

2024年

1-3月季刊



興趣發展

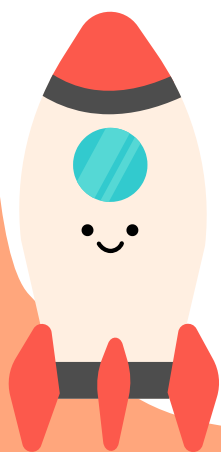
桌遊小組

義工活動

自修室服務

玩具/圖書
回收

Band房/
琴房租用



自修室服務

請向職員登記，只限會員使用。

星期二至星期五 18:30-21:30; 星期六 14:00-21:45 **全免 FREE**

琴房/Band房租用

請向職員辦理琴卡/Band友卡。

琴卡: \$100/10次/半小時 **Band: \$20/時/人**

玩具借用

請向櫃枱職員登記，只限會員在單位內借用。

全免 FREE

玩具、圖書回收

接收合適圖書及玩具供社區人士取用，減少浪費。

會定期舉辦漂書/玩具的活動，詳情可留意本單位的FB/IG。



福

同賀新年 2024



2024

正值農曆新年，本單位會有不同主題的活動以供街坊參與，歡迎親臨單位共慶新春。

3/2/2024 (六) 14:00-18:00

青年活動：每個星期約定你

應試同行計劃



規劃時間表，定期操Past Paper... 不同方法協助你做好準備面對DSE!

操卷時間逢星期二/三 19:00 - 20:30

高中學生

全免 FREE

NEW

與你GYM—GYM



你是否想擁有更強壯更健康的身體？你是否有一身的精力但無處釋放？那就快點過來青年空間的gym room與大家一起運動吧！

2-3月 逢星期二 20:00-22:00

中學生

全免 FREE

G.Y.M. - Kickboxing



認識踢拳運動，讓參加者了解拳擊如何改善體質、心肺功能、四肢協調能力及反應。為增加學習氣氛，課堂亦添加與搏擊有關小遊戲。

逢星期三 19:00-20:00

12 -29歲

\$65/1 堂

經濟義補小組



透過義務補習，提升學生經濟科能力水平，以增強信心面對香港中學文憑試。

逢星期四 18:00 - 19:30

高中學生

\$50/月

(正領取綜援/書薄津貼/或經學校老師轉介優先參加)

鄰舍 Busking Team



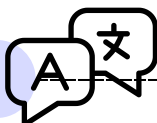
透過學習不同樂器，建立由青年人組成的busking team，並透過外出busking及服務，為社區帶來正能量。(參加者無需任何樂器知識)

逢星期四 19:00 - 22:00

中學生/ 大學生

全免 FREE

中英文義補小組



透過義務補習，提升學生中英文水平，以增強信心面對香港中學文憑試。

逢星期五 18:00 - 19:30

高中學生

\$100/月

(正領取綜援/書薄津貼/或經學校老師轉介優先參加)

青年活動：每個星期約定你



桌樂無窮



透過遊玩桌遊，提升溝通技巧及自信心，也可以從中認識更多的朋友，擴展社交圈子。

1月：狼人殺之夜

2月：阿瓦隆之夜

3月：出包魔法師之夜

逢星期五 20:00-22:00

中學生

全免 FREE

電競鬥一番



面對沉重的課業是否讓你感到很大壓力？是時候讓自己放鬆一下了，快點過來青年空間參加電競鬥一番，與不同青年人切磋，認識更多的朋友，也可以藉此放鬆自己的心情。

逢星期五 20:00-21:00

中學生

全免 FREE

今晚「德」唔「德」



以橋牌卡牌遊戲加強玩家數學邏輯推理思維及溝通社交能力。

逢星期五 20:00 - 21:30

12 - 24歲

全免 FREE

地壺球隊



透過訓練課程及比賽，提升參加者對地壺球的認識，並建立正面的人際關係。青年隊員在訓練中擔任領導角色，帶領少年隊員進行訓練及討論，訓練領導才能。

逢星期六 12:00 - 13:00

8 - 24歲

\$30/1季

運動鬆一鬆系列 **SPORT**

透過不同類型的運動，讓青年人得以體驗，尋找對運動的興趣。

1月：芬蘭木柱之夜

2月：飛鏢之夜

3月：躲避盤之夜

逢星期六 19:00-20:00

中學生

全免 FREE

電影Chill—Chill



快點過來青年空間，與不同的朋友一起欣賞電影，聊聊天，認識更多的朋友，擴展自己的社交圈子。

逢星期六 20:00-22:00

中學生

全免 FREE

Youth Night 青年夜系列

Switch Night



與職員齊齊玩switch - Mario party



17/1/2024 (三) 20:00-21:00

與職員齊齊玩switch - Mario Kart



31/1/2024 (三) 20:00-21:00

與職員齊齊玩switch - 超級雞馬



28/2/2024 (三) 20:00-21:00

與職員齊齊玩switch - switch 運動會

SPORT

13/3/2024 (三) 20:00-21:00

12 - 24歲

\$20/每位 可參與以上4節活動

劇本殺之夜



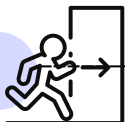
玩家成為推理故事內的角色，根據劇本調查線索、推進劇情，訓練參加者的推理技巧、表達技巧及領導才能。

24/1/2024 (三) 20:00-22:00

12 - 24歲

全免 FREE

密室逃脫之夜



以限時解鎖密室逃脫，這個節奏快速的邏輯性桌遊，加強玩家的推理及合作技巧。

21/2/2024 (三) 20:00-22:00

12 - 24歲

全免 FREE

微電影之夜



精選歷屆鮮浪潮的優秀短片作分享，吸引參加者對拍攝多媒體影片的興趣或學習欣賞微電影。

27/3/2024 (三) 20:00-22:00

12 - 24歲

全免 FREE

青年外出活動系列

NEW

山系之旅-北潭涌



今次行山打卡團帶大家去近地西貢北潭涌感受大自然影靚相打卡。

* 參加者需穿著合適的運動服 * 需自備車費、最少1.5L食水及輕便午餐

* 解散時間會因應參加者的狀況有出入

集合地點：黃寬洋青年空間 活動及解散地點：西貢區

21/1/2023 (日)

10:30-17:30

12 - 24歲

\$50/每位

兩個轆單車之旅



一班年青人一齊去體驗單車樂趣！一齊探索單車熱點！

* 參加者需穿著合適的運動服 * 需自備車費、最少1.5L食水、輕便午餐

集合地點：黃寬洋青年空間 活動及解散地點：大圍區

25/2/2023 (日)

10:30-16:30

12 - 24歲

\$100/每位

踏踏roller打打卡



潮流興復古，一齊感受80年代的潮流 * 費用已包括入場費用、租鞋 * 需自備車費

集合地點：黃寬洋青年空間 活動及解散地點：北角

2/3/2024 (六)

14:30 - 18:30

18 - 24歲

\$200/每位

浮遊花擴香瓶工作坊



用法式調香手法，製作一瓶屬於自己喜愛香味的擴香瓶，為生活增添治癒感。

集合地點：黃寬洋青年空間 活動及解散地點：觀塘地鐵站B出口

16/3/2024 (六) 14:30-19:00

12 - 24歲

\$300/每位

好生活聊天室 青年義工



培訓成為推廣精神健康和資訊科技的DIGITAL CONNECTOR，在區內為長者提供情緒上及資訊科技上的支援。

請向職員查詢

社工學系大專生

全免 FREE

兒童活動

黃寬洋小義工



透過義工訓練，明白義務工作的意義及目標；並透過義工服務經歷，發掘義工潛能及興趣，促進個人發展。

恆常訓練：每月第一個週六下午

義工活動：按服務而訂

高小學生

全免 FREE

功課輔導班



提升學生對學習學科的興趣，指導學生解決功課問題，培養正確的學習態度和技巧。

逢星期一至五 16:00-18:00

小學生

\$1200/月

課餘託管計劃



為有需要家庭提供託管服務，內容包括功課輔導、茶點、小組活動等。
(參加者須接受面試，如有經濟困難可申請學費減免)

逢星期一至五 15:30-19:00

小學生

\$1300/月



NEW

Q版漫畫入門



通過教授繪畫Q版漫畫角色，從中掌握漫畫的基本繪畫技巧。

逢星期三 17:30 - 18:30

7-14歲

\$110/堂

NEW

幼兒戲劇



於戲劇創作中，帶領學員進入戲劇教育的領域，重新認識自己的身體，尋找真我自己出來。當中包括身體節奏，聲音聲線，戲劇分析等訓練，令學員掌握身體控制的重要性從而進入戲劇世界。

逢星期六 13:30 - 14:30

3-6歲

\$100/堂

幼兒 / 兒童畫室



透過日常生活的素材，以水彩，粉彩及蠟筆繪畫不同人物，動物及風景。課程注重培養對藝術的興趣，啟發幼兒創作潛能，提升兒童的思維創意及組織能力，學習色彩及顏料運用。【需自備材料】每兩個月收費

星期一

幼兒畫室 16:30 - 17:30 3-5歲 \$85/1堂

兒童畫室 17:30 - 18:30 6-10歲 \$95/1堂

星期四

幼兒畫室 16:30 - 17:30 3-5歲 \$80/1堂

兒童畫室 17:30 - 18:30 6-10歲 \$90/1堂

導師簡介

謝老師曾考獲香港中文大學西方藝術高級文憑課程及大一設計學院工商藝術文憑課程，曾於不同小學及社會福利機構教授繪畫及視藝，善於引導學童自主思考，發揮創意。

楊Sir中學主修科為視覺藝術科，現就讀動畫及視覺特效設計，擅長人物設計及動畫設計。

NEW

素描入門班



利用筆觸來呈現物體的各種變化，不同年齡層的孩子對於線條有不同的控制力道，透過素描練習可鍛鍊孩子手部精細動作與手眼協調能力。【需自備材料】

逢星期三 16:30 - 17:30

8-15歲

\$100/堂

NEW

繪本啟蒙班



課堂會以遊戲的形式介紹不同類型的繪本給小朋友，小朋友再以多元化的手工藝技巧來制作他們喜歡的圖畫，最後組合成獨一無二的繪本。課堂能訓練幼兒手部的小肌肉、手眼協調能力，更能夠日後學習畫畫打好根基。

幼兒班 逢星期五 16:30 - 17:30

3-5歲

\$120/堂

課堂會以遊戲的形式介紹不同類型的繪本給小朋友，小朋友再以不同的畫畫技巧或手工藝技巧來制作他們喜歡的圖畫，加入獨特標題和文字，最後創作成獨一無二的繪本。課堂能學習如何用筆觸把眼前看到的、心裡想像的，一一繪畫出來和着色的技巧，增加小朋友對色彩的敏銳度。

兒童班 逢星期五 17:30 - 18:30

6-12歲

\$130/堂

導師簡介

Miss魚擁有多年的教授中小學學生/SEN/長者藝術課程經驗，亦是藝術輔引師及和諧粉彩準指導師。

NEW

寬洋填色大賽



小朋友可以藉此機會發揮自己的創意，繪畫出屬於自己獨一無二的作品；而參加畫室的小朋友亦可發揮所學的知識，學以致用。

*每月1號可到接待處領取填色紙。

「寬」渡新一年

2024

2024年（1月）

請於26/1前把作品交到接待處的職員。

「寬」渡新春



農曆新年（2月）

請於23/2前把作品交到接待處的職員。

「寬」渡復活節



復活節（3月）

請於28/3前把作品交到接待處的職員。

STEM系列

NEW

齊齊動手做



齊齊跟著Ms Cherry一同製作屬於小朋友的自製玩具。

13/1/2024（六）

11:00-13:00

6-12歲

\$50/每位

科學小達人



你知道動能，電能和光能的原理嗎？快來跟Ms Cherry一同學習及實踐科學原理吧！

24/2/2024（六）

11:00-13:00

6-12歲

\$50/每位

STEAM初體驗



用科學結合美術概念製作屬於小朋友的STEAM成品。

9/3/2024（六）

11:00-13:00

6-12歲

\$50/每位

自己玩具自己做



玩具車我們很常接觸得到，有沒有想過其實自己動手製作一架玩具車都可以很簡單，約定你齊齊動手做屬於自己的玩具車！

23/3/2024（六）

11:00-13:00

6-12歲

\$50/每位

學術系列

珠心算



小朋友透過耳聽、眼看、手撥、腦算的訓練，學習一種快速的運算方法，同時培養靈敏的思考力，增強記憶力和集中力，為小朋友學習數學奠定良好基礎。(每兩個月為一期收費，費用不包練習及算盤)。(每兩個月收費)

A班	逢星期六	13:30 - 14:30	6-12歲	
B班	逢星期六	14:30 - 15:30	3-12歲	\$105/1堂
C班	逢星期六	16:30 - 17:30	3-12歲	
D班	逢星期六	17:30 - 18:30	3-12歲	

趣味奧數



透過啟發式的教學方法，使學童在沒有學習壓力的情況下吸收知識，訓練學生未來的邏輯推理及系統思考的能力，讓兒童適應不斷變化的數學能力要求。

(每兩個月為一期收費，費用不包練習及算盤)

逢星期六 16:30 - 17:30 6-12歲 \$110/1堂

導師簡介 杜老師擔任導師二十多年，擁有豐富的兒童教學經驗。

NEW

硬筆(鉛筆)書法班



教授正確的書寫坐姿和執筆方法，並透過分析漢字結構及教導其行筆技巧，來提高同學的書寫水平。

逢星期三 16:15 - 17:15 4-8歲 \$100/1堂

U Kitchen系列

NEW

Ukitchen甜品班



親子班	星期六	13:30 - 15:30	6-10歲	\$230/1堂
兒童班	星期六	16:30 - 17:30	10-14歲	\$130/1堂

*開班時間有待確認，詳情可留意本單位的FB / IG。

音樂系列

個人流行鼓



教授流行鼓的結構、類型、彈奏方法、控棒原理、閱讀鼓譜及掌握節奏的技巧。加入正向教育，提升小朋友的正向思維，學習欣賞自己。

流行鼓 C班 逢星期二 19:30 - 22:00

流行鼓 D班 逢星期四 20:00 - 22:00

流行鼓 E班 逢星期五 19:30 - 22:00

6歲或以上 **按級別收費**

NEW

團體流行鼓



教授流行鼓的結構、類型、彈奏方法、控棒原理、閱讀鼓譜及掌握節奏的技巧。加入正向教育，提升小朋友的正向思維，學習欣賞自己。

逢星期四 19:00 - 20:00 5人成班

6歲或以上

\$130/堂

導師簡介

勝SIR持ROCKSCHOOL 8級鼓樂證書，22年鼓樂教學經驗。亦為結他、UKULELE和樂隊導師。曾擔任樂隊比賽評判，不時在網上發表自己創作的歌曲。多年策劃（西貢區）大型音樂表演活動，樂隊時曾出唱片和接受香港電台及太陽報訪問。

專業個人結他



教授結他結構及姿勢介紹、手指及耐久訓練、練習多種不同指法、音階及不同伴奏方式練習、教授樂理知識及閱譜訓練。

[另設有木/電結他、ukulele、低音電結他班(個人/小組班)，可向職員聯絡。]

逢星期三 14:00 - 22:00

6歲或以上

按級別收費

導師簡介

Adoss Sir畢業於英國Conventry University，具八年以上教學經驗，於不同學校、社福機構、琴行教授中小學生、幼兒、弱視及外展青年經驗。亦為獨立樂隊牧民手曾多次到外地參加音樂節表演及接受電台訪問與製作並推出樂隊EP。

正向個人鋼琴



由八級或以上導師教授鋼琴及樂理知識，加入正向教育，提升小朋友的正向思維和正向情緒，發揮自己的性格強項和技能，學習欣賞自己。

正向鋼琴 A班 逢星期六 10:45 - 14:15

正向鋼琴 B班 逢星期六 14:30 - 16:45

正向鋼琴 C班 逢星期五 16:00 - 22:00

6歲或以上 按級別收費

導師簡介

A班： Ms Cheung 自五歲開始學習鋼琴，曾參加多場音樂比賽。以生動有趣方式教授課堂，令學生可以輕鬆愉快學習音樂。

B班： Miss Poon 以生動的方式教授鋼琴課堂，培養學生對音樂的興趣。擅長即興彈奏，間中會參與樂隊演出及擔任婚宴琴師。

C班： 梁Sir 教授音樂超過廿五年，本人及學生都在各音樂節獲取獎項，曾在獲取中文大學鋼琴教育進修文憑，鋼琴演奏文憑，亦為樂團指揮，曾為中心受聘為音樂課程顧問，亦曾獲邀請為音樂雜誌【獨立音樂】古典音樂專欄作家，寫作關於音樂研究，教育，鍵盤樂等元素，亦曾參與健力士紀錄香港沙田馬場演奏獅子山下中提琴手。

樂器班每堂收費

鋼琴班

時間	初級	一級	二級	三級	四級	五級	六級	七級	八級
30分鐘	\$140	\$150	\$170	\$185	/	/	/	/	/
45分鐘	\$190	\$205	\$235	\$255	\$310	\$330	\$390	\$410	\$440
60分鐘	/	/	\$300	\$310	\$400	\$410	\$440	\$450	\$520

結他班

時間	初級	一級	二級	三級	四級	五級	六級	七級	八級
30分鐘	\$110	\$120	\$140	\$170	/	/	/	/	/
45分鐘	\$160	\$170	\$200	\$250	\$300	\$340	\$380	\$395	\$420
60分鐘	\$210	\$220	\$260	\$330	\$390	\$440	\$480	\$510	\$550

流行鼓班

時間	初級	一級	二級	三級	四級	五級	六級	七級	八級
30分鐘	\$110	\$120	\$130	\$150	\$170	\$200	\$220	/	/
45分鐘	/	/	/	/	/	/	\$330	\$355	\$375

運動系列

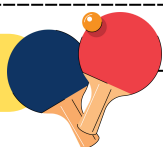
跆拳道



跆拳道以腿為主，注重利用對方弱點或借對方之力反擊並使其摔倒，是一種柔中帶剛的武藝；能鍛鍊兒童體魄，訓練兒童互相作，守紀習禮。

A班	逢星期六18:00 - 19:00	4-12歲	\$75/1堂
B班	逢星期六19:30 - 20:30	6-24歲	\$75/1堂

乒乓球



星期五

提升集中力、身體協調及敏捷度，培養兒童對學習乒乓球的興趣，獨特訓練方式令三歲以上之學員更易掌握打乒乓球的技巧。

幼兒班	17:00 - 18:00	4-6歲 (K1-K3)	\$105/1堂
初階班A	18:00 - 19:00	6-12歲	\$105/1堂

訓練基本功為基礎，包括教授正確握拍、正/反手動作及發球方式，提升學員的綜合能力。

進階班	19:00 - 20:00	8-14歲	\$110/堂
-----	---------------	-------	---------

教授正手，反手，搓下旋，左推右攻，發球，步法等進階技巧，並配合乒乓球實戰之訓練。

實戰班	20:00 - 21:30	10-24歲	\$165/堂
-----	---------------	--------	---------

導師簡介

郭教練擁超過八年教學經驗，現任香港乒乓球甲組球員及曾任澳門乒乓球代表隊成員，掌握不同技術及戰術運用，深受不同年齡層及水平學生歡迎。

星期六

提升集中力、身體協調及敏捷度，培養兒童對學習乒乓球的興趣，獨特訓練方式令三歲以上之學員更易掌握打乒乓球的技巧。

初階班B	逢星期五 18:00 - 19:00	5-10歲	\$105/1堂
------	--------------------	-------	----------

導師簡介

銀河兵舍教練團隊擁有多年教學經驗，學員由幼兒至青少年，曾任教多間中小學，會所及社區中心。教練會以獨到互動輕鬆生活化模式教授乒乓球技巧，因而學員可在短時間內掌握艱深技巧。

青協足球隊



教授足球的基本技巧，包括控球、傳球、射門、體能訓練，提升肌肉協調能力。透過比賽、營地或其他集訓，培養出隊員的團體合作、領導能力及主動性。

U12 (初級組) 逢星期六 16:00 - 17:45 6-10歲 \$70/1堂

U12 (高級組) 逢星期五 17:45 - 19:45 10-14歲 \$70/1堂

導師簡介 訓練由Gary Sir帶領 (香港足球總會青年足球領袖)

NEW

幼兒/兒童體操



課堂會專注於建立學生的身體意識及對運動的熱愛，以輕鬆有趣的方法讓小朋友掌握符合年齡的基本互動體操姿勢及技巧。

幼兒體操 逢星期四 18:30 - 19:30 6-10歲 \$140/1堂

兒童體操 逢星期四 19:45 - 19:45 10-14歲 \$150/1堂

導師簡介 李Sir擁有九年體操教學經驗，體操總會競技體操註冊教練，女子競技體操裁判，不同程度都能任教（由初學者至港隊成員亦有），有不少學生在體操學界比賽和公開賽都脫穎而出摘下獎牌。

少年綜合舞蹈團



包括K-POP、Funky dance等舞蹈，同時教授戲劇的基本技，提升對舞蹈藝術的興趣。

逢星期三 18:05 - 19:05

逢星期六 14:30 - 15:30

6-12歲

\$100/1堂

逢星期六 16:30 - 17:30

幼兒律動x外語舞蹈入門



透過 Hip Hop, Jazz 等舞蹈培養兒童音樂感，配合英、韓等不同語言、風格的歌曲，提升學員對外語的興趣及聽說能力。

逢星期三 17:00 - 18:00

3-5歲

\$100/1堂

逢星期六 15:30 - 16:30

導師簡介

YANNI 姐姐畢業於英國BTEC表演系高級文憑，從事幼兒表演藝術教育十多年，擁有豐富舞蹈教學及舞台經驗，更帶領學員參與不同的現場演出，讓他們踏上舞台一展所學，並與家長和各界人士分享小朋友的學習成果。

舞蹈系列

芭蕾舞



教授古典芭蕾舞基礎，以音樂和故事，在輕鬆和愉快的氣氛下，學習高貴、優雅的舞步，從而訓練兒童腦部、手、腳和腿部肌肉協調能力。

學習基本芭蕾舞基礎

芭蕾舞 PPID 逢星期六 13:00 - 13:45 4-10歲 \$100/1堂

須完成芭蕾舞-Beginners班，有基本芭蕾舞基礎，經導師評估及出席率達80%，會安排報考英國皇家芭蕾舞考試。

芭蕾舞 PID 逢星期二 17:00 - 17:45 8-16歲 \$105/1堂
逢星期四 16:45 - 17:30

芭蕾舞 G1 逢星期四 17:30 - 18:15 7-15歲 \$110/1堂
逢星期六 16:15 - 17:00

芭蕾舞 G4 逢星期二 17:45 - 18:30 7-16歲 \$120/1堂
逢星期四 18:15 - 19:00

芭蕾舞 G5 逢星期四 19:00 - 20:00 6-16歲 \$130/1小時
逢星期六 13:45 - 15:15

經導師評估及出席率達80%，會安排報考英國皇家芭蕾舞考試。表現優異學員，有機會獲導師推薦擔任初班助教。

芭蕾舞 AF 逢星期二 18:30 - 20:30 6-24歲 \$155/1小時
逢星期六 15:15 - 16:15

導師簡介

MISS楊持藝術學士(榮譽)學位及舞蹈藝術文憑，主修現代舞。在校間曾獲多個獎學金，2010年獲「成龍慈善基金獎學金」及「香港賽馬會音樂及舞蹈信托基金獎學金」；於2010年至2013年，連續三年獲得「香港特別行政區政府獎學金」。楊氏現為英國皇家芭蕾舞學院註冊教師(ARAD)，並已考獲舞蹈教育文憑、八級文憑及專修訓練課程高級文憑。現積極於舞蹈教育發展，擁有超過十年教授芭蕾舞之經驗。



單位開放時間

星期一 2:00pm-6:00pm

星期二至六 2:00pm-10:00pm

星期日及公眾假期 休息



香港青年協會
the hongkong federation of youth groups

黃寬洋青年空間
Felix Wong Youth S.P.O.T.

 27062638

 新界將軍澳厚德邨德安樓地下

 fw.hkfyg.org.hk



HKFYGFW



 香港青年協會黃寬洋青年空間