



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：

P22143

**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.

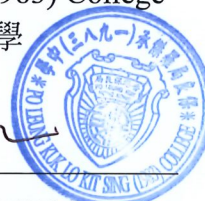
Please acknowledge the receipt of the circular by signing the online reply slip by 24<sup>th</sup> February, 2023.

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。並於二月二十四日前填妥網上回條。

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  
17<sup>th</sup> February, 2023 二零二三年二月十七日

## 單次性義工服務

## Appendix 附件

| 項目 | 活動內容                            | 日期          | 時間及地點                                       | 主辦單位                                      | 注意事項                                                                                                                              |
|----|---------------------------------|-------------|---------------------------------------------|-------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1  | 遊・遊協賣旗日                         | 04/3<br>(六) | 08:30 - 11:30<br>地點：中心                      | 香港遊樂場協會<br>賽馬會青衣青少年<br>綜合服務中心<br>(長發社區中心) | 名額：30 人<br>(中二至中五)<br><br>協助進行賣旗籌款活動。                                                                                             |
| 2  | 青・後勤戰士 -<br>籌備遊戲攤位<br>(3 月)     | 06/3<br>(一) | 16:30 - 18:00<br>地點：中心                      | 香港基督教<br>女青年會 - 青衣綜<br>合社會服務處             | 名額：8 人<br>(中一至中五)<br><br>一起籌備遊戲攤位，協助<br>預備社區活動的物資，為<br>社區帶來開朗歡笑的時<br>光。                                                           |
| 3  | 青・<br>老友記<br>健體運動<br>(4 月)      | 01/4<br>(六) | 13:30 - 16:30<br>地點：中心                      | 香港基督教<br>女青年會 - 青衣綜<br>合社會服務處             | 名額：12 人<br>(中一至中五)<br><br>關愛區內老友記，一起設<br>計適合他們喜愛參與的運<br>動，推動他們透過運動來<br>保持身體康。                                                     |
| 4  | 青・祝福兒童<br>(5 月)                 | 03/5<br>(三) | 16:30 - 17:30<br>地點：中心                      | 香港基督教<br>女青年會 - 青衣綜<br>合社會服務處             | 名額：8 人<br>(中一至中五)<br><br>以「創意積木」製作精美<br>的小禮物，送給區內兒童<br>和街坊，慶祝兒童節及勞<br>動節。                                                         |
| 5  | 青・後勤戰士 -<br>祝福 IG POST<br>(5 月) | 12/5<br>(五) | 16:30 - 18:00<br>地點：中心                      | 香港基督教<br>女青年會 - 青衣綜<br>合社會服務處             | 名額：9 人<br>(中一至中五)<br><br>招募有創意、有心思、有<br>美感觸角的義工！<br><br>來一起構思和製作「兒童<br>節、母親節和父親節」的<br>Instagram 慶祝帖子。<br><br>相關帖子將會刊登於本處<br>社交平台。 |
| 6  | 愛・<br>圖書館義工<br>(3 月)            | 07/3<br>(二) | 16:30 - 18:00<br>地點：中心                      | 明愛長康兒童及<br>青少年中心<br>(青盛苑一樓)               | 名額：6 人<br>(中一至中五)<br>協助整理圖書館的書架，<br>更新圖書館的藏書，幫忙<br>圖書上架和下架。                                                                       |
| 7  | 愛・<br>暑期活動<br>報名日助手招募<br>(5 月)  | 13/5<br>(六) | 9:00 - 12:00、<br>14:30 - 17:30<br><br>地點：中心 | 明愛長康兒童及<br>青少年中心<br>(青盛苑一樓)               | 名額：6 人<br>(中四至中五)<br>協助推行活動及維持秩<br>序。<br><br>備註：設午膳時間，義工<br>自行午膳                                                                  |

各活動資料以確認信為準



## 單次性義工服務

## Appendix 附件

| 項目 | 活動內容                         | 日期          | 時間及地點                  | 主辦單位                        | 注意事項                                                                                                           |
|----|------------------------------|-------------|------------------------|-----------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 8  | 愛·地壺義工<br>交流美食之旅<br><br>(6月) | 29/6<br>(四) | 16:30 - 18:30<br>地點：中心 | 明愛長康兒童及<br>青少年中心<br>(青盛苑一樓) | 名額：8 人<br>(中一至中四)<br>與肢體殘障人士透過地壺<br>球進行互動體驗，大家互<br>相交流學習，發揮社區鄰<br>舍關愛精神。<br><br>備註：此活動由本中心與<br>路德會長青群康中<br>心合辦 |

各活動資料以確認信為準

## 持續性義工服務

### 甲、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)

| 項目 | 活動                                        | 日期                                                                           | 時間及地點                                                                                                                              | 注意事項                                                                                                               |
|----|-------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 9  | 童·Books For<br>Love<br>書出愛心<br><br>(3-4月) | <u>訓練日</u><br>04/3 (六)<br>11/3 (六)<br>15/4 (六)<br><br><u>服務日</u><br>22/4 (六) | <u>訓練日</u><br>11:00 - 12:30<br><br><br><u>服務日</u><br>時間：待定<br>地點：ArtisTree<br>(太古坊康橋大廈一樓)                                          | 名額：8 人 (中一至中五)<br><br>Tell your own story! 製作一本屬於你自己<br>嘅書 -- 義工會在服務日到 Books For<br>Love 會場協助書籍義賣和分類。              |
| 10 | 童·平等<br>分享行動 A<br><br>(3月)                | <u>訓練日</u><br>15/3 (三)<br><br><u>服務日</u><br>18/3 (六)                         | <u>訓練日</u><br>16:30 - 18:00<br>地點：中心<br><br><u>服務日</u><br>13:30 - 17:00<br>地點：荃灣德華公園                                               | 名額：6 人 (中一至中五)<br>學生義工們到社區分享飯券和防疫物<br>資，透過「平等分享」概念，讓他們<br>學習資源共享、關懷區內獨居長者及<br>勞動階層，構建社會共融。                         |
| 11 | 童·平等<br>分享行動 B<br><br>(4月)                | <u>訓練日</u><br>12/4 (三)<br><br><u>服務日</u><br>15/4 (六)                         | <u>訓練日</u><br>16:30 - 18:00<br>地點：中心<br><br><u>服務日</u><br>13:30 - 17:00<br>地點：荃灣德華公園                                               | 名額：6 人 (中一至中五)<br>學生義工們到社區分享飯券和防疫物<br>資，透過「平等分享」概念，讓他們<br>學習資源共享、關懷區內獨居長者及<br>勞動階層，構建社會共融。                         |
| 12 | 童·社區探索<br>青衣 Spot<br>Hunting<br><br>(4月)  | <u>訓練日</u><br>15/4 (六)<br>20/4 (四)<br>27/4 (四)<br><br><u>服務日</u><br>29/4 (六) | <u>訓練日</u><br>15/4：15:00 - 16:30<br>20/4：17:00 - 18:30<br>27/4：17:00 - 18:30<br>地點：中心<br><br><u>服務日</u><br>13:30 - 15:30<br>地點：青衣區 | 名額：8 人 (中一至中五)<br><br>在青衣區居住或上學的你，對青衣區<br>認識有多深？<br><br>義工們將帶領居住在青衣區的小朋友<br>一起探索青衣區的特色，進行社區探<br>索 Spot Hunting 活動。 |

各活動資料以確認信為準

## 甲、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)

| 項目 | 活動                           | 日期                                                                           | 時間及地點                                                                                     | 注意事項                                                                           |
|----|------------------------------|------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------|
| 13 | 童·關智<br>義工活動<br><br>(4-5月)   | <u>訓練日</u><br>20/4 (四)<br>27/4 (四)<br>04/5 (四)<br><br><u>服務日</u><br>13/5 (六) | <u>訓練日</u><br>17:00 - 18:00<br>地點：中心<br><br><u>服務日</u><br>11:00 - 13:00<br>地點：中心、青衣區      | 名額：8 人 (中一至中五)<br><br>認識智障人士的特質，籌備服務日活動，與他們一起歡度愉快的一天。                          |
| 14 | 童·共融友愛<br>義工活動<br><br>(4-5月) | <u>訓練日</u><br>26/4 (三)<br>03/5 (三)<br>10/5 (三)<br><br><u>服務日</u><br>20/5 (六) | <u>訓練日</u><br>17:00 - 18:00<br>地點：中心<br><br><u>服務日</u><br>14:00 - 17:00<br>地點：<br>中心、荃葵青區 | 名額：8 人 (中一至中五)<br>認識少數族裔的文化，組織並設計合適少數族裔的服務日活動，與他們歡度愉快的一天。                      |
| 15 | 童·平等<br>分享行動 C<br><br>(5月)   | <u>訓練日</u><br>03/5 (三)<br><br><u>服務日</u><br>06/5 (六)                         | <u>訓練日</u><br>16:30 - 18:00<br>地點：中心<br><br><u>服務日</u><br>13:30 - 17:00<br>地點：荃灣德華公園      | 名額：6 人 (中一至中五)<br>學生義工們到社區分享飯券和防疫物資，透過「平等分享」概念，讓他們學習資源共享、關懷區內獨居長者及勞動階層，構建社會共融。 |

各活動資料以確認信為準

## 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                                                                           | 時間及地點                                                                                          | 注意事項                                                                  |
|----|----------------------|------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------|
| 16 | 遊·<br>特殊需要學童<br>義工服務 | <u>訓練日</u><br>14/4 (五)<br>28/4 (五)<br><br><u>服務日</u><br>21/4 (五)<br>05/5 (五) | <u>訓練日</u><br>16:45 - 17:45<br>地點：中心<br><br><u>服務日</u><br>16:30 - 17:45<br>地點：保良局陳百強<br>伉儷青衣學校 | 名額：6 人 (中二至中五)<br><br>協助特殊需要學童進行活動及做手工藝。                              |
| 17 | 遊·<br>狗場義工體驗         | <u>訓練日</u><br>14/4 (五)<br><br><u>服務日</u><br>日期：待定                            | <u>訓練日</u><br>16:30 - 17:30<br>地點：中心<br><br><u>服務日</u><br>時間：待定<br>地點：待定                       | 名額：4 人 (中三至中五)<br><br>協助進行狗場清潔工作、與狗場小狗互動交流。<br><br><b>備註：需不害怕大型狗隻</b> |

各活動資料以確認信為準



持續性義工服務

Appendix 附件

丙、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                                                 | 時間及地點                                                                                                                                  | 注意事項                                                                                                                                                                                                                                       |
|----|-------------------------|----------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 18 | 愛・飛鏢童樂日<br>(3月)         | 訓練日<br>09/3 (四)<br><br>服務日<br>11/3 (六)             | 訓練日<br>16:30 - 17:30<br>地點：中心<br><br>服務日<br>09:15 - 12:30<br>地點：先於中心集合，再乘坐交通工具前往救世軍大窩口長者中心                                             | 名額：3人 (中三至中五)<br><br>訓練日：協助準備探訪禮物；<br><br>活動日：帶領小學生到長者中心進行飛鏢活動，協助維持秩序，長幼同樂。<br><br>備註：義工需自備八達通繳付車費                                                                                                                                         |
| 19 | 愛・小學生復活挑戰賽<br>(3 - 4月)  | 訓練日<br>13/3 (一)<br>30/3 (四)<br><br>服務日<br>01/4 (六) | 訓練日<br>16:30 - 18:00<br>地點：中心<br><br>服務日<br>09:30 - 17:30<br>地點：中心/中心附近球場                                                              | 名額：8人 (中一至中五)<br><br>訓練日：協助策劃小學生復活挑戰賽<br><br>服務日：帶領挑戰賽活動<br><br>備註：設午膳時間，義工自行午膳                                                                                                                                                            |
| 20 | 愛・毛孩義工 - 毛巾捐贈計劃<br>(5月) | 服務日<br>20/5 (六)                                    | 服務日<br>10:00 - 13:00<br><br>集合地點：中心<br><br>到訪地點：<br>- 保護遺棄動物協會 (元朗橋興路白沙村第一段)；或<br>- 阿棍屋 (馬鞍山錦安路232號)；或<br>- 善行寵物診所 (深水埗九江街3-5號金海大廈地下B) | 名額：4人 (中二至中五)<br><br>收容所的毛孩數量多，毛巾耗用速度快，需要大眾捐贈全新或二手 (已消毒/清潔) 的大毛巾、浴巾或床單。<br><br>捐贈條件：<br>・建議尺寸：70cm x 140cm 或更大<br>・接受已給清潔或消毒的捐贈物品<br>・接受任何顏色或款式<br>・接受少許破損，過於殘舊則不合<br><br>義工隊負責協助收集及整理物資，並有機會將物資送往本地救助流浪動物組織，讓毛孩使用。<br><br>備註：義工需自備八達通繳付車費 |

各活動資料以確認信為準

丁、義工活動 (由女青 - 青衣綜合社會服務處舉辦)

| 項目 | 活動                 | 日期                                     | 時間及地點                                                              | 注意事項                                                                                                        |
|----|--------------------|----------------------------------------|--------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 21 | 青・孩子積木創意啟發<br>(3月) | 訓練日<br>02/3 (四)<br><br>服務日<br>07/3 (二) | 訓練日<br>16:30 - 17:30<br>地點：中心<br><br>服務日<br>16:30 - 17:30<br>地點：中心 | 名額：8人 (中一至中五)<br><br>透過與孩子拼砌積木，啟發區內小學生無限創意，訓練青少年與人相處和溝通的能力。<br><br>「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。 |

各活動資料以確認信為準

## 丁、義工活動 (由女青 - 青衣綜合社會服務處舉辦)

| 項目 | 活動                                                        | 日期                                                                     | 時間及地點                                                                            | 注意事項                                                                                                           |
|----|-----------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 22 | 青·關懷<br>社區囡囡囡囡 -<br>復活節彩蛋尋寶<br><br>(3-4月)                 | <u>訓練日</u><br>02/3 (四)<br>09/3 (四)<br><br><u>服務日</u><br>01/4 (六)       | <u>訓練日</u><br>16:30 - 18:00<br>地點：中心<br><br><u>服務日</u><br>14:30 - 17:30<br>地點：中心 | 名額：8人(中一至中五)<br><br>協助籌備及帶領兒童活動，如：<br>兒童繪製復活節彩蛋、復活蛋尋寶等。                                                        |
| 23 | 青·關懷<br>社區囡囡囡囡 -<br>We are the Crews!<br>(A班)<br>(3月)     | <u>訓練日</u><br>13/3 (一)<br>30/3 (四)<br><br><u>服務日</u><br>31/3 (五)       | <u>訓練日</u><br>16:30 - 18:00<br>地點：中心<br><br><u>服務日</u><br>17:00 - 21:00<br>地點：中心 | 名額：6人(中一至中五)<br><br>透過訓練，義工們將成為幕後<br>Crews，並於音樂會表演中協助幕<br>後工作，如：音響、燈光、投<br>影、前台及後台管理等。                         |
| 24 | 青·春祭<br>義工服務<br><br>(4月)                                  | <u>訓練日</u><br>01/4 (六)<br><br><u>服務日</u><br>02/4 (日)                   | <u>訓練日</u><br>14:00 - 15:30<br>地點：中心<br><br><u>服務日</u><br>10:00 - 12:30<br>地點：中心 | 名額：8人(中一至中五)<br><br>協助預備春祭活動的物資，製作<br>及籌備活動日的佈置，讓活動參<br>與者樂在其中。                                                |
| 25 | 青·關懷<br>社區囡囡囡囡 -<br>We are the Crews!<br>(B班)<br><br>(4月) | <u>訓練日</u><br>13/4 (四)<br>20/4 (四)<br><br><u>服務日</u><br>28/4 (五)       | <u>訓練日</u><br>16:30 - 18:00<br>地點：中心<br><br><u>服務日</u><br>17:00 - 21:00<br>地點：中心 | 名額：6人(中一至中五)<br><br>透過訓練，義工們將成為幕後<br>Crews，並於音樂會表演中協助幕<br>後工作，如：音響、燈光、投<br>影、前台及後台管理等。                         |
| 26 | 青·關懷<br>社區囡囡囡囡 -<br>司儀培訓初班<br><br>(4-5月)                  | <u>訓練日</u><br>17/4 (一)<br>24/4 (一)<br>03/5 (三)<br><br><u>服務日</u><br>待定 | <u>訓練日</u><br>16:30 - 18:00<br>地點：中心<br><br><u>服務日</u><br>待定                     | 名額：6人(中一至中五)<br>服務前，義工司儀將學習：<br>(1) 司儀的職責；<br>(2) 司儀的禮儀；<br>(3) 說話技巧；<br>(4) 製作司儀稿；及<br>(5) 臨場反應及與觀眾互動的<br>技巧。 |
| 27 | 青·關懷<br>社區囡囡囡囡 -<br>有耐性的甜品師<br><br>(5月)                   | <u>訓練日</u><br>10/5 (三)<br>17/5 (三)<br><br><u>服務日</u><br>24/5 (三)       | <u>訓練日</u><br>16:30 - 18:00<br>地點：中心<br><br><u>服務日</u><br>16:30 - 18:30<br>地點：中心 | 名額：8人(中一至中五)<br><br>籌備及帶領甜品製作活動，與區<br>內兒童一起樂在中。                                                                |

各活動資料以確認信為準

丁、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                                                               | 時間及地點                                                                            | 注意事項                                                                          |
|----|-------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------|
| 28 | 青·關懷<br>社區囹圄囹圄 -<br>We are the Crews!<br>(C 班)<br><br>(5 月) | <u>訓練日</u><br>11/5 (四)<br>18/5 (四)<br><br><u>服務日</u><br>25/5 (四) | <u>訓練日</u><br>16:30 - 18:00<br>地點：中心<br><br><u>服務日</u><br>17:00 - 21:00<br>地點：中心 | 名額：6 人 (中一至中五)<br><br>透過訓練，義工們將成為幕後 Crews，並於音樂會表演中協助幕後工作，如：音響、燈光、投影、前台及後台管理等。 |

各活動資料以確認信為準