



圓玄學院社會服務部

圓玄軒婦女中心

NEW

全新

1週年紀念

革新號

# 2008年9-12月

## 活動通訊



智多FUN課程  
兒童跆拳道

JOSEPHINE'S CLASS  
英文精修研讀班

「愛學拼英」語音拼讀及閱讀課程  
*Alpha Phonics and Reading™ Programme*

課程速遞  
成人電腦課程  
水墨國畫・書法系列  
太極健體班

瑜伽課程系列

免費就業 轉介服務  
就業再培訓課程

逍遙遊系列  
泰國五天星級假期  
學院深秋逍遙遊

圓玄軒婦女中心  
西營盤西邊街 36 號 A  
西區社區中心 2 樓  
電話：2559 8472  
傳真：2559 8473

目錄 中心簡介 圓玄優閒茶座	P.1
設施簡介 優惠按摩保健樂	P.2
瑜伽課程系列	P.3
逍遙遊系列	P.4
DS 就業再培訓課程	P.5 - 6
CIBTAC 專業美容師文憑課程	P.7
成人電腦課程 講座	P.8
太極健體班 水墨國畫-書法系列	P.9
兒童智多 FUN 課程系列	P.10 - 12
JOSEPHINE'S CLASS 租用場地	P.13
報名及參加活動須知	P.14

## 服務宗旨

本中心旨為團結婦女，關心社會事務，讓婦女發揮助人自助的精神；支援婦女生活上的需要，協助發展個人潛能；提倡婦女個人成長，推動終身學習以建立多姿多采生活。

## 服務目標

- 建立社區網絡
- 推動社會企業
- 發展婦女及兒童服務
- 推動婦女參與社會及社區活動

## 入會手續

填妥入會表格，連同身份證明文件，親臨本中心申請

- 個人會員：港幣\$20 一年
- 家庭會員：港幣\$40 一年(以最多 4 人計算)

## 服務對象

婦女、兒童及社會人士

## 會員義務

- 報名參加活動或班組時請出示會員證。
- 會員須遵守服務規則及聽從中心職員的勸喻。
- 會員證不得轉讓他人。

## 續會方法

- 每年續會一次，會籍有效期為一年。
- 補領會員證每張二十元。

## 地址

香港西營盤西邊街 36 號 A 西區社區中心 2 樓  
電話 2559 8472 傳真 2559 8473



## 中心簡介

薔草 (英文譯名為 Yarrow)，是群種植物，然而亦能單一生長，夏秋間盛放著白色小花，深秋枯槁，春天又再生，茂盛明媚。我們深信婦女有著不一樣的潛能，就如薔草一樣，茂盛明媚，開展姿采人生。



## 圓玄優閒茶座

圓玄茶座提供一個舒適、清雅的休閒空間。讓您在忙碌的一天，來一杯怡神的花茶；實在是賞心樂事。



## 原裝正貨

## 歐洲進口花茶

精選各種優質花草茶，品質優良，絕無人工染料、香精及色素，備有不同口味供閣下選擇，個別款式更有不同功用及功效，歡迎進入健康的花茶世界！

## 禮物包裝

粉紅玫瑰花(30g).....	\$24
粉紅玫瑰花(50g).....	\$34
薰衣草(30g).....	\$21
蘋果花(30g).....	\$24
洋甘菊(30g).....	\$21
野莓果(50g).....	\$30
花茶壺.....	\$68
花茶杯.....	\$22

## 茶座品嚐

各款花茶.....	\$6
清熱美白養顏茶.....	\$8
寧神安眠明目茶.....	\$8

## 健康花茶系列

### Pink Rose 粉紅玫瑰花



原裝德國進口  
含豐富維他命C，  
調節內分泌系統，  
使皮膚光澤照人。

### 薰衣草 Lavender

原裝德國進口  
減輕生活壓力，  
舒緩頭痛，  
幫助入睡。



### Apple Flower 蘋果花



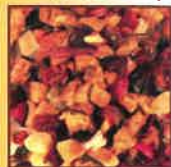
原裝德國進口  
消脂解滯，  
美白淡斑，  
幫助排毒及補血。

### 洋甘菊 Chamomile

原裝德國進口  
幫助鬆弛情緒，  
促進免疫能力，  
改善消化功能。



### Wild Berry 野莓果



原裝德國進口  
微微果酸，  
不含咖啡因，  
100%天然乾果，  
豐富維他命C及E。



## 設施簡介



進入中心，便可直達詢問處。



柔和環境中進行瑜伽課堂。



忙裏偷閒，來一杯怡神的花茶，確是賞心樂事。



小朋友最喜歡的兒童王國。



設有多個不同大小的活動室。

如想再進一步了解本中心，歡迎親臨參觀。

## 優惠按摩保健樂

逢星期二、四、六 上午 09:30-下午 17:00 (公眾假期除外)

服務項目	時數	會員價	非會員價	11次套票
全身推拿按摩	60分鐘	HK\$110	HK\$120	HK\$1100
頭、肩、頸按摩	30分鐘	HK\$45	HK\$55	HK\$450
腳底按摩	45分鐘	HK\$55	HK\$65	HK\$550

- 預約：1. 須往本中心以現金或支票繳付。(支票抬頭：圓玄學院社會服務部)  
2. 套票持有會員可享用電話預約服務。

請早預約!

正宗的手勢，舒活根骨。

正確的穴位，疲勞盡消。



我們的技師受過本港認可機構訓練，已考取資格，而且態度誠懇，令您倍感安心!

開放時間：逢星期一至六 09:30-17:00 (公眾假期除外)



## 纖體瑜珈班

費用：會員\$240 非會員\$260

瑜珈可鍛鍊體魄、強健脊骨及身體各部份，改善體內機能、強化肌肉、收緊線條、更可減輕壓力、舒緩緊張的神經，達到健康纖體的效果。

- P 98 班： 19/08/08-23/09/08 逢星期二 上午 09:30-10:30 共 6 堂  
P 99 班： 30/09/08-11/11/08 逢星期二 上午 09:30-10:30 共 6 堂  
P100 班： 18/11/08-23/12/08 逢星期二 上午 09:30-10:30 共 6 堂  
P101 班： 18/08/08-29/09/08 逢星期一 晚上 07:00-08:00 共 6 堂  
P102 班： 18/08/08-29/09/08 逢星期一 晚上 08:00-09:00 共 6 堂  
P103 班： 06/10/08-10/11/08 逢星期一 晚上 07:00-08:00 共 6 堂  
P104 班： 06/10/08-10/11/08 逢星期一 晚上 08:00-09:00 共 6 堂  
P105 班： 17/11/08-22/12/08 逢星期一 晚上 07:00-08:00 共 6 堂  
P129 班： 17/11/08-22/12/08 逢星期一 晚上 08:00-09:00 共 6 堂  
P114 班： 05/01/09-16/02/09 逢星期一 晚上 07:00-08:00 共 6 堂\*  
P115 班： 05/01/09-16/02/09 逢星期一 晚上 08:00-09:00 共 6 堂\*  
P116 班： 08/10/08-12/11/08 逢星期三 晚上 07:00-08:00 共 6 堂  
P117 班： 08/10/08-12/11/08 逢星期三 晚上 08:00-09:00 共 6 堂  
P118 班： 26/11/08-14/01/09 逢星期三 晚上 07:00-08:00 共 6 堂\*\*  
P119 班： 26/11/08-14/01/09 逢星期三 晚上 08:00-09:00 共 6 堂\*\*  
\*26/01/09 停課 1 天 \*\*24/12/08 及 31/12/08 停課 2 天

潔淨心靈  
活力無限。



## 茶薰瑜珈班

費用：會員\$300 非會員\$320

養心、養神與調息、增強呼吸系統、促進新陳代謝、舒緩身心、美顏健體良方。  
茶薰對於皮膚有滋潤作用，可使毛孔通透，排出體內毒素，可減緩皮膚衰老的作用。  
預防感冒，使大腦更清醒，茶薰可幫助呼吸道暢通，增加濕度。

- P 90 班： 17/09/08-29/10/08 逢星期三 上午 09:15-10:30 共 6 堂  
P 92 班： 12/09/08-17/10/08 逢星期五 晚上 07:30-08:45 共 6 堂  
P 93 班： 18/11/08-23/12/08 逢星期五 晚上 07:30-08:45 共 6 堂

## 學院深秋 逍遙遊

費用：會員 128 元(大小同價) 長者 118 元

非會員 148 元(大小同價) 長者 138 元

日期：A40 2008 年 10 月 29 日 (星期三) 上午 9 時 ~ 下午 5 時

A41 2008 年 11 月 09 日 (星期六) 上午 9 時 ~ 下午 5 時

集合地點：西營盤七號警署

行程：乘坐旅遊巴前往圖玄學院，於院內可容 500 人戶外園地，進行瑜珈運動或自由觀賞，午膳在學院享用精美午餐，遊覽南蓮園地唐代園林山水，再參觀香港浸會大學中醫博物館，回程於美味棧專門店自由購物，並返回集合地點解散。

備註：參加者需穿著輕便服裝，自備瑜珈墊、毛巾、飲用水。

\*團費包括司機及導遊小費、冷氣旅遊巴士、餐費及旅遊平安保險。

健康本地遊  
節目超精彩



# 泰國五天 星級假期

吃喝玩樂全提綱

歡盡泰國假期酒店

活動編號： A39

費用：會員 \$3,580(暫定) 非會員 \$3,680(暫定)

團費包括：冷氣旅遊巴士、酒店住宿、燃油附加費、導遊、領隊及司機小費。

日期：2008年11月18日(星期二) - 2008年11月22日(星期六)

集合時間：上午7:00

集合地點：香港國際機場

## ★ 星級住宿

曼谷100%保證入住全新Cyber商務豪華酒店  
**The Tivoli Hotel Bangkok** [www.thetivolihotelbangkok.com](http://www.thetivolihotelbangkok.com)  
芭堤雅100%保證入住簇新Relax渡假式酒店  
**Mike Garden Resort Hotel** [www.mikegardenresort.com](http://www.mikegardenresort.com)

## ★ 星級行程

玩樂購物首選：珊瑚島暢遊水上活動、夢幻樂園任玩各款機動遊戲、飄雪之城感受雪兜滑行之趣、老虎樂園認識各種趣怪動物

## ★ 星級美食

品嚐地道美食：咖喱蟹餐+冬蔞公湯、蒸魚湯海鮮餐、泰式任食火鍋

天數	早餐	午餐	晚餐	星級住宿
1		當地餐廳	酒店晚餐	100% 芭堤雅保證入住簇新Relax渡假式酒店 <b>Mike Garden Resort Hotel</b>
2	酒店	當地餐廳	咖喱蟹餐+冬蔞公湯	
3	酒店	蒸魚湯海鮮餐	泰式任食火鍋	100% 曼谷保證入住全新Cyber商務豪華酒店 <b>The Tivoli Hotel Bangkok</b>
4	酒店	當地餐廳	品嚐當地美食(午)	
5	酒店	品嚐當地美食(晚)		



香港、曼谷  
夢幻樂園(含入場及任玩遊戲)  
曼谷世界(含入場及贈送衣物)  
芭堤雅、芭堤雅夜市(含車位接送)



芭堤雅(快艇來回)、珊瑚島、自由活動(本社可代安排旅遊參加各項自費水上活動、如浮潛、水上拖車、香蕉船等)、椰樹園、芭堤雅之廟(清山觀景園)、泰式合治按摩(含一小時)



芭堤雅、富貴佛寺、老虎仔樂園(含門票)、獅子王、小豬博美趣、羅龍潭、曼谷、珠寶街、純天宮中心



皮院城、中央聖賢閣特區、濱海專門店、曼谷鐵橋市場、Siam - Lum Night Plaza(專車接送)



皮院世家 - 全亞洲最大綜合娛樂購物廣場 "Siam Paragon大型購物廣場" - 曼谷 - 香港



\$183

1

2

3

4

5





僱員再培訓局



葵涌居民協會  
委任培訓中心



圓玄學院社會服務部  
圓玄軒婦女中心  
港島區服務處

# DS 就業掛鉤課程

免費課程  
且有津貼

費用全免  
出席率達 80%以上可獲

全日津貼 \$153.8

適合15歲以上及學歷在副學位程度以下之待業或失業人士報讀

人才·發展·匯聚



## NEW! 初級美容師證書課程

課程內容：教授基本皮膚清潔、面部、眼部及手部護理技巧、基本美容按摩、化妝及纖體技巧，協助學員入職美容助理或初級美容師。

入學條件：需具中三學歷程度 訓練期：14 天全日及 17 天半日

## NEW! 課餘托管導師證書課程

課程內容：教授兒童生理、心理發展、兒童營養的基礎知識，讓學員掌握基本教學及功課輔導技巧，協助學員入職課餘托管導師。

入學條件：需具中五學歷程度 訓練期：10 天全日及 10 天半日

## 陪月員再培訓課程

KA032DS

入學條件：初中程度；能閱讀中文及具良好理解能力，懂基本烹飪技巧，並須為法例(幼兒服務條例 15A 條)規定的可擔任幼兒托管人之人士。 訓練期：8 天全日及 5 天半日

## 嬰幼兒照顧員再培訓課程

KA030DS

入學條件：初中程度；能閱讀中文及具良好理解能力，並須為法例(幼兒服務條例 15A 條)規定的可擔任幼兒托管人之人士。 訓練期：7 天全日及 4 天半日

## 起居照顧員再培訓課程

KA033DS

入學條件：小六或以上學歷程度；體格強健、有耐性及愛心；能操流利廣東話及懂書寫中文。 訓練期：10 天全日及 7 天半日

## 家居長者照顧員再培訓課程

KA031DS

入學條件：初中程度；能閱讀中文及具良好理解能力，懂基本家居清潔及烹飪技巧；有耐心及愛心照顧長者。 訓練期：11 天全日及 10 天半日

## 家務助理訓練課程

KA011DS

入學條件：學歷程度不拘；以能閱讀中文人士為佳。 訓練期：8 天全日及 5 天半日

## 酒店房務員再培訓課程

KA034DS

入學條件：初中程度；能閱讀簡單中、英文；須通過入學測試。 訓練期：8 天全日及 5 天半日

## 酒店公眾地方清潔員再培訓課程

KA035DS

入學條件：小六或以上學歷程度；能閱讀簡單中、英文。 訓練期：8 天全日及 5 天半日

## 標準保安及物業管理再培訓課程

KA010DS

入學條件：學歷程度不拘，須符合發牌要求的人士(一般要求無犯罪紀錄，發牌部門亦會按個別申請人的情況考慮。 訓練期：8 天全日及 5 天半日

## 高級保安及物業管理再培訓課程

KA012DS

入學條件：具中三或以上學歷程度，須符合發牌要求的人士(一般要求無犯罪紀錄，發牌部門亦會按個別申請人的情況考慮。 訓練期：10 天全日及 6 天半日



## 保健按摩再培訓課程

KA040DS

入學條件：小六或以上程度，能閱讀及理解中文。 訓練期：15 天全日及 20 天半日

## 保健推拿補充課程

KA038DS

入學條件：小六或以上程度，能閱讀及理解中文。適合完成「保健按摩再培訓課程」的畢業學員修讀。 訓練期：6 天全日 備註：此課程沒有津貼。

## 按摩手法實操補充課程

KA041DS

入學條件：小六或以上程度，能閱讀及理解中文。適合完成「保健按摩再培訓課程」的畢業學員修讀。 訓練期：6 天全日及 4 天半日 備註：此課程沒有津貼。

## 保健推拿自僱創業課程

KA039DS

入學條件：小六或以上程度，能閱讀及理解中文；須通過入學測試。適合完成「保健按摩再培訓課程」的學員及有 3 個月相關工作人士修讀。 訓練期：6 天全日及 3 天半日 備註：此課程沒有津貼。



## 高效提升資歷技能 緊貼人力市場趨勢

港島中西區 唯一上課點

免費就業轉介服務

大量課程相關職位空缺 請即登記!



ERB 僱員再培訓局已擴大服務對象至涵蓋 15 歲或以上、具副學位或以下教育程度的人士；為配合不同服務對象及市場需求，現提供更多具事業前景的課程，涵蓋主要行業。所有就業掛鈎課程同時引入「個人素養」及「求職技巧」兩項全新內容，重點包括工作態度、溝通技巧、情緒管理、時間管理、創新思維、團隊精神及應變技巧等通才訓練，全面提升學員的競爭力。

ERB 亦將推出以下計劃及全新課程系列：

### 青年培育計劃

「Teen」才再現 — 為幫助增強 15-20 歲待學或待業青少年的學習動力、認定未來升學或就業的方向。課程包括飲食、旅遊、零售、美容、娛樂表演、資訊科技、時裝製衣及工商業等不同範疇予學員自行選讀，畢業學員可因應個人興趣及需要選擇繼續進修或就業。

現代學徒 — 為 15-20 歲待學或待業青少年提供職業技能訓練機會，提升他們的就業條件，協助他們完成課程後從事相關工作。

### 新課程系列

個人素養及求職技巧單元證書\* — 內容包括自我管理、思維及情緒管理、工作服務文化、溝通技巧、團隊精神以及求職就業知識等，旨在加強學員的個人素質，以提高學員就業及適應工作的能力。

基礎技能單元證書系列\* — 內容包括英文傳意、中文傳意、普通話、運算技巧及資訊科技等。此系列課程提供多個單元證書給學員修讀，並與資歷架構第一至四級掛鈎，以配合學員不同的增值需要。

社區共融課程\* — 內容包括認識社區、本地就業市場、家庭崗位責任與就業的關係、以及基礎廣東話或英語，以協助新來港人士融入社區生活、提高求職及就業知識。

## 半日制語文課程

凡失業或月薪低於 6,333

而出席率達 80%者可申請豁免每年學費 2 次

上課時間：每週兩課 上午9:00-12:00 / 下午2:00-5:00 / 晚上7:00-10:00



基本就業英語訓練課程

課程編號：KA013EG 共 16 堂 學費：\$250

進階就業英語訓練課程

課程編號：KA012EG 共 16 堂 學費：\$250

初階就業普通話訓練課程

課程編號：KA014EG 共 12 堂 學費：\$250

進階就業普通話訓練課程

課程編號：KA015EG 共 12 堂 學費：\$250

# CIBTAC專業美容師

文憑課程

圖玄軒婦女中心  
Belinda® IPTS

美容師的專業形象

消毒與衛生

人體結構(皮膚結構、

神經系統、骨骼系統、

循環系統、肌肉系統、淋巴系統)

皮膚護理

面部、頸部及肩膊護理

眉毛及睫毛的修飾技巧

化妝技巧

急救學

美容院管理

實習

學員修畢此課程後，  
可憑專業知識和技巧，  
有效地進行面、頸、  
肩膊的皮膚護理。

"a very well  
trained group with  
a good professional  
approach, a credit to the  
college and dedicated tutors"  
from Miss Rita Roberts,  
examiner of CIBTAC

CIBTAC  
Skin Treatment  
公開考試



課程編號: P128

開課日期: 每月開課

上課時間: 上午10:00 - 下午1:00

課時: 100小時 < 共34堂 >

(理論約佔:45小時·實習約佔:55小時)

學費: 港幣\$7,300 (包括材料費)

(提供自選實習計劃)

(不包括CIBTAC考試費)

## 學院簡介

Miss Belinda Chan 於一九九三年在廣州創辦百蓮達國際美容專業培訓學院，致力提供全面及具國際美容美髮標準的專業教學課程，依據國際美容美髮海外文憑試及全國高技術等級試標準所編制，並輔以先進的教學儀器設施，理論與實習並重，為晉身美容美髮行業人士提供最佳的學習與訓練環境。

百蓮達國際美容專業培訓學院於二零零三年在香港設立分校，提供業內多項具國家資格的課程，為中港兩地培養最優秀的美容美髮業人才。

接受學院培訓之學員，成績彪炳，如報考CIBTAC (Confederation of International Beauty Therapy & Cosmetology)國際文憑課程，其合格率超過99%，評分結果理論考獲Credit超過90%及實操考獲Honours95%，更同時獲CIBTAC考官Miss Rita Roberts的高度讚許。

"A Very well trained group with a good professional approach, a credit to the college and dedicated tutors."

如此卓越成績，令學員在行業中綻放光芒。

活動編號: A42

講座內容: ●食物與疾病

●3低2高終健康飲食方案

●傳統家常小菜的陷阱 vs 健康變身

●低脂少油烹調好辦法

●簡易3低2高健康食譜推介

○解答參加者的疑問

○有獎遊戲及禮物包派發

○即場以優惠價安排售賣服務

費用: 會員(費用全免) 非會員20元

日期: 2008年11月18日(星期二)

時間: 下午3:00 ~ 下午4:00

雀巢 Nestlé

健康家常菜 醒目烹調法寶

講座



雀巢 Nestlé

Carnation





# 成人電腦增值課程系列

## 基礎電腦入門課程

課程內容：認識電腦基本概念、鍵盤操作、常用視窗軟件及附屬應用程式簡介。

費用：會員 \$480 非會員 \$500

日期：P120 14/10/2008 - 18/11/2008 晚上 7:00-8:30 (逢星期二 共 6 堂)  
P121 14/10/2008 - 18/11/2008 晚上 8:30-10:00 (逢星期二 共 6 堂)  
P124 25/11/2008 - 30/12/2008 晚上 7:00-8:30 (逢星期二 共 6 堂)  
P127 28/11/2008 - 09/01/2008 晚上 8:30-10:00 (逢星期五 共 6 堂)\*  
\*(26/12/08 停課 1 天)



國玄軒婦女中心

通善數碼教學坊



聯合舉辦

聯合舉辦



## 互聯網應用課程

課程內容：教授網上電郵系統、網上尋找有用資料、下載檔案、網上資源運用。

費用：會員 \$580 非會員 \$600

日期：P122 17/10/2008 - 22/11/2008 晚上 7:00-8:30 (逢星期五 共 6 堂)  
P126 28/11/2008 - 09/01/2008 晚上 7:00-8:30 (逢星期五 共 6 堂)\*  
(26/12/08 停課 1 天)

## 文書處理課程

課程內容：MS Word 基本功能及應用技巧、文字的編輯技巧和格式、表格製作和應用。

費用：會員 \$580 非會員 \$600

日期：P123 17/10/2008 - 22/11/2008 晚上 8:30-10:00 (逢星期五 共 6 堂)



## 倉頡輸入法課程

課程內容：倉頡拆字取碼方法、記憶輔助字形的秘訣、掌握中文打字技能。

費用：會員 \$580 非會員 \$600

日期：P125 25/11/2008 - 30/12/2008 晚上 8:30-10:00 (逢星期二 共 6 堂)



宏利  
Manulife  
全球合作夥伴 | Worldwide Partner

## 高通脹時代中做贏家 講座

錢越來越唔見洗，投資是其中之出路，但點先至係上上策？

- 通脹中的理財策劃
- 怎樣堅守投資原則
- 投資組合穩中求勝
- 參加者發問及解答

費用：會員 (免費) 非會員 (\$20)

日期：A38 06/12/2008 下午 2:30-4:00 (星期六)



國玄軒婦女中心

國玄軒婦女中心

匡信健康服務中心

Honson Health Service Centre

聯合舉辦

## 健康諮詢診療室

日期：2008 年 10 月 3 日起每週 1 次 (逢星期五)

名額：每次 20 人 (講座舉行日每次 15 人)

服務對象：社區長者及居民

登記時間：下午 2:00

服務時間：下午 2:30 開始

服務內容：專業中醫師健康諮詢及診症

費用：會員 (免費) 非會員 (\$20)

費用全免

### 中醫藥治糖尿病 講座

日期：2008 年 10 月 24 日

時間：下午 2:30

費用：\$10 (出席者可獲退還)

名額：50 名 請先登記!

### 失眠的中醫治療 講座

日期：2008 年 12 月 12 日

時間：下午 2:30

費用：\$10 (出席者可獲退還)

名額：50 名 請先登記!



# 太極健體班

**導師：**高樹興 — 現任：香港大學運動及潛能發展研究所太極拳班教練、香港大學武術技能提升計劃導師、香港康樂文化事務署太極拳班教練、香港武術聯會武術教練及套路裁判、香港太極總會太極拳及太極劍教練。

**課程內容：**

1. 熱身運動：九極氣功十八式/八段錦操
2. 主要內容：楊家太極拳廿四式/八十八式  
或吳家鄭式太極拳一百一十九式/四十二式太極扇
3. 鬆弛運動：養生保健按摩法

**費用：**會員 330 元 非會員 360 元 (共 6 課)

**開班日期：**P108 2008 年 10 月 17 日 (星期五) 上午 10:00 — 11:30

P109 2008 年 11 月 28 日 (星期五) 上午 10:00 — 11:30

**備註：**歡迎八歲或以上人士參加，出席者須穿上運動服裝。



## · 水墨國畫書法系列 ·

**導師：**招展安 — 作品多次於中國及海內外展出，並獲多次獎項，一九九二年獲匯豐銀行全港書法公開賽冠軍，二零零二年獲中國翰墨書畫院全國小品精品創作大賞銀獎，二零零六年獲金鼎獎全國優秀書畫家傑出成就獎。

### 成人水墨國畫班

**課程內容：**國畫將以教授花、鳥、魚、蟲之工筆及意筆之繪畫方法，書法則以隸書與行書為主。

**費用：**會員 800 元 非會員 880 元 (共 10 堂)

**日期：**P110 09/10/2008 — 11/12/2008 (星期四) 下午 3:00 — 5:00

P111 08/01/2009 — 12/03/2009 (星期四) 下午 3:00 — 5:00

**備註：**參加者須自備宣紙、毛筆、墨盒、筆簾。(29/01/09 停課 1 天)



### 成人毛筆書法班

**課程內容：**教授正確之執筆、坐姿和運腕行筆方法，隸書、楷書和行書的學習要訣，歷代書法源流和各體書法的欣賞與品評。

**費用：**會員 400 元 非會員 440 元 (共 10 堂)

**日期：**P112 09/10/2008 — 11/12/2008 (星期四) 下午 2:00 — 3:00

P113 08/01/2009 — 12/03/2009 (星期四) 下午 2:00 — 3:00

**備註：**參加者須自備宣紙、毛筆、墨盒、筆簾。(29/01/09 停課 1 天)



### 兒童硬筆·毛筆書法班

**課程內容：**系統教授毛筆基本技法。由執筆、書寫姿勢、運筆、及筆劃造型等正確認識。兼教授硬筆書法，讓兒童能寫一手端正美觀的字體。

**費用：**會員 400 元 非會員 440 元 (共 10 堂)

**日期：**C149 09/10/2008 — 11/12/2008 (星期四) 下午 5:00 — 6:00

C150 08/01/2009 — 12/03/2009 (星期四) 下午 5:00 — 6:00

**備註：**參加者須自備宣紙、毛筆、墨盒、筆簾。(29/01/09 停課 1 天)







# 圓玄軒婦女中心「國際經典文化協會」聯合舉辦

## 提高兒童對文學及普通話的興趣

輕鬆唱遊形式如遊戲、音樂、小老師表演等，趣味與學習兼備，從而提高兒童對語文的敏感度，培養他們的修養及氣質，幫助打好語文基礎。

出席率滿八成，可獲頒發證書 本中心為協會認可及授權之教學中心

### 幼兒弟子規導讀課程

費用：會員 \$480 非會員 \$500 (費用包括教學課本及 CD)  
日期：C117 11/10/2008 - 08/11/2008(逢星期六 共 5 堂)  
C118 22/11/2008 - 20/12/2008(逢星期六 共 5 堂)  
時間：下午 2:00-3:00 對象：2-6 歲兒童



### 幼兒三字經導讀課程

費用：會員 \$480 非會員 \$500 (費用包括教學課本及 CD)  
日期：C119 11/10/2008 - 08/11/2008(逢星期六 共 5 堂)  
C120 22/11/2008 - 20/12/2008(逢星期六 共 5 堂)  
時間：下午 3:00-4:00 對象：2-6 歲兒童



### 幼兒立體紙藝班

課程內容：精印彩紙教授摺紙技巧，啟發兒童的藝術思維，愉快地自製心愛摺紙玩具。

費用：會員 \$280 非會員 \$300 (課程採用 Canon Papercraft 系列)  
日期：C121 20/09/2008 - 11/10/2008 下午 2:00-3:00 (逢星期六 共 4 堂)  
C122 01/11/2008 - 22/11/2008 下午 2:00-3:00 (逢星期六 共 4 堂)  
對象：3-6 歲兒童 (自備勞作剪刀)



### 兒童立體紙藝班

課程內容：精印彩紙教授摺紙技巧，啟發兒童的藝術感、耐性及滿足感。

費用：會員 \$360 非會員 \$380 (課程採用 Canon Papercraft 系列)  
日期：C130 20/09/2008 - 18/10/2008 下午 3:00-4:00 (逢星期六 共 5 堂)  
C131 01/11/2008 - 29/11/2008 下午 3:00-4:00 (逢星期六 共 5 堂)  
對象：6-8 歲兒童 (自備勞作剪刀、白膠漿)



### 好玩紙藝模型

課程內容：包括攪攪馬、牧羊盒、紙吹笛、12 角星、表情牛牛及拍手猴。

紙藝模型製作可配合不同的物料元素，如：鐵絲、飲筒等創作出獨一無二的作品。從中認識造型觀念、立體感、空間、上色等技巧，能啟發他們的視覺空間、思維訓練、耐性，進而開拓個人的創作空間。

費用：會員 \$360 非會員 \$380 對象：8 歲或以上  
日期：C151 08/11/2008 - 13/12/2008 上午 9:00-10:00 (逢星期六 共 6 堂)  
備註：自備勞作剪刀、白膠漿

### 快快樂樂學手工

課程內容：包括磨沙杯、木藝製作、夢幻馬賽克、得意泡泡球、環保貝殼彩繪及鑽石玻璃畫。

著重提升學員的集中心力，想像力及觀察力，並教授學員運用巧手，製作出各色各樣的家居擺設、用品等。務求學員能設計出多元化的綜合製作，令學員製作之成品達到實用及藝術並重之效益。

費用：會員 \$360 非會員 \$380 對象：6 歲或以上  
日期：C144 04/10/2008 - 08/11/2008 中午 12:00 - 下午 1:00 (逢星期六 共 6 堂)  
備註：自備勞作剪刀、白膠漿





## 兒童跆拳道訓練班

- 推廣跆拳道運動，鼓勵青少年善用餘暇
- 透過跆拳道的訓練，鍛練身體體魄與堅強意志
- 提高個人品格及自信心，並訓練學員紀律及團體精神
- 令學員在體、智、德、藝各方面達到均衡發展



**課程簡介：** 教練均為香港跆拳道協會認可教練

套拳

對拆

伸展動作

基本踢腿動作

體能鍛練

自由搏擊訓練

表演技巧

跆拳道精神

**參加資格：** 對跆拳道有興趣者，男女均可

**制服：** 學員須穿「香港實用跆拳道協會」專用之道袍上課 道袍費用為港幣\$280 一套

**時間：** A 班 逢星期六 16:00 - 17:30

B 班 逢星期六 17:30 - 19:00

**費用：** 會員\$280(月費) 非會員\$320(月費)

學員成績良好可獲本會推薦參加香港公開賽事



## 兒童日語初班

**課程內容：** 從基本發音「平假名」、「片假名」、問候語等常用單字開始學習，教學生動、活潑，讓兒童掌握正確的發音技巧、語調及寫法。

**費用：** 會員 280 元 非會員 300 元 (共 6 堂)

**日期：** C116 18/10/2008 — 22/11/2008 (星期六) 上午 10:00 — 11:00

C152 06/12/2008 — 17/01/2009 (星期六) 上午 10:00 — 11:00\*

\*(27/12/2008 停課 1 天)



## 「愛學拼英」語音拼讀及閱讀課程 Alpha Phonics and Reading™ Programme



國玄學院社會服務部

國玄軒婦女中心

合一優質教育機構 UEI  
Unity Education Institute

聯合舉辦

**Alpha Phonics and Reading**「愛學拼英」語音拼讀及閱讀課程首度由新加坡引進香港，此課程專門針對亞洲(非英語為母語)的學童而設計，以系統及獎勵性的教學方法，配合多媒體及趣味性活動教學，令學習英語變得輕鬆自在，而且效益顯著，已在多個亞洲國家成功推行。

課程著重趣味性、創意性及學習樂趣，誘發學生對英語學習的自我推動力。以互動多媒體教學軟件為骨幹，學習元素包括故事、戲劇、押韻詞、詩歌、兒歌、遊戲、手工藝、習作紙等，全方位鞏固教學內容，同時加強學生的多元智能發展。

**Alpha Phonics and Reading** 課程總共分為三個階段：

☆基礎班 ☆進階班 ☆閱讀班

基礎班細分為 I, II, III, IV 四期，每期 8 堂 每星期一堂，每堂 1.5 小時。

月費：原價\$880/4 堂 會員優惠價 \$600/4 堂 (每月首 4 個星期六)

**K3 基礎班 I** (幼稚園中、高班學生) 上課時間：逢星期六 上午 09:45 — 11:15

**P1 基礎班 I** (小一或小二學生) 上課時間：逢星期六 上午 11:30 — 13:00



\*\*為保證整體學習進度，開班一星期後將不加收新生，各家長敬希留意。  
中心備有課程介紹資料，歡迎親臨索取及查詢。





## 魔術興趣班

**課程內容：** 透過學習魔術的原理及手法，從而令參加者學習對魔術的正確觀念及態度。在本課程中，我們會教導學生運用一些簡單的魔術道具或日常生活的隨手物品變出不同類型的有趣魔術，當中包括橡筋、硬幣、撲克牌、紙巾、介指、原子筆等等。

- 簡介魔術起源
- 表演魔術的注意事項
- 講簡魔術師 / 表演者的戒條

每堂會教授 2 個魔術 (1 個手法和 1 個道具魔術)

**費用：** 會員 \$360 非會員 \$380  
**日期：** C143 01/11/2008 – 06/12/2008 上午 11:00-12:00 (逢星期六 共 6 堂)  
**對象：** 6 歲以上兒童 (自備文具)



## 幼兒綜合舞蹈班

**課程內容：** 本課程教授多種舞蹈，訓練學生掌握手、腰部及腳位的變化、透過音樂和動作組合，引導學生懂得在跳舞時靈活地運用手、眼、身體和步伐的配合。

**費用：** 會員 \$340 非會員 \$360  
**日期：** C141 27/09/2008 – 01/11/2008 上午 10:00-11:00 (逢星期六 共 6 堂)  
 C142 08/11/2008 – 13/12/2008 上午 10:00-11:00 (逢星期六 共 6 堂)  
**對象：** 2-6 歲兒童 (自備飲用水)



## 綜合布藝製作課程

**課程內容：** 教授利用棉布，縫製一些既實用又精緻的飾物及用品，並講解和示範剪裁及針線縫製技巧，學員可以短期內製作出自己喜愛的布藝手工製品。包括：啤啤小熊、白兔仔、零錢包、布製公仔等特色布藝組合。

**費用：** 會員 \$360 非會員 \$380  
**日期：** C145 15/11/2008 – 20/12/2008 中午 12:00-13:00 (逢星期六 共 6 堂)  
**對象：** 8 歲以上兒童 (自備輔助工具，如剪刀、針線等)



## JOSEPHINE'S CLASS 英文精修研讀班

“我喜歡小朋友在輕鬆愉快的環境下學習，  
讓他們體驗學習英文的樂趣!”

JOSEPHINE

**內容：** 適合 4 - 10 歲的小朋友參加，此研讀班經過悉心設計，包括單字認識、活動寫作、互動遊戲、閱讀分享等。導師更會分析學生的學習進度，讓父母了解孩子的英語水平，以便跟進他們的英語能力，從而增強學生對英文學習的信心。

**日期：** 每月首 4 個星期二、四 (A 班 13:00-15:00, B 班 15:00-17:00)  
**費用：** 會員 \$980 非會員 \$1000



The University of Hong Kong  
First Class Honor (Bachelor of Social Sciences General)

The University of Auckland  
Certificate of Proficiency for Overseas Studies



## 兒童卡通漫畫新天地

**課程內容：**卡通及漫畫一向是小朋友的寵兒，看看迪士尼動畫、多啦A夢、麥兜等卡通人物深入民心，為求學生們畫得形神俱備，故先教授學生先以草稿構圖，再細心修正至完美造型，讓學生掌握準確之繪畫技能。並以小朋友最喜歡的漫畫人物作主題，讓他們於學習上獲得更多滿足感。

**內容：**主要以漫畫為題材，配合粉彩及水彩的描繪創作，加入水彩（指定題材或自由創作）、素描、粉彩等元素。

**費用：**會員 \$360 非會員 \$380

**日期：**C139 18/10/2008 – 22/11/2008 下午 4:00-5:00（逢星期六 共 6 堂）

C140 06/12/2008 – 17/01/2009 下午 3:00-4:00（逢星期六 共 6 堂）

\*27/12/2008 停課 1 天

**對象：**6 歲或以上兒童

**備註：**學生自備畫具（鉛筆、膠擦、間尺、粉彩）（水彩、畫紙由導師提供）



現凡報讀

兒童水彩畫班

即可獲贈

顏色筆、文具書袋乙份

數量有限 送完即止

## 兒童水彩畫班

**課程內容：**運用水彩、鉛筆等工具，以深入淺出的方法正確教授小朋友繪畫的概念，例如對顏色辨別，勾畫物體輪廓、手勢等等。在一個互動、氣氛歡愉及優良的環境中學習，讓小朋友更容易去吸收學到的藝術知識及培養對繪畫興趣。每期教授內容不同。

**費用：**會員 \$360 非會員 \$380

**日期：**C112 13/09/2008 – 18/10/2008 下午 2:00-3:00（逢星期六 共 6 堂）

C113 25/10/2008 – 29/11/2008 下午 2:00-3:00（逢星期六 共 6 堂）

C115 06/12/2008 – 17/01/2009 下午 2:00-3:00（逢星期六 共 6 堂）

\*27/12/2008 停課 1 天

**對象：**3-8 歲

**備註：**學生自備畫具（鉛筆、膠擦、間尺）（水彩、畫紙由導師提供）



## 兒童紙黏土製作班

**課程內容：**利用紙黏土製作各種得意有趣的仿真物品，訓練小朋友專注力，培養耐性，發揮幻想力。

**費用：**會員 \$380 非會員 \$400

**日期：**C112 18/10/2008 – 22/11/2008 下午 3:00-4:00（逢星期六 共 6 堂）

**對象：**5 歲或以上

**備註：**學生自備文具（鉛筆、剪刀、間尺） 水彩、紙黏土由導師提供



# 場地租用

每小時 \$40 起

包括：活動室、音樂室、禮堂、舞蹈及運動場地、商品展覽、社團會議、私人聚會、生日派對等。

本中心備有各款大小場地，供會員多種不同用途租用。

由 6 人至可容 60 人的個別房間，配合各種不同活動。

詳情請與本中心職員查詢。





# 報名及參加活動須知

## 繳款及退款

1. 本中心會員能享用會員價優惠，請於報名時出示有效之會員證
2. 已繳費的參加者，可於課程舉行前六個工作天或以前申請轉換課程/活動；如申請成功，參加者須付手續費十元。
3. 各參加者需留意課程/活動之舉行日期，本中心將不會作個別通知。如因個人理由而延誤上課日期，本中心恕不退款或補課。
4. 所有課程/活動若報名人數不足，本中心有權延期或取消該課程/活動。而參加者可於十二個工作天內憑收據申請退款。  
(退款不包括會員費及手續費)
5. 如因個人理由缺席或退出課堂/活動，本中心將不會安排退款。
6. 如因颱風或暴雨訊號而取消課程/活動，本中心將順延有關課程/活動，詳情請留意本中心公佈。
7. 所有收費均以港幣計算，交款須為現金或支票繳付。(抬頭：圓玄學院社會服務部)
8. 以上內容只供參考之用，如有任何更改，以本中心接待處資料為準，恕不另行通知。

## 注意事項

1. 各課程/活動只供已報名之參加者，名額不得轉讓。
2. 參加者需於第一堂帶備活動收據，以便本中心職員核對。參加者需保留有關收據，直至課程完結。
3. 參加者需小心保管私人財物，如有遺失，本中心恕不負責。
4. 如參加者不小心損壞本中心器材或物品，請即知會本中心職員，本中心有權保留合理賠償權利。
5. 如參加者需更改個人資料，請與本中心職員聯絡。
6. 各課程/活動只供已報名之參加者，名額不得轉讓。
7. 參加者需於第一堂帶備活動收據，以便本中心職員核對。參加者需保留有關收據，直至課程完結。
8. 參加者需小心保管私人財物，如有遺失，本中心恕不負責。
9. 如參加者不小心損壞本中心器材或物品，請即知會本中心職員。本中心有權保留合理賠償權利。
10. 如參加者需更改個人資料，請與本中心職員聯絡。

## 意見及申訴

參加者如欲對本中心提供意見，歡迎透過以下途徑：

活動意見檢討表、意見箱、致函予本中心或致電 2559-8472 與中心職員聯絡。

## 惠氏「倍力加」

### 全面均衡營養奶粉

不單提供豐富鈣質，強化骨骼健康

更加保護心血管健康

- 豐富大豆蛋白及單元不飽和脂肪酸，有助降低膽固醇
- 全植物油，符合美國心臟協會建議指引

更加有助腸道健康

- 豐富乳清蛋白，容易消化吸收

更加提升免疫力

- 多種抗氧化元素(胡蘿蔔、維他命 C 及 E)

更加有助滿足人體全面的營養需要

- 25 種維他命及礦物質，營養全面均衡

更加能避免由牛奶乳糖所引起的

腸胃不適

- 不含乳糖

更加有 2 款可口味道

- 原味及雲呢嚕味

為活力人生加分!

原價: \$135

會員優惠價

\$100

惠氏「倍力加」ENERGAL

雲呢嚕味

原味

Wyeth 14

# 圓玄學院社會服務部轄下單位

總辦事處	新界荃灣三疊潭圓玄學院	2493 4611
服務拓展	新界荃灣三疊潭圓玄學院	2493 4611
圓玄安老院	新界荃灣老圍路 31 號	2499 2818
圓玄護理安老院	新界荃灣老圍路 33 號	2402 1515
圓玄學院西醫療所	新界荃灣三疊潭	2412 2672
圓玄護養院(順利邨)	九龍觀塘順利邨順利商場二期 2 樓 A 及 3 至 4 樓	2341 1061
圓玄老人中心(嘉福邨)	新界粉嶺嘉福邨商場 2 樓 113 號	2683 0983
圓玄老人中心(深井)	新界深井青山公路 38 號海韻花園商場地下 H2 號	2491 1909
圓玄軒兒童教育中心(旺角)	九龍旺角洗衣街 22 號香港漢文師範同學會地下	2770 4966

## 圓玄軒婦女中心(西營盤)

香港西營盤西邊街 36 號 A 西區社區中心 2 樓

電話：2559 8472

傳真號碼：2559 8473



## 颱風及暴雨警告的安排

颱風訊號或 暴雨訊號	中心內活動安排	中心戶外 活動安排
懸掛一號 風球或黃 色暴雨警 告訊號	照常進行 (家長須自行決定是否前往中心上課, 在此情況下缺席各課程或活動, 均不獲補堂或退款)	照常進行
懸掛三號 風球或紅 色暴雨警 告訊號	照常進行 (家長須自行決定是否前往中心上課, 在此情況下缺席各課程或活動, 均不獲補堂或退款)	活動取消 備註: 如活動舉行前 兩小時仍懸掛, 活動則取消。
懸掛八號 以上風球 或 黑色暴雨 警告訊號	<p>中心將不會開放</p> <p>1. 早上 7 時或之後, 如天文台仍懸掛八號風球或黑色暴雨警告, 上午班組及活動將取消。</p> <p>2. 中午 12 時或之後, 如天文台仍懸掛八號風球或黑色暴雨警告, 下午班組及活動將取消。</p> <p>3. 下午 6 時或之後, 如天文台仍懸掛八號風球或黑色暴雨警告, 下午班組及活動將取消。</p>	<p>活動取消 備註: 如活動舉行前 兩小時仍懸掛, 活動則取消。</p>
如在課堂或活動進行中, 天文台懸掛八號風球或黑色暴雨警告訊號, 中心將關閉及即時停止所有活動、為保障各會員及參加者的安全, 請仍然留在中心內, 直至較安全情況或有家長陪同下才可離開中心。		



## 圓玄軒婦女中心 全新開放時間

時間/星期	一	二	三	四	五	六
09:00-13:00	✓	✓	✓	✓	✓	✓
午膳時間						
14:00-17:00	✓	✓	✓	✓	✓	✓
晚膳時間						
18:00-22:00		✓			✓	
星期日及公眾假期休息						

✧ ✓中心開放

✧ 13:00-14:00 及 17:00-18:00 為膳食時間, 中心不作開放