



香港青年協會  
the hongkong federation of youth groups

賽馬會天悅青年空間  
青年版

# SUMMER VIBES

青協 暑期活動  
SUMMER 2024

凝  
聚



網上優先報名抽籤

13/4

24/4

中心報名日

4/5

報名日程請參閱內文/網站

[summer.hkfyg.org.hk](http://summer.hkfyg.org.hk)



EXPLORE YOUR WORLD WITH US!

# 目錄

08

青年專欄

10

青年精選活動

12

音樂、藝術及文化

19

體育、烹飪及身心靈

23

數碼及媒體技能

24

戶外活動

27

個人成長及社會服務



**JOIN NOW**

**2024暑期活動**

**(免費活動)**

**會員留名表 QR CODE**



\*職員會以電話/WhatsApp 個別通知成功報名者

香港青年協會  
賽馬會天悅青年空間

惡劣天氣活動安排 (只適用於 7 月 1 日至 8 月 31 日)

天氣惡劣指引	中心服務	中心內課程 或室內活動	戶外活動	
			一般戶外活動	水上或野外活動
一號颱風信號	照常開放	照常進行	視乎天氣而定	立刻停止或取消*
三號颱風信號	照常開放	照常進行	視乎天氣而定	取消*
八號或更高颱風信號 或「極端情況」	暫停開放▲	取消或立即停止▲	取消*	取消*
黃色暴雨警告	照常開放	照常進行	視乎天氣而定	視乎天氣而定
紅色暴雨警告	照常開放	照常進行	取消或延期*	取消或延期*
黑色暴雨警告	暫停開放+	取消或延期+ (如課程或活動已開始，照常進行)	取消或延期*	取消或延期*
雷暴警告	照常開放	照常進行	視乎天氣而定	視乎天氣而定

備註：

當信號 / 警告懸掛，而活動照常進行時，家長可自行決定是否讓子女繼續參加活動，唯若參加者缺席活動，本會將不會辦理退款。

- ▲
  - 如信號在青年空間開放前發出，青年空間將暫停開放。青年空間會在天文台除下信號(包括政府發出「極端情況」公布)兩小時後恢復開放。若信號於服務完結前少於 3 小時除下 ( 星期一至三及星期六下午三時後/星期四至五晚上七時後)，青年空間則仍停止開放。惟晚上 7 點前除下 8 號颱風訊號，則班組/活動將於 2 小時後繼續如常進行。
  - 如信號在青年空間開放後發出，請家長儘快到青年空間接子女回家。
- +
  - 如黑色暴雨警告在青年空間開放前發出，青年空間將暫停開放。在天文台除下黑色暴雨警告兩小時內恢復開放。若黑色暴雨警告在星期一至三及星期六下午四時後/星期四至五晚上八時後才除下，當天青年空間維持停止開放。惟晚上 7 點前除下黑色暴雨警告訊號，則班組/活動將於 2 小時後繼續如常進行。
  - 如黑色暴雨警告在青年空間開放後發出，青年空間將讓會員留於單位內，確保安全情況下離開。
- \*
  - 若上午七時已發出上述信號，上午或全日舉行的戶外活動取消或延期。
  - 若中午十二時已發出上述信號，下午舉行的戶外活動取消或延期。
  - 如有關信號在活動期間發出，青年空間同事將即時暫停活動，安排參加者到安全地方，並確保在安全情況下離開。

以上安排視乎各區實際天氣而定，如遇以上情況，請致電舉辦活動單位查詢。

本會保留修改以上條款的權利。

## 報名須知

在編印《香港青年協會暑期活動概覽 2024》時，本單位會務求資料準確，惟從定稿付印，至活動實際舉行，在時間上有差距，故本單位可能有必要按當時情況作出相應修改；因此活動資料以本單位最後公佈為準。

## 參加資格

1. 本單位舉辦的暑期活動及課程，主要是為 6 至 24 歲人士而設，而適合家長或 6 歲以下幼童的活動將優先予 6-24 歲會員的家庭成員參與；所有符合活動參加資格的人士，均可報名。
2. 所有報名申請必須完成活動報名程序(包括：繳費及填報所需資料)，參加資格方會被確認。
3. 部分活動為本會會員提供收費優惠；如欲取得有關優惠，**繳費前必須完成會員登記，或以『會員』身份登入會員易網站(easymember.hk)進行網上報名。**
4. 歡迎申請成為會員或青協之友：
  - 會員：6 至 35 歲
  - 青協之友：6 歲以下或 35 歲以上

有興趣申請者可登入「青協·會員易」網站 ( easymember.hk ) 填寫會員 / 青協之友申請表。

## 報名日程

網上報名：到「青協·會員易」網站 easymember.hk 登記帳戶後登入報名。

親身報名：到青年空間親身辦理報名手續。

網上抽籤	網上優先報名	公開網上及親身報名
13/4(六)上午 10 時 至 24/4(三) 下午 10 時	27/4(六) 上午 9 時 至 1/5(三) 下午 10 時	4/5 (六) 上午 10 時 開始
已登記「青協·會員易」帳戶後，可於 summer.hkfyg.org.hk 網站登入「暑期活動網上優先報名日抽籤系統」，抽取網上優先報名日時段。	已抽籤的「青協·會員易」帳戶，可按抽籤結果的指定時間於 easymember.hk 登入「青協·會員易」帳戶進行報名手續。	青協單位同時公開網上及親身報名。

\*網上優先報名期內，青協·會員易系統將暫停「新登記帳戶」及「現有會員首次登陸新平台登記」功能，敬請留意。

## 網上優先報名注意事項

### 網上抽籤

1. 如欲於網上優先報名，必須於「青協·會員易」easymember.hk 完成網上帳戶登記，並於 4 月 13 日上午 10 時至 4 月 24 日晚上 10 時前到 summer.hkfyg.org.hk 網站登入「暑期活動網上優先報名日抽籤系統」，抽取網上優先報名日時段。
2. 登入抽籤系統後，可於抽籤前加入最多 2 名同行帳戶同時進行抽籤，以便獲得同一報名時段。所有已抽籤帳戶(包括同行帳戶)均不能於確認優先報名日時段後再重覆抽籤。
3. 已於帳戶內進行關係綁定的家庭成員，請以其中一個帳戶進行抽籤，並無需將家庭成員帳戶於抽籤前加入同行帳戶。

### 網上優先報名

1. 已抽籤的「青協·會員易」用戶可按抽籤獲得的指定日期及時間到「青協·會員易」easymember.hk 登入後進行報名手續，每節報名時間為 1 小時。例：抽籤時段為 4 月 27 日 上午 9 時至 10 時，用戶可於此時

段內登入報名。如報名時段結束前尚未進入繳費頁面，帳戶將會被自動登出。

2. 登入帳戶後，可於系統內重覆進行報名(包括:關係綁定帳戶)，但每次繳費最多可同時處理 8 項活動的報名；
3. 已抽籤的主帳戶及同行帳戶，可按已取得抽籤結果的時段內同時分別登入進行報名手續。
4. 如活動註冊需經面試才接受報名，該活動將不適用於網上報名的暑期活動，詳情請向舉辦活動單位查詢。
5. 參加者如獲批關顧計劃並成功於網上報名，可憑減免確認信及收據，親臨青年空間退回差額，詳情請參閱「關顧計劃」資料或網站。
6. 在已抽籤時段內，帳戶可重覆登入及登出。

## 活動收費

1. 「概覽」及「青協·會員易」列出的收費，除特別註明外，在一般情況下，**為會員優惠收費**，並已包括所有支出；如參加者對收費有任何疑問，可向本單位查詢。
2. 除活動註明會向達到指定要求的參加者發出證書之外，其他活動的參加者在完成活動後，可向本單位申請出席證書，每張收費港幣 20 元。
3. 所有活動費用均由本單位收取。若於單位報名，單位將發出正式收據；若於網上報名，系統將發出電子帳單及確認電郵，以茲憑證。

## 繳費方式

### 網上報名

1. 網上報名只接受參加者以信用卡 ( VISA 或 MASTER )、八達通或繳費靈付款(繳費靈只支援桌面版本)。
2. 活動費用轉帳後，請儲存或列印收據，作正式收據之用，本單位將不會另行印發活動收據，參加者出席活動時亦有可能要求出席者出示收據及身份證明文件，以保障參加者的權益。
3. 如就活動內容或安排有任何疑問，請向該活動舉辦單位查詢。

\*由於部份網上付款工具機構保安措施執行嚴格，如付款人尚未啟用合適設定，將有機會未能於「青協·會員易」成功繳費。如繳費時遇上問題，請聯絡選用的銀行機構，並了解繳費詳情。付款人亦可登入「青協·會員易」查看報名紀錄，以確認活動已成功報名。

### 親身報名

1. 請將活動費用以現金、信用卡 ( VISA 或 MASTER ) 或劃線支票繳付予本單位。
2. 繳費時，如有疑問，請即時向職員查詢。
3. 繳費後，請保存收據；如活動取消，須憑收據退回款項。退款時，本單位有可能要求退款者出示收據，以保障參加者的權益。

\*繳費後，表示有關活動的參加資格已獲得正式確認；參加資格不能轉讓，所繳費用概不退回。

## 活動更改或取消

1. 本單位**不接受參加者因私人事故或疾病而缺席活動之退款申請**。
2. 如報名人數不足，本單位將保留取消活動的權利，以確保資源善用；參加者所繳費用，會按程序全數退回。
3. 如活動遇特別事故 ( 例如：颱風、暴雨、疫症等 ) 或本單位因行政理由 ( 例如：導師生病、突發性停電等 )，導致活動未能如期舉行，本單位將在情況許可下，安排補課或改期。
4. 倘若單位因上述(3)之原因而導致活動取消，參加者所繳費用，會按程序退回。
5. 本單位保留更改活動及退款決定的權利。

## 轉班手續

1. 如參加者因事未能參與已報名課程 / 活動而需要申請轉班，可於 6 月 30 日或之前向單位提出書面申請及有關轉班原因的文件(如:學校通告)，行政費為每次申請\$50。
2. 成功轉報的課程 / 活動若低於原有課程 / 活動的收費，本單位不會退還差價；若高於原有課程 / 活動的收費，參加者需補回收費的差價。
3. 本單位保留對個別轉班申請批准與否之最終決定權。

## 退款手續

1. 如獲舉辦單位通知退款，退款者請於原定活動開辦日期後三個月內，辦理退款手續，逾期恕不受理。
2. 所有透過網上報名所收取的手續費將一概不獲退還。
3. 若以信用卡繳費，一般會經由信用卡公司辦理退款手續，退款期要視乎信用卡公司審理退款申請的安排而定，一般情況下需時 3 至 6 個月完成。
4. 若退款者需由家長或監護人代辦退款，退款時必須出示收據正本及退款者身份證明文件副本到指定的單位辦理退款手續。

## 活動拍攝

本單位於活動進行期間將會進行拍攝及錄影，有關相片或活動片段只用作推廣本會服務用途。

## 有關 6 歲以下幼兒班組活動之接送安排

1. 本單位將以學童的「青協電子會員證」 / 學生手冊作為「幼兒接送證」。
2. 課堂結束時，請家長出示學童「青協電子會員證」 / 學生手冊確認，並接回學童。
3. 如家長委託他人接回學童，請先致電本單位通知職員，並將「青協電子會員證」 / 學生手冊交予受託人帶到本單位接回學童。
4. 如學童於本單位連續參與兩個以上的課堂，家長可選擇由本單位安排職員或義工帶領學童轉換上課地點，交由導師協助照顧學童。如家長選擇自行接回學童到下一個課堂地點，則需出示「青協電子會員證」 / 學生手冊接回學童。

## **「青協·會員易」報名平台常見問題：**

2023 年 12 月開始，青協推出全新「青協·會員易」報名系統平台；並有以下注意事項：

### **1.現有會員是否要重新登記？**

-現有「青協·會員易」註冊帳戶，可即日起於 easymember.hk 登入頁面下方選項，進行「現有會員首次登陸新平台登記」，完成後即可於「青協·會員易」網站內進行報名手續。

### **2.本人能否預先輸入多項欲報名的活動，方便於活動報名日時進行繳費？**

可以。帳戶可於網頁內使用「快速報名清單」功能，帳戶最多可於清單內預先選擇最多 20 項活動，而每次繳費最多可同時處理 8 項活動的報名。

### **3.「青協·會員易」能否同時為兩名或以上的子女進行報名？**

可以。會員可於登入「青協·會員易」帳戶內，使用「關係綁定」功能，讓家長可同時為已綁定關係的家庭成員（最多 8 名）於同一報名清單內進行報名程序。

# 釋壓開懷 擁抱暑假!



不必要的懶惰，導致我耽誤自己想獲得的事。



3年前，Lolly Talk 成員黃敏蕎（阿妹）是一名 16 歲的中學生，今次參與香港青年協會暑期活動封面拍攝工作，暫時拋開「歌手」身份，重拾當年在青年空間參加活動的心情。

「大家好，我叫阿妹，中文名叫黃敏蕎！興趣是唱歌、跳舞。以前都有打排球，並沒有太多其它興趣，都是睡覺！」現時 19 歲的她在自我介紹時依然是簡單、純樸。拍攝當日，阿妹剛完成另一個工作趕場過來，在一班小朋友和青年的熱情歡迎下如釋重負，過程中開懷大笑。

## 充滿「改變」的暑假

- 2021 年暑假，黃敏蕎參加選秀節目《全民造星 IV》；
- 2022 年暑假，剛完成 DSE 的黃敏蕎加入女團 Lolly Talk，正式出道成為女歌手；

拍攝工作完成之後，阿妹與青年林穎渝 (Gloria) 鍾旻勳 (旻勳)、林曉晴 (阿晴)、楊俊鴻 (Andy)、李卓凝 (阿凝) 在社工運用「情緒字典」遊戲卡帶領下一同討論「難忘暑假」，接連拋出自己過去的難忘經歷，熱愛戶外活動的 Andy 除了很享受去 WildCamp 揮灑汗水之外，亦積極參與「鄰舍第一」義工服務上門探訪長者的他從中紓解壓力：「最難忘是婆婆不停留我吃飯，我覺得她的微笑是一種治癒！」



同樣喜歡做義工的吳靄亦興奮回顧去年參加「STEM LEADer 科學生活營」，一邊協助導師帶領小朋友 STEM 活動，同時學習與小朋友一起生活和相處的過程讓他非常難忘：「記得第一晚有一個小朋友不斷去廁所，後來才明白他是過於緊張，於是我選擇陪在他身旁一起睡覺。」



■ 興趣多多的 Andy 希望在暑假中多做義工。



■ 過程中，化身「阿妹姐姐」的黃敏薈被一班活潑的小朋友逗得不時揸嘴大笑。



■ 穎渝因為 DSE 校本評核 (SBA) 而感到很大壓力。

## 突破自我

除了在從助人中肯定自我獲得快樂，阿晴亦希望透過舞台表演突破自己克服緊張，阿妹以過來人身份給予鼓勵：「要慢慢逼自己去感受舞台。本身自己不是最擅長跳舞，之前上台時會不斷思考舞步要怎樣。所以我練習讓自己忘記這一切，在舞台感受與觀眾的交流，當你一投入其中，你的緊張感就會消失！」

## 釋放壓力？要先識「又電」

暑假，理論上是學生捨棄煩惱的最佳時間！但正面對 DSE 校本評核 (SBA) 困擾的穎渝卻因功課壓力深感疲憊。曾經有相同經歷的阿妹隨即分享一個減壓秘訣：「『安排時間』是一個很好的方法，要有讓自己好好放鬆的時間，設一個放鬆時間表，那段時間就真的不要再想（煩惱）。否則你不能『又電』，很難再走下一步！」阿晴亦向阿妹送上同樣窩心的鼓勵：「我覺得你所有事都做得好好！我知道做歌手有很多壓力，需要找時間去釋放，有時做做運動，做一些自己喜歡的事，我覺得可以釋放到一定的壓力！」

每位青年，有著不一樣的暑假體驗，但總離不開一釋壓開懷，充實突破。

阿妹：「就嚟放暑假嘅你仲未有活動？快啲計劃好充實自己嘅暑期活動啦！」



■ 阿妹與青年一起分享暑期的難忘回憶。



■ 阿妹聽到阿晴的祝福，阿妹難掩歡容。



■ 在情緒字典卡中，阿妹揀選了得到「幸福」，踢走「頹廢」。

# 青年精選活動



置於城市之巔的高空繩網陣中穿梭，再瀟灑合作完成驚險挑戰；想像自己變身成蜘蛛俠，高呼一聲縱身而下，然後唻的一聲「自投羅網」，驚險感稍縱即逝，隨來的是快慰叫喊聲！歡迎三五知己一齊挑戰，渡過難忘時刻！

## ♥ TYT-S24-007

活動名稱：Chill住試-高空繩網體驗

活動日期：8/8(星期四)

活動時間：13:30-17:30

活動節數：1

活動地點：荃灣青年空間(集合地點天水圍西鐵站)

年齡：13-24歲

名額：10

費用：\$80 (非會員 \$110)

負責職員：Sally姑娘

\*活動鳴謝民政事務總署贊助，

如不獲批款 / 批款不足，活動收費將會調整



透過1次性體驗課堂學習製作懷舊黑膠唱片塗鴉鐘，認識造型塗鴉鐘製作技巧與黑膠唱片文化！

## ♥ TYT-S24-006

活動名稱：Art Youth · 文青系列  
(6)：懷舊黑膠唱片塗鴉鐘

活動日期：16/8 (星期五)

活動時間：20:00-21:30

活動節數：1

活動地點：本單位

年齡：13-20歲

名額：6

費用：\$180 (非會員 \$210)

負責職員：Tissue姑娘

\*已包材料費用



利用自然界材料，如：泥土、種籽、蕨類植物和沙粒等，進行藝術創作例如：植物生態瓶、植物染種籽風鈴等。過程中沒有對錯，參加者從藝術中獲得放鬆，同時也能認識植物，達至舒壓。

## ♥ TYT-S24-008

活動名稱：療癒系-大自然藝術(開心童玩-愉快學習計劃)

活動日期：24/7-21/8(逢三)

活動時間：18:00-19:00

活動節數：5

活動地點：本單位

年齡：11-15歲

名額：12

費用：\$50 (按金) \*\*出席活動後可退回按金\*\*

負責職員：Amy姑娘

\*活動由元氣壽司贊助

\*參加者須書津或綜援受助者，並在報名時提交有關證明文件副本

# 青年精選活動



以歷奇活動為基礎，旨在培育青年人的正向思維，提升他們的身心健康、團體意識和抗逆力。活動設計加入了團隊訓練、走營定向挑戰、高疊盤團隊訓練、挑戰自我活動等元素，為參加者提供一個認識自我、學習團隊解難，以及發揮領袖才能的機會。



TYT-S24-009



活動名稱：遊歷成長 camp 2日1夜營

日期時間：簡介會 - 6/7(星期六) 11:00-12:00

宿營 - 13/7(星期六) 13:30 至翌日 14/7(星期日) 14:30

活動地點：香港遊樂場協會東涌營

年齡：14-24歲

名額：8

費用：\$100 (按金) \*\*出席活動後可退回按金\*\*

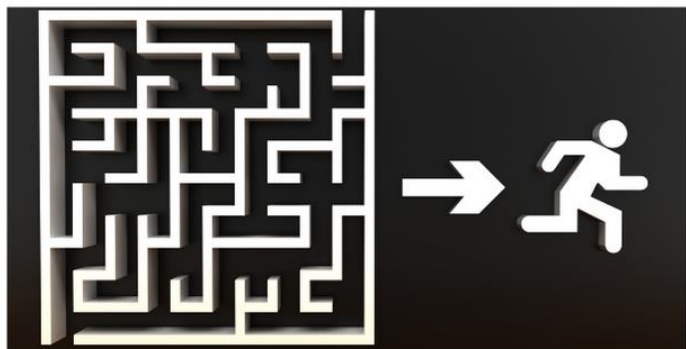
負責職員：Sally姑娘

\*活動鳴謝民政及青年事務局和青年發展委員會撥款資助

\*合辦機構:香港遊樂場協會

\*參加者必須出席簡介會

\*須自備八達通乘搭交通工具



集勇氣、智慧、冷靜於一身的挑戰，你敢接受嗎？先進行密室逃脫，再進行劇本殺，誓要讓你燒腦，展現你獨特的一面。



TYT-S24-010



活動名稱：無限挑戰：密室逃脫x劇本殺

活動日期：18/7 (星期四)

活動時間：10:00-18:45

活動地點：觀塘

年齡：13-18歲

名額：6

費用：\$50 (非會員 \$80)

負責職員：曉彤姑娘

\*活動鳴謝民政事務總署贊助，如不獲批款或批款不足，活動收費將會調整

\*已包括材料費

\*需自備水、八達通及午膳費

## 📍 結他體驗班-青年

TYT-S24-184

學習彈奏結他基本技巧，  
體驗初嘗自彈自唱的樂趣！

日期：18/7-15/8(逢四)  
時間：17:00-18:00  
節數：5  
地點：本單位  
年齡：13-24歲  
名額：6  
費用：\$550 (非會員 \$580)  
負責職員：Sally 姑娘  
• 小組形式進行 • 需自備文具  
• 最少4人開班

## 音樂、藝術及文化



## 📍 心靈禪繞畫 - 青少年

TYT-S24-185

禪繞畫是一種自由的創作過程，透過嘗試和練習，參加者學會欣賞和接受自己每一筆和每一步。當發現自己能夠創造出美麗和獨特的禪繞畫作品時，就會更有信心應對各種挑戰和困難！

日期：17/7-21/8 (逢三)  
時間：12:30-13:30  
節數：5  
地點：本單位  
年齡：12-18歲  
名額：8  
費用：\$200 (非會員 \$230)  
負責職員：Mandy 姑娘  
• 已包括材料費

## 📍 和諧粉彩 - 青少年

TYT-S24-186

「和諧粉彩」是以乾粉彩柔和材質特徵，將其製成粉末狀，並以手指頭及簡單工具，在畫紙上慢慢上色，製成一幅美麗動人的作品。讓參加者在創作過程中享受忘憂的時光，體會快樂和輕鬆。

日期：19/7-16/8 (逢五)  
時間：20:00-21:00  
節數：5  
地點：本單位  
年齡：12-18歲  
名額：8  
費用：\$200 (非會員 \$230)  
負責職員：Mandy 姑娘  
• 已包括材料費

## 📍 圓圈繪畫 - 青少年

TYT-S24-187

圓圈畫是以團體形式進行「共創藝術」，對藝術/繪畫零基礎朋友也可以參加。在創作過程中，參加者同心合力繪畫一幅藝術感的協同作品，達致紓壓共融、欣賞與包容。

日期：20/7-17/8 (逢六)  
時間：16:45-17:45  
節數：5  
地點：本單位  
年齡：12-18歲  
名額：8  
費用：\$200 (非會員 \$230)  
負責職員：Mandy 姑娘  
• 已包括材料費

## 📍 打造好心情：

### 花藝字母座燈工作坊

TYT-S24-070

以不同種類小花、花瓣及色彩，製作能代表自己的字母座檯燈，讓參加者發揮創意，打造好心情。

日期：24/7-31/7 (逢三)  
時間：17:30-18:30  
節數：2  
費用：\$180 (非會員 \$210)  
地點：本單位  
負責職員：Oli 姑娘  
年齡：8-17歲  
名額：10  
• 已包材料費



## 📍 chill享受-生命之花

TYT-S24-188

享受簡單易創作的生命之花過程，CHILL住畫出你心中的畫冊

日期：19/7 (星期五)  
時間：19:30-20:30  
節數：1  
地點：本單位  
年齡：12-17歲  
名額：8  
費用：\$20 (非會員 \$50)  
負責職員：Mandy 姑娘

- 活動由民政事務總署贊助，如不批款或批款不足，活動收費將會調整

## 📍 chill享受-粉彩曼陀羅

TYT-S24-189

享受簡單易創作的粉彩曼陀羅過程，CHILL住畫出你心中的畫冊

日期：26/7, 2/8 (逢五)  
時間：19:30-20:30  
節數：2  
地點：本單位  
年齡：12-17歲  
名額：8  
費用：\$40 (非會員 \$80)  
負責職員：Mandy 姑娘

- 活動由民政事務總署贊助，如不批款或批款不足，活動收費將會調整

## 📍 chill享受-油畫棒

TYT-S24-190

享受簡單易創作的油畫過程，CHILL住畫出你心中的畫冊

日期：9/8, 16/8 (逢五)  
時間：19:30-20:30  
節數：2  
地點：本單位  
年齡：12-17歲  
名額：8  
費用：\$40 (非會員 \$80)  
負責職員：Mandy 姑娘

- 活動由民政事務總署贊助，如不批款或批款不足，活動收費將會調整

## 📍 chill享受-酒墨畫

TYT-S24-191

圓享受簡單易創作的酒墨過程，CHILL住畫出你心中的畫冊

日期：23/8 (星期五)  
時間：19:30-20:30  
節數：1  
地點：本單位  
年齡：12-17歲  
名額：8  
費用：\$20 (非會員 \$50)  
負責職員：Mandy 姑娘

- 活動由民政事務總署贊助，如不批款或批款不足，活動收費將會調整



## 📍 觸得到的療癒感 -

### 和諧粉彩

TYT-S24-192

日本和諧粉彩由細谷典克先生於2003年創立的一門大眾藝術。透過柔和的粉彩藝術，用簡單而獨特的手指繪畫技巧，專注在顏料和紙張上，尋回屬於自己的寧靜時間，釋放壓力，放鬆身心。

日期：20/7-27/7 (逢六)  
時間：13:00-14:00  
節數：2  
地點：本單位  
年齡：11-15歲  
名額：8  
費用：\$20 (非會員 \$50)  
負責職員：Amy 姑娘

- 每節完成一幅作品
- 本單位提供繪畫材料

## 📍 觸得到的療癒感 -

### 佻筆X立體油粉彩

TYT-S24-193

立體油粉彩好像3D立體畫，導師教授參加者創作技巧，過程輕鬆療癒，配以佻筆寫出正能量字詞，為自己打打氣。

日期：15/8-22/8 (逢四)  
時間：19:15-20:15  
節數：2  
地點：本單位  
年齡：11-18歲  
名額：8  
費用：\$150 (非會員 \$180)  
負責職員：Amy 姑娘

- 完成一款作品
- 已包括製作材料

## 📍 街頭藝術噴漆工作坊

TYT-S24-194

有冇幻想過自己夜晚晚喺街上面玩下噴漆型到爆嘅畫面？今次嘅活動我地試下去用噴漆整幅畫出嚟，體驗下呢樣街頭文化，仲可以打下卡添！

日期：27/7 (星期六)  
時間：11:00-17:00 (暫定)  
節數：1  
地點：觀塘  
年齡：12-24歲  
名額：8  
費用：\$100 (非會員 \$130)  
負責職員：Victor Sir

- 活動鳴謝民政事務總署贊助，如不獲批款 / 批款不足，活動收費將會調整
- 收費已包括導師費及材料費
- 需自備交通費

## 📍 觸得到的療癒感 -

### 奶油膠創作

TYT-S24-195

奶油膠是一種像奶油質地可用於裝飾的膠，最常見用於電話殼裝飾。導師會教授奶油膠顏色及配件的配搭，並製作獨一無二的DIY手作。

日期：18/7-25/7 (逢四)  
時間：18:00-19:00  
節數：2  
地點：本單位  
年齡：11-18歲  
名額：8  
費用：\$150 (非會員 \$180)  
負責職員：Amy 姑娘

- 完成一款作品
- 已包括製作材料



## 📍 觸得到的療癒感 - 寶石皂

TYT-S24-197

「寶石皂」是利用不同的色水調和出各式皂色，導師教授參加者製作技巧和修皂方式，製作出晶瑩剔透、閃閃發亮的皂款，外型有如寶石般透亮。

日期：15/8-22/8 (逢四)

時間：18:00-19:00

節數：2

地點：本單位

年齡：11-18歲

名額：8

費用：\$150 (非會員 \$180)

負責職員：Amy 姑娘

• 完成一款作品 • 已包括製作材料

## 📍 觸得到的療癒感 - 玫瑰擴香座

TYT-S24-196

導師教授參加者利用擴香石進行玫瑰造型設計。完成品可吸收精油，釋放出香氣，是一種適合室內擺放的裝飾物。

日期：1/8-8/8 (逢四)

時間：18:00-19:00

節數：2

地點：本單位

年齡：11-18歲

名額：8

費用：\$150 (非會員 \$180)

負責職員：Amy 姑娘

• 完成一款作品 • 已包括製作材料

## 📍 Art Youth. 文青系列 (2): 酒精流沙畫相架擺設

TYT-S24-199

透過1次性體驗課堂，學習製作酒精流沙畫相架，從中認識酒精流沙畫製作技巧與知識。

日期：2/8 (星期五)

時間：20:00-21:30

節數：1

地點：本單位

年齡：13-20歲

名額：6

費用：\$180 (非會員 \$210)

負責職員：Tissue 姑娘

• 已包括製作材料

## 📍 Art Youth. 文青系列 (1): 水晶能量塔飾物座

TYT-S24-198

透過1次性體驗課堂，學習製作水晶能量塔飾物座，從中認識能量塔飾物座製作技巧與水晶知識。

日期：2/8 (星期五)

時間：18:00-19:30

節數：1

地點：本單位

年齡：13-20歲

名額：6

費用：\$180 (非會員 \$210)

負責職員：Tissue 姑娘

• 已包括製作材料



## 📍 Art Youth. 文青系列 (3): 繞線曼達拉民族編織掛飾 TYT-S24-200

透過1次性體驗課堂，學習製作曼達拉民族編織掛飾，從中認識繞線製作編織技巧與民族文化。

日期：9/8 (星期五)  
時間：18:00-19:30  
節數：1  
地點：本單位  
年齡：13-20歲  
名額：6  
費用：\$180 (非會員 \$210)  
負責職員：Tissue 姑娘

- 已包括製作材料

## 📍 Art Youth. 文青系列 (4): 擴香石乾花木座燈 TYT-S24-201

透過1次性體驗課堂，學習製作擴香石乾花木座燈，從中認識擴香石製作技巧與乾花材料配搭知識。

日期：9/8 (星期五)  
時間：20:00-21:30  
節數：1  
地點：本單位  
年齡：13-20歲  
名額：6  
費用：\$180 (非會員 \$210)  
負責職員：Tissue 姑娘

- 已包括製作材料

## 📍 Art Youth. 文青系列 (5): 香港特色麻雀造型蠟燭 TYT-S24-202

透過1次性體驗課堂，學習製作麻雀造型蠟燭，從中認識造型蠟燭製作技巧與香港麻雀文化。

日期：16/8 (星期五)  
時間：18:00-19:30  
節數：1  
地點：本單位  
年齡：13-20歲  
名額：6  
費用：\$180 (非會員 \$210)  
負責職員：Tissue 姑娘

- 已包括製作材料

## 📍 Art Youth. 文青系列 (7): 香港毫子手捏陶泥杯墊 TYT-S24-203

透過1次性體驗課堂，學習製作香港貨幣毫子手捏陶泥杯墊，從中認識手捏陶泥製作技巧與香港貨幣文化。

日期：23/8 (星期五)  
時間：20:00-21:30  
節數：1  
地點：本單位  
年齡：13-20歲  
名額：6  
費用：\$180 (非會員 \$210)  
負責職員：Tissue 姑娘

- 已包括製作材料





## Art Youth. 文青系列 (8): 手捏烘乾銀飾物 TYT-S24-204

透過1次性體驗課堂，學習製作銀器飾物，從中認識造型銀器製作技巧與知識。

日期：23/8 (星期五)  
時間：20:00-21:30  
節數：1  
地點：本單位  
年齡：13-20歲  
名額：6  
費用：\$180 (非會員 \$210)  
負責職員：Tissue 姑娘

- 已包括製作材料

## 皮革初の製作 TYT-S24-205

透過簡單的編製皮革飾品技巧，做出獨一無二的皮革製品。讓你在短時間內，成為皮藝小工匠，把皮革飾品成為心意小禮物，送禮自用均可！

日期：6/8 (星期二)  
時間：15:00-17:00  
節數：1  
地點：本單位  
年齡：12-16歲  
名額：8  
費用：免費 (非會員 \$30)  
負責職員：Jelly 姑娘

- 活動鳴謝民政事務總署贊助，如不獲批款 / 批款不足，活動收費將會調整
- 已包括活動材料費

## 調教你香味 TYT-S24-206

每枝香水，都有屬於佢獨一無二嘅香味，就如你嘅故事一樣，一齊去製作屬於你嘅氣味，用香氣治癒我地嘅心靈，留下回憶。

日期：14/8 (星期三)  
時間：14:00-16:00 (暫定)  
節數：1  
地點：本單位及外出活動  
年齡：12-24歲  
名額：8  
費用：\$150 (非會員 \$180)  
負責職員：Victor Sir

- 活動鳴謝民政事務總署贊助，如不獲批款 / 批款不足，活動收費將會調整
- 收費已包括導師費及材料費
- 需自備交通費

## 東影西影影靚相 TYT-S24-207

教你用最好嘅角度，最靚嘅畫面構圖，影出最靚嘅相片！有興趣成為專業攝影師，或者對影相有興趣嘅你，快啲嚟學吓攝影基本功。

日期：16/7, 23/7, 30/7, 6/8 (逢二)  
時間：14:00-15:30  
節數：4  
地點：本單位及外出進行拍攝  
年齡：12-20歲  
名額：8  
費用：\$150 (非會員 \$180)  
負責職員：弘 Sir

- 部份課節需外出進行拍攝活動
- 需自備交通費
- 活動鳴謝民政事務總署贊助，如不獲批款 / 批款不足，活動收費或課程內容將會調整



## 📍 隨手可玩的神奇魔術

### TYT-S24-208

只需一個硬幣、一條橡筋、一個紙袋或一隻杯，已可表演出神奇有趣的魔術！成功表演能讓參加者感到有很大的滿足感，提升自信心！

日期：26/7 及 2/8 (逢五)  
時間：15:00-16:00  
節數：2  
地點：本單位  
年齡：8-14歲  
名額：6  
費用：\$100 (非會員 \$130)  
負責職員：弘 Sir

- 活動前會以whatsapp告知參加者需準備之物品

## 📍 我的日語初體驗(青年)

### TYT-S24-209

教授參加者基本日語發音和書寫，學習日語基本會話，以不同主題教授參加者詞彙的讀音和寫法，增加學習日語的興趣。

日期：15/7-19/8 (逢一)  
時間：16:30-17:30  
節數：6  
地點：本單位  
年齡：13-18歲  
名額：10  
費用：\$650 (非會員 \$680)  
負責職員：Amy 姑娘

- 由資深日籍導師任教，具多年教授日語經驗
- 已包課堂習作
- 需自備文具
- 5人或以上開班

## 📍 我的韓語初體驗(青年)

### TYT-S24-210

教授參加者基本韓語發音和書寫，學習韓語基本會話，以不同主題教授參加者詞彙的讀音和寫法，增加學習韓語的興趣。

日期：20/7-17/8 (逢六)  
時間：16:30-17:30  
節數：5  
地點：本單位  
年齡：13-18歲  
名額：10  
費用：\$500 (非會員 \$530)  
負責職員：Amy 姑娘

- 導師具多年教授韓語經驗
- 已包課堂習作
- 需自備文具
- 5人或以上開班



## 📍 滾軸溜冰體驗班

TYT-S24-211

讓你體驗滾軸溜冰活動，過程雖然可能會跌跌碰碰，但克服到會讓你有好大嘅成功感！

日期：18/7 及 25/7 (逢四)

時間：13:00-17:00 (暫定)

節數：2

地點：屯門 (暫定)

年齡：12-20歲

名額：12

費用：\$200 (非會員 \$230)

負責職員：弘 Sir

- 活動地點會按實際場地供應而變動
- 需自備交通費
- 活動鳴謝民政事務總署贊助，如不獲批款 / 批款不足，活動收費將會調整

## 📍 Chill住試-泰拳/拳擊體驗

TYT-S24-212

透過課堂掌握基本泰拳/拳擊技巧，配合適當的體能及伸展訓練，建立體適能基礎，提升身體協調性及反應。

日期：19/7-23/8 (逢五)

時間：18:00-19:30

節數：6

地點：本單位

年齡：13-24歲

名額：8

費用：\$300 (非會員 \$330)

負責職員：Sally 姑娘

- 活動鳴謝民政事務總署贊助，如不獲批款 / 批款不足，活動收費將會調整
- 參加者可獲一對手帶，須穿著運動服裝

## 📍 Chill住試-射箭體驗

TYT-S24-213

讓大家可以一嘗射箭的樂趣，新手初嘗反曲弓，從而獲得成功感。

日期：5/8 (星期一)

時間：10:30-12:30

節數：1

地點：屯門

(集合地點天水圍西鐵站)

年齡：13-24歲

名額：10

費用：\$80 (非會員 \$110)

負責職員：Sally 姑娘

- 活動鳴謝民政事務總署贊助，如不獲批款 / 批款不足，活動收費將會調整

## 📍 我不會讓你一個人的運動班

TYT-S24-214

有時想運動但又唔想自己一個去做？打波驚人嫌自己打得唔好？咁就要參加我地嘅運動班啦！過程JUST FOR FUN！

日期：19/7-23/8 (逢五) \*9/8暫停一堂

時間：20:00-21:30

節數：5

地點：本單位

年齡：12-24歲

名額：10

費用：免費 (非會員 \$30)

負責職員：Victor Sir

- 過程由(非專業)導師帶領，識玩足球排球羽毛球踩單車閃避球，或者可以嚟玩just dance同ringfit，一齊玩再去傾，志在一齊減下肥！
- 活動或會在室外進行，如天氣惡劣將改形式進行
- 需自備清水

## 📍 青年健體伸展瑜珈

### TYT-S24-215

身體伸展與呼吸為主，配合簡單的練習方式，漸進式增進肌力、肌肉彈性及柔軟度，緩解肌肉僵硬和痠痛的問題，增加身體的靈活性，提供身體所需的休息。

日期：20/7-17/8 (逢六)  
時間：11:30-12:30  
節數：5  
地點：本單位  
年齡：11-18歲  
名額：8  
費用：\$450 (非會員 \$480)  
負責職員：Amy 姑娘

- 本單位可提供瑜珈墊或由參加者自備

## 📍 戰地生還者

### TYT-S24-217

你是手機或電腦射擊遊戲高手？不如嘗試真人版射擊遊戲，考驗你的槍法眼介及戰術能力，衝鋒陷陣！

日期：1/8 (星期四)  
時間：12:00-17:00 (暫定)  
節數：1  
地點：荔枝角  
年齡：12-20歲  
名額：20  
費用：\$200 (非會員 \$230)  
負責職員：弘 Sir

- 活動地點暫定為荔枝角，會按實際場地供應而變動
- 需自備交通費
- 活動鳴謝民政事務總署贊助，如不獲批款 / 批款不足，活動收費將會調整

## 體育、烹飪及身心靈



## 📍 月夜下彎身加快又企穩之滑板班

### TYT-S24-216

兩個字講囉，就係去踩板！  
由零一齊去學啦！

日期：20/7, 24/7, 27/7, 31/7 (逢三及六)  
時間：20:00-21:30 (暫定)  
節數：4  
地點：天水圍  
年齡：12-24歲  
名額：6  
費用：\$100 (非會員 \$130)  
負責職員：Victor Sir

- 活動鳴謝民政事務總署贊助，如不獲批款 / 批款不足，活動收費將會調整
- 收費已包括導師費及租借滑板費用
- 活動在室外進行，如天氣惡劣，將改期進行
- 需自備清水

## 📍 Dancing Youth 系列： K Pop Cover 韓舞體驗班

### TYT-S24-218

青年學習基礎 K POP COVER 舞蹈技巧，  
增加對跳舞興趣。

日期：2/8-30/8 (逢五)  
時間：19:00-20:00  
節數：5  
地點：本單位  
年齡：13-20歲  
名額：6  
費用：\$500 (非會員 \$530)  
負責職員：Tissue 姑娘

- 需穿著運動衫及運動鞋
- 需自備水

**Dancing Youth 系列：  
Hip Hop 嘻哈舞體驗班**  
TYT-S24-219

青年學習基礎 HIP HOP 舞蹈技巧，增加對跳舞興趣。

- 日期：2/8-30/8 (逢五)  
時間：20:15-21:15  
節數：5  
地點：本單位  
年齡：13-20歲  
名額：6  
費用：\$500 (非會員 \$530)  
負責職員：Tissue 姑娘
- 需穿著運動衫及運動鞋
  - 需自備水

**一杯飲料，  
搭配一個美好嘅夜晚**

TYT-S24-221

你有心事我有酒，不過係無酒精咁解，一齊整番杯無酒精版嘅 MOJITO 吹下水，CHILL 下歎下啦！

- 日期：15/8, 22/8 (逢四)  
時間：19:00-21:00 (暫定)  
節數：2  
地點：本單位  
年齡：12-24歲  
名額：8  
費用：\$50 (非會員 \$80)  
負責職員：Victor Sir
- 活動鳴謝民政事務總署贊助，如不獲批款 / 批款不足，活動收費將會調整
  - 收費已包括導師費及材料費

**體育、烹飪及身心靈**



**咖啡拉花體驗班**  
TYT-S24-220

教你畫出可愛嘅咖啡3D畫花。只要你願意嘗試，人人都可以成為專業拉花師傅！

- 日期：24/7 及 31/7 (逢三)  
時間：15:00-16:30  
節數：2  
地點：本單位  
年齡：12-20歲  
名額：12  
費用：\$200 (非會員 \$230)  
負責職員：弘 Sir
- 地點暫定為中心內進行
  - 活動鳴謝民政事務總署贊助，如不獲批款 / 批款不足，活動收費將會調整

**uKitchen Youth 相機食先  
系列：咖啡上的立體棉花糖**  
TYT-S24-222

學習製作立體棉花糖如漂流黃鴨朱古力棉花糖、柴犬雲呢拿棉花糖等。

- 日期：31/7-28/8 (逢三)  
時間：18:30-19:45  
節數：5  
地點：本單位  
年齡：13-18歲  
名額：6  
費用：\$500 (非會員 \$530)  
負責職員：Tissue 姑娘
- 已包材料費用 (材料因應實際狀況作轉變)
  - 需自備食物盒

## uKitchen Youth 相機食先

### 系列：花與茶系列迷你蛋糕

TYT-S24-223

學習利用花及茶之食材及食用色素製作伯爵茶卷蛋、藍碟花芝士蛋糕等。

日期：31/7-28/8 (逢三)

時間：20:00-21:15

節數：5

地點：本單位

年齡：13-18歲

名額：6

費用：\$500 (非會員 \$530)

負責職員：Tissue 姑娘

- 已包材料費用 (材料因應實際狀況作轉變)
- 需自備食物盒

## uKitchen Youth 相機食先

### 系列：韓式唧花杯子蛋糕

TYT-S24-225

學習製作韓式唧花杯子蛋糕如玫瑰花伯爵茶、菊葉子綠茶等。

日期：1/8-29/8 (逢四)

時間：20:00-21:15

節數：5

地點：本單位

年齡：13-18歲

名額：6

費用：\$500 (非會員 \$530)

負責職員：Tissue 姑娘

- 已包材料費用 (材料因應實際狀況作轉變)
- 需自備食物盒

## uKitchen Youth 相機食先

### 系列：古祖味台式食物

TYT-S24-227

學習製作台式食物技巧，如牛肉麵、台式滷肉飯、芋丸涼粉等。

- 已包材料費用 (材料因應實際狀況作轉變)
- 需自備食物盒

## 體育、烹飪及身心靈



## uKitchen Youth 相機食先

### 系列：餅店中的靚靚甜品

TYT-S24-224

學習製作餅店中靚靚甜品如馬卡龍塔、雲石朱古力海綿蛋糕等

日期：1/8-29/8 (逢四)

時間：18:30-19:45

節數：5

地點：本單位

年齡：13-18歲

名額：6

費用：\$500 (非會員 \$530)

負責職員：Tissue 姑娘

- 已包材料費用 (材料因應實際狀況作轉變)
- 需自備食物盒

## uKitchen Youth 相機食先

### 系列：棒棒 POP CAKE

TYT-S24-226

學習製作棒棒POP CAKE如星空朱古力棒棒蛋糕、藍天白雲伯爵棒棒蛋糕等。

日期：2/8-30/8 (逢五)

時間：18:30-19:45

節數：5

地點：本單位

年齡：13-18歲

名額：6

費用：\$500 (非會員 \$530)

負責職員：Tissue 姑娘

- 已包材料費用 (材料因應實際狀況作轉變)
- 需自備食物盒

日期：2/8-30/8 (逢五)

時間：20:00-21:15

節數：5 (本單位)

年齡：13-18歲

名額：6

費用：\$500 (非會員 \$530)

負責職員：Tissue 姑娘



## 📍 AI幫幫我 - 青少年

TYT-S24-228

教授參加者運用 AI 進行學習及應用，讓參加者用正確態度和思維運用智能科技，有助提升邏輯分析、發問技巧和國際視野。

日期：18/7-15/8 (逢四)  
時間：16:45-17:45  
節數：5  
地點：本單位  
年齡：12-18歲  
名額：8  
費用：\$200 (非會員 \$230)  
負責職員：Mandy 姑娘

- 已包括材料費

## 📍 家居電子小手工 - 青少年

TYT-S24-229

透利用身邊一些常用小家品，由淺入深製作各種電子手工藝，增加對科學的知識和應用，為將來而打好基礎。

日期：19/7-16/8 (逢五)  
時間：16:15-17:15  
節數：5  
地點：本單位  
年齡：12-18歲  
名額：8  
費用：\$200 (非會員 \$230)  
負責職員：Mandy 姑娘

- 已包括材料費

## 📍 Switch Mario 賽車大賽II

TYT-S24-230

平時鍾意打機嘅你係時候過來挑戰下，以個人賽制比賽，每人有兩次挑戰機會！贏咗冠軍仲有獎品添，快D過來參賽啦！

日期：26/7(星期五)  
時間：16:30-18:00  
節數：1  
地點：本單位  
年齡：13-24歲  
名額：20  
費用：\$10 (非會員 \$40)  
負責職員：Sally 姑娘

- 個人賽制模式
- 歡迎自備switch 手制
- 頭5名成績會公佈於本單位社交平台

## 📍 \$10跟機挑戰賽II之 Switch 任天堂明星大亂鬥

TYT-S24-231

平時鍾意打機嘅你係時候過來挑戰下，以個人賽制比賽，每人有一次複賽機會！贏咗冠軍仲有獎品添，快D過來參賽啦！

日期：2/8 (星期五)  
時間：16:30-18:00  
節數：1  
地點：本單位  
年齡：13-24歲  
名額：20  
費用：\$10 (非會員 \$40)  
負責職員：Sally 姑娘

- 個人賽制模式
- 歡迎自備switch 手制
- 頭5名成績會公佈於本單位社交平台

## 📍 留一天與我探索-坪州

TYT-S24-232

對世界充滿好奇的你趁暑假去尋找另一片天地，探索坪州的獨特文化和感受當地氣氛，CHILL住去個短TRIP

日期：16/7 (星期二)  
時間：10:00-17:00  
節數：1  
地點：本單位及坪洲  
年齡：8-18歲  
名額：10  
費用：\$100 (非會員 \$130)  
負責職員：Mandy 姑娘

- 活動由民政事務總署贊助，如不獲批款或批款不足，活動收費將會調整
- 已包括午膳費用及來回旅遊巴費用
- 請自備水和毛巾

## 戶外活動



## 📍 留一天與我探索-梅窩

TYT-S24-233

對世界充滿好奇的你趁暑假去尋找另一片天地，探索梅窩的獨特文化和感受當地氣氛，CHILL住去個短TRIP

日期：23/7 (星期二)  
時間：10:00-17:00  
節數：1  
地點：本單位及梅窩  
年齡：8-18歲  
名額：10  
費用：\$100 (非會員 \$130)  
負責職員：Mandy 姑娘

- 活動由民政事務總署贊助，如不獲批款或批款不足，活動收費將會調整
- 已包括午膳費用及來回旅遊巴費用
- 請自備水和毛巾

## 📍 留一天與我探索-南丫島

TYT-S24-234

對世界充滿好奇的你趁暑假去尋找另一片天地，探索南丫島的獨特文化和感受當地氣氛，CHILL住去個短TRIP

日期：6/8 (星期二)  
時間：10:00-17:00  
節數：1  
地點：本單位及南丫島  
年齡：8-18歲  
名額：10  
費用：\$100 (非會員 \$130)  
負責職員：Mandy 姑娘

- 活動由民政事務總署贊助，如不獲批款或批款不足，活動收費將會調整
- 已包括午膳費用及來回旅遊巴費用
- 請自備水和毛巾

## 📍 留一天與我探索-蒲台島

TYT-S24-235

對世界充滿好奇的你趁暑假去尋找另一片天地，探索蒲台島的獨特文化和感受當地氣氛，CHILL住去個短TRIP

日期：13/8 (星期二)  
時間：10:00-17:00  
節數：1  
地點：本單位及蒲台島  
年齡：8-18歲  
名額：10  
費用：\$100 (非會員 \$130)  
負責職員：Mandy 姑娘

- 活動由民政事務總署贊助，如不獲批款或批款不足，活動收費將會調整
- 已包括午膳費用及來回旅遊巴費用
- 請自備水和毛巾



## 📍 留一天與我探索-鹽田梓

TYT-S24-236

對世界充滿好奇的你趁暑假去尋找另一片天地，探索鹽田梓的獨特文化和感受當地氣氛，CHILL住去個短TRIP

日期：20/8 (星期二)  
時間：10:00-17:00  
節數：1  
地點：本單位及鹽田梓  
年齡：8-18歲  
名額：10  
費用：\$100 (非會員 \$130)

負責職員：Mandy 姑娘

- 活動由民政事務總署贊助，如不獲批款或批款不足，活動收費將會調整
- 已包括午膳費用及來回旅遊巴費用
- 請自備水和毛巾

## 📍 成人立划板一段章訓練課程

TYT-S24-238

學習基本立划板技巧、平衡、俯臥式、跪划式至站立式於板面姿勢、握槳正確方法及水上安全守則

日期：28/7 (星期日)  
時間：08:00-17:00  
節數：1  
地點：本單位及西貢  
年齡：14-24歲  
名額：5  
費用：\$120 (非會員 \$150)

負責職員：Sally 姑娘

- 合辦機構:香港遊樂場協會-賽馬會「動歷海洋」水上活動計劃
- 已包教練費、證書及旅遊巴來回
- 完成一天訓練後，由香港獨木舟總會頒發「立划板一段章證書」

## 戶外活動



## 📍 遊東遊西四圍去

TYT-S24-237

一起走出天水圍，認識香港，了解離島的歷史及未來的發展。從活動中建立參加者對社區歷史及發展的興趣，並加強他們對社區保育的概念。

日期時間：25/7 (星期四)  
14:30-17:00 @本單位  
26/7 (星期五)  
09:30-19:00@離島

節數：2  
地點：本單位及離島  
年齡：12-18歲  
名額：8  
費用：\$20 (非會員 \$50)  
負責職員：Jelly 姑娘

- 活動鳴謝民政事務總署贊助，如不獲批款 / 批款不足，活動收費將會調整
- 需自備午膳及交通費

## 📍 「野外步出. 上山下海」系列

### (1): 行個山睇靚燈塔

TYT-S24-240

透過全日活動，到香港打卡山系遊鶴咀，感受行山樂趣及欣賞燈塔海景景觀。

日期：5/8 (星期一)  
時間：10:00-18:00  
節數：1  
地點：本單位及鶴咀  
年齡：13-18歲  
名額：8  
費用：\$120 (非會員 \$150)  
負責職員：Tissue 姑娘

- 已包輕午膳費用
- 需自備八達通(支付交通費)



## 📍「野外步出. 上山下海」系列 (2): 置身雲海日出營 TYT-S24-241

透過兩日一夜活動，學習營內煮食知識及技巧，並於合作遊戲、夜行活動、睇日出中學習與人合作、尊重與體諒他人、嘗試挑戰自己。

日期時間：簡介會 8/8 (星期四)  
18:00-19:00 @本單位  
宿營 10/8(星期日) 14:00  
至翌日 11/8 14:00

節數：5  
地點：本單位及大帽山/ 昂坪  
年齡：13-20歲  
名額：10  
費用：\$300 (非會員 \$330)  
負責職員：Tissue 姑娘

- 已包宿營、膳食(早午晚)
- 已包單程旅遊巴費用
- 需自備八達通 (支付交通費)

## 📍小記者.大訪問 TYT-S24-239

在網上搜集訪問外國人 (英語/普通話/日語)的日常交流對話，加強社交技巧及溝通信心，為外國人介紹香港地道美食、旅遊景點及互動問答，分享香港好玩有趣之處，發揮好客之道的精神。

日期時間：1/8 (星期四)  
10:30-12:30@本單位  
2/8 (星期五)  
12:30-18:30@尖沙咀/中環碼頭

節數：2  
地點：本單位及離島  
年齡：10-18歲  
名額：8  
費用：免費 (非會員 \$30)  
負責職員：Jelly 姑娘

- 活動鳴謝民政事務總署贊助，如不獲批款 / 批款不足，活動收費將會調整
- 需自備交通費

## 📍上山下海一日遊 TYT-S24-242

參加者一同前往南丫島，緩緩上坡至南丫風采發電站，經過洪聖爺灣泳灘，從中穿梭高山海灘，感受簡單淳樸的小島氣氛。

日期時間：8/8 (星期四)  
10:30-13:00 @本單位  
9/8 (星期五)  
09:30-19:00 @南丫島

節數：2  
地點：本單位及南丫島  
年齡：12-18歲  
名額：8  
費用：\$20 (非會員 \$50)  
負責職員：Jelly 姑娘

- 活動鳴謝民政事務總署贊助，如不獲批款 / 批款不足，活動收費將會調整
- 需自備午膳及交通費



## 📍 Just Play: 音藝魂

TYT-S24-243

活動將以音樂藝術文化連繫青年，玩不同與音樂有關的遊戲，如估歌名、鬥快說歌詞等等，一起過一個愉快輕鬆的晚上。

日期：17/7 (星期三)  
時間：18:00-19:00  
節數：1  
地點：本單位  
年齡：12-18歲  
名額：8  
費用：免費 (非會員 \$30)  
負責職員：曉彤姑娘

## 📍 Just Dance: 舞動魄

TYT-S24-244

活動將以舞動連繫青年，玩SWITCH遊戲JUST DANCE，FING FING手FING FING腳，一起過一個愉快輕鬆晚上。

日期：24/7 (星期三)  
時間：18:00-19:00  
節數：1  
地點：本單位  
年齡：12-18歲  
名額：8  
費用：免費 (非會員 \$30)  
負責職員：曉彤姑娘

## 📍 Just Relax: 慢活人

TYT-S24-245

活動將以靜觀連繫青年，沉浸式視覺、聽覺及嗅覺效果下好好放鬆休息，一起過一個愉快輕鬆的晚上。

日期：31/7 (星期三)  
時間：18:00-19:00  
節數：1  
地點：本單位  
年齡：12-18歲  
名額：8  
費用：免費 (非會員 \$30)  
負責職員：曉彤姑娘

## 📍 Just Eat: 吃貨生

TYT-S24-246

活動將以零食連繫青年，邊吃邊聊天，談談是是非非，一起過一個愉快輕鬆的晚上。

日期：7/8 (星期三)  
時間：18:00-19:00  
節數：1  
地點：本單位  
年齡：12-18歲  
名額：8  
費用：免費 (非會員 \$30)  
負責職員：曉彤姑娘

## 📍 Just Photo: 拍攝夢

TYT-S24-247

活動將以攝影連繫青年，配合不同的道具、服飾、背景進行拍攝，利用手機軟件，列印不同的人生四格相片，一起過一個愉快輕鬆的晚上。

日期：14/8 (星期三)  
時間：18:00-19:00  
節數：1  
地點：本單位  
年齡：12-18歲  
名額：8  
費用：免費 (非會員 \$30)  
負責職員：曉彤姑娘

## 桌遊. 友 Say (7-8/2024) TYT-S24-248

透過進行桌遊，提高社交能力與溝通技巧。更能一起選擇購買一副新桌遊，研究當中的玩法，享受樂趣。

日期：19/7-16/8 (逢五)  
時間：18:15-19:30  
節數：5  
地點：本單位  
年齡：12-24歲  
名額：8  
費用：\$60 (非會員 \$90)  
負責職員：曉彤姑娘

- 已包括材料費

## 扭扭樂

### TYT-S24-250

用最簡單的方法復原扭計骰，讓青年感到成功感之餘亦能開發智能。

日期：22/7 及 29/7 (逢一)  
時間：15:00-17:00  
節數：2  
地點：本單位  
年齡：10-18歲  
名額：6  
費用：\$150 (非會員 \$180)  
負責職員：弘 Sir

- 已包括扭計骰乙個
- 活動適合對扭計骰完全不認識人士參與

## 個人成長及社會服務



## 天黑請閉眼

### TYT-S24-249

每當黑夜來臨，大家閉上眼睛，靜聽主持人指引，各就其位，各司其職；然後天光請開眼，一起尋找誰是古惑狼人、神秘女巫、醒目村民...並賽後檢討，從中加強觀察力、分析力及表達技巧！

日期：5/8 及 12/8 (逢一)  
時間：15:00-17:00  
節數：2  
地點：本單位  
年齡：12-18歲  
名額：10  
費用：\$80 (非會員 \$110)  
負責職員：Jelly 姑娘

- 已包括材料費

## 靚妹美膚研究室

### TYT-S24-251

透過皮膚分析，讓參加者了解自己的皮膚，學習正確護膚步驟；透過製造健康護膚品，及互相分享日常美膚心得，協助讓參加者提升自我形象及自信心。

日期：24/7-31/7 (逢三)  
時間：16:00-17:00  
節數：2  
地點：本單位  
年齡：12-24歲  
名額：10  
費用：\$260 (非會員 \$290)  
負責職員：Oli 姑娘

- 已包材料費



## 靚妹美妝工作坊

TYT-S24-252

參加者將學習基本化妝技巧，並學習雅淡及艷麗的化妝術，以掌握不同場合的適當妝容，從而發掘自己美麗的一面，提升自我形象及自信心，更為日後有機會出席不同場合作準備。

日期：24/7-31/7 (逢三)  
時間：14:30-15:30  
節數：2  
地點：本單位  
年齡：12-24歲  
名額：10  
費用：\$260 (非會員 \$290)  
負責職員：Oli 姑娘

- 已包括材料費

## 後生仔美肌研究室

TYT-S24-253

肌膚質素都好重要，潔面及基本護理當然都少不得！透過學習正確護膚步驟及DIY天然護膚品，協助參加者打造健康膚質，從而提升自我形象及自信心。

日期：24/7-31/7 (逢三)  
時間：12:30-13:30  
節數：2  
地點：本單位  
年齡：12-24歲  
名額：10  
費用：\$260 (非會員 \$290)  
負責職員：Oli 姑娘

- 已包括材料費

## 後生仔乾淨妝容工作坊

TYT-S24-254

想做型男？好好打扮讓自己有個新形象！透過活動了解自己的特質，以簡易入門的化妝技巧，打造健康自然帥氣顏值，並提升自我形象及自信心。

日期：24/7-31/7 (逢三)  
時間：11:00-12:00  
節數：2  
地點：本單位  
年齡：12-24歲  
名額：10  
費用：\$260 (非會員 \$290)  
負責職員：Oli 姑娘

- 已包括材料費

## 戀愛學堂之戀愛係要 擺嚟「談」

TYT-S24-255

好好經營一段關係絕對唔簡單，中間溝通嘅過程更為重要，呢個活動同大家一齊去探討一下大家嘅愛情上嘅需求，認識一下心入面嘅自己。

日期：25/7, 1/8 (逢四)  
時間：20:30-21:30  
節數：2  
地點：本單位  
年齡：12-24歲  
名額：8  
費用：免費 (非會員 \$30)  
負責職員：Victor Sir



## 📍 解難大學堂

TYT-S24-256

生活中成日都要用到解難嘅能力，一齊合作挑戰高難度遊戲，訓練下自己腦力啦！

日期：30/7 (星期二)  
時間：15:00-16:30  
節數：1  
地點：本單位  
年齡：8-18歲  
名額：8  
費用：\$20 (非會員 \$50)  
負責職員：Victor Sir

## 📍 青年導師啟航計劃

TYT-S24-258

擁有技能又想成為班組導師的你，歡迎參與此計劃。完成教班技巧培訓後，再進行義教或開班成為導師。藉此提供平台給你分享技能，及獲得教班經驗，裝備未來技能。

日期時間：訓練日：  
5/7 及 12/7 (逢五)  
20:00-21:30  
服務日：  
按班組自訂時間

節數：2  
地點：本單位  
年齡：16-24歲  
名額：6  
費用：免費 (非會員 \$30)  
負責職員：曉彤 姑娘

- 義教服務可計算義工時數
- 成功開班可有導師津貼

## 📍 青年職場訓練計劃

TYT-S24-257

參與計劃青年會先進行職場面試和訓練，然後以職場青年身份，服務單位會員及社區人士，如櫃位當值、入班協助、外出活動協助、文書工作、籌備服務等等，職員亦會按工作情況給予意見。藉此體驗社福機構及青少年工作，裝備未來工作技能。

日期時間：(A) 面試日：  
2-5/7 14:30- 21:00  
(按參加者情況安排30分鐘面試)  
(B) 訓練日：  
6/7(六) 10:30-13:00  
(C) 訓練營：  
13/7(六) 13:30-14/7(日) 14:30  
(D) 工作日：(編更)  
15/7-25/8 09:00-18:00  
(E) 活動策劃及服務日：  
20/7-24/8 (逢六) 11:45-13:00

節數：8  
地點：本單位及戶外  
年齡：14-24歲  
名額：10  
費用：免費 (非會員 \$30)  
負責職員：曉彤 姑娘

- 個別通知面試時間
- 必須出席訓練日、訓練營、活動策劃及服務日，缺席須給予合理原因
- 可計算義工時數
- 完成最少24小時當值服務可獲發證書
- 每次全日當值會獲發午膳津貼
- 活動鳴謝民政事務總署贊助，如不獲批款或批款不足，午膳津貼將會調整

## 📍 鄰舍第一．理想社區

TYT-S24-259

計劃及籌備一連串服務給低收入家庭小朋友，以支援他們身心成長需要。

日期：20/7-24/8 (逢六)

跟進服務：9月-10月

時間：14:30-17:30 (暫定)

節數：8

地點：本單位及天水圍區

年齡：13-24歲

名額：10

費用：免費 (非會員 \$30)

負責職員：曉彤 姑娘

- 確實服務時間會進一步通知
- 可計算義工時數

## 📍 第一屆眼罩王冠軍賽-

### 義工籌委會

TYT-S24-260

如果暑假想做一件有意義的事，參與策劃及推行眼罩王冠軍賽，成為義工籌委，就是一件有意義的事！

日期：3/8-10/8 (逢六)

時間：15:00-16:00

節數：2

地點：本單位

年齡：15-20歲

名額：6

費用：免費 (非會員 \$30)

負責職員：Amy 姑娘

- 可記錄義工時數

## 📍 LEAD us! STEAM義工培訓

TYT-S24-270

計劃為青年提供STEM活動帶領及教學培訓，並提供實習機會，讓參加者可實踐所學及累積經驗。

- 報名後需進行面試甄選
- 完成整項計劃而出席率達八成以上，可獲本機構所頒發之證書；表現良好者更可獲推薦信。

## 個人成長及社會服務



## 📍 「送米助人」義工計劃-

### 簡介及訓練日

TYT-S24-261

「送米助人」計劃，藉以紓解低收入人士的生活負擔，提供物質支援及關心；青年義工會於每月的送米日協助送發白米，身體力行給予有需要人士支持及關懷。簡介及訓練日將為送米日服務作準備。

日期：23/8 (星期五)

時間：19:30-21:00

節數：1

地點：本單位

年齡：12-24歲

名額：1

費用：免費 (非會員 \$30)

負責職員：曉彤 姑娘

- 義工需於9/2024-3/2025期間的每月送米日進行最少1次服務，送米日為每月最後一個星期五下午5-9時，每次最少參與1小時服務
- 可計算義工時數
- 參與4小時以上會獲發\$35義工津貼

日期時間：簡介會

15/6 (六) 10:00-18:00

訓練日

9/7 (二) 18:00-22:00

生活營

29-31/7 (星期一至三) (待定)

節數：5

地點：本單位及外出活動

年齡：18-24歲

(社工學生或有社會服務經驗優先)

名額：24

費用：免費 (非會員 \$30)

負責職員：Mandy 姑娘

# SUMMER VIBES

海協暑期活動  
Summer 2024



香港青年協會 賽馬會天悅青年空間  
THE HONG KONG FEDERATION OF YOUTH GROUPS,  
JOCKEY CLUB Tin Yuet Youth S.P.O.T.

新界天水圍天悅邨服務設施大樓2樓  
2/F, Ancillary Facilities Block,  
Tin Yuet Estate, Tin Shui Wai,  
Yuen Long, New Territories

電話 Tel : (852) 2445 5777  
傳真 Fax : (852) 2445 5656  
電郵 Email : tyt@hkfyg.org.hk  
網站 Website : tyt.hkfyg.org.hk  
Facebook : facebook.com/TYTSPOT

單位7-8月 開放時間	一	二	三	四	五	六	日
10:00-14:00		✓	✓			✓	
14:00-18:00	✓	✓	✓	✓	✓	✓	
18:00-22:00				✓	✓		

會員平台  
Member portal **青協·會員易**  
easymember.hk

義工搜尋器  
Volunteer Search Engine

好義配  
easyvolunteer.hk

支持媒體  
Supporting Media

**M21.hk**

<青年空間>  
雙月刊

**Youth**  
HONG KONG

督印人：李律蔚  
印量：200本  
印刷日期：2024年4月



下載青協APP

