



基督教家庭服務中心
Christian Family Service Centre



2019年2月至5月課程
專為60歲以上人士而設

LIFE BEGINS At 60

養生健康

文化藝術

生活藝術

資訊科技

同步開行

經濟理財

課程目錄 頁數

會員資訊天地	
世界愛笑日 😊	3
山林浴 🌿	4
泰式奶茶調製實習班 (新)	5
咖啡拉花藝術興趣班 (新)	6
有機咖啡肥皂工作坊 (新)	7

活動/課程推介	
低糖葡萄奇異果果醬工作坊 (新)	8
低糖芒果菠蘿果醬工作坊 (新)	9
紅色雜蔬酵素工作坊 (新)	10
生薑酵素工作坊 (新)	11
西瓜杯墊/洗碗布 (鉤針) (新)	12
海星杯墊/洗碗布 (鉤針) (新)	12
Zip Zap網格披肩 (鉤針) (新)	13

生活藝術系列	
卡通捲紙樂 🎨	14-15

課程目錄 頁數

養生健康系列	
腰背水中健體班	16
膝關節水中健體班	17
身體撥筋保健法	18
面部撥筋保健法	19

文化藝術系列	
書法初階(篆書及楷書)	20
中國水墨畫花鳥課程(A及B)	21
舞出動力-排排舞	22

資訊科技系列	
Google Map地圖實用教學	23
公共交通應用小百科 (新)	23
人像攝影技巧	24
2019香港美景(一)	25

同步聞行系列	
走訪探秘鹽田梓 (新)	26



世界愛笑日2019

愛笑瑜珈大使一年一度 實踐社區服務活動
Laughter Ambassador(LA) Practice Workshop

笑出健康，就是以笑引發健康。

笑出健康，就是以笑帶動健康。

『愛笑瑜珈』Laughter Yoga提倡以歡笑帶動身體及心靈的健康，
既可減緩壓力，又可舒展身心，讓大家笑出好心情，活出真健康！

日期：2019年5月5日（星期日）

時間：下午12:00至5:00（暫定）

地點：待定

集合時間及地點：九龍觀塘翠屏道3號基督教家庭服務中心4樓集合
（集合時間：下午12時備有專車接送）

內容：實踐『愛笑瑜珈』所學的理论，靈活歡笑感染他人。

協助長者群體參與現場600位參加者慶祝活動及享受歡樂氣氛。

收費：\$20（名額有限先到先得）

帶領導師：余狄夫先生（DICK YU）

負責職員：許淑儀姑娘 / 黃金鳳姑娘（2357 9963）



導師簡介

余狄夫老師（DICK YU）是『笑出健康協會』創辦人/主席，認可『愛笑瑜珈』領袖及導師，授業於Laughter Yoga始創人 Dr. Madan Kataria。在全港各區已組織多達20個以上的《香港愛笑俱樂部》！希望大眾得到健康歡樂的人生，生活充滿正能量，推動互相關懷及彼此尊重的友愛精神！DICK的腳印不但踏遍全港，笑聲亦不斷傳遍各社區及工商機構，亦得傳媒廣泛正面報導。

山林浴大埔滢

在匆促緊張都市生活中，何妨偶爾到郊野林中，放慢腳步，用五感接觸蒼翠山林四周景物，接受大自然賜予的芬多精與負離子，放鬆自己，沐浴其中，讓恬淡寧謐注滿心懷，享用一頓心靈盛宴。



	日期	集合時間	集合地點	收費
(PE)HA/18/065	2019年3月22日(五)	上午9:00	港鐵大埔墟站 A3出口	\$120 (只限會員) *車費自行支付
(PE)HA/19/005	2019年5月20日(一)			

路程難度：★★☆☆☆

負責職員：黃金鳳姑娘/葉倬男姑娘 (2357 9963)

參加者須知

- 請穿著運動便服及運動鞋。
- 按個人需要自備食水、防蚊用品及雨具。
- 本活動由「同行共創有限公司」協辦

泰式奶茶調製實習班

泰式奶茶是一種獨特的風味，
與傳統港式奶茶口感有別，香醇幼滑。
掌握方法，親自調製一杯泰式奶茶，與朋友分享。

	日期	時間	地點	收費
A班 (PE)LL/18/127	2019年3月15日(五)	下午2:00 至 下午4:00	九龍觀塘翠屏道3號 基督教家庭服務中心 709室	\$180 (已包括實習 材料費) *只限會員
B班 (PE)LL/19/021	2019年5月17日(五)			



導師：Sunny Bill - 澳洲認可咖啡師，前快餐店東主
負責職員：黃金鳳姑娘/葉倬男姑娘 (2357 9963)



意式咖啡是現今流行的咖啡飲品之一，

本課程教授花式調製，導師從旁指導，親自調製咖啡。

咖啡拉花藝術興趣班

	日期	時間	地點	收費
A班 (PE)LL/19/022	2019年5月10日(五)	下午2:00 至 下午4:00	九龍觀塘翠屏道3號 基督教家庭服務中心 709室	\$220 (已包括 材料費) *只限會員
B班 (PE)LL/19/023	2019年6月21日(五)			



導師：周祥明女士 - 2011年度香港咖啡師比賽冠軍

負責職員：黃金鳳姑娘/葉倬男姑娘 (2357 9963)

有機 咖啡肥皂 工作坊

(PE)LL/19/O24

咖啡用途廣，品嚐一杯咖啡後，將咖啡渣用作家居種植，除臭，清潔..等等既經濟，更環保。

日期：2019年6月8日 (星期六)

時間：下午2:00至4:00

地點：九龍觀塘翠屏道3號基督教家庭服務中心709室

收費：\$150(已包括材料費)*只限會員

導師：黃嫻群女士 -歐洲精品咖啡協會認可咖啡師

負責職員：黃金鳳姑娘/葉倬男姑娘 (2357 9963)



自家製作容易上手的低糖健康手工果醬，即日完成100g果醬包括入瓶及花紙裝飾。下半部會示範玻璃瓶消毒。

手工果醬用途廣泛：早餐配以麵包，或酸奶配與燕麥再加入手工果醬，快捷又夠營養。而下午茶點亦可用於甜品或蛋糕topping，真係必選！果醬更可配與梳打或冰水，補充水分之外，更能及時補足不同維他命，美容醒腦，是家中或寫字樓必備！更有多款口味能配合熱水飲用。

課堂中會講解：

- 水果不同特性
- 皮肉處理
- 成份比例
- 果醬消毒技巧

(PE)LL/18/119

低糖葡萄奇異果果醬工作坊

- 奇異果能降低血液中的膽固醇濃度，預防心血管疾病。
- 紅葡萄可以防止正常細胞癌變，並含有可預防貧血的維生素B12，其富含的鉀能夠幫助人體累積鈣質。

日期：2019年3月8日(五)

時間：下午2:00至4:00

地點：九龍觀塘翠屏道3號基督教家庭服務中心709室

收費：會員\$100、非會員\$170 (另\$10材料費於上堂時交導師)

導師：Marie Suen

負責職員：黃金鳳姑娘/葉倬男姑娘 (2357 9963)



(PE)LL/18/121

低糖芒果菠蘿果醬工作坊

- 鳳梨酵素成分高 保健胃腸健康
- 芒果防動脈硬化、防高血壓、防癌

日期：2019年3月25日(一)

時間：下午2:00至4:00

地點：九龍觀塘翠屏道3號基督教家庭服務中心709室

收費：會員\$100、非會員\$170 (另\$10材料費於上堂時交導師)

導師：Marie Suen

負責職員：黃金鳳姑娘/葉倬男姑娘 (2357 9963)



酵素對人體有血液淨化作用，能分解、排泄血液中的廢物和炎症所產生的毒素；同時可以降低血脂、血粘，從根本上改善心腦血管的生理機能，有效預防和改善“三高症”。

*紅色雜蔬+生薑酵素有助調理體寒

(PE)LL/19/003

紅色雜蔬酵素工作坊



日期：2019年4月15日(一)

時間：下午2:00至4:00

地點：九龍觀塘翠屏道3號基督教家庭服務中心709室

收費：會員\$100、非會員\$170

(另\$10材料費於上堂時交導師)

導師：Marie Suen

負責職員：黃金鳳姑娘/葉倬男姑娘 (2357 9963)

導師簡介

Marie Suen 在日本修讀室內設計，及後再到東倫敦大學完成建築碩士學位。承傳了年青時曾接觸藝術和設計多年所致。Marie曾為不同場合準備下午茶，並配予自家研製的低糖手工果醬。Marie 亦是飛鳥工房 Asuka Bakery 的創辦人，定期開辦工作坊，並有自家品牌手工果醬，口味多達20多款。她更定下目標，將她對設計和烘焙的技巧而設立興趣班，希望能藉著手工、嗅覺和味覺，能提高腦細胞的刺激。並會設計更多養生、低糖及無添加工作坊。

(PE)LL/19/004

生薑酵素工作坊



*紅色雜蔬+生薑酵素有助調理體寒

日期：2019年4月16日(二)

時間：下午2:00至4:00

地點：九龍觀塘翠屏道3號基督教家庭服務中心709室

收費：會員\$100、非會員\$170

(另\$10材料費於上堂時交導師)

導師：Marie Suen

負責職員：黃金鳳姑娘/葉倬男姑娘 (2357 9963)

導師簡介

Marie Suen 在日本修讀室內設計，及後再到東倫敦大學完成建築碩士學位。承傳了年青時曾接觸藝術和設計多年所致。Marie曾為不同場合準備下午茶，並配予自家研製的低糖手工果醬。

Marie 亦是飛鳥工房 Asuka Bakery 的創辦人，定期開辦工作坊，並有自家品牌手工果醬，口味多達20多款。她更定下目標，將她對設計和烘焙的技巧而設立興趣班，希望能藉著手工、嗅覺和味覺，能提高腦細胞的刺激。並會設計更多養生、低糖及無添加工作坊。

西瓜杯墊/洗碗布（鉤針）

邊個話西瓜只可以食？呢一片可愛西瓜，可以用嚟做杯墊、煲墊，仲可以用佢嚟洗碗添。（靜靜難話比大家知，其實佢仲有其他朋友仔㗎。）



	日期	時間	地點	收費
A班 (PE)LL/18/124	2019年3月26日 (星期二)	下午2:00 至 3:30 (1.5小時)	九龍觀塘翠屏道3號 基督教家庭服務中心 4樓活動室	會員\$70、 非會員\$140 (另\$20材料費於 上堂時交導師)
B班 (PE)LL/19/013	2019年4月23日 (星期二)			

本課程運用針法：鉤針 - 鎖針、短針、引拔、逆短針

*請自備拉尺、較剪、小扣針、織物用縫針及3mm - 3.5mm鉤針一支。

導師：Susanna Lo（盧珊珊）

負責職員：黃金鳳姑娘/葉倬男姑娘（2357 9963）

海星杯墊/洗碗布（鉤針）



色彩繽紛嘅海星，可以用嚟做杯墊、煲墊，仲可以用佢嚟洗碗，為家居增添一點海洋味道。

本課程運用針法：鉤針 - 鎖針、長針、引拔

*請自備拉尺、較剪、小扣針、織物用縫針及3mm - 3.5mm鉤針一支。

	日期	時間	地點	收費
A班 (PE)LL/18/126	2019年3月26日 (星期二)	下午4:00 至 下午5:30 (1.5小時)	九龍觀塘翠屏道3號 基督教家庭服務中心 4樓活動室	會員\$70、 非會員\$140 (另\$20材料費於 上堂時交導師)
B班 (PE)LL/19/014	2019年4月23日 (星期二)			

導師：Susanna Lo（盧珊珊）

負責職員：黃金鳳姑娘/葉倬男姑娘（2357 9963）

五月天，乍暖還寒的季節，常備一件薄披肩以備不時之需。有考慮自己親手鉤一件溫暖牌嗎？

送禮或自用都適用

本課程運用針法：鉤針 - 鎖針、長針、引拔

*請自備拉尺、較剪、小扣針、織物用縫針及2.5mm鉤針一支

*需具備鉤針基礎認識

Zip Zap網格披肩（鉤針）

(PE)LL/19/017



日期：2019年5月21日（星期二）

時間：下午2:00 至5:30（3.5小時）

地點：九龍觀塘翠屏道3號基督教家庭服務中心4樓活動室

收費：會員\$120、非會員\$170（另\$50材料費於上堂時交導師）

導師：Susanna Lo（盧珊珊）

負責職員：黃金鳳姑娘/葉倬男姑娘（2357 9963）

導師簡介

水瓶座織娘！醉心編織，甘願為編織而廢寢忘餐。希望憑一雙手編織愛與溫暖，更希望將編織藝術一直傳承。

捲紙 樂趣

瓦楞紙用途多，可以捲摺成可愛QQ公仔，製作講求耐性，並可訓練手、眼、腦協調。製成品送予致愛親朋，令人喜出望外。



(PE)LL/18/117

Hello Kitty

日期：2019年3月2日(六)
時間：上午9:30至12:00
地點：九龍觀塘翠屏道3號
基督教家庭服務中心709室
費用：會員\$70、非會員\$140
(另\$45材料費於上堂時交導師)
導師：孫國才先生(業餘手工藝愛好者)
負責職員：黃金鳳姑娘/
葉倬男姑娘 (2357 9963)



(PE)LL/18/118

My Melody

日期：2019年3月30日(六)
時間：上午9:30至12:00
地點：九龍觀塘翠屏道3號
基督教家庭服務中心709室
費用：會員\$70、非會員\$140
(另\$40材料費於上堂時交導師)
導師：孫國才先生(業餘手工藝愛好者)
負責職員：黃金鳳姑娘/
葉倬男姑娘 (2357 9963)

Kuromi (PE)LL/19/001



日期：2019年4月13日(六)
時間：上午9:30至12:00
地點：九龍觀塘翠屏道3號基督教家庭服務中心709室
費用：會員\$70、非會員\$140
(另\$40材料費於上堂時交導師)
導師：孫國才先生(業餘手工藝愛好者)
負責職員：黃金鳳姑娘/
葉倬男姑娘 (2357 9963)

Keroppi (PE)LL/19/002



日期：2019年5月25日(六)
時間：上午9:30至12:00
地點：九龍觀塘翠屏道3號基督教家庭服務中心709室
費用：會員\$70、非會員\$140
(另\$40材料費於上堂時交導師)
導師：孫國才先生(業餘手工藝愛好者)
負責職員：黃金鳳姑娘/
葉倬男姑娘 (2357 9963)

腰背水中健體班

(PE)HA/19/001

運動強度: ***

由美國引入的一套完備水中運動課程，透過水的特性和不同的協調運動，重點練習背腹肌，帶來肌肉的穩定力和良好的姿勢，預防腰背痛

日期：2019年4月2、9及16日(星期二)

時間：上午10：30至11：00

地點：九龍藍田復康徑七號地下

(香港復康會藍田適健中心-恆溫暖水治療池)

**藍田港鐵站D1出口步行2分鐘可達

收費：會員\$500、非會員\$570 /3堂

負責職員：黃金鳳姑娘/葉倬男姑娘 (2357 9963)

導師：KAREN(資深健體教練，擁有各類運動教練證書，
例如：水中健體、水中太極、游泳教練等證書。

如有下列情況者不適宜接受水療：

1. 傳染病
2. 大小便失禁
3. 嚴重的傷口
4. 正在接受放射性治療之病人
5. 不受控制的腦癲癇症
6. 裝有外固定器之病人
7. 不穩定的高血壓病人
8. 不穩定的糖尿病病人
9. 不穩定的心臟問題病人
10. 曾中風人士
11. 怕水
12. 有精神科問題之病人
13. 行為或認知問題之病人
14. 需輔助步行器人士



膝關節水中運動班 (PE)HA/19/002

透過水中運動能得到最有效及安全地強化雙腿肌力及平衡力。設10式膝關節動作練習，以舒緩膝痛及膝關節的問題，同時，在水中練習，能让你得到雙腿力量的改善之外，更能讓你感受到在水中運動的樂趣。

日期：2019年5月9、16及23日(星期四)

時間：上午9：30至10：30

地點：九龍藍田復康徑七號地下

(香港復康會藍田適健中心-恆溫暖水治療池)

**藍田港鐵站D1出口步行2分鐘可達

收費：會員\$500、非會員\$570 /3堂

負責職員：黃金鳳姑娘/葉倬男姑娘 (2357 9963)

導師：KAREN(資深健體教練，擁有各類運動教練證書，
例如：水中健體、水中太極、游泳教練等證書。

如有下列情況者不適宜接受水療：

1. 傳染病
2. 大小便失禁
3. 嚴重的傷口
4. 正在接受放射性治療之病人
5. 不受控制的腦癲癇症
6. 裝有外固定器之病人
7. 不穩定的高血壓病人
8. 不穩定的糖尿病病人
9. 不穩定的心臟問題病人
10. 曾中風人士
11. 怕水
12. 有精神科問題之病人
13. 行為或認知問題之病人
14. 需輔助步行器人士

(PE)HA/19/004

身體鬆筋保健能夠揉軟肌肉，肌肉得以放鬆，改善氣血流動，加速新陳代謝，減低身體腫脹，使體態健康，窈窕，充滿活力！

日期：2019年4月9日(星期二)
時間：下午2:00至3:30
地點：九龍觀塘翠屏道3號
基督教家庭服務中心709室
收費：會員\$120、非會員\$170
導師：Tammy Tam (譚亦好女士)
負責職員：黃金鳳姑娘/
葉倬男姑娘 (2357 9963)

身體撥筋保健法

(PE)HA/19/003

面部撥筋保健法

教授如何加速新陳代謝，疏通經絡，暢通氣血，深層排除面部毒素，促進血液循環，美白斑斑，提升面部輪廓，使皮膚從內到外緊實、紅潤通透及有光澤。

日期：2019年4月30日(星期二)

時間：下午2:00至3:30

地點：九龍觀塘翠屏道3號基督教家庭服務中心709室

收費：會員\$120、非會員\$170

導師：Tammy Tam (譚亦好女士)

負責職員：黃金鳳姑娘/葉倬男姑娘 (2357 9963)

導師簡介



譚亦好女士(Tammy)，超過25年美容教學經驗，曾於美容專業學校任教(美容護理、專業化妝、香薰穴位按摩美容等的專業證書課程)。近年更在不同機構、公司、學校、教會，積極推動個人、家庭及親子保健課程，強調人體的保健可以透過一些簡單的按壓或推刮穴位和反射區，便能增強人體免疫力，激發人體自身的自癒能力等。使血氣失衡或阻塞等不適，得以漸漸減輕及改善，回復健康及平衡狀態。

書法初階



		日期	時間	地點	收費
A 篆 書	(PE)LL/19/007	2019年3月6日至5月15日 (逢星期三) *17/4、24/4 及1/5除外 (舊生優先 額滿即止) *新生必須先聯絡負責職員	下午1:00 至 下午2:00	九龍清水灣道11號 牛池灣市政大廈3樓 【美術室2】 (牛池灣文娛中心) *彩虹港鐵站B出口	會員\$350 非會員\$420 (共8堂)
	(PE)LL/19/015	2019年5月22日至6月26 日(逢星期三) (舊生優先 額滿即止) *新生必須先聯絡負責職員			會員\$270 非會員\$340 (共6堂)
B 楷 書	(PE)LL/19/008	2019年3月6日至5月15日 (逢星期三) *17/4、24/4 及1/5除外 (舊生優先 額滿即止) *新生必須先聯絡負責職員	下午2:00 至 下午3:00	九龍清水灣道11號 牛池灣市政大廈3樓 【美術室2】 (牛池灣文娛中心) *彩虹港鐵站B出口	會員\$350 非會員\$420 (共8堂)
	(PE)LL/19/016	2019年5月22日至6月26 日(逢星期三) (舊生優先 額滿即止) *新生必須先聯絡負責職員			會員\$270 非會員\$340 (共6堂)



導師：李靜芬女士

負責職員：黃金鳳姑娘/葉倬男姑娘 (2357 9963)



導師簡介

李靜芬學習書法多年。於2012-2014年參加了由聖雅各福群會延續教育中心主辦的「第一屆中國書法專業文憑課程」，隨陳用博士、繆紹燦老師、任貫中老師、劉紹棠老師學習書法。在老師悉心教導下，不僅認識了篆、隸、楷、行、草等書體，也臨摹過不少碑帖，如石鼓文、泰山刻石、禮器碑、張遷碑、褚遂良聖教序、馮承素蘭亭序、王羲之十七帖等等。現為香港弘雅丹學會會員。

中國水墨畫花鳥課程A

	日期	時間	地點	收費
(PE)LL/19/009	2019年3月7日至 4月25日(逢星期四) (舊生優先 額滿即止) *新生必須先聯絡負責職員	下午2:05 至 下午3:25	九龍清水灣道11號 牛池灣市政大廈3樓 【美術室2】 (牛池灣文娛中心) *彩虹港鐵站B出口	會員\$400 非會員\$470 (共8堂)
(PE)LL/19/011	2019年5月2日至 6月27日(逢星期四) (舊生優先 額滿即止) *新生必須先聯絡負責職員			

中國水墨畫花鳥課程B

	日期	時間	地點	收費
(PE)LL/19/010	2019年3月7日至4月25日 (逢星期四) (舊生優先 額滿即止) *新生必須先聯絡負責職員	下午3:35 至 下午4:55	九龍清水灣道11號 牛池灣市政大廈3樓 【美術室2】 (牛池灣文娛中心) *彩虹港鐵站B出口	會員\$400 非會員\$470 (共8堂)
(PE)LL/19/012	2019年5月2日至6月27日 (逢星期四) (舊生優先 額滿即止) *新生必須先聯絡負責職員			

導師：陳玉華女士

負責職員：黃金鳳姑娘/葉倬男姑娘 (2357 9963)



自小喜愛寫畫,師從余元佳老師、吳培疆老師、何永祥老師、盧清遠老師等。

2010-2012在聖公會參加導師班課程。

2015-16香港中文大學專業進修學院中國水墨畫文憑課程。

多次參加各地展覽:包括韓國亞細亞美術招待展、台灣亞太彩墨聯盟、慶祝中華人民共和國69周年國慶大匯展、海峽兩岸名家書畫巡迴展、深圳力嘉文化產業園書畫展、香港美術研究會會員作品展、香港紅荔書畫會年展、嶺峰書畫會作品展、香港弘雅丹青學會會員作品展及其他大小展覽。

現任 香港弘雅丹青學會 主席
南天畫會(香港) 創會理事
翰苑傾情書畫會 顧問
彩墨莊書畫會 顧問

香港美術研究會 會員
香港紅荔書畫會 永久會員
墨色間香港水墨研究會 永久會員
基督教悅齡書水墨畫班 導師

排排舞『Line Dance』，是一種集體的舞蹈，
亦是一種健康運動，既可鍛鍊體魄，增強身體關節靈活、
筋腱的柔軟度及心肺功能外，循著旋律又可減壓鬆弛情緒。

舞出動力排排舞

Line Dance



日期	時間	地點	收費
第33期 (PE)LL/19/005 27/2、6/3、20/3、27/3、3/4、 10/4/2019 (逢星期三) *13/3除外	(A 班) 上午9:30至 10:45 (舊生優先)	九龍觀塘翠屏道3號 基督教家庭服務中心 709室(跳舞室)	會員\$120、 非會員\$190 /6堂
第34期 (PE)LL/19/006 17/4、24/4、8/5、15/5、22/5、 29/5/2019 (逢星期三) *1/5除外	(B 班) 上午11:00至 12:15 (舊生優先)		

負責職員：黃金鳳姑娘/葉倬男姑娘 (2357 9963)



導師簡介

R&H GROUP 是一班排排舞『Line Dance』的熱愛人士，她們希望藉著教授舞蹈，讓退休朋友們都能樂在其中，如組名R&H GROUP一樣 RETIRED & HAPPY，享受聚會時大家參與的那份跳躍喜悅。

講解Google Map之應用包括定位、搜尋目的地及策劃路程等，並推介熱門交通工具Apps。

(PE)LL/19/019

Google Map地圖實用教學



- 日期：2019年4月1及8日（星期一）
時間：下午2:30至4:00
地點：九龍觀塘翠屏道3號基督教家庭服務中心709室
收費：會員\$150、非會員\$220/ 2堂
導師：葉振康先生（資深電腦導師）
負責職員：黃金鳳姑娘/葉倬男姑娘（2357 9963）
*【學員需自備蘋果(Apple)或Android(例如三星、LG)智能手機】

分享公共交通必備Apps，包括巴士app，港鐵app等等。

(PE)LL/19/020



公共交通應用小百科

- 日期：2019年4月29日及5月6日（星期一）
時間：下午2:30至4:00
地點：九龍觀塘翠屏道3號基督教家庭服務中心4樓活動室
收費：會員\$150、非會員\$220/ 2堂
導師：葉振康先生（資深電腦導師）
負責職員：黃金鳳姑娘/葉倬男姑娘（2357 9963）
*【學員需自備蘋果(Apple)或Android(例如三星、LG)智能手機】



導師簡介

葉振康先生(Warren Yip)於電腦行業工作超過10年，現任香港IT人協會理事長。在培訓範疇上，亦是ERB註冊培訓導師。在資訊科技界內，葉先生亦曾擔任中山市數碼先鋒號技術顧問、中小學中文輸入法比賽委員、網上正氣大聯盟委員及RoboCup Junior Open Competition, HKSAR Judge。

教授人像拍攝基本技巧，拍攝工具應用。

日期：2019年2月21日及3月28日(星期四)*室內課程

2月28日及3月7、14、21日(星期四)*外攝課程

時間：下午2:30至5:30

地點：九龍觀塘翠屏道3號基督教家庭服務中心709室

外攝課程地點由導師安排

收費：會員\$360、非會員\$430/ 6堂

導師：黃志剛先生

負責職員：黃金鳳姑娘/葉倬男姑娘 (2357 9963)

【學員需帶備數碼相機，數碼單反／無反更佳】

【外攝期間的車費及膳食費由學員自付】



(PE)LL/18/128

本課程帶領學員運用不同的拍攝技巧，盡攝香港四季不同的美景。課程除備有理論課外，亦包含外攝實踐，讓學員能學以致用。

2019香港美景(一)^{(PE)LL/19/018}

日期：2019年3月13至4月17日（逢星期三）

時間：下午2:30

地點：全外攝活動，地點由導師安排

收費：會員\$360、非會員\$430/ 6堂

導師：黃志剛先生

負責職員：黃金鳳姑娘/葉倬男姑娘（2357 9963）

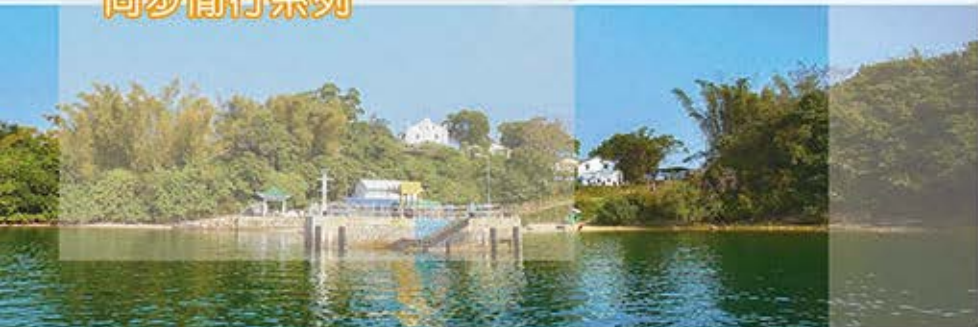
【學員需帶備數碼相機，數碼單反／無反更佳】

【外攝期間的車費及膳食費由學員自付】



導師簡介

黃志剛先生(CK)有超過15年數碼攝影的經驗，現任攝影指導及網絡攝影導師。喜歡生活上各類 的拍攝體驗，閒暇亦與朋友參與航拍活動！



鹽田梓是西貢區的一個小島，島上有一個二百多年歷史的客家村落，全村信奉天主教。鹽田梓原為漁村，島上設有鹽田，而居民從事曬鹽工作為主，現時全島居民已遷出。

日期：2019年3月29日(星期五)

集合時間：上午 10:00

集合地點：西貢海濱公園(西貢巴士總站旁)

活動全程：約三小時

路程難度：★☆☆☆☆

收費：會員\$130、非會員\$200

導師：區顯輝老師

負責職員：黃金鳳姑娘/葉倬男姑娘 (2357 9963)

備註：費用不包括來回鹽田梓街渡之費用(約\$45~50)

導賞將以粵語進行。

參加者宜穿著輕便衣服、舒適鞋履。

帶備食水及晴雨用具。

費用包簡便午餐。

走訪探秘鹽田梓



(PE) HA/18/062



導師簡介

曾任：康樂及文化事務署
旅遊匯聚
香港基督教女青年會
嘉道理農場暨植物園
香港濕地公園
綠田園基金

兼職園藝導師
生態講座導師
文化古蹟導賞
環境保育導賞
濕地生態導賞
有機耕種導師

基督教家庭服務中心







基督教家庭服務中心
Christian Family Service Centre



會員申請表

(請在 ☐ 中加✓)

☐ 新會員 ☐ 續會 ☐ 補發會員証

會員編號：_____ (由本薈填寫)

姓 名：_____ (中文) _____ (英文)

身份證號碼：_____ 性 別：_____

出生日期：_____ 年 _____ 月 _____ 日 年 齡：_____

居住地址：_____

電郵地址：_____

住宅電話：_____ 手提電話：_____

教育程度：_____ 個人興趣/專長：_____

職 業：☐ 退休：_____ (請填寫退休前最後一份職業) ☐ 在職：_____

緊急聯絡人姓名：_____ 關係：_____ 聯絡電話：_____

從何途徑取得本薈資料：☐ 網頁/facebook ☐ 海報/單張 ☐ 報章 ☐ 朋友推介

☐ 其他(請註明)：_____

申請人簽署：_____ 日 期：_____

報名表

個人資料聲明：有關報名表上提供的個人資料，將用作處理閣下報讀本營課程／活動的有關事宜，如合辦、協辦課程／活動，該資料將按需要交予有關機構。本營亦會向閣下寄出宣傳資訊，但如獲閣下書面通知不想再收取此資訊時，則會停止寄出該等資訊。閣下有權要求查閱及更正任何閣下提供的資料。

(* 請刪去不適用項目)

姓名：_____ (中文) _____

(英文)

聯絡電話：_____ 電郵地址：_____

會員：* 是 / 否，如是，會員號碼：_____

編號	課程 / 活動名稱	費用
合計：		

郵寄報名：請填妥此表格連同劃線支票(抬頭註明「基督教家庭服務中心」)，寄回「九龍觀塘翠屏道三號四樓基督教家庭服務中心悅齡營」。

從何途徑取得本課程／活動資料：
☐ 網頁 / facebook ☐ 海報 / 單張 ☐ 報章 請在 ☐ 中加 ☒
☐ 朋友推介 ☐ 其他：_____

申請人簽署：_____ 日期：_____

如課程或活動報名人數不足，該課程或活動將取消，並會安排退款。

報名及上課須知

- 如活動兩小時前懸掛3號颱風訊號或紅色暴雨警告訊號，戶外活動將取消，而室內活動將照常舉行。如活動兩小時前懸掛8號或以上颱風訊號或黑色暴雨警告訊號，所有活動及課堂將取消。本中心將安排補課而不作退款。
- 繳費後，請依照收據所列之日期、時間及地點上課，恕不另行通知；若有更改，本中心才會另行通告。
- 課程只供已付款之申請人參加；若因事缺席者，不能找他人代替出席或攜同親人旁聽。
- 在課堂期間，不可擅自宣傳活動。
- 上課時，請按導師指示進行活動，並尊重他人。
- 一般情況下已繳交之費用，概不退還及不得轉讓。
- 如課程或活動報名人數不足，將會取消。本中心會在該課程或活動舉行之7日前通知，並會在稍後安排退款。
- 接待處收費時間：早上8：30至中午12：00及下午12：30至5：30

申請須知

1. 入會資格：年滿60歲或以上人士（由2018年6月1日起）
2. 首年入會費用為\$70，其後續會每年\$50
3. 若遺失會員証，需繳付\$10補領費
4. 會籍不得轉讓他人
5. 歡迎會員成為本會真光苑及順安長者地區中心義工，詳情請致電 23579963 或 27271234與當值職員聯絡

6. 申請方法

- 6.1 親身前往基督教家庭服務中心真光苑或順安長者地區中心，填妥會員申請表連同現金或劃線支票\$70付予「基督教家庭服務中心」或
- 6.2 郵寄申請表連同劃線支票\$70付予「基督教家庭服務中心」至九龍觀塘翠屏道3號4樓基督教家庭服務中心「悅齡薈」。

7. 會員福利

- 7.1 優先參與悅齡薈活動或報讀課程
- 7.2 以優惠價錢參與悅齡薈活動或報讀課程
- 7.3 享受會員購物優惠

8. 收集及使用資料聲明

- 本表格收集之個人資料將用作處理及跟進你的會籍申請，發放本薈訊息/通告，收集意見，進行研究分析及紀錄用途。
- 本薈有權將參加者上課或參與活動所拍攝之相片或錄像，用作宣傳及推廣服務之用途。
- 你向本薈提供個人資料純屬自願，若你未能夠提供足夠個人資料，本薈可能無法處理你的申請或提供有關服務。
- 所收集的個人資料絕對保密。
- 如你不想再收取此資訊時，請以書面通知，本薈將停止寄出資訊。
- 你有權要求查閱及更正你所提供的資料。

9. 退出服務程序

- 9.1 任何時間會員有權退會
- 9.2 退會時請交回會員証
- 9.3 於會籍到期後未有辦理續會者，均視為「自動終止」服務論
- 9.4 所有已繳款項，不設退款

10. 免責條款

如有任何異議，本薈保留最終決定權。



基督教家庭服務中心悅齡薈

報名及查詢：九龍觀塘翠屏道3號4樓 及

九龍觀塘順安邨安逸樓地下13-14號

查詢電話：2357 9963 / 2727 1234



: www.facebook.com/cfscprimelink