



# 青年活動

成長活動 P.1

體驗活動 P.2

I MAKER 系列 P.2

WELLNESS FLOW P.3

可持續發展活動 P.4

義工活動 P.5-6



# 青年活動

(\*13 歲或以上青年適用)

## <成長活動>

活動名稱	對象	日期/星期	時間	收費 (元)	節數	活動地點	名額	活動内容	備註
誰是真兇之 揭尾故	13-16 歲	8/7-29/7 (逢五)	18:00 至 19:00	免費	4	本單位 305 室	10	「揭尾故」是一個情景猜謎遊戲。說故事的人只會說出故事的開始,及故事的結尾,之後由參加者發問,說故事的於好事的,說故事的人只可以回答「是」、「否」、「與此無關」三種答案,猜謎者需從中推敲出完整故事內容。	網上報名連結: https://tinyurl.com/yc8 mrntr *負責職員:曾洛賢 (Kevin Sir)
棋間限定	10-16 歲	6/7-27/7 (逢三)	15:45 至 16:45	20	4	本單位 306 室	8	透過不同棋藝活動,包括中國象棋、黑白棋、鬥獸棋等,考驗兒童思考和分析能力,學習「勝不驕、敗不餒」的棋藝精神。	*負責職員:曾洛 <mark>賢</mark> (Kevin Sir)
TEEN 耀。劇場 (演員工作坊)	13-24 歲	28/5(六)	17:00 至 18:30	免費	1	本單位 二樓 演藝廳	1/	透過戲劇,學習基本的表演 技巧,如演技、聲線及肢體 運用,過程中增加小組成員	*由註冊社工及資深 舞台工作者教導 *參加者宜穿著舒適 衣著及運動鞋
TEEN 耀。劇場 (表演工作坊)	中學至 大專生	4/6-23/7 (逢六)	19:00 至 20:30	100	8	本單位 206 室		的互動及溝通,訓練參加者 的執行能力、社交技巧、自 信心、集中力及創意力。	(家明 Sir) (家明 Sir) (家明 Sir)
開心童玩 - 輕鬆學速成	13-16 歲	16/6-7/7 (逢四)	18:00 至 18:45	免費	4	網上 (Zoom)	8	在生活上無論工作還是學習,人們都是以文字作溝通的工具。而在中文輸入法上,倉頡與速成仍是主流,速成是倉頡的簡易版,所以速成相對而言更容易學習。學好速成,能未兩網繆,無論上大學時打論文,或是出來工作做文件也有很大幫助。	明
Band Stage	13-20 歲	8/6-27/7 (逢三)	19:00 至 20:30	100	8	中心 Band 房	6	識彈唔識唱,識唱唔識彈, 想搵人一齊玩音樂,但身邊 又無?來 Band Stage,幫你 搵齊腳之餘,仲有導師帶領 大家每個樂器如何配合。	*負責職員:胡展華 (Q Sir)
TEEN- 桌遊研究社	12-18 歲	4/6-30/7 (逢六)	19:00 至 20:00	免費	9	本單位 411 室	12	不論是三國殺、狼人殺、風聲,甚至是 UNO 等大大小小桌遊均有其魅力及玩法值得研究探索,現在誠邀你參加桌遊研究社與同好們一齊探索箇中樂趣。	https://reurl.cc/8oXyrj *負責職員:駱卓華
2022-DSE 放榜 攻略工作坊	應屆 DSE 考生	8/7-15/7 (逢五)	19:00 至 20:00	免費	2	本單位 307 室	8	在臨近 DSE 放榜的一連兩個星期,為應屆考生們簡介放榜日流程及所需準備,並安排模擬放榜,讓考生能夠在真正放榜之前有所體驗,以便考生裝備自身迎接放榜日。	放榜環節/報名連結:

1

#### <體驗活動>

活動名稱	對象	日期/星期	時間	收 <b>費</b> (元)	節數	活動地點	名額	活動內容	備註
劇本殺	13-16 歲	10/6-29/7 (逢五) *1/7 暫停	19:00 至 21:00	60	7	網上 (Zoom)	6	真人推理遊戲,每人獲派劇本扮演不同角色,並找出撲 朔迷離的懸案真相,訓練參 加者智力和判斷力,使參加 者更容易解決生活上難題。	*負責職員:胡展華 (Q Sir)
TY 桌遊 - 狼人殺 (6月)	13-16 歲	4/6-25/6 (逢六)	19:30 至 21:00	40	4	網上 (Zoom)	12	狼隊友每晚追刀預言家,守 衛女巫合力營救晚上被刀	*負責職員:胡展華
TY 桌遊 - 狼人殺 (7 月)	13-16 歲	2/7-30/7 (逢六)	19:30 至 21:00	50	5	網上 (Zoom)	12	盟友。熱愛狼人殺的你,歡 迎參與一連多場的狼人殺。	(Q Sir)
TRPG 線上 克蘇勞神話 之旅	13-16 歲	2/6-30/6 (逢四)	20:00 至 21:30	免費	5	網上 (Zoom)	6	TRPG 是一種角色扮演遊戲。一般需要 3-6人參與,玩家需擲骰子角色的職業、背景、陣營等。然後,遊戲主持人開始遊戲的劇情。在遊戲中,玩家需要購買裝備、殺死怪物,了解線索。	(Q Sir) 網上報名連結: https://forms.gle/sQiEu
『收「塑」達人 大募集』 升級再造 工作坊	10-16 歲	18/6(六)	15:00 至 17:00	免費	1	本單位 206 室	15	利用本地制作之塑膠破碎 機把樽蓋碎成細粒,體驗回 收工場在破碎廢物時的過程。及後由參加者將親手破 碎的膠碎粒以充模方式制 作記念品。	*包材料 *負責職員:胡展華 (Q Sir)
各安 TEEN 命 - 模擬人生體驗 活動	15-20 歲	17/7(日)	14:00 至 18:00	60	1	本單位二樓演藝廳	30	Social Game 模擬社會遊戲 透過模擬場景、角色扮演, 参加者切身處地代入其他 人的身份、角色,在不同排 景、不同挑戰中,學習可 在有限的資源和時後從中 医自己。 是次活動將會透過 Social Game 形式為大家帶來一段 模擬人生的體驗,提供空間 讓參加者可從中反思人生 中處於不同身份身精神 康及生活所需有何影響。	*負責職員:駱卓華 (Tim Sir)

## <I Maker 系列>

活動名稱	對象	日期/星期	時間	收費 (元)	節數	活動地點	名額	活動內容	備註
I MAKER-模型 工房	12-16 歲	20/6-11/7 (逢一)	17:30 至 18:30	250	4	本單位 307 室	8	加有效押日分別思表計衡	HG 高達模型及工具

## <Wellness Flow>

活動名稱	對象	日期/星期	時間	收 <b>費</b> (元)	節數	活動地點	名額	活動内容	備註
Wellness Flow- 水磨石 擴香托盤	10-15 歲	23/7(六)	14:30 至 16:00	150	1	本單位 305 室	8	活動讓參加者體驗製作一個水磨擴香可托盤,可以放於家中作裝飾和放置小物,加入喜愛的香精更可疑家中增添香味和氣氛,放鬆心情。	*費用已包括材料費 *負責職員:黃潔婷 (Kitty 姑娘)
Wellness Flow- 仙人掌盆栽 香薫蠟燭	10-15 歲	11/6(六)	14:30 至 16:00	150	1	本單位 305 室	8	活動讓參加者體驗製作仙 人掌盆栽造型的香薰蠟 燭,除了可放在家中裝飾, 更可點燃蠟燭令家中增添 香味和氣氛,放鬆心情。	*費用已包括材料費 *負責職員:黃潔婷 (Kitty 姑娘)
Wellness Flow- 由零開始造 皮革 (卡片套)	12-16 歲	24/6-22/7 (逢五) *1/7 暫停	19:00 至 20:00	360	4	本單位 305 室	6		*費用已包括材料費 *負責職員:黃潔婷 (Kitty 姑娘)
Wellness Flow- 皮革體驗 (手鈪)	10-15 歲	2/7(六)	16:30 至 18:00	200	1	本單位 305 室	8	活動提供一個已剪裁和打孔的皮革材料包,參加者將體驗和學習皮革縫線的製作和技巧,親手製作和完成一隻皮革手鈪。	*費用已包括材料費 *負責職員:黄潔婷 (Kitty 姑娘)
Wellness Flow- 頌缽治療 體驗日 (青年組)	13-24 歲	24/7(日)	14:30 至 16:00	50	1	本單位 二樓 演藝廳	12	应遗嘱呼归原 河 败入马六	*導師已獲取頌缽教學資格 *參加者宜穿著舒適 衣著及運動鞋 *負責職員:溫家明 (家明 Sir)
Wellness Flow- Run With Youth: 夜跑・型人 (青年組)	13-24 歲	10/6-29/7 (逢五) *1/7 暫停	20:00 至 21:30	免費	7	單位外	12	有沒有想過一大班人一齊跑步?有沒有想過跑步路線可以由自己來製訂?如果你想在天水圍區內遍佈足跡,請加入我們Run With Youth!	*参加者需自行帶備 充足飲用水、毛巾、 宜穿著舒適衣著及 運動鞋 網上報名連結:
Wellness Flow- 噴漆創作	12-16歲	13/7-20/7 (逢三)	19:00 至 20:00	200	2	本單位 308 室	8	以噴漆創作讓參加者抒發 情感及在創作過程中暫時 忘卻壓力,專注創作發揮 所想	*費用已包括材料費 及工具 *負責職員:駱卓華 (Tim Sir)
Wellness Flow 音「樂」無窮	9-14歳	4/6-25/6 (逢六)	13:00 至 14:00	免費	4	本單位 Band 房	8	培養初學學員對敲擊樂的 興趣,敲擊樂可使我們與節 拍融和,放鬆身心靈。從簡 單聲樂學習,讓學員將音樂 融入生活,享受敲擊樂器帶 來的心靈放鬆的生活治癒 感。	*課程由滙豐銀行慈善基金贊助 *參加者可自備電子鼓(如有) *第三堂(18/6)上課時間改為10:15至11:15 *負責職員:章恩寧(章姑娘)

#### <可持續發展活動>

活動名稱	對象	日期/星期	時間	收 <b>費</b> (元)	節數	活動地點	名額	活動内容	備註
山之行 (休閒篇)	10-16 歲	9/7(六)	10:30 至 14:30	\$20	1	城門水塘 (暫定)	6	與其它志同道合的同伴,一 起穿疏於密森中,讓你暫時 忘卻城市的煩擾,感受自然 的氣息。	*負責職員:胡展華 (Q Sir)
低碳社區 - 實境解謎遊戲	10-16 歲	25/6(六)	10:30 至 15:30	免費	1	大埔區	8	本解謎遊戲與港大碩士生合辦,參加者透過觀察環境線索,與隊友找出故事結局,一起享受玩樂時光,並帶你遊走大埔區內景點,來個環境議題 x 社區的crossover!	*中心集合 *自備午膳費及交通 費 網上報名連結: https://forms.gle/sQiEu NPpnsk58CP69 *負責職員:胡展華 (Q Sir)
天耀山野達人 (6月)		準備日: 20/6(一)	18:00 至 19:00	20	1	網上 (Zoom)	6	== +\(\lambda_1\) - \(\lambda_1\) - \(\lambda_	*参加者必須出席準備日,認識路線,防疫細節,裝備等
(大帽山石龍拱)	13-24 歲	活動日: 26/6(日)	10:00 至 18:00	20	1	單位外	0	整丁山的你,有沒有怨過 挑戰自己,一月一高峰?在 香港的山頭留遍你的足跡	*活動地點及地點可 能有變動,請留意工
天耀山野達人 (7月)	中學至 大專生	準備日: 25/7(一)	18:00 至 19:00	20	1	網上 (Zoom)	6	呢?有心理準備,而又認為 有能力的你,歡迎加入我們 天耀山野達人團!	作員宣佈 *参加者需自備交通 費用及午膳費用
(馬鞍山昂坪)		活動日: 31/7(日)	10:00 至 18:00	20	1	單位外	Ü		*負責職員:溫家明 (家明 Sir)
線「惜」天水圍: 環保回收 義工服務	13-24 歲 中學至 大專生	28/5(六) 及 18/6(六)	14:00 至 18:00	免費	2	單位外	8	環保回收義工服務以「減廢為先」的廢物管理策略及鼓勵市民實踐綠色生活,一方面加強推廣環保教育,同時為更多市民投入減廢回收行列提供所需的物流支援,讓綠色生活紮根社區。	網上報名連結: https://forms.gle/Mpd5 DaQ1ZD2yu31U6 *負責職員:溫家明 (家明 Sir)
守護毛孩大聯盟	13-24 歳中學至大專生	30/7(六)	12:00 至 18:00	20	1	單位外	8	透過參與義工服務,探訪各種被遺棄動物,給予動物關懷,協助清潔暫託中心場地、動物、餵飼等工作。	*自備車費、食水、 雨具、防曬、防蚊用 *到動物暫託中心需 協助清理場地,建議 與動物接觸,建議的 與動物接觸,建議的 養輕便、可弄污的套 服,或帶備多一套 物及拖鞋更換 *負責職員:溫家明 (家明 Sir)
Go Green: 綠色耕作 體驗日 (少年組)	9-12 歲	9/7(六)	8:30 至 12:30	免費	1	單位外	8	透過耕作,讓青年人實踐務 農生活、學習耕種、自己種 有機菜自己食、和其他農夫 共同管理農田、認識社區經 濟等。	*参加者需自行帶備 充足飲用水、毛巾、 宜穿著舒適衣著及 運動鞋
Go Green: 綠色耕作 體驗日 (青年組)	13-24 歳	16/7(六)	8:30 至 12:30	免費	1	單位外	8		網上報名連結: https://forms.gle/ApM TWZZ1DD6gt8jV7 *負責職員:溫家明 (家明 Sir)

#### <義工活動>

活動名稱	對象	日期/星期	時間	收費 (元)	節數	活動地點	名額	活動內容	備註		
		每月 最後一個 星期五/六	15:00 至 21:00			本單位 2樓		透過定期青年義工服務和	*可選擇不同時段出 席 *服務計算入義工時		
鄰舍 43 隊- 義工招募	6-25 歲	<ul><li>毎月</li><li>最後一個</li><li>星期六</li></ul>	毎月 最後一個	最後一個	9:00 至 13:00	免費	4	單位外	8	上門探訪,不單讓低收入家庭獲得生活的基本所需,更同時讓香港年青一代培養守望相助的精神,關心社區上有需要人士。	數 網上報名連結: https://tinyurl.com/yc8 mrntr *負責職員:曾洛賢 (Kevin Sir)
98 隊探訪	14-24 歲	25/6(六)	15:30 至 17:30	免費	1	本單位 306 室	8	由一群勇於接受挑戰、敢於 創新的年青人做主導,發揮 自己之優點及才能,一同策 劃及帶領義工活動。如你有 興趣與一班志同道合的年 青人一同合作,便立即加入 我們吧!	*負責職員:潘玉霜 (霜霜姑娘)		
鄰舍 125 隊 義工籌備	12 歲 以上	2/6-28/7 (逢四)	19:00 至 20:00	免費	9	中心/網上	12	由青年推動,每星期會進行 一次的例會,每月一次的服 務,學習如何籌備活動及成 為義工領袖,歡迎各位有興 趣的義工加入。	https://forms.gle/sQiEu NPpnsk58CP69 *負責職員:胡展華 (Q Sir)		
	10-16 歲	9/7(六) 16 歲 10/7(日)	9/7(六)	15:00 至 16:00					在活動中青年會更了解「山	*自備交通費 *中心集合	
鄰舍 125 隊 山林義工隊			10:30 至 14:30	免費	2	中心/ 屯門	8	習環保行山禮儀同時進行 清潔行動,行得醒目又保護 到大自然。	網上報名連結: https://forms.gle/sQiEu NPpnsk58CP69 *負責職員:胡展華 (Q Sir)		
鄰舍 125 隊 媒體拍攝隊	10-16 歲	1/6-27/7 (逢三)	15:00 至 17:00	免費	9	中心/網上	8	在活動中青年運用不同媒介創作如網上直播、社交媒體,將關懷社區的創作展示於大眾眼中,並鼓勵青年創作,發展正確的媒體素養特質。	網上報名連結: https://forms.gle/sQiEu NPpnsk58CP69 *負責職員:胡展華 (Q Sir)		
鄰舍 125 隊 劇本殺主持	10-16 歲	10/6-29/7 (逢五) *1/7 暫停	15:00 至 18:00	免費	6	網上	4	睇太多柯南?太多推理劇? 係時候發揮你既福爾摩斯 頭腦,一場撲朔迷離的懸案 完全由你主宰,到底任務能 否順利完成,一切由你決 定。			
「鄰舍第一」 42 隊 義工招募	13-24 歲 中學至 大專生	20/5(五) 或 21/5(六)	18:00 至 19:00	免費	2	本單位 406 室	12	鄰舍 42 隊現在招募一群勇 於接受挑戰、敢於創新的年 青人做主導,一同策劃及帶 領義工活動,如你有興趣與 一班志同道合的年青人一 同合作,便立即加入我們 吧!	*只需出席其中一節 面談 *負責職員:溫家明 (家明 Sir)		
「鄰舍第一」 42 隊 義工訓練	13-24 歲 中學至 大專生	28/5-11/6 (逢六)	18:00 至 19:00	免費	3	本單位	12	鄰舍 42 隊由青年推動,每星期會進行一次的例會,每月一次的服務, 學習如何籌備活動及成為義工領袖,歡迎各位有心有興趣的義工加入!			

鄰舍 92 隊- 送菜速遞義工	12-16-歲	7/2022	按需要	免費	1	本單位	6	青年發起收集剩食菜類,招 募義工和他們一起上門贈 送予長者及有需要人仕。 (Tim Sir)
鄰舍 92 隊- 愛心響鈴 大行動	12-18 歳	6-7/2022	按需要	免費	按需要	本單位	6	響應愛心響鈴大行動,現招 募義工: 1. 致電關懷鄰舍 2. 共同籌備各樣關懷長 者及有需要人士的活動 3. 了解服務對象於第五 波疫情下的急切需要,提供支援

# 天耀社區回收儲分計劃

計劃推行日期:6月7日至7月31日

回收種類:塑膠樽,鋁罐,廢紙,玻璃樽,小型電器\*,全新即棄餐具套裝

回收日期:逢星期二(公眾假期暫停)

回收時間:15:00至18:00

地點:本單位二樓

印花和紀念品換領準則:

每 2 公斤紙 1 個印花 每 15 個鋁罐 1 個印花 每 15 個塑膠樽 1 個印花 每 10 個玻璃樽 1 個印花 每件小型電器 2 個印花

印花可即場換領紀念品,如有爭議,單位保留最終決定權。

\*一般小型家庭電器亦可回收,例如:視聽器材/音響產品、電風扇、電飯煲、桌上微波爐 及 電子產品,例如:手提電話

\*負責職員:胡展華(Q SIR)