



童軍知友社  
賽馬會朗屏青少年服務中心



社會福利署資助服務  
Subsidised Service by  
the Social Welfare Department

第142期

# 朗訊

2026年4-6月

 新界元朗朗屏邨賀屏樓平台216-225室

 2475 5441

 3005 4922

 lpadmin@sahkfos.org



lpit.sahkfos.org



fospit



lp\_fos



WhatsApp 頻道

# 機構抱負及使命

## 抱負

成為香港最優秀的青少年服務機構之一，致力培育青少年健康成長、造福社會。

## 使命

創造有利條件，以協助青少年建立自我、貢獻社群。

## 服務簡介

### 香港童軍總會童軍知友社簡介

本社於1969年成立，為香港童軍總會的直屬單位，服務使命為『創造有利條件，以協助青少年建立自我、貢獻社群』。

本社致力為青少年提供機會，以協助他們善用餘暇、發揮潛能、體驗群體生活及增強解決問題的能力，並培養他們對社會的責任感及使命感。

### 賽馬會朗屏青少年服務中心簡介

本中心位於元朗朗屏邨，自1988年起為元朗區服務，並於2000年轉型為青少年綜合服務中心，2002年起更獲社署增撥資源，增設深宵外展服務隊。中心的專業社會工作人員及支援團隊，透過靈活及綜合的介入手法，在不同的工作環境，如家庭、學校、街頭，為青少年提供服務，以協助他們建立自我、貢獻社群。

## 童軍知友社組織系統表

助理香港總監 (童軍知友社) / 童軍知友社總監  
ACC (FOS) / FOSC

羅保林 Paulinus LO

副童軍知友社總監 (常務及社會服務)  
DFOSC (Operations & Social Service)

懸空 Vacant

副童軍知友社總監 (青少年服務)  
DFOSC (Children & Youth Services)

馮志豪 Benjamin FUNG Chi-ho

助理童軍知友社總監  
(常務)  
AFOSC  
(Operations)

陳國權  
CHAN Kwok-kuen

署理助理童軍知友社總監  
(社會服務及外部協調)  
A/AFOSC  
(Social Service &  
External Liaison)

薛衛東  
SIT Wai-tung

助理童軍知友社總監  
(社會服務及內部協調)  
AFOSC  
(Social Service &  
Internal Liaison)

李錦榮  
Jimson LEE Kam-wing

助理童軍知友社總監  
(服務協調)  
AFOSC  
(Services  
Coordination)

懸空  
Vacant

助理童軍知友社總監  
(策劃及拓展)  
AFOSC  
(Strategy &  
Development)

懸空  
Vacant

總部總監  
(旅團協調)  
HQC  
(Groups  
Coordination)

懸空  
Vacant

總部總監  
(會員發展及教育)  
HQC  
(Membership  
Growth &  
Education)

懸空  
Vacant

總部總監  
(社會服務及  
外部協調)  
HQC  
(Social Service &  
External Liaison)

薛衛東  
SIT Wai-tung

總部總監  
(社會服務及  
內部協調)  
HQC  
(Social Service &  
Internal Liaison)

游柏華  
Edward YAU Pak-wah

總部總監  
(傳訊及夥伴協作)  
HQC  
(Communications  
& Partnership  
Collaboration)

何永強  
Raymond HO Wing-keung

助理總部總監  
(旅團協調)  
AHQC  
(Groups  
Coordination)

何國龍  
HO Kwok-lung

助理總部總監  
(中心服務)  
AHQC  
(Centre Services)

丘信強  
Arion YAU Shun-keung

助理總部總監  
(學校社工服務)  
AHQC  
(School Social  
Work Services)

懸空  
Vacant

助理總部總監  
(傳訊及夥伴協作)  
AHQC  
(Communications  
& Partnership  
Collaboration)

林子競  
Lawrence LAM Tze-king

助理總部總監  
(可持續發展)  
AHQC  
(Sustainable  
Development)

李子軒  
James LEE

# 童軍知友社賽馬會朗屏青少年服務中心

## ◎ 職員架構圖 ◎

督導主任 (朗屏)

岑佩儀\*

助理社會工作主任

周雯影\* 蔡葦霖\*

對象：東華三院盧幹庭紀念中學

助理社會工作主任

王麗賢\* 彭翠雲\*

對象：博愛醫院鄧佩瓊紀念中學

助理社會工作主任

萬奕彤\* 劉蕙菁\*

對象：金巴崙長老會耀道中學

助理社會工作主任

古思豪\* 林君怡\* 湯俊豪\* 曾皓文\*

對象：基督教香港信義會宏信書院

助理社會工作主任

張偉綸\*

社會工作助理

盧燕英\*

對象：樂善堂梁錫琚學校

助理社會工作主任

廖凱兒\*

對象  
兒童/家長及  
小學服務

社會工作助理

蔡慧煌\* 曹綺雯\*  
方志強\* 袁澆霖\*  
李曉瑩\* 楊振毅\*

福利工作員

張小晴

助理社會工作主任

劉子珊\*

對象  
青年及中學服務

社會工作助理

黃楚彥\* 劉曉筠\*  
周倩文\* 郭善宜\*

福利工作員

譚瑋瑩

助理社會工作主任

懸空\*

對象  
深宵外展服務

社會工作助理

莫偉倫\* 楊翠瑚\*  
古翹輝\* 陸啓泰\*  
HUSSAIN  
Sedrah-nhoren\*

文員助理

陸燕儀 陳伯勤  
梁巧殷

二級工人

王祥華

\* 註冊社工



# 目錄

|                      |       |
|----------------------|-------|
| 機構介紹、中心介紹、童軍知友社組織系統表 | 2     |
| 職員架構圖                | 3     |
| 目錄                   | 4     |
| 颱風及暴雨訊號的處理方法         | 5     |
| 活動報名程序及須知、申請入會辦法     | 5     |
| 暑期活動2026報名流程及注意事項    | 6-7   |
| 會員限定租借服務             | 8-9   |
| 「暢遊心靈」計劃             | 10    |
| 中心季度活動&興趣班           | 11    |
| 兒童活動推介               | 12    |
| 青年活動推介               | 13    |
| Smart Teen領袖訓練計劃     | 14-15 |
| 「躍」動孩子心計劃            | 16-17 |
| 少數族裔服務               | 18    |
| 香港童軍115周年慶祝活動        | 19    |
| 蝙蝠行動 - 深宵外展服務        | 20-21 |
| 童軍旅團速遞               | 22    |
| SQS知多D               | 23    |
| 中心地圖、開放時間、暫停開放通告     | 24    |

# 有關颱風及暴雨訊號的處理方法 (1.7.2018生效)

有關惡劣天氣下所有興趣班及戶外活動之安排及生效時間如下：

- 如早上7:30仍懸掛有關惡劣天氣警號，上午活動(由上午9:30開始)會作以下安排。
- 如早上11:30仍懸掛有關惡劣天氣警號，下午活動(由下午1:30開始)會作以下安排。
- 如下午4:30仍懸掛有關惡劣天氣警號，晚上活動(由晚上6:30開始)會作以下安排。

| 颱風/<br>暴雨警告訊號 | 兒童活動  |       | 青少年活動 |       | 家庭活動  |       | 中心詢問處及<br>偶到服務 |
|---------------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|----------------|
|               | 戶內    | 戶外    | 戶內    | 戶外    | 戶內    | 戶外    |                |
| 一號風球          | 照常    | 延期/取消 | 照常    | 照常    | 照常    | 照常    | 照常             |
| 三號風球          | 延期/取消 | 延期/取消 | 照常    | 延期/取消 | 照常    | 延期/取消 | 照常             |
| 八號或更高風球       | 延期/取消 | 延期/取消 | 延期/取消 | 延期/取消 | 延期/取消 | 延期/取消 | 停止             |
| 黃色暴雨警告訊號      | 照常    | 延期/取消 | 照常    | 照常    | 照常    | 延期/取消 | 照常             |
| 紅色暴雨警告訊號      | 延期/取消 | 延期/取消 | 延期/取消 | 延期/取消 | 延期/取消 | 延期/取消 | 照常             |
| 黑色暴雨警告訊號      | 延期/取消 | 延期/取消 | 延期/取消 | 延期/取消 | 延期/取消 | 延期/取消 | 按情況決定*         |

\*如中心詢問處及偶到服務已開始，服務照常至完結為止；

備註：所有因天氣影響取消之課程或活動，中心均會於原定活動後另行通知補課或退款。

## 活動報名程序及須知

1. 中心活動皆以公開形式報名，除特別註明外，活動報名以先到先得為原則，額滿即止。凡符合服務參加資格人士，只須填妥「活動申請表」交回中心，便可申請參加該服務／活動。
2. 本中心服務／活動，除特別註明外，均只限中心有效會員參與。
3. 中心一經收費及發出收據，即視作接納申請人的服務／活動申請。
4. 活動因天氣關係而本中心未能安排補堂或收生不足而取消，已報名的款項會安排退還。參加者需在活動舉行日起計兩星期內，憑中心「正式收據」到中心辦理退款手續，逾時者則不獲退款。
5. 除天氣關係／活動取消／活動延期後所引致的活動退出申請外，其他活動退出申請，學員須另行繳付行政附加費，費用每項課程／活動港幣三十元，但必須於已報讀課程或活動開課前十日提出申請，否則恕不接受。
6. 參加者須留意自己已報名之課程／活動的日期及時間，自行依時出席。本中心將不作另行通知。
7. 如申請需經甄選或面試，或任何原因而被編入後補名單，本中心會最遲在服務／活動開始前五個工作天，知會申請人甄選結果或後補安排。

## 申請入會辦法

|        | 少年會員   | 青年會員      | 家長會員               |
|--------|--|-----------|--------------------|
| 資格     | 6至14歲之少年   | 15至24歲之青年 | 凡已登記為本中心少年或青年會員之家長 |
| 費用(每年) | 全免   |           |                    |
| 申請手續   | 填妥會員申請表格及親身遞交到本中心  |           |                    |
| 會員福利   | 1. 定期收取中心會員通訊<br>2. 免費借用中心康樂用品<br>3. 可參加中心舉辦之活動，並享會員優惠收費 |           |                    |

# 暑期活動2026 報名流程

## 網上遞交抽籤表格

由2026年5月2日(星期六)中午12時正  
至2026年5月23日(星期六)晚上9時正

於網上填寫及遞交抽籤表格



\*31/5(日)  
可作活動餘額查詢

## 遞交抽籤表格後

三個工作天內，以電話短訊形式發出抽籤代號予首名申請人，  
以確認收妥抽籤表格

如申請人於**26/5(二)中午12時前**仍未收到本中心的確認短訊，  
請致電24755441向中心職員查詢

## 電腦抽籤

於**2026年5月27日(星期三)上午**，由電腦系統進行抽籤

## 公佈抽籤結果

於**2026年5月27日(星期三)下午2時正**公佈

翌日以電話短訊，通知首名申請人抽籤結果(即報名當日報名時間)

## 暑期活動報名日

**2026年5月31日(星期日)早上10時正至下午5時正**

中籤者請按電話短訊所顯示的報名時段，前來本中心辦理報名手續

## 餘額活動公開報名

**2026年6月2日(星期二)下午2時正開始**

\*實際內容以中心最後公佈為準，敬請留意。

\*若報名日當天早上7:30仍懸掛黑色暴雨警告/八號或以上風球，報名日將順延至7/6(日)。

# 暑期活動2026 報名注意事項

## (一) 網上遞交抽籤表格

1. 申請人士於網上遞交抽籤表格 (詳見左頁QR CODE或中心網頁), 每份抽籤表格, 最多可填寫5個名字, 每個人名只可以於眾多抽籤表格出現一次, 如有重覆者, 則取消資格。
2. 申請人需於網上遞交抽籤表格。如有需要, 申請人可於本中心開放時間親臨或致電向職員尋求協助。
3. 申請人可於5月27日下午2時透過中心網頁lpit.sahkfos.org及Facebook專頁(見封面QR CODE) 查核抽籤結果。

## (二) 活動報名及繳費(5月31日 — 暑期活動報名日)

1. 活動報名名額不得轉讓他人。
2. **抽籤表格上, 每個人名最多可報4個兒童及青年小組、4個兒童及青年活動、2個家庭活動; 興趣班則不限。**
3. 申請人須向職員出示電話確認短訊及填寫報名表。
4. 家庭活動僅限6至24歲會員及其直系兩代親屬報名。
5. 報名前務必詳閱報名詳情及課程資料, 活動及興趣班一經報名, 不得退款或轉讓。
6. 為使大家之報名程序能順利完成, 如有需要, 可提早登記成為中心有效會員。
7. **抽籤乃抽報名時段之先後次序**, 如因各活動及興趣班額滿, 持有籌號者未能報合意的活動, 祈為見諒。
8. 繳費時, 可使用現金或劃線支票付款, 抬頭請寫「童軍知友社賽馬會朗屏青少年服務中心」。
9. 繳費後, 請立即核對收據上的資料, 請保留收據直至活動/課程完結。
10. 申請人可於報名日當日, 透過網上查詢活動餘額(詳見左頁QR CODE)。

## (三) 退款安排

1. 凡繳費報名及發出收據, 即視作接納申請人活動申請。
2. 活動因天氣關係或活動取消, 而本中心未能安排補堂, 已收取的款項會安排退還。參加者需在接獲退款通知後兩星期內, 憑中心「正式收據」到中心辦理退款手續, 逾時者不獲退款。
3. 除天氣關係/活動取消/活動延期後所引致的活動退出申請外, 其他活動退出申請, 學員須另行繳付行政附加費, 費用為每項課程或活動港幣三十元, 退款申請必須於已報課程或活動開課前十日提出, 否則恕不接受。
4. 如申請需經甄選或面試, 或任何原因而被編入後補名單, 本中心最遲在活動開始前五個工作天, 知會申請人甄選結果或後補安排。
5. 本中心保留對個別申請批准與否之絕對權利, 參加者不得異議。

# 會員限定借用服務

## 桌球房遇到服務

想搵啲唔同嘢玩？  
我哋嘅桌球房等緊你！👍



場地就緒，隨時  
等你哋組隊參與！❤️

### 借用攻略

- ★ 選擇：美式桌球/英式桌球/Switch
- ★ 人數：最少2位會員，需出示實體會員證
- ★ 時間：中心開放時間即場預約，先到先得，每次可借用半小時



## 完美天地遇到服務

想搵個位閒暇度過，嚟「完美天地」  
就有啦！呢度有枱有凳，仲可以借  
電話充電線同各種桌上遊戲。❤️



你可以同friend一齊開局，  
又可以做下自己嘢。快啲嚟  
霸個靚位！😁

## TEEN空之城借用服務

一個舒適空間比大家  
玩吓、HEA吓、傾吓計! 😊

仲可以玩Switch、Boardgame、  
睇戲、掙飛鏢~ 😊

快D Scan隔離個QR Code預約啦~ 😊



想搵地方夾Band、練歌?! 😊



快嚟中心啦! 😊

## BandZone租用服務

開放租用時段：2:00-9:00pm  
(每一小時為一節)

對象：• 8-11歲會員  
(須由至少一位家長會員陪同使用)  
• 12-24歲會員

收費：\$50/小時

※建議前往中心前，先致電查詢租用情況

## 練舞場租用服務

開放租用時段：  
2:00-9:00pm  
(每一小時為一節)

對象：  
• 8-11歲會員  
(須由至少一位家長會員陪同使用)  
• 12-24歲會員

收費：\$20/小時

※建議前往中心前，先致電查詢租用情況

無論你係街舞愛好者，定係熱愛舞蹈表演嘅青少年，「練舞場」都為你提供理想嘅練習場地。😊



呢度唔單止係你鍛煉舞技嘅天地，更係結交同好、享受快樂時光嘅理想場所。



# 暢遊心靈計劃

## 五感之旅沉浸式野餐 (2026-0050)

透過五感之旅，沉浸式野餐中，學習維持精神健康的方法，從而建立正面人生觀。

日期：18/4/2026 (星期六)  
時間：11:00am-12:15pm  
地點：本中心  
對象：6-12歲學童  
費用：\$40(會員)，\$65(非會員)  
節數：1  
名額：8人  
負責職員：蔡姑娘(蔡慧煌)  
備註：收費已包括材料



## 母親節之「毛」限的愛 (2026-0034)

透過母親節主題，齊來動手製作毛絨絨愛心手工，從而認識表達珍愛及感謝的方法，並感謝身邊人的愛護和照顧。

日期：8/5/2026 (星期五)  
時間：7:00pm-8:15pm  
地點：本中心  
對象：6-12歲學童  
費用：\$30(會員)，\$60(非會員)  
節數：1  
名額：8人  
負責職員：袁姑娘(袁澆霖)  
備註：收費已包括材料



## 親子愛自己之天然唇彩或潤唇膏 製作 (2026-0048)

親子一起製作天然唇彩或潤唇膏，促進參加者自我關顧，並享受親子共處的時間。

日期：27/6/2026 (星期六)  
時間：2:30pm-4:00pm  
地點：本中心  
對象：6-12歲學童及其家長  
費用：\$40/人(會員)，  
\$90/人(非會員) (大小同價)  
節數：1  
名額：5對親子  
負責職員：廖姑娘(廖凱兒)  
備註：1. 收費已包括材料  
2. 每人可完成一支天然唇彩



## <小兔兔移居後的心情日記>之 DIY食物製作 (2026-0020)

透過<小兔兔移居後的心情日記>繪本故事及DIY食物：兔子曲奇、果凍及飲品製作，認識情緒和學習維持精神健康的方法。

日期：25/4-9/5/2026 (逢星期六)  
時間：7:30pm-8:30pm  
地點：本中心  
對象：6-12歲學童  
費用：\$90(會員)，\$140(非會員)  
節數：3  
名額：6人  
負責職員：曹姑娘(曹綺雯)  
備註：1. 收費已包括材料  
2. 參加者請自備食物盒



## 春日手工大放「鬆」 (2026-0047)

透過不同的小手工活動(笑臉花吊飾、魔法流沙筆、肌理畫冰箱貼)，幫助學童打開五感，學習專注當下，以致放鬆心情，促進精神健康。

日期：16/5-30/5/2026 (逢星期六)  
時間：10:30am-11:30am  
地點：本中心  
對象：6-12歲學童  
費用：\$90(會員)，\$140(非會員)  
節數：3  
名額：6人  
負責職員：廖姑娘(廖凱兒)  
備註：收費已包括材料



## 心靈加油站攤位 (2026-0023)

透過減壓小遊戲，認識壓力來源，學習應對方式。

日期：30/5/2026 (星期六)  
時間：12:00pm-1:30pm  
地點：本中心  
對象：6-12歲學童及其家長  
費用：全免  
負責職員：曹姑娘(曹綺雯)



# 中心季度活動

## 運動攀登體驗 (2026年4-6月)

活動簡介：體驗運動攀登的樂趣。

日期：25/4/2026(六)、30/5/2026(六)、27/6/2026(六)

時間：A時段：11:15am-12:15pm

B時段：2:00pm-3:00pm

對象：6-12歲會員 (從未參與者優先)

名額：36人 (每時段6個名額)

費用：全免

負責職員：瑩Miss (譚瑋瑩)

備註：1. 有興趣人士請掃瞄QR CODE，填寫網上抽籤表格。

2. 截止日期及抽籤結果公佈日期，請參閱網上抽籤表格。

3. 中籤者將以WhatsApp短訊通知，如未獲通知者即代表被安排入候補名單中。



## 甜品大師培養攻略

活動簡介：學習製作不同甜品，感受烘培的樂趣。

日期：巧克力布朗尼班 (2026-0065)：25/4/2026 (六)

手工曲奇班 (2026-0066)：30/5/2026 (六)

法式千層酥班 (2026-0067)：27/6/2026 (六)

時間：3:00pm-4:30pm

對象：8-12歲會員

費用：\$60

名額：每班8個名額

負責職員：小晴Miss (張小晴)

備註：請自備食物盒



## 興趣班

### 兒童夏威夷小結他課程

活動簡介：由淺入深輕鬆學習小結他，培養兒童對音樂興趣，提升手眼協調能力。

日期：11/4/2026 - 25/4/2026 (3堂)

2/5/2026 - 23/5/2026 (4堂)

6/6/2026 - 27/6/2026 (4堂)

逢星期六上課

時間：10:00am-11:00am

費用：2026年4月\$300/月；舊生優惠價\$225

2026年5月\$400/月；舊生優惠價\$300

2026年6月\$400/月；舊生優惠價\$300

備註：1. 課程按Rockschool考試內容編訂  
2. 舊生優先報名，並須於每月20號前報名，方可享有優惠價格  
3. 費用已包括導師費及租用小結他費用 (只供課堂使用)  
4. 參加者可免費借用Band房練習，詳情請向負責職員了解

地點：本中心

對象：6-12歲會員

名額：6人

負責職員：瑩Miss (譚瑋瑩)

### 男子籃球體驗班

活動簡介：學習籃球的基本技術及團隊合作。

日期：11/4/2026 - 25/4/2026 (3堂)

2/5/2026 - 30/5/2026 (5堂)

6/6/2026 - 27/6/2026 (4堂)

逢星期六上課

時間：10:00am-11:30am

地點：元朗區內籃球場

對象：6-13歲男生

名額：14人

負責職員：楊sir (楊振毅)

費用：2026年4月\$150/月

2026年5月\$250/月

2026年6月\$200/月





# 兒童活動推介



## 「童遊」桌遊社 (2026-0028)

**活動簡介：**透過桌遊活動，讓學童從中學學習社交技巧(如輪流、與人合作和分享)，以及面對輸贏時的情緒管理。

**日期：**18/4-2/5/2026 (逢星期六)

**費用：**\$90(會員)、\$140(非會員)

**時間：**2:30pm-3:30pm

**節數：**3

**對象：**有意提升社交技巧之6-10歲學童

**名額：**5人

**地點：**本中心

**負責職員：**李姑娘 (李曉螢)



## 「童遊」小小科學家 (2026-0046)

**活動簡介：**透過科學小實驗：水動力船、熔岩火山及快樂不倒翁等實驗過程，使學童學習組織及規劃，展開任務，並發揮創意。

**日期：**2/5-16/5/2026 (逢星期六)

**費用：**\$90(會員)、\$140(非會員)

**時間：**3:00pm-4:00pm

**節數：**3

**對象：**有意提升執行指令能力之6-10歲學童

**名額：**6人

**地點：**本中心

**負責職員：**廖姑娘 (廖凱兒)



## 「童遊」DIY機械人小「專」家 (2026-0025)

**活動簡介：**透過DIY機械人製作及指令訓練遊戲，提升學童聆聽指令及專注能力。

**日期：**16/5-30/5/2026 (逢星期六)

**費用：**\$90(會員)、\$140(非會員)

**時間：**3:00pm-4:00pm

**節數：**3

**對象：**有意提升身體協調及專注力之6-9歲學童

**名額：**5人

**地點：**本中心

**負責職員：**曹姑娘 (曹綺雯)

**備註：**收費已包括材料



## 「童遊」不用雪櫃製作DIY雪糕 (2026-0026)

**活動簡介：**透過DIY雪糕製作，提升學童觀察及動作協調能力。

**日期：**20/6/2026 (星期六)

**費用：**\$40(會員)、\$90(非會員)

**時間：**2:00pm-3:15pm

**節數：**1

**對象：**有意提升觀察及動作協調之6-9歲學童

**名額：**5人

**地點：**本中心

**負責職員：**曹姑娘 (曹綺雯)

**備註：**1. 收費已包括材料 2. 請自備食物盒



# 青年活動推介

## 童你療癒系列 (2026-0051)

\*參加者需同時參加三個「童你療癒系列」活動\*

### 童你療癒系列 - 皮革體驗活動

透過制作皮革手工，讓參加者能初步了解皮革制作方式，認識新的技能或興趣。

日期：18/4/2026 (星期六)  
時間：2:30pm-3:30pm  
地點：本中心  
負責職員：Zoe姑娘 (劉曉筠)、Cathy姑娘 (郭善宜)  
備註：參加者需同時參加三個童你療癒系列

對象：12-24歲會員  
費用：全免  
節數：1  
名額：6-8人



### 童你療癒系列 - 鑽石畫體驗活動

透過制作鑽石畫，讓參加者認識新的興趣及解壓方式。

日期：25/4/2026 (星期六)  
時間：2:30pm-3:30pm  
地點：本中心  
負責職員：Zoe姑娘 (劉曉筠)、Cathy姑娘 (郭善宜)  
備註：參加者需同時參加三個童你療癒系列

對象：12-24歲會員  
費用：全免  
節數：1  
名額：6-8人



### 童你療癒系列 - 嘟嘟綉體驗活動

透過制作嘟嘟綉，讓參加者認識新的興趣及解壓方式。

日期：2/5/2026 (星期六)  
時間：2:30pm-3:30pm  
地點：本中心  
負責職員：Zoe姑娘 (劉曉筠)、Cathy姑娘 (郭善宜)  
備註：參加者需同時參加三個童你療癒系列

對象：12-24歲會員  
費用：全免  
節數：1  
名額：6-8人

# SMART TEEN 領袖訓練計劃

計劃以具童軍特色的歷奇輔助手法進行有系統的領袖訓練，加強學童團隊合作和解決困難的能力，建立正面價值觀及促進個人發展。

## SMART TEEN 小領袖招募

在中心為區內學童舉辦多元化的歷奇活動和小組，協助學童建立正面價值觀，從而發展領袖才能及促進個人發展；促進學童與社區之間的連繫，加強對社區的關注，如服務社區、關心社會等。

## SMART TEEN 獎勵計劃

SMART TEEN獎勵計劃是鼓勵參加者參加不同類別的活動，以收集不同的活動卡牌，活動分為四大類別：社區探索及服務、技能興趣、戶外訓練、康樂運動，而所收集的活動卡牌將每年結算，即由每年的7月至翌年的6月，而每年7月將有頒獎及獎勵活動，獎勵制度如下：

- 出席1次活動，將獲得**普通活動卡牌(N)**1張
- 收集10張或以上普通活動卡牌，將獲得**稀有活動卡牌(R)**1張及出席證書
- 收集13張或以上普通活動卡牌，將獲得**超稀有活動卡牌(SR)**1張及出席證書
- 收集16張或以上普通活動卡牌，將獲得**特級超稀有活動卡牌(SSR)**1張及出席證書

招募對象：小四至中三學生

計劃時段：2025年7月至2026年7月

上一期活動參加者可優先報名。有興趣報名人士請親臨中心報名，如有查詢，可致電2475 5441與註冊社工蔡慧煌姑娘、李曉螢姑娘、楊振毅先生及方志強先生聯絡。

### 社區探索及服務

社區攤位  
社區清潔  
動物義工

### 技能興趣

STEM  
War Game  
Art

### 戶外訓練

宿營  
原野烹飪  
野外定向

### 康樂運動

潮流運動  
劍擊體驗  
射箭體驗

## Smart Teen 26/27 技能興趣 DIY流體熊彩繪製作 + 原木便條夾製作 (2026-0016)

活動簡介：透過DIY製作流體熊和原木便條夾，讓身心靈也得到滿足和放鬆。

日期：11/4/2026 (星期六)

費用：\$40

時間：1:30pm-3:00pm

節數：1

地點：本中心

名額：14人

對象：8-15歲會員

負責職員：蔡姑娘(蔡慧煌)及  
方sir(方志強)



## Smart Teen 26/27 技能興趣 - STEM 水火箭 (2026-0061)

活動簡介：透過動手設計與發射水火箭，培養參加者對科學原理的興趣及思維。

日期：25/4/2026 (星期六)

費用：\$40

時間：2:00pm-3:30pm

節數：1

地點：本中心

名額：14人

對象：8-15歲會員

負責職員：方sir (方志強) 及楊sir (楊振毅)



## Smart Teen 26/27 戶外訓練 - 原野烹飪工作坊 (2026-0027)

活動簡介：透過原野烹飪，提升參加者團體合作及解難能力。

日期：23/5/2026 (星期六)

費用：\$80

時間：9:30am-4:00pm

節數：2

地點：本中心及大浦桐梓童軍中心

名額：14人

對象：8-15歲會員

負責職員：李姑娘 (李曉瑩) 及

備註：1. 穿著合適的衣著及運動鞋

楊sir (楊振毅)

2. 帶備足夠飲用水

3. 費用已包原野烹飪食材及旅遊巴費用



## Smart Teen 26/27 社區服務 - 寵物義工 (2026-0008)

活動簡介：讓參加者透過參與動物義工服務，學習照顧、善待和關愛動物，從中培養責任感及同理心。

日期：30/5/2026 (星期六)

費用：\$80

時間：9:30am-1:30pm

節數：1

地點：本中心及阿棍屋

名額：12人

對象：8-15歲會員

負責職員：楊sir (楊振毅) 及

備註：1. 參加者請穿著運動褲及運動鞋

李姑娘 (李曉瑩)

2. 自備八達通及食水

3. 參加者需於活動中協助清潔貓舍、便盤及與貓隻互動



## Smart Teen 26/27 康樂運動 - 飛鏢體驗 (2026-0060)

活動簡介：透過飛鏢體驗，提升參加者的專注力及手眼協調。

日期：13/6/2026 (星期六)

費用：\$80

時間：9:30am-1:30pm

節數：1

地點：本中心及飛鏢場地

名額：20人

對象：8-15歲會員

負責職員：楊sir (楊振毅) 及蔡姑娘 (蔡慧煌)

備註：1. 參加者請穿著運動褲及運動鞋 2. 自備八達通及飲用水



## Smart Teen 26/27 技能興趣 - 射擊體驗 (A班) 2026-0062 (B班) 2026-0063

活動簡介：透過射擊體驗，提升參加者反應力及專注力。

日期：27/6/2026 (星期六)

費用：\$60

時間：A班(8-10歲):2:00pm-3:00pm

節數：1

B班(11-15歲):3:30pm-4:30pm

名額：每班各8人

地點：本中心

負責職員：方sir (方志強) 及

對象：8-15歲會員

李姑娘 (李曉瑩)

備註：1. 參加者請穿著運動褲及運動鞋



# “躍”動孩子心

## 『專注力不足/過度活躍症』兒童支援服務

### 計劃簡介

『躍動孩子心』計劃主要服務對象為被介定有『專注力不足/過度活躍症』(簡稱AD/HD)或疑似個案的兒童及家人提供支援服務，亦增加社區人士對於此症的認識。

此計劃共包括4部份，服務內容如下：

個人或家庭  
面談輔導

小組輔導

社區教育

個案轉介及社  
區支援

### 訓練系列

對象：確診/懷疑ADHD學童及家長  
地點：本中心

節數：10  
備註：學童及家長需同行參與小組

#### 學童組目的：

1. 提升學童持續學習專注力
2. 認識情緒及合適表達情緒的方式
3. 社交活動、團體合作及興趣發展

#### 家長組目的：

1. 提升家長處理學童專注力上之技巧
2. 提升家長協助子女表達及管理情緒的技巧
3. 回饋學童表現

### 星期六班

#### 學童組

(2026-0054)及(2026-0056)

日期：20/6-22/8/2026  
時間：4:00pm-5:30pm  
費用：\$600  
負責職員：曹姑娘 (曹綺雯) 及  
蔡姑娘 (蔡慧煌)



#### 家長組

(2026-0055)

日期：20/6-22/8/2026  
時間：5:00pm-5:30pm  
費用：\$300  
負責職員：曹姑娘 (曹綺雯)





# 躍動隊長Goal訓練系列

## 躍動隊長GOAL 26/27 - 心情沙盒 (2026-0045)

活動簡介：透過動力沙創作活動，讓學童感受沙的觸感，以及認識與表達自己的情緒，達致放鬆心情與調節情緒的效果。

日期：18/4、25/4、9/5/2026 (星期六)

時間：10:15am-11:15am

對象：輪候或完成躍動孩子心計劃/  
有意提升情緒管理之6-12歲學童

備註：收費已包動力沙及沙盒材料

地點：本中心

費用：\$90 (會員)

節數：3

名額：5人

負責職員：廖姑娘 (廖凱兒)



## 躍動隊長GOAL 26/27 - DIY小小賽車家 (2026-0049)

活動簡介：透過製作小賽道、賽車，提升學童的專注力、想像力及手眼協調能力。

日期：16/5-30/5/2026 (逢星期六)

時間：2:00pm-3:15pm

對象：輪候或完成躍動孩子心計劃/  
有意提升專注力之6-12歲學童

備註：收費已包括材料

地點：本中心

費用：\$90 (會員)

節數：3

名額：5人

負責職員：蔡姑娘 (蔡慧煌)



## 躍動隊長GOAL 26/27 - 親子免義工服務 (2026-0024)

活動簡介：透過親子間一起合作，為被遺棄兔子清理籠、餵食等日常照顧運作，從而培養其關愛社區的能力。

日期：28/6/2026 (星期日)

時間：9:00am-1:00pm

對象：輪候或完成躍動孩子心計劃/有意  
提升關愛能力之6-12歲學童及其家長

備註：1. 中心集合

2. 收費已包入場費

3. 參加者需自備車費 (西鐵：約\$20)

地點：本中心、荔枝角兔廬

費用：\$80/人 (會員)(大小同價)

節數：1

名額：12人

負責職員：曹姑娘 (曹綺雯)



## 「躍」動孩子心計劃之「專心多一點」活動教材套訂購表格

本教材套為「專注力不足 / 過度活躍症」學童家長及教育工作者而設，內容共分四部份，包括「視覺專注訓練」、「聽覺專注訓練」、「聽覺及視覺的感官連繫專注訓練」及「提升執行指令」。期望為家長及教育工作者提供具創意及系統的活動教材，以協助他們有效提升有關學童的專注能力及執行功能。全教材套以彩色印製，加插有趣圖畫及體驗遊戲，定能協助學童體會專注的樂趣。



「專心多一點」活動教材套訂購

<https://forms.gle/ehud7veCQAQ9L1Nh8>



# Ethnic Minority Service

## 少數族裔服務

### Basketball Class (April) (2026-0058)

Learn teamwork through basketball



Date : 11/4-25/4/2026 (Saturday)

Fee : \$150 Quota : 14

Time : 10:00am-11:30am

Sessions : 3

Responsible Worker : Mr. Yeung

Venue : Basketball Court in Yuen Long District

Target : Non-Chinese speaking students

Remarks : 1)Wear Sports clothes. 2)Bring enough water. 3)Bring own basketball.

### Fun Fun Drawing Class (2026-0052)

Let's draw with your creativity and fun material !



Date : 9/5-30/5/2026 (Saturday)

Fee : \$40 Quota : 8

Time : 2:00pm-3:00pm

Session : 4

Target : Non-Chinese speaking students

Venue : Centre

Responsible Worker : Miss Yuen

### Adventure Day Camp (2026-0041)

Let's go adventure together



Date : 26/4/2026 (Sunday)

Fee : \$50

Quota : 16

Time : 1:00pm-6:00pm

Sessions : 1

Target : Non-Chinese speaking students

Venue : Campsite

Responsible Worker : Miss Yuen

### Happy Mother's Day (2026-0059)

Celebrate Mother's Day together



Date : 9/5/2026 (Saturday)

Fee : Free

Quota : 16

Time : 3:00pm-5:00pm

Session : 1

Target : Non-Chinese speaking students

Venue : Centre

Responsible Worker : Mr Yeung

### Board Game Day (2026-0064)

Let's play some board games together



Date : 28/6/2026 (Sunday)

Fee : Free

Quota : 16

Time : 2:30pm-4:30pm

Session : 1

Target : Non-Chinese speaking students

Venue : Centre

Responsible Worker : Mr Fong

# 香港童軍總會115周年慶祝活動

## 「童軍115體驗正向生活工作坊」

為慶祝香港童軍總會成立115周年，童軍知友社於2026年4月至11月期間，舉行各項具趣味的活動，供非制服成員參加。希望透過學習新事物，讓青少年齊來體驗童軍樂趣，更鼓勵青少年在學業以外，建立多元正向活動。歡迎大家，一齊體驗童軍樂趣！

### 攝影及童軍活動工作坊

日期：18/4/2026 (六) (暫定)

時間：下午2:30-5:00

地點：本中心

對象：8-14歲會員

### 原野烹飪工作坊

日期：23/5/2026 (六)

時間：上午9:30-下午4:00

地點：洞梓童軍中心

對象：10-14歲會員

\* 詳情見P.15 Smart Teen 26/27  
戶外訓練 - 原野烹飪工作坊內容

### 模擬飛行工作坊暨童軍活動體驗

日期：18/7/2026 (六) (暫定)

時間：上午9:00-下午1:00

地點：香港童軍中心或  
香港童軍百周年紀念大樓

### 創意繩藝工作坊

日期：2026年7或8月  
(確實日期及時間待定)

地點：本中心

### 露營體驗

日期：15/8-16/8/2026 (暫定)

時間：下午1:00-翌日下午2:00

地點：大潭童軍中心

### 皮工制作工作坊

日期：12/9/2026 (六)

時間：下午2:30-5:30

地點：本中心

### 攝影作品展及頒獎典禮 (詳情待定)



# 深宵外展服務

「蝙蝠行動」是一支深宵外展服務隊，隸屬香港童軍總會童軍知友社賽馬會朗屏青少年服務中心，服務以展外介入手法，於深宵時段主動接觸有需要的青少年，為有需要的青少年提供即時性及短暫性的支援服務，主要提供的服務包括：

## 危機介入

為身處危機或有情緒需要的青少年提供即時支援。

## 轉介服務

為有需要的青少年轉介至合適的日間服務，作中長期的跟進。

## 深宵活動

為建立青少年的另類學習興趣，本隊會按需要提供不同的興趣學習機會。本隊更會開放中心設施及舉辦不同的康樂活動讓活躍於深宵時段的青少年參與。

## 護送服務

為有緊急需要的青少年提供服務，護送青年人回家或獲接受轉介的機構。

## 深宵熱線

由社工同事接聽，為有緊急需要的青少年作即時支援。

## 深宵外展主要服務時間如下：

逢星期三、四

晚上10:00 – 凌晨3:00

逢星期五、六

晚上10:00 – 翌日早上6:00

深宵熱線：8209 9021

## 蝙蝠行動 – 深宵計劃動態



### 「深宵擂台」

「深宵擂台」活動是為一眾喜歡在深宵時段又熱愛競技活動的青少年而設。本計劃由康文署免費借出鳳琴街體育館場地，於每月最後一個星期五晚上11:30至凌晨1:30舉行。讓參加者可於深宵時段在一個合適的場所進行球類活動。

| 日期                 | 內容   | 時間             | 地點         |
|--------------------|------|----------------|------------|
| 24/4/2026 (五) (暫定) | 籃球擂台 | 晚上11:30-凌晨1:30 | 元朗鳳琴街體育館側門 |
| 29/5/2026 (五) (暫定) | 籃球擂台 | 晚上11:30-凌晨1:30 |            |
| 26/6/2026 (五) (暫定) | 籃球擂台 | 晚上11:30-凌晨1:30 |            |

# 活動可能受場地影響而有所變動，記得先聯絡深宵外展社工！

對象：經常活躍於深宵街頭又喜愛球類活動的15-24歲青少年

參加方法：有興趣的青少年必須預先向本隊的深宵外展社工登記，方可使用有關服務。

活動查詢：歡迎活躍於深宵時段的青少年致電2475 5441 向深宵外展社工查詢。

# Happy Night

中心都有夜繽紛! Happy Night除了可以在中心打桌球、睇電影、玩桌遊、飛鏢、SWITCH之外, 還可以參加我們的深宵打卡活動, 帶你探索深夜的香港。



## 活動回顧



製作<月亮鏡>是一種結合藝術與裝飾的DIY活動, 通常使用圓形鏡子、油畫顏料(如壓克力)來描繪月球表面的紋理與陰影。



<無酒精調酒>是以果汁、汽水、茶、草本糖漿或風味發酵液調製的精緻無酒精飲品。



<釣蝦>關鍵技巧在於精準測量水深, 選擇陰暗處或泡泡區、使用蝦米等餌料, 並耐心等待浮標下沉後再垂直提竿。

如果有任何想玩的活動, 歡迎搵你相熟的深宵外展社工!!



# 香港童軍十八鄉 第二十二旅

## 本旅各支部簡介

|                 | 對象            | 集會時間                  | 集會形式   |
|-----------------|---------------|-----------------------|--|
| 小童軍團<br>(暫不收生)  | 6-7歲<br>兒童    | 逢星期日<br>上午10:00-11:00 | 以遊戲為主，成員從遊戲中學習。  |
| 幼童軍B團<br>(暫不收生) | 7.5-12歲<br>兒童 | 逢星期日<br>上午10:00-11:30 | 富趣味性、活動及少量的習作是幼童軍團集會的基本元素。                                 |
| 童軍團<br>(暫不收生)   | 11-16歲<br>青少年 | 逢星期日<br>上午10:00-11:30 | 在成年人領導下，以童軍規律與誓詞為本，給予歡愉富吸引力而有價值的有進度性訓練。                    |
| 深資童軍團<br>(招募中)  | 15-21歲<br>青少年 | 由成員訂立<br>訓練時間         | 深資童軍團以自務和自治方式，透過一個自行組織的執行委員會安排及組織活動。                       |
| 樂行童軍團<br>(暫不收生) | 18-26歲<br>青年  | 由成員訂立<br>訓練時間         | 樂行童軍以成立管理委員會來自行決定團內事務。樂行童軍通常以團員身份接受訓練，同時亦以領袖身份協助訓練其他支部的童軍。 |



# SQS服務質素指引

## 服務質素標準SQS

本處已全面實施「服務質素標準」，假如閣下對本處執行之「十六項服務質素標準」有任何意見，歡迎透過意見箱、意見欄、會員諮詢會等表達你的寶貴意見。

### 16項服務質素標準概要

#### 原則一 服務資料

- 標準1：服務單位確保製備說明資料，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2：服務單位應檢討及修訂有關服務提供方面的政策和程序。
- 標準3：服務單位存備其服務運作和活動的最新準確記錄。
- 標準4：所有職員、管理人員、管理委員會和／或理事會或其他決策組織的職務及責任均有清楚的界定。

#### 原則二 服務管理

- 標準5：服務單位／機構實施有效的職員招聘、簽訂職員、簽約、發展、訓練、評估、調派及紀律處分守則。
- 標準6：服務單位定期計劃、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7：服務單位實施政策及程序以確保有效的財政管理。
- 標準8：服務單位遵守一切有關的法律責任。
- 標準9：服務單位採取一切合理步驟，以確保職員和服務使用者處身於安全的環境。

#### 原則三 為服務使用者提供服務

- 標準10：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11：服務單位運用有計劃方法以評估和滿足服務使用者的需要(不論服務對象是個人、家庭、團體或社區)。

#### 原則四 尊重服務使用者的權利

- 標準12：服務單位盡量尊重服務使用者知情下作出服務選擇的權利。
- 標準13：服務單位尊重服務使用者的私人財產權利。
- 標準14：服務單位尊重服務使用者保護私隱和保密的權利。
- 標準15：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不滿，而毋須憂慮遭受責罰，所提出的申訴亦應得到處理。
- 標準16：服務單位採取一切合理步驟，確保服務使用者免受侵犯。

#### A. 服務使用者個人資料處理

本中心的服務使用者所填寫的個人資料，將只用作參加活動之聯絡、統計及日後宣傳活動之用，所有資料一切保密。

- 如個人資料有所更改，請儘快通知本中心職員更新資料，否則本中心不能如期寄出通訊給會員。
- 如欲查閱或取得有關閣下的資料，必須以書面向本中心申請，本中心將於21個工作天內作出回應。一切有關查閱個人資料之程序，本處將收取行政費用。

#### B. 服務監察及意見處理

若各會員希望對服務表現監察制度的進行有更多的認識，歡迎向本中心當值社工查詢或瀏覽社會福利署網頁：<http://www.info.gov.hk/swd>。我們歡迎任何人士對本中心的服務提出意見，本中心已設立意見箱，並按需要進行會員意見調查，及每年安排1次服務使用者諮詢會。若有意見或投訴，歡迎以口頭或書面方式(投入意見箱)或向督導主任提出，本中心在3個工作天內向提出意見者以書面形式認收，並於認收通知中註明本中心會按照既定的程序處理。

## 中心開放時間

| 時間 / 星期        | 一 | 二 | 三 | 四 | 五 | 六 | 日 |
|----------------|---|---|---|---|---|---|---|
| 9:30am-12:15pm | ✗ | ✓ | ✓ | ✗ | ✗ | ✓ | ✗ |
| 1:30pm-6:30pm  | ✗ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✗ |
| 6:30pm-9:15pm  | ✗ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✗ |

## 中心服務暫停

中心將於下列日期暫停中心服務，敬請留意。

|          |          |        |
|----------|----------|--------|
| 3/4 (五)  | 耶穌受難節    | 全日暫停開放 |
| 至        | 耶穌受難節翌日  |        |
| 7/4 (二)  | 清明節      | 全日暫停開放 |
|          | 清明節翌日    |        |
|          | 復活節星期一翌日 |        |
| 1/5 (五)  | 勞動節      | 全日暫停開放 |
| 25/5 (一) | 佛誕翌日     | 全日暫停開放 |
| 19/6 (五) | 端午節      | 全日暫停開放 |



## 本中心位置



Google Map 中心位置