會員\$530	
跆拳道E 7-8月	YIC-2627-0179	4/7 - 29/8 (逢六) (22/8暑期活動閉幕活動暫停)	下午4:30-5:30	8	8	本中心	高段數學生	會員\$480 非會員\$530	
跆拳道F 7-8月	YIC-2627-0180	4/7 - 29/8 (逢六) (22/8暑期活動閉幕活動暫停)	下午2:30 - 3:30	8	8	本中心	小一或以上	會員\$480 非會員\$530	
跆拳道G 7-8月	YIC-2627-0177	6/7 - 24/8 (逢一) (31/8沒有堂)	下午4:00-5:00	8	8	本中心	小一或以上	會員\$480 非會員\$530	
跆拳道B 9-10月	YIC-2627-0181	7/9 - 26/10 (逢一) (19/10公眾假期暫停)	下午5:00-6:00	7	8	本中心	小一或以上	會員\$420 非會員\$470	
跆拳道D 9-10月	YIC-2627-0183	5/9 - 31/10 (逢六) (26/9公眾假期暫停， 17/10機構賣旗日暫停)	下午3:30-4:30	7	8	本中心	小一或以上	會員\$420 非會員\$470	
跆拳道E 9-10月	YIC-2627-0184	5/9 - 31/10 (逢六) (26/9公眾假期暫停， 17/10機構賣旗日暫停)	下午4:30-5:30	7	8	本中心	高段數學生	會員\$420 非會員\$470	
跆拳道F 9-10月	YIC-2627-0185	5/9 - 31/10 (逢六) (26/9公眾假期暫停， 17/10機構賣旗日暫停)	下午2:30 - 3:30	7	8	本中心	小一或以上	會員\$420 非會員\$470	
跆拳道G 9-10月	YIC-2627-0182	7/9 - 26/10 (逢一) (19/10公眾假期暫停)	下午4:00-5:00	7	8	本中心	小一或以上	會員\$420 非會員\$470	

會員申請表格

		<職員專用>	
主卡人姓名*:	(中) _____ (英) _____	<input type="checkbox"/> 新會員 <input type="checkbox"/> 續會	服務使用者編號: _____
身份證號碼*:	_____ (身份證號碼首4個字) 性別*: <input type="checkbox"/> 男/ <input type="checkbox"/> 女	會籍有效期至: _____	<input type="checkbox"/> 送會籍活動 推薦社工: _____
電話號碼*:	_____ <input type="checkbox"/> 同意加入 WhatsApp 廣播訊息群組	會員類別: <input type="checkbox"/> 6-24附屬會員	<input type="checkbox"/> 社區會員
出生日期*:	_____ 年 _____ 月 _____ 日 家長身份: <input type="checkbox"/> 是/ <input type="checkbox"/> 否		
電郵地址*:	_____ (請用正楷填寫)		
子卡人姓名*:	(中) _____ (英) _____	<input type="checkbox"/> 新會員 <input type="checkbox"/> 續會	服務使用者編號: _____
身份證號碼*:	_____ (身份證號碼首4個字) 性別*: <input type="checkbox"/> 男/ <input type="checkbox"/> 女	會籍有效期至: _____	<input type="checkbox"/> 送會籍活動 推薦社工: _____
電話號碼*:	_____ <input type="checkbox"/> 同意加入 WhatsApp 廣播訊息群組	會員類別: <input type="checkbox"/> 6-24附屬會員	<input type="checkbox"/> 社區會員
出生日期*:	_____ 年 _____ 月 _____ 日 家長身份: <input type="checkbox"/> 是/ <input type="checkbox"/> 否		
子卡人姓名*:	(中) _____ (英) _____	<input type="checkbox"/> 新會員 <input type="checkbox"/> 續會	服務使用者編號: _____
身份證號碼*:	_____ (身份證號碼首4個字) 性別*: <input type="checkbox"/> 男/ <input type="checkbox"/> 女	會籍有效期至: _____	<input type="checkbox"/> 送會籍活動 推薦社工: _____
電話號碼*:	_____ <input type="checkbox"/> 同意加入 WhatsApp 廣播訊息群組	會員類別: <input type="checkbox"/> 6-24附屬會員	<input type="checkbox"/> 社區會員
出生日期*:	_____ 年 _____ 月 _____ 日 家長身份: <input type="checkbox"/> 是/ <input type="checkbox"/> 否		
<input type="checkbox"/> 申請特惠會籍 (免費會籍一年及部分活動特惠收費): <input type="checkbox"/> 綜援受助家庭 <input type="checkbox"/> 全額書簿津貼 <input type="checkbox"/> 低收入家庭 地址: _____ 如未能提供有效地址, 將不會收到中心資訊 緊急事故聯絡人/監護人*: _____ 關係: _____ 聯絡電話: _____			
為保障閣下的私隱, 請細閱以下之個人資料(私隱)條例資料搜集通知(簡要): 1. 向本處提供所有個人資料, 純屬自願, 所提供個人資料, 本處將會用作與你通訊、處理報名、活動邀請/推廣等用途, 及與本處相關事宜。 2. 在提供服務時, 本處可能與有關人士聯絡, 惟閣下可聲明限制資料使用範圍。(條例豁免範圍除外)。 3. 所有個人資料會儲存於保密及安全的地方, 一切個人資料於服務完結後之指定時間內銷毀。 <input type="checkbox"/> 加「✓」號表示閣下願意個人資料被列入通訊名單內以獲取中心每季季刊。			

會員申請須知

1. 入會資格: 6-24歲人士及其家長; 未滿14歲申請人必須由監護人簽署申請表格。
2. 申請人會請出示有效的身份證明文件(如: 手冊、學生證、地鐵乘車證、身份證);
3. 申請人可親臨本中心或透過網上申請辦理手續(申請方法與第2項相同);
4. 個人會籍年費為港幣二十九元正, 家庭會籍年費為港幣四十元正, 須即場繳交(領取綜援人士/全額書簿津貼/低收入家庭, 出示有效證明文件及填妥特惠會籍申請表可獲年費減免; 本中心之會籍需按年續領;
5. 若會籍年屆滿前要求註銷(口頭或書面申請), 已繳付的會員年費將不發還;

本人/本人等謹聲明以上資料均屬實。

我/我等願意繳付年費, 申請成為會員。  我/我等願意收取義工服務資訊。(請填寫後頁義工資料)

申請人/監護人簽署: \_\_\_\_\_ 日期: \_\_\_\_\_ 負責職員: \_\_\_\_\_

(負責職員由職員填寫)

制定: 9.2001

修訂: 1.2026

執行: 1.2026

檢討: 10.2026



個人及家庭活動申請表

參加者姓名: (中文) \_\_\_\_\_ 非會員 / 會員: Y \_\_\_\_\_

聯絡電話: \_\_\_\_\_ 年齡: \_\_\_\_\_ 性別: 男 / 女

緊急事故聯絡人聯絡電話: \_\_\_\_\_ 家長身份: 是/否

個人活動或家庭活動主要申請人報名資料:

活動編號	活動 / 課程名稱	費用 (\$)	收費編號 (此欄由本中心職員填寫)
合計 (\$):			

家庭活動其他成員報名資料:

活動編號	其他參加者姓名	關係	性別	年齡	會員編號	費用 (\$)	收費編號 (此欄由本中心職員填寫)
合計 (\$):							

【郵寄活動報名】

請填妥以上表格, 連同劃線支票抬頭「循道衛理楊震社會服務處」, 於支票背面寫上活動名稱及參加者姓名, 並寄回「九龍旺角西海泓道海富苑海欣閣二樓循道衛理楊震社會服務處油尖旺青少年綜合發展中心」。請勿郵寄現金。

本人謹聲明以上資料均屬實, 並閱讀有關申請服務、退出服務和活動退款手續及參加活動須知。

參加者簽署: \_\_\_\_\_ 日期: \_\_\_\_\_ (日/月/年)

\* 家長簽署: \_\_\_\_\_ 日期: \_\_\_\_\_ (日/月/年)

(14歲以下及參加戶外活動的18歲以下人士, 必須由家長/監護人簽署)

【申請服務】

- > 凡符合使用服務資格及條件(USO1106-YIC)之人士, 可親臨本中心或以郵寄方式, 申請使用本中心服務; 亦可隨時申請成為**中心會員**, 並享有**會員優惠**。
- > **服務使用者**及**中心會員**除可參與中心各項活動和服務外, 亦可主動聯絡社工作出服務建議。

【退出服務】

- > 如欲退出已報名之活動, 可向該活動之負責職員提出, 在一般情況下, 報名費將不獲發還。所有活動亦不可自行轉名更換參加者。活動退出及退款安排, 可參考「參加者活動須知」。

負責職員: \_\_\_\_\_ 日期: \_\_\_\_\_

制定: 9.2001

修訂: 10.2023

執行: 11.2023

檢討: 10.2026



## 有關颱風及暴雨警告下之措施

## 參加活動須知

1. 本機構已為參加者購買綜合意外保險，詳情可與活動負責人查詢。唯參加者須遵照職員指示以免導致意外。
2. 本中心會因天氣或其他可能影響參加者安全的情況，將活動改為於中心舉行或改期，一切已繳費用概不退還；
3. 為協助活動負責人因應不同參加者健康狀況，作出合適的活動安排，如有任何特別的傷患/疾病，請於活動申請表上註明；
4. 所有活動照片或作公開展示用途。(如不同意，請主動向負責職員提出)
5. 如因參加者個人理由缺席活動，所繳交之款項將不獲退還。
6. 個人資料(私隱)條例資料搜集通知書(簡要)為保障閣下的私隱權，請細閱：
  - a. 向本服務處提供所有資料，純屬自願。
  - b. 所提供個人資料，將用作申請及提供服務之用。
  - c. 在提供服務時，本服務處可能與有關人士聯絡，惟閣下可聲明限制使用範圍。(條例豁免範圍除外)
  - d. 所有個人資料會儲存於保密及安全的地方。
  - e. 一切個人資料會於服務完結後之指定時間內銷毀。

	水上活動安排	一般戶外活動安排	中心內活動安排	中心開放安排
恶劣天氣/山泥傾瀉/水浸警告	如活動範圍受影響，活動考慮取消	如活動範圍受影響，活動考慮取消	照常	照常
雷暴警告	活動舉行前兩小時仍懸掛，活動取消	如活動範圍受影響，活動考慮取消	照常	照常
一號風球 / 黃色暴雨警告	活動舉行前兩小時仍懸掛，活動取消	如常舉行，如有特別安排，將電話通知	照常	照常
三號風球 / 紅色暴雨警告	活動舉行前兩小時仍懸掛，活動取消	活動舉行前兩小時仍懸掛，活動取消	照常	照常
八號風球或以上 / 黑色暴雨警告 / "極端情況"	活動舉行前兩小時仍懸掛，活動取消	活動舉行前兩小時仍懸掛，活動取消	活動舉行前兩小時仍懸掛，活動取消	停止中心開放及停止辦公室運作 中午十二時或之前除下，下午及晚上將照常開放 下午二時至四時或之前除下，晚上則關閉
* 服務提供/活動期間懸掛三號風球 / 紅色暴雨警告	*立即停止活動 呼籲參加者按情況留在安全地方，或在較安全情況下回家。	*立即停止活動 安排參加者留在安全地方，於所在地區天氣、路面及交通情況許可下，呼籲參加者儘快回家。	照常	照常
* 服務提供/活動期間懸掛八號或以上風球 / 黑色暴雨警告 / "極端情況"	*立即停止活動 呼籲參加者繼續留在安全地方，直至轉掛較低的訊號，並通知家長，或於所在地區的天氣、路面及交通情況許可時，讓參加者回家。	*立即停止活動 呼籲參加者繼續留在安全地方，並通知家長，直至轉掛較低的訊號或於所在地區的天氣、路面及交通情況許可時，讓參加者回家。	活動進行期間懸掛八號風球或公布"極端情況" 立即停止活動，於所在地區的天氣、路面及交通情況許可時，讓參加者回家。若情況不許可，則暫留在單位內，並通知其家長。 活動進行期間懸掛黑色暴雨 活動可繼續進行，參加者應留在單位內，如於門門仍未除下，呼籲參加者繼續留在安全地方，直至轉掛較低訊號，並通知家長或於所在地區天氣、路面及交通情況許可下讓參加者回家。	中心開放期間懸掛八號風球或公布"極端情況" 中心停止開放 辦公室停止運作 (請家長立即到中心接回子女或於安全情況下，讓會員儘快回家。) 中心開放期間懸掛黑色暴雨 中心停止開放 辦公室維持正常運作 (所有會員應繼續留在中心內，聯絡家長並讓家長到中心立即到中心接回子女或於安全情況下，讓會員儘快回家。)

Yang Memorial Methodist Social Service Yau Tsim Mong Integrated Centre for Youth Development

## Typhoon and Rainstorm Arrangements

Situation	Water Sports	Outdoor activities	Activities inside Centre	Centre opening Hours
Issue of Rainy / Thunderstorm / Landslip / flood warning services	Activities will be cancelled if the signal is still hoisted 2 hours before the start of the activities.	Activities will continue unless activity venue is affected, we will have telephone notice in case of special arrangements	Operation as normal	Operation as normal
Issue of No.1 Tropical cyclone / Amber Rainstorm signal	Activities will be cancelled if the signal is still hoisted 2 hours before the start of the activities.	Activities will continue, we will have telephone notice in case of special arrangements	Operation as normal	Operation as normal
Issue of No.3 Tropical cyclone / Red Rainstorm signal	Activities will be cancelled if the signal is still hoisted 2 hours before the start of the activities.	Activities will be cancelled if the signal is still hoisted 2 hours before the start of the activities.	Operation as normal	Operation as normal
Issue of No.8 or above Tropical cyclone / Black Rainstorm signal / "announce" "extreme conditions"	Activities will be cancelled if the signal is still hoisted 2 hours before the start of the activities.	Activities will be cancelled if the signal is still hoisted 2 hours before the start of the activities.	Activities will be cancelled if the signal is still hoisted 2 hours before the start of the activities.	Centre will close Signal release before 12:00PM, afternoon and night sessions will be continued. Signal release before 4:00pm, afternoon sessions will be cancelled and night sessions will be continued.
Issue of No.3 Tropical cyclone / Red Rainstorm signal when the activities have started	Activities should be terminated. Participants will be advised to return home if the situation permit or stay at a safe place.	Activities should be terminated. Participants will be advised to return home if the situation permit or stay at a safe place.	Operation as normal	Operation as normal
Issue of No.8 or above Tropical cyclone / Black Rainstorm signal when the activities have started / "announce" "extreme conditions"	Same as Above	Same as Above	Issue of No.8 or above Tropical cyclone signal when the activities have started or announced "extreme conditions" Activities should be terminated. Participants will be advised to return home if the situation permits. Parents are informed to pick up the participants.  Issue of Black Rainstorm signal when the activities have started Activities will continue. (For immediate safety, participants should be kept in the centre) Participants will be advised to return home if the situation permits. Parents are informed to pick up the participants.	Issue of No.8 or above Tropical cyclone signal when the activities have started or announced "extreme conditions" Centre will close Participants will be advised to return home if the situation permits. Parents are informed to pick up the participants.  Issue of Black Rainstorm signal when the activities have started Centre operation will continue. (For immediate safety, participants should be kept in the centre) Participants will be advised to return home if the situation permits. Parents are informed to pick up the participants.

Note1: Release before 12:00PM, afternoon and night sessions will be continued;  
Release before 4:00pm, afternoon sessions will be cancelled and night sessions will be continued;  
Release after 6:00pm, night sessions will be closed.

\*\*\* 如有任何查詢，歡迎致電：2332 0969 與負責職員聯絡。

### 交通工具

#### Transportation

綠色專線小巴 Mini Bus  
43M(油麻地B2出口  
Exit B2 Yau Ma Tei  
MTR Station)

79K (旺角東站)

Mong Kok East MTR Station

九巴 KMB

10, 16, 914, 265B, 33A,  
72X, 287X

港鐵MTR

奧運站D出口

Exit D Olympic Station

旺角站C3出口

Exit C3 Mongkok Station

督印人：嚴欣樂

印製數量：1200份

督印日期：2026年4月



地址：

油尖旺青少年綜合發展中心

Yau Tsim Mong Integrated Centre for Youth Development

九龍旺角西海泓道海富苑海欣閣二樓


2/F, Hoi Yan House, Hoi Fu Court, Hoi Wang Road,

Mongkok West Kowloon

電話Tel : 2332-0969 傳真Fax : 2782-0349

電郵E-mail : yic@yang.org.hk

 [www.facebook.com/Yic.yang.hk](https://www.facebook.com/Yic.yang.hk)

 [yang\\_yic](https://www.instagram.com/yang_yic)



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



香港公益金  
THE COMMUNITY CHEST  
會員機構 MEMBER  
AGENCY



[www.instagram.com/yang\\_yic](https://www.instagram.com/yang_yic)



[www.facebook.com/Yic.yang.hk](https://www.facebook.com/Yic.yang.hk)



[www.yang.org.hk](https://www.yang.org.hk)