



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.



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

# 4月至6月 2025 活動季刊



 天水圍天耀社區中心二至四樓

 2445 4868



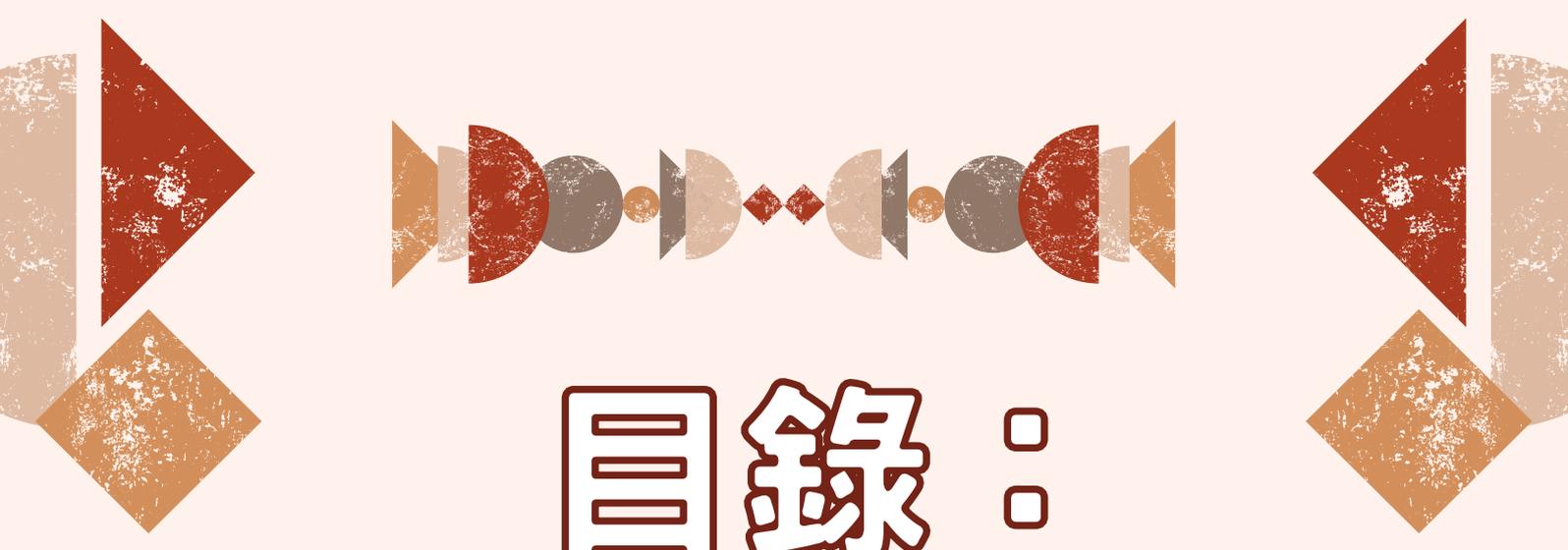
[ty.hkfyg.org.hk](http://ty.hkfyg.org.hk)



@HKFYGTY



@hkfyg.ty



# 目錄

琴房/Band房租用

P.3

託管服務

P.4

天耀義工隊

P.5-6

兒童及家庭活動

P.7-15

青年活動

P.16-32

報名需知

P.33-35

惡劣天氣活動安排

P.36



# 音樂多用途房租用

首次租用會員請先以電話24454868找Byron sir預約租音樂房簡介會，並取得音樂房使用資格。

收費準則：每節為一小時，每節收費

\$30	1-2 人
\$40	3 人
\$50	4人
\$60	5 人
\$70	6-8 人

\*負責職員：Byron sir

- 音樂房之租用按先到先得的原則辦理，租用者於每月一日起租用該月內的任何時段，租用時數不限，惟每日不可多於2小時。
- 星期五，六晚6:15PM-9:45PM為繁忙時間，每人每月不可租用超過2小時。
- 音樂房不能用作商業用途，如教授鼓班、結他班等。
- 音樂房內設施包括有電子結他、鋼琴、鼓、ukulele等。

# 託管服務



## 「學習有法」課餘託管

課餘託管內容包括：

- 協助完成功課 - 個別輔導及諮詢 - 發展性活動 - 遊戲小組

日期：逢星期一至五(公眾假期暫停，學校假期如常進行)

服務時間：15:00-19:00

地點：中心306室

費用：\$1330/月

服務對象：小一至小六學生

如有需要，歡迎向職員查詢由社會福利署資助的「課餘託管服務收費減免計劃」

參加辦法：

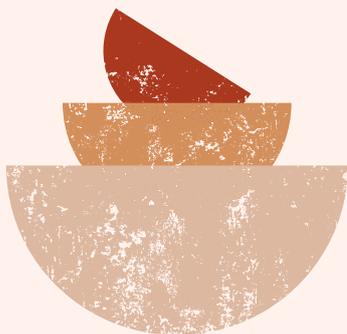
請親臨本中心填寫申請表，負責職員將致電家長預約面見。

備註：

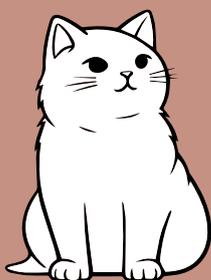
另設延伸託管服務(服務對象：全額津貼的小一至小六學生)

如有需要請向本中心職員查詢詳情

\*負責職員：藍藍姑娘



# 天耀鄰舍 義工隊



## 鄰舍98隊 - 動物「心」友會

到訪本地救助流浪及被遺棄動物的組織，與動物近距離接觸，了解本地流浪動物狀況。

負責職員：藍藍姑娘

## 鄰舍隊 - 「不是垃圾」小隊

於中心舉行回收活動，宣揚環保訊息。

負責職員：藍藍姑娘



## 「鄰舍42隊」 - 音樂送暖義工隊

定期到長者中心演奏歌曲予長者欣賞，以娛樂長者及表達關懷。

負責職員：Byron sir



# 天耀鄰舍 義工隊

## 鄰舍43隊 - 「鄰舍第一」送米助人義工隊

探訪天水圍區內的獨居長者以及有經濟困難的家庭,將愛心米包送到他們手中。

負責職員: Eason sir



## 鄰舍125隊 - 鄰舍籌備小組

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。

負責職員: Q sir



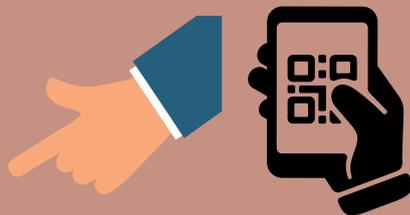
## 義「氣」仔女

每月一至兩次扭氣球訓練,不定期於社區派發造型氣球,將歡樂帶給社區

負責職員: 珊姑娘



免費活動/  
義工報名表格



快啲嚟報名參加我哋嘅義工隊啦,如有興趣可以掃描旁邊QR code填寫表格。

# 兒童及家庭活動



# 義工活動

## 綠意聯盟：親子淨山小隊(彩虹欄杆)

由屯門站出發，經屯門徑前往彩虹欄杆及藍地水塘，全程約7公里，需時3-4小時。沿途利用工具協助清理山徑垃圾，學習『山野不留痕』的環保訊息，及提升愛護環境的責任感。

備註/導師簡介/班組注意事項：

- \*以家庭為報名單位
- \*需穿著波鞋及便於活動的服裝
- \*西鐵屯門站集合、輕鐵藍地站解散
- \*自備交通費及飲用水
- \*負責職員：藍藍姑娘

對象	6-12歲家庭
日期/星期	10/5 (週六)
時間	10:00-15:00
收費(元)	\$50/家庭
活動地點	屯門
名額	10人

## 綠意聯盟：親子淨山小隊(河背水塘)

由河背村出發，前往河背水塘家樂徑，環塘一週，全程約需2-3小時、回程可到有機農莊購買本地有機蔬果。沿途利用工具協助清理山徑垃圾，學習『山野不留痕』的環保訊息，及提升愛護環境的責任感。

備註/導師簡介/班組注意事項：

- \*以家庭為報名單位
- \*需穿著波鞋及便於活動的服裝
- \*元朗站集合及解散
- \*自備交通費及飲用水
- \*負責職員：藍藍姑娘

對象	6-12歲家庭
日期/星期	5/4 (週六)
時間	10:00-13:00
收費(元)	\$50/家庭
活動地點	元朗
名額	10人

# 戶外及體育活動



## 兒童空中瑜伽基礎 (4-5/2025)

空中瑜伽動作優雅漂亮，同時訓練體能和改善柔軟度，打卡之餘可以體驗和享受在空中的樂趣。

備註/導師簡介/注意事項：

\* 穿著舒適運動/瑜伽服

\* 負責職員: Kitty姑娘

對象	6-12歲
日期/星期	11/4-30/5 (逢週五) (18/4 及16/5暫停)
時間	17:00-18:00
收費(元)	\$540/6節
活動地點	本中心206
名額	6人

## 兒童空中瑜伽基礎 (6/2025)

空中瑜伽動作優雅漂亮，同時訓練體能和改善柔軟度，打卡之餘可以體驗和享受在空中的樂趣。

備註/導師簡介/注意事項：

\* 穿著舒適運動/瑜伽服

\* 負責職員: Kitty姑娘

對象	6-12歲
日期/星期	6/6-27/6 (逢週五)
時間	17:00-18:00
收費(元)	\$360/4節
活動地點	本中心206
名額	6人

## 踢出未來

透過恆常的足球訓練和比賽來為參加者發展多方面興趣，並訓練參加者的執行能力，社交能力以及領導才能。

備註/導師簡介/注意事項：

\* 為低收入家庭及SEN學童而設，入隊前需進行面試

\* 活動非由專業足球教練帶領

\* 負責職員: Byron Sir

對象	6-12歲
日期/星期	7/4-9/6 (逢週一)
時間	17:00-18:00
收費(元)	\$160/8節
活動地點	天耀足球場
名額	6人

## 母親節手作：花束造型捲紙

學習捲紙方法和技巧，運用紙條捲和按壓出圖案，再拼砌成花束。

備註/導師簡介/班組注意事項：

\*已包括材料

\*活動由青年義工協助和教授

\*負責職員：Kitty姑娘

對象	6-12歲
日期/星期	10/5 (週六)
時間	15:00-16:30
收費(元)	免費
活動地點	本中心206
名額	12人

## 父親節手作：和諧粉彩心意卡

學習以和諧粉彩上色和繪圖，及運用不同工具完成心意卡。

備註/導師簡介/班組注意事項：

\*已包括材料

\*活動由青年義工協助和教授

\*負責職員：Kitty姑娘

對象	6-12歲
日期/星期	7/6 (週六)
時間	15:00-16:30
收費(元)	免費
活動地點	本中心206
名額	12人





# 煮食活動

## 我係小廚神-復活節甜品篇 2025

每星期教你做一款復活節造型甜品。

1. 復活蛋糖霜曲奇
2. 日式兔仔燒菓子
3. 朱古力鳥巢cupcake

備註/導師簡介/班組注意事項:

- \* 已包括材料
- \* 自備圍裙和食物盒
- \* 負責職員: Kitty姑娘

對象	8-12歲
日期/星期	10/4-24/4 (逢週四)
時間	16:30-18:00
收費(元)	\$240/3節
活動地點	本中心410
名額	8人

## 我係小廚神-玫瑰花甜品篇

每星期教你做一款玫瑰花造型甜品。

1. 玫瑰花曲奇
2. 蘋果玫瑰酥
3. 玫瑰啣花cupcake

備註/導師簡介/班組注意事項:

- \* 已包括材料
- \* 自備圍裙和食物盒
- \* 負責職員: Kitty姑娘

對象	8-12歲
日期/星期	8/5-29/5 (逢週四) (15/5暫停)
時間	16:30-18:00
收費(元)	\$240/3節
活動地點	本中心410
名額	8人

## 我係小廚神-港式甜品篇

每星期教你做一款港式甜品。

1. 芒果班戟
2. 西米布甸
3. 酥皮蛋撻

備註/導師簡介/班組注意事項:

- \* 已包括材料
- \* 自備圍裙和食物盒
- \* 負責職員: Kitty姑娘

對象	8-12歲
日期/星期	12/6-26/6 (逢週四)
時間	16:30-18:00
收費(元)	\$240/3節
活動地點	本中心410
名額	8人



# 煮食活動

## 我係小廚神-入門蛋糕篇

每星期教你做一款簡單美味、零失敗的蛋糕!

1. 朱古力杯子蛋糕
2. 香蕉磅蛋糕
3. 蜂蜜蛋糕

備註/導師簡介/班組注意事項:

- \* 已包括材料
- \* 自備圍裙和食物盒
- \* 負責職員: Kitty姑娘

對象	6-8歲
日期/星期	3/5-24/5 (逢週六) (17/5暫停)
時間	11:00-12:30
收費(元)	\$240/3節
活動地點	本中心410
名額	8人

## 我係小廚神-入門餅乾篇

每星期教你做一款簡單美味、零失敗的餅乾零食!

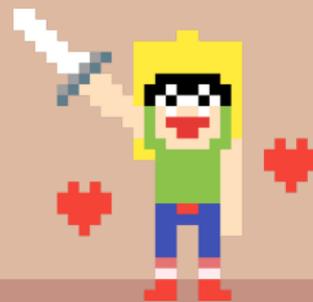
1. 牛油/朱古力曲奇
2. 蝴蝶酥
3. 杏仁酥條

備註/導師簡介/班組注意事項:

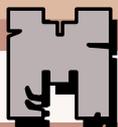
- \* 已包括材料
- \* 自備圍裙和食物盒
- \* 負責職員: Kitty姑娘

對象	6-8歲
日期/星期	7/6-28/6 (逢週六) (21/6暫停)
時間	11:00-12:30
收費(元)	\$240/3節
活動地點	本中心410
名額	8人





## Minecraft：生存達人 2.0



參加者將在 Minecraft 的生存模式中面對不同挑戰，齊心協力討伐怪物並建立家園，從中培養團隊合作精神和應對困難的能力。

備註/導師簡介/班組注意事項：

- \*自備Minecraft帳戶
- \*中心會提供有關設備，但建議自備手提電腦/平板電腦
- \*負責職員：Eason Sir

對象	9-12歲
日期/星期	15/4-20/5 (逢週二)
時間	17:00-18:00
收費(元)	\$300/6節
活動地點	本中心M21
名額	6人

## 遊戲夢工場 · Roblox 遊戲開發進階

在課程中參加者會學習使用 Roblox Studio創作自己的遊戲，引導你掌握遊戲開發的進階技能。

備註/導師簡介/注意事項：  
\*中心會提供有關設備，但建議自備手提電腦/平板電腦  
\*需先報讀 Roblox 遊戲開發入門班  
\*26/4, 7/6, 14/6的上課時間為 15:30-16:30  
\*負責職員：Eason Sir

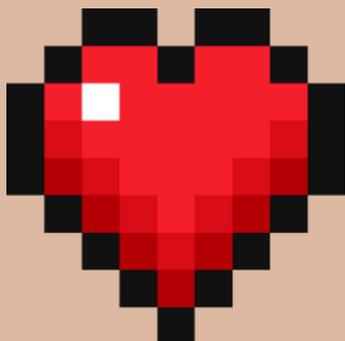
對象	9-12歲
日期/星期	12/4、26/4、 3/5、10/5、 7/6、14/6 (逢週六)
時間	11:30-12:30 / 15:30-16:30
收費(元)	\$300/6節
活動地點	本中心M21
名額	6人

## 輕鬆學速成 - 初階打字教學

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。

備註/導師簡介/班組注意事項：  
\*領取綜合社會保障或書簿費津貼家庭優先  
\*負責職員：Q Sir

對象	11-12歲
日期/星期	10/4-24/4 (逢週四)
時間	17:00-18:00
收費(元)	免費/3節
活動地點	本中心
名額	8人



# 兒童成長



## 升中面試：個人面試

透過練習個人面試，提升參加者對升中面試的自信心，同時培養參加者邏輯思考及組織能力。

練習內容包括：

1. 自我介紹
2. 即席短講

備註/導師簡介/班組注意事項：

- \* 需自備「自我介紹」講稿
- \* 負責職員：藍藍姑娘

對象	小五及小六學生
日期/星期	A: 6/5(週二) B: 9/5(週五) C: 13/5(週二) D: 16/5(週五)
時間	17:15-17:45
收費(元)	\$60/1節
活動地點	本中心3樓
名額	每節1人

## 升中面試：小組面試

透過練習小組面試，提升參加者對升中面試的自信心，同時培養參加者邏輯思考及組織能力。

練習內容包括：

1. 即席短講
2. 小組討論

備註/導師簡介/班組注意事項：

- \* 活動4人成班，如少於4人參與會作退款處理
- \* 負責職員：藍藍姑娘

對象	小五及小六學生
日期/星期	A: 12/5(週一) B: 16/5(週四)
時間	17:00-18:00
收費(元)	\$60/1節
活動地點	本中心3樓
名額	6人

# 其他



## 專注「歷」小組



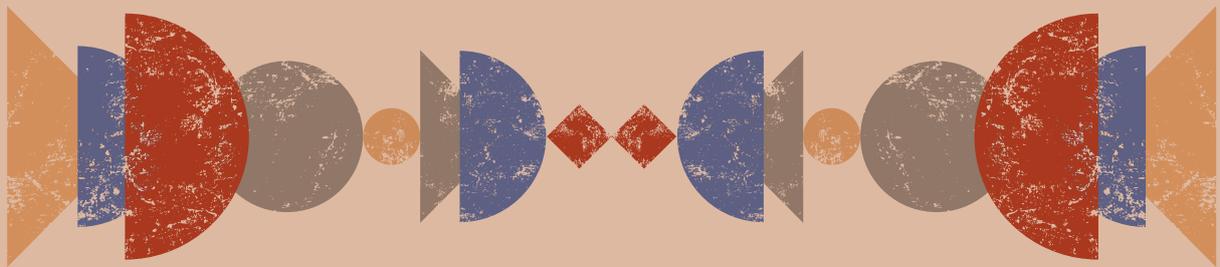
活動透過歷奇為本輔導 (adventure-based counseling) 為參加者在歷奇體驗活動中加強專注力和執行功能，社工會透過活動總結參加者所學，應用新生活中。

備註/導師簡介/班組注意事項：

\*自備食水、毛巾

\*負責職員: Sing sir

對象	6-8歲
日期/星期	8/5-29/5 (逢週四)
時間	14:00-15:00
收費(元)	\$240/4節
活動地點	本中心
名額	10人



# 青年活動



# 藝術手作



## 悠手創藝手作人

每月不定期逢星期四/五晚上悠閒輕鬆玩手工，由你們決定想做的手作仔，歡迎喜歡手作的的朋友參加！

備註/導師簡介/班組注意事項：

- \* 已包材料
- \* 有意參加者請聯絡負責同事
- \* 負責職員: Kitty姑娘

對象	13-24歲
日期/星期	逢週三/四晚
時間	19:30-21:00 / 20:00-21:30
收費(元)	免費
活動地點	本中心
名額	8人

## Vintage 型格舊衣改造

屋企有唔要的白T? 即刻用唔同嘅方法幫你舊衣改做! 嘗試用扎染等方法為舊的衣物製造出新造型!

備註/導師簡介/班組注意事項：

- \* 已包括材料
- \* 負責職員: Christy姑娘

對象	13-24歲
日期/星期	9/5 (週五)
時間	16:30-17:30
收費(元)	免費/1節
活動地點	本中心
名額	8人



✦ P.17 ✦



# 義工活動



## 綠意聯盟 - 救灘行動義工

廢罐和膠袋，一件又一件的垃圾頻繁地出現沙灘上，你會否踏出一步，拯救我們的生態環境？來當個英雄吧。

備註/導師簡介/班組注意事項：

\*請穿著便於活動的服裝

\*負責職員：Q sir

對象	13-18歲
日期/星期	16/2(週六)
時間	10:30-13:00
收費(元)	免費/1節
活動地點	戶外
名額	8人

## Levelmind 2.0 - 淨山小隊

一邊行山欣賞大自然風景，紓緩壓力、提升精神健康  
一邊利用工具協助清潔山徑，學習『山野不留痕』的概念

備註/導師簡介/班組注意事項：

\*如有需要可自備口罩及勞工手套

\*報名後會有WhatsApp通知集合時間地點及其他注意事項

\*負責職員：藍藍姑娘

對象	13-24歲
日期/星期	5/4 (週六)
時間	10:00-13:00
收費(元)	免費/1節
活動地點	元朗
名額	10人

對象	13-24歲
日期/星期	10/5 (週六)
時間	10:00-15:00
收費(元)	免費/1節
活動地點	屯門
名額	10人



# 義工活動



## 「鄰舍第一」送米助人義工服務

協助中心米站日常運作,探訪天水圍區內的獨居長者以及有經濟困難的家庭,將愛心米包送到他們手中。

備註/導師簡介/注意事項:

\*負責職員: Eason Sir

對象	13-24歲
日期/星期	25/4、23/5、 27/6 (逢週五)
時間	17:00-21:00
收費(元)	免費
活動地點	本中心2樓
名額	6人



# 戶外及體育活動

## 香港深度遊 - 坪洲慢活之旅

遠離城市喧囂，漫步坪洲小巷，探訪彩色壁畫、百年窯廠，品嚐地道小食，再到海邊欣賞夕陽，一日輕旅行等你來體驗！

備註/導師簡介/班組注意事項：

\*自備交通費

\*負責職員：Maggie姑娘

對象	13-24歲
日期/星期	7/6 (週六)
時間	13:00-21:00
收費(元)	免費/1節
活動地點	坪洲
名額	10人



## 香港深度遊 - 南丫島半日遊

與你一同探索香港獨特美景，有別於日常都市生活，享受南丫島獨有風情，體驗獨特的水鄉風情。並在南丫島海旁，重拾靜謐與美好。

備註/導師簡介/班組注意事項：

\*自備交通費

\*負責職員：Christy姑娘

對象	13-24歲
日期/星期	10/5 (週六)
時間	14:00-18:00
收費(元)	\$50/1節
活動地點	長洲
名額	6人



# 戶外及體育活動

## Chill屈肌 - 夜跑offline



邀請青少年一同於夜晚在屯元天進行慢跑，享受夜色中的跑步樂趣。

備註/導師簡介/注意事項：  
\*自備食水和穿著適當運動服裝和跑鞋  
\*可帶衣服更換  
\*報名後待同事通知確實活動日期  
\*負責職員: Maggie姑娘

對象	13-24歲
日期/星期	(逢週三)
時間	19:30-21:30
收費(元)	免費/5節
活動地點	天水圍運動場 / 屯元天
名額	12人

## LevelMind2.0 - 墊上普拉提

連韓星們都喜歡的普拉提到底有甚麼魅力? 參加者可以透過墊上普拉提增強核心力量、改善柔軟度，並提高平衡感。

備註/導師簡介/注意事項：  
\*自備食水和穿著適當運動服裝和跑鞋  
\*可帶衣服更換  
\*負責職員: Maggie姑娘

對象	12-24歲
日期/星期	24/4-29/5 (逢週四)
時間	19:30-20:30
收費(元)	免費/5節
活動地點	本中心
名額	6人

## Chill屈肌 - 爆汗TRX

透過TRX訓練，在多樣化的動作中燃燒卡路里，提升體能，增強心肺功能，並培養健康的生活習慣。

備註/導師簡介/注意事項：  
\*自備食水和穿著適當運動服裝和跑鞋  
\*可帶衣服更換  
\*負責職員: Maggie姑娘

對象	12-24歲
日期/星期	5/6-26/6 (逢週四)
時間	19:30-20:30
收費(元)	免費/3節
活動地點	本中心
名額	6人

## Chill屈肌 - 沙灘排球

準備好在陽光與海灘揮灑汗水了嗎? 一同組隊享受沙灘排球的樂趣吧!

備註/導師簡介/注意事項：  
\*自備食水和穿著適當運動服裝  
\*可帶衣服更換  
\*負責職員: Maggie姑娘

對象	14-24歲
日期/星期	5/4、26/4、 10/5、24/5、 14/6、28/6 (逢週六)
時間	16:00-18:00
收費(元)	免費/6節
活動地點	新咖啡灣沙灘排球場/天業路人造沙灘球場
名額	10人

## Blue Lock 足球訓練計劃

透過恆常的足球訓練和比賽來為參加者擴闊職涯發展，並訓練參加者的執行能力，社交能力以及領導才能。

備註/導師簡介/注意事項：  
\*自備食水和穿著適當運動服裝和跑鞋  
\*可帶衣服更換  
\*負責職員: Byron Sir

對象	13-24歲
日期/星期	25/4-27/6 (逢星期五)
時間	17:00-18:00
收費(元)	免費/10節
活動地點	天耀足球場
名額	15人

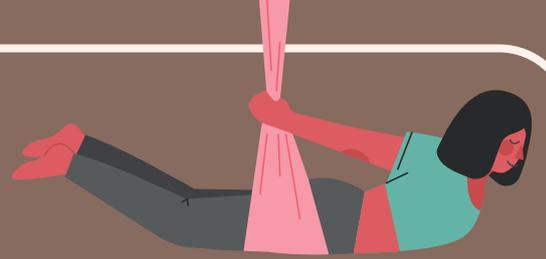
## 恆常TY 跳舞隊

透過舉辦多元化的舞蹈同樂，鼓勵青年參與舞蹈活動，培養勤做運動的習慣，促進身心健康。

備註/導師簡介/注意事項：  
\*自備食水  
\*穿著適當運動服裝  
\*負責職員: Christy姑娘

對象	13-24歲
日期/星期	3/4-29/5 (逢週五)
時間	17:00-19:00
收費(元)	免費/9節
活動地點	本中心
名額	15人

# 戶外及體育活動



## 青年空中瑜伽基礎(A) (4-5/2025)

空中瑜伽動作優雅漂亮，同時訓練體能和改善柔軟度，打卡之餘可以體驗和享受在空中的樂趣。

備註/導師簡介/注意事項：  
\*穿著舒適運動/瑜伽服  
\*負責職員: Kitty姑娘

對象	13-18歲
日期/星期	11/4-30/5 (逢五) (18/4及16/5暫停)
時間	18:15-19:15
收費(元)	\$480/6節
活動地點	本中心206
名額	8人

## 青年空中瑜伽基礎(B) (4-5/2025)

空中瑜伽動作優雅漂亮，同時訓練體能和改善柔軟度，打卡之餘可以體驗和享受在空中的樂趣。

備註/導師簡介/注意事項：  
\*穿著舒適運動/瑜伽服  
\*負責職員: Kitty姑娘

對象	19-24歲
日期/星期	11/4-30/5 (逢五) (18/4及16/5暫停)
時間	19:30-20:30
收費(元)	\$480/6節
活動地點	本中心206
名額	8人

## 青年空中瑜伽基礎(A) (6/2025)

空中瑜伽動作優雅漂亮，同時訓練體能和改善柔軟度，打卡之餘可以體驗和享受在空中的樂趣。

備註/導師簡介/注意事項：  
\*穿著舒適運動/瑜伽服  
\*負責職員: Kitty姑娘

對象	13-18歲
日期/星期	6/6-27/6 (逢五)
時間	18:15-19:15
收費(元)	\$320/4節
活動地點	本中心206
名額	8人

## 青年空中瑜伽基礎(B) (6/2025)

空中瑜伽動作優雅漂亮，同時訓練體能和改善柔軟度，打卡之餘可以體驗和享受在空中的樂趣。

備註/導師簡介/注意事項：  
\*穿著舒適運動/瑜伽服  
\*負責職員: Kitty姑娘

對象	19-24歲
日期/星期	6/6-27/6 (逢五)
時間	19:30-20:30
收費(元)	\$320/4節
活動地點	本中心206
名額	8人

## 天耀War game之夜

將天耀變成War Game場地！參加者會每人手持一把Nerf gun玩具槍，並進行分組槍戰對抗。勝出者將獲得豐富獎勵！

備註/導師簡介/注意事項：  
\*自備食水和穿著適當運動服裝和跑鞋  
\*可帶衣服更換  
\*負責職員: Byron Sir

對象	16-24歲
日期/星期	17/5, 21/6 (週六)
時間	19:00-21:00
收費(元)	免費
活動地點	本中心2-4樓
名額	15人



## 拍出理想 · TY 拍攝隊

於不同的地方發掘生活中美好嘅事物，並用相機留下美麗嘅景色，培育青少年攝影技巧，記錄社區中不同事物。

備註/導師簡介/注意事項：  
\*中心會提供有關設備，但建議自備相機等。  
\*負責職員：Christy 姑娘

對象	12-24歲
日期/星期	4/4-29/5 (逢週四)
時間	17:00-18:00
收費(元)	免費/7節
活動地點	本中心/戶外
名額	8人

## TY · 後台管理組

招募對後台管理有興趣既你，協助製作劇場道具，服飾及管理音響等等，志在一齊玩同培養團隊合作精神。

備註/導師簡介/注意事項：  
\*參加者須協助在7月初的劇場公演  
\*負責職員：Eason Sir

對象	13-24歲
日期/星期	每月不定期開會 (日期待確定)
時間	待確定
收費(元)	免費
活動地點	本中心
名額	-

## 青年設計學院 · Photoshop (基礎)

介紹 Photoshop 的界面及應用，例如色彩調整、瑕疵修復、圖層與遮罩等等。透過實踐活動讓參加者熟悉各個功能的應用技巧。

備註/導師簡介/注意事項：  
\*中心會提供有關設備，但建議自備手提電腦/平板電腦  
\*負責職員：Eason Sir

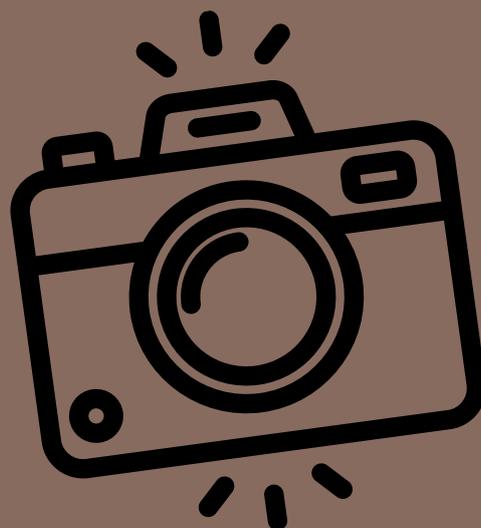
對象	13-24歲
日期/星期	17/4-29/5 (逢週四) (1/5, 15/5 暫停)
時間	18:00-19:00
收費(元)	免費/5節
活動地點	本中心M21
名額	6人

## 青年設計學院 · After Effect (基礎)

介紹 After Effect 的界面及應用，例如色彩調整、影像合成、圖層與動態圖形等等。透過實踐活動讓參加者熟悉各個功能的應用技巧。

備註/導師簡介/注意事項：  
\*中心會提供有關設備，但建議自備手提電腦/平板電腦  
\*負責職員：Eason Sir

對象	13-24歲
日期/星期	17/4-29/5 (逢週四) (1/5, 15/5 暫停)
時間	20:00-21:00
收費(元)	免費/5節
活動地點	本中心M21
名額	6人



## 戲愉人生 · 街訪拍攝計劃

街訪拍攝工作坊將會由星級導師教授內容創作、影片製作同埋經營媒體嘅知識！除咗分享心得，我哋仲會一齊拍攝 IG Reels，一齊睇驗下包辦整條影片製作嘅所有過程！

備註/導師簡介/注意事項：

\*參加者須出席所有的工作坊（即製作影片工作坊及媒體經營工作坊）

\*如需報名請聯絡負責職員

\*負責職員：Eason Sir

### A. 製作影片工作坊

對象	12-24歲
日期/星期	3/5, 4/5, 10/5, 24/5 (週六/日)
時間	15:00-18:00
收費(元)	免費/4節
活動地點	本中心
名額	10人

### B. 媒體經營工作坊

對象	12-24歲
日期/星期	25/5 (週日)
時間	14:00-18:00
收費(元)	免費/1節
活動地點	本中心
名額	10人



## Chill 競Maker: 打造AI偵測裝置

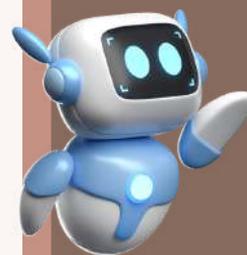
透過Una平台由淺入深咁用積木編程學AI，學生會運用到唔同嘅識別技術，例如影像分類、物件偵測等，再用機器學習訓練自己嘅AI模型。

備註/導師簡介/注意事項:

\*中心會提供有關設備，但建議自備手提電腦/平板電腦

\*負責職員: Jenna 姑娘

對象	13-18歲
日期/星期	22/3-5/4 (逢週六)
時間	14:00-17:00
收費(元)	免費/3節
活動地點	本中心E-lab
名額	12人



## Chill 競系列 - Podcast主播夢工場

Podcast播客係香港越來越流行，每個人都可以係網上分享節目，只要你夠膽講，我地願意幫你成為Podcaster，打造成為新一代KOL。

備註/導師簡介/班組注意事項:

\*負責職員: Q sir

對象	11-18歲
日期/星期	11/4-30/5 (逢週五)
時間	17:00-19:00
收費(元)	免費/7節
活動地點	本中心E-lab
名額	6人



# Chill Free 456



## Chill Free 456 - 天耀桌遊樂園

我哋會輪換唔同嘅桌遊，無論你鍾意策略、合作定係派對遊戲，每週都有新驚喜等你。唔止係玩遊戲，仲係結識新朋友嘅好機會。你可以同其他玩家合作或者競爭，享受社交嘅樂趣！

對象	15-24歲
日期/星期	逢週五
時間	19:30-21:30
收費(元)	免費
活動地點	本中心
名額	8人

備註/導師簡介/注意事項:  
\*負責職員: Jenna姑娘

## Chill Free 456 - 動漫研究社

透過一同觀賞動漫、砌模型等活動，與其他動漫迷交流心得，深入了解動漫作品的創作背景、角色塑造及其背後的文化內涵。

對象	13-24歲
日期/星期	逢週四
時間	19:30-21:30
收費(元)	免費
活動地點	本中心
名額	12人

備註/導師簡介/注意事項:  
\*負責職員: Maggie姑娘/  
Christy姑娘

## Chill free 456 - Chill唱得

利用中心投影設施，和一班對唱歌充滿熱誠的青年逢星期五一齊享受生活、放鬆唱k。每一個月每人/每組輪流於青協天耀IG出一個歌曲翻唱，更會和中心Band show合作於街上表演。

對象	16-24歲
日期/星期	逢週六
時間	19:00-21:30
收費(元)	免費
活動地點	本中心
名額	12人

備註/導師簡介/注意事項:  
\*負責職員: Christy姑娘

## Chill Free 456 - 桌球殘局天王

今個月桌球殘局天王嘅人係...你呀! 桌球唔係剩得兩個人玩嘅...每星期都會set 唔同嘅殘局比大家挑戰，快D報名參加!

對象	13-24歲
日期/星期	10/4-17/4 (週四)
時間	20:00-21:00
收費(元)	免費/2節
活動地點	本中心
名額	10人

備註/導師簡介/注意事項:  
\*負責職員: Jenna姑娘

## Chill Free 456 - 狼人殺

天亮了，請開眼，現在被狼人奪去性命的是號碼... 女巫能否毒殺目標人物，守衛又可否保護預言家，所有盡在狼人之夜。

對象	13-18歲
日期/星期	逢週五
時間	19:00-21:00
收費(元)	\$20
活動地點	本中心
名額	12人

備註/導師簡介/注意事項:  
\*負責職員: Q sir



## LevelMind 2.0 - 「玩物壯志」結他初學小組



活動透過學習學習彈結他，加強參加者的才能，培養興趣，加強自我效能感。

備註/導師簡介/注意事項：

- \*如有結他，請自備
- \*負責職員: Sing Sir

對象	13-24歲
日期/星期	11/4-27/6 (逢週五) (假期除外)
時間	19:00-20:00
收費(元)	免費/4節
活動地點	本中心
名額	6人



## LevelMind 2.0 - 「玩物壯志」爵士鼓初學小組

活動透過學習學習打鼓，加強參加者的才能，培養興趣，加強自我效能感。

備註/導師簡介/注意事項：

- \*負責職員: Sing Sir

對象	13-24歲
日期/星期	11/4-27/6 (逢週五) (假期除外)
時間	20:00-21:00
收費(元)	免費/4節
活動地點	本中心
名額	6人

## LevelMind 2.0 - 「玩物壯志」行山-釣魚翁靜觀

活動會登上西貢釣魚翁，在山頂上靜觀；釣魚翁是香港「三尖之一」，具有一定的挑戰性，一齊參加啦！

備註/導師簡介/注意事項：

- \*彩虹站集合/解散
- \*負責職員: Sing Sir

對象	13-24歲
日期/星期	19/4 (週六)
時間	10:00-15:00
收費(元)	免費/1節
活動地點	釣魚翁
名額	8人

## LevelMind 2.0 - Cupcake手工皂工作坊

一同製作Cupcake手工皂，暫時將煩惱放下，專注當下，感受手作帶來的療癒效果。

備註/導師簡介/班組注意事項：

- \*已包括材料
- \*有意參加者請聯絡負責同事
- \*負責職員: 珊姑娘

對象	13-24歲
日期/星期	25/4 (週五)
時間	17:30-19:00
收費(元)	免費
活動地點	本中心
名額	12人

## LevelMind 2.0 - 酒精墨工作坊

利用酒精墨技術創作不同成品，從墨水的流動中感受療癒的效果。

備註/導師簡介/班組注意事項：

- \*已包括材料
- \*負責職員: 藍藍姑娘

對象	12-24歲
日期/星期	10/4、17/4、 8/5、15/5 (逢週四)
時間	19:30-21:30
收費(元)	免費/4節
地點	本中心
名額	10人

## LevelMind 2.0 - 蛋糕師育成小組

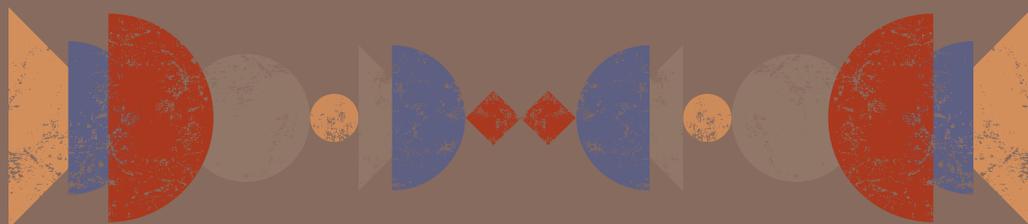
每星期製作一款蛋糕，包括芒果學習和提升烘焙技巧，並可享受過程和放鬆身心。

1. 法式千層酥(拿破崙)
2. 便當盒蛋糕
3. 鹹甜芝士蜂蜜蛋糕

備註/導師簡介/注意事項：

- \*已包材料和包裝
- \*負責職員: Kitty姑娘

對象	14-24歲
日期/星期	16/4-30/4 (逢週三)
時間	19:30-21:00
收費(元)	免費/3節
活動地點	本中心206
名額	6人



# Levelmind

## LevelMind2.0 - 解憂咖啡店

邀請青年人來認識並體驗手沖咖啡。與朋友一同探索咖啡的魅力，培養興趣，並在品嚐咖啡的過程中放鬆身心。

備註/導師簡介/注意事項：  
\*負責職員: Maggie姑娘

對象	14-24歲
日期/星期	26/4、17/5、 21/6 (週六)
時間	11:00-12:30
收費(元)	免費/3節
活動地點	本中心
名額	6人

## LevelMind2.0 - 永生花工作坊

親手製作不凋謝的永生花飾，感受花藝的浪漫與療癒。無論是送禮或裝飾，都能留住最美瞬間，零基礎也能輕鬆上手。

備註/導師簡介/注意事項：  
\*負責職員: Maggie姑娘

對象	14-24歲
日期/星期	10/5 (週六)
時間	15:00-17:00
收費(元)	免費/1節
活動地點	本中心
名額	6人

## LevelMind2.0 - 菲林攝影室

定期使用菲林相機，一同留下不同值得留念的時光培養興趣，並在攝影的過程中留意身邊日常的美好。

備註/導師簡介/注意事項：  
\*負責職員: Christy姑娘

對象	14-24歲
日期/星期	17/5、21/6 (週六)
時間	16:00-20:00
收費(元)	免費/2節
活動地點	本中心/室外
名額	6人

## LevelMind2.0 - 乾花蠟燭工作坊

選擇自己喜歡的香氣及乾花裝飾製造不同香薰蠟燭，感受手作蠟燭的療癒。零基礎也能輕鬆上手。

備註/導師簡介/注意事項：  
\*負責職員: Christy姑娘

對象	14-24歲
日期/星期	10/5 (週六)
時間	17:30-19:30
收費(元)	免費/1節
活動地點	本中心
名額	6人



# 音樂

## 天耀 Music Night

招募喜歡音樂既你！中心每個月都會有一次Music Night，無論你鍾意聽歌，唱歌定係玩樂器都可以上嚟同年齡相近既青少年一齊享受音樂！

備註/導師簡介/班組注意事項：

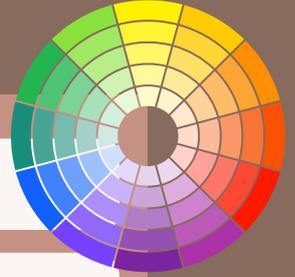
\*可報名成為表演者或觀眾

\*負責職員：Byron Sir

對象	13-24歲
日期/星期	10/5, 14/6 (週六)
時間	18:00-21:00
收費(元)	免費
活動地點	本中心 2樓演藝廳
名額	20人



# 其他



## 認「色」自己

介紹基本的色彩理論，幫助參加者了解不同顏色對個人形象的影響。使用AI工具，獲取針對自己膚色、髮色和眼色穿搭靈感建議，增強自信。亦可藉機會分享自己的發現和心得，互相交流對顏色的理解。

備註/導師簡介/班組注意事項：  
\*負責職員：Jenna 姑娘

對象	15-24歲
日期/星期	16/5 (週五)
時間	19:30-21:00
收費(元)	免費
活動地點	本中心
名額	10人



## 我要做店主-香水膏

認色香水基本知識，制作獨一無二，屬於自己的味道，學習拍攝產品技巧和撰寫貼文。

備註/導師簡介/班組注意事項：  
\*已包材料  
\*負責職員：Jenna 姑娘

對象	14-24歲
日期/星期	8/5-15/5 (逢週四)
時間	19:30-21:00
收費(元)	免費/2節
活動地點	本中心E-lab
名額	6人

## 我要做店主-甜品篇

除左親手整甜品之外，仲會學習甜品基礎知識同經營技巧，參加者亦會學習拍攝自己製作的甜品的過程，製作短片或Reels，在IG等社交媒體上分享！

1. 流心朱古力Muffin
2. 木糠布甸
3. 蝴蝶酥

備註/導師簡介/班組注意事項：  
\*自備食物盒  
\*負責職員：Jenna 姑娘

對象	15-24歲
日期/星期	5/6-19/6 (逢週四)
時間	19:30-21:00
收費(元)	\$ 30/3節
活動地點	本中心廚房
名額	6人



# 其他

## ShowMate培訓計劃：活動司儀入門班

由經驗的活動司儀分享實用的技巧，通過實際演練和小組活動，提升主持技巧和臨場反應能力。學習如何編寫有趣的開場白和互動環節，學習克服緊張情緒。

備註/導師簡介/班組注意事項：

\*負責職員：Jenna 姑娘

對象	15-24 歲
日期/星期	11/6-18/6 (逢週三)
時間	20:00-21:00
收費(元)	免費/2節
活動地點	本中心
名額	6人

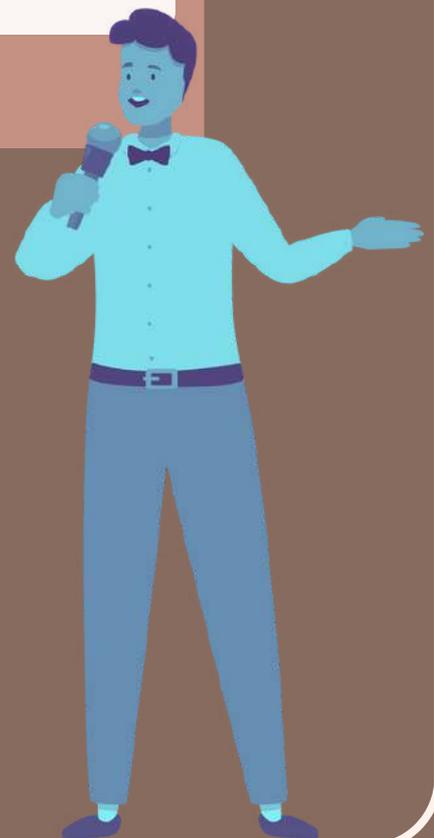
## 工作面試101

又到搵工季節！Interview 好驚？參加者將學習點樣係求職過程中脫穎而出。活動中會分享有效的面試準備方法，包括如何撰寫引人注目的履歷和求職信，如何研究公司背景，以及面試時的注意事項提供實用面試技巧和建議。

備註/導師簡介/班組注意事項：

\*負責職員：Jenna 姑娘

對象	17-24歲
日期/星期	21/5-4/6 (逢週三)
時間	20:00-21:00
收費(元)	免費/3節
活動地點	本中心E-lab
名額	4人



# 其他



## 青春集結號 - Handmade設計隊

打造由青年人主導的品牌，由青年設計創意新奇的产品，例如不同手工藝品等等。產品會於最後一節於市集中販賣。

備註/導師簡介/注意事項：  
\*包材料費  
\*負責職員：Christy姑娘/  
藍藍姑娘

對象	16-24歲
日期/星期	每月兩次開會 (日期待確定)
時間	待確定
收費(元)	免費
活動地點	本中心
名額	8人

## 青春集結號 - 小店經營隊

打造由青年人主導的品牌，和製作隊合作討論現時適合現時青少年喜歡的产品及營銷模式。產品會於最後一節於市集中販賣，並由經營小隊制定價錢進行市場營銷。

備註/導師簡介/注意事項：  
\*包材料費  
\*負責職員：Christy姑娘/  
藍藍姑娘

對象	16-24歲
日期/星期	每月兩次開會 (日期待確定)
時間	待確定
收費(元)	免費
活動地點	本中心
名額	12人

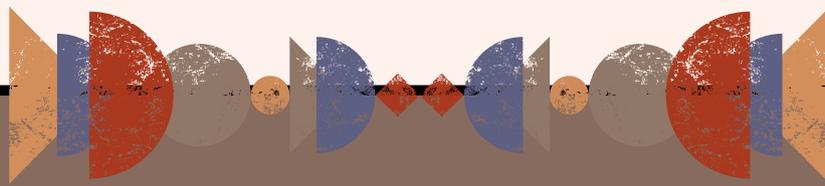
## 劇本殺-各懷鬼胎

真人推理遊戲，每個參加者都扮演劇本角色，並找出撲朔迷離的懸案真相，各懷鬼胎地尋找兇手的同時，默默完成自己的秘密任務。

備註/導師簡介/班組注意事項：  
\*負責職員：Q sir

對象	13-18歲
日期/星期	26/4 (週五)
時間	17:00-19:00
收費(元)	\$50/1節
活動地點	本中心E-lab
名額	6人





# 報名需知

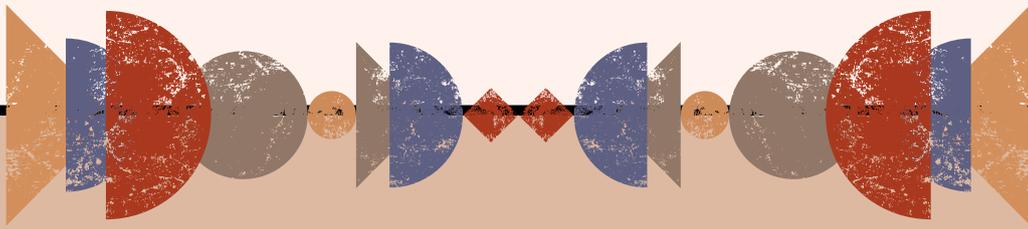
## 參加資格

1. 本單位舉辦的活動及課程，主要是為 6 至 24 歲人士而設計，部分活動亦適合家長或 6 歲以下的幼童參加；所有符合活動參加資格的人士，均可報名。
2. 所有報名申請，經網上/到本單位繳費及填報所需資料，參加資格方會被確認。
3. 部分活動為本會會員提供收費優惠；如欲取得有關優惠，繳費時必須以『會員』身份登入會員易網站 (easymember.hk) 進行網上或親臨本單位報名。
4. 歡迎申請成為會員或青協之友：
  - 會員: 6 至 35 歲
  - 青協之友: 6 歲以下或 35 歲以上有興趣申請者可登入「青協·會員易」網站 (easymember.hk) 填寫會員 / 青協之友申請表或親臨香港青年協會各服務單位辦理申請手續。

## 網上繳費注意事項

1. 如欲於網上報名，只需登入「青協·會員易」easymember.hk 直接報名及繳費。
2. 如需享用會員優惠價報名，參加者於報名時必須已登記成為青協會員 / 之友。並完成個人資料核實；電子會員證上顯示 2 個符號。
3. 參加者如因未核實會員身份而需以非會員價報名，一經繳付，將不會退回會員及非會員的收費差價。
4. 每次繳費最多可同時處理八個活動的報名。





## 活動收費

1. 「網上概覽」及「青協·會員易」列出的收費，除特別註明外，在一般情況下，為會員優惠收費，並已包括所有支出；如參加者對收費有任何疑問，可向本單位查詢。
2. 除活動註明會向達到指定要求的參加者發出證書之外，其他活動的參加者在完成活動後，可向本單位申請「出席證明信」，每張收費港幣 20 元。
3. 所有活動費用，均由各活動舉辦單位收取。若於單位報名，單位將發出正式收據；若於網上報名，系統將發出電子賬單及確認電郵，以茲憑證。

## 繳費方式

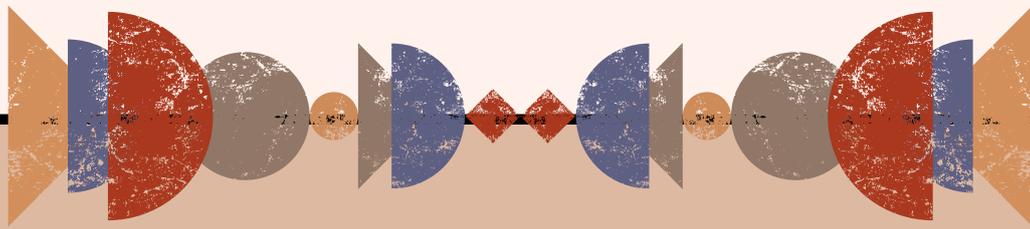
### 親身報名

1. 請將活動費用逕交有關活動的舉辦單位。
2. 所有舉辦單位均接受參加者以現金或劃線支票方式繳費。
3. 繳費時，如有疑問，請即時向職員查詢。
4. 繳費後，請保存收據；如活動取消，須憑收據退回款項。本會有可能要求出席者出示收據，以保障參加者的權益。

### 網上報名

1. 網上報名只接受參加者以信用卡（VISA 或 MASTER）、八達通或繳費靈付款（繳費靈只支援桌面版本）。
2. 活動費用轉帳後，請儲存或列印收據，作正式收據之用，本單位將不會另行印發活動收據。本單位有可能要求出席者出示收據、「青協會員證」及身份證明文件，以保障參加者的權益。
3. 如就活動內容或安排有任何疑問，請向本單位職員查詢。\*由於部份網上付款工具機構保安措施執行嚴格，如付款人尚未啟用合適設定，將有機會未能於「青協·會員易」成功繳費。如繳費時遇上問題，請聯絡選用的銀行機構，並了解繳費詳情。付款人亦可登入「青協·會員易」查看報名紀錄，以確認活動已成功報名。\*繳費後，表示有關活動的參加資格已獲得正式確認；參加資格不能轉讓，所繳費用概不退回。





## 活動更改或取消

本單位可就已刊登之活動作出修改，而不作另行通知。

所有活動詳情，以本單位最新公佈為準。

1. 本會不接受參加者因私人事故而缺席活動之退款申請。
2. 如報名人數不足，舉辦單位保留取消活動的權利，以確保資源善用；參加者所繳費用，會按程序全數退回。
3. 如活動遇特別事故（例如：颱風、暴雨、疫症等）或舉辦單位因行政理由（例如：導師生病、突發性停電等），導致活動未能如期舉行，舉辦單位將在情況許可下，安排補課或改期。
4. 倘若單位因上述(3)之原因而導致活動取消，參加者所繳費用，會按程序退回。
5. 舉辦單位保留更改活動及退款決定的權利。
6. 退款者請於原定活動開辦日期後三個月內，辦理退款手續，逾期恕不受理。

## 退款手續

1. 如獲本單位通知退款，退款者請於原定活動開辦日期後三個月內，辦理退款手續，逾期恕不受理。
2. 所有透過網上報名所收取的手續費將一概不獲退還。
3. 若以信用卡繳費，一般會經由信用卡公司辦理退款手續，退款期要視乎信用卡公司審理退款申請的安排而定。
4. 若退款者需由家長或監護人代辦退款，退款時必須出示收據正本及退款者身份證明文件副本到指定的單位辦理退款手續。

## 活動拍攝

本單位於活動進行期間將會進行拍攝或錄影，有關相片或活動片段只用作推廣本會服務用途。

# 恶劣天气活动安排

天氣恶劣指引	中心服務	中心內課程或活動	戶外活動	
			一般戶外活動	水上或野外活動
一號颱風信號	照常開放	照常進行	視乎天氣而定	立刻停止或取消*
三號颱風信號	照常開放	照常進行	視乎天氣而定	取消*
八號或更高颱風信號	暫停開放#	取消或立即停止#	取消*	取消*
黃色暴雨警告	照常開放	照常進行	視乎天氣而定	視乎天氣而定
紅色暴雨警告	照常開放	照常進行	取消或延期*	取消或延期*
黑色暴雨警告	暫停開放+	取消或延期+ (如課程或活動已開始, 照常進行)	取消或延期*	取消或延期*
雷暴警告	照常開放	照常進行	視乎天氣而定	視乎天氣而定

**備註:** 當信號/警告懸掛, 而活動照常進行時, 家長可自行決定是否讓子女繼續參加活動, 唯若參加者缺席活動, 本會將不會辦理退款。

**#** - 如信號在青年空間開放前發出, 青年空間將暫停開放。青年空間會在天文台除下信號兩小時後恢復開放。若信號在下午七時後(星期三至六)才除下, 當天晚上青年空間則仍停止開放;若信號在星期一及二下午三時後才除下, 當天下午青年空間則仍停止開放。

**+** - 如信號在青年空間開放後發出, 請家長儘快到青年空間接子女回家。

- 如黑色暴雨警告在青年空間開放前發出, 青年空間將暫停開放。在天文台除下黑色暴雨警告兩小時內恢復開放。若黑色暴雨警告在下午八時後(星期三至六)才除下, 當天晚上青年空間維持停止開放。若黑色暴雨警告在下午四時後(星期一至二)才除下, 當天下午青年空間維持停止開放。

**\*** - 如黑色暴雨警告在青年空間開放後發出, 青年空間將讓會員留於單位內, 確保安全情況下離開。

- 若上午七時已發出上述信號, 上午或全日舉行的戶外活動取消或延期。

- 若中午十二時已發出上述信號, 下午舉行的戶外活動取消或延期。



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.



# 賽馬會天耀青年空間

📍 天水圍天耀社區中心二至四樓 📞 2445 4868

🌐 [ty.hkfyg.org.hk](http://ty.hkfyg.org.hk) 📘 @HKFYGTY 📷 @hkfyg.ty

