



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



中華基督教禮賢會香港區會 The Chinese Rhenish Church Hong Kong Synod  
禮賢會彩雲綜合青少年服務中心  
Choi Wan Rhenish Integrated Children and Youth Services Centre

# 2025年4-6月季刊

April - June 2025 Service Newsletter

## 青年活動 Youth Activities

會員報名日期  
2025年3月15日

公開報名日期  
2025年3月22日



社區中心：九龍彩雲(一)邨彩鳳徑38號彩雲社區中心二至四樓

Community Centre : 2-4/F., Choi Wan Community Centre, 38 Choi Fung Path, Choi Wan Estate(I), Kowloon.

瓊宮樓中心：九龍彩雲(二)邨瓊宮樓地下

King Kung House : G/F., King Kung House, Choi Wan Estate(II), Kowloon.

電話(Tel) : 27547840(社區中心)/23180086(瓊宮樓中心) 電郵(Email Address) : info.cw@ssd.rhenish.org

傳真(Fax) : 23050422 網址(Web Site) : <http://cw.ssd.rhenish.org>

## 實踐信仰，以基督的愛服務社群

### 服務理想

為不同人生階段的人提供高質素的全人服務，使他們在體能、智力、情緒、群體及靈性各方面的需要都得到滿足。

1. 為幼兒、青少年及老人提供社會服務。
2. 確認社會的需要，並推行新服務以滿足該等需要。

### 服務目標

1. 兒童及青少年服務：  
幫助兒童及青少年善用餘暇，透過參加有益身心的活動培育他們健康成長。
2. 家庭支援教育：  
透過家庭生活教育活動增強家人之間的關係，並為遇到困擾的個人或家庭提供輔導服務。
3. 社區支援服務：  
回應社區問題，為有需要學校、團體、個別人士及其家庭提供支援服務。

### 辦理入會手續

請填妥「會員申請表」後親臨本中心4樓或WhatsApp到本中心專用手機9354 5964，付款及報名。

- a. 親臨遞交：攜同身份證明文件、申請表、年費、「綜合社會保障援助金」或低收入之證明（只適用於申請減免年費者）
- b. WhatsApp遞交：填妥網上會員申請表，截圖後連同身份證明文件WhatsApp到本中心專用手機9354 5964。如需申請減免年費者，請攜同所需文件到本中心辦理。

使用電子方式繳付年費，詳情見中心網址「成為會員」<https://www.cw.ssd.rhenish.org>

### 會籍收費資訊

#### 會員類別

個人會員（6-24歲青少年）

家庭會員（家庭中至少1名6-24歲成員）

#### 會員年費

25元

50元

- 會籍有效期由每年4月1日至翌年3月31日。
- 於每年9月1日至翌年3月31日申請入會者，會員費用半價。
- 凡申請由個人會員變更為家庭會員或加入家庭成員，每次收費25元。
- 為保障個人私隱，所有個人資料均按照私隱條例及保密原則辦理。

# 服務質素標準 (SQS)

Service Quality Standards (SQS)

本中心一直致力為服務使用者提供優質服務，並根據社會福利署所制訂的十六項服務質素標準，製定了相關之工作指引和服務程序，現將有關服務質素標準詳列下表。並希望服務使用者提供寶貴意見，使我們能繼續不斷地加強及改善服務。

|                |                 |
|----------------|-----------------|
| 標準1 服務資料       | 標準9 安全的環境       |
| 標準2 檢討及修訂政策和程序 | 標準10 申請和退出服務    |
| 標準3 運作及活動紀錄    | 標準11 評估服務使用者的需要 |
| 標準4 職務及責任      | 標準12 情的選擇       |
| 標準5 人力資源       | 標準13 私人財產       |
| 標準6 計劃、評估及收集意見 | 標準14 私隱和保密      |
| 標準7 財政管理       | 標準15 申訴         |
| 標準8 法律責任       | 標準16 免受侵犯       |

## 退出服務手續

Withdrawal Procedure

1. 參加者均可即時退出服務，並需填寫「退出活動申請表」，所繳費用，概不退還。
2. 所參加的活動（如：託管）欲退出活動，須於一個月前預早通知。
3. 活動如因天雨或突發事故或意外遭改期或取消，參加者可以申請退出活動，中心將視乎情況而安排發還部份或全部繳款。
4. 參加者領取發還活動費用時，請出示有關收據及簽收。
5. 中心一經接納參加者退出活動，處理退款需時一個月，參加者可於活動結束後一個月起計，兩個月內到中心辦理退款手續，逾期恕不作退款安排。

# 颱風及暴雨警告措施

Typhoon and Rainstorm Warning Measures

請各會員及參加本中心各項活動之人士及家長注意，為保障各會員及參加者的安全，當遇以下熱帶氣旋及暴雨警告訊號時，本中心將採取以下措施：

## 1. 一般而言，將有以下安排：

| 颱風訊號      |   | 暴雨訊號     | 中心室內活動                       | 中心戶外活動                       |
|-----------|---|----------|------------------------------|------------------------------|
| 懸掛一號風球    | 或 | 黃色暴雨警告訊號 | 照常進行                         | 照常進行<br>備註：水上活動取消。           |
| 懸掛三號風球    |   | 紅色暴雨警告訊號 | 照常進行                         | 取消<br>備註：如活動舉行前兩小時仍懸掛，活動則取消。 |
| 懸掛八號或較高風球 |   | 黑色暴雨警告訊號 | 取消<br>備註：如活動舉行前兩小時仍懸掛，活動則取消。 | 取消<br>備註：如活動舉行前兩小時仍懸掛，活動則取消。 |

2. 當天文台宣佈在未來數小時內將改掛八號或較高風球，或將會發出黑色暴雨警告訊號，在此期間，所有中心以外的活動全部取消，而中心內的活動如已開始則照常進行，若未開始之活動則會取消。唯以策安全，請參加者及家長自行考慮各自地區之天氣、道路及交通等情況，決定是否前往中心。在此情況下缺席各課堂及活動，均不獲補課或退款（戶外活動除外，而營地活動則視乎該營地負責機構是否退款予本中心），敬請留意。

3. 當天文台除下八號風球或黑色暴雨警告訊號後兩小時，所有活動及中心運作將會回復正常，唯中心可按實際情況而決定活動是否繼續進行。

4. 如在活動進行中天文台發出黑色暴雨警告訊號，中心將關閉及即時停止所有活動。唯保障各會員及參加者的安全，請仍然留在中心內，直至較安全情況或有家長陪同下始離開中心。（請注意：如天文台發出雷暴警告，為保障各參加者的安全，所有在中心以外進行之水上活動及野外活動將按地區的情況而決定是否繼續進行。）

5. 以上安排，只作一般情況參考。任何情況下，參加者及家長須考慮各自地區之天氣、道路及交通等情況，決定是否前往中心參與各項活動。在此情況缺席各課堂及活動，將不獲補課或退款。

6. 如因風暴或暴雨警告訊號影響之班組活動，將不獲退款及補課。

7. 如有任何疑問，請致電向本中心職員查詢，電話：2754 7840

※黑色暴雨警告訊號或8號颱風訊號宣報除下2小時後，中心恢復如常運作。  
※若黑色暴雨警告訊號或8號颱風訊號在中心開放時間結束前不足3小時內仍然生效，中心不會開放。

### 聚會一覽表

- |                |                     |
|----------------|---------------------|
| ▶ 成人主日崇拜       | ▶ 逢星期日 上午11時至12時30分 |
| ● 但以理團契（大專至初職） | ● 逢星期日（第二、四主日）下午2時  |
| ★ 中學生小組        | ★ 逢星期日（第三主日）上午9時30分 |
| ■ 兒童主日學（小學）    | ■ 逢星期日 上午11時        |
| + 幼苗之地（幼稚園）    | + 逢星期日 上午11時        |

教會地址：九龍彩雲邨彩雲社區中心2字樓

🌐 網址：<http://www.crcw.org>    ✉ 電郵：[info@crcw.org](mailto:info@crcw.org)    ☎ 電話：2329 0067

適合不同年齡人士參加！盼望大家能認識上帝，在忙碌的城市生活中找著心靈的綠洲。

### 愛心基金 Loving Fund

#### 申請資格及方法

此項基金乃由禮賢會彩雲堂一群基督徒本著關懷有需要的家庭而捐贈，受惠對象為6-24歲會員及其家庭會員，凡持有領取綜合社會保障援助金、書簿津貼、低收入在職家庭津貼或其他低收入證明，均可提出申請減免會員費及活動費。由於是項基金之申請名額有限，故本中心保留是否接納有關申請的權利。  
詳情請向當值社工查詢。

## 自修室服務 Study Room Service

●  
本中心提供自修室服務，使用資格必需是12-24歲的本中心會員，詳情如下：

時 間：開放期間內的晚上7:15至9:45

地 點：社區中心4樓405室

人 數：4人(先到先得，額滿即止)

使用方法：請先與中心職員聯絡，確認當天的開放時間及是否滿額，然後親身到社區中心4樓接待處登記使用即可(不設預約服務)

## 社區資源 Community Resources

●  
本中心為區內有需要家庭提供以下服務：

新來港人士諮詢站

短期食物銀行轉介服務

「建立關愛的社區」物品轉贈計劃

為已申領綜援之低收入家庭申請煤氣費優惠

地區青少年發展資助計劃現金援助

彩雲堂愛心基金

查詢或申請：請致電2754 7840 或親臨彩雲社區中心4字樓與當值社工聯絡。

# 輔導服務

## Counselling Service

以人為本，以個人或小組形式，運用心理學理論基礎及不同形式的輔導工具，引導不同年齡的服務對象處理不同的問題，範圍包括：個人成長、情緒困擾、人際關係問題、生活壓力、轉變適應、親子及家庭關係輔導等。經社工評估後如有需要者，會由社工轉介申請其他服務。



和諧粉彩-輔導服務 每節\$50

兒童遊戲輔導 每節\$50

探索夢境-輔導服務 免費

OH Card-輔導服務 免費

面談輔導服務 免費



對 象：6-24歲兒童及青少年

輔 導 員：註冊社工

申請方法：請在中心開放時間內，聯絡當值社工作初步評估；或聯絡指定輔導服務之負責社工。

備 註：遇有經濟困難而合資格的家庭，可向中心申請減免服務費用。

# 兒童遊戲 - 輔導服務

## Play Counselling Service for Children

『遊戲』是兒童的語言，它不單是兒童與人溝通的最佳媒介，亦具有治療作用。兒童在發展上未必懂得用語言表達自己，但是他們能夠透過遊戲表達不同情緒。在遊戲的過程中，輔導員可以從中介入，幫助兒童化解鬱結。

服務對象：6－10歲

服務目標：1. 提昇兒童明白自己的內心需要  
2. 提高兒童的表達能力  
3. 穩定兒童的情緒  
4. 加強兒童的安全感

輔導員資歷：由資深註冊社工執行，社工並已完成「兒童為本遊戲治療」等專業訓練。

服務內容及形式：

1) 兒童個別治療及輔導

- 輔導員以一對一的方式，帶同兒童進入遊戲室進行治療輔導（時間大約為30分鐘至45分鐘）。

2) 輔導員與家長面談

- 與兒童作初步評估，
- 討論長遠計劃，以便治療效果得以延展至日常生活。

3) 如適合，歡迎家長參加家長工作坊，從中更了解兒童的發展需要。

收費：每節收費 \$ 50（遇有經濟困難而合資格的家庭，可向中心申請減免服務費用）  
查詢：可親臨本中心或致電2754 7840 與當值社工聯絡。

和諧粉彩 (Nagomi Pastel) 由日本細谷典克老師創立，是一種簡單而具創意的藝術。透過乾粉彩獨特的柔和質感，以手指繪畫的方法，無需任何畫畫底子，啟發創意，繪畫出獨一無二、具個人風格的作品，藉此表達個人想法和感受。

服務對象：

6-12歲兒童及13-16歲青少年

服務目標：

1. 加強自我表達能力
2. 促進自我認識
3. 學習表達及處理情緒
4. 訓練耐性及提升專注力
5. 紓緩學業壓力

負責社工：

龍思穎姑娘 (和諧粉彩正指導師)

陳文俊先生 (和諧粉彩準指導師)

收費：

\$50/節 (遇有經濟困難而合資格的家庭，可向中心申請減免服務費用)

查詢：可親臨本中心或致電2754 7840與負責社工聯絡

## 探索夢境 - 輔導服務

Dream Exploration

夢境，係潛意識同你說話。透過解夢卡探索夢境內容，或許能讓你更了解自己的內心世界。

服務目標：促進了解自身狀況

服務對象：12-24歲青少年

負責職員：周素雯姑娘 (Fion)

查詢電話：2754 7840

OH Cards是一種「自由聯想」及「潛意識投射」的心理圖像卡，透過圖卡演繹內心的故事，揭示潛意識裏的一些想法，了解自己內心狀態，找出問題，認識自己的需要，協助我們看見解決問題的多種可能性，從而改進自己。

**服務對象：**

16-24歲青少年，費用全免

**服務目標：**

1. 促進自我認識 2. 認識自己的需要 3. 尋找內在資源，了解自身狀況

**節數：**

4-8節(每節約45分鐘-1小時)

-除OH Cards外，工作人員或會以和諧粉彩之手法進行輔導。

-第一及第二節已有特定主題，其餘節數之內容按服務對象需要自訂或由工作人員建議。

**內容：**

第一節：人生轉換器(檢視過去、現在，期望的自己)

第二節：自我探索(了解內心狀態，揭示潛意識裏一些想法，而這些想法，可能是我們從未發現)

**主題：**

- A. 四小鬼初探：了解自己面對壓力/負面情緒時的狀態
- B. 人生資產負債表：認識自己的資源和阻礙，了解自己現時的狀態
- C. 真我抉擇：認識自己真實需要，協助尋找答案，獲得指引和方向
- D. 我自己和5個他：檢視不同人際關係，反思與對方的關係，協助改進關係
- E. 突破限制：了解自己的限制和資源，尋找突破限制的方法
- F. 面對失去：反思「失去」對自己的意義，重新檢視與對方的關係
- G. 內心小孩：抒發被壓抑的情緒，尋找力量讓內心小孩成長

**備註：**

- 1. 所有對話內容將會保密，過程不會進行錄影
- 2. 工作人員會以筆錄方式記下會面重點，服務對象將獲得一份備份
- 3. 活動以實體一對一形式進行

**負責社工：**

龍思穎姑娘(Kitty)、陳文俊先生(MC)

**查詢：**

可親臨本中心或致電2754 7840與負責社工聯絡



#### 目的

- 協助青少年發展手作技能，提升個人能力及開拓職涯發展機會。
- 提供平台予青少年發揮所長，並將所學的知識服務社區，回饋社會。

#### 手藝項目

- 鐳射切割、布藝、皮革、木工及3D打印等...

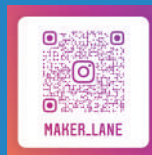
我們會不定期舉辦各項手藝工作坊，讓大家能體驗動手造的樂趣。

歡迎學校或機構包班工作坊，如有任何查詢，  
可Whatsapp訊息至6295 4145與負責同事朱詠詩姑娘 (Christy) 聯絡！

想知更多活動詳情，可瀏覽Facebook專頁「MakerLane」或  
Instagram「makerlane」，活動資訊會持續更新！



Facebook



Instagram

# 賽馬會21世紀綜合青少年服務中心計劃

## 21C@Jockey Club



《21C創新基金》讓未來的綜合青少年服務中心變得再不一樣！計劃發揮「青年成人共創」的力量，邀請青年與社工聯手激發無窮想像，為「21C」的綜合青少年服務中心構思全新空間、服務和嶄新用戶體驗。各個參加隊伍將會施展渾身解數！向評審團講解其創新計劃，角逐香港賽馬會慈善信託基金高達港幣5百萬元的撥款，讓構思得以夢想成真！

### 簡介

由香港賽馬會慈善信託基金策劃及捐助的「賽馬會21世紀綜合青少年服務中心計劃」（「21C」計劃），旨在活化本地綜合青少年服務中心，締造由青年主導、與未來接軌、虛實兼備的全新空間，以「青年成人共創」的力量，並同推動社區公益發展。計劃名稱「21C」的靈感來自象徵青年人的「鄮菊」，並採用其最佳生長溫度攝氏21度作為名稱。「21C」計劃提供青年為本的全新體驗，鼓勵青少年釋放潛能，一同開拓光輝未來。

首階段計劃共15個機構轄下36間綜合青少年服務中心參加，將與青少年攜手走過這個創變之旅，為未來更廣闊的跨界別合作創造良好氛圍及基礎。

### 品牌核心、傳訊策略與方法 Brand essence engagement strategy and approaches

| 全新空間<br>New space               | 全新服務<br>New service                                                                                         | 全新用戶體驗<br>New user experience                                      | 我們的定位<br>Our positioning                              |
|---------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|
| 虛擬及實體空間兼備<br>Virtual & Physical | 與未來接軌、充滿趣味、匯聚社區<br>策略伙伴資源的全新服務<br>Engaging and future relevance,<br>powered by community strategic alliance | 青年主導及青年成人共創模式<br>Youth-led navigation &<br>youth-adult partnership | 青少年專屬的放空和成長空間<br>A welcoming space to chill and build |

### 品牌溝通風 Tone of communication

|                                                                                     |                                                                                     |                                                                                     |                                                                                     |                                                                                     |                                                                                     |
|-------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|
|  |  |  |  |  |  |
| Trustworthy<br>可靠                                                                   | Hearty<br>用心                                                                        | Reassuring<br>安心                                                                    | Inspiring<br>啟發                                                                     | Visionary<br>遠見                                                                     | Empowering<br>賦能                                                                    |

### 根基與理念 Foundation and belief

| 我們的願景<br>Our vision                                                                                                                                                                       | 我們的使命<br>Our mission                                                                                                                                                                                          |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 讓青少年充滿自信、<br>提升其自我認同感、<br>增強社交聯繫感及社交技能，<br>尤其是較為被動和隱蔽的一群<br>Youths with enhanced positive identity,<br>social connetedness and skillset,<br>especially those unengaged and less motivated | 為下一代創造一個充滿樂趣的專屬空間，<br>拉近青少年成長發展的差距，<br>讓每一位青少年都能從更公平的起點出發，<br>全面發揮潛能，邁向光明未來。<br>Youths with enhanced positive identity,<br>social connetedness and skillset,<br>especially those unengaged and less motivated |



# 社區中心開放時間

## Opening Hours

開放 open : ✓

休息 Closed : ✕

### 彩雲社區中心 Community Centre

|                  | 一 (Mon)         | 二 (Tue)       | 三 (Wed)       | 四 (Thu) | 五 (Fri) | 六 (Sat)         | 日 (Sun) |
|------------------|-----------------|---------------|---------------|---------|---------|-----------------|---------|
| 10:00am - 1:00pm | ✓<br>(不設報名收費)   | ✓<br>(不設報名收費) | ✓<br>(不設報名收費) | ✕       | ✕       | ✓               | ✕       |
| 1:00pm - 2:00pm  | 午飯時間 Lunch Time |               |               |         |         |                 |         |
| 2:00pm - 7:00pm  | ✓               | ✓             | ✓             | ✓       | ✓       | ✓<br>(6:00pm關門) | ✕       |
| 7:00pm - 10:00pm | ✕               | ✕             | ✕             | ✓       | ✓       | ✕               | ✕       |

每節關門前15分鐘暫停接待處收費及報名

### 特別事項

#### Notice

|               |       |              |
|---------------|-------|--------------|
| 4/4/2025 (五)  | ----- | 清明節，暫停開放     |
| 18/4/2025 (五) | ----- | 耶穌受難節，暫停開放   |
| 19/4/2025 (六) | ----- | 耶穌受難節翌日，暫停開放 |
| 21/4/2025 (一) | ----- | 復活節星期一，暫停開放  |
| 1/5/2025 (四)  | ----- | 勞動節，暫停開放     |
| 5/5/2025 (一)  | ----- | 佛誕，暫停開放      |
| 31/5/2025 (六) | ----- | 端午節，暫停開放     |

## 21C-IPSC初階小組 21C-IPSC Basic Group

運動體驗系列

活動編號 A-112353

日期 27/4-4/5/2025 (星期日)

時間 下午3:00-下午6:00

地點 瓊宮樓中心

對象 12-24歲

內容 注重參加者的安全意識及紀律訓練，從中幫助參加者提升獨立能力，有效訓練參加者的專注力及判斷力，提昇參加者的自信心及情緒控制，認識IPSC、基本指令、射擊姿勢及方法、比賽規則

費用 免費

名額 6人

負責職員 謝禮俊先生 (Kelvin)

備註 請穿著合適運動服及有腰帶位的褲

網上報名

親身報名

## 21C-IPSC進階練習小組A 21C-IPSC Advanced Training Group A

運動體驗系列

活動編號 A-112351

日期 12/4-28/6/2025 (逢星期六)

時間 上午10:00-中午12:30

地點 瓊宮樓中心

對象 10-24歲

內容 IPSC射擊訓練，注重參加者的安全意識及紀律訓練，從中幫助參加者提升獨立能力及紀律，個別技巧提升及實踐練習，加強情緒控制

費用 免費

名額 8人

負責職員 謝禮俊先生 (Kelvin)

備註 請穿著合適運動服及有腰帶位的褲

舊組員優先

網上報名

親身報名

## 21C-IPSC進階練習小組B 21C-IPSC Advanced Training Group B

運動體驗系列

活動編號 A-112352

日期 11/4-27/6/2025 (逢星期五)

時間 晚上7:30-晚上10:00

地點 彩雲社區中心408室或瓊宮樓中心

對象 10-24歲

內容 IPSC射擊訓練，注重參加者的安全意識及紀律訓練，從中幫助參加者提升獨立能力及紀律，個別技巧提升及實踐練習，加強情緒控制

費用 免費

名額 8人

負責職員 謝禮俊先生 (Kelvin)

備註 請穿著合適運動服及有腰帶位的褲

舊組員優先

網上報名

親身報名

## 21C-健球大使 21C-Kin-ball Ambassador

運動體驗系列

活動編號 A-112395

日期 請見備註

時間 請見備註

地點 待定

對象 14-24歲

內容 學習新興運動健球的玩法，掌握基本技巧，籌備健球服務，帶領兒童一起參與健球活動、構思其他服務

費用 免費

名額 10人

負責職員 周海怡姑娘 (Hoi)

備註 日期及時間可商議 (預計為平日晚上或星期六下午)，有意參與者可whatsapp 5580 2795



## 「友你就有我」籃球訓練 2025. 04 Basketball training class 2025.04

運動體驗系列

活動編號 A-112051

日期 10/4-25/6/2025 (逢星期三)

時間 下午5:30-晚上7:00

地點 社區中心旁籃球場

對象 小三或以上學生

內容 協助參加者建立良好社交圈子，提升參加者的團體意識，與及透過群體運動作媒介，以增加參加者的幸福感

費用 會員\$350/非會員\$400

名額 12人

負責職員 鍾偉軒先生 (Kyle)

備註 請帶足夠的水、穿著合適的波鞋及運動衫參加，如戶外活動因受天氣影響，該日活動將會取消



## 21C-舞蹈治療體驗工作坊 21C-Dance Experience Workshop

運動體驗系列

活動編號 A-112375

日期 8/5-29/5/2025 (逢星期四)

時間 晚上8:00-晚上10:00

地點 彩雲社區中心309室

對象 15-24歲

內容 透過即興的身體舞動，配合音樂、想像及覺察的方法探索自我、調節情緒，從身體角度重新認識自己，培養覺察身體信息

費用 免費

名額 8人

負責職員 蔡燕婷姑娘 (Tammy)

備註 需全節出席



## 幸福乒乓聯盟 (初級組) 4-6/2025

### Table Tennis Team(Beginner)

運動體驗系列

活動編號 A-112378

日期 3/4-12/6/2025 (逢星期四；1/5除外)

時間 下午5:30-下午6:45

地點 彩雲社區中心408室

對象 7-13歲

內容 透過乒乓球訓練，讓青少年學習適時放鬆，關顧自身精神健康，在活動中加入正向心理元素，強化青少年抗逆力

費用 會員\$140/非會員\$150

名額 10人

負責職員 蔡燕婷姑娘 (Tammy)

備註

網上報名

親身報名

## 幸福乒乓聯盟 (中級組) 4-6/2025

### Table Tennis Team(Medium)

運動體驗系列

活動編號 A-112379

日期 3/4-12/6/2025 (逢星期四；1/5除外)

時間 下午6:45-晚上8:00

地點 彩雲社區中心408室

對象 10-16歲

內容 透過乒乓球訓練，讓青少年學習適時放鬆，關顧自身精神健康，在活動中加入正向心理元素，強化青少年抗逆力

費用 會員\$140/非會員\$150

名額 8人

負責職員 蔡燕婷姑娘 (Tammy)

備註

舊組員優先

網上報名

親身報名

## 21C-精神健康急救課程

### Mental Health First Aid

成長社交系列

活動編號 A-112396

日期 26/4-24/5/2025 (逢星期六)

時間 下午2:30-下午5:30

地點 瓊宮樓中心

對象 16-24歲

內容 裝備如何應對抑鬱症、焦慮症及其他精神疾病，完成課程後鼓勵協助籌備及推廣精神健康服務

費用 免費

名額 25人

負責職員 周海怡姑娘 (Hoi)

備註 有意參與者可whatsapp 5580 2795

先收表等通知

## 21C-羊毛氈公仔手作工作坊 (1)

### 21C-Wool Felt Kit Handicraft Workshop(1)

成長社交系列

活動編號 A-112366

日期 21/5-28/5/2025 (逢星期三)

時間 下午5:00-晚上7:00

地點 瓊宮樓中心

對象 15-24歲

內容 透過製作羊毛氈公仔，學習專注當下，藉此放鬆身心，學習覺察情緒與分享感受

費用 免費

名額 6人

負責職員 蔡燕婷姑娘 (Tammy)

備註



## 21C-羊毛氈公仔手作工作坊 (2)

### 21C-Wool Felt Kit Handicraft Workshop(2)

成長社交系列

活動編號 A-112367

日期 21/5-28/5/2025 (逢星期三)

時間 晚上8:00-晚上10:00

地點 瓊宮樓中心

對象 15-24歲

內容 透過製作羊毛氈公仔，學習專注當下，藉此放鬆身心，學習覺察情緒與分享感受

費用 免費

名額 6人

負責職員 蔡燕婷姑娘 (Tammy)

備註



## 21C-羊毛氈公仔手作工作坊 (3)

### 21C-Wool Felt Kit Handicraft Workshop(3)

成長社交系列

活動編號 A-112368

日期 4/6-11/6/2025 (逢星期三)

時間 下午5:00-晚上7:00

地點 瓊宮樓中心

對象 15-24歲

內容 透過製作羊毛氈公仔，學習專注當下，藉此放鬆身心，學習覺察情緒與分享感受

費用 免費

名額 6人

負責職員 蔡燕婷姑娘 (Tammy)

備註



## 21C-羊毛氈公仔手作工作坊 (4) 21C-Wool Felt Kit Handicraft Workshop(2)

成長社交系列

活動編號 A-112369

日期 4/6-11/6/2025 (逢星期三)

時間 晚上8:00-晚上10:00

地點 瓊宮樓中心

對象 15-24歲

內容 透過製作羊毛氈公仔，學習專注當下，藉此放鬆身心，學習覺察情緒與分享感受

費用 免費

名額 6人

負責職員 蔡燕婷姑娘 (Tammy)

備註



## 歷奇解難小組 (4-6月/2025) Adventure Games Group

成長社交系列

活動編號 A-112349

日期 12/4-14/6/2025 (逢星期六；19/4、31/5除外)

時間 下午4:30-下午5:30

地點 瓊宮樓中心

對象 9-13歲兒童

內容 以團體合作形式進行解難挑戰，增加與別人溝通及合作機會，鍛練解難或表達溝通能力。當中亦讓組員帶領部分遊戲進行，增加自信心或領導能力

費用 會員\$30/非會員\$60

名額 8人

負責職員 蔡燕婷姑娘 (Tammy)

備註



## 識投資就可以早d退休？ Investment before retirement?

成長社交系列

活動編號 A-112328

日期 5/6-26/6/2025 (逢星期四)

時間 晚上7:30-晚上9:30

地點 社區中心404室

對象 12-24歲

內容 反思自己對金錢的價值觀及需要，了解常見的投資工具及投資風險，為自己及家人製定退休方案及保障製定遺囑及如何處理家庭成員的遺產

費用 免費

名額 8人

負責職員 龍思穎姑娘 (Kitty)

備註



# Pokémon卡恆常組2025. 04

## Pokémon card regular group 2025.04

成長社交系列

活動編號 A-112377

日期 11/4-27/6/2025 (逢星期五)

時間 下午5:00-下午7:00

地點 瓊宮樓中心

對象 8-24歲

內容 教導Pokémon卡牌遊戲的基本規則及禮儀。訓練青少年的邏輯思考，個別技巧提升及實踐練習，加強情緒控制

費用 會員\$50/非會員\$70

名額 10人

負責職員 鍾偉軒先生 (Kyle)

備註 可自備繁中卡牌、或借用中心牌組作訓練

舊組員優先

網上報名

親身報名

## 21C-TRPG角色扮演遊戲體驗

### 21C-Table Role Play Game

成長社交系列

活動編號 A-112354

日期 12/4-3/5/2025 (逢星期六)

時間 晚上7:00-晚上10:00

地點 瓊宮樓中心

對象 12-24歲

內容 主持人與參加者需投入在劇本中，在特定時代背景下化身不同角色，參加者須透過臨場角色扮演、口述表達行動來為角色賦予生命，探討不同的社會議題，推廣生命教育，培養批判思考，建立團隊合作

費用 免費

名額 8人

負責職員 謝禮俊先生 (Kelvin)

備註

新組員優先

網上報名

親身報名

## 21C-特色美食製作義工小組

### 21C-Speciality Food Cooking Group

義工服務系列

活動編號 A-112370

日期 2/4-17/5/2025 (逢星期三)

時間 晚上8:00-晚上10:00

地點 瓊宮樓中心

對象 15-24歲

內容 與青年義工商討及策劃工作坊，透過製作特色美食，享受創作的樂趣及成就感，互相交流日常生活片段並學習察覺情緒。製作的美食包括：牛油果脆脆杯、火腿芝士手抓餅、蒜香蝦滑多士、香蕉酥餅等等

費用 免費

名額 6人

負責職員 蔡燕婷姑娘 (Tammy)

備註 最後一節於17/05/2025 (六) 進行，時間下午2:00-4:00，青年義工需擔任導師教授參加者製作食物。

網上報名

親身報名

## 21C-羊毛氈公仔手作義工小組 21C-Wool Felt Kit Handicraft Group

義工服務系列

活動編號 A-112359

日期 9/4-14/5/2025 (逢星期三)

時間 下午6:00-晚上8:00

地點 瓊宮樓中心

對象 15-24歲

內容 與青年義工商討及策劃羊毛氈公仔手作工作坊，透過製作羊毛氈公仔，學習專注當下，藉此放鬆身心，並學習察覺情緒，提供輕鬆的環境讓參加者互相交流日常生活片段，彼此鼓勵

費用 免費

名額 6人

負責職員 蔡燕婷姑娘 (Tammy)

備註 青年義工需擔任導師教授參加者製作羊毛氈公仔



## 樂器自造-木箱鼓製作-義工服務 Cajon Production Workshop + Community Service

義工服務系列

活動編號 A-111066

日期 12/4、26/4、3/5、10/5、17/5、21/6、22/6/2025 (逢星期六)

時間 晚上8:00-晚上9:45

地點 彩雲彩區中心309室

對象 6-24歲 (6-14歲須家長陪同出席)

內容 6節小組包括4節的木箱鼓製作及2節木箱鼓演奏學習

費用 會員\$400/非會員\$450

名額 12人或12對親子

負責職員 蔡更德先生 (蔡哥)

備註 第7節是表演及社區服務，在6月22日下午3:00-5:00舉行



## 21C-特色美食製作工作坊-火腿芝士手抓餅 廚藝烹飪系列 21C-Speciality Food Cooking Workshop

活動編號 A-112371

日期 24/5/2025 (星期六)

時間 下午2:00-下午4:00

地點 瓊宮樓中心

對象 15-24歲

內容 製作一款特色美食，學習專注當下，藉此放鬆身心，學習覺察情緒與分享感受

費用 免費

名額 8人

負責職員 蔡燕婷姑娘 (Tammy)

備註



## 21C-特色美食製作工作坊-蒜香蝦滑多士

廚藝烹飪系列

21C-Speciality Food Cooking Workshop

活動編號 A-112372

日期 7/6/2025 (星期六)

時間 下午2:00-下午4:00

地點 瓊宮樓中心

對象 15-24歲

內容 製作一款特色美食，學習專注當下，藉此放鬆身心，學習覺察情緒與分享感受

費用 免費

名額 8人

負責職員 蔡燕婷姑娘 (Tammy)

備註

網上報名

親身報名

## 21C-特色美食製作工作坊-香蕉酥餅

廚藝烹飪系列

21C-Speciality Food Cooking Workshop

活動編號 A-112373

日期 14/6/2025 (星期六)

時間 下午2:00-下午4:00

地點 瓊宮樓中心

對象 10-14歲

內容 製作一款特色美食，學習專注當下，藉此放鬆身心，學習覺察情緒與分享感受

費用 免費

名額 8人

負責職員 蔡燕婷姑娘 (Tammy)

備註

網上報名

親身報名

## 21C-特色美食製作工作坊-牛油果脆脆杯

廚藝烹飪系列

21C-Speciality Food Cooking Workshop

活動編號 A-112374

日期 21/6/2025 (星期六)

時間 下午2:00-下午4:00

地點 瓊宮樓中心

對象 10-14歲

內容 製作一款特色美食，學習專注當下，藉此放鬆身心，學習覺察情緒與分享感受

費用 免費

名額 8人

負責職員 蔡燕婷姑娘 (Tammy)

備註

網上報名

親身報名

活動編號 A-112376

日期 12/4-10/5/2025 (19/4除外，共4節)

時間 下午2:30-下午4:00

地點 社區中心207室

對象 8-12歲及其家長

內容 了解家庭成員的需要及對金錢的價值觀，模擬買賣遊戲，認識非物質表達愛的方式及有效溝通

費用 免費 (按金\$50/人；出席全部4節小組後可退回按金)

名額 4對親子

負責職員 蔡燕婷姑娘 (Tammy)

備註 出席所有節數，每個家庭可獲\$500惠康現金券



## 交？\$先夠一個月家庭支出？

家庭及親子系列

How much money should be contributed to household expenses for a month?

活動編號 A-112357

日期 11/5及18/5/2025 (逢星期日，共4節)

時間 上午11:00-中午12:30及下午2:00-下午3:30

地點 社區中心404室

對象 10-16歲及其家長

內容 活動中能夠從中了解家庭成員的需要及對金錢的價值觀，模擬買賣遊戲，認識非物質表達愛的方式及有效溝通

費用 免費 (按金\$50/人；出席全部4節小組後可退回按金)

名額 4對親子

負責職員 謝禮俊先生 (Kelvin)

備註 出席所有節數，每個家庭可獲\$500惠康現金券



## 21C-Dreamcatcher - 樂隊培訓(一) 21C-Dreamcatcher - Band Training (1)

音樂演藝系列

活動編號 A-112355

日期 12/4-28/6/2025 (逢星期六)

時間 下午4:00-下午6:00

地點 瓊宮樓中心

對象 12-24歲

內容 最近幾年香港樂壇非常熱鬧，有不同組合及唱得之人，假如你認為自己非常熱愛及喜歡Band Sound或唱歌，就快啲搵埋三五知己嚟夾Band啦

費用 免費

名額 6人

負責職員 謝禮俊先生 (Kelvin)

備註



# 21C-Dreamcatcher - 樂隊培訓(二)

## Dreamcatcher - Band Training (2)

音樂演藝系列

活動編號 A-112356

日期 15/4-24/6/2025 (逢星期二)

時間 晚上7:00-晚上9:30

地點 瓊宮樓中心

對象 12-24歲

內容 最近幾年香港樂壇非常熱鬧，有不同組合及唱得之人，假如你認為自己非常熱愛及喜歡Band Sound或唱歌，就快啲搵埋三五知己嚟夾Band啦

費用 免費

名額 6人

負責職員 謝禮俊先生 (Kelvin)

備註

舊組員優先

網上報名

親身報名

# 樂弦琴-民謠結他小組2025年4-3月

## Folk Guitar Group

音樂演藝系列

活動編號 A-110794

日期 5/4-28/6/2025 (逢星期六)

時間 晚上7:00-晚上7:45

地點 彩雲社區中心304室

對象 12-24歲

內容 學習民謠結他，邊彈邊唱，按參加者程度編組

費用 會員\$520

名額 5人

負責職員 蔡更德先生 (蔡哥)

備註 初學者可向中心借結他使用一期

先收表等通知

免費活動網上報名流程  
Online Enrolment of Fee Programme

STEP  
1

請於中心開放時間內(關門前1小時截止)，完成整個免費活動網上報名程序，方可確定報名完成

STEP  
2

報名前請先查詢尚有名額

STEP  
3

於中心網頁 <https://www.cw.ssd.rhenish.org> 中，  
「活動報名」內填寫「活動報名表」

STEP  
4

- a. 如選用PDF版，把填妥之表格截圖，whatsapp傳送至報名手機號碼：9354-5964
- b. 如選用網上表格版 (google form)，可直接送出表格

STEP  
5

職員把「確認成功報名」信息回覆參加者，手續完成

※退出活動請到中心辦理手續※

網上活動報名，電子付款方式，方便快捷！

## 共通流程

1. 請於中心開放時間內(關門前1小時截止)，完成整個付款程序方可確定報名完成
2. 報名前請先查詢尚有名額
3. 於中心網頁 <https://www.cw.ssd.rhenish.org> 中，「活動報名」內填寫「活動網上報名表」：
  - a. 如選用PDF版，把填妥之表格截圖，whatsapp傳送至報名手機號碼：9354-5964
  - b. 如選用網上表格版(google form)，可直接送出表格
4. 即時繳款

1



### Payme

參考上述共通步驟1-4

5. 使用Payme QR code付款(9354 5964不適用於Payme付款)
  6. 輸入金額
  7. 備註輸入活動編號或名稱、姓名、電話
  8. 把付款證明截圖
  9. 截圖後用以下其中一種方式遞交：
    - a. 付款人列印截圖到中心報名，即時取回收據確認成功報名
    - b. 付款人Whatsapp截圖到專用手機號碼：9354 5964，職員核實已收到款項後，把收據截圖回覆確認成功報名
- ※只限班組活動報名，退款請到中心辦理手續

2



### 轉數快 (FPS)

參考上述共通步驟1-4

5. 登入網上銀行轉數快版面
  6. 輸入FDS ID：161000476
  7. 輸入金額
  8. 致收款人訊息/賬單備考輸入活動編號，並輸入參加者姓名
  9. 把「成功過數」版面截圖
  10. 截圖後用以下其中一種方式遞交：
    - a. 付款人列印截圖到中心報名，即時取回收據確認成功報名
    - b. 付款人Whatsapp截圖到專用手機號碼：9354 5964，職員核實已收到款項後，把收據截圖回覆確認成功報名
- ※只限班組活動報名，退款請到中心辦理手續

# 收費活動網上報名流程

Online Enrolment&Payment By ATM/FPS of Fee-Charging Programme

3



## 銀行自動櫃員機及支票機 (ATM&Cheque Deposit Machine)

參考上述共通步驟1-4

5. 付款人輸入轉帳資料：

香港上海滙豐銀行有限公司 (004)

001 222 1594

THE CHINESE RHENISH CHURCH HONG KONG SYNOD

6. 輸入金額

7. 在櫃員機「備註」輸入活動編號及參加者姓名

8. 取回入數紙

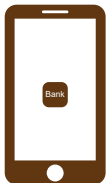
9. 入數紙用以下其中一種方式遞交：

a. 付款人交入數紙正副本到中心報名，即時取回收據確認成功報名

b. 付款人Whatsapp截圖到專用手機號碼：9354 5964，職員核實已收到款項後，把收據截圖回覆確認成功報名

※只限班組活動報名，退款請到中心辦理手續

4



## 網上銀行 (只限儲蓄戶口) Internet Banking(Savings Accounts)

參考上述共通步驟1-4

5. 付款人輸入轉帳資料：

香港上海滙豐銀行有限公司 (004)

001 222 1594

THE CHINESE RHENISH CHURCH HONG KONG SYNOD

6. 輸入金額

7. 致收款人訊息/賬單備考輸入活動編號或名稱，並輸入參加者姓名

8. 確定後，把「轉帳已完成」版面截圖

9. 截圖後用以下其中一種方式遞交：

a. 付款人交入數紙正副本到中心報名，即時取回收據確認成功報名

b. 付款人Whatsapp截圖到專用手機號碼：9354 5964，職員核實已收到款項後，把收據截圖回覆確認成功報名

※只限班組活動報名，退款請到中心辦理手續

網上活動報名，電子付款方式，方便快捷！



前往方法：

(乘塔小巴)

1. 彩虹地鐵站A2出口，轉16號小巴，第一個站(彩雲商場)落車
2. 穿過商場，過馬路，經過日月樓和星辰樓，便會見到社區中心

(乘塔巴士)

1. 有站在彩雲邨白虹樓落車的巴士
2. 穿過商場，過馬路，經過日月樓和星辰樓，便會見到社區中心

請掃描 QR Code 瀏覽本中心資訊



中心網頁Website



中心Facebook



中心Instagram