

ABMSBC

美差會潮浸服務聯會

浸信會鳳德青少年綜合服務

Fung Tak Baptist Children & Youth Integrated Services

2022年1至4月季刊
青少年、兒童、家庭服務
歡迎取閱及報名參加



創意



判決



記憶

腦科學奧秘

美差會潮浸服務聯會

THE ABM HONG KONG SWATOW BAPTIST
CHURCH COMMUNITY SERVICE ASSOCIATION

地址：九龍鑽石山鳳德社區中心二至四樓

電話：2322-0993

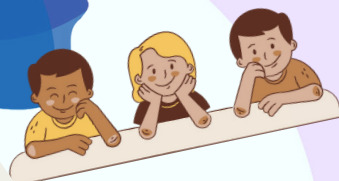
網址：<http://abmsbc.org.hk>



9087 4485



abmsbc (Follow us on Instagram)



CONTENT

機構簡介	機構簡介 開放時間 / 位置
會員資訊	熱帶氣旋及暴雨安排 會員申請辦法 會員注意事項 參加班組注意事項 會員福利 服務質素標準 新到職員介紹
專題文章	專題文章
義工獎勵計劃	義工活動
小組活動	青年活動 兒童及家庭活動

2022年1-4月

總發行量：2000本

設計及排版：袁健怡

* 本季刊由本機構設計及製作

地址：九龍鑽石山鳳德社區中心二至四樓

電話：2322-0993

傳真：2322-8963

網址：www.abmsbc.org.hk

編者的話

最近一項研究「中學生情緒壓力狀況」的調查公布，超過四成學生的壓力指數屬偏高水平，而有 51.9% 的學生出現抑鬱情緒表徵，包括「難於專注在要做的事情上」(35.8%)、「為一些以往不受困擾的事而感到煩惱」(29.2%)、「睡得不好」(27.6%)等。(註一)

從這項調查及我們日常觀察，知道青少年承受不少壓力，正影響他們的情緒。作為父母如何幫助青少年面對種種壓力？青少年在中學階段，正處於尋找自我，爭取自主獨立，但又未夠成熟面對各種挑戰。父母需要學習適應子女從小學進入中學，開始在適當的情況下學習放手，信任子女，讓他們自行解決問題。同時當子女未能克服困難時，又或處理不恰當時，父母要從旁提供協助。

要做到以上的平衡，既要放手又要適切支援，實在要花心思。從子女幼小時先有好好的溝通，多鼓勵少責備，讓子女喜歡與父母溝通，做到無所不談。當子女一路成長時，父母就成為亦師亦友。子女踏入青春期，情緒亦會因生理影響容易波動及不穩，父母需要耐心了解子女的需要，有時甚至要受子女的氣。不過能夠耐心聆聽，多鼓勵少批評，子女容易受落，亦會願意分享。為著子女的身心健康，陪伴子女成長，父母的角色是非常重要的。

若家長在管教子女方面有任何疑問，可與我們的社工分享，與子女建立亦師亦友的良好關係。

(註一) 香港青年協會「中學生情緒壓力」調查

服務質素標準 SQS

本中心已全面實施「服務質素標準」，假如閣下對本中心執行之「十六項服務質素標準」有任何意見，歡迎向本中心表達你的寶貴意見！

16 項服務質素標準概要

原則一：資料提供

- 標準一：確保製備說明資料，清楚陳述其宗旨、目標和提供服務的形式，隨時讓公眾索閱
- 標準二：應檢討及修訂服務提供的政策和程序
- 標準三：存備服務運作和活動的最新準確記錄

原則二：服務管理

- 標準四：所有職員、管理人員或其他決策組織的職務及責任均有清楚的界定
- 標準五：實施有效的職員招聘、簽訂職員合約、發展、訓練、評估、調派及紀律處分守則
- 標準六：定期計劃、檢討及評估本身的表現，並制定有效的機制，讓服務使用者、職員及其他關注人士就服務單位的表現提出意見
- 標準七：實施政策及程序以確保有效的財政管理
- 標準八：遵守一切有關的法律責任
- 標準九：採取一切合理步驟，以確保職員和服務使用者處於安全的環境

原則三：對使用者的服務

- 標準十：服務單位確保服務使用者獲得清楚明確的資料，知道如何申請接受和退出服務
- 標準十一：服務單位運用有計劃的方法以評估和滿足服務使用者的需要

原則四：尊重服務使用者的權利

- 標準十二：尊重服務使用者知情下作出服務選擇的權利
- 標準十三：尊重服務使用者的私人財產權利
- 標準十四：尊重服務使用者保護私隱和保密的權利
- 標準十五：每一位服務使用者及職員均有自由申訴其對機構或服務單位的意見，所提出的申訴亦應得到處理
- 標準十六：採取一切合理步驟，確保服務使用者免受侵犯

機構使命

我們因着 神的愛，願意竭力服務人群；藉此榮耀我們的主基督！

簡介

浸信會鳳德青少年綜合服務，成立於二零零二年九月，成立前身分別為「基督教順天青少年中心」及「浸信會鳳德青少年中心暨閱讀室」，為東九龍區提供服務超過二十年。隨着社會服務發展邁向服務整合化，我們提供更全面的青少年綜合服務。

服務宗旨

本着以基督教之愛心及服務人群的精神，以本中心為基地來提供服務，擴展至與社區內、外的不同單位聯繫和合作，期望服務使用者得到最方便、最大的福祉。

中心設施

本中心坐落鑽石山鳳德社區中心之一、二及四樓，佔地逾萬尺。二樓為中心之接待處、辦公室、兒童遊戲室及音樂室，三樓為多間多用途活動室、會客室、烹飪室，四樓為活動室及跳舞室。

服務對象

本機構的服務對象為區內介乎6至24歲的兒童及青少年，包括健全的弱能人士，與及區內之家庭，並彈性地為年齡較小或較大的居民提供服務。

中心開放時間

	日	一	二	三	四	五	六
9:30a.m.-12:30p.m.	✓						✓
2:00p.m.-5:30p.m.	✓		✓	✓	✓	✓	✓
5:30p.m.-9:30p.m.			✓	✓	✓	✓	



開放時段

逢星期一及公眾假期全日休息（除中心通告註明加開外）

特別通告

- 年廿九晚（除夕）暫停開放：31/1/2022
- 農曆年假暫停開放：4/2 - 9/2/2022 · 10/2 正常開放；
- 復活節假暫停開放：15/4 - 18/4/2022 · 19/4 正常開放

中心位置



美差會潮浸服務聯會
 (鳳德社區中心)

行人天橋

地鐵A1/C2出口

路經之巴士線路：

九巴
 10、11、11C、272S、3B、38、302、40P、
 61X、74X、75X、82P、82X、80、80P、
 84M、85C、85M、89、91、91M、91P、92、
 96R、286M、671

城巴
 671、N23、N26、N29、E22、E22A、E22P

新巴
 302、796C

熱帶氣旋及暴雨安排

當天氣惡劣時，活動參加者請留意以下
有關熱帶氣旋及暴雨之活動安排！

天氣狀況	中心開放	中心內活動	中心以外/ 戶外活動	水上活動	備註
雷暴警告	✓	✓	✓	✗	
一號風球	✓	✓	✓	視天氣 情況而定	
三號風球	✓	✓	視天氣 情況而定	✗	
八號風球	✗	✗	✗	✗	如活動舉行前2 小時仍懸掛， 則活動取消。 警告除下2小時 後，活動將會恢 復。
黃色暴雨	✓	✓	視天氣 情況而定	視天氣 情況而定	
紅色暴雨	✓	✗(未舉行) ✓(進行中)	✗	✗	如活動舉行前2 小時仍懸掛， 則活動取消。 警告除下2小時 後，活動將會恢 復。
黑色暴雨	✗(開放前) ✓(開放中)	✗(未舉行) ✓(進行中)	✗	✗	如活動舉行前2 小時仍懸掛， 則活動取消。 警告除下2小時 後，活動將會恢 復。

✓ 開放／活動照常舉行

✗ 不開放／活動停止或取消

所有興趣班或活動因天雨影響而取消者，將獲補堂或退款。
(補堂或退款決定由本中心決定，個別註明活動除外)

會員申請辦法

- 將申請表格填妥後，帶備身分證或出世紙，及繳交年費。
- 會員證為期一年，到期續證後可繼續成為中心會員。
- 只要成為本會會員，會籍適用於本會屬下各單位。

個人會員制

- 6 至 24 歲或以上均可申請成為中心個人會員。
- 個人年費 \$30；
綜援個人會員 \$5
(綜援家庭或個人參加者必須出示有效文件，以資證明)

家庭會員制

- 申請資格：以家庭為單位，每一家庭必須包括未成年子女 (即 18 歲以下) 及父母或監護人。
- 家庭會員年費 \$60；
綜援家庭會員 \$10
(綜援家庭或個人參加者必須出示有效文件，以資證明)

會員注意事項

- 入會申請，一經接納，恕不退款。
- 會員會籍以一年為期，期滿不續證者當自動退出論。
- 會員證不得轉借他人。
- 凡遺失會員證，須盡快報失及補領，並繳交補領費 \$10。
- 遵守本中心規則。
- 報名及參加本中心活動或興趣班時，請必須帶備會員證。
- 參與活動及興趣班者，請盡量於活動或該班舉行一星期前報名。恆常興趣班報名為雙數月份，敬請留意。
- 活動均以會員為優先報名，而個別活動則按活動的主題，內容列出參加者的要求和資格，合資格會員可優先報名，先到先得，額滿即止。
- 若會員希望取消會籍，或退出服務者，可聯絡職員口頭提出要求，已繳交各費用將不被退還。
- 如發現有會員未能遵守中心規則，本中心保留取消會員會籍的決定權。

參加興趣班及活動注意事項

- 請自行記下所有填報之興趣班及活動之日期和時間，本中心恕不另行通知。
- 報名前請與負責職員聯絡以了解清楚興趣班及活動內容，報名參加之活動，若因個人理由而退出或缺席者，本中心將不退回款項，此外，已參加者不可轉他人。
- 開課時請攜帶收據及有效之會員證。
- 請保留收據，直至該活動 / 班完結。若活動因人數不足或其他原因而取消，請憑收據至中心申請退回款項。
- 退款手續請於中心職員聯絡通知可取回退款後 14 日內，請親自持有效收據到本中心辦理退款手續，逾期作自動放棄論，而不再作追究。
- 任何欲轉活動之參加者，有關手續必須於活動開始舉行前兩星期或之前處理 (以原報或新報活動之較早日期為準)，並確知新報活動仍有餘額才可處理。每項原報活動只准轉換一次，及必須繳交手續費，手續費為原報活動費之 10% 或 \$50 (以較高者為準)。轉活動者必須先聯絡原報活動之負責職員辦理。
- 所有活動費用為會員收費，非會員每項活動加收 \$30。
- 如報名採用支票付款，請以英文：「ABMSBC」或中文：「美差會潮浸服務聯會」為支票抬頭。

通告

- 報名及參加中心活動或興趣班，必須出示會員證方能報名交費。
- 本中心之會員系統已更新，新會員證之號碼，將會在日後沿用，以後每年續證時亦不會轉變。

會員福利

- 現凡成為本中心會員（申請辦法請參照後頁），均可：
- 以會員價參加中心所舉辦之各項興趣班及活動
 - 定期收到本中心活動季刊

意見欄

為回應社會上的需求，本中心將盡力提高服務質素，並確立服務質素的指標，盼各位會員積極協助，及提供你們寶貴的意見。



若你對本中心服務有任何意見，可在意見欄內填寫，然後寄往：
 九龍鑽石山鳳德邨鳳德社區中心二樓
 浸信會鳳德青少年綜合服務 服務主任收
 又或將意見投入中心二樓的意見箱

認識腦部功能 使學習更有效？

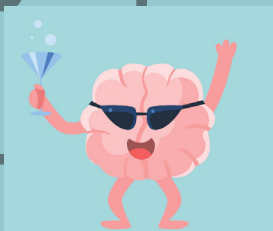
「每天已經幫他溫習，為甚麼我的小朋友學習表現仍然平平無奇？」這句說話相信是不少家長的心聲！學習表現差背後有很多原因，家長需要先了解小朋友學習問題的原因，才能找到合適的方法幫助他改善。假如家長幫小朋友溫習默書，到試默的時候小朋友犯錯，家長說：「啱啱先溫完，咁快又唔記得？你真係好鬼



死蠢呀！再溫過……」，從這句說話可以感覺到家長很生氣，如果站在那位小朋友的角度，他又是甚麼感受呢？我相信他會覺得很害怕、很傷心和很無助，他害怕的是家長責備他、傷心的是自己愚蠢和無助的是又要再重新溫習一次。如此一次、兩次、三次……，即使那位小朋友的默書仍然可以獲得家長理想中的分數，但過程實在非常辛苦！

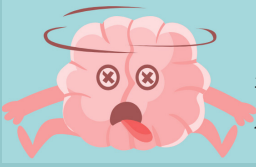
究竟要如何讓小朋友有好的學習表現呢？讓我們先簡單認識腦部運作的概念，或許它能給我們一點提示。

腦部可簡單分為四部分，分別是大腦、間腦、小腦及腦幹。當人處於一個安穩的狀態下，大腦功能的表現是最理想的，而大腦是學習過程中最重要的部分，它負責處理邏輯思維，因此當它在安穩的狀態下，學習是最有效的，這狀態可稱之為「**學習腦**」，但如果一個人處於精神緊張的狀態下，大腦部分的功能會受到影響，從而影響人的邏輯思維，所以在這狀態下學習，質素一定比「**學習腦**」差。



文：註冊社工 譚子龍

假如一個人的負面情緒達致極端情況或者面對危急時，大腦會短暫喪失部分的功能（亦即是失去理性思維），此時大腦只剩下負責求生功能的部份，這部分會在短時間內作出反應——



反抗 (Fight) 和 逃跑 (flight) 之間的抉擇，如果選擇反抗 (Fight)，那個人會大吵大鬧，甚至有攻擊行為；如果選擇逃跑 (flight)，那個人會逃離現場，甚至整個人會僵硬起來，以上反應都是動物求生本能，這時的腦部功能可稱之為「**生存腦**」。從「**學習腦**」及「**生存腦**」這兩個概念中，相信可以給我們一點提示，要讓小朋友有好的學習表現，必須營造一個讓小朋友感到安穩的環境下學習，盡量讓他們處於「**學習腦**」的狀態，避免令小朋友處於精神緊張的狀態而使他們腦功能變成「**生存腦**」，相信小朋友的學習表現應該會改善。

在文章開頭部分，分享了家長協助小朋友溫習的情景，相信讀者都能辨別那位小朋友很大機會處於「**生存腦**」的狀態。如果我們要改變，讓小朋友能處於「**學習腦**」的狀態，或許在小朋友錯誤的時候，家長的回應可以是「差少少，不過我哋可以再努力過，應該會有進步嘅！不如我哋一齊再溫多次啦」，這句說話相信能鼓勵到那位小朋友，令他不怕因錯誤而被責罵，反而會勇於嘗試去做。在此亦給家長再多一個提示，就是**多說鼓勵的說話**，能有助促使小朋友處於「**學習腦**」的狀態，這樣，小朋友學習會主動一點，表現自然會隨之好一點！



活動編號：21-RS0057-07

義工時數結算

Weeeee~ 各位美差會嘅義工們

呢一年有大家為我哋中心作出貢獻，首先多謝大家揮發出嘅汗水。亦希望大家在付出的過程中，同時能得快樂與成長。

然而，而家到咗一年一度嘅義工時數結算嘅大日子，大家嘅付出係會得到回報㗎！

我哋中心會係 2 月 19 號下晝舉行義工嘉許禮，係為咗鼓勵及肯定各義工的貢獻，到時會有獎狀同埋禮物頒發俾大家。

為此，要收集一下大家嘅義工時數紀錄冊，無論是義工運動，或是本中心的紀錄冊，都可交予我們中心。再一次，為大家嘅努力及付出，獻上無聲嘅掌聲。

(我哋嘉許禮見，記得交紀錄冊啊)

日期：19/2/2022 (六)

時間：15:00 - 17:00

地點：本中心

對象：已交義工時數紀錄冊之中心義工

費用：全免

負責職員：註冊社工 陳家淳、袁健怡

查詢電話：2322 0993



好耐冇去郊外玩？
香港有新博物館想參觀？

收到囉！快啲數數手上嘅名額啦！

大尾督單車遊 活動

日期：12/3/2022 (六)

時間：11:00 - 17:00

地點：本中心集合及解散

對象：中心義工

名額：8 位

費用：義工時數 5 小時

負責職員：註冊社工

查詢電話：2322 0993

參觀 M+ 博物館 活動

日期：27/3/2022 (日)

時間：15:00 - 17:00

地點：本中心集合及解散

對象：中心義工

名額：8 位

費用：義工時數 5 小時

負責職員：註冊社工

查詢電話：2322 0993



服務機會



活動編號：21-RS0057

義工時數，換取聯誼活動

活動編號：21-RS0057-04

陳家淳、袁健怡

活動編號：21-RS0057-05

陳家淳、袁健怡

及
聯誼活動

年度主題： SDGs 可持續發展目標

可持續發展目標 (Sustainable development goals, sdgs) 係聯合國係 2015 年提出嘅一系列發展目標，由 2016 年一直持續到 2030 年。希望世界各國向環保、社會、經濟呢三大主軸議題，所發展出嘅 17 個目標同埋延展嘅 169 項具體細目標努力。

雖然 SDGs 係關於國家發展嘅方向，但係其實同樣都係一套生活模式嘅原則，建立可持續嘅生活習慣。

我哋係 11 月 28 號就玩咗一個叫「SDG2030game」嘅遊戲，一齊了解同認識經濟、社會同環境呢三個元素係發展上嘅平衡，希望係真實世界嘅 2030 年，世界各地都可以達成各項 SDG！嚟緊我哋會陸續安排更多同 SDG 有昇嘅義工服務，歡迎你加入我哋！





親子義工計劃22年第一季之清潔行山徑

活動編號:21-RS0094-01

親子活動除咗玩之外，仲可以一齊做啲有意義的工作，就係一齊做義工啦！今次我哋就一齊去清潔行山徑啦，既可以做義工，又可以欣賞唔同的行山徑風景，快啲嚟參加啦！

日期：22/1(六)、27/2(日)、27/3(日)/2022

時間：13:00 - 17:00

地點：慈沙古道、五桂山、筆架山

對象：6-12 歲兒童及其家長

名額：10 位

費用：全免

備註：活動需要自行乘搭交通工具

負責職員：註冊社工 譚子龍

點字字母書製作

活動編號:21-RS0057-06

日常生活中成日見到俾視障人士使用嘅點字(又稱凸字)，係由法國人路易·布萊葉發明。係長方形嘅基本單位上面有位置固定嘅六個點，每個點可以凸出或不凸出，形成64種可能去示意。想認識呢種特別嘅文字就快啲參加今個點字字母書製作啦！

日期：22/2-4/3/2022(五)

時間：18:30-20:30

地點：本中心 303 室

對象：已登記義工

名額：8 位

費用：全免

負責職員：註冊社工 袁健怡

活動編號：21-RS0096-01

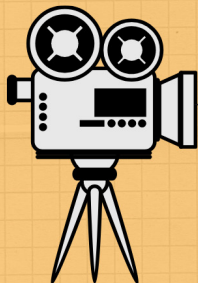
電影冰沙

不日上映



卡通電影不一定只有娛樂。
(李SIR, 2022)

—從中學習各種成長元素—



日期: 29/1-18/6/2022 (逢隔個星期六)

時間: 14:00 - 16:30

地點: 本中心

對象: 小學生

費用: 免費(會員)

負責職員: 李嘉熹 (註冊社工)



活動編號：21-RS0095-01

親親廚房

日期: 27/2-3/4/2022

(逢星期日, 共六節)

時間: 10:30-12:00

地點: 本中心308室

對象: 6-9歲兒童及家長

(須以1位家長及1位兒童報名)

費用: \$150/人(會員)、\$180/人(非會員)

負責職員: 李嘉熹 (註冊社工)



週末恆常足球訓練2022

活動編號：21-RS0098-01 (初小)

21-RS0098-02 (高小)

SOCCKER TRAINING



日期: 8/1-25/6/2022 (逢星期六)

時間: 10:00-11:00(初小)

11:00-12:00(高小)

地點: 戶外球場

對象: 6-12歲兒童

費用(按月收費): \$40(會員)、\$70(非會員)

負責職員: 李嘉熹 (註冊社工)

備註: 將稍後聯絡參加者有關地點(中心附近)並須自行到該處集合

兒童及家庭
系列

十下！英文小組

SUPPORT!

活動編號：21-RS0097-01

日期：15/2至31/5/2022
(逢星期二、五)

時間：15:00 - 16:00

地點：本中心

對象：小三及小四學生

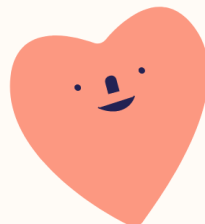
名額：8位

費用：免費(會員)

負責職員：註冊社工

李嘉熹

**ENHANCE
ENGLISH
FROM PLAY
AND DAILY
MATERIALS!**



SUPPORT!

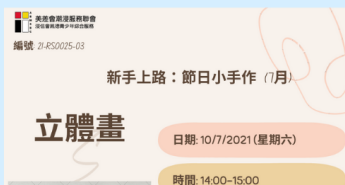
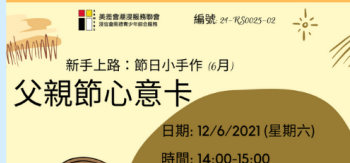
SUPPORT!

SUPPORT!

活動編號：21-RS0025-09(1月)、
21-RS0025-10 (2月)、
21-RS0025-11(3月)、
21-RS0025-12(4月)

新手上路：節日小手作

唔講唔知，其實每個月都有值得慶祝既日子，所以希望小朋友可以趁呢個機會，每個月都做小手作，為生活添一點甜！



日期：8/1/2021 至9/4/2022 (逢每月第二個星期六)

時間：14:00 - 15:00

地點：本中心305室

對象：6-12歲

名額：6位

費用：\$20*(會員)、\$50(非會員)

負責職員：註冊社工 李嘉熹

*活動將按次收費，參加者須就每月活動逐一報名及交費，無規定出席次數。

做個精「英」家長

由簡單英語開始！

活動編號：21-RS0026-01

日期: 16/2-23/3/2022 (逢星期三)

時間: 9:30 AM - 10:45 AM

地點: 本中心

對象: 對英文有興趣的家長

費用: 免費(會員)

負責職員: 李嘉熹(註冊社工)

February

16th

At 9:30am-11am

#提升自信心

#學習以英文與子女互動

#融合香港現代生活

家「友」·情系列

家「友」·情系列的活動是希望為家庭「加油」打氣，透過一系列的活動及小組為家庭注入一點正能量，同時亦希望增進家庭中彼此的感情。此外，參加者可結識到一班志同道合的朋「友」，共同以建立幸福家庭為目標，在面對困難時有這班朋「友」互相扶持，為大家的生活加「友」及增添一「·」情！

家長減壓管教和諧粉彩工作坊

活動編號: 21-RS0006-04

成日對住小朋友都要勞氣，搞到壓力好大？呢個小組喺曬你！透過簡單輕鬆嘅和諧粉彩創作，可以舒緩壓力，以及從中反思自己同仔女嘅相處狀況，再一齊傾吓學吓點樣改善親子溝通。返屋企仲可以同小朋友一齊畫和諧粉彩，促進互動添！

日期：11/2、18/2、25/2、4/3、11/3、18/3/2022（逢星期五）

時間：10:15 - 11:45

地點：本中心

對象：家長

名額：8位

費用：\$60（會員）、\$90（非會員）

負責職員：註冊社工 梁詠慈

「悅」讀系列 - 兒童故事樂園

活動編號 : 21-RS0033

透過繪本故事分享、讀後感分享及主題活動，培養兒童閱讀習慣、良好品格、觀察力、同理心和情緒表達能力等特質。
歡迎小朋友一起來進入多姿多彩的故事世界。

日期：15/1、22/1、12/2、19/2、26/2、5/3/2022（星期六）

地點：本中心 206 室

費用：\$60（會員）、\$90（非會員）

活動編號	活動名稱	時間	對象	名額
21-RS0033-05	「悅」讀系列 - 兒童故事樂園 (幼兒組)	11 : 00 - 12 : 30	3-5 歲兒童	每組 8 位
21-RS0033-06	「悅」讀系列 - 兒童故事樂園 (兒童組)	14 : 30 - 16 : 00	6-9 歲兒童	

備註：

1. 每個家庭歡迎一位家長陪同參與
2. 每位參加者全期出席可獲禮物一份以示獎勵
3. 歡迎每位參加者每次借 1 本繪本回家閱讀

負責職員：註冊社工 梁詠慈

21-22 年度小樹苗成長計劃

活動編號：21-RS0062

每一位兒童就如一棵小樹苗，需要悉心栽培才能茁壯成長。此計劃關顧兒童的成長需要，而當中他們的學業是成長過程中必須面對的一環，故此本會會為兒童提供功課輔導，以提升他們的學習動機，以協助他們解決在學習上的疑難。學業成績並非兒童成長的全部，其他成長部分都好重要，故此計劃亦會定期提供啟發性活動予參加者，包括：小樹苗成長小組、小樹苗鬆一鬆及小樹苗探索世界等小組活動，照顧兒童的身心靈發展、建立兒童正面的價值觀及擴闊他們的視野。

除了恒常的功課輔導外，特意安排了兩天由導師為小五及小六學生提供學術指導，協助他們處理學習上的疑難，讓他們於呈分試有更好的準備，以提升學業表現。

小樹苗成長小組	內容主要照顧兒童個人成長需要，包括學習社交、情緒管理、培養個人品格以及透過信仰建立正確價值觀。
小樹苗鬆一鬆	透過玩桌上遊戲、集體遊戲、球類活動及手工活動等，讓兒童放鬆緊張心情，同時亦可以發掘兒童潛能。
小樹苗探索世界	透過玩 Board game, 集體遊戲、球類活動及手工活動等，讓兒童放鬆緊張心情，同時亦可以發掘兒童潛能。
備註：活動逢星期五進行，時間為 1 小時，而外出參觀活動時間會有變，詳細需要另行通知。	

計劃服務內容：

提供功課輔導

溫習默書、測驗及考試

關顧兒童身心靈發展

建立兒童正面價值觀

日期：2021 年 9 月至 2022 年 6 月 (逢星期一至五)

時間：16:00 - 18:00

對象：小一至小六學生

名額：每班 8 位，共五班*

收費：\$760*/ 每月

(* 獲批全額書簿津貼或領取綜援之學童，可獲半額優惠，費用已包茶點)

*分班如下：

小樹苗初班 (小一至小二)

小樹苗中班 A (小三)

小樹苗中班 B (小四)

小樹苗高班 A (小五)

小樹苗高班 B (小六)

負責職員：註冊社工譚子龍

兒童及家庭
系列

21-22 年度小樹苗成長計劃 大量招募義工導師！

活動編號：21-RS0062

小樹苗功課輔導計劃現正招募義工導師，只要有興趣服務兒童、有愛心、有責任心，願意陪伴兒童成長，而且可以應付小學程度的功課，你就是兒童想要的導師啦！

服務內容：
為兒童提供功課輔導
協助兒童溫習默書、測驗及考試

服務對象：小一至小六學生
服務時間：16：00-18：00（逢星期一至五）*
義工服務時間：2小時



* 可根據義工導師的服務日子彈性編配

招募對象：
歡迎中學生、大專生、家庭主婦、退休人士加入義工導師團隊！
如有任何查詢，請致電 2322 0993 聯絡註冊社工譚子龍先生

如有興趣加入義工導師團隊，可填妥以下表格 或 掃描 QR code
填妥申請表即可。

寄回本中心：九龍鑽石山鳳德社區中心二樓 譚子龍收



回 條

中文姓名：_____

年齡： 16-25 26-35 36-45 46-55 56-65 66 或以上

性別： 男 女

聯絡電話：_____

可參與義工導師服務日子：_____

Teendate 活動一數學支援服務

活動編號: 21-RS0012-14

相信不少學生在升讀中四後，會覺得數學愈來愈困難。為此，社工會舉辦支援服務，協助你鞏固數學概念及解決數學疑難。歡迎與負責職員預約服務時間。

日期：1-3 / 2022
時間：請與負責職員預約
地點：本中心 303 室
對象：中四學生
名額：最多 4 組及每組最多 4 位
費用：全免
負責職員：註冊社工 周家誠

Teendate 活動一摺紙研究室

活動編號: 21-RS0012-15

摺紙是相當考驗耐性的手藝。當你愈細心，就愈能夠完成精美的摺紙。活動之中，社工會帶領你探索摺紙世界，學習完成不同形狀的摺紙。

日期：8/1、15/1、22/1、29/1/2022(逢星期六)
時間：11:00 -12:00
地點：本中心 303 室
對象：高小至初中學生
名額：6 位
費用：\$10
負責職員：註冊社工 周家誠

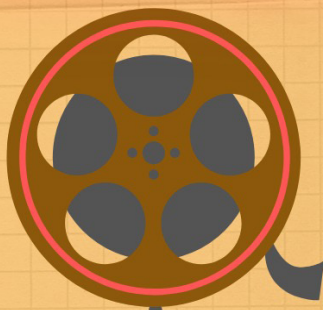
活動編號：21-RS0096-02



美差會潮浸服務聯會
浸信會風德青少年綜合服務

MOVIE SMOOTHIE

澱影園



電影分享
映後討論
試寫影評

~帶你走進電影的精彩世界~



日期: 22/1-11/6/2022 (逢隔個星期六)

時間: 14:00 - 至少16:30

地點: 本中心

對象: 中學生 (3人成團)

費用: 免費(會員)

負責職員: 李嘉熹Henry (註冊社工)



知我咩料啦之動起來

活動編號: 21-RS0091

夏天做運動太熱？識玩一定係冬天先嚟做運動，可以暖身之餘，又唔會太熱，啱曬。嚟緊係一系列嘅運動入面，邊個總成績拎到最高分，你就可以得到「知我咩料啦」嘅神之稱號，又可以借啲嘍做下運動，幾好。

運動名稱	日期	時間	備註
氣墊球	9/2/2022	18 : 30-20 : 30	活動內容會因應不同情況作制定。 計分詳情會於活動前，與參加者說明。
乒乓球	16/2/2022		
足球之足球機	23/2/2022		
迷你冰壺	2/3/2022		
踢毽	9/3/2022		
籃球之神射手	16/3/2022		
射箭	23/3/2022		
羽毛球	30/3/2022		

對象：10-12 / 13-15 / 16-18 歲

名額：8

費用：會員 \$20 ； 非會員 \$50

備註：冠亞季軍將有獎品乙份

負責職員：註冊社工陳家淳（Zev）

Raise YOUTH up @ Rap My Life

活動編號: 21-F0006-02

近年，嘻哈文化的熱潮，掀起我們對音樂的新認知。
饒舌（說唱）（Rap）是嘻哈文化的最主要元素之一，
是一種帶有節奏與押韻的歌唱技巧及音樂風格。

青少年透過「Raise YOUTH up@ 聊。遇。藝術社區 2.0」，
參加了 Rap 工作坊，學習了嘻哈的文化，、Rap 的技巧和規律，
還為自己作了一首歌。

現在，他們將會化身成為青少年導師，帶領大家接觸嘻哈文化，
一起來學習 Rap 吧！

日期：待定（將於 2022 年 1 月中舉行）

時間：晚上（確實時間將再通知大家）

節數：3 節（每節 2 小時）

對象：有興趣接觸 Rap 的你（小四或以上）

名額：8

費用：會員 免費；非會員 \$30

備註：工作坊會於網上進行（ZOOM）

負責職員：註冊社工陳家淳（Zev）

青年文化匯—電影同學社

活動編號: 21-RS0005-01

近年因疫情的關係，不論是兒童或青年人都少了到戲院觀賞電影的機會，可能錯過了不少優質的電影或動畫，亦少了一些重溫經典電影的機會……想認識更多與你同樣喜歡影視文化的朋友嗎？本年度電影同學社將播放和討論幾套熱門的電影，歡迎好戲的你來參加！

小學組			
電影	日期	時間	地點
壞蛋獎門人	22/2/2022	15 : 30-17 : 30	本中心
哈爾移動城堡	1/3/2022		
中學組			
侏羅紀世界	8/3/3022	15 : 30-17 : 30	本中心
蜘蛛俠：英雄歸來	15/3/2022		

對象：小學 / 初中學生

名額：10 位

費用：全免

負責職員：註冊社工 曾俊傑

至潮爸媽學堂—升學生涯工作坊

活動編號:21-RS0043-01

介紹各種升學出路的資訊，資歷架構和子女學業的發展路向，認識中學學制，以及子女對自己在升學和職業選科方面的期望。

日期：21/1、28/1/2022

時間：18：30-19：30

地點：本中心

對象：中學生家長（青苗同行計劃可優先報名參加）

名額：20位

費用：全免

負責職員：註冊社工 曾俊傑

至潮爸媽學堂—認識網絡文化與親子溝通

活動編號:21-RS0043-02

讓家長了解青少年的網絡文化，認識網絡的優勢與危機，培養正向的親子溝通，了解青少年沉迷網絡世界的成因和應對方法。

日期：25/2、4/3/2022

時間：18：30-19：30

地點：本中心

對象：中學生家長（青苗同行計劃可優先報名參加）

名額：20位

費用：全免

負責職員：註冊社工 曾俊傑

性格透視 工作坊系列

性格透視 是一套專業可靠的個性分析工具，是經由多位加拿大性格專家多年努力研究的成果。其哲學理念建基於人與生俱來有四種獨特的性格氣質傾向，四種個性分別為綠色探究型 (Inquiring Greens)、橙色多謀型 (Resourceful Oranges)、藍色真我型 (Authentic Blues) 及金色組織型 (Organized Golds)。每種個性都有其獨特能力、核心需要、價值觀與壓力來源。

性格透視 能助你去了解自己及他人的強項和欣賞各人的不同之處，亦適用於不同的人生課題或主題。不論是生涯規劃、兩性相處、團隊合作或親子溝通，透過體驗相關主題的活動，學懂留意不同性格特質，也有助促進各種人際關係。

團隊合作篇

團隊合作避無可避，小組研習、球隊訓練、甚至與朋友相處，都尤顯重要，更何況你是服務團隊或學生組織的成員。透過參與性格透視 活動，來深入了解自己及學習如何培養領袖特質吧！

A) 我要做領袖！領袖培訓及自我認識工作坊

活動編號：21-RS0090-01

日期：22/4、23/4、29/4、30/4/2022

時間：星期五 19:30 - 21:00，星期六 10:30 - 12:00

地點：本中心

對象：15-24（歡迎服務團隊或學生組織同學參加）

名額：15位

費用：\$70（會員），\$110（非會員）

備註：1. 費用已包性格透視特質問卷、材料及茶點

2. 為提供最佳的活動體驗，如報名人數不足5人，將會考慮延期或取消活動

負責職員：註冊社工 邵青賢（性格透視 認可一級培訓師）

生涯規劃篇

為高中生及家長而設，活動主題圍繞了解新高中課程及高中文憑試，以及相對應的生涯規劃。加入性格透視活動，務求讓參加者增加認識自我或了解子女性格的機會，從而有助規劃最適合自己（子女）的未來人生計劃。

A) 升學職業逐樣睇 - 生涯規劃工作坊

活動編號：21-RS0090-02

日期：11/2、12/2、18/2、19/2/2022

時間：星期五 19:30-21:00，星期六 10:30-12:00

地點：本中心 對象：15-24歲 名額：15位

費用：\$70（會員），\$110（非會員）

備註：1. 費用已包性格透視特質問卷、材料及茶點
2. 為提供更佳的活動體驗，如報名人數不足5人，將會考慮延期或取消活動

負責職員：註冊社工 邵青賢（性格透視 認可一級培訓師）

B) 爸媽懂你 - 子女生涯規劃工作坊

活動編號：21-RS0090-03

日期：1/4、2/4、8/4、9/4.2022

時間：星期五 19:30-21:00，星期六 10:30-12:00

地點：本中心

對象：有與趣家長（青苗同行 / 小樹苗成長計劃可優先報名參加）

名額：15位

費用：\$70（會員），\$110（非會員）

備註：1. 費用已包性格透視特質問卷、材料及茶點
2. 為提供更佳的活動體驗，如報名人數不足5人，將會考慮延期或取消活動

負責職員：註冊社工 邵青賢（性格透視 認可一級培訓師）

青苗同行-初中同學支援計劃

活動編號: 21-RS0069-02

受疫情和網上授課的影響，區內不少家長反映子女在小學畢業後未能適應中學的學習和社交模式。學生不時依賴父母或師長的督促，難以應付之後的中學課程，在疫情下情況顯得尤其嚴峻。此計劃旨在關顧學生適應初中生活的成長及學習需要，透過每星期舉辦兩次有關學科的活動和學術輔導，以培養學生正面學習的動力，找到適合自己的學習方法和目標，為未來的中學生活奠定基礎。學術支援以外，我們也顧及學生的情神健康和個人成長，亦會舉辦有關社交、情緒管理等主題的成長活動，以增強青少年面對危機或困難時的抗逆力。

日期：17/1 - 29/4/2022（逢星期一、五，共 26 節）

時間：16：00 - 18：00

地點：本中心

對象：中一及中二學生

名額：12 位

費用：每位 \$350

（獲批在職家庭津貼或領取綜援之學童，費用為 \$300 與 \$250）

負責職員：註冊社工 曾俊傑、邵青賢

焗焗焗焗焗著雪寶

活動編號 :21-RS0012-16

Let it go~ Let it 糕~ 成日係 IG 見到啲好得意嘅甜品，心思思想食又唔知係邊度搵到……不如試吓自己親手整啦！拉埋班朋友一齊嚟焗著得意嘅雪寶，睇得又食得，放上 IG 打卡仲得！

日期：7/1/2022 (五)

時間：18:00 - 21:00

地點：本中心 308 室

名額：10 位

費用：\$50(會員)、\$80(非會員)

備註：1. 請自備食物盒

負責職員：註冊社工 袁健怡



成品示意圖，最後似唔似就靠你喇～

週末郊遊團

活動編號: 21-RS0070-02

香港山徑多不勝數，你曾經踏足過哪兒？我們會帶領你遊覽香港各處山徑。過程中，除了可以欣賞風景外，你亦可以身體力行為保育大自然作出貢獻。

日期：19/2、26/2、5/3 及 12/3/2022 (逢星期六)

時間：10:00 - 15:00

地點：九龍及西貢的郊遊地點

對象：13-18 歲

名額：6 人

費用：\$15

備註：參與者須於活動日自備交通費用及足夠飲用水

負責職員：註冊社工周家誠

人生自理師

活動編號: 21-RS0020-04

你希望好好處理自己的生涯規劃嗎？在本小組之中，我們會舉辦一系列活動，當中包括生涯規劃及時間管理活動，讓你在升讀中學或高中之前，做好預備工夫。
歡迎想提昇自理能力的你報名參與！

日期：15/2、17/2、22/2 及 24/2/2022 (逢星期二及四)

時間：16:30 - 18:00

地點：本中心 303 室

對象：高小至初中學生

名額：6 位

費用：全免

負責職員：註冊社工周家誠

捐款表格

親愛的會員：

本服務單位一向本著基督的精神，致力為本區居民服務。近年我們面對不少困難，要繼續為社會上有需要的一群提供服務，我們實在需要更充足的資源推行服務。本服務單位謹代表各服務使用者向各善長致以衷心感謝。

順頌 日祉！

我願意捐款以支持美差會潮浸服務聯會浸信會鳳德青少年綜合服務發展社會服務。

HK\$100 HK\$200 HK\$500 HK\$1000 或HK\$ _____

捐款方法：

劃線支票抬頭，請寫「ABMSBC」或「美差會潮浸服務聯會」，郵寄或直接交到本中心。
(地址：九龍鑽石山鳳德邨鳳德社區中心四樓—會計部)

銀行名稱：_____

支票號碼：_____

現金 (請將捐款直接交到本中心)

(壹佰圓以上之捐款收據可作免稅之用)

查詢電話：2322-0993

如需收據，請填寫以下資料：

收據抬頭：_____ (先生/女士)

收據回郵地址：_____

聯絡電話：_____



7-ELEVEN® 現金捐款

你可透過全港 **7-ELEVEN**® 以現金捐款予 美差會潮浸服務聯會
(最低捐款額為港幣一百元)。收銀員於完成交易後會發出交易紀錄給捐款者。

請保留交易紀錄，然後郵寄至

美差會潮浸服務聯會

九龍鑽石山鳳德邨鳳德社區中心四樓

以便索取正式收據。

(請攜同印有慈善機構條碼之宣傳物品到全港任何一間 **7-ELEVEN**® 捐款。)

~ 條碼印於本頁及季刊封底 ~

7-11(HSBC)



3659 9000 0000 0013 8

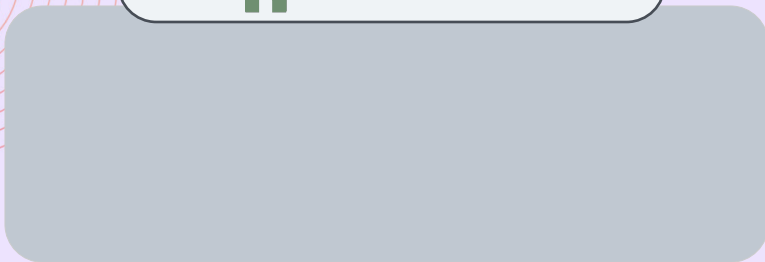


美差會潮浸服務聯會

THE ABM HONG KONG SWATOW BAPTIST CHURCH
COMMUNITY SERVICE ASSOCIATION



ADDRESS



	日	一	二	三	四	五	六
9:30a.m.-12:30p.m.	✓						✓
2:00p.m.-5:30p.m.	✓		✓	✓	✓	✓	✓
5:30p.m.-9:30p.m.			✓	✓	✓	✓	



開放時段

逢星期一及公眾假期全日休息 (除中心通告註明加開外)

特別通告

- 年廿九晚 (除夕) 暫停開放 : 31 / 1 / 2022
- 農曆年假暫停開放 : 4/2 - 9/2/2022 · 10/2 正常開放 ;
- 復活節假暫停開放 : 15/4 - 18/4/2022 · 19/4 正常開放

電話 :2322-0993

7-ELEVEN 捐款條碼

7-11(HSBC)



3659 9000 0000 0013 8