



香港青少年服務處
賽馬會天平綜合青少年服務中心
HONG KONG CHILDREN & YOUTH SERVICES
JOCKEY CLUB TIN PING INTEGRATED CHILDREN & YOUTH SERVICES CENTRE

青少年通訊

JUN-SEP 2017



天明樓會址：上水天平邨天明樓地下105-113室
天平商場會址：上水天平邨天平商場2樓203室
電話：2679 7557 傳真：2671 2206
電郵：tnit@hkcsys.org.hk



@hkcsystnit

網址 www.hkcsys-tnit.org.hk



小 編 的 話

Enjoy your SUMMER!

曾聽說：「暑假是讀書時期最寶貴，最能讓人實踐自己的時間。」還記得我在中學時，每一次學期終考試，我也會寫一張暑假清單。每當我在考試期間想起有什麼事情想完成便會把它記下來，期望自己會在暑假內完成。不論你是否快將迎接暑假，還是已經投身社會工作，也希望你可以擁有一個充實快樂的夏天，以下建議的三件事，不知你有否想過在這個夏季去實現它呢？

1) 發掘和鑽研自己的興趣

假如你好喜歡喝咖啡，不如就把握這個暑假下定決心學拉花，沖調咖啡，讓你可以成為朋友中的咖啡master。要知道當一個人能找到屬於自己的專長時會感到好滿足的呢！

2) 鼓起勇氣，突破自己

還記得前幾年的一個暑假，我貿然參加了當時挺陌生的一所機構舉辦的關懷弱勢社群暑期活動。回想起來，真慶幸當時自己願意透過活動跳出安舒區，除了能突破自己，還協助我找到了自己的夢想。

3) 與家人朋友共渡美好時光

趁著暑假多花一點時間與家人及朋友聊天和遊玩，增加多一點對彼此的認識，也可花點心思為他們做點小禮物，以表達對他們的關懷，也許會成為日後美好的回憶。

暑假是代表著一個階段的結束和另一階段的開始，提醒在學的我們需要一個停頓和休息，好讓來日生活得更有力。夏天代表著熱情和活力，對於已投身工作的朋友，再繁忙也別忘了要為自己的生活增加一點色彩。

希望大家都有個愉快難忘的夏天啦！

社大 O Camp

意思為「社會大學」。「社大」中集合各種不同的知識、機會、現實社會的宿影討論，以現時流行的「O CAMP」模式讓參加者投入「社會大學」中，走進社會去體驗社會基層、被忽視的弱小群體之生活及接觸他們，如：寮屋戶、露宿者及弱勢社群。

內容：1. 寮屋體驗 2. 探索市集
3. O CAMP體驗 4. 露宿者探訪及生活體驗

日期及時間：營前會：8/7/2017(星期六)：
7:00pm - 8:00pm
體驗日：18-21/7/2017(星期二至五)：
(18/7) 2:00pm - (21/7) 12:00am

地點：本中心、北區、大埔及深水埗區

對象：14歲以上之青少年

名額：15

收費：會員：\$150 非會員：\$180 優惠：\$150

備註：1. 活動已包括交通費及膳食費。

2. 各參加者都必須出席營前會。

負責人：朱鎮華先生 (Frankie)、廖錦文姑娘 (Daisy)

活動內容由一班青年義工
共同策劃及推行，體現青
年的社創精神。





TNIT/17/181

TNIT/17/182

「激箭」・激戰



Lead my Team ! Wargame體驗 2017

「激箭」引發激戰，箭藝活動對觀察力、判斷力及團隊合作的要求相當高，而激戰活動可以在安全情況下進行對戰活動，增加活動的刺激性。

野戰活動講求果斷決定、周全策略、勇氣膽色，面對不明的前路，憑藉大家同心合力，再加上你的領導才能，帶領團隊走出困境。

- 內容** : 1. 學習基礎射箭技術 2. 對戰活動
日期 : 24/8/2017 (星期四)
時間 : 10:00am - 4:00pm
地點 : 本中心及待定
對象 : 13歲以上之青少年
名額 : 18人 優惠名額: 3
收費 : 會員: \$80 非會員: \$110 優惠: \$40
備註 : 1. 活動已包括所有裝備及膳食。
 2. 請穿著運動服及自備食水。
 3. 鳴謝「香港賽馬會慈善信託基金捐助」、「青年事務委員會」、「青年活動統籌委員會」
負責人 : 朱鎮華先生 (Frankie)



- 內容** : 1. 野戰簡介 2. 室內野戰活動
日期 : 22/8/2017 (星期二)
時間 : 9:00am - 3:00pm
地點 : 臺灣
對象 : 14-20歲之青少年
名額 : 18
收費 : 會員: \$90 非會員: \$120 優惠: \$45
備註 : 1. 參加者需自備食水。
 2. 參加者需穿著運動服及長袖圍裙。
負責人 : 朱鎮華先生 (Frankie)



TNIT/17/194

Youth Café - 飛標挑戰賽

這次 Youth Café 來個飛標挑戰賽，讓你的向朋友一嘗參與，輕鬆一下，屆時更有小食等住大家。

- 內容** : 1. 消閒Cafe
 2. 投飛標挑戰賽
 3. 以三人為一隊作賽
日期及時間 : 7/7-18/8/2017 (逢星期五) : 7:00pm - 9:00pm
 23/8/2017 : 7:00pm-8:30pm (挑戰日)
地點 : 本中心及馬鞍山
對象 : 中一或以上之青少年
名額 : 5隊
收費 : 會員: \$50 非會員: \$80
備註 : 參加者即攜同新會員參加活動，該名新會員可免費入會。
負責人 : 廖錦文咕咕 (Deisy)



TNIT/17/184

「市」途行者 - 城市定向比賽

考驗智力和團隊合作能力，在臨時中走過都市角色，完成任務，獲得分數。歡迎喜愛挑戰的青少年組隊參與。

- 內容** : 1. 比賽簡介 2. 全日城市定向比賽
 3. 頒發獎項
日期 : 20/8/2017 (星期日)
時間 : 10:30am-6:00pm
地點 : 本中心及全港地區
對象 : 13-18歲青少年 (4-5人組隊參與)
名額 : 24人
收費 : 會員: \$10 非會員: \$40
備註 : 1. 參加者需自備八達通並儲值約\$50作為車費開支。
 2. 獎項: 冠軍隊伍: 每人\$200書券、亞軍隊伍: 每人\$100書券、季軍隊伍: 每人\$50書券。
 3. 鳴謝「香港賽馬會慈善信託基金捐助」、「青年事務委員會」、「青年活動統籌委員會」
負責人 : 譚偉浩先生、廖錦文咕咕、陳仲輝先生





TNIT/17/174

守護天使初接觸

我們生活忙碌，有時身邊守護天使(可能是你的家人、可能是你的朋友、可能是來自你信仰)的聲音都聽不見了。現在有一個機會我們一同安靜下來，嘗試和自己的守護天使溝通，成為自己和別人的守護天使。

- 內容** : 1. 認識守護天使的概念
2. 與蠟燭一起的呼吸練習
3. 創作不同守護天使的小話，既可送給別人，又可以留給自己打氣！
- 日期** : 23/7, 6/8, 13/8/2017 (星期日)
時間 : 4:00pm-5:30pm
地點 : 本中心
對象 : 6至14歲
名額 : 12人
收費 : 會員: \$60 非會員: \$90 優惠: \$30
負責人 : 何銘熙先生(Hugo)



TNIT/17/190

Come on! 升中營

成為中學生，每天都有新挑戰！與其鬱悶開學，不如參加兩日一夜體驗營，透過不同趣怪活動，學習時間分配及解難能力，日後遇到挑戰，都變成小菜一碟！

- 內容** : 1. 簡介會
2. 宿營活動：門窗門力歷奇活動
- 日期** : 簡介會: 1/8/2017 (星期二)
宿營活動: 3/8/2017-4/8/2017 (星期四及五)
- 時間** : 簡介會: 11:00am - 12:30pm
宿營活動: 12:00am - 翌日2:30pm
- 地點** : 本中心、保良局北潭滙景營
- 對象** : 升中一之學生
- 名額** : 20人
- 收費** : 會員: \$150 非會員: \$180 優惠: \$75
- 備註** : 1. 請穿著合適之運動服飾；
2. 費用已包括車費、教練費用、所有器材費用及膳食；
3. 自備水壺、雨前用品及個人藥物；
4. 鳴謝「香港賽馬會慈善信託基金捐助」、「青年事務委員會」、「青年活動統籌委員會」。
- 負責人** : 廖錦文姑娘(Daisy)



TNIT/17/172

心情守護者

你大腦的安全，許多時候都是靠「督軍」，站在最前線守護。那你和你身邊人的心情又有誰來守護呢？

- 內容** : 1. 精神健康急救訓練
2. 籌備及策劃推廣精神健康活動
3. 情緒管理及壓力管理小組活動
4. 成立小組，繼續守護身邊的人
5. 出席率達80%或以上，將能夠一同體驗直立版(9UB)訓練，享受大自然帶給自己心曠神怡。
- 日期** : 訓練: 22/8-25/8/2017 (星期二至五)
服務: 待定
直立版體驗活動: 26/8/2017 (星期六)
- 時間** : 訓練: 10:00am-2:00pm
直立版體驗活動: 10:00am-2:00pm
- 地點** : 訓練: 本中心
直立版體驗活動: 西貢藍天體育會
- 對象** : 13至24歲
- 名額** : 12人
- 收費** : 會員: \$80 非會員: \$110 優惠: \$40
- 備註** : 1. 完成12小時課程及考核後，即可授頒澳洲精神健康急救國際分發之証書
2. 出席率達80%，將獲贈免費「直立版」體驗活動
3. 鳴謝「香港賽馬會慈善信託基金捐助」、「青年事務委員會」及「青年活動統籌委員會」
- 負責人** : 何銘熙先生(Hugo)



TNIT/17/166

只能看見的節奏

失聰人士聽不到樂曲的旋律和節奏，究竟他是怎樣起舞的呢？遇到生命中不如意的事情，再生勇士譚人毅Jason如何為自己添加正能量？

- 內容** : 1. 訪問再生勇士的正能量由來
2. 與再生勇士共舞
- 日期** : 29/7/2017 (星期六)
- 時間** : 2:00pm-4:00pm
- 地點** : 本中心
- 對象** : 10至17歲
- 名額** : 10人
- 收費** : 會員: \$30 非會員: \$60 優惠: \$15
- 備註** : 參加者需穿著舒適運動服進出席活動
- 負責人** : 何銘熙先生(Hugo)





療癒小文青

TNIT/17/147

製作手工藝的過程能陶冶性情，舒解負面情緒，療癒心靈。參加者於製作不同的手工藝作品後，將所學之技能與社區人士分享，將作品於社區展示，營造療癒心靈的社區氣氛，發揮個人創意。

- 內容** : 1. 學習製作不同的手作
(水間皂皂、押花滴膠飾品、禪繞創作)
2. 義工訓練
3. 義工服務
- 日期** : 手作學習及義工訓練:
8/8、15/8、22/8/2017(星期二)
服務籌備: 25/8/2017(星期五)
義工服務: 26/8/2017(星期六)(暫定)
- 時間** : 手作學習及義工訓練: 4:00pm - 5:30pm
服務籌備: 10:30am - 1:00pm
義工服務: 2:00pm - 5:00pm
- 地點** : 本中心
- 對象** : 10-14歲兒童及青少年
- 名額** : 10人
- 收費** : 會員: \$20 非會員: \$50 優惠: \$10
- 備註** : 鳴謝「香港賽馬會慈善信託基金捐助」、
「青年事務委員會」、「青年活動統籌委員會」
- 負責人** : 文家慧姑姐(Sarah)、梁潔瑩姑姐(Hermi)



解密者

TNIT/17/101

「倒數計時，你只有60分鐘的時間解開密室的難關……」在這機關重重的密閉空間中，在限時內尋找線索、與隊員合作、層層解謎，才能完成任務走出密室。我地等妳來解密……

- 內容** : 1. 不同主題的密室探險
2. 門智門力的解難遊戲
- 日期及時間** : 簡介會: 8/8/2017 (星期二) 4:00pm - 5:00pm
活動日: 9/8/2017 (星期三) 1:00pm - 5:00pm
- 地點** : 本中心及觀塘
- 對象** : 13-24歲青少年
- 名額** : 15人
- 收費** : 會員: \$30 非會員: \$60
- 備註** : 1. 活動已包括入場費用
2. 參加者需自備飲水
3. 鳴謝「香港賽馬會慈善信託基金捐助」、
「青年事務委員會」、「青年活動統籌委員會」
- 負責人** : 黃愛倫姑姐(Helen)

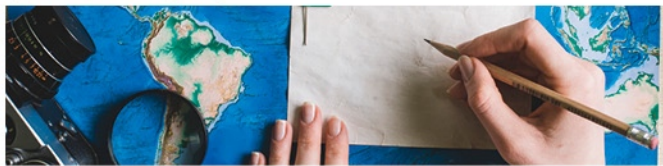


遊戲設計師 Game Designer

TNIT/17/145

只要你有「30%創造力+30%趣玩+30%好勁+10%時間」= 遊戲設計師
歡迎「你」加入成為我們的一份子!!!!

- 內容** : 1. 認識服務對象的需要
2. 了解遊戲設計的專點
3. 協助構思城市定向活動
- 日期和時間** : 訓練日: 21/7, 28/7, 11/8/2017(逢星期五) 3:00pm - 4:00pm
戶外考察: 4/8/2017(星期五) 2:30pm - 4:30pm
定向活動日: 19/8/2017(星期六) 10:00am - 5:00pm
- 地點** : 本中心及北區
- 對象** : 13-24歲青少年
- 名額** : 8人
- 收費** : 會員免費
- 備註** : 1. 參加者需自備飲水
2. 參加者需自備防蟲及防蚊用品
3. 活動可計算義工時數及OLE(其他學習經歷)
- 負責人** : 黃愛倫姑姐(Helen)





TNIT/17/102

正宗少林武術訓練營

習武以「善」字為先，以「恆」字為要，學習照顧自己的能力，學習承擔責任、勇於面對困難、訓練團隊精神……

- 內容：**
1. 少林武術訓練
 2. 少林禪修體驗
 3. 人際溝通訓練
 4. 大澳生態或文化考察
 5. 與師傅交流
 6. 棋藝晚會
 7. 學員必須輪流作營地服務，如飯前開飯、飯後清潔、收拾被舖、掃地、倒垃圾、清理落葉、除草及澆花等。
- 日期：**簡介會：2/8/2017 (星期三)
營期：8/8-10/8/2017 (星期二至四)
- 時間：**簡介會：7:30pm-8:30pm
營期：9:00am-翌日4:00pm
- 地點：**聯合及解散地點：本中心
- 活動地點：**大澳香港少林武術文化中心
- 對象：**7至13歲
- 名額：**24人
- 收費：**會員：\$400 非會員：\$430 優惠：\$200
- 備註：**鳴謝「香港賽馬會慈善信託基金捐助」、「青年事務委員會」及「青年活動統籌委員會」
- 負責人：**何銘熙先生(Hugo)



街頭「毅」人

TNIT/17/171

得雀躍啊！今次請來2016街頭健身北京超級世界杯香港代表Nicolas，與我們一起在社區中應用社區設置做運動！一同建立起做運動的習慣吧！

- 內容：**
1. 伸展練習
 2. 街頭運動訓練及小組分享
- 日期：**18/7-1/8/2017 (星期二)
- 時間：**7:30am-9:00pm
- 地點：**本中心及北區
- 對象：**12至24歲
- 名額：**10人
- 收費：**會員：\$10 非會員：\$40
- 備註：**
1. 參加者請穿著舒適的運動服出席活動
 2. 參加者需自備食水
- 負責人：**何銘熙先生(Hugo)



謎！！

TNIT/17/185

這一個晚上，發生了一件命案，作為參加者的你將化身成為偵探，組成偵探小隊，到現場發現現場證據，並與每一個涉案人士對話，尋找真相。一齊來參與，考驗你的觀察力和頭腦，助我們解開這些「謎」！……

- 內容：**
1. 了解案件特徵
 2. 尋找合適的人士提證
 3. 推測誰是兇手
- 日期：**11/8/2017 (星期五)
- 時間：**7:00pm-10:00pm
- 地點：**本中心
- 對象：**13-24歲青少年
- 名額：**24人
- 收費：**會員：\$10 非會員：\$40
- 負責人：**譚偉浩先生、廖錦文姑姐、陳仲輝先生



Summer Battle - WAR GAMER!

TNIT/17/078

今個暑假約定你，一齊玩盡佢！

- 內容：**好玩又刺激的War game
- 日期：**25/6/2017 (星期日)
- 時間：**2:00pm-7:00pm
- 地點：**紅磡堂內War game場
- 對象：**12-24歲青少年
- 名額：**20人
- 收費：**會員\$20 非會員：\$50
- 備註：**費用並不包括車費，參加者需自行到黃埔車站集合。
- 負責人：**岑慧莊姑姐(Jolly)





Step Up @ Jazz Funk

TN17/17/221

嘩嘩！我地中心黎緊舉辦第三期Jazz Funk班喇！

Jazz平時大家都接觸得多，好多地方可以學到，但咩係Jazz Funk呢？

Jazz Funk 結合了Jazz和Hip Hop的舞蹈，注重拍子及節奏，動作亦自由多變，Jazz Funk相比一般的Jazz更活潑、愉快、有勁感。

- 內容** : 1. 舞蹈體驗 (1小時)
2. 小組活動 (0.5小時)
- 日期** : 16/7, 23/7, 30/7, 6/8, 13/8, 20/8/2017 (逢星期日)
- 時間** : 2:00pm - 3:30pm
- 地點** : 本中心
- 對象** : 14-19歲青少年名額: 15
- 收費** : 會員\$30 非會員: \$60
- 備註** : 鳴謝「香港賽馬會慈善信託基金捐助」;
「青年事務委員會」; 及「青年活動統籌委員會」。
- 負責人** : 林秀茹姑娘



青年編作劇場

TN17/17/210

每人都是生命導演，你可以選擇在遇到困難時，以積極態度去面對生活上的艱難。「編作劇場」是由演員以自己的經歷或想法去編寫自己劇本，每次編作過程都包含著自己的心路歷程。如果你想用自己已經歷去鼓勵正面對困難的人，或者你想用自己的演技去演活不同的故事，我們都歡迎你一同參與我地的編作劇場。

- 內容** : 1. 編作劇場排練
2. 青景音樂、燈台安排
- 日期** : 2/7, 9/7, 16/7, 23/7, 6/8, 13/8, 20/8, 27/8/2017 (逢星期日)
- 時間** : 3:00pm - 6:00pm
- 地點** : 本中心
- 對象** : 13-30歲青少年
- 名額** : 10人
- 收費** : 會員\$120 非會員: \$150 (已包括拍金: \$100)
- 備註** : 出席率達80%，將會獲退回拍金\$100。
- 負責人** : 林秀茹姑娘



電競激戰會

TN17/17/189

夜晚無無聊聊唔知做乜好？硬系開機喇！！齊齊一班志同道合的團友，流下青春的手汗，目標是征服PS4羣一座又一座的高山！

- 內容** : 1. 互相認識
2. 電子遊戲競賽
- 日期** : 21/7/2017, 25/8/2017(星期五)
- 時間** : 7:15 pm - 9:00pm
- 地點** : 本中心
- 對象** : 12歲或以上兒童及青少年
- 名額** : 8人
- 收費** : 會員免費
- 備註** : 參加者需穿著舒適運動服出席活動
- 負責人** : 朱鎮華先生、陳仲輝先生



天平Band Club

TIN
PING
BAND
CLUB



天平Band Club Member Card申請方法：
只需要預約中心負責社工浩Sir，進行約20分
鐘簡單講解，便可成功申請，費用全免。

Band房借用服務

會員收費：\$50 / 1小時
\$80 / 2小時



天平·夏·搖滾音樂祭

TNIT/17/183

各位青少年樂隊成員，大家大展身手的機會來了，
大家可以報名參與演出，亦可做觀眾觀賞樂隊演
出。Let's Rock!!

內容：1. 樂隊表演 2. 音樂交流
日期：22/7/2017(星期六)
時間：7:30pm-10:00pm
地點：本中心
對象：中一或以上之青少年
名額：不限
收費：免費
負責人：譚偉浩先生



無盡音樂夢 - 自組樂隊計劃

TNIT/17/021

夢想，於漆黑裏仍然鏗鏘...如果你和身邊的朋友，
都有一個想夾Band 的夢，但又不知怎樣開始，就
可來這裏，踏上這旅途。

內容：1. 認識不同樂器，嘗試夾Band的滋味
2. 成功組織樂隊後會有進階的學習和
表演的機會
日期：2017年6-9月
時間：待定
地點：本中心
對象：中三或以上對樂隊音樂有興趣的
青少年，自組隊伍
名額：4-6人一組，共2組
收費：會員免費
負責人：譚偉浩先生

"V Care" 義工大使

TN17/149

北區有很多寮屋區，有沒有試過進入有關地區呢？或者你會想知道他們的情況是怎樣，或者你會想了解更多寮屋區的分佈。我們在今個暑假，會到北區寮屋區進行探訪服務，一同關心區內有需要的家庭。

內容：1. 上門探訪技巧
2. 教授「正向心理學」概念
日期：18/07, 25/07, 01/08/2017
時間：5:00pm - 6:00PM
地點：本中心
對象：14歲或以上青少年
名額：15人
收費：會員免費
備註：鳴謝「華人慈善基金」贊助
負責人：林秀茹（註冊社工）



"V Care" 寮屋區探訪

TN17/143

趁著暑假，我們一同尋幽探秘，關心北區寮屋區的居民，並舉辦小組活動予該區家庭，為該區家庭增添色彩。

內容：寮屋區探訪
日期：12/08, 02/09, 30/09/2017 (星期六)
時間：11:00am - 12:30pm
地點：本中心
對象：14歲或以上青少年
名額：15人
收費：會員免費
備註：鳴謝「華人慈善基金」贊助。
負責人：林秀茹（註冊社工）



賣旗日

有興趣做義工
既朋友仔記得
留意住日期啦！

日期	服務機構
10/6/2017 (星期六)	聖誕各福群會
19/7/2017 (星期三)	香港遊樂場協會
9/8/2017 (星期三)	博愛醫院
2/9/2017 (星期六)	保護遼東動物協會有限公司

時間：9:00am - 12:00nn
負責同工：朱鎮華先生、李鳳儀姑娘

暑期義工配對及義工訓練日
8/7/2017 (星期六) 2:30pm - 3:30pm

同

「寮」義工體驗服務計劃

TNIT/17/142

北香港是個繁華的大都會，高樓林立、車水馬龍、五光十色的城市與寮屋好像格格不入，但現今的社會寮屋數目有85000間之多，今次我們會一起走到寮屋區探索這片土地。

- 內容：1.寮屋體驗活動 2.義工服務
 日期：體驗日：02/08/2017(星期三)；
 義工服務日：05/08/2017(星期六)
 時間：體驗日：9am - 5pm；
 義工服務日：10:30am - 4:30pm
 地點：本中心及北區寮屋區
 對象：13歲以上之青少年
 名額：10人
 收費：會員\$20 非會員：\$50
 備註：1. 活動已包括交通費。
 2. 鳴謝「香港賽馬會慈善信託基金捐助」、
 「青年事務委員會」、「青年活動統籌委員會」
 負責人：朱鎮華先生 (Frankie)



講

· 義營地

TNIT/17/148

講「義」既你地一定在暑假期間去做好多既義工服務，為左答謝大家既幫手，我地特意舉辦今次的CAMP，一齊玩返營，分享下大家做義工既經歷。

- 內容：1. 野外歷奇活動 2. 宿營活動
 日期：簡介會：27/7/2017(星期六)；
 宿營：30-31/7/2017(星期日至一)
 時間：簡介會：3:00pm - 4:00pm；
 宿營：2:00pm - 翌日4:00pm
 地點：本中心及YWCA眾銘潔度假村
 對象：14歲或以上之青少年
 名額：30人
 收費：會員：\$50 非會員：\$80 優惠：\$20
 備註：1. 活動已包括交通費及膳食費
 2. 鳴謝「香港賽馬會慈善信託基金捐助」、
 「青年事務委員會」、「青年活動統籌委員會」
 負責人：朱鎮華先生 (Frankie)、黃麗儀姑娘(Helen)、岑慧莊姑娘(Jolly)





香港青少年服務處
HONG KONG CHILDREN & YOUTH SERVICES

明心窗

「中學文憑試」

2017

放榜熱線電話及
網上輔導服務

服務日期及時間：

11/7/2017 2-10pm

12/7/2017 9am-10pm

13/7/2017 10am-10pm



歡迎應屆考生及家長於放榜期間致電查詢，
輔導員和社工會即時與你分享升學及生涯規劃的疑慮。

熱線電話：2810 4799
WhatsApp：5599 6906
電郵：dse@hkcs.org.hk
網頁：www.cys.org.hk/hkdse

贊助

鳴謝



華人永境墳場管理委員會
The Board of Management of
The Chinese Permanent Generics
EST. SINCE 1913



PCCW
電訊盈科

HKT

MTR 港鐵

2017
DSE

打氣站

DSE放榜在即，大家要有更好的準備及支援，並邀請上屆DSE考生與大家一同分享，掌握更多升學資訊，迎接DSE放榜，沿途為你打氣。

模擬放榜分享夜

內容：
1. 升學出路
2. DSE過來人分享
3. JUPAS選科Tips
日期：7/7/2017(星期五)
時間：7:00pm - 9:00pm
地點：本中心
對象：應屆DSE考生
名額：20人
負責人：廖錦文姑娘(Daisy)、譚偉浩先生(浩sir)

放榜支援日

內容：電話或面談輔導服務
日期：8/7/2017-31/8/2017
時間：中心開放時間
地點：本中心
負責人：廖錦文姑娘(Daisy)



生涯規劃服務

搵工站

內容：協助青少年認識及掌握基本的求職技巧，從而在求職路上更得心應手，覓得一份愜意的工作。
• 模擬面試練習
• 編寫求職信及履歷表
• 求職及就業情緒支援
備註：請先致電負責社工廖錦文姑娘預約有關面見時間

資訊站

內容：讓區內青少年可於中心獲取就業資訊、享用多元化的就業支援服務。
• 求職資訊
• 進修及升學資訊
• 行業資訊

「職」動閣

目的：剛離校的青少年面對前路也許會感到迷茫，中心推行的就業支援服務，為青少年提供職前和求職訓練，提升工作能力，幫助青少年順利投身工作世界。

求職站

內容：
• 於中心開放時間內免費借用電腦；
• 瀏覽求職資訊或編寫求職信及履歷表
• 提供列印及影印服務

對象：在學、持業或在職青少年
收費：免費
時間：請參考中心開放時間

如有任何求職疑難，歡迎致電 2679 7557 與廖錦文姑娘聯絡

暑期創業「闖」一番

滿有創業夢想的青年
留意!!本中心提供一個
Café場，讓年青的
你來學習及營運理想的
Café，「闖」一番創
業夢。

TN17/17/191



- 內容** :
1. Café從業者分享
 2. 學習Café日常運作、採購事宜、人力資源分配、推廣銷售技巧等
 3. 港式懷舊小食製作、Café飲品(咖啡、朱古力、綠茶拉花)
 4. Café運作

- 日期** :
1. 訓練日: 8/7、14/7/2017 (星期五、六)
 2. Café運作: 15/7-27/8/2017 (星期六至日)(每隊實習6天)

- 時間** :
1. 訓練日: 2:00pm - 6:00pm
 2. Café運作: 10:00am - 6:00pm

地點 : 本中心

對象 : 12-24歲青少年

名額 : 10人(可4-6人組隊參與)

收費 : 會員\$50 非會員: \$80

- 備註** :
1. 參加者須一同出席以上活動;
 2. 本中心津貼部分費用, 活動盈餘將予參加者工作津貼。

負責人 : 廖錦文姑娘(Daisy)、黃愛倫姑娘(Helen)

理想藍圖2017 -

TNIT/17/195

TEEN涯之旅 @行業多面睇

鼓勵青少年作職志探索，了解行業日常運作、就業機會及從業員分享工作心得等，擴闊青少年對各行各業的認知。

內容：行業探索

1. 婚禮統籌

2. 酒店

日期：9/8/2017(星期三)

時間：10:00am - 6:00pm

地點：本中心及行業參觀地點

對象：中三以上學生

名額：10人

收費：會員免費

備註：1. 參加者會獲交通及午餐津貼；

2. 計劃與北區青少年事務工作小組為合辦單位；

3. 計劃由北區區議會資助。

負責人：廖錦文姑娘(Daisy)



理想藍圖2017 -

TNIT/17/196

TEEN涯之旅 @職業技能學習

為了加強青少年的自我認識及對情緒健康的認識和關注，本中心現舉辦一項名為「理想藍圖2017 —TEEN涯之旅」的計劃，幫助青少年發揮個人特質的實踐經驗。

內容：職業技能學習

1. 飲品沖調(花茶、咖啡、朱古力...)

2. 包點製作(麵包、甜點...)

日期：5/8/2017(星期六)

6/8/2017(星期日)

時間：2:00pm - 6:00pm

地點：本中心

對象：中三以上學生

名額：10人

收費：會員: \$20 非會員: \$50

備註：1. 計劃與北區青少年事務工作小組為合辦單位；

2. 計劃由北區區議會資助。

3. 本計劃為資助活動，故不設優惠收費。

負責人：廖錦文姑娘(Daisy)





展翅青見



香港青少年服務處

HONG KONG CHILDREN & YOUTH SERVICES

勞工處「展翅青見計劃」委任培訓機構

培訓機構編號: TB 036

展翅青見計劃

「展翅青見計劃」透過勞工處、僱主和服務機構的通力合作，為15至24歲、學歷在副學位或以下的離校青少年，提供全面的求職平台，配合一站式和多元化的職前和在職培訓，幫助青少年認識自我和職業志向，豐富他們的工作技能及經驗，以提升就業競爭力。

計劃內容簡介

- 個案管理服務——擇業導向及就業支援服務
- 職前培訓
 - ▶ 核心課程：求職人際
 - ▶ 選修課程，包括：
 - (i)「課程一：團隊協作」
 - (ii)「課程二：電腦應用」
 - (iii)「課程三：職業技能」
 - ▶ 1個月工作實習訓練
- 在職培訓
 - ▶ 6-12個月有薪在職培訓
 - ▶ 職外職業技能培訓津貼
- 度身訂造培訓暨就業項目
- 培訓津貼

查詢及報名

上課地區	負責社工	聯絡電話
馬鞍山恆安邨	羅俊傑先生	2642 1555
大埔廣福邨	謝煥軒先生	2653 8514
粉嶺御庭軒	謝斯琪姑娘	2668 2138
上水天平邨	廖錦文姑娘	2679 7557
荃灣麗城花園	韓佩珊姑娘	2414 8283
紅磡黃埔花園	盧嘉輝先生	2356 2133
尖沙咀	譚遠良先生	2368 0777

計劃網址

<http://www.yes.labour.gov.hk>



2016/2017第三、四季課程

核心課程——求職人際

(15至19歲、從未參加「展翅青見計劃」的學員必須修讀)

課程為學員提供48小時的求職及人際技巧訓練，讓學員對生涯規劃、人際技巧和求職方法等有基本認識和掌握。內容包括自我認識、正確表達情緒、培養良好工作態度、團隊合作訓練、撰寫求職信、履歷表及職位申請表、求職面試前的準備及面試技巧、基本勞工法例等。



季段	上課地區	上課日期時間 (星期六、日及公眾假期除外)
第三季	紅磡黃埔花園	15/5-23/5/2017 (7天) 10:00am-6:00pm
第四季	粉嶺御庭軒	1/6-8/6/2017 (6天) 9:30am-6:30pm
	馬鞍山恆安邨	7/6-15/6/2017 (7天) 10:00am-6:00pm
	荃灣麗城花園	19/6-26/6/2017 (6天) 9:30am-6:30pm

選修課程——西式包餅製作訓練

了解包餅業範疇、行業發展、入行及晉升階梯，認識製餅設備、器具操作及採購過程，靈活創作西式蛋糕及包餅（超過20款），實習營運小賣店、學習包餅業常用英語及普通話用語。

季段	上課地區	上課日期時間 (星期六、日及公眾假期除外)
第三季	荃灣麗城花園	1/3-24/3/2017 (18天) 10:00am-6:00pm
第四季	粉嶺御庭軒	19/6-11/7/2017 (18天) 10:00am-6:00pm

職場特訓班課程

課程	上課地區	上課日期時間 (星期六、日及公眾假期除外)
甜品烘焙基礎課程	馬鞍山恆安邨	10/5-25/5/2017 (12天) 10:00am-6:00pm
甜品烘焙基礎課程	尖沙咀	22/5-7/6/2017 (12天) 10:00am-6:00pm
咖啡調製員基礎課程	大埔廣福邨	10/5-25/5/2017 (12天) 10:00am-6:00pm
咖啡調製員基礎課程	尖沙咀	8/6-23/6/2017 (12天) 10:00am-6:00pm
化妝助理基礎課程	尖沙咀	26/6-11/7/2017 (12天) 10:00am-6:00pm

桌遊達人

最近中心購入了超過20盒新款桌上遊戲，每款都各具特色，各青少會員只要帶上你的會員證，即可借玩中心Boardgame，讓你和朋友都能一同歡笑，享受玩樂！

遊戲王

TN17/17/132

今個夏天，我們將會舉行一場刺激好玩的桌上遊戲決鬥！比賽將會分成小學組和公開組。各組比賽得分最高者，即可獲得桌上遊戲一份！貪玩好動的你，絕對不容錯過！

內容：桌上遊戲比賽

日期：遊戲王簡介日：5/8/2017 (星期六)
遊戲王決鬥日(小學組和公開組)：13/8/2017 (星期日)

時間：遊戲王簡介日：3:00pm-4:00pm
遊戲王決鬥日- 小學組：3:00pm-3:45pm
- 公開組：4:00pm-4:45pm

地點：本中心

對象：(1) 小學組：只供12歲或以以下兒童參加
(2) 公開組：歡迎兒童、青少年、家長會員參加

名額：每組名額不超過12人

收費：會員：\$10 非會員：\$40

備註：比賽流程和細則將會於簡介日公布。

負責人：岑慧莊姑娘(Jolly)、陳仲樺先生(樺Sir)



桌遊人大師

TN17/17/118

Boardgame有好多款，你識玩邊幾款？我們誠邀你成為桌遊人大師，透過三次訓練日，讓你掌握五款或以上的Board game玩法和技巧，還可加強你帶領桌遊的能力，一同參與義工服務，與小朋友同玩樂！

內容：1. 學習五款或以上的桌上遊戲
2. 學習帶領桌上遊戲的技巧
日期：訓練日：18/7、25/7、1/8 (星期二)
義工服務：5/8、19/8 (星期六)

時間：訓練日：3:00pm-4:30pm
義工服務：11:00am-12:30pm

地點：本中心

對象：13-24歲青少年

名額：8人

收費：會員免費

備註：完成服務後可登記義工時數。

負責人：岑慧莊姑娘(Jolly)、陳仲樺先生(樺Sir)



天然驅蚊香磚DIY

TNIT/17/119

夏天除了帶來了美態之外，仲帶來蚊蟲！帶粒驅蚊磚就無有怕晒！使用會讓蚊蟲懼怕的精油製作成小香磚，將香磚放入網袋內，掛在書包、手袋、窗邊等地方，蚊蟲便會散發出香味。

- 內容** : 1. 製作天然驅蚊香磚
2. 「藝」行者·手作市集
- 日期** : 學習日: 28/7、11/8/2017 (星期五)
市購日: 19/8/2017(星期六)
- 時間** : 學習日: 7:30 pm - 8:30pm
市購日: 2:00pm - 6:00pm
- 地點** : 本中心
- 對象** : 中一或以上青少年
- 名額** : 10人
- 收費** : 會員\$40 非會員: \$70
- 備註** : 1. 費用已包材料費。
2. 製成品可寄存於中心格仔櫃售賣。
- 負責人** : 歐陽詠賢姑娘 (Rain)



水泥盆栽DIY

TNIT/17/097

賣用水泥作素材，製作不同形狀的盆栽

- 內容** : 1. DIY水泥盆栽
2. 青少年手作市集
- 日期** : 製作: 9/8、10/8/2017(星期三至四)
市購: 19/8/2017(星期六)
- 時間** : 製作: 4:00pm-6:00pm
市購: 2:00pm-6:00pm
- 地點** : 本中心
- 對象** : 中一或以上青少年
- 名額** : 8人
- 收費** : 會員: \$40 非會員: \$70
- 備註** : 製成品可寄存於中心格仔櫃售賣。
- 負責人** : 歐陽詠賢姑娘 (Rain)



小布袋DIY

TNIT/17/015

一針一線地縫紉，做出特色的小布袋。

- 內容** : 1. DIY小布袋製作
2. 青少年手作市集
- 日期** : 製作: 9/8、10/8/2017(星期三至四)
市購: 19/8/2017(星期六)
- 時間** : 製作: 7:00pm-10:00pm
市購: 2:00pm-6:00pm
- 地點** : 本中心
- 對象** : 中一或以上之青少年
- 名額** : 8人
- 收費** : 會員\$40 非會員: \$70
- 備註** : 製成品可寄存於中心格仔櫃售賣。
- 負責人** : 歐陽詠賢姑娘 (Rain)、廖錦文姑娘 (Daisy)



天氣瓶DIY

TNIT/17/126

天氣瓶 (氣象瓶) 又稱風暴瓶 (Storm Glass)
會根據外界溫度的改變，瓶內會出現不同型態的結晶。

- 內容** : 1. 製作天氣瓶
2. 「藝」行者·手作市集
- 日期** : 學習日: 3/8、4/8/2017 (星期四及五)
市購日: 19/8/2017 (星期六)
- 時間** : 製作: 7:30pm-9:00pm
市購: 2:00pm-6:00pm
- 地點** : 本中心
- 對象** : 中一或以上青少年
- 名額** : 10人
- 收費** : 會員: \$40 非會員: \$70
- 備註** : 1. 費用已包材料費。
2. 製成品可寄存於中心格仔櫃售賣。
- 負責人** : 歐陽詠賢姑娘 (Rain)



TNIT/17/214

手縫皮革班

同來製作屬於你的皮革小物。

日期：11/8/2017 (星期五)
 時間：7:00pm-8:30pm
 地點：本中心
 對象：13-24歲青少年
 名額：10人
 收費：會員：\$20 非會員：\$50 優惠：\$10
 備註：1. 費用已包材料費。
 2. 製成品可寄存於中心格仔櫃售賣。
 負責人：岑慧莊咕啞 (Jolly)



TNIT/17/125

自家制潤唇膏

齊來動手做全天然無添加的潤唇膏。

內容：12/8/2017 (星期六)
 時間：3:00pm-5:00pm
 地點：本中心
 對象：13-24歲青少年
 名額：10人
 收費：會員：\$100 非會員：\$130 優惠：\$50
 備註：費用已包材料費。
 負責人：岑慧莊咕啞 (Jolly)



TNIT/17/212

馬賽克拼貼班

用小磁拼出你的獨特風格。

日期：4/8/2017 (星期五)
 時間：7:00pm-8:30pm
 地點：本中心
 對象：13-24歲青少年
 名額：10人
 收費：會員：\$50 非會員：\$80 優惠：\$25
 備註：1. 費用已包材料費。
 2. 製成品可寄存於中心格仔櫃售賣。
 負責人：岑慧莊咕啞 (Jolly)



TNIT/17/213

滴膠花小物工作坊

讓花凝在美麗的一刻。

日期：14/7/2017 (星期五)
 時間：7:00pm-8:30pm
 地點：本中心
 對象：13-24歲青少年
 名額：10人
 收費：會員：\$30 非會員：\$60 優惠：\$15
 備註：1. 費用已包材料費。
 2. 製成品可寄存於中心格仔櫃售賣。
 負責人：岑慧莊咕啞 (Jolly)



夏日甜點工房

TN17/111

快來動手做冰冰涼涼的甜品，沁下自己同身邊既人開心啦！

內容：製作夏日甜品
日期：30/6/2017 (星期五)
時間：7:00pm-9:00pm
地點：本中心
對象：13-24歲青少年
名額：8人
收費：會員：\$10 非會員：\$40
備註：1. 費用已包括材料費
2. 參加者需自備食物盒
負責人：岑慧莊咕咕 (Jolly)



氣球佈置班

TN17/1215

專業氣球導師教你利用色彩繽紛的氣球佈置場地。

內容：花式扭氣球
日期：4/8/2017 (星期五)
時間：7:00pm-8:30pm
地點：本中心
對象：13-24歲青少年
名額：10人
收費：會員：\$60 非會員：\$90 優惠：\$30
備註：費用自己包括材料費
負責人：岑慧莊咕咕 (Jolly)



影片製作工作坊

TN17/115

由Supfilm攝影師教授不同的影片拍攝與剪輯技巧，助你製作出專業唯美的影片。

內容：學習不同的拍攝技巧和剪片方法
日期及時間：22/7、29/7 (星期六) 3:00pm - 5:00pm
6/8 (星期日：外景拍攝) 1:00pm-6:00pm
地點：本中心/ 外景地點待定
對象：13-24歲青少年
名額：8人
收費：會員：\$20 非會員：\$50
備註：1. 6/8是外出攝影日，參加者需自備所需車費及食水
2. Supfilm風格時尚特出，曾為禮品書店和YSL等著名品牌製作宣傳短片
負責人：岑慧莊咕咕 (Jolly)



韓文啟發班

TN17/116

趁暑假，學學韓文日常會話。

日期：12/7、19/7、26/7、2/8、9/8、
16/8/2017 (星期三)
時間：7:30pm-8:30pm
地點：本中心
對象：13-24歲青少年
名額：10人
收費：會員：\$160 非會員：\$200 優惠：\$75
負責人：岑慧莊咕咕 (Jolly)



星鳥

速遞

S I N E W S
E X P R E S S

諮詢電話
6280 6281

星鳥計劃

Project SineWS

甚麼是「星鳥計劃」？

星鳥計劃是一項深宵外展服務，社工於深宵時分(晚上10時至翌日凌晨6時)運用外展手法，主動走到青少年經常流連和聚集的公共場所，與青少年接觸及建立關係，評估他們的服務需要，提供以下服務：

- ◆ 預防受不良影響；
- ◆ 為身處危機的青少年提供即時輔助；
- ◆ 為他們在教育、職業、家庭、人際關係和個人問題上提供輔導，有需要時再作轉介；
- ◆ 提高他們解決困難的能力，發展潛能，貢獻社會。

服務對象

年齡6-24歲，於晚上10時至翌日凌晨6時，流連於服務地區之公共場所，而符合上述服務目標需要的青少年。

服務範圍

大埔、粉嶺、上水區內各公共屋邨、市中心及其他鄰近鄉郊區域。

深宵時分想搵社工？

如欲接受服務、轉介個案或對服務有任何查詢，歡迎致電我們的諮詢電話 **6280 6281** 與當值社工聯絡！

「Hi，我地係深宵既外展社工！」「下，我地唔係問題青年嘅，你地去搵果D邊青啦！」在接觸出沒在深宵時份街頭的年青人時，我們不時也會收到這樣的答覆。很多人也以為深宵外展社工就是接觸一些所謂的邊青，確實，接觸青少年是我們工作的其中一部份，但其實在深宵時份的街頭，我們要做的事和接觸的人可多的是呢！



<<<大家猜到圖中的阿sir和年青人正在做什麼嗎？沒錯，就是在推死火了的私家車！其實在深宵時份，社會上已沒有太多機構正在運作，所以當年青人遇到各樣問題的時候，只要在能力範圍內，我們也會盡力協助。我們處理過的問題小至肚餓沒錢吃飯，大至致電告知將會自殺，深宵的街頭確是寂靜，但在寂靜的背後卻是千變萬化的危機與故事，亦正是深宵外展社工的工作。其實在深宵時份，只要你擁有年輕的面孔，相信你也有機會遇到幾個背著背包的俊男美女對你說「Hi，我地係深宵既外展社工！」遇到我們的時候，記著不要拒我們於千里之外呀！



成日聽到好多人會講年青人夜媽媽仲係街做咩！好危險！早D返屋企啦！」相信是大眾主流的看法。

其實好多時部分年青人點解會選擇夜晚先出黎活動呢？相信是夜晚環境較為舒服寧靜，有些是三五知己年青人相聚聊天，有些年青人是工作後的空閒時間……所以年青人都會選擇夜晚時間做

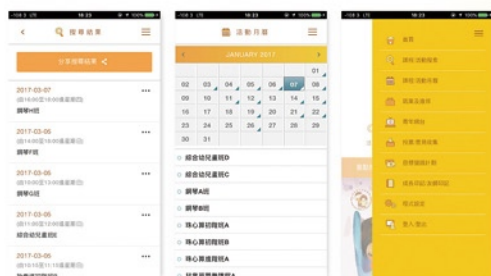
不同的健康活動。深宵社工不時在晚間都會見到年青人時下新興潮流的玩意，如圖中所見年青人踩滑板車，亦有年青人「踩板」、努力練習花式單車等。社工們見到年青人熱愛跳舞，都會一齊去感受下街舞文化。我地每月都有舉辦深宵體育館活動，歡迎年青人進行不同類型的運動，有年青人進行籃球訓練去迎接比賽，挑戰自己。我地希望透過不同的新興活動，提供有利的環境，讓各年青人發展所長，貢獻社區。





香港青少年服務處

iPhone 及 Android 版本
手機應用程式現已推出。



iOS



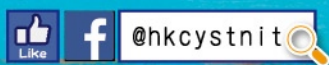
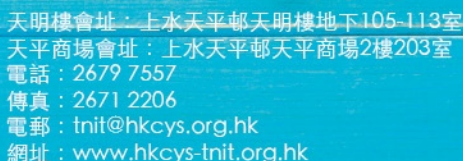
Android



香港青少年服務處
HONG KONG CHILDREN & YOUTH SERVICES

香港青少年服務處服務單位

單位	地址	電話	傳真
總辦事處	香港北角百福道21號16樓	2366 7271	2721 3563
綜合家庭服務			
紅磡綜合家庭服務中心	九龍紅磡邨紅磡樓地下	2761 1106	2715 4033
臨床心理服務	九龍紅磡邨紅磡樓地下	2761 1106	2715 4033
綜合家居照顧服務			
沙田綜合家居照顧服務中心	新界沙田馬鞍山利安邨利興樓地下G2室	2640 1008	2683 5345
大埔綜合家居照顧服務中心	新界大埔大元邨泰榮樓地下11及12室	2667 7616	2661 9648
兒童之家	於九龍及新界區設立9間兒童之家 九龍啟業邨啟盛樓地下G4室	2750 7913	2755 3137
寄養服務	九龍啟業邨啟盛樓地下G4室	2750 7913	2755 3137
綜合青少年服務中心			
賽馬會大埔綜合青少年服務中心	新界大埔廣福邨廣仁樓220-229室	2653 8514	2638 5370
賽馬會天平綜合青少年服務中心	新界上水天平邨天明樓地下105-113室	2679 7557	2671 2206
賽馬會麗城綜合青少年服務中心	新界荃灣麗城花園第1期第3座平台	2414 8283	2412 3570
賽馬會方樹泉綜合青少年服務中心	九龍紅磡黃埔花園第2期18座地下及1樓	2356 2133	2334 9963
賽馬會恒安綜合青少年服務中心	新界沙田馬鞍山恒安邨恒安社區中心2-4樓	2642 1555	2643 0476
賽馬會粉嶺綜合青少年服務中心	新界粉嶺聯和墟和滿街9號御庭軒政府大樓2樓	2668 2138	3125 4677
課餘託管服務	於各綜合青少年服務中心均設有課餘託管服務		
大元課餘託管服務中心	新界大埔大元邨泰榮樓地下24-26室	2660 6572	2660 8254
兒童及青年中心			
成和青少年中心	香港跑馬地桂成里二十號誠和閣地下	2572 2311	2572 3115
學校社會工作服務	為全港40所中學提供駐校社工服務 請聯絡總辦事處	2366 7271	2721 3563
地區青少年外展社會工作服務			
大埔地區青少年外展社會工作隊	新界大埔富亨邨亨裕樓地下23-26室	2667 7780	2667 7149
馬鞍山青少年外展社會工作隊	新界沙田馬鞍山恒安邨恒安社區中心2樓	2328 6903	2328 6523
深宵外展服務			
星島計劃 - 大埔及北區深宵外展社會工作服務	新界大埔富亨邨亨裕樓地下23-26室	2667 7780	2667 7149
濫用精神藥物者輔導中心			
心弦成長中心	新界荃灣大河道99號16樓03-04室	2402 1010	2614 2695
特別計劃			
賽馬會鼓掌・創你程計劃 香港青少年服務處生涯規劃服務隊(新界東)	新界沙田火炭山尾街18-24號沙田商業中心10樓18室	2420 3522	3020 6224



交通方法：

巴士：70K、261、270、277E、277P、79K

小巴：55K

港鐵：上水港鐵站D出口(上水廣場方向)乘電梯到地面，轉乘巴士270(天平邨方向循環線)，於天平邨總站下車。

中心開放時間

時間／ 星期	一	二	三	四	五	六	日
10:00am- 1:00pm	預約 服務	✗	✗	✗	✗	✓	✓
2:00pm- 6:00pm		✓	✓	✓	✓	✓	✓
7:00pm- 10:00pm		✓	✓	✓	✓	✓	✗

中心假期及公眾假期之服務時間

香港特別行政區成立紀念日	2017年7月1日 (星期六)	中心開放10:00am-6:00pm
中心年度休假	2017年9月10日(星期日) 至9月17日(星期日)	中心不開放