

家長及社區人士

CF21220175 拉一拉舒筋活絡

都市人缺乏運動，筋脈緊張會令病症容易出現，快D嚟做下拉力帶運動，由教練教大家拉下筋。

日期	20/10、3/11、17/11/2021(三)	節數	3節
時間	上午10:30-11:30	名額	10人
地點	余墨緣中心(緣地)	對象	家長及社區人士
費用	會員\$30 / 非會員\$60		
負責職員	陳倩儀姑娘 (Days)		
備註	1.參加者須自備拉力帶或毛巾 2.參加者需穿著輕便服裝，並自備足夠的食水。		

CF21220211 自家萬聖節配件組

萬聖節就到了！利用不織布動手幫孩子製作小魔女琪琪造型的包包。

日期	7/10、21/10、28/10/2021(四)	節數	3節
時間	上午11:00-下午12:30	名額	8人
地點	余墨緣中心(墨室)	對象	家長及社區人士
費用	會員\$30/非會員\$60		
負責職員	麥汶淇姑娘(Manki)		



CF2122164/01 Me time 刺繡小時光

由新手的刺繡步驟學起，製作小松果及英文字母。

日期	2/12、16/12/2021(四)	節數	2節
時間	上午10:30-下午12:30	名額	8人
地點	余墨緣中心(墨室)	對象	家長及社區人士
費用	會員\$20/非會員\$50	負責職員	黃海茵姑娘(Brenda)



瑜伽班

學習瑜伽動作及呼吸方法，改善血液循環舒展身心

A班 CF21220015/10至12月
時間 下午4:00-5:00B班 CF21220016/10至12月
時間 下午5:00-6:00

日期	3/10、10/10、17/10、24/10、31/10、7/11、14/11、21/11、28/11、5/12、12/12、19/12/2021(逢日)	節數	12節
地點	余墨緣中心(緣地)	名額	12人
費用	會員\$420/非會員\$450	對象	區內婦女 (歡迎青年)
負責職員	黃海茵姑娘 (Brenda)		
備註	1) 活動由專業導師教授 2) 參加者需穿著輕便服裝，自備瑜伽毯及瑜伽磚 3) 除中心更改日期或時間外，一概不設補課。 4) 9月之舊生於14/9/2021或之前優先報名 5) 餘下名額供新生於17/9/2021(五)下午2:00起報名。		

CF21220166 半日森活

家長們可以暫時放下繁瑣生活，一齊步入新森活。

10/11/2021 星期三 WEDNESDAY

時間	上午9:00-下午1:00	節數	1節
集合及解散地點	余墨緣中心	名額	15人
活動地點	大埔滘自然教育徑		
對象	家長及社區人士		
費用	會員\$30/非會員\$60		
負責職員	李倩怡姑娘(Emily)、陳嫻而姑娘(Yee)		
備註	參加者需穿著輕便服裝，並自備足夠的食水。		

CF21220076/B

「手作禮物」 家長義工組

招募家長義工到中心學習製作兩個「蠟古巴特」拼貼小木盒，其中一份作品由中心收集並送贈予不同的社區人士，藉此向社區送出關愛和溫暖。

日期 27/10、24/11、15/12/2021(三)
時間 上午10:00-12:00 節數 3節
地點 余墨緣中心(墨室) 名額 8人
費用 會員\$20 / 非會員\$50 對象 家長
負責職員 陳倩儂姑娘(Days)

CF21220006/10-12月

「繪出和諧」 家長義工組

招募家長義工每月一聚到中心學習「日本和諧粉彩」，然後回家繪畫不少於三幅作品，並寫上祝福說話。作品由中心收集並送贈予不同的社區人士，藉此向社區送出關愛和溫暖。

日期 13/10、10/11、8/12/2021(三)
時間 上午10:00-12:00 節數 3節
地點 余墨緣中心(墨室) 名額 8人
費用 會員免費 / 非會員\$30 對象 家長
備註 所需的工具和材料由中心借出。負責職員 陳倩儂姑娘(Days)

親子及家庭活動

參加者需要以家庭作單位，即包括兩代成員，如父母與子女，又或者祖父母與孫

CF21220153/01

我和爸爸有個約會： 所羅門的秘密

爸爸平常都十分忙碌，今次到爸爸同小朋友一齊跟住姑娘去探險！睇下闖關有冇困難？！

日期 14/11/2021(日) 節數 1節
時間 上午9:00-下午2:00 名額 24人(每個家庭最多3人)
地點 愛丁堡營地
對象 小學生及爸爸
費用 會員\$90/非會員\$120 (每名參加者收費)
負責職員 江宛澄姑娘(Annabelle)、李倩怡姑娘(Emily)
備註 1)活動費已包括旅遊巴費用
2)自備足夠食水

HNG21220005/4

親子創作劇場

集合藝術創作及戲目欣賞，鼓勵幼兒及家長共同參與，創作故事，啟發幼兒創作空間。

日期 28/11/2021(日) 節數 1節
時間 下午2:00-下午5:30 名額 50人(每個家庭最多4人)
地點 饒宗頤文化館
對象 K1至K3幼兒及家庭
費用 會員免費/非會員\$30(以一個家庭計算)
負責職員 李倩怡姑娘(Emily)
備註 1)活動由「攜手扶弱基金計劃」資助。
2)當日每位兒童可獲得紀念品一份。

HNG21220005/5

DIY親子繪本製作

創作屬於自己的故事，鼓勵幼兒及家長共同參與，學習自己講故事。

日期	31/12/2021(五)	節數	1節
時間	上午11:00-下午1:00	名額	20人(每個家庭最多2人)
地點	余墨緣中心(綠地)		
對象	K1至K3幼兒及家庭		
費用	會員免費/非會員\$30(以一個家庭計算)		
負責職員	李倩怡姑娘(Emily)		
備註	1)活動由「攜手扶弱基金計劃」資助。 2)當日每位兒童可獲得紀念品一份。		



CF21220214

自己玩具自己做
親子卡祖笛製作

有沒有試過親手製作樂器呢？親子之間一齊由零開始完成作品試玩啦！

日期	11/12/2021(六)	節數	1節
時間	下午2:30-3:30	名額	8人(每個家庭最多2人)
地點	余墨緣中心(墨室)	對象	K1至K3學生及家庭
費用	會員\$10/非會員\$40(以一個家庭計算)		
負責職員	李倩怡姑娘(Emily)		



海麗中心活動

幼兒活動

CF21220038/13 識飲識食可人兒

製作有趣食譜，讓參加者建立良好飲食習慣。

日期	2/10/2021(六)	節數	1節
時間	上午10:00-11:00	名額	8人
地點	海麗中心	對象	k2至k3幼兒
費用	會員\$20/非會員\$50	負責職員	羅翠瑩姑娘(Joey)



CF21220038/14 有趣哈哈鏡

透過主題活動，讓參加者認識不同的情緒，並學習如何適當地表達及明白別人的想法與感受。

日期	2/10/2021(六)	節數	1節
時間	上午11:00-12:00	名額	8人
地點	海麗中心	對象	k2至k3幼兒
費用	會員\$20/非會員\$50	負責職員	羅翠瑩姑娘(Joey)

兒童活動

CF21220212 低碳小部隊

透過遊戲及手工，認識環保小知識。

日期	23/10、30/10、6/11、13/11/2021(六)	節數	4節
時間	上午11:00-12:00	名額	8人
地點	海麗中心	對象	小一至小三兒童
費用	會員\$30/非會員\$60	負責職員	麥汶淇姑娘(Manki)



CF21220213 自由畫室

利用不同的物料，發揮創意，製作多元手工畫。

日期	27/11、4/12、11/12、18/12/2021(六)	節數	4節
時間	上午11:00-12:00	名額	8人
地點	海麗中心	對象	小一至小三兒童
費用	會員\$40/非會員\$70	負責職員	麥汶淇姑娘(Manki)



兒童活動

CF21220179 彩染布袋

發揮兒童想像空間，學習自主設計用品。

日期	4/12/2021(六)	節數	1節
時間	下午3:00-4:00	名額	8人
地點	海麗中心	對象	小一至小三兒童
費用	會員\$10/非會員\$40	負責職員	李倩怡姑娘(Emily)

CF21220171 簡易戳戳刺繡

學習簡易刺繡，製作一份滿意的作品。

日期	23/10/2021(六)	節數	1節
時間	下午2:30-4:00	名額	6人
地點	海麗中心	對象	小四至小六兒童
費用	會員\$30/非會員\$60	負責職員	李倩怡姑娘(Emily)

家長及社區人士

CF21220151 手工編鈎・柴犬香包

新手的手工編鈎，製作柴犬香包

日期	13/10、27/10/2021(三)	節數	2節
時間	上午10:30-12:00	名額	8人
地點	海麗中心	對象	家長及社區人士
費用	會員\$20/非會員\$50	負責職員	黃海茵姑娘(Brenda)

CF21220172 蝶古巴特布袋DIY

可以隨心設計自己的布袋，享受個人創作空間。

日期	6/11/2021(六)	節數	1節
時間	下午3:00-4:00	名額	6人
地點	海麗中心	對象	家長及社區人士
費用	會員\$10/非會員\$40	負責職員	李倩怡姑娘(Emily)

親子活動

CF21220187

聖誕 Party Game

親子遊戲、製作聖誕老人手工、聖誕老人造型照，一起開party!

22/12/2021
星期三 WEDNESDAY
上午11:00-下午12:30
地點:海麗中心

對象	K1-K3幼兒及家長
費用	會員\$30/非會員\$60 (以一個家庭計算)
負責職員	張家麗姑娘(Mandy)
節數	1節
名額	12人 (每個家庭最多3人)