



循道衛理亞斯理社會服務處 青少年綜合服務中心



社會福利署資助服務

Subsidised Service by
the Social Welfare Department

2026年 1-3月 活動通訊



地址：葵涌大窩口上角街一號
電話：2420 1073 傳真：2427 0925
電郵：it@amss.org.hk
網址：http://www.amss.org.hk

督印人：鍾慧雯小姐
印刷日期：2025年12月
印刷數量：1500份
印刷設計：英發印刷製作有限公司

目錄

架構圖	1
中心事、你要知	2-9
活動花絮	10-11
生涯規劃計劃	12
精神健康計劃	13
運動篇	14
藝術篇	15
個人發展篇	16-17
節日性主題活動	18
親子活動篇	19
舊生優先	19-21
少數族裔會員活動篇	22-23
三結合計劃	23
25/26 課餘託管服務	24
25/26 輕鬆學習園地	25

架構圖

中心事・你要知

董事會

總幹事

* 鄭振昌先生
負責管理及督導本服務處

青少年綜合服務
服務督導主任

* 鍾慧雯小姐
督導及管理青少年綜合服務中心

學校社會服務
服務督導主任

* 何美恩小姐 (半職)
督導及管理學校社會工作

職員介紹

循道衛理亞斯理社會服務處

青少年綜合服務中心

青少年綜合服務中心

服務隊

* 潘樹湛先生 (社工 II)
* 李曉鵬先生 (社工 II)
* 何衍衡先生 (社工 II) (半職)
* 馮子陶小姐 (社工 II)
* 黃淑楠小姐 (社工 II)
* 鄧社培先生 (社工 II)

文職支援隊

* 柯君陶小姐 (計劃幹事)
* 吳玉珍小姐
* 許蘭君小姐

逸葵綜合發展中心

服務隊

* 曾佩芬小姐 (社工 II)
* 吳子謙先生 (社工 II)
* 林彥光先生 (社工 II)
* 嚴雋皓先生 (計劃幹事)
* 童娟娟小姐 (助理計劃幹事)
* 梁毅俊先生 (助理計劃幹事) (半職)

文職支援隊

* 張豪妮小姐
* 陳詠湘小姐

學校社會工作

東華三院陳兆民中學
* 鄭國濠先生 (社工 I)
* 司徒禎小姐 (社工 I)
東華三院伍若瑜夫人紀念中學
* 鄧雅詠小姐 (社工 I)
* 杜詩樺小姐 (社工 I)
循道衛理聯合教會李惠利中學
* 胡詠敏小姐 (社工 I)
* 方梓然先生 (社工 I)

文員助理

* 吳穎儀小姐 (文員助理) (半職)

服務質素標準

是社會福利署與非政府機構代表協商後制訂，目的是反映目前提供社會福利服務的常規程度。訂立服務質素標準是為了使所有社會服務與個別服務單位現行的優良做法看齊，確保福利界提供優質的服務，達到「以人為本、講求問責、著重成果」的目標。

一) 資料提供

服務的宗旨和目標應明確界定，其運作形式應公開，讓職員、服務使用者、可能需要接受服務的人仕及社會大眾知悉，以資受惠。

二) 服務管理

服務單位應有效地管理其資源，管理的方法應貫徹「靈活變通」、「不斷創新」及「持續改善」對服務使用者提供的服務。

三) 對服務使用者的服務

所有服務單位應鑑定並滿足服務使用者的特定需要。

四) 尊重服務使用者的權利

服務單位在服務運作和提供服務的每一方面，均應尊重服務使用者的權利。

SQ5
四大原則



SQS1	服務資料	SQS 9	安全的環境
SQS2	檢討及修訂	SQS10	申請和退出服務
SQS3	運作及活動紀錄	SQS11	評估服務使用者的需要
SQS4	職務及責任	SQS12	知情的選擇
SQS5	人力資源政策及程序	SQS13	私人財產
SQS6	計劃及評鑑	SQS14	私隱和保密
SQS7	財務管理	SQS15	申訴
SQS8	法律責任	SQS16	免受侵犯

歡迎社區人士向本中心職員索取有關資料查閱

中心簡介

中心簡介

本處青少年綜合服務中心肩負著一份承擔和使命，致力於運用多元化的手法及社區資源，為區內的兒童、青少年及其家庭提供全面的服務。透過與中心、學校及社區等多個平台的緊密合作，我們旨在滿足兒童及青少年在身心健康、社交技能、學業輔導及情緒支援等方面的不同需求，促進他們的整體發展。我們深信，每一位兒童和青少年都有潛力成為社會的積極參與者，而我們的角色是支持他們實現這一潛力。本年度我們以「走入社區，實踐全人工作」為主題，開展多元化的活動及介入手法，旨在培養和保持兒童、青少年及其家人對未來的希望。透過這些活動，我們希望能夠增強他們的身份認同感，並促進良好的人際關係。特別是在朋輩支持及親子互動方面，我們將重點加強這些連結，鼓勵家庭成員共同參與活動，從而提升整體的家庭功能與社區凝聚力。有關本年工作焦點如下：

走入社區，實踐全人工作

工作焦點

1. 提升兒童及青年的自我的認知，增強他們多元發展和能力感，以幫助他們應對成長的挑戰。
2. 關注兒童、青少年及其家人的精神健康，提供相關的小組活動和支援，幫助他們建立健康的身心狀態和正向價值。
3. 為兒童及青少年提供學習支援，擴闊主流學習以外的才能培養機會，並以能力為本的取向作為他們的發展方向和生涯規劃。
4. 促進兒童及青年與家庭的和諧關係，加強親子間的正向溝通和愉快家庭體驗。
5. 提升青年的正向人際關係能力，建立青年連結平台，培養青年的領導力，以促進青年之間的交流及社區參與。
6. 為兒童提供課後支援服務，支援區內的雙職家庭和有需要的家庭，提供兒童課後照顧、功課輔導和成長發展活動。
7. 提供專業輔導，學校社工在校內為有需要的兒童和青少年提供適當的輔導服務。
8. 支援特殊教學需要的兒童及其家人，提供專業的小組活動和情緒支援，以幫助他們盡快適應學習環境。

中心事・你要知



循道衛理亞斯理社會服務處
Asbury Methodist Social Service



青少年綜合服務中心 開放時間調整通告

(試行期：2025年11月至2026年1月)

感謝大家一直以來對本中心的支持與信任。為了更有效地利用資源，提升服務質素，並配合中心內部人手及運作安排。我們將於2025年11月1日起試行調整中心的開放時間，並計劃於2026年2月正式推行。更新開放時間如下：

(總辦事處) 中心開放時間

中心開放時間	一	二	三	四	五	六	日
上午十時至下午二時 10:00AM-2:00PM	✗	✗	✗	*✓	✗	✓	✗
下午二時至下午六時 2:00PM-6:00PM	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✗
下午六時至晚上十時 6:00PM-10:00PM	✓	✓	✓	✗	✗	✗	✗

✓ 此時段可辦理會員申請及各項報名手續

* 中心照常開放；於此時段內不接受報名、退款及會員申請手續

✗ 中心不作對外開放，但班組及活動照常進行

(副服務處二：富安樓) 開放時間

中心開放時間	一	二	三	四	五	六	日
上午十時至下午一時 10:00AM-1:00PM	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✗
下午二時至下午六時 2:00PM-6:00PM	✓	✓	✓	✓	✗	✓	✗
晚上七時至晚上十時 7:00PM-10:00PM	✗	✗	✗	✗	✗	✗	✗

如會員未能於指定時間內辦理各項報名及收款服務，請於下一個工作天再辦理，敬請見諒。

就更新開放時間，歡迎各位會員、家長及服務使用者表達意見。您可以透過以下方式聯絡我們，電話：2420 1073 或電郵至 it@amss.org.hk 與督導主任鍾慧雯姑娘或當值社工聯絡。中心亦會定期檢討服務需要，並因應會員的意見作出調整。

感謝您的支持！

活動報名需知

- 有關各項班組活動參加者需知及內容，請參考詳閱小冊子內頁。
- 所有活動只限會員登記報名，非會員可先進行網上登記，並於報名時即場免費入會。
- 每名中心會員最多只能報名5個活動，不包括課餘託管服務及舊生優先活動。
- 活動以「先到先得」作取錄準則。
- 成功登記並獲取錄的登記人，將由負責職員通知作實，登記人須於指定時段內親臨中心報名及繳費。未能依時報名者之金額將自動轉讓予其他登記人。
- 報名一經確認，不設退款，亦不可將參加資格轉讓，報名前請先核對清楚日期時間，以免因撞期而招至損失。
- 網上登記每次只能為一位參加者進行登記，否則該登記被作廢，敬請留意。(親子活動小朋友及家長需各填一份)
- 其他安排，請參考「活動參加者需知」。
- 如對活動有任何疑問，請先致電中心向負責同工查詢。
- 網上登記一切資料，只用作2025年9-12月活動報名安排用途，不會提供任何第三方組織。
- 以上安排如有任何爭議，本中心保留最終決定權。

報名須知

- 報名時必須出示有效會員證編號，有效期需至活動完結日為止。如發現參加者不符合活動要求，將被要求退出該項活動。
- 非會員報名活動，必須出示有效身份證明文件(例如身份證、出世紙、護照)。
- 報名者必須符合該活動的參加資格，活動如有名額限制，篩選過程大致分兩類：
 - 一般活動均為先到先得，額滿即止；
 - 對參加者有特別要求的活動會有特定的挑選/面見程序，有關程序請參考個別活動的宣傳資料。
- 報名前應先自行核對活動日期時間等資料，確保可以出席活動。

活動須知

- 參加者不得將已報名的活動名額私下轉讓給他人。
- 參加者必須按時出席活動，除活動改期外，本服務單位恕不另行通知。
- 出席第一節活動時，請帶同活動收據。
- 報名時請注意個別活動所設的年齡限制及參加者資格，如要求參加者年齡介乎6-12歲，6歲指參加者在活動開始日期年滿6歲，12歲指不足13歲者，如此類推。為使活動不會因參加者年齡相距太遠而有所影響，如發現參加者年齡不符合要求，將被要求退出該項活動。已付費用，不設退款。
- 參加者在出席前應確保身體狀況適合參與該活動，如期間身體不適，請即通知職員以作適當安排。
- 參加者在活動期間身體不適或未能遵守本服務單位的規則或懷疑感染傳染病未愈(職員會視乎需要而要求出示醫生證明書)，本服務單位有權停止為其提供該次服務，而不會予以補償或補堂，以保障所有參加者之權益。

- 參加者所提供的資料，將會被本單位用於為參加者提供適切的服務，並予以保密，但會按需要提供予有關政府部門及非政府機構。參加者有權查閱及更改個人資料。小組及活動中所拍的照片，會於活動完結後多保存兩個財政年度，以製作報告書及機構年報，並在活動推廣及分享時應用。如有任何查詢，可與本單位職員聯絡。
- 請小心看管私人財物，若有遺失，本服務單位恕不負責。
- 參加者不能擅自使用他人財物。
- 參加者在進行活動時如有任何意外、受傷、或被他人言語、人身侵犯等，請立即向導師或職員報告，以便即時作出合適處理。如對導師或職員有任何意見，可口頭、意見郵或書面向本服務單位主管或職員提出。
- 本服務單位會因應安排而作出人手調動並不會另行通知。
- 有關颱風/暴雨/酷熱或寒冷天氣/雷暴警告之服務安排，請參閱「熱帶氣旋及暴雨警告措施」。

退款須知

- 如參加者於報名後因私人理由要求退出活動，其所繳交的會員費用及活動費用將不獲發還。
- 小組及興趣班一經開始，不作退款安排；
- 唯參加者可於以下情況退出活動而獲本單位全數退還已繳交之活動費用：
 - 活動因收生不足而需取消；
 - 單次性活動因更改日期及時間，而參加者在新的舉辦日期未能出席；
 - 本單位因特殊情況更改或取消活動(因熱帶氣旋及暴雨警告影響之活動則不在此限)。

中心事・你要知

2026 年 1 至 3 月活動報名需知

報名流程及相關日期：

日期	內容
12 月 8 日 8:00PM (開始連結) 至 12 月 11 日 6:00PM (關閉連結)	網上報名 活動「先到先得」， 結果將會張貼於中心內
12 月 12 日至 12 月 20 日	報名確認及舊生優先報名 負責職員致電通知成功報名的參加者， 並安排時間到中心遞交表格及費用
12 月 22 日	公開報名 剩餘活動空位，將開放報名予 有興趣人士到中心報名



報名 QR code

報名連結：<https://forms.gle/g9QwpGhL1bmRgmfS7>

特別報告：

青少年綜合服務中心更改時間及暫停開放節日關係，青少年綜合服務中心更改開放時間

日期	節日	開放時間
16/2/2026 (星期一)	農曆年廿九	上午 10 時至下午 6 時

以下假期青少年綜合服務中心暫停開放

日期	原因
1/1/2026 (星期四)	元旦日假期
17/2-19/2/2026 (星期二至四)	農曆新年假期

中心事・你要知

為慶祝循道衛理亞斯理牧區65周年，本中心(青少年綜合服務中心及逸葵綜合發展中心) 特別於2025年10月1日至2026年3月31日期間，推出(免費入會優惠)予社區人士。歡迎所有6至24歲青少年及其家庭踴躍申請成為會員，在優惠期內參與各項精彩活動，齊來分享牧區65周年慶典的喜悅與祝福！如需查詢或申請詳情，請向本中心職員聯絡。勿失良機！儘快辦理入會手續！

申請會籍須知

任何人士只要是本服務單位的會員，便可接受由專業社工提供的服務，使用本服務單位的設施，以會員價參加本服務單位所舉辦的興趣班、小組及活動。每人只限持有本服務單位會籍一個，會籍及會證不得私下轉讓。

入會需知

幼兒會員：0-5歲

兒童會員：6-14歲或以下

青年會員：15歲-24歲

成人會員：25歲-54歲

申請手續：填妥會員申請表，出示身份證明文件(如：身份證、學生手冊)，親臨本中心辦理。

會 費：會費有效期一年，年費\$29。

有 效 期：一年，一經入會，會費恕不發還。

續證申請

- 會員證到期前後一個月均可申請續證。
(必須交回舊會證)
- 超過續證限期的話，則當作新入會辦理。
- 續證費用為每張\$29

退出會籍手續

會籍有效期為一年，由報名日起計，如欲退出會籍，服務使用者可自行遞交書面申請，有關服務單位會於收到通知後即接納，惟已交會費將不獲退還。

個人資料處理辦法

- 你所提供的資料，將會被本服務單位用於為你提供適切的服務，並向你推廣中心的服務。
- 你的個人資料將予以保密，但會依據法律需要披露相關資料予有關政府部門或非政府機構。
- 小組及活動中所拍攝的照片或錄像，將可能於五年內作出出版活動報告書、機構年報、其他印刷品及機構網頁之用。
- 你有權查閱及更正個人資料。如有任何查詢，可與本服務單位職員聯絡。

遺失會員證補領

請於可辦理會員申請之開放時段向當值職員提出，補證費用每張\$10。

查閱及改正個人資料

除個人資料(私隱)條例特定的豁免外，你有權要求查閱及改正本處所存備有關你的個人資料。你持有取得個人資料權利，但需支付費用，以取得有關資料文件之複本。

與會籍有關的個人資料會於退出會籍後多保存兩個財政年度，然後銷毀。

中心事・你要知

熱帶氣旋、暴雨警告及惡劣天氣措施

請各會員、參加本中心各項活動之人士及家長注意，為保障各人的安全，當遇到以下熱帶氣旋及暴雨警告訊號時，本中心將採取以下措施：

① 一般而言，將有以下安排：

颱風訊號		暴雨訊號	中心開放	中心內活動		中心外活動	
				兒童	青年	兒童	青年
			✓	✓		按天氣情況決定進行或取消 (水上活動必須取消)	
T1	或		✓	✓			
13			✓	✓		延期或取消	按天氣情況決定進行或取消
—	—		✓	×		延期或取消	
8 或以上風球或極端情況	或		×	×		延期或取消	

② 當天文台宣佈未來兩小時內將懸掛八號或以上風球，或將發出黑色暴雨警告訊號或極端情況，在此期間，所有中心以外的活動全部取消，而中心內活動則照常進行。唯以策安全，請參加者及家長自行考慮各區之天氣、道路及交通等情況，決定是否前往中心。而已在中心內之參加者，職員須確保其安全，始可其離開中心。在此情況下缺席各課堂及活動，均不補課或退款（戶外活動除外，而營地活動則視乎該負責機構是否退款予本中心），敬請留意。

③ 當天文台除下八號風球或黑色暴雨警告訊號後或極端情況，所有活動及中心運作將盡可能在兩小時後回復正常。舉例若 8:00am 或之前除下八號風球或黑色暴雨警告訊號或極端情況，中心於 10:00am 開放，若 12:00pm 或之前除下，中心於 2:00pm 開放，若 4:00pm 或之前除下，中心於 6:00pm 照常開放。若黑色暴雨風球或八號風球或極端情況在中心停止開放時間距離少於兩小時，中心於當日將不再開放。如在 8:00pm 或之後除下黑雨訊號或八號風球或極端情況，中心當日停止開放。唯本中心可按實際情況而決定是否重新開放及活動是否繼續進行。

④ 如在活動進行中，天文台發出紅色暴雨警告訊號，中心照常開放，但室內活動暫停。唯保障各會員及參加者的安全，請仍留在中心內，直至較安全情況或有家長陪同下方能離開中心。

⑤ 如在活動進行中，天文台發出黑色暴雨警告訊號，中心將關閉及即時停止所有活動。唯保障各會員及參加者的安全，請仍留在中心內，直至較安全情況或有家長陪同下始能離開中心。（請注意：如天文台發出雷暴警告，為保障各參加者的安全，所有水上活動及野外活動將按地區的情況決定是否繼續進行。）

⑥ 以上安排，只作一般情況參考。任何情況下，參加者及家長須考慮各地區之天氣、道路及交通情況，決定是否前往中心參與各項活動。在此情況下缺席各課堂及活動，將不獲補課或退款。

⑦ 有關極端情況訊號，請瀏覽政府天文台網頁資訊：<http://www.hko.gov.hk/contentc.htm> 的最新消息。

⑧ 如有任何疑問，請致電向本中心職員查詢，電話：2420 1073。

中心事・你要知

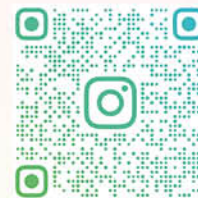
Chill Zone



放左學唔知有咩好去處，想要一個地方靜靜地喘息下？想同老 best 一齊打機？～中心最近添置左 Chill Zone ～入邊有 ps5、switch、board game 可以借用。歡迎各位來臨～ chill 下差足電！！

中心 IG

嘩！好大個 IG QR Code 啊！有 IG (Instagram) 嘅大家，follow 咗未啊，如果想收到中心嘅最新資訊，不防 Scan — Scan 個 QR Code，揪埋個 Follow 制，就唔會錯過最新資訊喇！



AMSSICYSC

天使微笑洗牙計劃

香港部份基層家庭因為缺乏經濟資源，導致他們無法獲得適當的牙科護理。有見及此，本中心現正參與由現代牙科國際基金會和現代牙科集團聯合推出「天使微笑洗牙計劃」，讓基層家庭及缺乏牙科服務資源的群眾提供免費的牙齒檢查及洗牙服務。

服務內容：

- 先由牙醫為參加者檢查口腔狀況
- 牙醫或牙齒衛生員透過工具去除牙菌斑和牙垢
- 參加者會收到牙科報告

服務對象：

就讀中一至中六的中心會員

(參加者需現正符合資格領取：社會福利署「綜合社會保障援助(綜援)」/ 學生資助辦事處「學校書簿津貼計劃」全額/半額津貼)

報名方法：

到本中心進行登記

負責職員：何衍衡先生(註冊社工)



活動花絮

山嶺活動安全推廣日

10月19日，星期日，風和日麗，正是戶外活動的絕佳時機。一年一度的山嶺活動安全推廣日在鯉魚涌公園（鄰近太古城）盛大舉行。本次活動由民眾安全服務隊（民安隊）主辦，吸引了19個機構參與。包括提供救援服務、戶外活動設施及資訊的政府部門，以及推廣遠足、岩石保育、定向活動和無線電通訊等項目的民間組織，當然也少不了香港童軍總會！活動內容豐富多彩，設有多個展覽攤位和趣味遊戲，參加者還能獲得不少紀念品。此外，現場還有救援示範表演、軍樂演奏和花式單車表演，參加者更可與紀律部隊的工作犬合影留念。我們旅團早上乘坐旅遊巴抵達會場，玩得不亦樂乎，但一上午的時間遠遠不夠，紛紛表示下次一定要預留更多時間！



活動花絮：



CZM 咖啡拉花工作坊，同學專心聆聽咖啡師講解咖啡拉花的做法

中秋佳節猜燈謎，同學們都積極參與



「成長的天空」計劃於戶外進行挑戰日營，挑戰低結構歷奇活動



亞斯理躲避盤隊參加友誼賽，以賽會友



「籃兒當入樽」興趣班上堂情況，學員十分留意教練的示範

縮小電筒！熱縮膠工房



扭扭擰擰



斯理冰皮月餅



呼~呼~呼~吹氣畫



劇本殺，青少年們一同燒腦尋找劇本的結局



葵涌循道中學精神健康小組活動

《自然之心》生涯規劃計劃 - 靜穆

時間是自然向前流動，人的變化成長同樣。大自然的每個季節變化象徵不同生活階段和挑戰。在哪一種土壤種下種子？因為需要給予什麼的養份？施多少的肥料？當面對不同的困難、環境收變時，之前的用心就正正可為種子建立強勁的根部、心態去面對。

「靜穆」正正是熱情過後，經歷了不同階段的體驗而吸收不同的養份，人會慢慢變得更睿智，找到心中的價值所在，當面對人生種種狀況與難題，都能豁達及沉實地面對，這正是成長的象徵。

OH Cards 潛意識體驗之旅 2.0

Oh 卡是一種結合圖像與文字的心理探索工具，幫助個人深入潛意識，認識自我，並促進內在成長。

日期：6/2、13/2、27/2、6/3/2025（逢星期五）

時間：17:00-18:00

地點：地下活動室

對象：14-24 歲中心會員

名額：8 人

堂數：4 堂

費用：免費

負責職員：何衍衡先生（註冊社工）

IT25/26-186



兒童探索繽紛 FUN

香港兒童探索博物館是香港首間及唯一的兒童博物館，以「遊玩中學習」為核心，促進孩子和家庭在語言、科學、技術、工程、藝術和數學（S.T.E.A.M.）、文化及環保上的意識，培養孩子的自主學習態度。

日期：14/3/2026（星期六）

時間：13:00-16:00

地點：香港兒童探索博物館（地址：香港筲箕灣道 163 號 Island Walk 地下 E 室及 1 樓）

對象：6-12 歲中心會員

名額：20 人

堂數：1 節

收費：\$100

負責職員：潘樹湛先生（註冊社工）、

黃淑楠姑娘（註冊社工）

備註：活動已包括體驗館門票及旅遊巴來回接送。

IT25/26-216



《自然之心》精神健康計劃 - 靜穆

生活在繁忙的石屎森林中，每日面對高強度的工作與學習後身心早已俱疲，無法釋放。而自然有著淨化以及療癒的作用，沐浴於自然環境當中，讓種子在心靈中滋養發芽，成為當中的支持。

本月的主題是「靜穆」，繁忙過後，遠離繁囂，在生活上找一片寧靜，調整心靈，找到內心的平淡。

好想同你一齊去野餐！

大家有冇做過 D 青春嘅事情呢，好想邀請大家一起去野餐，嚟草地上面休息一下，玩下 game，食下野

日期：14/3/2026（星期六）

時間：10:00-18:00

地點：西九文化區

對象：12-24 歲中心會員

堂數：1 節

負責職員：鄧社培先生（註冊社工）、

馮子陶姑娘（註冊社工）

備註：收費已包括活動費用

IT25/26-218

心靈休息室—自拍鏡 DIY

最近嘅 IG、Threads 有無見過人自己設計細塊、有唔同貼紙、文字嘅自拍鏡呢？咁可愛嘅自拍神器，除咗可以自己影靚相，更加可以方便一大班人合照！今次嘅活動，我哋可以同大家一邊傾下偈，一邊整屬於自己嘅自拍鏡，一齊放鬆下！

日期：10/3/2026（星期二）

時間：19:30-21:00

對象：12-24 歲中心會員

收費：\$20

負責職員：柯君陶姑娘（計劃幹事）

IT25/26-204

地點：本中心

堂數：1 堂

名額：8 人

抗疫力 LV-UP



香港中文大學醫學院合辦活動計劃

本計劃由中心與香港中文大學醫學院合辦，旨在探討音樂訓練是否有助提升兒童的抗逆及心理健康能力。活動透過不同形式的學習與互動，協助兒童減輕心理壓力，建立自信心，並提升生活質素。

程序：參加者將被隨機分配至 A 組或 B 組之一。整個計劃期間需填寫 4 次問卷，並有機會被邀請接受 1 次面試，以協助研究評估成效。

A 組

- 每週一次的音樂訓練
- 在導師指導下安排學習夏威夷小結他或電子琴
- 每次為 1 小時
- 24 堂
- 8 人一組
- 2026 年 1 月 12 日（星期一）開始
- 時間：17:00-18:00/18:00-19:00

地點：中心

名額：32 人

收費：免費

對象：年齡介乎 8 至 12 歲會員

堂數：24 堂

負責職員：馮子陶姑娘（註冊社工）

B 組

- 每週一次的室內社區休閒活動：
- 繪畫、勞作、舞蹈、桌上遊戲、戲劇、動畫放映
- 每次為 1 小時
- 24 堂
- 8 人一組
- 2026 年 1 月 13 日（星期二）開始
- 時間：17:00-18:00/18:00-19:00

• 與香港中文大學醫學院合辦之研究計劃，活動中收集的資料將用於學術研究。

• A 組：出席率達 85% 者可獲得一份樂器（小結他）和證書。

• B 組：出席率達 85% 者可獲得禮券和證書。

• 參與訪問的家長及兒童可獲贈價值 \$200 禮券，以作鼓勵。

• 此活動並非先到先得，登記後將會經職員篩選，職員稍後致電合適參加者。

• 此計劃之禮券由香港中文大學醫學院資助，其由中大負責贈送及決定安排。

IT25/26-190

運動篇

鏢！鏢！鏢！（3月）

唔知大家有冇試過玩飛鏢呢？飛鏢係一樣講求眼明手快、專注既運動，快d加入一齊玩啦！有好多種唔同既玩法，仲可以訓練埋手眼協調同專注力！

日期：7/3、14/3、21/3、28/3（星期六）

時間：16:00-17:00

地點：中心

對象：12-24 歲

名額：6

堂數：4

收費：\$20

負責職員：鄧社培先生（註冊社工）

IT25/26-200



秋風起，行山去！

踏入秋高氣爽
的季節，是時候
親近大自然了，
喜愛遠足行山的小
伙伴們，快點報名
參加啦！一同遊走

香港各區的山
峰，第一站踏
入「樂富格仔

山」打卡和野餐，第二站邁進「青衣
自然徑」遠眺青馬大橋的壯觀，既可
感受行山的樂趣，又可強身健體。

日期：31/1、28/2/2026（逢星期六）

時間：10:00-15:00

地點：格仔山、青衣自然徑

對象：6-15 歲中心會員

名額：8 人

堂數：2 堂

費用：免費

負責職員：潘樹湛先生（註冊社工）

備註：1. 參加者需穿著合適的運動
服裝及鞋，並自備飲用水
及乾糧。

2. 參加者需於本中心集合，並
自備八達通乘坐交通工具。

IT25/26-208



快樂乒乓球 (2-3 月)

基本發球、接發球站位、正手攻球及
推擋。以球會友、交流心得。

日期：23/2、2/3、9/3、16/3

（星期一）

時間：19:30-20:30

地點：中心

對象：8-12 歲

名額：6

堂數：4

收費：\$40

負責職員：鄧社培先生（註冊社工）

備註：請自備球拍

IT25/26-199



藝術篇

星空肌理畫

有天馬行空嘅想法，唔知點開口講出黎？
不如透過藝術作品說話啦～除左可以抒
發到學業所帶來嘅壓力，亦可發揮日常
較少能用到的創意，製作出屬於自己獨
一無二，七彩繽紛的肌理畫藝術品。

日期：21/2、28/2/2026（星期六）

時間：14:30-16:00

地點：中心

對象：8-24 歲中心會員

名額：10 人

堂數：2 堂

收費：\$80（已包括材料費）

負責職員：李曉鵬先生（註冊社工），

黃淑楠姑娘（註冊社工）

IT25/26-213

用燈箱說故事

每個人小時候都會聽過好多不同的小故
事，而當中一定有一個深刻嘅故事一直
成為左支撐自己前進嘅動力。不如一齊
黎將故事製作成燈箱，讓我地用作品說
故事～

日期：31/1/2026（星期六）

時間：10:30-12:30

地點：中心

對象：8-24 歲中心會員

名額：10 人

堂數：1 堂

收費：\$50（已包括材料費）

負責職員：李曉鵬先生（註冊社工），

黃淑楠姑娘（註冊社工）

IT25/26-214

粉彩藝術交流會 (26 年 1-3 月)

IT25/26-182

讓創意在指尖綻放！

在粉彩藝術交流會中，與小朋友們一起探索色彩的世界，發揮無限的想像力！不論你是藝
術新手還是小小畫家，這裡都是你展示才華的舞台，讓我們一起創作出美麗的藝術作品！

日期：24/2、3/3、10/3、17/3、24/3/2026（逢星期二）

時間：19:00-20:00

對象：6-12 歲中心會員

堂數：5 堂

負責職員：馮子陶姑娘（註冊社工）

地點：中心

名額：8 人

收費：\$50



QQ Creamy- 奶油膠手作

奶油膠顧名思義是一種好像蛋糕 Cream
的膠，可以為不同的物品增加 Creamy 的
感覺。活動會同大家一同為手機殼，收納
盒加上點綴，將自己的愛好放在用品上，
令物品變得獨一無二，又可以盡情使用。
日期：5/1、12/1、19/1、26/1/2026

（星期一）

時間：16:30-17:30

對象：6-15 歲中心會員

堂數：4 堂

負責職員：黃淑楠姑娘（註冊社工）

備註：費用包一個收納盒及透明手機殼
（成功報名後，楠姑娘會聯絡了解所需手
機殼型號。）

地點：本中心

名額：10 人

收費：\$60

IT25/26-191

廢物升級大行動 — 時間管理大師！

新嘅「廢物升級大行動」嚟啦！廢物升級
係利用廢棄物品，通過創意和改造，賦予
它們新的價值和功能。正所謂「一年之計
在於春」，嚟今次嘅「廢物升級大行動」，
小朋友可以利用廢棄物品，製作屬於自己
的行事曆，同時學習時間管理的技巧，為
新一年做好準備，成為「時間管理大師」！
日期：10/1、17/1/2026（星期六）

時間：11:00-12:00

對象：6-12 歲中心會員

堂數：2 堂

負責職員：柯君陶姑娘（計劃幹事）

地點：本中心

名額：8 人

費用：\$30

IT25/26-201

個人發展篇

少女心事 - 穿戴甲

身為學生既少女們!!! 穿戴甲可以隨戴隨拆, 唔傷真甲。於這裡從零開始, 打磨出最適合自己的甲型, 設計自己心中的甲款, 於6堂時間, 製作一至兩副穿戴甲, 交替搭配出不同風格。

日期: 20/1, 27/1, 3/2, 10/2, 24/2,

3/3/2026 (星期二)

時間: 19:00-21:00

地點: 本中心

對象: 12-24 歲中心會員

名額: 8 人

堂數: 6 堂

收費: \$60

負責職員: 黃淑楠姑娘 (註冊社工)、
柯君陶姑娘 (計劃幹事)

IT25/26-192



亞斯理園野烹飪

冷冰冰的天氣最適合 BBQ, 今次嘗試利用紙箱同炭火, 化身成烤爐去製作紙箱雞, 還可以嘗試製作甜品, 一齊試試有別於家中廚房的烹飪手法啦!

日期: 31/1/2026 (星期六)

時間: 14:30-17:30

地點: 本中心

對象: 6-12 歲中心會員

名額: 16 人

堂數: 1 堂

收費: \$60

負責職員: 黃淑楠姑娘 (註冊社工)

IT25/26-195



狼人殺之夜

準備好進入神秘的狼人世界了嗎?

在這個刺激的狼人殺之夜, 成為村民或狼人, 展開一場智力與策略的對決! 快來和朋友們一起揭開身份的謎底, 挑戰你的推理能力, 享受這場充滿懸念和驚喜的遊戲盛宴!

日期: 13/1、20/1、27/1、3/2、

10/2/2026 (逢星期二)

時間: 19:00-20:00

地點: 中心

對象: 8-12 歲中心會員

名額: 10 人

堂數: 5 堂

費用: \$20

負責職員: 馮子陶姑娘 (註冊社工)

IT25/26-181



菲林相機街拍人生

你喜歡攝影嗎? 平時有隨手拿著手機拍攝的習慣嗎? 所謂「街拍」就是紀錄生活點滴, 走進日常生活及社區, 隨手一拍, 更有趣的是「菲林相機」需要耐心等待膠卷沖洗後才知相片的成果, 充滿意想不到的畫面。

日期: 7/3、21/3 及 28/3/2026 (逢星期六)

時間: 14:00-15:30

地點: 本中心、社區一帶

對象: 6-15 歲中心會員

名額: 6 人

堂數: 3 堂

費用: \$70

負責職員: 潘樹湛先生 (註冊社工)

備註: 1. 班組包括菲林相機乙部、菲林膠卷及沖曬之費用

2. 於中心設有成果展, 展出參加者的攝影作品

IT25/26-209



節日性主題活動

如意「吉」祥——手作賀卡工作坊

農曆新年，小朋友除了拜年、逗利是，更可以給親友們製作賀卡，為新年送上祝福！在本次的工作坊，小朋友可以以輕黏土及皺紋紙等材料，設計成獨一無二的新年賀卡。一起來動手做最溫暖貼心的祝福吧！

日期：7/2/2026（星期六）

時間：11:00-12:30

地點：本中心

對象：6-12 歲中心會員

名額：8 人

堂數：1 堂

費用：\$20

IT25/26-202

負責職員：柯君陶姑娘（計劃幹事）

不可能的任務：尋蛋大作戰

彩蛋是復活節的象徵之一，代表新生和復活。今個復活節，我們邀請你一起加入亞斯理的「彩蛋特工隊」，一起進行不可能的尋蛋任務！

日期：28/3/2026

（星期六）

時間：10:30-12:30

地點：本中心

對象：6-12 歲

中心會員

堂數：1 堂

收費：\$20

名額：20 人



IT25/26-203

負責職員：黃淑楠姑娘（註冊社工）、
柯君陶姑娘（計劃幹事）

摺出新年好運

新年到，讓我們一起摺出好運！

在這個有趣的摺紙活動中，你將學習各種可愛的摺紙技巧，創造出獨特的新年裝飾！快來和小伙伴們一起動手，分享創作的樂趣，迎接新年的到來，讓好運伴隨你！

日期：9/2/2026（星期一）

時間：17:30-19:00

地點：中心

對象：6-12 歲中心會員

名額：8 人

堂數：1 堂

收費：免費

IT25/26-183

負責職員：馮子陶姑娘（註冊社工）



復活節活動 - 流體蛋

藝術是表達自己的一種方式，而流體藝術是透過使用不同的材料，在物件外或內流動的方式來完成一個既抽象而有個性的抽象流體作品，過程十分舒壓療癒，製作門檻極低大家都可以成為藝術大師～用流體藝術製作今年的復活蛋，去帶出祝福吧！

日期：28/3/2026（星期六）

時間：15:30-17:00

地點：本中心

對象：6-15 歲中心會員

名額：8 人

堂數：1 堂

收費：\$30

IT25/26-194

負責職員：黃淑楠姑娘（註冊社工）、
柯君陶姑娘（計劃幹事）

備註：費用包括所有材料費用

親子活動篇

親子歷險記——鹽田梓篇

親子歷險記第三彈，今次我地一齊去鹽田梓！讀萬理書不如行萬理路，大家又知唔知其實香港出產過鹽，曾經係鹽田梓村的主要經濟來源，但香港鹽業式微，鹽場一度荒廢，依家既鹽田梓既鹽田係村民自發建設一個新鹽田梓，變成一個保育村落。

我地今次會暢遊島上生態研習點，體驗人與大地自然生態的關係，了解及體驗傳統海鹽生產的過程。

日期：7/2/2026（星期六）

時間：9:30-17:30

地點：本中心

對象：6-12 歲中心會員及其家庭

名額：25 人

堂數：1 堂

收費：\$150 大小同價

負責職員：黃淑楠姑娘（註冊社工）、潘樹湛先生（註冊社工）

備註：費用包括中心來回碼頭旅遊巴、來回鹽田梓船費、工作坊費用



IT25/26-193

舊生優先

（如有剩餘名額，可供新生報，惟新生需由負責職員面見後方可參加）

AMSS 雜耍小隊（1-3 月）

雜耍等於街頭賣藝？少年你太年輕了！雜耍是透過身體、手、眼協調既運動，除左可以訓練耐力及集中力，仲可以提升自信心同培養堅持既態度，小組適合任何性別的參加者，等你呀！

日期：14/1、21/1、28/1、4/2、11/2、25/2、

4/3、11/3/2026（逢星期三）

時間：19:30-21:00

地點：中心禮堂

對象：13-18 歲中心會員

名額：12 人

堂數：8 堂

費用：\$80

負責職員：何衍衡先生（註冊社工）

IT25/26-184



舊生優先

1-3月 亞斯理籃球隊

與其自己一個係街場跟隊，不如跟我地認真練波，活動由持牌籃球教練教授籃球概念及進行訓練，讓你和隊友來一場精彩的友誼賽

日期：16/1、23/1、30/1、6/2、
13/2、27/2、6/3、13/3/2026
(星期五)

時間：20:00-22:00

地點：中心 / 區內
籃球場

對象：13-24 歲
中心會員

名額：15 人

堂數：8 堂

費用：\$80

負責職員：何衍衡先生 (註冊社工)

備註：1. 請自備籃球
2. 請自備飲用水 (1L)

IT25/26-185



籃兒富入樽籃球班 (1-3月)

踏進籃球場，一同揮灑努力的汗水，化身熱血的籃球健兒。由持牌籃球教練教授以兒童為本的正規籃球技巧，課堂以小組練習及團體遊戲為主，除了鍛鍊兒童的基礎籃球技術及提升個人身體素質外，更可培養團隊合作精神。

日期：3/1、10/1、31/1、28/2、7/3、
14/3、21/3 及 28/3/2026 (逢星期六)

時間：16:30-18:00

地點：戶外籃球場
(聖公會仁立紀念小學對出)

對象：6-12 歲中心會員

名額：19 人

堂數：8 堂

收費：\$160

負責職員：潘樹湛先生 (註冊社工)

備註：1. 參加者需穿著合適的運動服裝及鞋，並自備足夠的飲用水。
2. 參加者需自備籃球。
3. 如受天雨影響，班組會改為中心室內進行體能或基礎籃球訓練。

IT25/26-205

亞斯理躲避盤少年隊 (1-3月)

躲避盤是一種新興運動，近年這項新興運動深受時下兒童及青少年歡迎。躲避盤是躲避球的軟飛盤版本，融入飛盤運動的投擲與飛行技巧，配合團隊技術的運用。「亞斯理躲避盤少年隊」旨在培育一隊運動團隊，由恆常訓練到進行友誼賽，除了加強個人身體素質外，並培養團隊合作。

日期：6/1、13/1、20/1、27/1、3/2、10/2、24/2、3/3、
10/3、17/3、24/3/2026 (逢星期二)

時間：18:00-19:10

地點：本中心

對象：6-15 歲中心會員

名額：20 人

堂數：11 堂

收費：\$80

負責職員：潘樹湛先生 (註冊社工)、鄧社培 (註冊社工)

備註：1. 學員需穿著合適的運動服裝及鞋，並自備足夠的飲用水。
2. 學員需出席至少八成出席率，否則影響下期優先報名及代表參加比賽的機會。

IT25/26-206



Uke Crew (26年1-3月)

熱愛音樂的你，準備好踏上音樂旅程了嗎？

加入我們的 Uke Crew，與志同道合的朋友一起探索小結他的奧秘！不論是學習新和弦還是即興創作，這裡都是你展現音樂才華的舞台！快來一起彈奏，讓音符飛揚！

日期：14/1、21/1、28/1、4/2、
11/2、25/2、4/3、11/3、
18/3/2026 (逢星期三)

時間：19:00-20:30

地點：中心

對象：6-12 歲中心會員

名額：8 人

堂數：9 堂

費用：\$550

負責職員：馮子陶姑娘 (註冊社工)

IT25/26-179

DanzSoC (26年1-3月)

想要在舞池中大放異彩嗎？

無論你是初學者還是舞蹈高手，DanzSoC 都歡迎你！在這裡，你可以學習多種舞蹈風格，與朋友一起享受舞動的快感，展現你的舞姿，讓每一步都充滿自信與活力！

日期：16/1、23/1、30/1、6/2、
13/2、27/2、6/3、13/3/2026
(逢星期五)

時間：18:00-20:00

地點：中心

對象：12-24 歲中心會員

名額：12 人

堂數：8 堂

費用：\$250

負責職員：馮子陶姑娘 (註冊社工)、
何衍衡先生 (註冊社工)

IT25/26-180

洪拳功夫少俠 (1-3月)

洪拳注重剛柔並濟的運用，以腰馬發勁，並注重橋手，集速度及剛勁於一身，做到進可攻、退可守。是次班組教授基本馬步及手法、初階洪拳套路，以及傳統武術禮儀等技能，增加學員對武術之基本認識及興趣，同時培養學員的自律及毅力。

日期：3/1、10/1、31/1、28/2、7/3、
14/3 及 28/3/2026 (逢星期六)

時間：12:30-13:45

地點：本中心

對象：6-12 歲中心會員

名額：8 人

堂數：7 堂

費用：\$120

負責職員：潘樹湛先生 (註冊社工)

備註：1. 學員需穿著合適的運動服裝及鞋，並自備足夠的飲用水。
2. 由師承黃飛鴻太太—莫桂蘭師太入室弟子教授。
3. 如學員於班組出席率達 90%，可獲由武館頒發出席證書。

IT25/26-207

花式少年 Jump~ (1-3月)

花式跳繩係一項需要運用到身體不同部位的運動，講求手眼協調，節奏感以及空間感的運動，需要有堅毅不屈的意志，敢於嘗試，進而突破自我，你願意加入接受挑戰嗎？

日期：21/1、28/1、4/2、11/2、25/2、4/3、11/3、
18/3/2026 (星期三)

時間：18:30-19:30

地點：中心

對象：8-18 歲中心會員

名額：10 人

堂數：8 堂

收費：\$250 (已包括所有材料費用)

負責職員：李曉鵬先生 (註冊社工)

備註：活動由具豐富花式跳繩經驗的導師教授，亦會不定期有表演和比賽機會。

IT25/26-212

少數族裔會員活動篇

有趣中文輕鬆學 (1-3/2026) Learning Chinese with Fun & Ease (Jan-Mar 2026)

班組除了指導學員於功課上的困難及常見錯誤外，亦會透過生動有趣的教學方式，加強少數族裔學員對中文的興趣，鞏固他們對中文文法及詞彙的基礎，同時提高他們對應用中文讀寫及理解的能力和信心。

In addition to guiding students on homework and common mistakes, the class aims to raise students' interest in learning Chinese by interesting teaching methods. It also consolidates students' foundation in Chinese grammar and vocabulary, and at the same time improve their ability and confidence in reading, writing and comprehension in Chinese..

日期：10/1、17/1、24/1、31/1、14/2、21/2、28/2、7/3、14/3、
28/3/2026 (逢星期六)
Date: 10/1、17/1、24/1、31/1、14/2、21/2、28/2、7/3、14/3、
28/3/2026 (Saturday)

時間：10:30-12:00
Time: 10:30-12:00

地點：本中心
Venue: This Centre

IT25/26-222

對象：小一至小六少數族裔學生
Target: Primary 1 to 6 ethnic minority

名額：6 位
Quota: 6 students

費用：\$80
Fee: \$80

堂數：10 堂
Session: 10 sessions

負責職員：潘樹湛先生及鄧社培先生 (註冊社工)
Responsible staff: Mr. Terry Poon & Marco Tang
(Registered social worker)

備註：由具有中文教學經驗之導師教授。

Remarks: Lessons are taught by a tutor with experience in teaching Chinese.



少數族裔會員活動篇

葵涌鴨仔圍社區導賞 Community Tour in Kwai Chung

IT25/26-210

社會福利署荃灣及葵青區福利辦事處資助
Subsidized by Social Welfare Department Tsuen
Wan and Kwai Tsing Social Welfare Offices



作為葵涌區的居民，你認識自己的社區嗎？一齊參加這個社區導賞吧！希望可以讓你探索葵涌區有趣、不一樣的一面。

Do you know about your Community? Let's join the community tour. The tour will guide you to discover the community through a fun way.

日期：3/1/2026 (六)
Date: 3/1/2026 (Saturday)
時間：14:00-16:30
Time: 14:00-16:30

地點：Kwai Chung, Kwai Fong
Venue: 葵涌葵芳一帶
對象：小一至小六少數族裔及本地學生
Target: Primary 1 to 6 ethnic minority & local students

名額：12 位
Quota: 12 students
費用：全免
Fee: Free

堂數：1 堂
Session: 1 session
負責職員：潘樹湛先生及鄧社培先生
(註冊社工)
Responsible staff:
Mr. Terry Poon & Marco Tang
(Registered social worker)

三結合活動

2025-2026 Soul Cafe 社區服侍 (1-3 月)

透過咖啡沖調活動讓參加者互相連結，並培訓他們義工技巧，預備社區服侍。此外，亦會體驗不同的活動，讓參加者更了解自我，能清晰選擇合適自己的前路。

如果你都對咖啡拉花有興趣，我地誠邀你加入！

日期：1/2026-3/2026 (逢星期日)
時間：9:30-12:30、14:00-17:00

地點：本中心
對象：12-24 歲中心會員
費用：全免

負責職員：李曉鵬先生 (註冊社工)、
何衍衡先生 (註冊社工)

備註：1. 每月會舉辦一次團體活動及外出活動，
外出活動已包括保險費及交通

2. 有興趣的參加者在報名後，負責職員會個別聯絡參加者講解內容



IT25/26-215

25/26 課餘託管服務



課餘託管服務 (1-3/2026)

日期：1/1/2026 - 31/3/2026 <ASC25/26-010-012>
(逢星期一至五)

時間：15:30-19:00

地點：本中心

對象：小一至小六學生

名額：16名

費用：\$1334 (每月)

負責職員：潘樹湛先生 (註冊社工)、黃淑楠姑娘 (註冊社工)

內容：恆常功課輔導、兒童成長發展小組及其他主題活動

報名方法：

一 申請人須登記成為本中心會員，並填寫「課餘託管服務申請表」作登記 (不接受電話留名登記)。

一 所有新申請人可於今日至 2026 年 3 月或之前填寫申請表作輪候，負責職員會按空缺情況通知家長，安排家長及學員進行面試。

一如 2026 年 3 月或之前未獲通知面試的機會，將視為登記輪候已無效，則需於下一期作重新填表登記輪候。

備註：

1. 此服務旨在為照顧子女有困難的家庭，提供課後支援服務。如雙職父母、單親家庭、跨代照顧等將獲優先考慮。
2. 申請者須為中心會員；服務另設學費減免予區內低收入或綜援家庭，詳情可向負責職員查詢。
3. 公眾假期暫停服務，以及因天氣惡劣取消之課堂將不獲補堂及退款。
4. 凡參加託管之學員需每月達至最少八成出席率，否則將會被重新審視對服務的需要性。



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

25/26 輕鬆學習園地

25/26 輕鬆學習園地

為區內學生提供功課上支援，活動同時希望參加者能夠在此建立主動學習和自我管理能力，以「多鼓勵」、「多角度」、「多放手」方式讓他們自行實踐，讓他們能夠在此建立正面的學習態度。

日期：2/1/2026 - 31/3/2026 (逢星期一至五)
(公眾假期除外)

時間：16:00-18:00

地點：本中心

對象：小一至小六學生

收費：每月 \$1300

名額：18人 (舊生優先)

負責職員：鄧社培先生 (註冊社工)、
柯君陶姑娘 (計劃幹事)

內容：以小組模式進行功課輔導

報名方法：申請人可到中心登記，負責職員按空缺情況通知家長，安排家長及參加者面試。

備註：

1. 申請者須為中心會員；此服務不設學費減免
2. 基於善用資源原則，每月出席須達 80% 或以上，否則中心將有權終止其服務名額
3. 公眾假期暫停服務；因天氣惡劣取消之課節將不獲補堂及退款



本人對貴 中心有下列意見/投訴:

姓名: 聯絡電話:



巴 士		紅色小巴	專線小巴	
A32	葵涌邨-機場	青山道-荃灣(福來邨)	89	荃灣(河背街)- 葵盛 (經大窩口及港鐵葵興站)
33A	荃灣(如心廣場)-旺角(柏景灣)			
32H	象山邨-荔枝角	佐敦道-荃灣(福來邨)	89A	荃灣(河背街) - 葵盛
34	荃灣(灣景花園)-葵盛(中)	土瓜灣-荃灣(川龍街)	89B	荃灣大會堂- 葵盛
40X	葵涌邨-港鐵烏溪沙站	灣仔-荃灣(福來邨)	313	荃灣(曹公街)-瑪嘉烈醫院
43	港鐵荃灣西站-青衣(長康邨)	官塘-荃灣(千色店)	89P	葵蓉苑-葵芳(循環線)
44M	葵涌邨-青衣(長安邨)			
930	港鐵荃灣西站-港鐵金鐘站	旺角(朗豪坊)-荃灣(萬景峯)		

港 鐵

由大窩口站B出口往本中心只需5分鐘(大窩口體育館附近設有升降機服務,方便行人直接通往葵涌邨)