

成人居家運動班

內容：	本課程教授的簡單運動主要訓練參加者的肌肉力量和耐力、靈活性、平衡和身體協調。完成課程後，希望參加者能在家中進行自主運動，從而建立良好運動習慣。
日期：	23/2、2/3、9/3、16/3(逢一)
時間：	A班：11:00am - 12:30nn(活動編號：490204879A) B班：8:00pm - 9:30pm(活動編號：490204879B)
地點：	本會所
收費：	\$500(已包括所有上課需要用到的器材及物資)
對象：	30歲或以上
名額：	15位
備註：	1. 歡迎所有符合年齡要求者參加，包括行動不便人士。 2. 請穿著合適的運動服飾。 3. 請自備飲用水。 上課前需要填寫「體能活動適應能力問卷與你」問卷(於上課第一天填寫，由本會所提供)
負責同事：	甘焯茵 Yan

親子活動

親子慢活廚房 - 七彩湯圓(2/2026)

內容：	親子齊齊製作甜品，增加和諧相處的機會。
日期：	8/2(日)
時間：	11:00am - 12:45nn
地點：	本會所3/F聚庭軒
收費：	- \$220 / 一對親子(2人) (活動編號：4902-26A007A) - 額外1人報名另收\$60，最多可加2人(不增添食材) (活動編號：4902-26A007B)
對象：	3 - 10歲親子
名額：	4個家庭
備註：	1. 所有參加者均須為本會有效會友。 2. 請自備食物盒、保溫袋、環保袋、圍裙。
負責同事：	陳惜珠 Ms Chan(註冊社工)

親子慢活廚房 - 抹茶Tiramisu(不用生雞蛋)(3/2026)

內容：	親子齊齊製作甜品，增加和諧相處的機會。
日期：	8/3(日)
時間：	11:00am - 12:45nn
地點：	本會所3/F聚庭軒
收費：	- \$250 / 一對親子(2人) (活動編號：4902-26A008A) - 額外1人報名另收\$60，最多可加2人(不增添食材) (活動編號：4902-26A008B)
對象：	3 - 10歲親子
名額：	4個家庭
備註：	1. 所有參加者均須為本會有效會友。 2. 請自備保溫袋、環保袋、圍裙。
負責同事：	陳惜珠 Ms Chan(註冊社工)

親子義工小組(3/2026)

活動編號：	4902-26A009
內容：	透過義工訓練，讓親子一起服務長者，了解長者需要的同時，提升親子相處質素及話題，增加兒童與他人溝通的自信。
日期：	訓練日：7/2及14/2(逢六) 服務日：28/2(六)
時間：	訓練日：2:30pm - 4:00pm 服務日：3:45pm - 7:30pm
地點：	本會所
收費：	\$150(每家庭) (收費將用於是次義工服務之對象)
對象：	6歲或以上親子
名額：	5個家庭(每家庭2人)
備註：	1. 所有參加者均須為本會有效會友。 2. 完成整個活動後，可獲發證書乙張。 3. 可加入本會義工獎勵計劃。
負責同事：	陳惜珠 Ms Chan(註冊社工)

青新農莊「城市農夫」

活動編號：	4902-26A010
內容：	透過體驗耕種的樂趣，讓家庭成員學習如何分工合作，細心呵護，更能讓子女親身體會一分耕耘、一分收穫的道理。
日期：	1/12 - 31/3
時間：	10:00am - 5:30pm(逢一至六) 10:00am - 4:30pm(逢日及公眾假期)
地點：	本會所5/F青新農莊
收費：	\$600(每一期為4個月)
對象：	18歲或以下親子(以家庭為單位，須包括父/母及子女一同參與)
名額：	18個家庭(請有興趣之家庭於詢問處登記資料，會由負責同事聯絡通知)
備註：	1. 每次出席均需到會所登記出入記錄。 2. 農莊採用有機泥土，請勿自行加泥。 3. 請勿種植樹類或非法植物，亦請勿佔用公用位置。 4. 如發覺使用情況未如理想，本會所保留取消其續期權利。 5. 詳情請致電2420 0266與負責同事查詢。
負責同事：	方健民 方Sir