

2025年9-11月

恆常課程

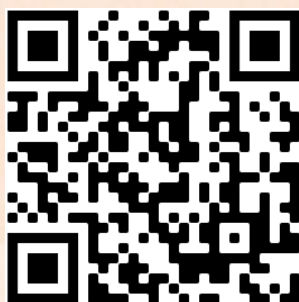


 <https://ecourse.ywca.org.hk>

網上報名系統

方便快捷

靈活付款方式



電話 2700 1700



電郵 kcfwc@ywca.org.hk



網頁 <https://fwckc.ywca.org.hk>



Facebook

Y-Family 女青賽馬會家庭健康促進中心
www.facebook.com/YWCAKCFWC



Whatsapp 6991 6363



九龍何文田窩打老道文福道 5 號 1 樓

所有活動資料以本中心最新公布為準。

如有查詢，請與本中心職員聯絡。

報讀活動/課程須知

1. 會員報名時必須出示有效之會員證或提供會員編號，方可以會員價報讀課程。
2. 凡報名參加活動或課程，均以先到先得方式處理，並需付款作實。
3. 每月開辦之恆常班，舊學員須於開課前最少一星期繳交下期學費，否則當退學論，名額將給予其他報名人士。
4. 報名前，請留意各活動及課程舉行之日期及時間，以免相撞。如出現此情況，本中心恕不負責及退款。
5. 所有活動、學術及興趣班之詳情以最新公佈為準，本中心將保留更改任何資料之權利。
6. 參加者須繳付全期課程，亦不得以缺席為理由要求減學費。所有活動及課程一經報名，將不設退款或轉讓。如因個人理由要轉班，每班收取行政費\$50，並須於兩個月內完成轉班手續。節日特別活動：課程報名一經確定後不得更改至其他課程或取消，所有已繳付之費用亦不設退款或轉讓予他人。
7. 如遇天氣問題，請參考本中心「颱風及暴雨警告措施」，恕不作個別通知，如因天氣影響，恆常班恕不補堂/退款，單次活動則按中心職員通知為準。
8. 如活動因本中心之原因或收生不足而取消，將於活動舉行前最少一星期通知，參加者可選擇退款或將報名費延至下一期。
9. 請保留收據至活動完結。
10. 參加者請小心保管私人財物，如遺失，本中心恕不負責。
11. 於課程或活動時所拍攝的相片或錄像，將會用作宣傳及推廣用途。若參加者不欲被拍攝或其影像被使用，歡迎通知本中心職員以作安排。
12. 本中心之第三者責任保險必須為香港居民。

退款指引

如因本中心更改或取消活動，參加者可於獲通知後兩個月內帶同收據到本中心辦理退款手續，逾期恕不辦理，敬請留意。



中心消息

中心開放時間

本中心 1/9-30/11 開放時間 (逢星期日及公眾假期休息)

時間	Mon(一)	Tue(二)	Wed(三)	Thu(四)	Fri(五)	Sat(六)
9:30am – 12:30pm						
2:00pm – 5:30pm						
5:30pm – 7:30pm						

公眾假期本中心暫停開放: 1/10; 7/10; 29/10



中心開放



中心內部辦公 · 不對外開放

颱風或暴雨警告措施

請各會員及參加本中心活動之人士注意，為保障各位安全，當遇以下颱風及暴雨警告訊號時，本中心將採取以下措施：

颱風訊號	暴雨警告訊號	中心內活動	中心外活動
T1 一號風球	黃色暴雨	✓ 照常進行	✓ 照常進行
13 三號風球	紅色暴雨	✓ 照常進行	室內活動繼續; 室外活動取消 (活動前 2 小時仍然懸掛，活動將會取消)
8 八號或以上風球	黑色暴雨	未開始的活動 活動前 2 小時內懸掛，活動取消 活動進行期間 中心將關閉及停止所有活動。為保障大家的安全，請留在本中心直至安全情況下方可離開。	✗ 取消 (活動前 2 小時仍然懸掛，活動將會取消)

1. 天文台除下 8 號風球 / 黑色暴雨警告訊號後 2 小時 本中心將恢復辦公，惟戶外活動則需按情況而決定是否繼續進行。
2. 如因颱風或暴雨警告訊號影響之班組活動、小組活動等，本中心保留是否作出補課之權利，在此情況下取消之活動，均不獲安排退款。
3. 以上安排，只作一般情況參考，參加者及家長須考慮各自地區安全情況及交通等環境問題，決定是否接送子女前往中心參加活動，在此情況下缺席課堂，均不獲退款及補課。

如有任何疑問，歡迎致電 2700 1700 向職員查詢。

龍城同心賀國慶

全城關愛社區嘉年華

27.9.2025(六)

免費入場

2:00-4:30pm

香港基督教女青年會社會服務大樓
(九龍何文田窩打老道山文福道5號地下)

完成指定項目，
可獲**熊貓小禮物**乙份
(數量有限，送完即止)



即掃 QR code 報名

Welcome to the
YWCA



查詢：2700 1700

(活動內容如有更改，恕不另行通知)

「兒童為本」遊戲治療

「小鳥飛翔、魚兒暢游、兒童遊戲」(Landreth 1991)，
「遊戲」是兒童最自然的溝通方式，他們透過玩具表達自己的想法、感受及需要。

遊戲治療能夠幫助兒童：

- ✓ 提升自信心
- ✓ 學習自我控制
- ✓ 建立健康的自我形象
- ✓ 提升責任感
- ✓ 舒緩緊張焦慮的情緒
- ✓ 提升解難能力
- ✓ 學習適當表達感受的方法



對象: 3-10歲之兒童

形式: 每次遊戲治療為45分鐘，家長諮詢為1小時

收費（6節遊戲治療+2節家長諮詢）

	家庭總收入 \$30,000以下	家庭總收入 \$30,001-\$50,000	家庭總收入 \$50,000以上
註冊遊戲治療師 (美國遊戲治療協會)	\$3,600	\$5,400	\$7,800
實習社工或輔導員	\$300	\$500	\$700

親子衝突輔導服務

- 支援家長有效管教及處理親子衝突
- 支援家長應對孩子的情緒
- 提升親子協商能力
- 促進親子關係



對象

小三至小六學生及其家長

形式

第一節先與家長面見，隨後節數按家庭需要，安排單獨面見家長/孩子或親子一同面見

每6節收費(每節1小時) 由註冊社工負責

家庭總收入 \$30,000以下	家庭總收入 \$30,000-\$50,000	家庭總收入 \$50,000以上
\$3,000	\$4,200	\$6,000



2700 1700 (查詢) 李姑娘



何文田文福道5號1樓



由2025年9月1日起生效

合辦機構: Les Malines Limited
Tutor : Ms Carine

圖片只供參考

KINDY DRAMA CLASS

由Native English Teacher 教導不同戲劇表演技巧，在跳跳唱唱的環境下，讓小朋友輕鬆有趣地學習英語溝通。自開課以來，一直深受家長歡迎。Our programme is organised as one hour sessions incorporating introductory activities, speech, movement, creative improvised drama, snippets and conclusion activity.

****表演:15分鐘前集合** Parents are invited to enjoy a short presentation during the last 15min of the last lesson.**

所有活動資料以本中心最新公布為準。如有查詢，請與本中心職員聯絡。
課程報名一經確定後不得更改至其他課程或取消，所有已繳付之費用亦不設退款或轉讓予他人。

Code	Date	Time	Lesson	Age	Member/Non-member
0547	16/9 -25/11(Tue) (except 7/10)	4:45pm-5:45pm	10	3-5	\$2400/ \$2430
0548	20/9-29/11(Sat) (except 11/10)	10:45am-11:45am	10	3-5	\$2400/ \$2430

NEW!

SPARKY SPEAKER(5-6Y/0)

Sparky Speakers is a drama-based storytelling and reading programme for preschoolers, ages 5 to 6 y/o, Children will explore various aspects of storytelling, dramatic, reading, public speaking, and socio-emotional development in a fun and supportive environment. Children will be introduced to the skills required to read and speak with a captivating voice in front of an audience.

Parents will be invited to a short dramatic reading performance at the end of the course

Code	Date	Time	Lesson	Age	Member/Non-member
0551	20/9-29/11 (Sat) (except 11/10)	11:50am-12:50am	10	5-6	\$2500/ \$2530

聲樂班

圖片只供參考



導師: Miss Maggie Ho

專業音樂導師以歌曲和音樂遊戲讓幼兒在學習歌唱技巧過程中享受美妙音樂。已連續完成六個月課程及經導師甄選之學生, 亦有機會參與機構每年音樂匯演 (IEMA Concert)。

Graduated from Royal College of Music London
(Master degree)

Founder of International Ensemble Music Academy



合辦機構: 國際匯萃音樂學院

編號	日期	時間	堂數	對象	會員/非會員
0589	9/9-30/9 (二) (2/9 除外)	10:15am- 11:15am	4	4-7 歲	\$800/\$830
0590	14/10-28/10 (二) (7/10 除外)	10:15am- 11:15am	3	4-7 歲	\$600/\$630
0591	4/11-25/11	10:15am- 11:15am	4	4-7 歲	\$800/\$830

親子音樂班

合辦機構: Prism Art and Science Academy Limited



Music Pups® 適合1-3歲及其家長。The Music Class® 是來自美國的國際性幼兒音樂啟蒙課程。目標為培養出小朋友的Independent Music Accuracy — 唱準音調及找準節奏的能力, 為將來的音樂學習打好基礎。導師以獨特授課模式, 配合過百首The Music Class® 專用歌謠, 每堂課設置多個活動, 包括童謠、手指遊戲、小運動、大運動、舞蹈等等; 在課堂上, 老師會指導和鼓勵家長以親子互動型式如何在家運用The Music Class® 專用歌謠做音樂遊戲。

編號	日期	時間	堂數	對象	會員/非會員
0595	17/9-3/12 (三) (1/10; 29/10 除外)	10:30am - 11:30am	10	1-3 歲及其家長	\$2200/\$2230

Stem

4-7歲

玩具創科工程師

課堂分析教導下，孩子可以親自透過原材料進行裁剪創造設計，體驗自行組裝。在製作及探索趣味玩具中學習科學原理，啟發科技創造思維，培養自信及探索的精神。每堂包括一切材料，學員可以帶自己的作品回家，與家人朋友分享。

合辦機構：Itech Plus Limited

\$650(會員)
/\$680(非會員)

0620

3/10-31/10(五)

4:15pm-5:15pm

5項成品：

1. 動力小火車
2. 自製不倒熊
3. 空氣傳音小電話

4. 金屬探測導電實驗器
5. 槓桿力學投射飛天炮



0621

14/11-19/12(五)
(5/12除外)

4:15pm-5:15pm

5項成品：

1. 火箭升空發射台
2. 電動馬達包剪猜拳器

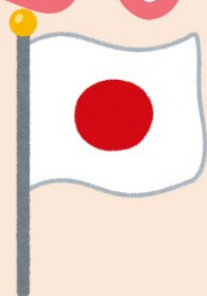
3. 彈射滑行四輪小跑車
4. 電動旋轉芭蕾舞
5. 乒乓球瞄準發射器



圖片只供參考

所有活動資料以本中心最新公布為準。如有查詢，請與本中心職員聯絡。
課程報名一經確定後不得更改至其他課程或取消，所有已繳付之費用亦不設退款或轉讓予他人。

語文班



合辦機構: Couch Potato Education Limited

編號	課程名稱	日期	時間	堂數	對象	會員/非會員
0614	韓文班	10/9-24/9 (三) (3/9 除外)	4:30pm-5:30pm	3	6-8 歲	\$540/ \$570
0615		8/10-22/10 (1/10,29/10 除外)		3	6-8 歲	\$540/ \$570
0616		5/11-26/11		4	6-8 歲	\$720/ \$750
0617	日文班	10/9-24/9 (三) (3/9 除外)	3:30pm-4:30pm	3	6-8 歲	\$540/ \$570
0618		8/10-22/10 (1/10,29/10 除外)		3	6-8 歲	\$540/ \$570
0619		5/11-26/11		4	6-8 歲	\$720/ \$750

圖片只供參考



所有活動資料以本中心最新公布為準。如有查詢，請與本中心職員聯絡。
課程報名一經確定後不得更改至其他課程或取消，所有已繳付之費用亦不設退款或轉讓予他人。



珠心算及奧數班



圖片只供參考



編號	課程名稱	日期	時間	堂數	對象	會員/非會員
0596	珠心算班	11/9-25/9 (4/9 除外)	9:30am-10:30am	3	4-6 歲	\$540/ \$570
0598		2/10-30/10		5	4-6 歲	\$900/ \$930
0600		6/11-27/11		4	4-6 歲	\$720/ \$750
0601	奧數班	11/9-25/9 (4/9 除外)	10:30am-11:30am	3	4-6 歲	\$540/ \$570
0605		2/10-30/10		5	4-6 歲	\$900/ \$930
0613		6/11-27/11		4	4-6 歲	\$720/ \$750

合辦機構：國際珠算教育

所有活動資料以本中心最新公布為準。如有查詢，請與本中心職員聯絡。
課程報名一經確定後不得更改至其他課程或取消，所有已繳付之費用亦不設退款或轉讓予他人。

江 Sir 畫班 (星期五)

以小朋友們日常接觸的事物、景色及節日做主題，運用不同的素材手法來處理視覺藝術，使他們更投入課堂，也更容易了解美術，增強其繪畫的技巧。

江漢宗老師(江 Sir)任職美術及玩具設計多於 15 年，主要教授油粉彩和廣告彩，亦曾於多間社區中心及香港大學繪畫學會教授繪畫，喜歡幫助小朋友在愉快的環境下學習繪畫。

編號	課程名稱	日期	時間	堂數	對象	會員/非會員
0555	江 Sir 畫班 A	12/9-26/9 (五) (5/9 除外)	4:00pm-5:00pm	3	4-8 歲	\$330/ \$360
0556		3/10-31/10 (五)		5		\$550/ \$580
0557		7/11-28/11(五)		4		\$440/ \$470
0538	江 Sir 畫班 B	12/9-26/9 (五) (5/9 除外)	5:15pm - 6:15pm	3	6-12 歲	\$330/ \$360
0558		3/10-31/10 (五)		5		\$550/ \$580
0559		7/11-28/11(五)		4		\$440/ \$470
0560	江 Sir 畫班 C	12/9-26/9 (五) (5/9 除外)	6:30pm - 7:30pm	3	6-12 歲	\$330/ \$360
0561		3/10-31/10 (五)		5		\$550/ \$580
0562		7/11-28/11(五)		4		\$440/ \$470

備註: 學生需自備自備畫簿、畫具、鉛筆、擦膠、廣告彩及粉彩等。

所有活動資料以本中心最新公布為準。如有查詢，請與本中心職員聯絡。

課程報名一經確定後不得更改至其他課程或取消，所有已繳付之費用亦不設退款或轉讓予他人。



虹姐姐~ 創意繪畫班 (星期二/三)

以不同元素及技巧引導每個小朋友獨立創作，並嘗試各類型的藝術媒介如廣告彩、塑膠彩、水彩等，讓學生初步認識各種物料及其特性，亦可提升學生的觀察力及自主的創作能力。

黎穎虹老師(虹姐姐)視覺藝術(榮譽)文學士，曾於多間幼稚園、小學及 NGO 教授藝術課程及工作坊，熱愛藝術、性格開朗、有耐性及重視兒童的創作及天賦。

編號	課程名稱	日期	時間	堂數	對象	會員/非會員
0563	幼兒繪畫 A 班	9/9-30/9 (二) (2/9 除外)	9:10am-10:10am	4	3-5 歲	\$480 / \$510
0564		14/10-28/10 (二) (7/10 除外)		3		\$360/ \$390
0565		4/11-25/11 (二)		4		\$480 / \$510
0566	幼兒繪畫 B 班	9/9-30/9 (二) (2/9 除外)	10:15am-11:15am	4	3-5 歲	\$480 / \$510
0567		14/10-28/10 (二) (7/10 除外)		3		\$360/ \$390
0568		4/11-25/11 (二)		4		\$480 / \$510
0569	虹姐姐綜合畫班	10/9-24/9 (三) (3/9 除外)	3:30pm-4:30pm	3	4-10 歲	\$360 / \$390
0570		8/10-22/10 (三) (1/10, 29/10 除外)		3		\$360 / \$390
0571		5/11-26/11(三)		4		\$480 / \$510
0572	創意繪畫班	10/9-24/9 (三) (3/9 除外)	4:35pm-5:35pm	3	7-11 歲	\$360 / \$390
0574		8/10-22/10 (三) (1/10, 29/10 除外)		3		\$360 / \$390
0575		5/11-26/11(三)		4		\$480 / \$510

導師: 黎穎虹老師(虹姐姐)

備註: 需另自行交\$30/堂材料費給導師

所有活動資料以本中心最新公布為準。如有查詢，請與本中心職員聯絡。
課程報名一經確定後不得更改至其他課程或取消，所有已繳付之費用亦不設退款或轉讓予他人。



跆拳道 (4-6 歲)

跆拳道是一種富有趣味性、有益身心的武術運動，跆拳道訓練不但可強身健體，臨危自衛；在精神上，可以鍛煉個人的意志力、忍耐力、紀律、自信心及合群精神。

編號	課程名稱	日期	時間	堂數	會員/非會員
0577	跆拳道 A	12/9-26/9 (5/9 除外)	5:30pm-6:30pm	3	\$390/\$420
0578		3/10-31/10		5	\$650/\$680
0579		7/11-28/11		4	\$520/\$550
0583	跆拳道 C	13/9-27/9 (6/9 除外)	2:45pm-3:45pm	3	\$390/\$420
0584		4/10-25/10		4	\$520/\$550
0585		1/11-29/11		5	\$650/\$680

跆拳道 (7-12 歲)

編號	課程名稱	日期	時間	堂數	會員/非會員
0580	跆拳道 B	12/9-26/9 (5/9 除外)	6:35pm-7:35pm	3	\$390/\$420
0581		3/10-31/10		5	\$650/\$680
0582		7/11-28/11		4	\$520/\$550
0586	跆拳道 D	13/9-27/9 (6/9 除外)	1:45pm-2:45pm	3	\$390/\$420
0587		4/10-25/10		4	\$520/\$550
0588		1/11-29/11		5	\$650/\$680

合辦機構：國際跆拳道香港總會有限公司

備註：

1. 學員須穿著輕便運動服，請勿穿著貼身衣服或緊身褲。

所有活動資料以本中心最新公布為準。如有查詢，請與本中心職員聯絡。

2. 已完成 10 堂以上之學生可向導師購買道服。

課程報名一經確定後不得更改至其他課程或取消，所有已繳付之費用亦不設退款或轉讓予他人。

成人運動班課程 (對象: 18 歲或以上)

地墊式普拉提: (導師: Takko)

墊上 Pilates 的動作大多針對核心肌肉的鍛煉，即腹部和腰背。課堂中會利用運動小工具作輔助，如 Pilates 圈及阻力帶等，讓學員有效地掌握 Pilates 的運動技巧。透過練習 Pilates，學員更能理解正確的身體擺位去矯正平日的不良姿勢，讓肌肉得到均勻的鍛鍊，改善腰背、肩膀疼痛的問題。

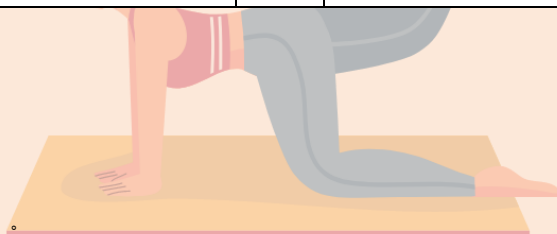
伸展運動班: (導師: Takko)

伸展運動對人體的健康和活動能力都很重要，透過此課程可改善日常生活不正確的姿勢，讓身體變得柔軟、靈活，減低受傷的機會。

導師 Takko: 自 2002 年開始任教團體運動班，教授課程 Hilo 健康舞，踏板舞，拉丁健康舞，普拉提，伸展運動，健體球，室內單車，HIIT 高強度間歇訓練等等。

編號	課程名稱	日期	時間	堂數	會員/非會員
0622	地墊式普拉提	12/9-26/9 (五) (5/9 除外)	10:00am-10:50am	3	\$390/ \$420
0623		3/10-31/10 (五)		5	\$650/ \$680
0624		7/11-28/11 (五)		4	\$520/ \$550
0625	伸展運動班	12/9-26/9 (五) (5/9 除外)	11:00am-11:50am	3	\$390/ \$420
0626		3/10-31/10 (五)		5	\$650/ \$680
0627		7/11-28/11 (五)		4	\$520/ \$550

備注: 學員需穿輕便運動服





九龍何文田窩打老道山文福道5號一樓



B1 :培正道 (九龍公共圖書館)

公共巴士 7B、8、18、45、241X、113、E21A、E21B / 專線小巴 5M、27M 及 28M



B2: 窩打老道(萬基大廈)

公共巴士 7、7B、18、20、E21A、E21B、81C、103、113、208、270A、270C、271、271B



B3: 窩打老道(九龍維景酒店)

公共巴士 7、7B、10、18、20、E21A、E21B、45、81C、113、208、270A、270C、271、271B、281B、281X



電話

2700 1700



電郵

kcfwc@ywca.org.hk



網頁

<https://fwckc.ywca.org.hk>



Facebook

Y-Family 女青賽馬會家庭健康促進中心
www.facebook.com/YWCAKCFWC



Whatsapp

6991 6363



中心網站

中心網站 全新推出
即時瀏覽 緊貼中心最新資訊!



fwckc.ywca.org.hk