海富家長資源中心

SMART 爸爸俱樂部

負責職員：張姑娘

培育子女成長，爸爸擔任非常重要的角色。若子女有發展障礙，爸爸的育兒壓力便更沉重了。「SMART爸爸俱樂部」，鼓勵父親們互相分享感想及交流育兒心得，發揮自強、助人助己的精神，而使命方面包括;
Support（支持）：爸爸在俱樂部中能夠獲得支持及鼓勵Mutual Aid （互助）：促進爸爸之間互相分享及幫助Resource （資源）：滙聚資源，爸爸掌握育兒知識及技巧Tender （親切）：爸爸俱樂部像一個大家庭，給爸爸親切和溫暖的感覺。

活動編號	活動名稱	日期/時間	地點	對象	名額	費用
HFPRC-24-00432	拉筋的好處3月月費篇	8/3 - 29/3/25 (逢六，共4節) 下午5:00 - 6:00	海富中心	中心家長	10名	$200
HFPRC-24-00433	拉筋的好處4月月費篇	5/4 - 26/4/25 (逢六，19/4暫停共3節) 下午5:00-6:00			10名	$150
HFPRC-25-00020	拉筋的好處5月月費篇	10/5 - 24/5/25 (逢六，共3節) 下午5:00-6:00			10名	$150
HFPRC-25-00021	拉筋的好處6月月費篇	14/6 - 28/6/25 (逢六，共3節) 下午5:00-6:00			10名	$150

拉筋的好處 :@增加肢體靈活度, 如果平時筋骨不軟、肌肉僵硬的話，可以透過拉筋，來增加柔軟度；當筋骨柔軟之後，你就會發現很多日常活動，做起來都更輕鬆了，也能及早預防因為衰老所導致的行動不便。

~ 增加肢體活動的幅度 ...~提高健身的表現
~ 幫助治療並預防痛症 ...
導師:註冊痛症專員及伸展治療師

~ 增加流向肌肉的血液 ...~改善姿勢 ...
~ 幫助緩解壓力 ...讓大腦平靜
備註:家長可選擇實體或ZOOM上課。

拉筋的好處工作坊

活動編號	活動名稱	日期/時間	地點	對象	名額	費用
HFPRC-24-00436	拉筋的好處工作坊3月篇	29/3/25 (六) 下午5:00 - 6:00	海富中心	中心家長	10名	$50
HFPRC-24-00437	拉筋的好處工作坊4月篇	26/4/25 (六) 下午5:00-6:00			10名	$50
HFPRC-25-00022	拉筋的好處工作坊5月篇	24/5/25 (六) 下午5:00-6:00			10名	$50
HFPRC-25-00023	拉筋的好處工作坊6月篇	28/6/25 (六) 下午5:00-6:00			10名	$50

爸爸+孩子遊樂場

海富中心
負責職員：張姑娘

日期/時間	地點	對象	名額	費用	內容
26/4/25 (六) 下午2:15 - 4:00 活動編號: HFPRC-25-00024	海富中心	中心爸爸會員及其3-6歲發展障礙子女	10對	全免	【親子遊樂場A】 讓中心爸爸和子女一同遊戲、一同做手工、一同聽故事，共渡親子時光。 【爸爸加油站】 透過不同的主題，讓家長可以參與輕鬆和減壓的平台，為自己【加點力量】。 備註: ~家長參與講座時，兒童會安排社交互動時間。
28/6/25 (六) 下午2:15 - 4:00 活動編號: HFPRC-25-00025			10對	全免	【親子遊樂場B】 讓中心爸爸和子女一同遊戲、一同做手工、一同聽故事，共渡親子時光。 【爸爸加油站】 透過不同的主題，讓家長可以參與輕鬆和減壓的平台，為自己【加點力量】。 備註: ~家長參與講座時，兒童會安排社交互動時間。

Me Time話你知 ~ 伸展瑜伽

日期/時間	時間	地點	對象	名額	費用	內容
6/3 - 27/3/25 (逢四，共4節) 活動編號: HFPRC-25-00026	上午 10:00 - 11:30	海富中心	中心家長	8名	$120	提供機會讓家長學習伸展各呼吸，由淺入深進行全身拉伸及強化筋腱，達致身心寧靜健康、消除緊張、紓解壓力。好好享受自己的Me Time，同時會安排家長互相交流時間，為家長建立支援網絡。 備註: 1. 上課前一小時不能進食及須穿著輕便運動裝。 2. 為免影響課堂進行，遲到逾30分鐘者，將不安排入內參與該課堂，敬請留意。 家長義務導師：吳穎淇女士
3/4 - 17/4/25 (逢四，共3節) 活動編號: HFPRC-25-00027				8名	$90	
8/5 - 29/5/25 (逢四，共4節) 活動編號: HFPRC-25-00028				8名	$120	

同心家長會融合教育關注小組 海富中心

『融合教育關注小組』為家長舉辦多元化的活動，讓家長終身學習裝備起來。與同路人家長建立支援網絡，互相支持及鼓勵。藉此讓家長一同認識兒童及青少年子女成長的需要及掌握更多融合教育的資訊。

負責職員：張姑娘

日期/時間	地點	對象	名額	費用	活動編號及內容
14/5/25 (三) 上午 10:00 - 11:30	海富中心	中心家長會員	15名	全免	HFPRC-25-00029 【頌鉢鬆一鬆】 頌缽的聲音渾圓沉厚，平穩的聲音頻率容易使人身心放鬆， 頌缽的震動也能夠促進身體血液循環，幫助身體加速復原能力，非常適合為生活及精神壓力緊張的人帶來真正靜下放鬆的一刻。
11/6/25 (三) 上午 10:00 - 11:30			15名	全免	HFPRC-25-00030 【浮水畫杯墊】 『浮水畫』源於土耳其傳統藝術，創作方式為將顏料滴在膠液水面上，用竹籤或是尖銳物拉出漂亮的花紋後再染印到紙上的藝術創作，便可獲得一個獨一無二的作品。 備註:自備材料費

親子伸展+情緒二重奏

負責職員：張姑娘

日期/時間	地點	對象	名額	費用	活動編號及內容
14/6/25 (六) 下午 2:00 - 3:30	海富中心	10歲或以下兒童及其家長(爸爸出席優先)	10對	全免	HFPRC-25-00031 第一重奏: 淺談疏導情緒 情緒與拓展我們潛能息息相關，怎樣可以不成為情緒的奴隸！活出真正的自己，增加適應求生的能力，可以正面面對問題，也可以減少對情緒的恐懼。 第二重奏:利用伸展運動讓家長和孩子連結彼此，建立更親密的親子關係。 講者:Vinic Li (家長教育講師) 備註: ~家長參與講座時，兒童會安排玩遊戲、聽故事、做手工 ~講座完結便與子女一同進行伸展運動

息出好心情 - 心靈之窗

海富中心
負責職員：張姑娘

日期/時間	地點	對象	名額	費用	內容
18/3/25 (二) 上午10:00 - 11:30 活動編號: HFPRC-25-00032	海富中心	中心家長會員 (2023-24年度入會家長優先)	10名	全免	花藝學堂 — 壓花相架 🌿療癒 x 手工藝 我們以花與工藝，延伸每一個獨特的自然藝術旅程。每位創作者都從精神出發探索「心」「靈」相通的創造力。 備註：材料費自備
8/4/25 (二) 上午10:00 - 11:30 活動編號: HFPRC-25-00033			10名	全免	安哥…… 【賽螃蟹 +桂花翅】 相信大家都聽過「賽螃蟹」，這是一道著名的經典中國菜，其實內裏是沒有蟹肉，只是用雞蛋白加牛奶炒成。如果你到餐館，在菜單上不常見到這道菜。大家一同學習製作，一同交流及分享。 備註: 材料費自備
13/5/25 (二) 上午10:00 - 11:30 活動編號: HFPRC-25-00034			10名	全免	安哥…… 【豆沙鍋餅】 上海的經典小食／甜點，每次到上海餐廳都必定點這道。其實就是中式薄餅，再包入豆沙餡料，再炸至金黃香脆。超美味的中式甜品！做法超簡單，也可用煎的方法代替油炸。一定要試試！ 備註: 材料費自備

家長活動

負責職員：李姑娘

活動名稱	日期/時間	對象	地點	名額	費用	內容
我要鬆一Zone HFPRC-25-00035	20/5 - 10/6/25 (逢二，共4節) 下午 2:00-3:30	中心家長	海富中心	6名	$80	你今日鬆左未？鬆一zone有不同主題活動，啱晒想要鬆一鬆嘅你！ 來一起吹下水，體驗不同主題活動： >和諧粉彩 >海螺香薰蠟燭 >玻璃球花盆 >伸展毛巾操

至「正」系列

海富中心

負責職員：區姑娘

正向心理學認為幸福感有不可或缺的五種元素：正向情緒、全情投入、正向關係、生命意義感及成就感。至「正」系列以正向心理學為基礎，讓參加者體驗及學習幸福五元素。

活動名稱：至正親子小食 - 復活小雞蛋糕棒棒糖
活動編號：HFPRC-25-00036
日期：12/4/25 (六)
時間：下午2:00-4:00
對象：發展障礙兒童及其中一位家長
地點：海富中心
名額：4對
費用：每對$60
內容：復活節又點少得象徵生命力的小雞，與孩子一起製作小雞造型的CakePop，預備過一個充滿活力的假期。

活動名稱：至正親子小食 - 水晶粽
活動編號：HFPRC-25-00037
日期：24/5/25 (六)
時間：下午2:00-4:00
對象：下發展障礙兒童及其中一位家長
地點：海富中心
名額：4對
費用：每對$60
內容：改良了的水晶粽既能讓孩子體驗包粽的傳統文化，又可以在短時間內品嚐自己的成果。

活動名稱：至正手工 - 刺繡粽子香包
活動編號：HFPRC-25-00038
日期：13/5/25 (二)
時間：上午10:00-11:30
對象：中心家長
地點：海富中心
名額：6名
費用：$30
內容：親手縫製應節香包，送給家人朋友或自己用，表達關懷。

活動名稱：至正手工 - 掐絲琺瑯畫
活動編號：HFPRC-25-00039
日期：24/6/25 (二)
時間：上午10:00-11:30
對象：中心家長
地點：海富中心
名額：6名
費用：$30
內容：掐絲琺瑯畫就是先用鑷子等工具將細銅絲彎曲成喜愛的圖案，之後再填上琺瑯，形成古典而優雅的藝術品。

《同行有您 - 心靈之旅行》系列

海富中心

負責職員：張姑娘

日期/時間	地點	對象	名額	費用	活動編號及內容
26/3/25 (三) 上午 9:30 - 12:30	大埔 慈山寺	中心家長會員 2023-24 入會家長優先	18名	全免	HFPRC-25-00040 【同行有您】系列一： 參觀慈山寺各項建築物，置身一個寧靜和諧的環境中，讓五感與大自然連結，令心靈得到療癒的力量，為新一年注入正能量。 集合時間及地點: 詳情容後通告
30/4/25 (三) 上午10:00 - 下午2:00	海富中心 及 戶外場地		15名	全免	HFPRC-25-00041 【同行有您】系列二： 透過與同路人一同交流及分享，互相支持及鼓勵，滋養自己的身心，為身心靈充電。 及後與同路人一起午餐。

家長山毅同樂會

負責職員：李姑娘

活動名稱	日期/時間	對象	地點	名額	費用	內容
山毅同樂會 – 蝌蚪坪美景 HFPRC-25-00042	29/4/25 (二) 上午 10:00-12:30	中心家長	沙田蝌蚪坪	8名	$10	蝌蚪坪的難度低、路程短、景色美的市區行山路線。可以360度飽覽沙田美景，景色開揚身心舒暢。讓我們接觸大自然，放鬆一下，盡情探索香港的美景吧! 集合及解散地點：港鐵沙田站 集合時間：上午10:00 備註： 1. 請自備交通費用，可帶備零食食水、防曬和防蚊用品。 2. 請穿著舒適輕便裝束和運動鞋。 3. 外出活動中心聯絡手機號碼為5241-0829。

招募家長義工

您願意成為
自閉症青年的生命教練?

對象：家長會員
(願意聆聽及引導SEN青少年)

單對單（社工在場）
個別聆聽青年成長時面對的困擾，透過自身經驗分享，讓青年學習更多角度去理解事情

小組（社工在場）
協助社工完成小組/活動
促進組員之間的溝通

有興趣之家長會員，可WHATSAPP 聯絡社工賴姑娘 (TEL: 52410829)。

海富中心

手工達人系列

負責職員：李姑娘

活動名稱	日期/時間	對象	地點	名額	費用	內容
手工達人 - 吉祥繩結班 HFPRC-25-00043	9/4/25(三) 下午 1:00-2:30	中心家長	海富中心	8名	$30	繩結平時見得多，有冇想過自己也能編織？今次我們手把手教大家製作中國繩結，還會編織精緻漂亮的蜻蜓掛飾。
滴膠達人 – 神秘能量塔 HFPRC-25-00044	14/5/25(三) 下午 1:00-2:30			8名	$50	只要備齊工具材料，加上導師的指導，製作滴膠作品絕對不困難！今次會製作滴膠能量塔。
扭氣球達人– 迪士尼篇 HFPRC-25-00045	4/6/25(三) 下午 1:00-2:30			8名	$30	暑假要去主題公園玩？來提前準備下，製作迪士尼主題的扭氣球！由多年扭氣球經驗導師指導，扭氣球無難度！

*以上活動由家長義工帶領

兒童藝術學堂

負責職員：張姑娘

活動名稱：多感官之旅
活動編號：HFPRC-25-00046
日期：22/3 - 12/4/25(逢六，5/4暫停，共3節)
時間：下午2:30-3:30
對象：6-10歲發展障礙兒童
地點：海富中心
名額：6名
費用：$120
內容：透過聽覺、視覺及相關的活動去提昇兒童的專注力，從中亦會訓練兒童的表達能力和想像力。

導師：Joyce老師

活動名稱：「聽」故事、學道理
活動編號：HFPRC-25-00047
日期：26/4 - 17/5/25(逢六，共4節)
時間：下午2:30-3:30
對象：6-10歲發展障礙兒童
地點：海富中心
名額：6名
費用：$160
內容：主要以正向的繪本作主題故事，配合遊戲、手工及延伸活動，讓兒童一起享受互動故事的樂趣，從而讓他們學習快樂感恩，培育正向價值觀。

導師：Joyce老師

親子布偶故事劇場

海富中心
負責職員：區姑娘

活動名稱	日期/時間	對象	地點	名額	費用	內容
親子布偶故事劇場 (4月) HFPRC-24-00470	12/4/25 (六) 上午 10:00-10:45	6歲或以下任何發展障礙兒童及其一位家長	海富中心	4對	每對 $20	由社工姑娘及布偶，與參加者一起看圖書、講故事及玩遊戲。透過不同的故事，培養幼兒良好品格，同時亦會推介圖書及提供閱讀小貼士，鼓勵親子共讀。
親子布偶故事劇場 (5月) HFPRC-25-00048	3/5/25 (六) 上午 10:00-10:45			4對	每對 $20	
親子布偶故事劇場 (6月) HFPRC-25-00049	14/6/25 (六) 上午 10:00-10:45			4對	每對 $20	

節日系列活動

負責職員：張姑娘

活動名稱	日期/時間	對象	地點	名額	費用	內容
復活節玩一番 HFPRC-25-00050	22/4 - 25/4/25 (共4節) 上午 10:00-11:15	7-10歲發展障礙兒童	海富中心	6名	$120	【遊戲】都是為孩子而設，既有趣又特別，合作性及團體遊戲，讓孩子學習與人相處及面對遊戲輸贏的正面態度，體驗與同伴一起玩耍的樂趣。

負責職員：楊姑娘

活動名稱	日期/時間	對象	地點	名額	費用	內容
親子樂在復活節B HFPRC-25-00051	12/4/25(六) 上午 10:00-11:00	3.5-5歲發展障礙兒童及其家長	海富中心	4對	$50	透過不同的遊戲，家長可與兒童一起共享親子時間，並藉此加深兒童對復活節的認識。
親子樂在復活節A HFPRC-25-00052	12/4/25(六) 上午 11:30-12:30	2-3歲發展障礙兒童及其家長		4對	$50	
童賀復活節B HFPRC-25-00053	22/4/25 (二) 上午 11:00-12:00	5-6歲發展障礙兒童		6名	$30	透過不同的遊戲，讓兒童學習與人合作，聽從指令、輪候及分享等社交技巧，並讓兒童一起慶祝復活節。
童賀復活節A HFPRC-25-00054	22/4/25 (二) 下午 4:30-5:30	3-4歲發展障礙兒童		6名	$30	

發展障礙兒童/家長支援系列

海富中心
負責職員：楊姑娘

活動名稱	日期/時間	對象	地點	名額	費用	內容
家長分享會：《社交溝通如何入手》 HFPRC-25-00055	2/4/25(三) 上午 10:00-11:30	發展障礙兒童之家長	海富中心	10名	全免	讓家長分享孩子於生活中，在社交與溝通方面的問題。並在講題中了解兒童的社交溝通能力，以及提升的方法。
親子同學會A (社交篇) HFPRC-25-00056	9/4 - 30/4/25 (逢三，共4節) 下午4:30-5:30	3-4歲發展障礙兒童及其家長		4對	$200	讓家長認識如何誘導兒童學習社交溝通的技巧。兒童透過故事、玩玩具和遊戲，學習及經驗與人相處的禮儀和技巧。 備註：兒童能安坐及遵從指示
親子同學會B (社交篇) HFPRC-25-00057	11/4 - 9/5/25 (逢五，18/4暫停，共4節) 下午4:30-5:30	5-6歲發展障礙兒童及其家長		4對	$200	
大作小畫家A HFPRC-25-00058	28/5 - 18/6/25 (逢三，共4節) 下午4:30-5:30	5-6歲發展障礙兒童		4名	$120	藉著簡單物料和小技巧，也能繪畫出令人吸睛的大作。活動內容讓兒童運用塑膠彩顏料繪畫出多幅優秀的畫作。 備註：兒童能安坐及遵從指令 A班及B班活動內容相同
大作小畫家B HFPRC-25-00059	30/5 - 20/6/25 (逢五，共4節) 下午4:30-5:30	5-6歲發展障礙兒童		名	$120	
社交遊戲逐個玩 HFPRC-25-00060	24/5 - 21/6/25 (逢六，31/5暫停，共4節)	4-6歲發展障礙兒童		6名	$120	藉著桌上遊戲和競賽遊戲，讓兒童學習不同的遊戲技巧、遵守遊戲規則、接受輸贏結果，以及與人溝通和協商等技巧。 備註：兒童能聆聽及遵從指令

音樂治療小組

負責職員：區姑娘

國際多項研事證實，音樂治療對改善兒童的情緒、社交及專注力均有正面的成效。

活動名稱	日期/時間	對象	地點	名額	費用	內容
兒童音樂治療成長小組 HFPRC-25-00062	29/4 - 8/7/25 (逢二，1/7暫停，共10節) 15/7預留作補堂用 下午5:00-5:45	3-5歲任何發展障礙兒童	海富中心	5-6名	$3,300	音樂治療師透過特別設計的活動，包括即興音樂創作、合奏、音樂故事及遊戲，讓兒童能愉快地投入活動，提升專注力，加強溝通能力，改善社交能力！

備註：
1. 活動由專業音樂治療中心之經驗註冊音樂治療伍偉文博士及一位助理協助活動進行。
2. 此小組並非親子組，家長需在房間外等候，並嚴禁攝影攝錄。
3. 歡迎家長自組包班，最少3人即成班，詳情可聯絡區姑娘。

兒童活動系列

海富中心
負責職員：李姑娘

活動名稱	日期/時間	對象	地點	名額	費用	內容
專注遊樂場 HFPRC-25-00061	14/6 - 5/7/25 (逢六，共4節) 上午11:00 - 中午12:00	就讀小學任何發展障礙兒童	海富中心	6名	$100	透過不同的專注力遊戲，兒童可以玩樂之餘，同時提升專注力。接觸不同新朋友，又能培養下社交能力。一舉多得，欲報從速!

STEM 小學堂

STEM 是將科學(Science)，技術(Technology)，工程(Engineering)和數學(Mathematics) 結合為一的學科。透過不同課題的實驗課程，讓兒童培養邏輯思維，引發好奇心和自主學習，發揮創意和創造力，學習面對和解決問題。
課程由 思迪教育 Stemtitute 提供。

活動名稱	日期/時間	對象	地點	名額	費用	內容
STEM小學堂 4月篇 HFPRC-25-00063	26/4/25 (六) 下午 5:00-6:00	4歲或以上任何發展障礙兒童	海富中心	8名	$100	水果電池 透過實驗會嘗試使用不同水果進行發電，並觀察不同水果發電的情況。
STEM小學堂 5月篇 HFPRC-25-00064	24/5/25 (六) 下午 5:00-6:00	就讀主流小學任何發展障礙兒童		8名	$100	氣球動力車 透過實驗了解什麼是作用及反作用力，並自行製作氣球動力車。
STEM小學堂 6月篇 HFPRC-25-00065	28/6/25 (六) 下午 5:00-6:00	就讀主流小學任何發展障礙兒童		8名	$100	自製掃地機械人 透過實驗了解蝸桿輪組是如何運作，並自行製作電梯升降機。

語文讀寫課程

海富中心
負責職員：李姑娘

活動名稱	日期/時間	對象	地點	名額	費用	內容
小一語文適應小組(初階) HFPRC-25-00066	17/4 - 12/6/25 (逢四，1/5暫停，共8節) 下午3:15-4:15	就讀主流學校K3/N4任何發展障礙的兒童及其家長	海富中心	6對親子	每對$450	此小組是參考《悅讀悅寫意》課程，為幼兒提供基礎的語文訓練，為升讀主流小一作好準備。 備註： 1.已報讀HFPRC-23-00484親子聽說讀寫小組(K3進階)之參加者優先報名
小一語文適應家長小組 HFPRC-25-00067	24/4、22/5及12/6/25 (逢四，共3節) 下午3:15-4:15	報讀HFPRC-25-00066小一語文適應小組(初階)家長		6名	免費	面對子女的學業問題時，家長容易感到無助，透過同路人分享感受和資訊，能帶來支持和鼓勵；小組亦會介紹幼兒學習的工具及理論，以提升家長的能力感，從而更有效舒緩家長的管教壓力。此小組是平行小組，專為參與親子小一語文適應小組(初階) 幼童之家長而設。

珠心算班

負責職員：區姑娘

活動名稱	日期/時間	對象	地點	名額	費用	內容
珠心算A組初班(第三期) HFPRC-25-00068	15/3 - 14/6/25 (逢六，19/4及31/5暫停，共12節) 下午2:45-3:45	已完成珠心算初班 (第二期)的兒童	海富中心	4-6名	$700	認識珠心算十的進位加法，心算。
珠心算B組中班(第二期) HFPRC-25-00069	15/3 - 14/6/25 (逢六，19/4及31/5暫停，共12節) 下午4:00-5:00	已完成珠心算中班 (第一期)的兒童		4-6名	$700	十的退位混合減法，多位數加減法，心算。

備註：

1. 由富經驗珠心算導師何玉萍老師教授
2. 參加者請自備五珠算盤
3. 歡迎家長陪同小朋友參與課堂
4. 完成各班一至三期可獲頒發證書。

*若從未曾參加過珠心算班而有興趣的兒童，可聯絡區姑娘，了解初班(第一期)的開課日。
歡迎家長自組包班，最少4人即成班，詳情可聯絡區姑娘。

運動系列

海富中心
負責職員：區姑娘

活動名稱	日期/時間	對象	地點	名額	費用	內容
攀石班 HFPRC-25-00070	2/4 - 21/5/25 (逢三，共8節) 下午5:00-6:00	7歲或以上任何發展障礙兒童或青少年(歡迎初學者)	尖沙咀	8名	$680	透過學習攀石技巧，培養參加者的專注力和身體協調，並增強自信。 集合及解散地點： 尖沙咀YMCA二樓(九龍尖沙咀梳士巴利道41號) (近尖沙咀地鐵L6或E出口) 備註： 1. 參加者必須有一位成人陪同出席 2. 參加者請穿著輕便服裝及不脫色運動鞋出席(不能穿牛仔褲) 3. 此活動與香港基督教青年會合辦，活動前需填妥YMCA的免責聲明同意書方可參與
跆拳道 進階A班 HFPRC-25-00071	15/3 - 14/6/25 (逢六，19/4及31/5暫停，共12節) 下午5:00-6:00	5歲或以上任何發展障礙兒童或青少年	海富中心	18名	$1,080	跆拳道既可強身健體，又可鍛鍊兒童的意志、忍耐力、紀律、自信心及群體合作精神，同時透過學習腳法、套拳的練習，增強兒童的協調能力及專注力。表現良好及持續參加本課程，可獲教練推薦及安排參與升級考試。 備註： 1. 導師：黎志安教練 2. 組員必須穿著道袍上課。新組員第一堂可穿輕便衣服及向教練購買道袍，費用約為$350。
跆拳道 初階B班 HFPRC-25-00072	15/3 - 14/6/25 (逢六，19/4及31/5暫停，共12節) 下午6:10-7:10			18名	$1,080	

【芬蘭木棋＋地壺球】同樂日

負責職員：張姑娘

活動名稱	日期/時間	對象	地點	名額	費用	內容
3月篇 HFPRC-25-00073	29/3/25 (六) 下午2:15-3:15	6至11歲發展障礙兒童	海富中心	6名	全免	【地壺球】 由冬季奧運冰壺球演變而成，由於這運動沒有身體碰撞，所以被稱為「紳士團體運動」。同時講求準繩度、策略、專注力、團隊合作和逆境智能。大家不妨來做個紳士淑女啦。 此外【芬蘭木棋】講求角度，力度掌握的技術，適合兒童及青少年訓練手部。而且，是團體運動，可訓練團體合作及耐性。
5月篇 HFPRC-25-00074	24/5/25 (六) 下午2:15-3:15			6名	全免	

舞蹈班

海富中心
負責職員：李姑娘

活動名稱	日期/時間	對象	地點	名額	費用	內容
Hip Hop 跳舞A班 HFPRC-25-00075	8/3 - 17/5/25 (逢六，19/4暫停，共10節) 下午2:15-3:15	就讀主流學校 7-15 歲 任何發展障礙的兒童 或青少年 (舊 生優先，歡迎新生)	海富中心	4名	$900	動一動!扭一扭! 主要是用街舞音樂教學， 透過輕快流行的音樂，令參加者隨著音樂節奏而動起來，提升舞蹈技巧之外， 還 有助提升他 們 身 體 的 柔軟度。 課程也能讓參加者擁有自己一個小舞台，增加自信， 提 升 個 人 專 注 力 和 協 調 性。 備註: 1. 導師: Manchi 姐姐 2. 參加者身體需適合進行劇烈運動，及能跟從簡單身體指令 3. 參加者請穿著運動服裝及運動鞋，自備毛巾及水。
Hip Hop 跳舞B班 HFPRC-25-00076	8/3 - 17/5/25 (逢六，19/4暫停，共10節) 下午3:30-4:30			4名	$900	

親子攀登同樂日

負責職員：區姑娘

活動名稱	日期/時間	對象	地點	名額	費用	內容
親子攀登同樂日 HFPRC-25-00077	27/4/25 (日) 上午 10:00-12:00	6 至 17 歲任何發展障礙兒童或青少年及其家長	尖沙咀	6 對	$270	此活動以親子的形式進行，讓兒童及家長初嘗攀石樂趣，同時加強家長和兒童之間的溝通。 活動全程由合資格教練指導及協助攀爬，包括個人攀爬及親子同時攀爬。

集合及解散地點:
尖沙咀YMCA二樓 (九龍尖沙咀梳士巴利道41號) (近尖沙咀地鐵L6或E出口)
備註:
1. 參加者請穿著輕便服裝及不脫色運動鞋出席
2. 此活動與香港基督教青年會合辦，活動前需填妥YMCA的免責聲明同意書方可參加

青年活動

海富中心

負責職員：李姑娘

活動名稱	日期/時間	對象	地點	名額	費用	內容
中學生加油站 HFPRC-25-00078	3/5 - 7/6/25 (逢六，31/5暫停，共5節) 下午5:00-6:15	就讀主流中學之任何發展障礙的中學生	海富中心	10名	$250	此小組是一個定期舉辦的支援小組，讓一班來自不同中學的青少年在同一個平台下互相交流。 活動以製作美食、遊戲、分享、討論等不同形式進行，以達到同輩間彼此支持及建立友誼，為青少年的成長打打氣！ 小組內其中一節是外出活動，外出地點及小組內容將由組員間商量而決定，以學習與人相處及表達。 備註： 未滿18歲之子女，家長須簽妥「戶外活動家長同意書」
青年運動家 - 地壺球 HFPRC-25-00079	12/4/25 (六) 下午2:00-3:30	13歲或以上任何發展障礙青年		8名	$20	每人都可以做運動家！熱愛運動的你，試過玩地壺球和圓網球嗎？來體驗和朋友競技的樂趣，度過愉快的週末！
青年運動家 - 圓網球 HFPRC-25-00080	17/5/25 (六) 下午2:00-3:30			8名	$20	

負責職員：陳Sir

活動名稱	日期/時間	對象	地點	名額	費用	內容
海富青年生日派對 HFPRC-25-00081	11/4/25 (五) 下午 5:00-6:30	15歲或以上任何發展障礙的青少年	海富中心	10名	$60	透過生日派對與青年進行不同的派對遊戲，學習社交互動技巧。 內容: 1.派對遊戲 2.許願及切蛋糕
海富K歌2025 HFPRC-25-00082	9/5/25 (五) 下午 2:00-3:30			10名	$60	透過唱K活動，讓年青人發展音樂的興趣及才能，也讓他們能陶冶性情，以正能量應對困難。

青年活動/親子導賞團

海富中心
負責職員：陳Sir

活動名稱：親子導賞團 - 塞尚和雷諾阿的世界
活動編號：HFPRC-25-00083
日期：1/3/25 (六)
時間：上午9:30-中午12:00
對象：13歲或以上青年及其家長
地點：香港藝術館
名額：18名
費用：$20
內容：展覽展出來自法國橘園美術館及奧賽博物館的52件珍藏畫作，是香港首個以兩位印象派大師為主題的大型展覽。
備註：
1. 集合及解散：敬請準時上午9:30於港鐵尖沙咀站E出口，逾時不候。回程於藝術館解散。
2. 活動結束後，參加者可繼續留在藝術館參觀
3. 外出活動中心聯絡手機號碼為 5415-8992
4. 活動可以只是18歲以上青年或只是家長參與，18歲以下青年須家長陪同

活動名稱：海富友周圍走 - 上水塱原自然生態公園
活動編號：HFPRC-25-00084
日期：3/5/25 (六)
時間：上午10:00-中午12:00
對象：18歲或以上任何發展障礙青年
地點：上水塱原
名額：8名
費用：$20
內容：讓青年遊歷上水塱原，了解當地特殊的歷史和文化，同時亦藉參觀讓青年放鬆身心。
備註：
1. 集合及解散：敬請準時上午10:00於港鐵上水站D出口，逾時不候。回程於上水站解散。
2. 請自備食水、防曬和防蚊用品及穿輕便服運動鞋。
3. 外出活動中心聯絡手機號碼為 5415-8992

活動名稱：海富友周圍走 - 昂坪
活動編號：HFPRC-25-00085
日期：24/5/25 (六)
時間：上午10:00 -下午1:00
對象：18歲或以上任何發展障礙青年
地點：昂坪
名額：8名
費用：$20
內容：讓青年遊歷昂坪，了解當地特殊的歷史和文化，同時亦藉參觀活動讓青年放鬆身心。
備註：
1. 集合及解散：敬請準時上午10:00於港鐵東涌站D出口，逾時不候。回程於東涌站解散。
2. 請自備食水、防曬和防蚊用品及穿輕便服運動鞋。
3. 外出活動中心聯絡手機號碼為 5415-8992

活動名稱：海富友周圍走 - 快活谷
活動編號：HFPRC-25-00086
日期：17/5/25 (六)
時間：上午9:30 - 11:30
對象：18歲或以上任何發展障礙青年
地點：昂坪
名額：8名
費用：$20
內容：讓青年遊歷快活谷，了解當地特殊的歷史和文化，同時亦藉參觀活動讓青年放鬆身心。
備註：
1. 集合及解散：敬請準時上午9:30於港鐵銅鑼灣站F出口，逾時不候。回程於銅鑼灣站解散。
2. 請自備食水、防曬和防蚊用品及穿輕便服運動鞋。
3. 外出活動中心聯絡手機號碼為 5415-8992

青年活動

海富中心
負責職員：陳Sir

活動名稱：饕餮之徒 2025 (親子)
活動編號：HFPRC-25-00087
日期：15/3 - 29/3/25 (逢六，共3節)
時間：下午1:30 - 3:00
對象：小四至小六任何發展障礙兒童及其家長
地點：海富中心
名額：3對親子
費用：$90
內容：讓參加者學習到如何製作食物，提升親子間的溝通，加強親子關係。
備註：請自備食物盒

活動名稱：饕餮之徒 2025 (青年)
活動編號：HFPRC-25-00088
日期：15/3 - 29/3/25 (逢六，共3節)
時間：下午4:00 - 5:30
對象：15歲或以上任何發展障礙青年
地點：海富中心
名額：4名
費用：$90
內容：讓參加者學習到如何製作食物，提升參加者的解難能力及加強自信心。
備註：請自備食物盒

活動名稱：青年加油站第十四期
活動編號：HFPRC-25-00089
日期：3/5/ - 7/6/25 (逢六，31/5暫停，共5節)
時間：下午5:00 - 6:15
對象：18歲或以上任何發展障礙青年
地點：海富中心
名額：8名
費用：$250
內容：青年加油站是一個長期舉辦的支援小組，希望讓畢業後的青年人有個共同平台分享生活上遇到的人和事，以及學習一些職場和生活技巧。小組有不同形式的主題和活動，學習的同時都能放鬆娛樂一番。青年彼此間互相支持，為生活打打氣！

活動名稱：網上防騙手2025
活動編號：HFPRC-25-00090
日期：5/3 - 26/3/25 (逢三，共4節)
時間：下午4:30 - 5:30
對象：13歲或以上任何發展障礙青年
地點：ZOOM教室
名額：8名
費用：全免
內容：讓參加者學習現時最流行的騙案，學識如何保護自己，防止受騙。

青年義同行

海富中心

負責職員：賴姑娘

活動名稱	日期/時間	對象	地點	名額	費用	內容
青年義同行復活節篇(1) HFPRC-25-00091	28/3/25 (五) 下午4:30-5:30	就讀中一或以上之青年會員	海富中心	6名	全免	青年義工透過預備復活節手工，學習與組員分工合作，並擴闊生活圈子。
青年義同行復活節篇(2) HFPRC-25-00092	11/4/25 (五) 下午3:30-5:30			6名		青年義工教導幼兒製作復活節手工來認識節日，並從中學習如何與幼兒溝通和相處。
青年義同行端午節篇(1) HFPRC-25-00093	23/5/25 (五) 下午4:30-5:30			6名		青年義工透過預備端午節手工，學習與組員分工合作，並擴闊生活圈子。
青年義同行端午節篇(2) HFPRC-25-00094	30/5/25 (五) 下午3:30-5:30			6名		青年義工教導幼兒製作端午節手工來認識節日，並從中學習如何與幼兒溝通和相處。
青年義同行齊放暑假篇(1) HFPRC-25-00095	20/6/25 (五) 下午4:30-5:30			6名		青年義工透過預備手工，學習與組員分工合作，並擴闊生活圈子。
青年義同行齊放暑假篇(2) HFPRC-25-00096	27/6/25 (五) 下午3:30-5:30			6名		青年義工教導幼兒製作手工，並從中學習如何與幼兒溝通和相處。

青年義同行之義工聚會

負責職員：賴姑娘

活動名稱	日期/時間	對象	地點	名額	費用	內容
青年義同行之義工聚會 HFPRC-25-00097	4/7/25 (五) 下午 4:30-5:30	曾參與義工服務之青年及其家長	海富中心	20名	全免	內容：義工服務回顧及分享、團體遊戲 目的：透過義工聚會提升義工的歸屬感，並透過義工服務回顧，肯定義工的努力，亦希望藉以讓家長更認識子女的不同面貌。

親子琴班

海富中心

負責職員：李姑娘

重要事項:

1. 若所有琴班參加者因任何原因而不能出席部份節數或中途退出，中心*恕不安排換人，與他人調堂，補堂或退款*，請各參加者報名前留意此安排！
2. 本季設上季舊生優先報名，往後1季舊生必須報名現有時段，方可獲優先報名，如報其他時段，並無優先。

活動名稱	日期/時間	對象	地點	名額	費用	內容
親子鋼琴班 HFPRC-25-00098	13/3 - 22/5/25 (逢四，1/5暫停，共10節) 下午4:00-6:00	5歲或以上任何發展障礙兒童及其家長	海富中心	每節教授一對親子	$1,800	以個別教授形式，教導兒童或青少年彈奏鋼琴技巧 導師：顏靜華老師 備註： 1. 每節為半小時 2. 請於報名表上註明所選擇之時段(例：下午 4:00-6:00) 3. 如同一時段超過一名參加者選擇，則由中心抽籤決定。
七色彩琴(五) HFPRC-25-00099	28/3 - 13/6/25 (逢五，4/4及18/4暫停，共10節) 下午4:15-7:15			每節教授一對親子	初階 $1,800 進階 $2,000	課程特意為能力稍慢的兒童, 設計一套適合他們的鋼琴課程，老師因應兒童能力培養他們小手肌,閱 譜能力及節奏感,待孩子能力上升 後,孩子將會轉移至閱讀正式五線譜,並使用鋼琴學習, 場地同時備有鋼琴,方便老師因應參加者能力作安排。 導師: 方鳳儀老師 備註: 1. 每節為半小時 2. 請於報名表上註明所選擇之時段(例：下午4:00-4:30) 3. 如同一時段超過一名參加者選擇，則由中心抽籤決定 4. 另須要繳交琴書費用$60，於第一節繳交 5. 18歲或以上參加者需自行上課
快樂彩琴 (六) HFPRC-25-00100	10/5 - 19/7/25 (逢六，31/5暫停，共10節) 下午23:45-7:15			每節教授一對親子	初階 $1,800 進階 $2,000	

海富中心
輔導服務

在維繫家庭的路上，您絕不孤單~
無論是子女選校訓練、日常管教、
家庭關係，無論是憂是喜，事無大小，
我們都樂意聆聽您的傾訴及提供資訊。
歡迎致電本中心一齊傾下，我們希望與您同
行， 尋找正能量及解決方法!

電話： 2777 5588 社工賴姑娘

海富中心
暫託服務

對象及服務形式:

1) 二至六歲發展障礙兒童及其兄弟姊妹皆可申請暫託服務。
2) 每日中心可接待兩名暫托兒童。
3) 全日暫托者請自備午餐。

收費: 每兩小時$16

服務時間:

1) 逢星期一至五上午九時至下午五時半
2) 星期六(隔週)上午九時至下午十二時半
(星期日及公眾假期暫停)

查詢: 請致電2777 5588 與中心職員聯絡