



# 頌雅廊 *Praise Along*

香港華人基督會頌真堂睦鄰中心

# 2023

# 9-12月

# 中心通訊



Praise Along 頌雅廊



[praiselong@chungchun.org.hk](mailto:praiselong@chungchun.org.hk)



2666 9225



Praise Along 頌雅廊



香港新界大埔頌雅苑頌真閣地下



Web Site

Facebook

# 中心活動報名須知及守則

1. 報名繳費時，請留意該活動之舉行日期及時間，所有已收取之費用一概不獲發還，同時不能轉換其他活動。
2. 所有費用須於活動舉行前繳付，並保留收據。
3. 個別教授之活動，本中心將與服務使用者協商固定時間及導師，一經選定後，服務使用者不得隨意更改。
4. 本中心保留所有更改活動日期、時間、地點及導師等細節之權利。如有任何更改，本中心會盡快通知有關之服務使用者。
5. 因個人理由而缺席或退出活動等，本中心恕不補堂或退款。
6. 凡因惡劣天氣(詳情請參閱本中心網頁，惡劣天氣指引)而取消之活動，本中心恕不補堂或退款。
7. 如在其他特殊情況下暫停之活動，中心將另行通知有關改期或取消之安排。如服務使用者未能出席改期之活動，恕不另行補堂，有關款項恕不退還。
8. 若因導師請假，本中心會盡力安排補堂。但如服務使用者未能出席補堂，本中心將不會另設補堂，並會安排退款；若因導師未能安排補堂，本中心亦會安排退款。
9. 本中心或會在活動進行期間拍照或錄影，以作宣傳之用。如有任何疑問，請與本中心職員聯絡。
10. 服務使用者必須遵守本中心活動之守則，否則可被終止參加活動之權利，一切費用恕不退還。
11. 部份活動或可插班，詳情請向本中心職員查詢。
12. 本中心保留詮釋及修訂「中心活動報名須知及守則」之權利。

## 頌雅廊(香港華人基督會頌真堂睦鄰中心) 惡劣天氣指引

活動 對象 天氣 情況	中心開放	中心內活動 班組及服務			戶外活動	中心內 功輔班
		幼兒 長者	小學生	成人	所有對象	所有對象
雷暴警告	✓					✓
一號風球	✓					✓
三號風球	✓	✗	✓	✓	✗	✓
八號風球或以上	✗	✗			✗	✗
黃色暴雨警告	✓					✓
紅色暴雨警告	✓	✗	✗	✓	✗	✗
黑色暴雨警告	✗	✗			✗	✗

✓ : 活動如常舉行。

✗ : 活動取消。

 : 如活動舉行前2小時仍然懸掛訊號，將按天文台預測及視乎其安全情況下，在中心FACEBOOK公告。如在活動舉行期間懸掛訊號，應確保參加者在安全情況下繼續或停止活動。

1 : 如8號風球/黑雨取消，中心將2小時後恢復開放。如訊號在下午2時後取消，中心將取消下午開放時間。如訊號在下午4時後取消，中心將取消晚上開放時間。

2 : 如活動舉行前2小時仍然懸掛訊號，活動取消。如在活動舉行期間懸掛訊號，應停止活動及確保參加者在安全情況下離開中心或活動地點。

3 : 如教育局指示因惡劣天氣而停課，中學生及小學生活動即會取消。

備註：

- 因天氣情況而取消的班組(例如：功輔班、興趣班、小組)，中心將不會安排補堂或退款。
- 學生於該取消之課堂不會被視為缺席，同時不影響其活動出席率。
- 因天氣情況而取消的單次收費活動(例如：旅行、參觀)原則上不會退款，唯將視乎個別情況而決定改期或退回部份費用。
- 若有疑問，歡迎致電2666 9225與頌雅廊同工查詢。
- 如對以上安排有任何爭議，本中心將保留最終決定權。

中心開放時間

 中心開放  
 教會聚會

備註：公眾假期休息

	一	二	三	四	五	六	日
10:00 am - 1:00 pm							
2:30 pm - 6:00 pm							
6:00 pm - 8:00 pm							

# 會員福利

成為本中心之會員後能享用以下福利：

1. 憑證以會員價參加本中心舉辦之活動
2. 會員可免費使用「親子遊戲閣」(有關詳情請向本中心職員查詢)
3. 會員可免費使用「中心自修室」(詳情請細閱本頁)

## 申請入會手續

1. 填寫會籍申請表，親臨本中心辦理，家庭會籍可由其中一位申請者辦理
2. 出示身份證明文件
3. 繳交年費(有效期為一年)

## 會籍費用

- 長者(65歲或以上)：10元(一年年費) 或 15元(兩年年費)  
個人：20元(一年年費) 或 30元(兩年年費)  
家庭：50元(一年年費) 或 75元(兩年年費)

## 備註：

- \*需年滿65歲或以上方可申請長者會籍。
- \*家庭會籍成員必須為直系親屬，如：夫婦、父母、子女關係，並居住於同一單位內。
- \*遺失會員證者，需繳交\$10行政費，以補辦新證。

## 中心開放時間/ 自修室服務

中心開放部分房間予本中心會員\*作自修用途，歡迎有興趣之會員使用。

\*若學童(幼兒及小學生)需要使用自修室，需由家長陪同。  
如有其他活動使用中心自修室，服務則會暫停。

開放日子	開放時間	備註
星期一及四	下午2:30至6:00	/
星期二、三、六	上午10:00至下午6:00	下午1:00-2:30午膳
星期五	上午10:00至晚上8:00	



# 基金活動

Telefield

## 親子遊戲閣\*

提供親子空間給予父母和孩子，增設各類型的玩具來鼓勵親子間有更多互動，從而享受高質素的親子歡樂時光。

目的	提供平台讓區內人士有寧靜的空間休息及互相認識
對象	本中心會員 (幼兒至初小學童之家庭)
費用	全免
負責同工	星期二、三、五 (早上10:00 - 下午5:00) 星期一、四 (下午2:00 - 下午5:00)



備註	1/ 兒童須在家長陪同下才能使用遊戲閣 2/ 如有其他活動使用此房間，親子遊戲閣則暫停開放 3/ 每節活動時間為45分鐘，活動結束後將進行消毒 4/ 使用遊戲閣前須先在接待處登記
----	--



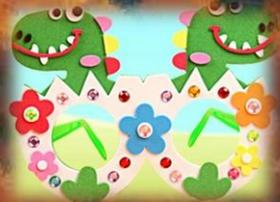
## 溝通小達人\*



透過桌上遊戲、繪本故事等，促進幼兒學習與同伴溝通和他人交往。

對象	時間	期數	名額	日期	費用	負責人
升K1 至K3	2:00-3:00PM	一期	6	9月: 2、9、16、23 (六)	\$250	曾曉芬老師 (註冊幼師)
		二期		11月: 4、11、18、25 (六)		

## 精靈手工藝\*



\*圖片只供參考

對象	名額	班組	時間	堂數	日期	費用	導師
K1-K3	6人	DIY手工班	3:00-4:00PM	3堂	12月: 2、9、16(六)	\$120	曾曉芬老師 (註冊幼師)

# 輕黏土手互班-海洋世界



對象	時間	節數	名額	日期	費用	負責人
升K1 至P1	A 15:00-16:00 (六)	一期	6	9月: 2、9、16、23	每堂 \$100	曾曉芬老師 (註冊幼師)
		二期		11月: 4、11、18、25		
	B 16:00-17:00 (三)	一期		9月: 6、13、20、27		
		二期		11月: 29 & 12月: 6、13		

\*圖片只供參考



以下所有活動由

2023-2024 強化家庭功能社區教育撥款計劃  
大埔及北區家庭及兒童福利服務協調委員會主辦  
香港華人基督會頌真堂頌雅廊睦鄰中心協辦

NEW

## 親子桌遊體驗日\*

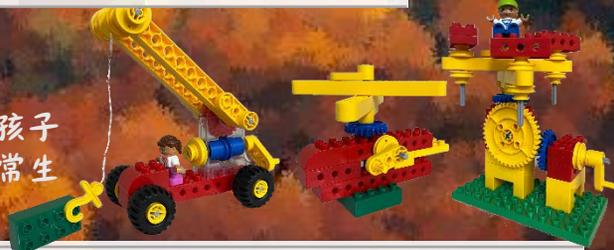
透過桌上遊戲促進家長與幼兒溝通。只限父/母及子女一同參加

對象	時間	名額	日期	費用	負責人
升K1至 小一	4:00-5:00PM (六)	6	12月: 2	\$50 (每小朋友)	曾曉芬 老師 (桌遊導師)



## 機械探索空間\*

透過互動故事或遊戲，導師與孩子  
拼砌不同的LEGO模型，認識日常生  
活中常見的機械原理



對象	時間	節數	名額	日期	費用	負責人
升K2 至 小一	3:00-4:00PM (四)	7	6	10月5、12、19、26 11月2、9、16	\$350	Miss Ruby (曾於STEM教學 中心任職)

# 幼兒及兒童活動



網上登記

NEW

## 我係小廚師\*



製作聖誕節特式食品

對象	時間	節數	名額	日期	費用	負責人
K2至 小一	A班: 4:00-5:00PM	2	6	12月: 23、30 (六)	\$250	曾曉芬 老師 (註冊幼師)
	B班: 4:00-5:00PM			12月: 20、27 (三)		



## 英語繪本班

以全英文教授，透過繪本/遊戲/律動和延伸活動，有趣地學習英語

對象	時間	節數	名額	日期	費用	負責人
K1至 小一	A班: 3:00-4:00PM	4	6	10月: 7、14、21、28 (六)	\$400	曾曉芬 老師 (註冊幼師)
	B班: 4:00-5:00PM			11月: 1、8、15、22(三)		

NEW

## 六色積木社交小組



對象	時間	節數	名額	日期	費用	負責人
K1至 小一	A班: 14:00-15:00 (六)	一期	6	10月: 7、14、21、28	每堂 \$100	曾曉芬 老師 (註冊幼師)
	A班: 14:00-15:00 (六)	二期		12月: 2、9、16、23、30		
	B班: 16:00-17:00 (三)	B班		10月: 4、11、18、25		

(\*只限會員)

# 幼兒及兒童活動

## 幼兒英語桌遊班

提升小朋友英語會話能力、情緒表達、社交互動、解能能力、語言溝通、專注力、手眼協調能力。在遊戲中培養小朋友良好的學習態度及品格，提升多元智能的能力。



對象	時間	節數	名額	日期	費用	負責人
升K1 至P1	A: 10:00-10:45(六) B: 10:45-11:30(六) C: 16:00-16:45(六)	一期	4	9月: 9、16、23 & 10月: 7、14、21、28 C班9月2日照常上課	\$875(A/B)/ \$1000 (C班)	曾曉芬 老師 (註冊 幼師)
	A: 10:00-10:45(六) B: 10:45-11:30(六) C: 16:00-16:45 (六)	二期		11月: 4、11、18、25 & 12月: 2、9、16、23、30 C班: (2/12停)23/12 & 30/12 上課時間:[15:00-15:45]	(A/B班) \$1125 (C班) \$1000	
	D: 14:30-15:15 (三) E: 15:15-16:00 (三)	一期		9月: 6、13、20、27 & 10月: 4、11、18、25	\$1000	
	D: 14:30-15:15 (三) E: 15:15-16:00 (三)	二期		11月: 1、8、15、22、29 12月: 6、13、20、27	\$1125	



## 幼兒英語拼音班

學習26個字母的發音，增強小朋友對英文的聽、讀、寫的興趣及能力

對象	時間	節數	名額	日期	費用	負責人
升K1 至P1	A 11:30-12:00 (六)	一期	6	9月: 2、9、16、23 & 10月: 7、14、21、28	每堂 \$100	曾曉芬老師 (註冊幼師)
		二期		11月: 4、11、18、25 & 12月: 2、9、16、23、30		
	B 12:00-12:30 (六)	一期		9月: 2、9、16、23 & 10月: 7、14、21、28		
		二期		11月: 4、11、18、25 & 12月: 2、9、16、23、30		

舊生報名日期： 12/8 (六)(一期) 16/8(六)(二期)

公開報名日期： 14/10 (六)(一期) 21/10(六)(二期)



網上登記

# 幼兒及兒童活動 LEGO STORY\*



如果要成為玩具店老闆，你會想售賣一些什麼玩具？你又會如何設計店舖內的擺設和貨架？一齊成為玩具大亨！

對象	時間	節數	名額	日期	費用	負責人
升K2 至 小二	4:00-5:00PM (四)	7	6	10月5、12、19、26 11月2、9、16	\$700	Miss Ruby (曾於STEM教學中心任職)

## 乒乓球訓練班



對象	時間	名額	期數	日期	費用		導師
					會員	非會員	
5歲或以上	(六) 2:00-3:00PM	10	一期	9月: 2、9、16 & 10月: 7、14、21	\$600	\$900	由新時代體育用品提供 (註冊教練)
			二期	11月: 4、11、18、25 & 12月: 2、9、23、30	\$800	\$1200	

## 兒童跆拳道班

以小組比例1:6的形式教授，導師由藝體青少年精英會安排。



對象	名額	班組	時間	堂數	日期	費用		導師
						會員	非會員	
2歲半至12歲學童	30人	A班	(五) 4:00-5:00PM	8堂	9月: 1、8、15、22 & 10月: 6、13、20、27	每堂 \$75 (每兩個月收費)	每堂 \$125	由藝體青少年精英會提供
		B班	(五) 5:00-6:00PM	8堂	11月: 3、10、17、24 & 12月: 1、8、15、29			
		C班	(五) 6:00-7:00PM					

# 幼兒綜合 藝術創作班

主題：用畫筆穿越世界奇蹟

畫班按不同級別，運用不同顏料，創作等技巧，引導小孩打開世界隨意門，繪畫世界各地文化遺產古蹟，建築物或藝術家名畫等不同題材，增進知識。



✦ 穿越世界奇蹟，首站法國巴黎

對象	名額	星期	班組	期數	堂數	日期	時間	費用	
								會員	非會員
K2-初小學童	10人	六	A	一期	8	9月: 2、9、16、23 & 10月: 7、14、21、28	上午 10:40- 11:50	\$720	\$1120
				二期	8	11月: 4、11、18、25 & 12月: 2、9、16、23、30		\$810	\$1260
			B	一期	8	9月: 2、9、16、23 & 10月: 7、14、21、28	下午 11:50- 1:00	\$720	\$1120
				二期	8	11月: 4、11、18、25 & 12月: 2、9、16、23、30		\$810	\$1260

# 兒童綜合藝術技巧班

對象	名額	星期	班組	期數	堂數	日期	時間	費用	
								會員	非會員
5-12歲學童	10人	六	A	一期	8	9月: 2、9、16、23 & 10月: 7、14、21、28	下午 2:00-3:10	\$640	\$1040
				二期	9	11月: 4、11、18、25 & 12月: 2、9、16、23、30		\$720	\$1170
			B	一期	8	9月: 2、9、16、23 & 10月: 7、14、21、28	下午 3:10-4:20	\$640	\$1040
				二期	9	11月: 4、11、18、25 & 12月: 2、9、16、23、30		\$720	\$1170

# 油畫體驗班

課程由淺入深，著重描繪、用色的等技巧，發掘潛能，提升自我形象。提供多元化主題系列，讓學員自由選擇適合自己的題材，輕鬆愉快地學習，盡情在油畫布上發揮創意。



對象	名額	星期	期數	堂數	日期	時間	導師	費用	
								會員	非會員
P4以上成人	10人	六	一期	8	9月: 2、9、16、23 & 10月: 7、14、21、28	下午 4:20- 5:30	尹秀玲 女士	\$720	\$1170
			二期	9	11月: 4、11、18、25 & 12月: 2、9、16、23、30			\$810	\$1260

# 高小初中補習班



以小組比例1:3的形式補習，補習內容會因應學生個別需要再作調整，幫助學生的學習進度，舒緩學生平日學業壓力。

網上登記

對象	星期/時間	日期	名額	費用(按2月收費)		導師
				會員	非會員	
小四至 中三學生	11:30-1:00PM (六)	9月: 2、9、16、23 &	6人	小學生	小學生	大學生
		10月: 7、14、21、28		每堂\$130	每堂\$180	
		11月: 4、11、18、25 &		中學生	中學生	
		12月: 2、9、16、23、30		每堂\$150	每堂\$200	

## 兒童珠心算



透過珠心算的學習，可以提高心算速度。  
透過耳聽、眼看、手撥、腦算和心算的訓練  
能夠學習到快速有效的計算方法、手腦並用  
可以訓練腦力，增強記憶力及集中力。  
導師：鄭惠娟女士 (經驗兒童珠心算導師)



對象	名額	班組	時間	期數	堂數	日期	費用	
							會員	非會員
5-9歲 學童	8人	A班	2:00-3:00 PM (六)	一期	7	9月: 9、16、23 & 10月: 7、14、21、28	\$560	\$1040
				二期	9	11月: 4、11、18、25 & 12月: 2、9、16、23、30	\$720	\$1170
		B班	3:00-4:00 PM (六)	一期	7	9月: 9、16、23 & 10月: 7、14、21、28	\$560	\$1040
				二期	9	11月: 4、11、18、25 & 12月: 2、9、16、23、30	\$720	\$1170

備註：請自備算盤及文具

## 鋼琴班\*



以一對一形式教授樂理、指法等知識。若課程達標導師會建議考升級試

對象：5歲或以上(只限會員)

時段：星期五、六(其他日子請向職員查詢)

費用：每期收費如圖 (一期4堂)

練琴服務 (只限會員，琴班學員優先)

需購買練琴卡，可使用20次，每次半小時，有效期3個月。

琴班學員：每張\$200 // 非琴班學員：每張\$250

級別	30分鐘	45分鐘	60分鐘
初級	\$500	\$630	/
1級	\$520	\$660	/
2級	\$550	\$700	\$890
3級	\$590	\$760	\$960
4級	/	\$840	\$1040
5級	/	\$920	\$1120
6級	/	\$1000	\$1200



網上登記

# 成人、婦女及長者活動

## 婦女拉筋班 (日間)

備註：(1) 學員需自備拉筋工具及穿著輕便服裝  
(2) 出席率達70%可於下期優先報名

本課程內導師將教授學員進行拉筋及伸展等動作，促進血液循環、舒緩腰腿痛症，並循序漸進以瑜珈墊、毛巾等工具為輔助，學習進深技巧。

對象	名額	班組	期數	堂數	日期/星期	時間	費用	
							會員	非會員
婦女	*16人	A班	一期	8	9月: 1、8、15、29 & 10月: 6、13、20、27	(五) 10:00-11:00AM	\$440	\$840
			二期	8	11月: 3、10、17、24 & 12月: 1、8、15、22		\$440	\$840
		B班	一期	8	9月: 5、12、19 & 10月: 3、10、17、24、31	(二) 10:00-11:00AM	\$440	\$840
			二期	7	11月: 7、14、21、28 & 12月: 5、12、19		\$385	\$735

A及B班(一期)舊生報名日期： 15/8 (二) A及B班(一期)公開報名日期： 22/8 (二)

A及B班(二期)舊生報名日期： 17/10 (二) A及B班(二期)公開報名日期： 24/10 (二)



## 拉伸舒展班 (夜間)

透過進行拉筋、音樂同深層呼吸，讓參加者容易放鬆身心，從而減低身心的壓力同身體的痛症。

對象	名額	期數	堂數	日期/星期	時間	費用		導師
						會員	非會員	
成人	*14人	一期	8	9月: 1、8、15、22 & 10月: 6、13、20、27	(五) 7:00-8:00PM	\$560	\$960	Cherry Lau
		二期	8	11月: 3、10、17、24 & 12月: 1、8、15、29		\$560	\$960	

# 愛心靚湯



嚟中心與一群老友記飲靚湯，玩遊戲，快樂又養生！

對象	星期	日期	時間	費用
長者 (65歲或以上)	四	9月7、10月5、 11月2、12月7	下午2:00-3:30	全免

\*請向中心職員登記報名，每次活動將根據登記名單安排參加者出席。



Telefield

以上活動中慧慈善基金贊助 - 「頌要為你家加油」計劃

# 婦女讚美操

結合優雅的舞蹈及呼吸吐納各式健身運動，使全身的筋骨舒展，培養個人靈命增強體能，提昇身、心、靈健康。



對象	名額	期數	時間	日期	費用	
					會員	非會員
婦女	*18人	一期	10:15-11:30AM (三)	9月: 6、13、20、27 & 10月: 4、11、18、25	\$160	\$560
		二期		11月: 1、8、15、22、29 & 12月: 6、13、20、27	\$180	\$630

備註：1. 歡迎有興趣但沒有經驗者參加  
2. 出席率達80%可於下期優先報名

# Zentangle

## 禪繞系列工作坊

專注當下。隨心創作  
放慢腳步。體貼心靈

### 1) 基礎班 (實體課)

日期：9月9日 (六)

時間：10:30-12:30PM

內容：起源、基本步驟、禪繞態度，參加者完成一幅禪繞入門作品

### 2) 一案多繪 (實體課)

日期：9月23日 (六)

內容：學習用一個圖案設計不同款的作品

### 3) 花花世界 (實體課)

日期：10月28日 (六)

內容：完成一幅約A5大小的作品

### 4) 青花瓷三角磚 (網上課)

日期：11月18日 (六)

內容：完成兩幅三角磚作品

### 5) 啡磚魅力 (實體課)

日期：12月16日 (六)

內容：完成一幅啡磚作品

時間：下午2:30至4:30 (2、3、4、5堂)

對象：成人/名額：10人

費用：每堂會員\$100，非會員\$150(基礎課)

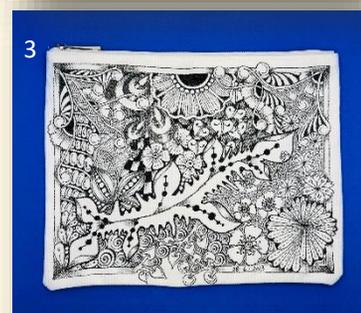
每堂會員\$140(實體課)/\$120 (網上課)，非會員\$190

(包括基本材料費用，老師另外會借出額外畫具)

報名方法：網上登記

導師：Emily Chan (禪繞認證教師)

\*圖片供參考



禪繞班  
網上登記



### 會員額外優惠：

同時報名參加第一至五堂：特價\$520(原價\$640)；

同時報名參加第二至五堂：特價\$420(原價\$540)

# 真理樂園

「教養孩童，使他走當行的道，  
就是到老他也不偏離。」（箴言22:6）

日期：2023年9-12月 逢第二、四 星期日

包括：10/9、24/9、8/10、22/10、12/11、26/11、10/12、24/12

時間：早上10:00-11:00

收費：會員 \$ 120/非會員 \$ 170

\*凡出席率達70%，費用會於本期活動完結後全數退回

以 **音樂、繪本故事、互動遊戲、藝術創作**  
讓小孩子學習真理和生命的美善，從小培養良好品德。

可scan此QR  
code報名



歡迎幼稚園及初小學生參加  
名額：20人

歡迎家長同時間參與成人主日崇拜  
致電26669225查詢報名



✉ 地址



步行只須  
8分鐘

主日崇拜 (長考)  
以利亞團 聖刀大  
逢星期日  
上午10:00-11:20  
週四 (第一週)  
下午2:00-3:30

(成人)  
西羅亞團 聖刀大  
每月第二週日  
下午2:00-3:30  
第四週六  
晚上6:00-7:30

(聆音)  
但山玉里團 聖刀大  
週五  
(第一、三、五週)  
晚上8:00-10:00

(婦女)  
馬利亞團 聖刀大  
週五  
(第二、四、五週)  
上午10:00-11:30  
(大專生)  
雅比斯團 聖刀大  
每月第三週五  
晚上7:00-9:00  
及第四週日  
下午1:00-2:30

(成人)  
約書亞團 聖刀大  
週六 (第一週)  
晚上7:30-9:30

(青年)  
貓堆古團 聖刀大  
每月第二週六  
晚上7:30-9:30  
及第四週日  
下午2:00-4:00

十  
教會  
聚會時間  
CHURCH  
Time Schedule