



Po Leung Kuk
Lo Kit Sing (1983) College

保良局羅傑承(一九八三)中學

Cheung Hong Estate, Tsing Yi, N.T., Hong Kong

香港新界青衣長康邨

Tel: 2497 7110

Fax: 2431 1156

Dear Parents,
各位家長：

P22032

Volunteer Services

義工服務

Po Leung Kuk is always dedicated to serve the needs of all ages through its social service units and to encourage students to participate actively in voluntary social services. In order to achieve the aims, all students are required to complete certain service hours in each academic year [Junior forms – 8 hours ; Senior forms – 12 hours (F.4 students, 4 hours of community service out of the 12 service hours are required)]. There is no requirement for F.5 and F.6. This letter informs parents various volunteer services organized by different bodies (please see Appendix).

It is hoped that parents would encourage your children to participate in some of them. Volunteer services can broaden students' exposure but it is important to have your safety always in your mind.

Please acknowledge the receipt of the circular by signing the online reply slip by 12th October, 2022.

保良局全面推行「一學生一義工計劃」，鼓勵學生積極參與義務工作，回饋社會。為鼓勵同學積極參與義工服務，中一至中三同學必須於每學年指定時間內完成最少八小時義工服務時數，中四同學為十二小時義工服務時數(而其中必須包括四小時社區服務)，中五及中六同學可自由參與。

義工服務組已安排不同類型的義工服務(詳情見附頁)，學生可自由選擇合適服務。同時，各同學進行義工活動時必須注意自身安全。

敬請 貴家長鼎力支持。並於十月十二日前填妥網上回條。

Po Leung Kuk Lo Kit Sing (1983) College
保良局羅傑承(一九八三)中學



Law Wing Chung, Principal 羅穎忠校長

5th October, 2022 二零二二年十月五日

單次性義工服務

Appendix 附件

項目	活動內容	日期	時間	主辦單位	注意事項
1	青・ 獨居長者探訪 - 精英義工 大招募 (11 月)	13/11 (六)	10:00 - 12:30 地點：本中心及長青邨	香港基督教 女青年會 - 青衣綜合社會服務處	名額：40 人 (中一至中五) 誠邀各位分享你的魄力和精神，把愛心物資親手送贈區內長者。
2	青・ 愛護紅樹林 清理海灣 @大澳 (12 月)	10/12 (六)	13:00 - 18:00 地點：本中心及大澳	香港基督教 女青年會 - 青衣綜合社會服務處	名額：20 人 (中一至中五) 誠邀義工一起參與淨灘行動，一起愛護紅樹林。
3	愛・毛孩義工- 毛巾捐贈計劃 (1 月)	20/01 (五)	10:00 - 13:00 地點：中心集合，並暫定到訪： - 保護遺棄動物協會 (元朗橋興路白沙村第一段)；或 - 阿棍屋 (馬鞍山錦安路 232 號)	明愛長康兒童及青少年中心	名額：4 人 (中二至中五) 義工隊會協助收集及整理物資，並有機會協助將物質送往相關動物機構。 備注：義工需自備八達通支付車費

各活動資料以確認信為準

持續性義工服務

甲、義工活動 (由明愛長康兒童及青少年中心舉辦)

項目	活動	日期	時間	注意事項
4	愛・ 「IG Hunter」 預防網賭桌遊 義工計劃 (11 月)	<u>訓練日</u> 01/11 (二) <u>服務日</u> 待定 (導師會到場協助學生帶領一次，日子由學生與導師協調)	<u>訓練日</u> 15:30 - 18:00 地點：中心 <u>服務日</u> 由學生與導師協調 地點：中心 / 學校	名額：6 人 (中三至中五) ** 6 位受訓學生完成義工服務後，可獲桌遊一套及嘉許狀一張** 訓練日：學習基本抗賭知識、IG Hunter 桌遊試玩及帶領遊戲後解說訓練。 服務日：已受訓學生帶領 40 位朋友或同學參與實體遊戲版；另和 40 位同學或朋友玩線上版。遊戲最多可讓 6-10 人同時參與，實體和線上版約 4-7 局就達到目標。
5	愛・ 社區地圖小編 (11 月)	<u>訓練日</u> 01/11 (二) 08/11 (二) 15/11 (二) 22/11 (二) <u>服務日</u> 29/11 (二)	<u>訓練日</u> 16:30 - 17:30 地點：中心 <u>服務日</u> 16:30 - 17:30 地點：中心	名額：8 人 (中一至中五) 發掘青衣社區有趣故事，撰寫專欄，於中心社交平台或會員通訊向大眾分享。

各活動資料以確認信為準

甲、義工活動 (由明愛長康兒童及青少年中心舉辦)

項目	活動	日期	時間	注意事項
6	愛·桌遊長康 聯盟義工服務 A (11月 - 12月)	<u>訓練日</u> 02/11 (三) 11/11 (三) 16/11 (三) 23/11 (三) <u>服務日</u> 30/11 (三) 07/12 (三)	<u>訓練日</u> 16:30 - 18:00 地點：中心 <u>服務日</u> 17:00 - 18:15 地點：中心	名額：6人 (中一至中五) 透過桌遊活動訓練演說技巧，並完成服務活動。
7	愛· 東涌探索行 義工服務 (11月)	<u>訓練日</u> 04/11 (五) 18/11 (五) <u>服務日</u> 19/11 (六)	<u>訓練日</u> 16:30 - 18:00 地點：中心 <u>服務日</u> 10:00 - 18:00 地點： 中心集合，於 東涌進行活動	名額：8人 (中一至中五) 協助及策劃小學生遊覽東涌的古蹟，讓大家認識舊區新貌。 備注：義工需自備八達通支付車費
8	愛·忘憂鼓 義工指導員 (11月 - 1月)	<u>訓練日</u> 08/11 (二) 15/11 (二) 22/11 (二) 29/11 (二) 06/12 (二) <u>服務日</u> 14/01 (六)	<u>訓練日</u> 16:30 - 17:30 地點：中心 <u>服務日</u> 14:00 - 16:00 地點：明愛聖 若瑟中學進行	名額：3人 (中三至中五) 從旁協助忘憂鼓導師指導小朋友上課、維持秩序、推動學生練習和協助表演日流程。
9	愛·「童」玩 藝術親子藝術 小組義工 (11月)	<u>訓練日</u> 10/11 (四) <u>服務日</u> 12/11 (六) 19/11 (六)	<u>訓練日</u> 16:30 - 17:30 地點：中心 <u>服務日</u> 14:30 - 17:30 地點：中心	名額：4人 (中三至中五) 協助親子藝術小組進行活動、分發物資、觀察參加者互動。
10	愛· 明愛賣物會 義工活動 A (11月)	<u>訓練日</u> 14/11 (一) <u>服務日</u> 20/11 (日)	<u>訓練日</u> 17:00 - 18:00 地點：中心進 行 <u>服務日</u> 09:30 - 13:30 地點：寶血會 思源學校 (荃灣 城門道 2 號)	名額：6人 (中一至中五) 協助推行賣物會、整理物品及策劃攤位遊戲。歡迎又有心又有力嘅義工們幫手！

甲、義工活動 (由明愛長康兒童及青少年中心舉辦)

項目	活動	日期	時間	注意事項
11	愛・明愛賣物會 義工活動 B (11 月)	<u>訓練日</u> 14/11 (一) <u>服務日</u> 20/11 (日)	<u>訓練日</u> 17:00 - 18:00 地點：中心進 行 <u>服務日</u> 13:00 - 18:00 地點：寶血會 思源學校 (荃灣 城門道 2 號)	名額：6 人 (中一至中五) 協助推行賣物會、整理物品及策劃攤位遊 戲。歡迎又有心又有力嘅義工們幫手！
12	愛・躲避盤 義工服務 (11 月 - 1 月)	<u>訓練日</u> 18/11 (五) 25/11 (五) 02/12 (五) 23/12 (五) <u>服務日</u> 待定 (12 月 或 1 月平日)	<u>訓練日</u> 17:00 - 18:30 地點：中心 / 中心附近球場 <u>服務日</u> 16:30 - 18:30 地點：中心 / 中心附近球場	名額：6 人 (中一至中五) 訓練日 (4 次)：由專業教練教授躲避盤運 動，義工學習躲避盤技巧及規則。 服務日：由義工帶領小學生進行躲避盤活 動。
13	愛・分享@ 迷你免費市集 義工招募 (12 月)	<u>訓練日</u> 06/12 (二) 20/12 (二) <u>服務日</u> 21/12 (三)	<u>訓練日</u> 16:45 - 17:45 地點：中心 <u>服務日</u> 14:00 - 18:30 地點：中心	名額：6 人 (中一至中五) 協助收集及整理免費市集物品、宣傳活動 及場地佈置。
14	愛・「樂活.青 衣」活力社區 藝墟 暨頒獎禮 (1 月)	<u>訓練日</u> 12/01 (四) <u>服務日</u> 14/01 (六)	<u>訓練日</u> 16:30 - 18:00 地點：中心 <u>服務日</u> 12:30 - 18:30 地點：中心集 合，明愛聖若 瑟中學進行	名額：15 人 (中二至中五) 協助帶領新興運動遊戲及不同藝墟攤位、 場地佈置、接待來賓及參加者、維持秩 序，協助於社區宣傳活動或協助台上頒獎 禮流程。 訓練日將會進行分工及安排。
15	愛・桌遊長康 聯盟義工服務 B (4 月-5 月)	<u>訓練日</u> 19/04 (三) 26/04 (三) 03/05 (三) 10/05 (三) <u>服務日</u> 17/05 (三) 24/05 (三)	<u>訓練日</u> 16:30 - 18:00 地點：中心 <u>服務日</u> 17:00 - 18:15 地點：中心	名額：6 人 (中一至中五) 透過桌遊活動訓練演說技巧，並完成服務 活動。

乙、義工活動 (由香港遊樂場協會賽馬會青衣青少年綜合服務中心舉辦)

項目	活動	日期	時間	注意事項
16	遊・狗場義工體驗 (11 月)	<u>訓練日</u> 04/11 (五) <u>服務日</u> 日期： 待定	<u>訓練日</u> 16:30 - 17:30 地點：本中心 <u>服務日</u> 時間：待定 地點：待定	名額：4 人 (中三至中五、不怕大型狗隻) 協助進行狗場清潔工作、與狗場小狗互動交流
17	遊・西洋書法傳心意 (11 月 - 12 月)	<u>服務日</u> 25/11 (五) 02/12 (五)	<u>服務日</u> 16:30 - 18:00 地點：本中心	名額：6 人 (中一至中五) 學習西洋書法的技巧，製作相關心意卡，送給社區人士
18	遊・桌遊篇 密室逃脫 (12 月)	<u>服務日</u> 16/12 (五) 23/12 (五) 30/12 (五)	<u>服務日</u> 18:00 - 19:30 地點：本中心	名額：3 人 (中二至中五) 協助 10-16 歲青年朋友進行密室逃脫桌遊活動。
19	遊・週二桌遊樂 A (11 月 - 12 月)	<u>訓練日</u> 01/11 (二) <u>服務日</u> 08/11 (二) 15/11 (二) 22/11 (二) 29/11 (二) 06/12 (二)	<u>訓練日</u> 16:45-17:45 <u>服務日</u> 16:30-17:45 地點：本中心	名額：3 人 (中二至中五) 協助小學生進行桌遊活動。
20	遊・週二桌遊樂 B (11 月 - 2 月)	<u>訓練日</u> 01/11 (二) <u>服務日</u> 20/12 (二) 17/01 (二) 31/01 (二) 14/02 (二) 21/02 (二) 28/02 (二)	<u>訓練日</u> 16:45-17:45 <u>服務日</u> 16:30-17:45 地點：本中心	名額：3 人 (中二至中五) 協助小學生進行桌遊活動。
21	遊・週二桌遊樂 C (2 月 - 4 月)	<u>訓練日</u> 02/02 (四) <u>服務日</u> 07/03 (二) 14/03 (二) 04/04 (二) 11/04 (二) 18/04 (二)	<u>訓練日</u> 16:45-17:45 <u>服務日</u> 16:30-17:45 地點：本中心	名額：3 人 (中二至中五) 協助小學生進行桌遊活動。

乙、義工活動 (由香港遊樂場協會賽馬會青衣青少年綜合服務中心舉辦)

項目	活動	日期	時間	注意事項
22	遊・ 週二桌遊樂 D (4 月 - 5 月)	<u>訓練日</u> 13/04 (四) <u>服務日</u> 25/04 (二) 02/05 (二) 09/05 (二) 16/05 (二) 23/05 (二)	<u>訓練日</u> 16:45-17:45 <u>訓練日</u> 16:30-17:45 地點：本中心	名額：3 人 (中二至中五) 協助小學生進行桌遊活動。
23	遊・10-12 月 會員生日會 (11 月)	<u>訓練日</u> 01/11 (二) <u>服務日</u> 05/11 (六)	<u>訓練日</u> 16:45-17:45 <u>服務日</u> 10:00 - 13:00 地點：本中心	名額：4 人 (中二至中五) 給 6-14 歲小朋友舉辦生日會，協助生日會準備、進行及收拾。
24	遊・1-3 月 會員生日會 (2 月)	<u>訓練日</u> 02/02 (四) <u>服務日</u> 25/02 (六)	<u>訓練日</u> 16:45-17:45 <u>服務日</u> 10:00 - 13:00 地點：本中心	名額：4 人 (中二至中五) 給 6-14 歲小朋友舉辦生日會，協助生日會準備、進行及收拾。
25	遊・4-6 月 會員生日會 (4 月 - 5 月)	<u>訓練日</u> 13/04 (四) <u>服務日</u> 13/05 (六)	<u>訓練日</u> 16:45-17:45 <u>服務日</u> 10:00 - 13:00 地點：本中心	名額：4 人 (中二至中五) 給 6-14 歲小朋友舉辦生日會，協助生日會準備、進行及收拾。
26	遊・ 開心星期五 A (11 月 - 2 月)	<u>簡介會</u> 01/11 (二) <u>服務日</u> 04/11 (五) 11/11 (五) 18/11 (五) 25/11 (五) 02/12 (五)	<u>訓練日</u> 16:45-17:45 <u>服務日</u> 16:30-17:45 地點：本中心	名額：3 人 (中一至中五) 給 6-14 歲朋友度過開心星期五，協助手工活動或團體遊戲進行、準備及收拾。
27	遊・ 開心星期五 B (2 月 - 3 月)	<u>訓練日</u> 02/02 (四) <u>服務日</u> 03/02 (五) 10/02 (五) 17/02 (五) 24/02 (五) 10/03 (五)	<u>訓練日</u> 16:45-17:45 <u>服務日</u> 16:30-17:45 地點：本中心	名額：3 人 (中一至中五) 協助 6-14 歲朋友進行手工活動、進行團體遊戲，義工亦需負責準備及收拾活動。

乙、義工活動 (由香港遊樂場協會賽馬會青衣青少年綜合服務中心舉辦)

項目	活動	日期	時間	注意事項
28	遊・開心星期五 C (4月 - 5月)	訓練日 13/04 (四) 服務日 14/04 (五) 21/04 (五) 05/05 (五) 12/05 (五) 19/05 (五)	訓練日 16:45-17:45 服務日 16:30-17:45 地點：本中心	名額：3人 (中一至中五) 協助 6-14 歲朋友進行手工活動、進行團體遊戲，義工亦需負責準備及收拾活動。

各活動資料以確認信為準

丙、義工活動 (由女青 - 青衣綜合社會服務處舉辦)

項目	活動	日期	時間	注意事項
29	青・關懷社區 囡囡囡囡 - 結他小伙子 (11月 - 1月)	訓練日 01/11 (二) 08/11 (二) 15/11 (二) 22/11 (二) 29/11 (二) 06/12 (二) 20/12 (二) 服務日 暫定 12 月 - 1 月期間	訓練日 16:30 - 17:30 地點：本中心 服務日 時間：待定 地點：本中心 或其他演出場地	名額：8人 (中一至中五) 歡迎喜歡結他的同學加入「結他小伙子」，無論你會不會彈奏，都可以前來分享音樂的樂趣。 導師會教授簡單彈奏技巧，與大家彈奏不同樂曲。 「小伙子們」將於不同活動及探訪中給社區人士演奏，讓大家放鬆、舒壓，度過歡愉時光。 備註：可借用本中心之結他
30	喜閱孩子伴讀計劃 A	訓練日 02/11 (三) 服務日 23/11 (三) 07/12 (三) 18/01 (三)	訓練日及服務日 16:30 - 17:30 地點：本中心	名額：8人 (中一至中五) 透過陪伴孩子閱讀中文或英文繪本，幫助區內小學生建立閱讀習慣，訓練青少年與人相處和溝通的能力。
31	孩子開心做功課 A (11月)	訓練日 03/11 (四) 服務日 10/11 (四) 17/11 (四) 24/11 (四)	訓練日及服務日 16:30 - 17:30 地點：本中心	名額：6人 (中一至中五) 透過義務教功課的活動以幫助區內有特殊學習需要的小學生解決每天面對的困難，並建立青少年與人溝通的自信心，同時培育他們個人的責任感及關懷他人的素質。

各活動資料以確認信為準

丙、義工活動 (由女青 - 青衣綜合社會服務處舉辦)

Appendix 附件

項目	活動	日期	時間	注意事項
32	青・關懷社區 囡囡囡囡 - 曲奇製作 (11 月)	<u>訓練日</u> 09/11 (三) 16/11 (三) <u>服務日</u> 20/11 (日)	<u>訓練日</u> 16:30 - 18:00 地點：本中心 <u>服務日</u> 09:30 - 17:00 (當中出席 2 小時或以上) 地點：本中心	名額：8 人 (中一至中三) 與義工一同籌備曲奇義賣活動， 透過親手製作曲奇，把心意注 入，並於服務日傳遞給社區。
33	青・顯愛心・齊開心 嘉年華義工招募 (11 月)	<u>訓練日</u> 12/11 (六) 19/11 (六) <u>服務日</u> 20/11 (日)	<u>訓練日</u> 15:00 - 16:30 15:00 - 18:00 地點：本中心 <u>服務日</u> 10:00 - 17:30 地點：本中心	名額：20 人 (中一至中五) 一同籌備以「懷舊嘉年華」為主 題的《顯愛心・齊開心嘉年華》， 一起籌備遊戲攤位、慈善義賣及 手作工作坊等，為社區帶來開朗 歡笑的時光。
34	青・Y Lead 領袖訓練暨 義工服務 (1 月)	<u>訓練日</u> 13/01 (五) 14/01 (六) <u>服務日</u> 20/01 (五)	<u>訓練日</u> 16:15 - 17:30 地點：本中心 <u>服務日</u> 時間：待定 地點：待定	名額：10 人 (中一至中五) 透過培育青少年領袖特質及團隊 精神，推動青少年培養自主學習 能力、反思能力；讓青少年探索 地區需要，並推動地區互相關懷 的氛圍。
35	喜閱孩子伴讀計劃 B (4 月 - 5 月)	<u>訓練日</u> 18/04 (二) <u>服務日</u> 25/04 (二) 02/05 (二) 16/05 (二) 23/05 (二)	<u>訓練日及服務 日</u> 16:30 - 17:30 地點：本中心	名額：8 人 (中一至中五) 透過陪伴孩子閱讀中文或英文繪 本，幫助區內小學生建立閱讀習 慣，訓練青少年與人相處和溝通 的能力。
36	孩子開心做功課 B (4 月)	<u>訓練日</u> 19/04 (三) <u>服務日</u> 26/04 (三) 03/05 (三) 10/05 (三) 17/05 (三)	<u>訓練日及服務 日</u> 16:30 - 17:30 地點：本中心	名額：6 人 (中一至中五) 透過義務教功課的活動以幫助區 內有特殊學習需要的小學生解決 每天面對的困難，並建立青少年 與人溝通的自信心，同時培育他 們個人的責任感及關懷他人的素 質。

各活動資料以確認信為準

丁、義工活動 (由香港香港小童群益會賽馬會長亨青少年綜合服務中心舉辦) Appendix 附件

項目	活動	日期	時間	注意事項
37	童·青衣 「義」能人社 區送暖行動 (11 月)	<u>訓練日</u> 08/11 (二) <u>服務日</u> 12/11 (六)	<u>訓練日</u> 16:30 - 18:00 地點：中心 <u>服務日</u> 13:30 - 18:30 地點：長亨邨	名額：8 人 (中一至中五) 透過小組遊戲，建立團隊精神；參與技能及義工訓練，協助籌備及推展社區活動。關懷社區內有需要的人，傳遞愛與互助的訊息，建立大家對社區的歸屬感。
38	童·海洋生態 遊 義工大使 (11 月)	<u>訓練日</u> 01/11 (二) <u>服務日</u> 19/11 (六)	<u>訓練日</u> 16:30 - 18:00 地點：中心 <u>服務日</u> 09:00 - 17:00 地點：西貢	名額：16 人 (中一至中五) 活動讓學生認識海洋保育與文化發展，透過工作坊和導賞，讓大家了解更多本地生態文化。活動設有獨木舟體驗，讓義工們能夠身體力行清潔海岸。 參加者必須懂得游泳，並能游最少五十米。 活動已包「團體個人意外」保險 完成活動後，參加者將獲發證書及紀念章。
39	童·耆趣 Teen 地 (11 月-1 月)	<u>訓練日</u> 25/11 (五) 07/12 (三) 13/01 (五) <u>服務日</u> 14/01 (六)	<u>訓練日</u> 16:30 - 18:00 地點：中心 <u>服務日</u> 14:00 - 18:00 地點：中心	名額：6 人 (中一至中五) 每人都有屬於自己珍貴的童年回憶。活動招募青少年義工與長者一同舉辦攤位遊戲日，並協助回收玩具再轉贈區內家庭，讓大家感受分享帶來的意義。

各活動資料以確認信為準