

# 協康會粉嶺家長資源中心

## 活動快訊



### !! 重要通告 !!

- ☞ 所有聖誕節日特備活動參加者留意，中心會個別通知中籤者於活動前交費。
- ☞ 六歲以下的兒童必須由家長或照顧者陪同逗留中心或參加活動。

## 家長天地

### A. 講座/工作坊

	名稱/編號	日期	時間	地點	對象	名額	費用	內容 / 備註	查詢
學前兒童家長加油站	專注篇 (FLPRC-23-00222)	26/1/24 (五)	上午 10:30 - 12:00	粉嶺家長資源中心	6歲以下兒童之家長	15名	\$10	分享提升兒童專注力的方法	嘉雯姑娘
	寫字篇 (FLPRC-23-00223)	23/2/24 (五)				15名	\$10	分享提升兒童書寫能力的方法	
自閉譜系兒童家長支援小組	語言篇 (FLPRC-23-00224)	8/3/24 (五)	上午 10:30 - 12:00		6歲以下自閉譜系兒童之家長	15名	\$10	分享如何提升自閉兒童之溝通及語言能力 	

	名稱/編號	日期	時間	地點	對象	名額	費用	內容 / 備註	查詢
家長資源 加油站	輕輕鬆鬆 玩遊戲 (FLPRC- 23-00225)	5/1- 12/1/24 (逢五， 共 2 節)	上午 10:30 - 11:30	粉嶺 家長 資源 中心 	家長 會員	8 名	\$40	遊戲是什麼?如何透過與孩子遊戲建立良好的親子溝通?學習利用日常生活物資製作小玩意,與孩子一起愉快學習。	曾 姑 娘
	心.繫家庭 家長小組 (FLPRC- 23-00226)	11/1- 14/3/24 (逢四， 共 6 節) (25/1、 8/2、 15/2 及 29/2 暫停)	上午 10:30 - 11:30		家長 會員	6 名	\$120	家庭由多個角色組成,每個角色說話模式都不同,家庭經常為柴米油鹽精打細算討論一番,同時面對處於青春期的青少年,生活上出現更多的角力。認識不同角色的難處,尋找有效的表達方式,同時學習減壓的方法,家長之間建立心繫支柱的力量。	D o n S ir
	家長「Me Time」減 壓小組 (FLPRC- 23-00227)	31/1- 13/3/24 (逢三， 共 6 節) (14/2 暫停)	上午 10:30 - 中午 12:00		家長 會員	8 名	\$120	身為家長,你是否經常因育兒及家庭問題而感到壓力重重?小組透過不同體驗,例如互動遊戲、觀看影片、分享討論及外出活動等,讓家長認識自己的需要及重拾信心,建立家長支援網絡。	彭 姑 娘

## B.社交活動/家長小組

	名稱/編號	日期	時間	地點	對象	名額	費用	內容 / 備註	查詢
家長俱 樂部	甜蜜蜜米 通小食坊 (FLPRC- 23-00228)	2/2/24 (五)	上午 10:30 - 中午 12:00	粉嶺 家長 資源 中心	家長 會員	8 名	\$30 (包 材 料 費)	學習如何利用粟米片及棉花糖製作簡單米通小食,回家與家人一起分享,亦可於家中與孩子一起製造,感受甜蜜蜜的親子時間。 <b>備註: 請自備食物盒</b>	曾 姑 娘
	新春林村 燒烤遊 (FLPRC- 23-00229)	7/3/24 (四)	上午 10:00 - 下午 3:30	大埔 林村	家長 會員	8 名	\$200 (車 費 自 備)	新一年開始,一起前往大埔林村,參觀林村許願樹,感受林村節日特色,中午於大埔校長燒烤享用任食韓燒 2 小時,輕鬆一下。 <b>【敬請準時,逾時不候】</b> 集合 / 解散時間及地點: 上午 10:00 / 下午 3:30 港鐵大埔墟站 <b>備註:</b> 1. 當天聯絡電話: 9619 0192 2. 參加者須穿著輕便衣服及運動鞋。 3. 參加此活動人士表示同意有關活動照片將用作公開宣傳之用。	

## C. 家長興趣班

粉嶺中心

名稱/編號	日期	時間	地點	對象	名額	費用	內容 / 備註	查詢
家長 瑜珈班 A (FLPRC- 23-00230)	9/1- 19/3/24 (逢二， 共 9 節)	上午 9:30- 10:45	粉嶺 家長 資源 中心	家長 會員	7 名	\$630	瑜珈是透過腹式呼吸，配合各種式子運動：包括站立、躺臥、坐立、蹲座、俯伏及打坐、休息法及靜坐法等動作，從而達致鬆弛神經及強化身心的境界；長期練習可以改善體形，有助增強身體柔軟度和促進血液循環。 導師：何潔嫦女士  備註： 1. 參加者需穿著輕便衣服 2. 上期參加者優先。	常 姑 娘
家長 瑜珈班 B (FLPRC- 23-00231)	(13/2 及 20/2 暫停)	上午 10:45 - 下午 12:00			9 名	\$630		



## 學前兒童園地



名稱/編號	日期	時間	地點	對象	名額	費用	內容 / 備註	查詢
社交小達人 (FLPRC- 23-00232)	9/1- 12/3/24 (逢二， 共 7 節)	下午 4:30 - 5:30	粉嶺 家長 資源 中心	4-5 歲 兒童	4 名	\$280	透過有趣的互動社交遊戲及集體活動，讓兒童在輕鬆的環境下學習不同的社交技巧，如主動表達、觀察、輪候等，有助提升兒童的社交溝通能力。  備註：「未接受社署資助的學前服務」兒童優先抽籤	嘉 雯 姑 娘
社交禮儀 小先鋒 (FLPRC- 23-00233)	11/1- 7/3/24 (逢四， 共 6 節)	下午 4:15- 5:15		5-7 歲 兒童	6 名	\$240	你是否希望小朋友在與他人互動時表現得有禮貌、自信和友善？現在，我們特別設立了一個專為小朋友打造的社交禮儀小組！在小組中，小朋友將會學習基本的社交禮儀，在與他人交流時表現得體而有禮。亦會透過不同的角色扮演和活動培養良好的溝通技巧，讓他們能夠有效地與他人建立友好的關係。	謙 Sir
專注小先鋒 (FLPRC- 23-00234)	27/1- 16/3/24 (逢六， 共 5 節)	上午 10:00 - 11:00		4-6 歲 兒童	5 名	\$200	專注力是兒童學習過程中的重要元素。本小組以不同專注力訓練遊戲及趣味故事，讓兒童在小組輕鬆氣氛中鞏固及進一步提昇對專注的自覺性、決心與實際能力，從而增強其個人的自尊心及自信心。	彭 姑 娘





# 學前兒童親子園地

粉嶺中心

名稱/編號	日期	時間	地點	對象	名額	費用	內容 / 備註	查詢
愉快學 中文 I (FLPRC- 23-00235) 	5/1- 15/3/24 (逢五， 共 8 節) (12/1、9/2 及 16/2 暫停)	下午 4:30 - 5:30	粉嶺 家長 資源 中心	就讀 K3 之 兒童 及 一名 家長	4 對 親子	\$400	以富趣味性的語文學習活動，包括聽、說、讀、寫等範疇，培養兒童對學習中文的興趣，奠定良好學習基礎。  備註：此為連續性之課程，參加今期愉快學中文之兒童，下期可優先報名。	嘉雯 姑娘
小跳豆 訓練小組 (FLPRC- 23-00236) 	6/1- 23/3/24 (逢六， 共 8 節) (20/1、 10/2、17/2 及 9/3 暫停)	上午 10:00 - 11:00		2-3 歲 兒童 及 一名 家長	4 對 親子	\$320	藉著與日常生活有關的主題，以多元化的遊戲形式，提升幼兒主動學習、專注、輪候及與人分享的情操，奠下良好學習基礎。  備註：「未接受社署資助的學前服務」兒童優先抽籤	

註：「未接受社署資助的學前服務」指未接受社會福利署安排之早期教育及訓練中心、幼稚園暨幼兒中心兼收計劃、到校學前康復服務、特殊幼兒中心或學習訓練津貼服務。

## 主流支援加油站

名稱/編號	日期	時間	地點	對象	名額	費用	內容 / 備註	查詢
中文 偵探團 (FLPRC- 23-00237)	5/1- 22/3/24 (逢五， 共 10 節) (9/2 及 16/2 暫停)	下午 4:00 - 5:00	粉嶺 家長 資源 中心	就讀 主流 小二 至小 三之 學生 	8 名	\$950	針對初小學生，提升學習中文的興趣和能力。 本期內容：閱讀理解（記敘文）、句子結構、關聯詞、量詞、看圖寫作 導師：鄧駿暉（駿暉哥哥） 資深傳媒工作者	嘉雯 姑娘
數學 偵探團 (FLPRC- 23-00238)		下午 5:05 - 6:05		就讀 主流 小三 之 學生	8 名	\$950	透過遊戲和練習，培養兒童對數學的興趣，提升解讀和處理文字題能力。 本期主題：分數、四則運算、四邊形 導師：鄧駿暉（駿暉哥哥） 資深傳媒工作者 	
全方位 中文 學習班 (FLPRC- 23-00239)		下午 6:10 - 7:10		就讀 主流 小四 至小 五之 學生	8 名	\$950	透過不同類型教材練習，增強學生聽、說、讀、寫能力。 本期內容：閱讀理解（記敘文、書信）、排句成段、重組句子、古文初接觸 導師：鄧駿暉（駿暉哥哥） 資深傳媒工作者 	
備註：1. 上期的組員出席率達 80%，今期可獲優先報名。 2. 請在報名表上註明就讀年級。								

名稱/編號	日期	時間	地點	對象	名額	費用	內容 / 備註	查詢
聽說讀寫學英文 B (FLPRC-23-00240)	3/1-27/3/24 (逢三, 共 12 節)	下午 3:45 - 4:45	粉嶺家長資源中心	就讀主流小一至小三之學生	7 名	\$1140	透過英語拼音、聽故事、朗讀等遊戲, 讓兒童在輕鬆的環境下學習英語, 引發兒童對英語的興趣, 提就他們的英語「聽」「說」「讀」「寫」能力。 導師: 黃婉珊小姐(經驗英語導師) 備註: 此為連續性之課程, 曾參加上期聽說讀寫學英文之兒童優先	嘉雯姑娘
聽說讀寫學英文 A (FLPRC-23-00241)	(14/2 暫停)	下午 4:50 - 5:50			7 名	\$1140		
小一適應班 I (FLPRC-23-00242)	6/1-23/3/24 (逢六, 共 8 節) (20/1、10/2、17/2 及 9/3 暫停)	下午 1:45 - 3:45		2024 年升讀主流小一之學生	6 名	\$800	讓兒童學習遵守課室常規、完成習作、抄寫家課冊, 並提升朋輩互助、和洽相處等社交技巧。 備註: 1. 此為連續性之課程, 今期出席 80%, 下期延續班可優先抽籤。 2. 請自備書包、文具、小食袋及水樽。參加者需自費購買中、英、數、常作業, 約\$280, 於第一堂繳交。	



## 單元/小組天地

名稱/編號	日期	時間	地點	對象	名額	費用	內容 / 備註	查詢
好朋友樂園 (FLPRC-23-00243)	10/1-20/3/24 (逢三, 共 8 節) (17/1、14/2 及 21/2 暫停)	下午 4:30 - 5:30	粉嶺家長資源中心	6-10 歲兒童 就讀特殊學校 優先	6 名	\$320	透過不同社交遊戲讓兒童學習輪侯及情緒表達, 加強參加者合作性及社交溝通能力。	曾姑娘
小專家訓練班 (FLPRC-23-00244)	12/1-15/3/24 (逢五, 共 8 節) (9/2 及 16/2 暫停)	下午 5:45 - 6:45		7-11 歲兒童	6 名	\$320	透過不同感知遊戲練習及身體協調練習活動, 訓練參加者手眼協調及專注力, 提升兒童學習能力。	



名稱/編號	日期	時間	地點	對象	名額	費用	內容 / 備註	查詢
至叻情緒 小超人 (FLPRC-23-00245)	13/1-16/3/24 (逢六， 共 6 節) (20/1、 10/2、17/2 及 2/3 暫停)	上午 11:30 - 下午 12:30	粉嶺 家長 資源 中心	6-8 歲 兒童	6 名	\$240	你是否希望你的小朋友能夠有效地處理情緒，建立積極的心態，快樂地面對生活的挑戰？現在，無論你的小朋友是膽小的孩子還是情緒起伏較大的孩子，我們都歡迎加入。透過參與有趣的遊戲和創意活動來表達情感，同時學習認識和理解自己的情緒，從而學會有效地管理和表達情感。讓你的小朋友學會掌控情緒，快樂成長！	謙 Sir
六色積木 『磚家』 (FLPRC-23-00246)	13/1-16/3/24 (逢六， 共 6 節) (20/1、 10/2、17/2 及 2/3 暫停)	下午 2:30- 3:30		8-11 歲 兒童	6 名	\$240	六色積木不同的簡短遊戲，協助發展及提升兒童的大腦執行功能。透過六色積木千變萬化的玩法，帶領小朋友進行探索，啟發好奇心和創造力。同時活動中能夠訓練小朋友的記憶、社交、動作等能力。	
幼童軍團 (FLPRC-23-00247)	13/1- 6/4/24 (逢六， 共 7 節) (20/1、 10/2、 17/2、9/3、 16/3 及 30/3 暫停)	下午 4:30 - 5:30		8-12 歲 兒童	7 名	\$210	每期訂立主題性訓練活動及團呼練習，訓練參加者團體合作精神及紀律性，提升獨立學習能力。  備註：舊團員優先	曾 姑 娘
	16/3/24 (六)	下午 1:00 - 5:00	香港 故宮 文化 博物 館			\$60 (包 門 票 及 旅 遊 車)	由義工及姑娘帶領兒童於香港故宮文化博物館參觀，認識中國藝術及文化歷史，增加參加者社區認識。 <b>【敬請準時，逾時不候】</b> 集合 / 解散時間及地點： 下午 1:00 / 5:00 粉嶺家長資源中心 備註： 1. 當天聯絡電話：9619 0192 2. 參加此活動人士表示同意有關活動照片將用作公開宣傳之用。	





名稱/編號	日期	時間	地點	對象	名額	費用	內容 / 備註	查詢
<b>Scratch Teen 地</b> (FLPRC-23-00248)	13/1-16/3/24 (逢六, 共 8 節)	下午 4:00-5:00	粉嶺家長資源中心	8-11 歲 主流學校學童	8 名	\$400	透過學習 Scratch 編程, 構思、製作動畫, 訓練兒童匯報及演說, 加強溝通表達能力, 提升自信心。	王姑娘
<b>STEM Teen 地</b> (FLPRC-23-00249)	(20/1 及 10/2 暫停)	下午 5:30-6:45		8-11 歲 主流學校學童	8 名	\$400	指導兒童組裝不同功能與造型的機械人, 訓練孩子專注力、手眼協調及執行力。  <b>*部分完成的作品會於中心開放日展出</b>	
解難小達人 (FLPRC-23-00250)	16/1-27/2/24 (逢二, 共 6 節) (13/2 暫停)	下午 4:30-5:30		7-10 歲 兒童	6 名	\$240	新興運動門檻低、玩法多變, 例如躲避盤及芬蘭木柱, 不像傳統運動般講求技巧, 兒童容易上手和取得成功感。新興運動除了可以訓練手眼協調, 還講求策略、戰術, 同時訓練腦部思考和身體肌肉, 因此亦十分適合提升兒童的執行能力。	彭姑娘
桌上遊戲王 (FLPRC-23-00251)	18/1-7/3/24 (逢四, 共 6 節) (15/2 及 22/2 暫停)	下午 4:30 - 5:30		7-9 歲 兒童	6 名	\$240	體驗考驗腦力及新奇的桌面遊戲, 學習遵守遊戲規則, 加強社交能力, 透過遊戲讓兒童學習輸贏, 並從中提升個人自信心。	常姑娘
小童軍團 (FLPRC-23-00252)	19/1-15/3/24 (逢五, 共 7 節) (9/2 及 16/2 暫停)	下午 4:15 - 5:15		5-8 歲 兒童	6 名	\$210	每月以不同的集會及訓練主題, 培養兒童遵守規則及與別人合作的情操。  <b>備註: 舊團員優先。</b>	
遊戲「專」家 (FLPRC-23-00253)	20/1-9/3/24 (逢六, 共 6 節) (10/2 及 17/2 暫停)	上午 11:30 - 下午 12:30		6-8 歲 兒童	6 名	\$240	玩不同有趣專注及社交遊戲, 遊戲當中訓練專注力, 提升其社交能力, 從中學習互相合作, 學習朋輩相處。	

# 社區合作活動

粉嶺中心

名稱/編號	日期	時間	地點	對象	名額	費用	內容 / 備註	查詢
協康會長 幼『融』行 『義』行 (FLPRC- 23-00254)	6/1/24 (六)	上午 10:00	粉嶺 家長 資源 中心	10 歲以上 就讀 主流學校 青少年	8 名	\$120	聚會安排與長者義工於中心一起互相分享近況及討論來年探訪事宜，體驗擔任義工服務的樂趣。  備註：舊組員優先	曾姑娘
	3/2/24 (六)							
	2/3/24 (六)	11:00						

備註：1. 此活動與『耆鄰網北區「耆鄰大使」健康計劃』合作  
2. 參加此活動人士表示同意有關活動照片將用作公開宣傳之用



## 青少年活動

名稱/編號	日期	時間	地點	對象	名額	費用	內容 / 備註	查詢
中學生 生活模式 (FLPRC- 23-00255)	5/1-15/3/24 (逢五， 共 6 節) (12/1、26/1、 9/2、16/2 及 1/3 暫停)	下午 6:00- 7:00	粉嶺 家長 資源 中心	中三至 中五主 流學校 青少年	6 名	\$240	青少年成長過程面對很多各式各樣的情境選擇，「學業」、「工作世界」的領域是什麼的框架，我們被限制了思考模式，學習跳出框架，思考中學生的生活模式。	Don Sir
青年 俱樂部 (FLPRC- 23-00256)	6/1-23/3/24 (逢六， 共 7 節) (20/1、10/2、 17/2、9/3 及 16/3 暫停)	下午 2:00 - 3:00		10 歲 以上 就讀主 流學校 青少年	6 名	\$280	透過不同主題遊戲及分享，讓青年一起享受個人空間，加強朋輩之間的溝通。	曾 姑 娘
週末 Teen 地 (FLPRC- 23-00257)	13/1、20/1、 27/1、16/3 及 23/3/24 (逢六， 共 5 節)	上午 10:00 - 11:00		10 歲 以上 就讀特 殊學校 青少年	8 名	\$200	讓青年於組內分享每星期的生活點滴，學習表達分享，並透過團體遊戲讓青年學習與人合作，提升社交溝通。	
分享 藝術學問 (FLPRC- 23-00258)	13/1-16/3/24 (逢六， 共 6 節) (20/1、10/2、 17/2 及 2/3 暫停)	上午 11:30 - 下午 12:30		小六至 中二主 流學校 青少年	6 名	\$240	小組以 Board game、藝術、手工、多元化形式進行，增加組員之間的互動，從互動中學習正確的說話方式，提升社交技巧。	Don Sir
青年 Story 頻道 (FLPRC- 23-00259)		下午 6:00- 7:00		小六至 中二青 少年	6 名	\$240	社會每日都有各種新鮮事，而環境充滿不同種類的陷阱，如何將自己認識的新事物與同輩交流，而不影響朋輩關係，透過小組提升青年人的社交關係。	





名稱/編號	日期	時間	地點	對象	名額	費用	內容 / 備註	查詢
單車同樂日 (FLPRC-23-00260)	10/3/24 (日)	上午 10:00- 下午 3:00	大尾督	13歲或以上青年	12名	每位 \$200 (包踩單車及任燒任食BBQ)	<p>對踩單車有興趣? 想同朋友一齊享受踩單車之樂、一齊暢飲豪食、一齊渡過開開心心既週日? 咁就快 d 黎報名參加啦!</p> <p><b>【敬請準時，逾時不候】</b></p> <p>集合 / 解散時間及地點： 上午 10:00 / 下午 3:00 大埔墟港鐵站 A 出口 (新達廣場入口側)</p> <p>備註： 1. 請自備足夠飲料 2. 當天聯絡電話：96190192 3. 穿著輕便舒適的衣服及鞋物 4. 參加此活動人士表示同意有關活動照片將用作公開宣傳之用</p>	王姑娘、燕姑娘

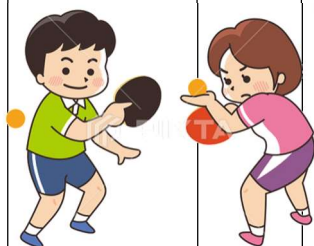


## 兒童興趣班

名稱/編號	日期	時間	地點	對象	名額	費用	內容 / 備註	查詢	
親子鋼琴個別教授 A 班 (FLPRC-23-00261)	3/1-20/3/24 (逢三，共 10 節) (14/2 及 21/2 暫停)	下午 3:15 - 5:45	每半小時一節	粉嶺家長資源中心	5歲以上兒童及一名家長	5對親子	\$1800	<p>由資深導師曾建萍女士教授鋼琴，培養兒童對音樂的興趣，藉此加強兒童的專注力、記憶力及手眼協調能力。</p> <p>備註： 1. 中心最終以抽籤決定上課時間 2. 請於報名表上註明所選擇之時段，可選擇時段為：下午 3:15-5:45 3. 課堂每半小時一節 (例：3:15-3:45)，可按優先次序選擇多個時間 4. 參加者只可報名參加 A、B、C 班其中一班 5. 新生於第一堂上課時需向導師購買琴譜 6. 上期參加者優先。</p>	常姑娘
親子鋼琴個別教授 B 班 (FLPRC-23-00262)	4/1-21/3/24 (逢四，共 10 節) (15/2 及 22/2 暫停)						\$1800		
親子鋼琴個別教授 C 班 (FLPRC-23-00263)	5/1-22/3/24 (逢五，共 9 節) (9/2、16/2 及 23/2 暫停)						\$1620		


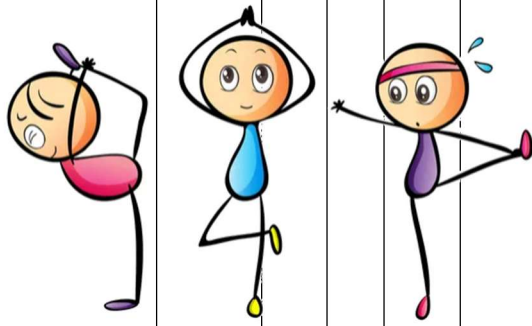


名稱/編號	日期	時間	地點	對象	名額	費用	內容 / 備註	查詢
兒童 乒乓球班 (FLPRC-23-00264)	5/1-15/3/24 (逢五, 共 9 節) (9/2 及 16/2 暫停)	下午 6:00-7:00	上水保榮路體育館	8 歲以上兒童	6 名	\$585	由資深乒乓球龍教練教授參加者學習乒乓球技巧, 透過乒乓球訓練參加者的手眼協調及大肌肉, 與人合作、專注能力, 並培養參加者對運動的興趣。 導師: 龍教練 備註: 1. 參加者請帶備乒乓球拍、水樽, 穿著輕便衣服及合適之運動鞋上課, 切勿穿著拖鞋。 2. 家長須陪同參加者自行前往 上水保榮路體育館 乒乓球室集合, 並在場館內看顧子女。 3. 上期參加者優先。	常姑娘
青年 籃球班 (FLPRC-23-00265)	6/1-16/3/24 (逢六, 共 9 節) (10/2 及 17/2 暫停)	上午 9:00-10:00	祥華邨戶外場及上水體育館	10 歲或以上兒童	15 名	\$720	透過學習籃球, 讓學員掌握籃球的基本技巧及規則, 從中培養團體合作精神。 導師: 紀教練 備註: 和興體育館裝修, 1 月份於祥華邨戶外場, 2 及 3 月份會於保榮 或 龍琛體育館上課。 1. 請穿著輕便衣服及運動鞋, 並自備水樽及籃球。 2. 參加者需自行前往體育館上課 3. 上期參加者優先。	
兒童 Kick-Boxing 班 (FLPRC-23-00266)	6/1、3/2、24/2-6/4/24 (逢六, 共 8 節) (30/3 暫停)	上午 11:00 - 中午 12:00	粉嶺和興體育館活動室	6 歲以上兒童或棠棣	11 名	\$720	課程設計由淺入深, 讓兒童體驗玩 Kick-boxing 之樂趣。教授兒童體適能訓練之基本理論、Kick-boxing 步法及踢、拳、肘、膝、配樂踢拳操、武術操及自衛術等, 從中訓練兒童的紀律性及專注能力。 備註: 1. 與以馬內利體適能協會合辦。 2. 參加者可向導師訂購制服。 3. 導師會因應參加者的健康及身體狀況而評估是否適合參與。 4. 家長須陪同參加者自行前往體育館集合, 並在館內看顧子女。 5. 於和興體育館活動室上課。 6. 上期參加者優先。	



名稱/編號	日期	時間	地點	對象	名額	費用	內容 / 備註	查詢
兒童 非洲鼓班 (FLPRC-23-00267)	6/1-16/3/24 (逢六，共9節) (10/2及17/2 暫停)	下午 4:00 - 5:00	粉嶺家長資源中心	4歲以上兒童	8名	\$1080	非洲鼓(Djembe)乃西非傳統樂器，音色清脆圓渾，節奏澎湃。非洲鼓的特色在於群體合作。導師將教授非洲鼓的基礎手法、技巧和節拍訓練，提升兒童的聽覺專注力及群體合作性。  導師：資深音樂導師馬楚城先生 (Martin 哥哥)  備註：上期參加者優先。	常姑娘
								
專注 小結他班 (FLPRC-23-00268)	6/1-16/3/24 (逢六，共9節) (10/2及17/2 暫停)	下午 5:00 - 6:00		6歲以上兒童	8名	\$1080	夏威夷結他(Ukulele)是四線的小結他，外形小巧別緻，特別適合兒童學生彈奏，教授兒童基本知識及彈奏技巧，配合音樂遊戲，訓練專注及小手肌能力。  導師：資深音樂導師馬楚城先生 (Martin 哥哥)  備註： 1. Ukulele 可向導師購買\$350 2. 上期參加者優先。	
								
足球小將 (FLPRC-23-00269)	12/1-8/3/24 (逢五，共7節) (9/2及16/2 暫停)	下午 5:20- 6:20	祥華邨足球場	8-11歲兒童	10名	\$560	由資深足球曾教練教授足球知識、運球、傳球、組織進攻、防守和射球的技巧，團隊合作精神、促進兒童的大肌肉小肌肉發展及身體協調能力。 導師：曾教練	
足球 訓練班 (FLPRC-23-00270)		下午 6:20- 7:20		12歲或以上兒童	14名	\$560	備註： 1. 請穿著輕便衣服及運動鞋，並自備足球及水樽。 2. 參加者需自行前往祥華邨足球場。 3. 上期參加者優先。	
								



名稱/編號	日期	時間	地點	對象	名額	費用	內容 / 備註	查詢
幼兒粉彩畫班 C (FLPRC-23-00271) 	9/1-19/3/24 (逢二，共 9 節) (13/2 及 20/2 暫停)	下午 4:15-5:15	粉嶺家長資源中心	7 - 10 歲兒童	6 名	\$990	利用日常生活接觸的事情和物件為主題，加以教授幼兒如何掌握繪畫之基本形狀和造形、線條運用、執筆方法、塗色技巧。透過活潑的學習引導、啟發創意；加強日後繪畫基礎發展，使幼兒對身邊事物有更多認識、提高美感認知和自信心。	常姑娘
幼兒粉彩畫班 B (FLPRC-23-00272)	10/1-20/3/24 (逢三，共 9 節) (14/2 及 21/2 暫停)	下午 3:30-4:30		4 - 6 歲兒童	7 名	\$990	導師: 黃潔賢小姐- Chabelo Art Studio 畫室資深導師  備註: 1. 新生需於第一堂向導師繳材料費\$65，材料包括:粉彩一盒，畫簿一本。 (上期參加者可只買畫簿\$20、粉彩\$35 或畫袋\$10) 2. 如有需要，可自行預備保護畫衣 3. 上期參加者優先。	
幼兒粉彩畫班 A (FLPRC-23-00273) 		下午 4:30-5:30			7 名	\$990		
初級兒童競技體操班 (FLPRC-23-00274) 	11/1-21/3/24 (逢四，共 9 節) (15/2 及 22/2 暫停)	下午 4:30-5:30		4 - 10 歲兒童	6 名	\$1170	課程適合兒童體驗學習，設有跳躍、跑跳、翻滾、平衡、韻律、柔軟、鍛鍊大肌肉的靈活性及力量等。 導師：Kelly Wong 老師  備註： 1. 穿舒適運動服上課 2. 完成課程及通過考試合格者，可申請中國香港體操總會（銅星/銀星/金星）證書；共 3 個級別。 3. 上期參加者優先。	

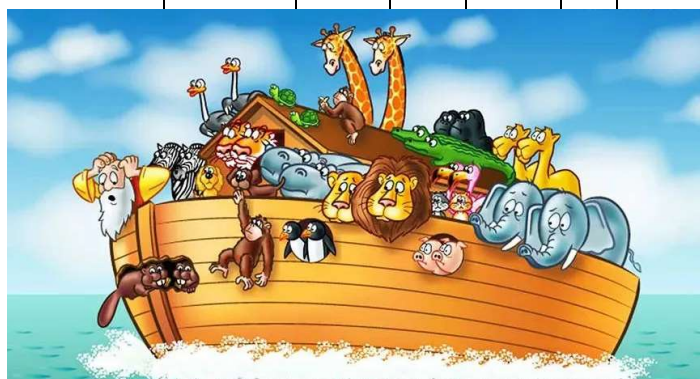
# 家庭活動

粉嶺中心

名稱/編號	日期	時間	地點	對象	名額	費用	內容 / 備註	查詢
聖誕節 心繫家庭 (FLPRC- 23-00275)	23/12/23 (六)	下午 4:00- 5:30	粉嶺 家長 資源 中心	照顧 者津 貼計 劃之 家庭 會員	16 名	每位 \$50	聖誕節是普天同慶的日子，照顧者家庭成員可透過遊戲、小手工，認識更多朋友，擴闊社交圈子，讓照顧家庭成員支援自己。	Don Sir 、 謙 Sir
輕鬆親子 一日遊 (FLPRC- 23-00276)	28/1/24 (日)	上午 10:00 - 下午 5:00	嘉道 理農 場暨 植物 園及 合味 道紀 念館	家庭 會員 (家長 及 4 歲 或 以上 成員)	26 名	每位 \$170 (大小 同價、 包入場 費及 旅遊車 費)	<p>早上乘坐旅遊車前往大埔嘉道理農場暨植物園欣賞不同的動物與植物，親近大自然，放鬆心情，舒展心身。中午於大埔墟自費午餐。</p> <p>下午由大埔乘坐旅遊車前往尖沙咀合味道紀念館進行“穀物麥片工作坊”，創作專屬於自己的麥片杯，最後返回粉嶺解散。</p> <p><b>【敬請準時，逾時不候】</b></p> <p>集合/解散時間及地點: 上午 9:30/下午 5:00 粉嶺家長資源中心</p> <p>備註: 1. 請自備雨傘、防曬、防蚊用品及足夠飲料，並穿著輕便衣服及運動鞋 2. 當日聯絡電話:9619 0192 3. 參加此活動人士表示同意有關活動照片將用作公開宣傳之用。</p>	謙 Sir



名稱/ 編號	日期	時間	地點	對象	名額	費用	內容 / 備註	查詢
下一站 中環 (FLPRC- 23-00277)	25/2/24 (日)	上午 9:00 - 下午 5:00	香港 動植物 公園、 中環街 市、元 創方	家庭 會員 (家長 及 5歲 或 以上 成員)	40 名	每位 \$70 (包 旅 遊 車 費)	<p>香港動植物公園遊玩，欣賞各種類形的動物，同時到中環街市午膳及打卡。中環街市改建後，煥然一新，將蛻變成一個親切和諧、活力動感的共享空間，開心玩一日，增加親子關係。</p> <p><b>【敬請準時，逾時不候】</b> 集合 / 解散時間及地點： 上午 9:00 粉嶺家長資源中心 下午 5:00 港鐵粉嶺站</p> <p>備註： 1. 請自備防雨，防蚊，防曬之用品及工具，足夠的飲品，並穿著輕便衣服及運動鞋 2. 當日聯絡電話：9619 0192 參加此活動人士表示同意有關活動照片將用作公開宣傳之用。</p>	Don Sir、 楊姑 娘
馬灣 樂悠遊 (FLPRC- 23-00278)	17/3/24 (日)	上午 8:45 - 下午 4:30	馬灣	家庭 會員 (家長 及 4歲 以上 兒童)	24 名	每位 \$210 (大小 同 價， 包門 票及 交通 費， 午餐 自費)	<p>挪亞方舟坐落於寧靜宜人的馬灣島上，擁覽青馬大橋壯麗景色，遠離俗世繁囂。結合玩樂、遊學和環保於一體，無論是暢遊方舟花園、體驗互動展館、還是遊覽馬灣美景，均能滿足大家停不下來的探奇之心，體驗難忘獨特的方舟之旅。</p> <p><b>【敬請準時，逾時不候】</b> 集合 / 解散時間及地點： 上午 8:45 / 下午 4:30 粉嶺家長資源中心</p> <p>備註： 1. 午餐可自備或到餐廳自費 2. 請自備防雨，防蚊用品及工具，足夠的飲品，並穿著輕便衣服及運動鞋 3. 當日聯絡電話：9619 0192 4. 參加此活動人士表示同意有關活動照片將用作公開宣傳之用。</p>	彭 姑娘 、 嘉 雯 姑 娘






名稱/編號	日期	時間	地點	對象	名額	費用	內容 / 備註	查詢
海洋公園家庭遊 (FLPRC-23-00279)	31/3/24 前	海洋公園開放時間	海洋公園	符合申請資格的家庭會員	20 對親子	免費	<p>申請家庭必須符合以下資格：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>至少參與 1 項本中心舉辦的 114 期 家長小組 / 家庭活動 及</li> <li>需符合以下資格並提供相關證明：正領取綜合社會保障援助(綜援) 計劃 或 全額書簿津貼 / 正領取政府在職家庭津貼 / 收入低於社會福利署 2023 年第一季入息中位數的 75%</li> </ol> <p>備註：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>如申請人數超出限額，將會以抽籤形式派發門票給中籤家庭。中籤後，家庭需要提供以上相關證明文件以核實參加資格</li> <li>每個合資格家庭最多可申請 2 張門票，並需要親臨本中心領取門票，亦只可向協康會轄下其中一間家長資源中心申請，如家庭重覆申請，其申請資格將會被取消</li> </ol>	王姑娘、曾姑娘



## 節日特備活動

名稱/編號	日期	時間	地點	對象	名額	費用	內容 / 備註	查詢
聖誕親子烹飪 (FLPRC-23-00280)	16/12/23 (六)	上午 11:00 - 下午 1:00	粉嶺家長資源中心	3-6 歲兒童及一名家長	6 對親子	\$80	<p>烹飪是一種有趣且多感官的活動，可以加強孩子不同發展。藉著聖誕節來臨，邀請家長與孩子體驗共同下廚的樂趣，一起邊煮邊學。</p> <p>小食餐單：蔬菜薯餅及滋味三文治 (活動涉及蛋奶類食品)</p>	彭嘉雯姑娘
聖誕派對樂 (FLPRC-23-00281)	16/12/23 (六)	下午 3:00 - 4:30		7-12 歲兒童 1125 旅小童軍及幼童軍成員優先	15 名	\$60	<p>一起參與聖誕派對，於派對內進行集體遊戲、製作小手工及幸運大抽獎，齊齊歡度聖誕。</p>	曾常姑娘
親子互動球 (FLPRC-23-00282)	19/12、20/12、21/12/23 (二至四) (共 3 節)	下午 4:30 - 5:30		3-5 歲兒童及一名家長	4 對親子	\$120	<p>利用不同類型的球 (包括治療球)進行親子遊戲，藉以提升兒童動作協調能力及互動等社交技巧。</p> <p>備註：參加者需穿著襪子進行活動</p>	嘉雯姑娘



名稱/編號	日期	時間	地點	對象	名額	費用	內容 / 備註	查詢
聖誕自由「適」(FLPRC-23-00283)	27/12(三)、 28/12(四)及 29/12/23 (五) (共3節)	下午 2:30 - 3:30	粉嶺家長資源中心	7-10 歲 兒童	6 名	\$120	不同的社區適應活動，認識及了解社區設施，提升兒童的適應社區能力，過程亦可讓兒童學習互相交流、分享、朋輩相處等社交技巧。  備註： 需同時報名聖誕自由「適」戶外篇	常姑娘
聖誕自由「適」戶外篇(FLPRC-23-00284)		下午 3:30 - 5:30		7-10 歲 兒童	6 名	\$120	一同渡過歡樂的聖誕節，透過親身體驗，包括：郵局、超級市場、公園、參觀鐵路博物館，增加對社區的認識，提升兒童適應社區的能力。  備註： 需同時報名聖誕自由「適」	
聖誕樂繽紛(FLPRC-23-00285)	28/12(四)、 29/12(五)及 30/12/23 (六) (共3節)	上午 10:00- 11:00		6-10 歲 兒童 就讀 特殊學 校優先	6 名	\$120	每節進行集體遊戲及製作小手工，讓兒童認識聖誕節慶祝活動，提昇兒童社交溝通。 	曾姑娘
聖誕節 Board game(FLPRC-23-00286)		上午 10:00- 11:00	小六至 中二青 少年	6 名	\$120	小組以 Board game 進行，以遊戲帶出青少年的獨立自主的重要性，從互動中學習認識批判思考能力。	Don Sir	
情緒小主人(FLPRC-23-00287)		上午 11:00 - 下午 12:00	就讀 K2 至 K3 之 兒童	4 名	\$120	透過故事及遊戲，讓兒童認識不同情緒，及學習情緒管理的技巧，讓孩子成為情緒的主人。	嘉雯姑娘	
感官探索家(FLPRC-23-00288)		上午 11:00 - 下午 12:00	4-6 歲 兒童	5 名	\$120	探索奇妙的感官世界！  一個專為小朋友的感官而設計的小組正在等待著你的加入！在這個小組中，小朋友將有機會發現自己的觸覺、視覺、聽覺和更多感官的不可思議。透過一系列精彩的活動，將帶領小朋友走進一個充滿色彩、聲音和觸感的世界。加入我們，一起探索感官的神奇世界，讓小朋友的感官在驚喜中成長！	謙 Sir	

名稱/編號	日期	時間	地點	對象	名額	費用	內容 / 備註	查詢
聖誕創意 小手工 A (FLPRC- 23-00289)	28/12(四) 、 29/12(五) 及 30/12/23 (六) (共 3 節)	上午 11:30- 下午 12:30	粉嶺家 長資 源中 心	4-6 歲 兒童	5 名	\$120	 <p>聖誕節將至，與其花錢購買聖誕飾物，不如動手做個應節的小手工，發揮兒童的創造力，讓兒童學習欣賞自己，提升自信心。</p>	彭 姑 娘
聖誕創意 小手工 B (FLPRC- 23-00290)		下午 4:00- 5:00		7-10 歲 兒童	6 名	\$120		
聖誕 大冒險 (FLPRC- 23-00291)		 <p>下午 2:15 - 3:15</p>		8-12 歲 兒童	8 名	\$120	透過歷奇遊戲，於小組中學習與組員解決問題及進行任務，提升參加者團體合作精神。	曾 姑 娘
培養 青少年 自信心 (FLPRC- 23-00292)		下午 2:30- 3:30		中二至 中五主 流學校 青少年	6 名	\$120	隨著時間流逝，自信心會被偷取，透過遊戲重整自己內在，培養自信心，讓青少年提升學習動機。	Don Sir
社交桌遊 小王國 (FLPRC- 23-00293)		下午 4:00- 5:00		6-8 歲 兒童	6 名	\$120	 <p>桌遊不僅僅是一塊棋盤或一疊卡牌，它是一個能夠將您帶入令人驚喜和挑戰的門票。小組不僅提供了豐富多樣的桌遊選擇，更是一個充滿歡笑、合作和挑戰的社群。在小組中，將與組員一起制定策略、競爭或合作，共同創造勝利。這不僅是一個遊戲，更是一個彼此交流、建立友誼和共同成長的場所。同時，透過不斷的合作以及工作人員的指示，小朋友亦能由此提升聆聽及執行指令的能力</p>	謙 Sir
賀年 利是封 DIY (FLPRC- 23-00294)	6/2/24 (二)	下午 4:30- 5:30		6-9 歲 兒童	8 名	\$40	 <p>讓兒童認識中國傳統新年習俗，並利用環保利是封製作特色掛飾。</p>	王 姑 娘
賀年習俗 FUN 一 FUN (FLPRC- 23-00295)	17/2/24 (六)	下午 4:30- 5:30		6-9 歲 兒童	8 名	\$40	透過不同遊戲活動，讓兒童認識各國不同的新年習俗，以及學習與同齡小朋友溝通互動的技巧。	