

協康會粉嶺家長資源中心

活動快訊

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	親子「優瀘」攻略：掌握子女成長的轉變 (FLPRC-25-00126)	25/10/25 (六) (暫定)	下午 5:00-6:30	網上 ZOOM	18 歲以下兒童之家長	20 名	\$10	互聯網上的資訊唾手可得，孩子很容易接到很多新奇有趣的事物。作為家長，您會否擔心孩子在網絡上接觸到不良的資訊。透過工作坊，家長可了解孩子在使用互聯網時面對的潛在風險，掌握親子溝通及相處技巧，引導子女正確使用互聯網，免受不良資訊影響。 備註：工作坊由「電影、報刊及物品管理辦事處」主辦，「加減乘除基金」協辦	嘉雯姑娘
	小一選校篇 (FLPRC-25-00129)	30/8/25 (六)	上午 10:30 - 12:00	粉嶺家長資源中心	6 歲以下兒童之家長	20 名	\$10	由幼稚園校長分享選校時需要注意的事宜，並交流區內小學的特色，協助家長為子女選取合適的學校。 講者：曾婉雯女士 (現職幼稚園校長，多年教學經驗，曾任職教育局，熟悉粉嶺區小學。)	
自閉譜系兒童家長支援小組	桌遊社交篇 (FLPRC-25-00131)	21/11/25 (五)	上午 10:30 - 12:00		6 歲以下自閉譜系兒童之家長	10 名	\$10	桌遊是一個孩子的社交場合，讓孩子在安全而有趣的環境下，學習真實社會中需要的社交技巧。透過講座，分享如何利用桌遊提升兒童社交技巧，例如輪流、聆聽、分享、妥協、解難等。	

	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	升中資源加油站 (FLPRC-25-00132)	9/10/25 (四)	上午 10:30 - 中午 12:00	粉嶺家長資源中心	子女就讀小五至小六之家長	12 名	\$20	升中前，家長除了應付孩子的成績外，還有什麼要注意?由工作員分享升中前家長準備，學習如何加強兒童面試能力及注意事項，為準備升中的家長打打氣。	曾姑娘
		30/10/25 (四)						邀請過來人家長分享選校心得，了解區內中學的支援模式及家校溝通。	
	融和活力大埔北計劃 - 連融包·陪住您 (FLPRC-25-00170)	26/9-24/10/25 (逢五，共 5 節)	上午 10:30 - 中午 12:00		家長會員	10 名	\$100	家長在促進子女的情緒健康及協助他們面對壓力或情緒問題時，擔當十分重要的角色。愛孩子的同時，別要忘了愛自己。透過小組訓練、義工服務、愛心茶聚等活動，彼此分享及交流促進家長身心健康介入手法和技巧，學習關懷自己及他人，從而提升自我情緒健康。 備註: 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。	曾姑娘、彭姑娘
	家長心靈加油站 (FLPRC-25-00171)	22/10-3/12/25 (29/10 暫停) (逢三，共 6 節)	上午 10:30-12:00		家長會員	6 名	\$120	天天照顧子女，難免不知不覺間累積了不少壓力。作為主要照顧者，定期為自己疏導情緒，對子女情緒發展尤其重要。透過外出活動、手作體驗等活動，協助家長舒緩壓力，提升身心靈健康。	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	家長遊樂園 (FLPRC-25-00172)	27/11/25 (四)	上午 10:30-中午 12:00	粉嶺家長資源中心	家長會員	8 名	\$220 (包保齡球場費用及午膳)	簡易雪花酥 於中心親手製作簡單版雪花酥，利用簡單食材製作，體驗煮食的樂趣。 備註: 請自備餐盒	曾姑娘
		18/12/25 (四)	上午 10:00-下午 2:00	沙田富豪保齡球場				鬆一鬆 集合後乘坐小巴前往沙田富豪保齡球場一起打保齡球，中午於沙田瀝源邨商場享用午餐，輕鬆一下。 集合 / 解散時間及地點: 上午 10:00 / 下午 2:00 港鐵沙田站 A1 出口 備註: 1. 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。 2. 當天聯絡電話: 9619 0192	

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- 25-00173)	16/9- 9/12/25 (逢二， 共 12 節)	上午 9:30 - 10:45	粉嶺 家長 資源 中心	家長 會員	9 名	\$960	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、蹲坐、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。	燕 姑 娘
家長 瑜珈班 B (FLPRC- 25-00174)	(7/10 暫停)	上午 10:50 - 12:05			9 名	\$960	導師：何潔嫦女士 備註： 參加者需穿著輕便衣服。	
家長悠閒 畫藝班 A (FLPRC- 25-00175)	8/10- 5/11/25 (逢三， 共 4 節)	上午 10:00 - 11:00		家長 會員	8 名	\$440	透過繪畫以助減輕日常生活壓力；嘗試運用不同媒介(如水彩 Watercolour、油粉彩 Oil Pastel、乾粉彩 Pastel 等...)，由淺入深學習，尋找樂趣及欣賞自己。	燕 姑 娘
家長悠閒 畫藝班 B (FLPRC- 25-00176)	12/11- 3/12/25 (逢三， 共 4 節)	上午 10:00 - 11:00			8 名	\$440	導師：黃潔賢小姐 - Chabelo Art Studio 畫室資深導師 備註： 1. 材料及工具只限課堂內提供。 2. 圖片僅供參考。	
繪聲繪語 魔法屋 (FLPRC- 25-00177)	16/10/25 (四)	上午 10:00 - 11:15		家長 會員	10 名	\$60	藉著不同的繪本，誘發兒童的想像力和語言能力，有助了解小孩的內心世界，增進父母親與孩子的溝通。 導師：《語芽園丁》黃老師	燕 姑 娘

同心家長會- 自閉症關注組

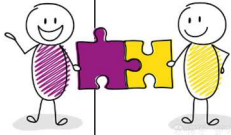
名稱/編號	日期	時間	地點	對象	名額	費用	內容 / 備註	查詢
手繪 工作坊 (SWD- HHPA 2025- FLPRC- 25-00111)	24/9/25 (三)	上午 10:00- 中午 12:00	粉嶺 家長 資源 中心	同心 家長 會家 長會 員	15 名	\$20 (包 材料)	學習手繪，享受 me time，並能認識同路人，彼此分享近況，互相支持、鼓勵！ 備註： 參加此活動人士表示同意有關活動照片將用作公開宣傳之用。	曾 姑 娘 / 王 姑 娘

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 (FLPRC-25-00178)	17/10-28/11/25 (逢五，共 7 節)	下午 4:30 - 5:30	粉嶺家長資源中心	升讀 K3 之兒童及一名家長	4 對親子	\$350	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。 	嘉雯姑娘
小跳豆訓練小組 (FLPRC-25-00179)	18/10-29/11/25 (逢六，共 6 節) (15/11 暫停)	上午 10:00 - 11:00	粉嶺家長資源中心 	2-4 歲兒童及一名家長	4 對親子	\$240	藉著與日常生活有關的主題，以多元化的遊戲形式，提升幼兒聆聽指令、專注、輪候及與人相處的技巧，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	

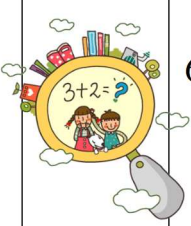
學前兒童園地

名稱/編號	日期	時間	地點	對象	名額	費用	內容 / 備註	查詢
專注訓練營 (FLPRC-25-00180)	11/10-15/11/25 (逢六，共 6 節)	上午 10:00-11:00	粉嶺家長資源中心	4-6 歲兒童	5 名	\$240	專注力是兒童不可或缺的能力。透過專注力訓練活動，提升兒童的專注、自我控制能力，從而加強應付日常學習的能力。	彭姑娘
社交小達人 A (FLPRC-25-00181) 	14/10-18/11/25 (逢二，共 6 節)	下午 4:30 - 5:30	粉嶺家長資源中心	4-5 歲兒童	4 名	\$240	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
社交小達人 B (FLPRC-25-00182)	16/10-20/11/25 (逢四，共 6 節)	下午 4:30 - 5:30	粉嶺家長資源中心	2-3 歲兒童	4 名	\$240		

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

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
中文偵探團 (FLPRC-25-00183)	12/9-28/11/25 (逢五，共 12 節)	下午 4:00 - 5:00	粉嶺家長資源中心	升讀主流小三至小四之學生	8 名	\$1164	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、句子結構、關聯詞、修辭方法、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-25-00184)		下午 5:05 - 6:05		升讀主流小二至小四之學生	8 名	\$1164	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：小數、四則運算、四邊形、綜合練習 導師：鄧駿暉（駿暉哥哥） 資深傳媒工作者	
初小讀寫教室 (FLPRC-25-00185)		下午 6:10 - 7:10		升讀主流小一至小二之學生	8 名	\$1164	課程透過閱讀中華文化故事，培養初小學員處理閱讀理解技巧，增強詞彙和寫作能力，全方位提升中文科成績。 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. 請在報名表上註明升讀年級

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- 25-00186)	17/9、 24/9、 8/10、 15/10、 22/10、 26/11、 3/12 及 10/12/25 (逢三， 共 8 節)	下午 3:45 - 4:45	粉嶺家長資源中心	升讀 主流 學校 K3 至 小一 學生	6 名	\$776	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，提升他們的英語「聽」「說」「讀」「寫」能力。 導師：黃婉珊小姐(經驗英語導師)	嘉雯姑娘
聽說讀寫 學英文 A (FLPRC- 25-00187)		下午 4:50 - 5:50		升讀 主流 學校 小二至 小四 學生	6 名	\$776		
小一 適應班 遊戲篇 (FLPRC- 25-00188)	18/10- 29/11/25 (15/11 暫停) (逢六， 共 6 節)	下午 2:00 - 3:00		2026 年 升讀 主流 小一之 學生	6 名	\$240	透過活動及遊戲，增強兒童不同技能，例如收拾書包、抄寫手冊，認讀詞彙、建立群體生活等，使之更獨立地應付日後需要，為未來升小一做足準備。 備註：「此小組並非正式小一適應班，今期中籤者需於下期小一適應班重新抽籤」	



單元/小組天地

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
好朋友樂園 (FLPRC-25-00189)	8/10-3/12/25 (逢三，共 7 節) (29/10 及 19/11 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	\$280	透過不同社交遊戲讓兒童學習輪候及團體合作，培養參加者個人表達，提昇社交溝通能力。 	曾姑娘
小童軍團 (FLPRC-25-00190)	10/10-28/11/25 (逢五，共 8 節)	下午 4:15 - 5:15		5-8 歲兒童	6 名	\$160	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。	燕姑娘
社交專注遊 (FLPRC-25-00191)	10/10-5/12/25 (逢五，共 9 節)	下午 5:45 - 6:45		6-10 歲兒童	6 名	\$360	透過不同感官及社交遊戲，訓練參加者專注力及社交溝通，提升兒童學習能力。	曾姑娘
童樂專注遊戲 (FLPRC-25-00192)	11/10-22/11/25 (逢六，共 6 節) (15/11 暫停)	上午 11:30 - 中午 12:30		5-7 歲兒童 	6 名	\$240	透過不同桌遊及活動，讓兒童從玩樂中學習遵守遊戲規則、學習與朋輩相處和交流，培養積極參與活動的精神，及提升專注力和社交技巧。	燕姑娘
解難者聯盟 (FLPRC-25-00193)	11/10-15/11/25 (逢六，共 6 節)	下午 2:30-3:30		7-10 歲兒童 	6 名	\$240	執行功能是大腦在「執行」日常工作時所需要的技能。透過小組訓練包括團隊及解難遊戲，提升兒童的執行功能，從而協助他們更有效地學習，建立人際關係。	彭姑娘
幼童軍團 (FLPRC-25-00194)	11/10-6/12/25 (逢六，共 8 節) (15/11 暫停)	下午 4:30 - 5:30		8-14 歲兒童 	8 名	\$160	每期學習不同生活技能及團呼練習，提升團員獨立學習能力及合作精神。 備註: 舊團員優先	曾姑娘
趣味小知識 (FLPRC-25-00195)	14/10-18/11/25 (逢二，共 6 節)	下午 4:30 - 5:30		7-9 歲兒童	6 名	\$240	透過不同的遊戲活動方式探索各種小知識，激發兒童的好奇心和學習熱情，提升個人自信心及加強社交能力。	燕姑娘

名稱/編號	日期	時間	地點	對象	名額	費用	內容 / 備註	查詢
#童遊 半日營 (FLPRC-25-00196)	15/11/25 (六)	上午 9:00 - 下午 4:00	曹公潭 戶外康樂中心	8-14 歲 兒童	14 名	\$80 (包膳 食費 及 車費)	一起參與營內設施及集體遊戲，並於營內享用午膳，加強參加者的互相認識，訓練獨立能力及擴闊社區接觸。 集合 / 解散時間及地點： 上午 9:00 / 下午 4:00 粉嶺家長資源中心 備註： 1. 此活動由康文署贊助 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。 3. 當天聯絡電話：9619 0192	曾姑娘、燕姑娘



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
成長的 Teen 空 (FLPRC-25-00197)	4/10- 13/12/25 (逢六， 共 8 節) (25/10、15/11 及 29/11 暫停)	上午 10:00 - 11:00	粉嶺家長 資源中心	10 歲以上 就讀 特殊學校 青少年	8 名	\$320	於小組內學習生活技能，包括簡單家務及煮食技巧，透過親身體驗學習，提升參加者個人自理能力。	曾姑娘
青年 鬆一 zone (FLPRC-25-00198)	11/10- 6/12/25 (逢六， 共 8 節) (15/11 暫停)	下午 2:00 - 3:00	粉嶺家長 資源中心	10 歲以上 就讀 主流學校 青少年	6 名	\$320	於小組參與不同形式的活動，提升社交思考溝通，讓青年一起享受朋輩相處，加強社交溝通技巧。	曾姑娘



社區合作活動

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』 『義』行 (FLPRC-25-00199)	25/10/25 (六) 29/11/25 (六) 20/12/25 (六)	上午 10:00 - 11:00	粉嶺家長 資源中心	10 歲以上 就讀主流學校 青少年 (舊組員優先)	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。	曾姑娘



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

兒童興趣班

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
兒童 非洲鼓班 A (FLPRC-25-00200)	6/9-25/10/25 (逢六，共 8 節)	下午 4:00 - 5:00	粉嶺家長資源中心	4 - 6 歲兒童	8 名	\$1000	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)	燕姑娘
兒童 非洲鼓班 B (FLPRC-25-00201)	1/11-20/12/25 (逢六，共 8 節)	下午 4:00 - 5:00			8 名	\$1000	備註： 1. 今期重新抽籤， <u>沒有</u> 舊生優先。 2. 同時報名參加 A 班及 B 班可優先抽籤。	
專注 小結他班 A (FLPRC-25-00202)	6/9-25/10/25 (逢六，共 8 節)	下午 5:05 - 6:05		6 - 10 歲兒童	8 名	\$1000	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。	
專注 小結他班 B (FLPRC-25-00203)	1/11-20/12/25 (逢六，共 8 節)	下午 5:05 - 6:05			8 名	\$1000	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. 同時報名參加 A 班及 B 班可優先抽籤。	
親子鋼琴 個別教授 A 班 (FLPRC-25-00204)	10/9-10/12/25 (逢三，共 12 節) (1/10 及 29/10 暫停)	下午 3:15 - 5:45	每半小時一節	5 歲以上兒童及一名家長	5 對親子	\$2280	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。 備註： 1. 中心最終以抽籤決定上課時間 2. <u>請於報名表上註明所選擇時段</u> ，可選擇時段為： <u>3:15、3:45、4:15、4:45、5:15</u> 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. 只可報名 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. 今期重新抽籤， <u>沒有</u> 舊生優先。	
親子鋼琴 個別教授 B 班 (FLPRC-25-00205)	11/9-11/12/25 (逢四，共 14 節)					\$2660		
親子鋼琴 個別教授 C 班 (FLPRC-25-00206)	12/9-12/12/25 (逢五，共 14 節)					\$2660		



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- 25-00207)	12/9- 12/12/25 (逢五， 共 14 節)	下午 6:00 - 7:00	上水保榮路體育館	8 歲以上兒童	5 名	\$1260	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：資深乒乓球導師龍教練 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體育館 乒乓球室集合，並在場館內看顧子女。 3. 今期重新抽籤， <u>沒有</u> 舊生優先。	燕姑娘
青年 籃球班 (FLPRC- 25-00208)	13/9- 13/12/25 (逢六， 共 14 節)	上午 9:00 - 10:00	粉嶺和興體育館	10 歲或以上兒童	10 名	\$1470	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。 備註： 1. 請穿著輕便衣服及運動鞋，並自備水樽、籃球。 2. 參加者需自行前往體育館上課 3. 今期重新抽籤， <u>沒有</u> 舊生優先。	
幼兒 粉彩 畫班 A (FLPRC- 25-00209)	16/9- 9/12/25 (逢二， 共 12 節) (7/10 暫停)	下午 4:15 - 5:15	粉嶺家長資源中心	4 - 6 歲兒童	6 名	\$1440	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。 導師：黃潔賢小姐 - Chabelo Art Studio 畫室資深導師	
幼兒 粉彩 畫班 B (FLPRC- 25-00210)	10/9- 10/12/25 (逢三， 共 12 節) (1/10 及 29/10 暫停)	下午 4:30 - 5:30		4 - 6 歲兒童	6 名	\$1440	備註： 1. 新生需於第一堂向導師繳交材料費\$65，材料包括：粉彩 1 盒，畫簿 1 本。 (上期參加者可只買畫簿\$20、粉彩\$35 或畫袋\$10) 2. 如有需要自行預備保護畫衣。 3. 今期重新抽籤， <u>沒有</u> 舊生優先。	

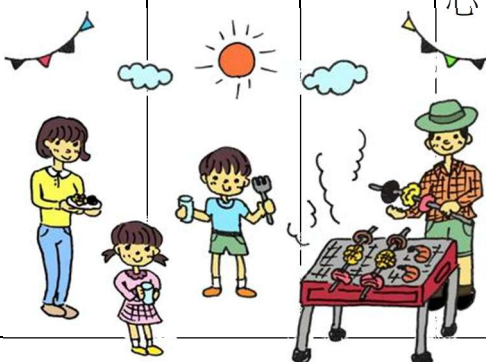
名稱/編號	日期	時間	地點	對象	名額	費用	內容 / 備註	查詢
初級 兒童競技 體操班 (FLPRC- 25-00211)	18/9- 4/12/25 (逢四， 共 12 節)	下午 4:30 - 5:30	粉嶺 家長 資源 中心	4 - 10 歲 兒 童	6 名	\$1500	課程適合兒童體驗學習，導師教授參加者學習體操技巧，設有跳躍、平衡、韻律、柔軟等，以鍛鍊兒童的大肌肉能力、靈活性及力量等。 導師：Kelly Wong 老師 備註： 1. 穿舒適運動服上課。 2. 完成課程及通過考試合格者，可申請中國香港體操總會（銅星/銀星/金星）證書；共 3 個級別。 3. 今期重新抽籤， <u>沒有</u> 舊生優先。	燕 姑 娘
足球小將 (FLPRC- 25-00212)	19/9- 14/11/25 (逢五， 共 8 節) (31/10 暫停)	下午 5:00 - 6:00	聯和墟遊樂場 (五人足球場)／街外場	7 - 10 歲 兒 童	10 名	\$800	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：資深足球導師曾教練	
足球 訓練班 (FLPRC- 25-00213)		下午 6:00 - 7:00		11 歲 或 以 上 兒 童 或 棠 棣	10 名	\$800	備註： 1. 請穿著輕便衣服及運動鞋，並自備足球及水樽。 2. 需自行前往聯和墟遊樂場(五人足球場)。 3. 今期重新抽籤， <u>沒有</u> 舊生優先。	



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
親子流體畫DIY (FLPRC-25-00214)	19/10/25 (日)	上午 10:00- 中午 12:30	粉嶺家長資源中心	家庭會員(家長及5歲或以上成員)	14名	每位 \$85 (大小同價)	在導師指導下，每位參加者發揮想像力及創意，製作屬於自己獨一無二的作品。 **每位參加者可以製作 1 幅流體畫及 2 個杯墊，共 3 件作品。 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，如怕沾污衣服，請自備圍裙。 4. 請自備膠袋或環保袋裝載作品。 5. 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。	王姑娘 / 鄭 Sir
親子藝術工作坊 (FLPRC-25-00215)	2/11/25 (日)	上午 10:30-下 午 3:00	粉嶺家長資源中心	5歲或以上家庭會員	16名	每位 \$80 (大小同價、包午餐及材料費)	共同創作是促進親子關係最自然的途徑。我們將共同創造一個歡樂與愛的空間，讓家長和孩子擁抱自己的獨特性，以及學習欣賞群體中的多樣性。透過與孩子一起繪畫及製作沙畫蠟燭，一方面培養小朋友對藝術創作的興趣。另一方面，父母透過藝術，與子女製造一個創新的共同體驗，從新的角度認識自己和子女，為教養的路途吸取養分。 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。	彭姑娘
冬日家庭營 (FLPRC-25-00216)	14/12/25 (日)	上午 9:00 - 下午 4:00	西貢戶外康樂中心	4歲以上家庭會員	46名	\$80 (大小同價) (包午餐)	早上於中心乘坐旅遊車，前往西貢戶外康樂中心，於營內享用康樂設施，包括射箭、桌球、卡拉 OK、單車等營地設施，中午於營內享用午膳，最後乘坐旅遊車返回港鐵粉嶺站解散。 【敬請準時，逾時不候】 集合 / 解散時間及地點： 上午 9:00 粉嶺家長資源中心 下午 4:00 港鐵粉嶺站 備註： 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。 4. 此活動由康文署贊助	曾姑娘、楊姑娘



名稱/編號	日期	時間	地點	對象	名額	費用	內容 / 備註	查詢
親親大熊貓 - 海洋公園親子遊 (FLPRC-25-00217)	20/12/25 (六)	上午 9:30 - 下午 6:30	香港海洋公園	家庭會員 (家長及 3 歲以上成員)	58 名	\$60 (包門票及去程旅遊巴費用，需自行回程及午餐自費)	集合海陸動物展覽、機動遊戲、大型表演於一身的海洋公園，相信大家一定不陌生。不論大人還是小孩子，總有一款適合你。現在，來海洋公園更可發掘六隻大熊貓的可愛日常，一睹港產雙胞胎與爸爸媽媽的有趣互動。 【敬請準時，逾時不候】 集合時間及地點： 上午 9:30 / 粉嶺家長資源中心 解散時間及地點： 自行於海洋公園解散 備註： 1. 交通安排：去程在中心乘旅遊巴出發，回程時間及交通需自行安排 2. 午餐自行安排 3. 請自備防蚊及防晒用品，並穿著輕便衣服及運動鞋 4. 當日聯絡電話：9619 0192 5. 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。	嘉雯姑娘
輕鬆港島遊 (FLPRC-25-00078)	23/11/25 (日)	上午 9:00 - 下午 5:00	山頂、香港動植物公園	家庭會員	46 名	\$30 (大小同價) (午餐自費)	於中心集合乘坐旅遊車前往山頂，於山頂廣場遊覽，亦可跟姑娘步行山頂家樂徑，中午於山頂廣場自費享用午膳，下午前往香港動植物公園，參觀園內動物及植物，親親大自然。 【敬請準時，逾時不候】 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 備註： 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。 4. 此活動由康文署贊助	曾姑娘



節日特備活動

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
聖誕玩樂遊 (FLPRC-25-00218)	23/12(二)、 24/12(三) 及	上午 10:30 - 11:30	粉嶺家長資源中心	5-7 歲兒童	6 名	\$120	在這個聖誕節，一起與同伴玩有趣的聖誕小遊戲和製作可愛的小手工，共同度過充滿樂趣和創意的時光。	燕姑娘
聖誕樂遊遊 (FLPRC-25-00219)	27/12/25 (六) (共 3 節)	上午 10:30 - 11:30		6-10 歲就讀特殊學校兒童	6 名	\$120	透過進行集體遊戲、故事分享及製作聖誕小食，讓兒童認識聖誕節慶祝活動，加強兒童社交溝通。	曾姑娘
聖誕專注樂 (FLPRC-25-00220)		上午 11:00 - 12:00		4-6 歲兒童	5 名	\$120	透過各種專注力遊戲及活動，讓兒童在小組鞏固及進一步提升對專注的自覺性、決心與實際能力，從而增強個人的自尊心及自信心。	彭姑娘
運動社交樂無窮 (FLPRC-25-00221)		中午 12:00 - 下午 1:00		3-5 歲兒童	4 名	\$120	透過不同趣味的團體運動，讓孩子享受運動的樂趣之餘，更培養他們專注力、遵守遊戲規則、社交能力及溝通能力，提升團隊合作精神。	嘉雯姑娘
聖誕小廚房 (FLPRC-25-00222)		下午 2:45 - 3:45		7-12 歲兒童	6 名	\$150	透過親手製作小食，訓練參加者聆聽指示及認識不同食材，培養兒童對烹飪的興趣。 備註:請自備餐盒	曾姑娘
聖誕情緒小專家 (FLPRC-25-00223)		下午 3:00-4:00		4-6 歲兒童	5 名	\$120	小組以情緒健康為主題，提升兒童對自身及別人情緒的覺察，學習接納不同情緒和感受，了解背後需要，並學會調適情緒。	彭姑娘
親子繪本小廚師 (FLPRC-25-00224)		下午 4:30 - 5:30		3-5 歲兒童及一名家長	4 對親子	\$140	透過有趣的繪本故事作引入，讓孩子對烹飪產生興趣，從而了解烹飪的過程，培養他們動手能力，建立生活技能之餘，並養成健康飲食的觀念。	嘉雯姑娘
聖誕棋趣 FUN (FLPRC-25-00225)		下午 4:30 - 5:30		7-9 歲兒童	6 名	\$120	透過各種棋類遊戲，在輕鬆愉快的環境中學習遵守遊戲規則、策略思考，提升專注力和社交技能。	燕姑娘