



香港青年協會
the hongkong federation of youth groups

賽馬會天耀青年空間
Jockey Club Tin Yiu Youth S.P.O.T.



2022年9-10月 活動季刊





目錄

兒童活動 P.2-5

青年活動 P.6-10

惡劣天氣活動安排 P.11

青年活動

(13-24 歲)

成長活動

【免費活動報名方法】請上本中心網頁 ty.hkfyg.org.hk

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
Band Stage	13-20 歲	23/9 至 14/10 (逢五)	19:00 至 20:30	30	4	本單位 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)

Wellness Flow

【免費活動報名方法】請上本中心網頁 ty.hkfyg.org.hk

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
Wellness Flow-3D 設計師體驗之旅	12-16 歲	7/10 至 28/10 (逢五)	17:00 至 18:00	全免	4	本單位 M21	6	隨着 3D 打印技術的普及，設計業因而產生變化，3D 設計師這一工種亦逐漸普遍，是次活動希望為參加者帶來相關體驗，學習基本立體繪圖及 3D 打印技術原理，讓參加者能夠更了解這個行業的工作內容，嘗試應用相關技術進行自身的產品設計，協助青年探索職涯方向，提升職業健康。	*負責職員：駱卓華 (Tim Sir) #
Wellness Flow-室內攝影師體驗之旅	12-16 歲	7/10 至 28/10 (逢五)	18:30 至 19:30	全免	4	本單位 M21	6	室內攝影師的工作內容好似十分簡單易明，但內裏的學問你又知多少？是次活動透過教授室內商品拍攝的基本概念及所需基本技術，讓參加者初步體驗室內攝影師工作內容，協助青年探索職涯方向，提升職業健康。	*活動已包括所需物資及相機借用 *負責職員：駱卓華 (Tim Sir) #
Wellness Flow-沖印菲林體驗之旅（黑白）	12-17 歲	17/9 至 15/10 (逢六)	10:15 至 11:15	全免	4	本單位 M21	6	菲林沖印這工序其實都有專門店及職人負責，是次活動將會透過讓參加者體驗基本菲林拍攝及沖印菲林，初步了解相關行業現況及工作內容，協助青年探索職涯方向，提升職業健康。	*活動已包括所需物資及沖印工具借用 *負責職員：駱卓華 (Tim Sir) #
Wellness Flow-沖印菲林體驗之旅（彩色）	12-17 歲	22/10 至 12/11 (逢六)	10:15 至 11:15	全免	4	本單位 M21	6	菲林沖印這工序其實都有專門店及職人負責，是次活動將會透過讓參加者體驗基本菲林拍攝及沖印菲林，初步了解相關行業現況及工作內容，協助青年探索職涯方向，提升職業健康。	*活動已包括所需物資及沖印工具借用 *負責職員：駱卓華 (Tim Sir) #
TY 桌遊 - 狼人殺（每月）	10-16 歲	9/9 至 30/9 (逢五)	19:30 至 21:00	10 (每月)	/	本單位 M21	18	狼隊友每晚追刀預言家，守衛女巫合力營救晚上被刀盟友。熱愛狼人殺的你，歡迎參與一連多場的狼人殺，提升社交健康。	*負責職員：胡展華 (Q Sir)
Wellness Flow: TEEN 耀・劇場	13-18 歲	30/9-21/10 (逢五)	17:00 至 18:15	全免	4	本單位 206 室	10	透過劇場遊戲及訓練，學習基本的表演技巧，如演技、	*參加者宜穿著舒適衣著及運動鞋

(戲劇工作坊) (青年組)								聲線及肢體運用，過程中增加小組成員的互動及溝通，訓練參加者的執行能力、社交技巧、自信心、集中力及創意力，提升社交健康。	*負責職員：溫家明 (家明 Sir) #
Wellness Flow 特技化妝 訓練班	13-24 歲	8/10-22/10 (逢六)	18:30 至 20:30	全免	3	本單位 307 室	10	10 月準備迎接萬聖節，招募有興趣籌辦萬聖節活動的青年學習特技化妝，並一同參與本年度萬聖節活動，幫演員和活動參加者化妝，從而擴闊社交圈子，提升社交健康！	*完成 3 節訓練後，需於 28/10 及 29/10 萬聖節活動進行服務 *負責職員：黃潔婷 (Kitty 姑娘) #
		28/10(五)	14:00 至 22:00 (待定)		1/2	本單位			
		29/10(六)	14:00 至 22:00 (待定)		1/2	本單位			

Healing Moment

【免費活動報名方法】請上本中心網頁 ty.hkfyg.org.hk

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
Healing Moment – 山海「再生膠」 工作坊	10-16 歲	8/10 (六)	11:00 至 13:00	全免	1	屯門區	10	參觀本地環保社企，了解回收再造過程及環保議題，並利用塑膠碎機把樽蓋碎成細粒，升級再造成行山匙扣、陀螺等玩意，提升環境健康。	*中心集合 *自備車費 *負責職員：胡展華 (Q Sir) #
Healing Moment 青年造型蠟燭 工作坊	13-18 歲	8/10-22/10 (逢六)	15:45 至 16:45	全免	3	本單位 306 室	8	動教授製作不同造型的香薰蠟燭，學習製作蠟燭的技巧，專注和享受製作手工的過程。成品可作裝飾，更可點燃蠟燭令家中增添香味和氣氛，放鬆心情，提升心理健康。	*活動已包括材料 *負責職員：黃潔婷 (Kitty 姑娘) #
Healing Moment 青年石膏設計 工作坊	13-18 歲	8/10-22/10 (逢六)	17:00 至 18:00	全免	3	本單位 306 室	8	石膏能製作成不同具實用性的物件，活動教授製作石膏的技巧，同時專注和享受製作手工的過程，提升心理健康，並創作出具個人風格的石膏設計。	*活動已包括材料 *負責職員：黃潔婷 (Kitty 姑娘) #
Healing Moment • 頌鉢 治療小組 (青年組)	15-20 歲	25/9 (日)	13:00 至 16:00	全免	1	本單位 二樓 演藝廳	10	小組教授運用頌鉢調息身體、學習基本敲打頌鉢及磨鉢技巧。體驗試敲各種頌鉢及聲頻浴，在敲打頌鉢過程中，觀察和調節自己的呼吸，發掘自己的感受和想法，專注當下，掃走煩惱及焦慮，提升心理健康。	*導師已獲取頌鉢教學資格 *參加者宜穿著舒適衣著及運動鞋 *一人一套頌鉢工具借出，不須共用 *負責職員：溫家明 (家明 Sir) #
		9/10 至 16/10 (逢日)	11:00 至 13:00		2				
Wellness Flow - 動物輔助療癒 工作坊 (9 月)	10-18 歲	21/9 至 5/10 (逢三)	18:15 至 19:30	全免	3	旺角 百寶利 商業中心	8	由社區動物輔助提供一個可信賴、不被批判的環境，讓參加者在與社區動物的互動中的過程中，更懂得表達自己、覺察自己的情緒、與外界建立有意義的關係，提升社交及情緒健康。參加者學習與社區動物接觸的正確態度、欣賞自己、享受 me time。	*17:15 到天耀青年空間集合，由職員帶領到活動場地 *參加者如自行前往和離開活動場地，需事先通知相關同事 *自備交通費 *負責職員：曾洛賢 (Kevin Sir) #
Wellness Flow - 動物輔助療癒 工作坊 (10 月)		12/10 至 26/10 (逢三)							

開心童玩

【免費活動報名方法】請上本中心網頁 ty.hkfyg.org.hk

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
開心童玩 - 直播課程	9-14 歲	29/9 至 27/10 (逢四)	15:00 至 16:00	全免	5	本單位 M21	12	體驗不同直播主題，例如表演、比賽，學習拍攝，剪輯及上傳影片的過程。	*參加者須出示有效半津、全津或綜援證明 *負責職員：胡展華 (Q Sir)

戶外活動

【免費活動報名方法】請上本中心網頁 ty.hkfyg.org.hk

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
山之行(10月)	10-16 歲	15/10 (六)	10:30 至 14:30	\$20	1	菠蘿山 (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。	*中心集合 *自備膳食及車費 *負責職員：胡展華 (Q Sir)
Wellness Flow - 籃義當入樽籃球訓練小組 U16 (22年9月)	13-16 歲	20/9 至 27/9 (逢二)	16:00 至 18:00	全免	3	天耀 籃球場	12	教授基本籃球技巧及團隊訓練，定期進行義工服務，完成訓練後，提升身體健康，仲會參與區內友誼賽及其他籃球比賽！各位熱愛籃球嘅你，到時見！	*首堂在中心集合 *自備食水、毛巾和穿著適當運動服裝和球鞋 *負責職員：曾洛賢 (Kevin Sir) #
Wellness Flow - 籃義當入樽籃球訓練小組 U16 (22年10月)	13-16 歲	11/10 至 25/10 (逢二)	16:00 至 18:00	全免	4	天耀 籃球場	12	教授基本籃球技巧及團隊訓練，定期進行義工服務，完成訓練後，提升身體健康，仲會參與區內友誼賽及其他籃球比賽！各位熱愛籃球嘅你，到時見！	*首堂在中心集合 *自備食水、毛巾和穿著適當運動服裝和球鞋 *負責職員：曾洛賢 (Kevin Sir) #
Wellness Flow - 一級山藝訓練證書課程	13-16 歲	23/9 (五)	19:30 至 22:00	全免	3	本單位	7	體驗行山的樂趣，學習基本的山藝知識及技術，訓練自信心，提升身體健康。	*完成課程後可申請由中國香港攀山及攀登總會發出的一級山藝訓練證書 *課程已包括山藝訓練所需器材，如地圖、指南針等器材 *學員需 100%出席全部理論課(16/9)和實習課(24-25/9) *負責職員：曾洛賢 (Kevin Sir) #
		24/9 (六) 及 25/9 (日)	09:00 至 18:00			戶外			
Wellness Flow - 獨木舟初級一星章訓練	14-18 歲	23/10 (日)	09:00 至 18:00	全免	1	大美督 水上活動中心	8	學習獨木舟基本划舟技術，包括哨子信號認識，個人裝備，水上活動的處理方法等，同時提升身體健康。	*天耀青年空間集合 *自備午膳及交通費 *負責職員：曾洛賢 (Kevin Sir) #

義工活動

【免費活動報名方法】請上本中心網頁 ty.hkfyg.org.hk

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/導師簡介/班組注意事項
鄰舍 43 隊-米站義工服務 (9-10 月)	9-18 歲	每月最後一個星期五/六	15:00 至 21:00	全免	1	戶外	8	透過定期青年義工服務和上門探訪，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，提升環境健康。	#可選擇不同時段出席 *服務計算入義工時數 *負責職員：曾洛賢 (Kevin Sir)
鄰舍 43 隊-狗義工服務 (10 月)	13-18 歲	15/10 (六)	11:00 至 17:00	全免	1	戶外	8	定期服務新界西區內的動物義工組織，為浪浪尋求福祉，關注地區動物及環境健康。	*天耀青年空間集合 *自備午膳及交通費 *負責職員：曾洛賢 (Kevin Sir) #
鄰舍 125 隊義工籌備 (9-10 月)	12 歲以上	1/9 至 27/10 (逢四)	19:00 至 20:00	全免	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。	*負責職員：胡展華 (Q Sir)
鄰舍 125 隊山林義工隊 (A) (9-10 月)	10-16 歲	24/9 (六)	10:30 至 14:30	全免	1	本單位/屯門	8	在活動中青年會更了解「山海無痕」的郊遊文化，在學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，提升環境健康。	*自備交通費 *中心集合 *參與 3 次以上服務有機會被推薦免費參加山藝證書課程 *負責職員：胡展華 (Q Sir)
鄰舍 125 隊山林義工隊 (B) (9-10 月)		30/10 (日)			1				
鄰舍 125 隊媒體拍攝隊 (9-10 月)	10-16 歲	21/9 至 12/10 (逢三)	15:00 至 17:00	全免	4	本單位/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，提升數碼健康。	*負責職員：胡展華 (Q Sir) #
鄰舍 125 隊 Cospaces 元宇宙義工 (9-10 月)	10-16 歲	22/9 至 27/10 (逢四)	19:30 至 20:30	全免	6	本單位 M21	6	Cospaces 是為能使用各種 3D 物件進行空間、環境、物體建構的一款 3D VR、AR 程式設計平台，提升數碼健康。本服務將教授義工如何建造線上萬聖鬼屋，並在萬聖當天實踐。	*負責職員：胡展華 (Q Sir) #
「鄰舍第一」42 隊綠「惜」天水圍環保回收義工服務 (10 月)	13-24 歲中學至大專生	8/10 及 22/8 (逢六)	13:00 至 17:00	全免	2	單位外	10	「鄰舍第一」42 隊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，提升地區環境健康。	*負責職員：溫家明 (家明 Sir) #
「鄰舍第一」42 隊 Go Green：綠色耕作義工服務 (10 月)	13-24 歲中學至大專生	22/10 (六)	9:00 至 12:00	全免	1	單位外	8	「鄰舍第一」42 隊綠色耕作義工服務透過本地耕作，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，提升地區環境健康。	*負責職員：溫家明 (家明 Sir) #
「鄰舍第一」TEEN 耀小編隊義工招募	13-24 歲中學至	9/2022	/	全免	1	本單位	6	現正招募喜愛繪圖、製圖及撰文的青年加入 TEEN 耀小編隊！學習不同，並嘗試成	*負責職員：黃潔婷 (Kitty 姑娘) #

「鄰舍第一」 TEEN 耀小編隊 編輯培訓 (9/2022)	大專生	14/9-28/9 (逢三)	19:00 至 20:30	3	本單位 M21	為社交媒體的小編輯，向大眾分享有趣及有用的資訊，提升青年數碼健康。	
「鄰舍第一」 TEEN 耀小編隊 編輯培訓 (10/2022)		10/2022 (待定)	19:00 至 20:30 (暫定)				

#活動由滙豐 150 週年慈善計劃贊助

精選活動

天耀「WEEWAA 萬聖節鬼屋暨 S.T.E.M.嘉年華」

天耀「WEEWAA 萬聖節鬼屋暨 S.T.E.M.嘉年華」青年義工招募

一年一度萬聖節又黎喇～今年我哋將會結合 S.T.E.M.元素舉行萬聖節嘉年華加鬼屋，現招募青年義工，誠邀各位青年人發揮創意，舉行一個盛大兼驚嚇版嘅萬聖節鬼屋嘉年華派對！詳情如下：

【天耀 WEEWAA 萬聖節鬼屋暨 S.T.E.M.嘉年華義工簡介會】

日期：	2022 年 9 月 24 日(星期六)
時間：	晚上 6 時至晚上 8 時
地點：	本中心 4 樓
對象：	13 歲-24 歲青年
所有鬼屋/嘉年華青年義工必須出席簡介會	

【天耀 WEEWAA 萬聖節鬼屋籌備及佈置】

日期：	2022 年 10 月 24 至 28 日
時間：	下午 3 時至晚上 8 時
地點：	本中心 2 樓
所有鬼屋/嘉年華青年義工必須在 9 至 10 月期間出席最少 3 次恆常籌備會議	

【天耀 WEEWAA 萬聖節鬼屋暨 S.T.E.M.嘉年華】

活動日期：	2022 年 10 月 28 及 29 日(星期五及六)
活動時間：	10 月 28 日(星期五) 下午 5 時至晚上 8 時 (鬼屋 Day 1)
	10 月 29 日(星期六) 下午 2 時至晚上 8 時 (嘉年華)
	10 月 29 日(星期六) 下午 2 時至下午 8 時 (鬼屋 Day 2)
活動地點：	本中心 2-4 樓

負責職員：溫家明 (家明 Sir)

【報名連結】ty.hkfyg.org.hk