



## 基督之母堂 2018 暑期活動

上水保平路 11 號 電話: 2679 0555 傳真: 2673 7072

本堂網址: [www.moc.org.hk](http://www.moc.org.hk)

(編印日期 2018 年 6 月 3 日) v6

**6 月 10 日**  
**開始接受報名**  
**地點: 本堂玻璃屋**  
**逢星期日**  
**早上 9 時至 12 時報名**

### 家庭活動系列

## 1. 行山樂(清潭之旅) (A1)

日期: 7 月 8 (日)

名額: 25 名

費用: \$20 (包導賞費)

集合: 聖堂集合出發



行山路徑: 元朗錦田清潭水塘, 路段屬輕鬆家樂徑, 於十時彌撒後出發, 在元朗乘坐專線小巴 71 往河背村, 途經清潭灌、農場鮮奶公司、雷公田村, 回程乘坐專線小巴 72 返回元朗全程約 4.4 公里, 需時約 3 小時, 大部份路徑有樹蔭。完畢後, 可一起自費共聚晚餐。  
備註: 參加者需帶備足夠飲用水約 2 公升, 防曬用品及行山手杖。 負責人: 梁志輝弟兄

## 2. <療癒之旅. 靈修營. 真福八端> (A2)

入營日期: 7 月 13 星期五(下午 4:00)

離營日期: 7 月 14 翌日(下午 3:00)



營舍地點: 聖保祿靜修(上水金錢路 2 號)

費用: 每位\$380 (包二日一夜營費、交通費則自付)

內容: 每個人在人生路上難免經歷受傷、痛苦, 在信仰路上停滯不前, 看不到前路希望, 誠邀大家參加療癒之旅, 為自己加加油, 打打氣, 讓主耶穌醫治我們, 扶持我們, 使我們更有力量面對將來。神師: 易素嫻修女。



負責人: Frances 姊妹

## 3. 堂區導賞, 需要您(A3)

日期: 7 月 4、7/11 (三)

時間: 上午 11:00-12:00

對象: 10 名(18 歲或以上本堂教友)

收費: \$20



內容: 帶領本堂教友認識建堂歷史、建築特色、歷任司鐸及堂區色彩活動.. 等, 並鼓勵新學員加入堂區導賞組, 成為本堂導賞員, 負責接待與日俱增的朝聖團。請立刻行動, 堂區需要您!

負責人: 甘太

## 4. 堂區競技日暨閉幕禮 (A4)

日期: 8 月 19 日(日) 地點: 本堂

時間: 中午 11:30-下午 5:00

11:30 午餐; 12:30 閉幕禮; 1:30-4:30 競技

對象: 堂區教友、親友 3-80 歲  
參加者費用: 每位\$20 (包午餐、參加競技比賽)



個人報名: 由大會抽籤分組。  
隊伍報名: 每隊共有 10 人, 包括三個年齡群組如下



每隊 10 名成員組合:		
4 名	少年組	3-19 歲
4 名	壯年組	20-59 歲
2 名	長春組	60 或以上

- 可以自由組隊, 或由大會編組。各成員均須參與比賽, 並設全場隊伍總冠、亞、季軍, 勝出隊伍, 各人均獲獎牌一件。
- 大會設計一系列以聖經為主題的競技遊戲, 老少咸宜, 藉着大家參與, 增進友誼, 凝聚團體力量, 發揮互助互愛精神。同時, 舉行暑期活動閉幕禮, 頒發義工感謝狀。
- 現場設觀眾席, 歡迎各教友為隊伍打氣, 勝出的啦啦隊, 各人均可獲贈紀念品一份。

截止報名: 2018 年 8 月 5 日

抽籤及公佈隊伍名單: 2018 年 8 月 12 日

詳情請參閱海報。



## 長者活動系列

### 5. 老友記去旅行 (B1)



日期：7月6日(五)  
時間：早上8:00-5:30  
費用：\$180(包旅遊車費、自助餐)  
名額：50名老友記

內容：從聖堂乘坐旅遊巴出發，先到將軍澳參觀<消防救護訓練學院>，午餐前往維景酒店享用自助餐，繼往馬頭圍<進教之佑>聖堂朝聖，隨後前往李嘉堂宗教禮品中心，選購心水聖物，及參觀<探知館>介紹聖若望思高神父的傳教歷史，歡迎家人陪同一起參與。

負責人：Benz 姊妹

## 兒童、青少年活動系列

### 6. 樹屋田莊(\*C1)

日期：7月22日(日)  
時間：8:30-5:00 在聖堂集散  
地點：大埔林村新塘下村<樹屋田莊>

名額：20名(7歲或以上兒童)  
收費：\$100(包旅遊巴、教練費、午餐)

內容：從高處爬樹屋、水上玩木筏、走到田間探索追蹤，親身經驗大自然好玩又刺激的野外活動，又加插探遊小果園，有機會嘗試採摘時令水果。



負責人：Dominic 弟兄

### 7. 識食\*惜食 (\*C2)



日期：7月26日(四)  
時間：上午9:00-5:00 聖堂集合出發  
地點：(1)生活書院(大埔錦山178號)及  
(2)粒粒皆辛館(深水埗海壇街235豐盛大廈1樓)  
名額：20名(7歲或以上兒童)  
收費：\$100(包旅遊巴、入場費、午餐)

內容：「生活書院」從互動場館，再走進田裡，用感官來體味每天的食物，珍惜農夫辛勞的成果，以感恩、知足、包容的心去建設善良、和樂的世界。「粒粒皆辛館」是



全港首間融合惜食、關愛的實體展館，在旅程中大家將會接觸惜食冷知識，更會了解到香港以至全球的食物浪費及飢餓問題。藉着經歷今次旅程，希望

能夠作出小改變去減少廚餘，能夠做出小行動關愛社會上有需要的人。宣揚惜食！

<停止浪費  
、解決饑餓、  
以愛相連>

負責人：Candy 姊妹

## 興趣班系列

### 8. 司儀訓練班 (D1 & D2)

日期：8/5, 8/12(日)  
時間：(兒童班)上午11:30-1:30  
(青年及成人班)下午2:30至4:30



地點：本堂活動室  
收費：\$50  
人數：每班25名(兒童須年滿9歲或以上)

內容：基礎司儀技巧，包括正面思考和說話、聲線運用、咬字、肢體語言、經驗分享及模擬主持練習。導師於2011年獲全港司儀大賽季軍，至今一直為政商活動擔任司儀，包括大型展覽、會議、發布會、晚宴、頒獎禮、記者會和音樂會。

導師：楊善明 Patrizia (專業司儀)

### 9. 夏威夷小結他班(\*D3 & D4)

日期：8/1、8/8、8/15、8/22、  
8/29(三)共五堂  
(\*D3 兒童初班)上午10:00-11:15  
(D4 成人中班)上午11:30-12:45

地點：本堂活動室；  
人數：每班8人；  
收費：初班\$200(贈送21吋小結他連套及調音器)

中班\$200(自備小結他)

內容：由香港夏威夷小結他聯會教導，從最基礎的技巧開始，在課堂上學習彈唱，導師會因應同學需要，輔以遊戲及分組彈奏，讓同學更易明白彈奏技巧及增加同學間之合作性。

導師：Olivia Lee 姊妹





## 10. 拼貼藝術班(D5)

日期：6月23(六)

下午2:00至5:00

地點：本堂活動室

人數：10名

收費：\$50(包導師，材料)



內容：拼貼藝術「蝶古卡特(Decoupage)」是一種很簡單的DIY布置法，剪下餐巾紙印花，用拼貼專用膠黏貼，就能輕鬆為素面家飾品做改裝。學員須自備空玻璃瓶一件及剪刀一把。



導師：Irene 姊妹

## 11. 養生水果製作班(D6)



日期：8月5(日)

上午11:30至1:00

地點：本堂玻璃屋

人數：20名

收費：\$30

內容：朱醫師教全新口味生果大比拼，講解生果功效、與食物的配搭、禁忌配搭，養生食譜，並即場示範果汁製法，給大家品嚐及分享。

導師：朱澤生醫師(註冊中醫師)

## 12. 福傳魔術教學班(D7)



日期：7/28、8/18(六)下午3:30-5:30

地點：本堂活動室；人數：20名

收費：\$20(二堂教學費用全免，包道具費)

對象：20名有興趣人士



內容：由公教魔術師 Vincent Copperfield 教導，主要以聖經元素，配以魔術道具和簡單物件作輔導，並以魔術作媒介，將天主愛的訊息和福音的喜樂帶給不同的人，並鼓勵學員參與堂區福傳義工服務。



與堂區福傳義工服務。

導師：Vincent Copperfield, 天主教魔術師

教學團體：香港魔術義工隊

## 13. 皮袋DIY<中級班>(D8)

日期 6/2、6/9、6/16 逢(六)

時間：下午2-5:30(共3堂)

費用：\$300(包導師費、皮革)

名額：15名(包皮革、工具一套)



內容：導師團隊從圖樣開始，裁剪，一針一線，細心教導學員製作皮袋基礎技巧，至完成一件皮革成品。

導師：Frances 姊妹

## 14. 皮袋DIY<星級班>(D9)

日期：6/15、6/22、6/29、7/6、

7/20、7/27、8/3、8/10(逢五)

時間：晚上7:30-9:30(共8堂)

費用：\$300(包導師費、皮革)

名額：10名(學員須有製作皮袋經驗，舊生優先取錄)



內容：資深導師細心教導學員製作背包及銀包，提升學員製作複雜的技巧。

學員需自備所須工具。

導師：Harmony 姊妹

## 15. 腳底按摩班(D10)

日期：7月4-8月22(逢三)

共8堂

時間：下午2:00-3:00

地點：本堂活動室

名額：10人

費用：\$50

內容：由資深導師教授，由淺入深，容易學習，增強體魄，學員請自備毛巾及水。



導師：甘太

## 16. 夏日甜品班(D11 及 D12)

A 班: 7月 7(六) - 杞子桂花慕斯蛋糕 + 草餅

B 班: 8月 4(六) - 南瓜羊羹 + 芝麻餅

時間: 星期六下午 2:00-5:00

地點: 堂區玻璃屋;

名額: 15 名

材料費: A 班\$100 ; B 班 \$100

(參加兩班可優惠收費\$180)



內容: 親手製作甜品, 與家人朋友分享, 份外窩心愜意, 學員須自備打蛋器, 蛋糕刮和兩個 8 吋直徑不銹鋼器皿. 草餅和芝麻餅屬示範食品, 示範後將分給大家享用.



導師: Emily Choy 姊妹

## 17. 秀麗玉兔燈籠班(D13)

日期: 8月 25 (六)

時間: 下午 2:00 至 5:00

地點: 本堂活動室

人數: 15 名

收費: \$60 (包材料)



內容: 中秋節將至, 親手製作可愛玉兔燈籠, 送給至愛親朋, 陪感愜意。導師將教用傳統竹籐紮作, 配以白色絹布鋪蓋全身, 特顯繡花圖案, 秀麗脫俗, 加入 LED 小燈泡圍邊, 仿如一隻閃亮的彩兔, 在晚間草地上奔奔跳。

負責人: Wendy 姊妹

## 義工系列

## 18. 暑期義工大召募 (E1)

服務日期: 6-8 月

服務時間 / 地點: 按個別活動指定

費用: 免費

對象: 中學生或以上 負責人: Candy 姊妹



內容: 培養青年照顧不同階層人士, 學習與人相處; 從中學習策畫活動的技巧, 增強領袖能力元素, 為日後儲備投入社會的競爭力, 所有學生義工均獲發服務時數證書, 並必須出席暑期閉幕禮。

### 鳴謝

所有活動收費, 扣除開支, 餘款將撥交本堂暑期活動基金, 在此感謝導師, 活動主持及義工團熱心為堂區服務. (\*)部份活動由香港賽馬會慈善信託基金; 青年事務委員會; 青年活動統籌委員會贊助。

\*\* 詳情請到暑期活動攤位查詢 \*\*

逢主日上午 9-12 時在玻璃屋接受報名

\*\* 歡迎任何人士參加 \*\*

### 報名須知

- 由 6 月 10 日起, 逢星期日上午 9 時-12 時, 在本堂玻璃屋接受報名, 以先到先得形式.
- 表格可到本堂辦事處索取或從網上下載.
- 每項活動填寫一張表格, 報名費只收取現金.

- 本堂主日學學生可優惠減收\$10 二次, 而每個活動只可減收\$10 一次. 只適用於 2018 暑期活動 A1, A4, C1-C2, D1, D3, D5, D7, D11-D13.

- 活動資料以舉辦單位最後公佈為準.

## <<青年年>>



## 若望福音 15:5

我是葡萄樹, 你們是枝條; 那住在我內, 我也住在他內的, 他就結許多的果實, 因為離了我, 你們什麼也不能作。