



機構會員  
**HKCSS**  
 Agency Member

# 頌雅廊 *Praise Along*

香港華人基督會頌真堂睦鄰中心

# 2023

# 5-8月

# 中心通訊



Praise Along 頌雅廊



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	中心開校	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：

- a) 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。
- b) 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。
- c) 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。
- d) 若有疑問，歡迎致電2666 9225與頌雅廊同工查詢。
- e) 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 星期五	上午10:00至下午6:00 上午10:00至晚上8:00	下午1:00-2:30午膳





# 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	6月: 3、10、17、24 (六)	\$250	曾曉芬老師 (註冊幼師)

## 精靈手互藝\*



\*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	輕黏土手工班	2:00-3:00PM	3堂	7月: 15、22、29(六)	\$120	曾曉芬老師 (註冊幼師)

(\*只限會員) P.5

# 暑期幼兒及兒童活動

## NEW 暑期託管服務\*



善用暑期，提供功課輔導支援、康樂活動、社交活動、小廚師等

對象	時間	節數	名額	日期	費用	導師
升小二至小六	10:30-12:30PM	10	14	14/8至18/8 (一至五)	\$400	兩名大學生



## NEW 暑期幼兒趣味實驗\*



※顏色變變變



※結晶星星



※氣球車



※火山爆發

對象	時間	節數	名額	日期	費用	負責人
升K1至小一	4:00-5:00PM (三)	8	6	8月: 9、16、23、30	\$250	曾曉芬老師 (註冊幼兒)

## 暑期機械探索空間\*

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	4:15-5:15PM (二、四)	8	6	7月: 25、27 & 8月: 1、3、8、10、15、17	\$400	Miss Ruby (曾於STEM教學中心任職)

# 兒童及青少年活動



網上登記

## 暑期幼兒馬賽克班



對象	時間	節數	名額	日期	費用	負責人
K1至 小一	A班: 2:00-3:00PM	4	6	8月: 5、12、19、26(六)	\$400	曾曉芬 老師 (註冊幼師)
	B班: 4:00-5:00PM			7月: 12、19、26 & 8月: 2(三)		

## 暑期英語繪本班



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
升K1 至 P1	3:00-4:00PM (二、四)	8	6	7月: 25、27 & 8月: 1、3、8、10、15、17	\$800	Miss Ruby (英語教學能力 國際證照)



## 英語繪本班

對象	時間	節數	名額	日期	費用	負責人
升K1 至 P1	10:00-11:00PM (六)	3	6	5月: 13、20、27	\$300	Miss Ruby (英語教學能力 國際證照)

(\*只限會員)



# 兒童及青少年活動

## 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)	一期	4	6月: 3、10、17、24 & 7月: 15	\$625	曾曉芬老師 (註冊幼師)
	A: 10:00-10:45(六) B: 10:45-11:30(六)	二期		7月: 22、29 & 8月: 5、12、19、26	\$750	
	C: 14:30-15:15 (三) D: 15:15-16:00 (三)	一期		6月: 7、14、21、28 7月: 12、19	\$750	
	C: 14:30-15:15 (三) D: 15:15-16:00 (三)	二期		7月: 26 & 8月: 2、9、16、23、30	\$750	



## 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	6月: 3、10、17、24 & 7月: 15	每堂 \$100	曾曉芬老師 (註冊幼師)
		二期		7月: 22、29 & 8月: 5、12、19、26		
	B 12:00-12:30 (六)	一期		6月: 3、10、17、24 & 7月: 15		
		二期		7月: 22、29 & 8月: 5、12、19、26		



舊生報名日期： 15/4 (六)(一期) 10/6(六)(二期)

公開報名日期： 22/4 (六)(一期) 17/6(六)(二期)



網上登記

# 兒童及幼兒活動

## LEGO STORY\* NEW

5月主題：《玩具大亨》



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	A班: 11:00-12:00PM	3	6	5月: 13、20、27 (六)	\$300	Miss Ruby (曾於STEM教學中心任職)
	B班: 12:00-13:00PM					

## 乒乓球訓練班



對象	時間	名額	日期	費用		導師
				會員	非會員	
5歲或以上	(六) 2:00-3:00PM	10	一期 5月: 6、13、20、27 & 6月: 3、10、24	\$700	\$1050	由新時代體育用品提供 (註冊教練)
			二期 7月: 8、22、29 & 8月: 5、19、26	\$600	\$900	

## 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	5月: 5、12、19 & 6月: 2、9、16、23、30	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					
		C班	(五) 6:00-7:00PM	8堂	7月: 7、14、21、28 & 8月: 4、11、18、25			

(\*只限會員) P.9

# 幼兒綜合藝術創作班

運用綫條、拼貼、印製或黏土創作等有趣的主题，培養小孩對繪畫的興趣，同時有助幼兒手眼協調和小肌肉的發展

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	5月:6、13、20、27 & 6月:3、10、17、24	上午 10:40-11:50	\$720	\$1120
				二期	8	7月:8、15、22、29 & 8月:5、12、19、26		\$720	\$1120
			B	一期	8	5月:6、13、20、27 & 6月:3、10、17、24	下午 11:50-1:00	\$720	\$1120
				二期	8	7月:8、15、22、29 & 8月:5、12、19、26		\$720	\$1120

# 兒童綜合藝術技巧班

透過接觸不同顏料的特性和創作，發展兒童對事物的觀察力和想像力，用色彩去啟發他們的感官世界，培養個人藝術風格。

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	5月:6、13、20、27 & 6月:3、10、17、24	下午 2:00-3:10	\$640	\$1040
				二期	8	7月:8、15、22、29 & 8月:5、12、19、26		\$640	\$1040
			B	一期	8	5月:6、13、20、27 & 6月:3、10、17、24	下午 3:10-4:20	\$640	\$1040
				二期	8	7月:8、15、22、29 & 8月:5、12、19、26		\$640	\$1040

# 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。畫班會按不同年齡，級別等提供多元化主题系列，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	5月:6、13、20、27 & 6月:3、10、17、24	下午 4:20-5:30	尹秀玲女士	\$720	\$1120
			二期	8	7月:8、15、22、29 & 8月:5、12、19、26			\$720	\$1120

# 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)	5月: 6、13、20、27 &	6人	小學生	小學生	大學生
		6月: 3、10、17、24		每堂\$130	每堂\$180	
		7月: 8、15、22、29 &		中學生	中學生	
		8月: 5、12、19、26		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	8	5月: 6、13、20、27 & 6月: 3、10、17、24	\$640	\$1040
				二期	8	7月: 8、15、22、29 & 8月: 5、12、19、26	\$640	\$1040
		B班	3:00-4:00 PM (六)	一期	8	5月: 6、13、20、27 & 6月: 3、10、17、24	\$640	\$1040
				二期	8	7月: 8、15、22、29 & 8月: 5、12、19、26	\$640	\$1040

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	5月: 5、12、19 & 6月: 2、9、16、23、30	(五) 10:00-11:00AM	\$440	\$840
			二期	7	7月: 7、14、21 & 8月: 4、11、18、25		\$385	\$735
		B班	一期	9	5月: 2、9、16、23、30 & 6月: 6、13、20、27	(二) 10:00-11:00AM	\$495	\$945
			二期	8	7月: 4、11、18、25 & 8月: 8、15、22、29		\$440	\$840

A及B班(一期)舊生報名日期： 11/4 (二) A及B班(一期)公開報名日期： 18/4 (二)

A及B班(二期)舊生報名日期： 13/6 (二) A及B班(二期)公開報名日期： 20/6 (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	7	5月: 5、12、19 & 6月: 2、9、16、23	(五) 7:00-8:00PM	\$490	\$840	Cherry Lau
		二期	6	7月: 7、14、21、28 & 8月: 4、25		\$420	\$720	

# 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	5月4日、6月1日、 7月6日、8月3日	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。

- 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



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)	5月: 3、10、17、24、31 6月: 7、14、21、28	\$180	\$630
		二期		7月: 5、12、19、26 & 8月: 2、9、16、23、30	\$180	\$630

# 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：5月27日 (六)

時間：11:00-1:00PM

內容：起源、基本步驟、禪繞態度，  
參加者可完成完成一幅禪繞入門作品

### 2) 禪繞寶石玉鐲 (實體課)

日期：6月17日 (六)

內容：完成一至兩幅作品。

### 3) 黑白玫瑰 (實體課)

日期：7月15日 (六)

內容：完成一至兩幅作品

### 4) 染色禪繞 (實體課)

日期：8月12日 (六)

內容：學習染色技巧及完成一幅作品

時間：下午2:30至4:30 (2、3、4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，非會員\$190 (實體課)

(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)



禪繞班  
網上登記

### 會員額外優惠：

同時報名參加第一至四堂：特價\$420(原價\$520)；

同時報名參加第二至四堂：特價\$320(原價\$420)



# 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5-8月 逢第二、四 星期日

包括：14/5、28/5、11/6、\*18/6(父親節特別活動)、25/6、9/7、23/7、13/8、27/8

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。

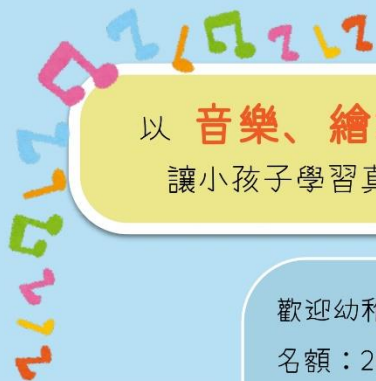
歡迎幼稚園及初小學生參加

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

可scan此QR code報名



☒ 地址



富蝶邨

步行只須  
8分鐘

主日崇拜

逢星期日  
上午10:00-11:20

(長者)

以利亞團 聖女

週四  
(第一週)  
下午2:00-3:30

(成人)

西羅亞團 聖女

每月第二週日  
下午2:00-3:30  
第四週六  
晚上6:00-7:30

(福音)

1旦以上聖團 聖女

週五  
(第一、三、五週)  
晚上8:00-10:00

(婦女)

馬利亞團 聖女

週五  
(第二、四、五週)  
上午10:00-11:30

(大專生)

雅比斯團 聖女

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 聖女

週六(第一週)  
晚上7:30-9:30

(青年)

猶推古團 聖女

每月第二週六  
晚上7:30-9:30  
及第四週日  
下午2:00-4:00



教會

聚會時間

CHURCH

Time Schedule